지식경제부 Ministry of Knowledge Economy **보도자료**	http://www.mke.go.kr

'10년 12월17일(금) 조간부터 보도하여 주시기 바랍니다.

자료문의 : 기술표준원 문화서비스표준과 정낙훈 과장, 박기환 사무관(016-245-3164)

◆ 제6차 한국인 인체치수 조사사업(Size-Korea 사업) 결과 요약
- 한국인의 체형, 서구화 체형으로 변화 중!
- 남/녀 모두 키의 성장은 2003년 이후 정체 단계 진입
- 한국인 여성, 저체중 인구 비율이 급격히 증가

○ 기술표준원(원장:허경)은 **2010년 제6차 Size Korea(한국인의 인체치수 측정조사)사업을 실시**하고, **2010년 12월 16일**에 **조사결과를 종합 발표**하였음.

○ 동 사업은 직접측정과 3차원 인체형상 측정을 병행 실시하여
- **직접측정은 7-69세의 남녀 14,016명을 대상**으로 136항목을,
- **3차원 측정은 20-39세의 남여 848명을 대상**으로 3차원 인체스캐너를 사용하여 156개 항목의 3차원 인체형상을 측정하였음.

○ 조사 결과
- **한국인의 체형**은 현재도 **젊은 층을 중심으로 서구화가 진행 중**이며,
- **남자의 평균키는 174cm, 여자는 160.5cm 내외로서 2003년 이후 거의 정체상태에 도달**하였고,
- **몸무게는 과체중과 비만 비율이 전 연령층에서 감소**하였음.

* 여성의 경우, 20-40대에서 저체중인구의 비율이 7년 전에 비해 현저히 증가(20대후반 11.5%→15.7%, 30대전반 5.9%→8.9%) 하였고, 남성의 경우, 비만 연령대가 젊어지고 있음(30대전반 34.6%→42.1%)

○ 이번에 조사된 인체치수 정보는 2011년부터 Size-Korea 웹사이트(sizekorea.kats.go.kr)을 통하여 보급할 계획이며, 기술표준원과 MOU를 체결('10.6.29) 한 **건국대 i-Fashion센터를** 통해 **3차원 인체표준 형상정보를 수요자 맞춤형 서비스로 제공할 예정**임

□ **제6차 사이즈코리아 사업은** 2010년 3월부터 11월까지 9개월에 걸쳐 직접측정과 3차원 인체형상 측정을 병행하여 실시하였음

○ **직접측정**은 7세-69세의 한국인 14,016명(남 7,532명, 여 6,484명)을 대상으로 전국 4개 권역, 29개 시/군/구의 46개 측정장소에서 총136항목(키, 앉은키, 가슴둘레 등 126개의 인체치수 항목, 몸무게, 체지방량 등 10개 체성분 측정치)의 직접측정 항목이 조사되었으며,

○ **3차원 측정**은 20-30대의 한국인 남녀 848명을 대상으로 3차원 인체스캐너를 사용하여 156개의 신체치수와 부위별(전신 4종, 머리 1종, 손 1종, 발 1종) 3차원 인체형상 측정이 이루어졌다.

(조사결과)

□ ① **(키)** 남자의 평균키는 174cm, 여자는 160.5cm 내외로 키의 성장은 2003년 이후 **거의 정체 상태에 머무름.** 이는 다른 외부적 요인보다는 인종적인 요인이 가장 큰 것으로 판단됨

② **(체형)** 체형의 변화는 현재도 서구화 진행 중으로 남/녀 모두 **현재 20대는 평균 7.3 등신 내외로 40대 이상의 연령대에 비해 약 0.1 등신 이상 길어졌고,** 20대는 동일한 키를 가진 50대에 비해 **다리길이가 평균 약 2cm 가량 긴 것**으로 나타났음

③ **(몸무게/ 비만)** 여성의 **과체중과 비만 비율은 전 연령층에서 감소,** 특히 50대(78.1%→70.3%), 60대(81.7%→72.6%)에서 뚜렷이 감소

- 단, 허리둘레의 변화에는 큰 변화가 없어 복부지방을 줄일 수 있는 운동이나 건강관리에 관심을 가져야 할 것으로 조사됨
- **여성의 경우, 20-40대에**서 다이어트/웰빙의 영향으로 **저체중 인구**의 **비율이 7년 전에 비해 현저히 증가**하였고,
- **50대 남성**은 **비만 비율이 현저히 감소**한 반면, **20대 후반~30대 전반의 남성**들은 오히려 **비만 비율이 현저히 늘어나고** 있음.

