

2022년 학생 건강검사 및 청소년건강행태조사 결과 발표

- 학생 건강검사 결과, 2021년 대비 전반적으로 개선
- 청소년건강행태조사 결과, 신체활동은 개선되고 있으나 식생활 및 정신건강 지표는 개선 필요

교육부(부총리 겸 교육부장관 이주호)와 **질병관리청**(청장 지영미)은 2022년에 실시한 ‘학생 건강검사 표본통계’와 ‘청소년건강행태조사*’ 결과를 4월 14일(금)에 공동으로 발표한다.

* 제18차(2022년) 청소년건강행태조사 결과발표회 개최(4.14.(금), 대한상공회의소)

학생 건강검사는 전국 초·중·고등학교 중 표본으로 선정된 1,062개교*에서 실시한 **신체발달 상황, 건강검진 결과**에 대해 분석한 자료이며,

* 초·중·고 표본학교의 전 학년에 대한 신체발달 상황(92,693명) 및 초 1·4학년 및 중·고 1학년(28,369명)에 대한 건강검진 결과 분석

청소년건강행태조사는 전국 800개 표본학교의 중·고등학생 약 6만 명을 대상으로 흡연, 음주, 신체활동 등 건강행태 현황을 파악한 자료이다.

* 2022년 조사 참여율 : 92.4%(56,274명 중 51,984명 참여)

<학생 건강검사 및 청소년건강행태조사 개요>

구분	학생 건강검사	청소년건강행태조사
대상	전국 초·중·고교 학생 93,000여명	전국 중·고교 학생 60,000여명
조사항목 및 방법	· 신체발달 : 학교 자체 · 건강검진 : 병·의원 등 검진기관	· 흡연·음주, 신체활동, 식생활 등 건강행태 : 자기기입식 온라인 조사

이번에 발표한 통계자료는 우리나라 학생들의 건강상태 및 행태에 대한 자료로서, 향후 학생 건강유지·증진 정책의 기초자료로 활용된다.

1

학생 건강검사(2022년) 표본분석 주요 결과

[신체 발달]

학생들의 성장 수준을 확인하기 위해 초등학교 1학년부터 고등학교 3학년 학생을 대상으로 실시한 신체 발달(키, 몸무게, 비만도) 상황은 다음과 같다.

키는 2021년 대비 초등학교 6학년과 고등학교 3학년 모두 소폭 커졌으나, 중학교 3학년의 경우 남학생은 1.2cm, 여학생은 0.1cm 작아졌다.

<2021년 대비 2022년 키 증감 현황>

(단위 : cm)

구 분	초등학교 6학년		중학교 3학년		고등학교 3학년	
	남	여	남	여	남	여
2021년	153.6	153.2	170.8	160.7	174.1	161.6
2022년	153.7	153.5	169.6	160.6	174.5	161.9
증감	0.1	0.3	△1.2	△0.1	0.4	0.3

<최근 5년간 키 증감 추이(cm)>



몸무게는 2021년 대비 큰 변화는 없었으나, 초등학교 6학년 남·여학생과 고등학교 3학년 여학생의 경우 키가 커졌으나, 몸무게는 0.4~0.7kg 감소하였다.

<2021년 대비 2022년 몸무게 증감 현황>

(단위 : kg)

구 분	초등학교 6학년		중학교 3학년		고등학교 3학년	
	남	여	남	여	남	여
2021년	52.1	47.6	67.5	55.3	71.5	58.2
2022년	51.6	47.2	64.6	55.6	71.8	57.5
증감	△0.5	△0.4	△2.9	0.3	0.3	△0.7

<최근 5년간 몸무게 증감 추이(kg) >



2021년 대비 과체중 학생의 비율은 변화가 없으나, 비만 학생 비율*은 0.3%p 감소하였으며, 또 읍·면 지역의 과체중+비만 학생 비율이 도시 지역 학생 비율 보다 상대적으로 컸다.