(결과분석)

□ **(키) 한국인 남/녀 모두 키의 성장은 이미 한계에 도달**

○ 여성은 13세(중1), 남성은 15세(중3)에 도달하면 성장속도가 둔화되어 이후 평균 4-5cm 더 자라는 것으로 추정

○ 여성의 경우 **성장 속도가 둔화되는 연령이** 2003년 13세 내외에서 2010년도 조사에서는 **12세 내외로 빨라졌**음.

- 이는 여성의 경우 **초경이후 성장이 둔화**된다는 연구결과를 참조하면, 7년 전에 비해 **초경연령이 1년 가까이 빨라졌다는 조사결과와 일치**

※ (붙임 3~4 참고)

□ **(체형) 서구화로의 체형의 변화는 2003년 이후에도 계속 진행 중**

○ 키/머리의 수직길이(등신비율)로 계산되는 체형의 인체비율을 보면, 남/녀 모두 체형이 완성되는 20대를 기준으로, 남/녀 모두 현재 20대는 평균 7.3 등신 내외로 40대 이상의 연령대에 비해 약 0.1 등신 이상 더 비율이 늘어나 서구화되어가는 체형의 변화가 지속되고 있음.

○ 여성의 경우에도 키에 대한 샅높이의 비율(다리길이 비율)이 높아져가는 경향을 나타내어, 현재의 20대는 동일한 키를 가진 50대에 비해 다리길이가 평균 약 2cm 가량 더 긴 것으로 나타남.

※ (붙임 5~9 참고)

□ **(여성 체중/비만) 성인 여성 저체중 비율 증가**

○ **다이어트/웰빙의 영향으로 20대 이후 전 연령대**에 걸쳐 변화가 많음

- 20~40대에서는 지나친 다이어트로 인한 저체중 인구의 비율이 7년 전에 비해 현저히 늘어남(예, 20대 후반 11.5%→15.7%)

- 특히 50~60대의 비만비율(50대 50.3%→39.4%, 60대 55.8%→44.5%)이 뚜렷이 줄어든 것으로 나타나 50대 이후의 여성들도 웰빙문화와 운동/걷기 등의 사회적 열풍의 영향을 많이 받고 있는 것으로 추정

- 성인 연령대의 평균 BMI(body mass index, 체질량지수)가 줄어든 반면 허리둘레는 큰 변화가 없는 것으로 나타남

- 특히 건강상 위험군으로 분류되는 허리둘레 850mm 이상의 비율은 체질량지수(BMI)기준 비만비율이 줄어들었음에도 변함이 없는 것으로 나타나 복부지방을 줄일 수 있는 운동이나 건강관리에 관심을 가져야 할 것으로 조사됨

- '03년은 20대 후반부터 급격히 체질량지수가 늘어나던 경향이 '10년에는 30대 후반에 이러한 양상을 보이고 있음 - 이는 결혼 및 출산 연령대의 변화, 혹은 저 출산과 출산 후의 체형관리 등의 영향이 반영된 것으로 추정.

  ※ (붙임 10~16 참고)

□ **(남성 체중/ 비만) 남성의 비만 연령층이 젊어지고 있다.**

○ 남성들의 경우 그동안 비만비율이 가장 높았던 50대(50.3%→46.0%)에서 뚜렷한 변화가 나타남

- 2003년 가장 높은 비만 그룹으로 분류되던 50대는 60대에 이르러도 큰 변화가 없고

- 현재의 50대는 주 5일제 근무와 건강에 대한 관심으로 평균적인 체질량지수는 뚜렷이 줄어듬

- 반면 직장생활을 시작하는 20대 후반에서 30대 전반의 남성들의 경우 평균 체질량지수와 비만의 비율이 현저히 늘어났음

- 허리둘레 900mm 이상의 건강 위험군의 비율도 50대는 줄어든 반면 20대와 30대의 젊은 층에서 현저히 늘어나 성인병의 발병 연령대가 젊어지고 있다는 결과를 뒷받침 하고 있음.