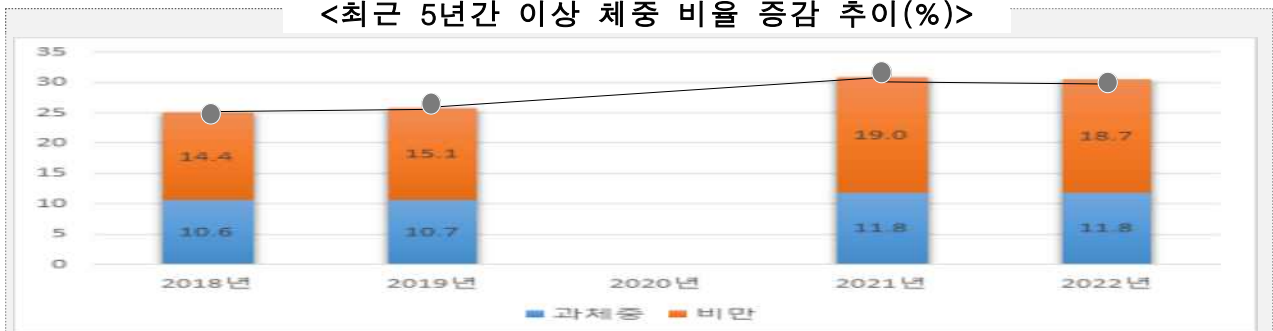
<2021년 대비 2022년 과체중 및 비만 학생 비율 증감 현황>

구 분	합계	과체중	비만
2021년	30.8%	11.8%	19.0%
2022년	30.5%	11.8%	18.7%
증감	△0.3%p	-	△0.3%p

* 시도별 현황 : 전남(21.7%)>인천(21.0%)>강원(20.8%)...부산(15.0%)>서울(14.3%)>세종(14.0%)

※ 2017년 소아청소년 성장도표 기준(연령별 체질량지수) 적용(비만 : 95백분위수 이상
과체중 : 85백분위수 이상~95백분위수 미만)

<최근 5년간 이상 체중 비율 증감 추이(%)>



<2022년 지역별 체질량지수(BMI) 기준 과체중+비만 학생 비율 현황>

(단위 : %)

구분	전국평균	도시 지역(a)	읍·면 지역(b)	차이 (b-a)(%p)
초등학교	29.8	28.4	31.5	3.1
중 학 교	32.8	26.7	34.7	8.0
고등학교	30.0	27.5	31.1	3.6

※ 학교 소재지 기준으로 특별·광역·중·소도시는 도시 지역 / 나머지는 읍·면 지역으로 구분

[건강 검진]

학생들의 건강상태를 확인하기 위해 실시하는 건강검진은 초등학교 1·4학년, 중학교 1학년, 고등학교 1학년을 대상으로 실시하며, 구강, 눈, 병리검사(소변, 혈액, 결핵, 혈압) 등 10개 영역에 걸쳐 실시되었다.

구강 검사 결과 충치 유병률*은 18.51%로 2021년 대비 1.73%p 감소하였다.

* 시도별 현황 : 경남(32.42%)>제주(31.37%)>인천(20.62%)...경북(10.21%)>광주(6.53%)>세종(5.36%)

<2021년 대비 2022년 충치 유병률 증감 현황>

구 분	계	초등학교 1학년	초등학교 4학년	중학교 1학년	고등학교 1학년
2021년	20.24%	21.24%	23.50%	16.62%	19.54%
2022년	18.51%	15.41%	18.76%	20.46%	17.84%
증감	△1.73%p	△5.83%p	△4.74%p	3.84%p	△1.70%p

시력 이상* 학생 비율은 전체 55.17%**로 2021년 58.02% 대비 2.85%p 감소하였고, 시력 이상자 중 교정 중인 학생 비율도 30.06%로 2021년 31.17% 대비 1.11%p 감소하였다.

* 시력검사 완료자 중 안경 등으로 교정 중이거나, 나안시력이 좌 우 어느 한쪽이 0.7 이하인 경우

** 시도별 현황 : 전북(63.40%)>서울(60.75%)>인천(60.39%)...전남(50.07%)>충북(49.75%)>제주(36.77%)

<2021년 대비 2022년 시력 이상 학생 비율 증감 현황>

구 분	계	초등학교 1학년	초등학교 4학년	중학교 1학년	고등학교 1학년
2021년	58.02%	33.98%	53.84%	68.79%	75.52%
2022년	55.17%	27.51%	54.46%	65.24%	72.92%
증감	△2.85%p	△6.47%p	0.62%p	△3.55%p	△2.60%p

<최근 5년간 충치 유병률 및 시력이상 비율 증감 추이(%)>



특히, 2021년부터 과체중 및 비만 판정을 받은 학생을 대상으로 추가 실시한 혈액검사 결과, 고밀도지단백(HDL) 콜레스테롤 이상은 1.83%p, 중성지방은 1.56%p 감소한 반면, 저밀도지단백(LDL) 콜레스테롤 이상은 6.57%p 증가하였다.

구 분	총콜레스테롤 상승	HDL-C 이상	TG 이상	LDL-C 이상
2021년	18.43%	12.60%	31.68%	13.35%
2022년	23.91%	10.77%	30.12%	19.92%
증감	5.48%p	△1.83%p	△1.56%p	6.57%p

2 청소년건강행태조사(2022년) 주요 결과

[흡연·음주]

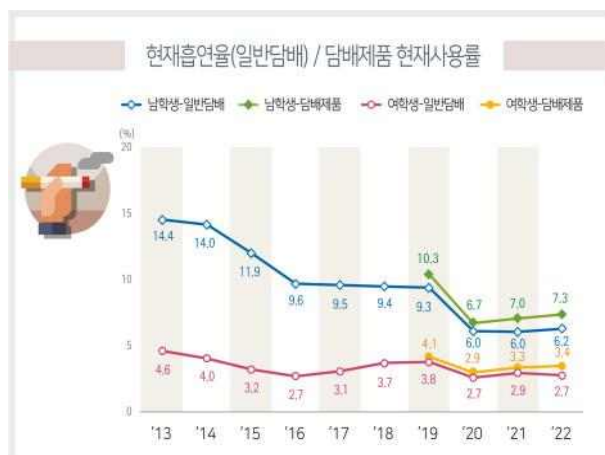
2022년 청소년(중1~고3) 흡연 행태는 2021년 결과와 큰 차이가 없었지만, 코로나19 유행 이후 개선되었던 음주 행태는 나빠졌다.

현재 흡연율*(일반담배(궐련))은 2022년 결과 남학생 6.2%, 여학생 2.7%로 2021년과 유사하였으며, 전자담배** 현재 사용률은 증가하였다.

* 시도별 현황 : 광주(7.0%)>전북·전남(6.3%)...서울·인천(3.3%)>대구(3.2%)

** (액상형) 남 3.7%→4.5%, 여 1.9%→2.2%, (궐련형) 남 1.8%→3.2%, 여 0.8%→1.3%

일반담배, 전자담배 중 하나라도 사용한 담배제품 현재사용률은 2022년 남학생 7.3%, 여학생 3.4%로 2021년 결과(남 7.0%, 여 3.3%)와 큰 차이는 없었다.



* 자료원: 청소년건강행태조사

* 담배제품 현재사용률 : 최근 30일 동안 일반담배(궐련) 또는 궐련형 전자담배 또는 액상형 전자담배를 1일 이상 사용한 사람의 비율

* 현재흡연율(일반담배(궐련)) : (~18년) 최근 30일 동안 1일 이상 흡연한 사람의 비율; ('19년~) 최근 30일 동안 1일 이상 일반담배(궐련)를 흡연한 사람의 비율

* 액상형 전자담배 현재사용률 : 최근 30일 동안 1일 이상 액상형 전자담배를 사용한 사람의 비율

* 궐련형 전자담배 현재사용률 : 최근 30일 동안 1일 이상 궐련형 전자담배를 사용한 사람의 비율

현재 음주율*은 남학생 15.0%, 여학생 10.9%로 2021년 대비 증가(남 2.6%p↑, 여 2.0%p↑)하였으며, 1회 평균 음주량이 중등도(남자 소주 5잔, 여자 3잔) 이상인 위험 음주율도 남녀학생 모두 증가(남 5.3%→6.1%, 여 4.4%→5.1%)하였다.