  ※ (붙임 17~20) 참고

[붙임 1]

제6차 한국인 인체치수 측정조사결과(요약)

○ 한국인 키, 성장 한계 도달 : 남/녀 모두 키의 성장은 정체 단계 진입

- 20대 남자 평균키 1740 ㎜, 20대 여자 평균키 1605 ㎜ 내외가 성장의 한계

※ 2003년 측정 인체 치수 20대 남자 평균키 1740 ㎜, 여자 평균키 1603 ㎜

○ 한국인 체형, 계속 서구화 체형으로 변화 중

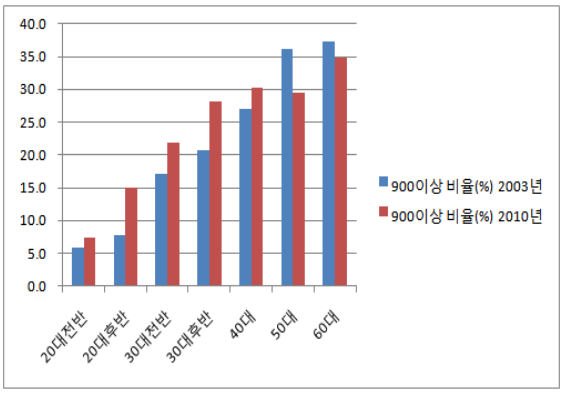
- 20대 체형, 40대 이상의 체형보다 0.1 등신 비율 증가
- 키는 한계 값에 도달, 다리 길이 비율(키에 대한 샅높이 비율)은 증가
- 다리 길이 비율이 남성보다 여성의 변화 폭이 크게 진행 중

○ 한국인 여성, 저체중 인구 비율 급격히 증가

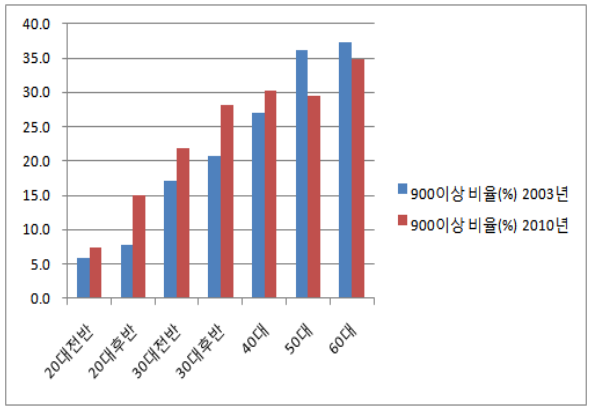
- 여성은 20대 이후 전 연령대에 걸쳐 변화가 많음
- 중년의 건강관리에 대한 관심 증가로 50~60대 여성의 비만 비율도 뚜렷이 감소

○ 한국인 50대 남성, 체질량 지수(BMI) 감소

- 평균 체질량 지수(BMI)가 50대는 건강에 대한 관심으로 감소하나, 20~30대는 오히려 증가
- 허리둘레 900 ㎜이상(건강 위험군)의 비율 50대 감소, 20~30대 증가