* 시도별 현황 : 충북(16.8%)>경북(16.5%)>광주(15.9%)...대구(11.4%)>서울·제주(9.9%)



* 자료원: 청소년건강행태조사

* 현재음주율 : 최근 30일 동안 1잔 이상 술을 마신 적이 있는 사람의 비율

* 위험음주율 : 최근 30일 동안 1회 평균 음주량이 중등도 이상(남자 소주 5잔 이상, 여자 소주 3잔 이상)인 사람의 비율

[신체활동]

신체활동은 코로나19 유행 첫 해인 2020년 감소 이후 지속 증가하여, 2022년에는 유행 이전보다 더 높은 실천율을 보였다.

하루 60분 주5일 이상 신체활동 실천율*은 2022년 남학생 23.4%, 여학생 8.8%로 2021년 대비 남녀학생 모두 증가(남 2.7%p↑, 여 0.7%p↑)하였다.

* 시도별 현황 : 울산·충남(18.7%)>제주(18.2%)...세종(14.3%)>전북(13.3%)>충북(12.7%)

주3일 이상 고강도 신체활동 실천율도 2022년 결과 남녀 학생 모두 증가(남 40.8%→46.6%, 여 18.4%→25.8%)하였고, 특히 중학생에서 증가 폭(중 35.1%→45.5%, 고 24.6%→26.9%)이 컸다.



* 자료원: 청소년건강행태조사

* 하루60분 주5일 이상 신체활동 실천율 : 최근 7일 동안 운동종류 상관없이 심장박동이 평상시보다 증가하거나, 숨이 찬 정도의 신체활동을 하루에 총합이 60분 이상 한 날이 5일 이상인 사람의 비율

* 주3일 이상 고강도 신체활동 실천율 : 최근 7일 동안 고강도 신체활동(조깅, 축구, 농구, 태권도, 등산, 빠른 속도의 자전거타기, 빠른 수영, 무거운 물건 나르기 등)을 20분 이상 한 날이 3일 이상인 사람의 비율

운동이나 신체활동을 하는 이유는 ‘재미있어서(33.3%)’가 가장 많았고, ‘건강을 위해(20.6%)’, ‘체중감량(16.4%)’ 순으로 나타났다.

주중 학습목적으로 앉아서 보낸 시간은 2021년과 유사(459분→457분)하나, 학습 목적 이외 앉아서 보낸 시간은 코로나19 유행 이후 증가한 이래 지속 감소(주중 210분→186분, 주말 316분→293분)하였다.

학교에서 규칙적 스포츠활동팀 참여율(1개팀 이상)은 2022년 49.4%, 학교 체육수업 시간 직접 운동 실천율(주2회 이상)은 64.0%였고, 3년 주기 순환조사로 2019년 결과(50.2%, 64.6%)와 비교 시 유사하였다.

[식생활]

식생활 지표는 코로나19 유행 이후 지속해서 증가하고 있어 개선이 필요하다.

아침식사 결식률*(주5일 이상)은 2022년 39.0%(1.0%p↑), 패스트푸드 섭취율(주3회 이상)은 27.3%(1.1%p↑)로 증가하였으며, 과일 섭취율(일1회 이상)은 2022년 17.2%(0.9%p↓)로 감소하였다.

* 시도별 현황 : 전북(44.3%)>인천(41.3%)>전남(41.2%)...경기(37.8%)>울산(35.5%)>세종(35.3%)



* 자료원: 청소년건강행태조사

* 주5일 이상 아침식사 결식률 : 최근 7일 동안 아침식사를 5일 이상 먹지 않은 사람의 분율

* 일1회 이상 과일 섭취율 : 최근 7일 동안 1일 1회 이상 과일(과일주스 제외)을 먹은 사람의 분율

아침식사 결식 이유로는 ‘시간이 없어서(35.1%)’가 가장 많았고, ‘식욕이 없어서(21.4%)’, ‘배가 아프거나 소화가 안 돼서(14.0%)’ 순으로 나타났다.

채소섭취율(일3회 이상)과 우유섭취율(일1회 이상)은 2022년 8.3%, 18.0%였고, 3년 주기 순환조사로 2019년과 비교 시 감소(채소 2.6%p↓, 우유 4.8%p↓)하였다.

탄산에너지·이온·과즙·커피음료, 가당우유 등 단맛이 나는 음료를 모두 포함한 단맛음료 섭취율(주3회 이상)은 2022년 63.6%, 에너지음료와 커피 및 커피음료를 포함한 고카페인음료 섭취율(주3회 이상)은 22.3%이었다.

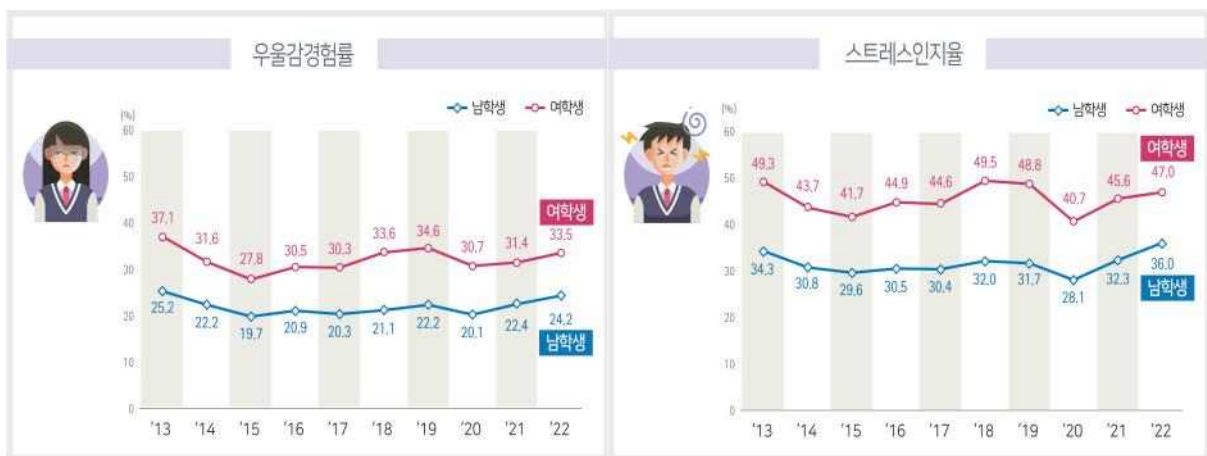
단맛음료는 성별에 따라 차이(남 67.4%, 여 59.6%)가 있었고, 고카페인음료는 학교급에 따라 차이(중 16.6%, 고 28.4%)를 나타냈다.

[정신건강]

우울감 경험률 등 청소년의 정신건강 지표는 2020년에 감소하였다가 2021년 이후로 다시 증가 경향을 보였다.

우울감 경험률*은 2022년 남학생 24.2%, 여학생 33.5%로 2021년에 비해 증가(남 1.8%p↑, 여 2.1%p↑)하였고, 스트레스 인지율도 증가(남 32.3→36.0%, 여 45.6%→47.0%)하였다.

* 시도별 현황 : 세종(30.6%)>서울(30.2%)>경기(30.0%)...전남(26.2%)>제주(25.8%)>부산(24.6%)



* 자료원: 청소년건강행태조사

* 우울감 경험률 : 최근 12개월 동안 2주 내내 일상생활을 중단할 정도로 슬프거나 절망감을 느낀 적이 있는 사람의 비율

* 스트레스 인지율 : 평상시 스트레스를 '대단히 많이' 또는 '많이' 느끼는 사람의 비율

외로움 경험률의 경우 2022년 결과 남녀학생 모두 전년 대비 증가(남 12.3%→13.9%, 여 19.9%→21.6%)하였고, 범불안장애 경험률(중등도 이상*)도 소폭 증가(남 9.3%→9.7%, 여 15.6%→15.9%) 경향을 보였다.

* 범불안장애 선별도구(GAD-7, Generalized Anxiety Disorder 7) 절단점 10점 이상인 경우

3

주요 조사결과 진단

학생 건강검사 및 청소년건강행태조사 결과 2021년에 비해 신체활동 실천율이 증가하고 비만 학생의 비율은 다소 감소하였지만, 음주·식생활·정신건강 관련 행태는 개선이 필요한 것으로 확인되었다.

이번 조사결과에 대해 이주호 부총리 겸 교육부장관은 “비만율과 일부 건강검진 항목에서 시도교육청별로 차이를 확인한 만큼, 학생들의 건강관리를 직접 챙기고 있는 시도교육감과 긴밀히 협력하여 보건교육, 맞춤형 건강프로그램 운영, 가정 연계 활동 강화 등 최선의 노력을 다 하겠다.”라고 하면서, “저출생 상황에서 미래 주역인 학생들이 보다 건강하고 행복하게 성장할 수 있도록 교육부가 관계부처와 함께 ‘학생 건강증진 종합대책(2024~2028)’을 수립(2023.10월 예정)하여 적극 지원해 나가겠다.”라고 밝혔다.

지영미 질병관리청장은 “코로나19 유행 3년 차를 맞은 2022년은 단계적 일상회복을 해 온 해로, 조사 결과에서도 확인되었듯이 청소년의 음주, 신체활동, 정신건강 등 건강행태의 변화가 있었다.”라고 하면서,

“이번 청소년건강행태조사 결과발표회(4.14.)를 개최하여 관계분야 전문가와 함께 심도 있는 논의를 통해 주요 건강행태에 대한 개선방안을 모색해 나가겠다.”라고 밝혔다.

2022년 학생 건강검사 표본통계 분석 결과 보고서는 교육부 학생건강정보센터(<http://www.schoolhealth.kr>), 제18차(2022년) 청소년건강행태조사 상세 보고서는 질병관리청 청소년건강행태조사 누리집(<http://www.kdca.go.kr/yhs/>)에 공개될 예정이다.

- <붙임> 1. 학생 건강검사 및 청소년건강행태조사 개요
2. 제18차(2022) 청소년건강행태조사 결과발표회 일정

- <별첨> 1. 2022년 학생 건강검사 주요 결과(시도별 결과 포함)
2. 2022년 청소년건강행태조사 주요 결과
3. 2022년 청소년건강행태조사 시도별 결과

담당 부서 학생건강검사결과	책임교육지원관 학생건강정책과	책임자	과 장	정희권 (044-203-6877)
		담당자	사무관	김태환 (044-203-6547)
담당 부서 청소년건강행태조사결과	만성질환관리국 건강영양조사분석과	책임자	과 장	오경원 (043-719-7460)
		담당자	연구관	최선헌 (043-719-7461)

① 학생 건강검사 표본조사

- 작성목적 : 신체발달상황, 질병이환 등 학생건강 실태분석을 통한 체계적이고 신뢰성 있는 학생건강지표 생성으로 과학적 근거기반의 학생건강증진정책 수립·추진
- 법적근거 : 「학교보건법」 제7조 및 「학교건강검사규칙」 제11조
- 분석대상 : 전국 초·중·고등학교 1,062개교, 92,693명
 - 신체발달 상황 : 초·중·고등학교 전학년 중 92,693명
 - 건강조사 : 초·중·고등학교 전학년 중 89,286명
 - 건강검진 : 초1·4학년, 중·고 1학년 중 23,369명
- 건강검사 기간 : '22. 3 ~ 9월(7개월)
- 건강검사 항목
 - 신체발달상황(3개 영역) : 키, 몸무게, 비만율
 - 건강조사(9개 영역) : 영양섭취·식습관, 신체활동, 수면, 개인위생, 안전, 음주·흡연, 가정 및 학교생활, 심리정서, TV시청·인터넷 사용
 - 건강검진(10개 영역) : 척추, 눈(시력·안질환), 귀(청력·귓병), 콧병, 목병, 피부병, 구강(치아상태, 구강상태), 병리검사(소변, 혈액, 결핵, 혈압), 허리둘레, 그 밖의 사항(의사 판단 항목 추가)
- 검사기관
 - 신체발달 상황 및 건강조사 : 학교(담당교사)
 - 건강검진 : 병·의원 등 검진기관

② 청소년건강행태조사

□ 사업목적

○ 우리나라 청소년의 건강행태 현황 파악

○ 청소년 건강행태 국내·외 모니터링 지표 산출

* 국민건강증진종합계획, 학교보건 사업 및 정책, WHO 만성질환 예방 및 관리 지표로 활용

□ 추진경과

○ 「국가 만성병 감시체계 구축 계획」 일환으로 2005년 도입, 매년 실시

○ 대표성 확보, 시의적절한 결과 활용을 위해 표본설계 매년 실시('11년~), 조사 시기 변경*(9월→6월, '12년~) 및 조사명(청소년건강행태온라인조사→청소년건강행태조사, '18년~) 변경

* 코로나19 유행으로 조사시기 임시 변경(6월→8월, '20년~)

□ 조사내용

○ 조사대상: 중1~고3 학생 약 6만 명(17개 시·도, 800개 학교)

* 17개 시·도 단위 통계를 산출하기 위하여 학교급(중학교, 일반계고, 특성화계고), 성별을 고려하여 800개(모집단 학교 수의 약15%) 표본학교를 선정

○ 조사방법: 익명성 자기기입식 온라인조사, 표본학교 전산실에서 수행

○ 조사시기: 6-7월('20년부터 코로나19 유행으로 8-11월 실시)

○ 조사내용: 15개 영역*, 약 120개 문항, 약 110개 지표 산출

* 흡연, 음주, 신체활동, 식생활, 비만 및 체중조절, 정신건강, 손상 및 안전의식, 구강건강, 개인위생, 성행태, 아토피·천식, 약물, 인터넷 중독, 건강형평성, 폭력

※ '18년 이후 순환조사체계 운영(필수문항: 매년, 순환문항: 3년 주기, 선택문항: 필요 시 조사)

→ '22년 순환조사 영역: 신체활동, 식생활, 비만 및 체중조절, 구강건강, 개인위생

제18차(2022) 청소년건강행태조사 결과발표회

일시 | 2023. 4. 14(금). 10:30~16:30

장소 | 서울 대한상공회의소 의원회의실

유튜브(질병관리청 아프지마 TV) 생중계



제1부 | 개회식 및 경과보고

10:30~10:35	국민의례	
10:35~10:45	개회사	지영미 청장(질병관리청)
10:45~11:00	유공자 표창 및 기념촬영	
11:00~11:30	청소년건강행태조사 추진경과 및 주요결과	오경원 과장(질병관리청 건강영양조사분석과)
11:30~12:00	학생건강정책 추진방향	정화권 과장(교육부 학생건강정책과)
12:00~12:10	질의 및 응답	
12:10~13:30	점심식사	

제2부 | 코로나19 유행 전·후 청소년 건강행태 변화 좌장 : 박순우 교수(대구가톨릭대학교)

13:30~13:55	코로나19 유행 전·후 청소년 건강행태 변화	오창모 교수(경희대학교)
13:55~14:20	코로나19 유행 전·후 청소년 정신건강 변화	박보미 교수(중앙대학교)
14:20~14:45	신체활동 및 식생활 실태조사 결과	최선혜 연구관(질병관리청 건강영양조사분석과)
14:45~15:00	휴식	
15:00~16:00	지정토론	<div> <div>[홍인]</div> <div>[윤주]</div> <div>[정신건강]</div> <div>[신체활동]</div> <div>[식생활]</div> </div> <div> <div>조성일 교수(서울대학교)</div> <div>김광기 교수(한세대학교)</div> <div>임현우 교수(가톨릭대학교)</div> <div>박혜숙 교수(이화여자대학교)</div> <div>김기량 교수(전국대학교)</div> </div>
16:00~16:20	질의 및 응답	
16:20~16:30	폐회	최홍식 국장(질병관리청 만성질환관리과)