남자 성인 연령대별 비만비율(BMI 25.0 이상) 변화



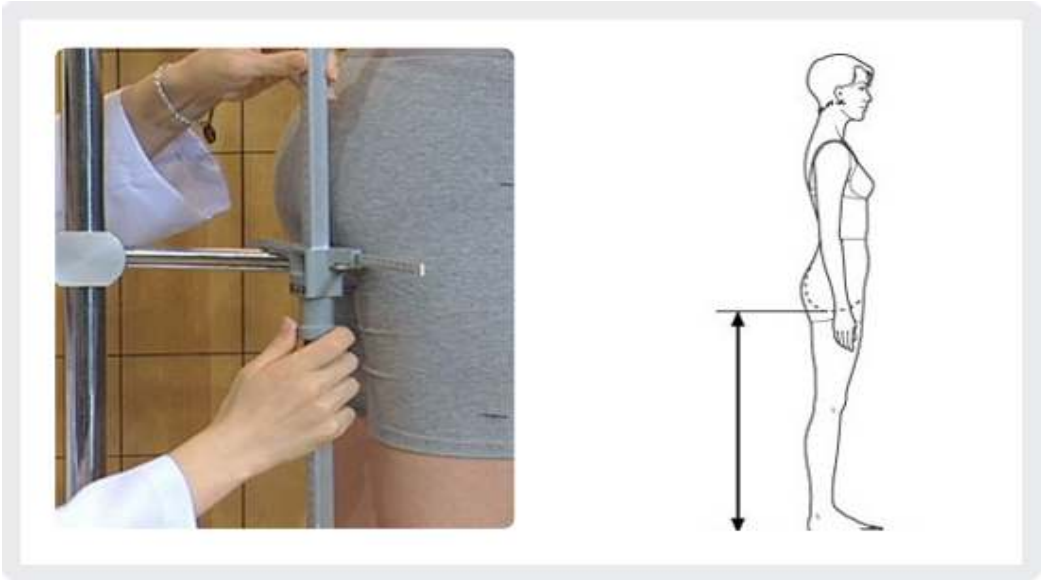
남자 성인 연령대별 허리둘레 900mm 이상 비율

[붙임 2]

용어 설명

○ 샅높이

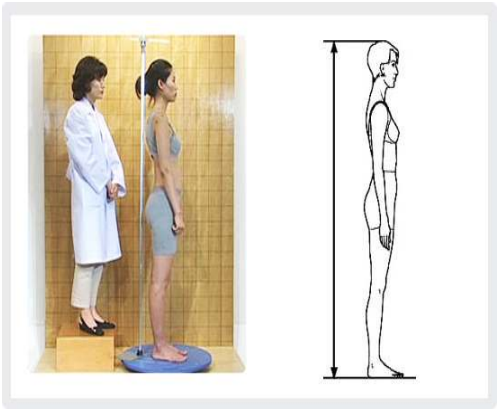
바닥면에서 샅점까지의 수직 거리



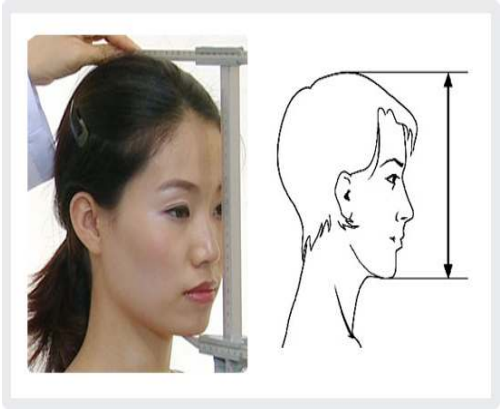
○ 등신(=두신지수)

- 키에 대한 머리 수직 길이의 비율

예) 8등신 - 키에 대한 머리 길이의 비율이 8:1



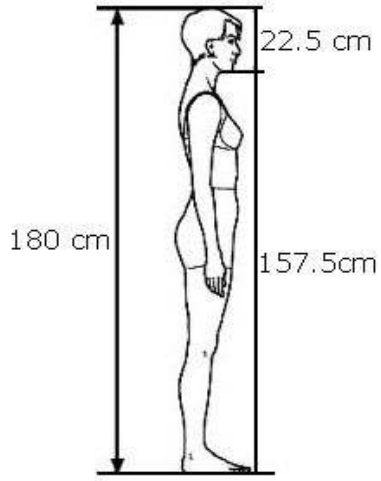
키



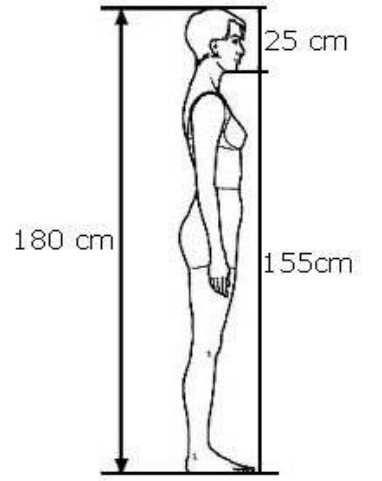
머리 수직 길이

○ 등신 비교

- 키 180cm, 머리수직길이 25cm 일 경우 180 / 25 = 7.2 등신
- 키 180cm, 머리수직길이 22.5cm 일 경우 180 / 22.5 = 8 등신



7.2 등신



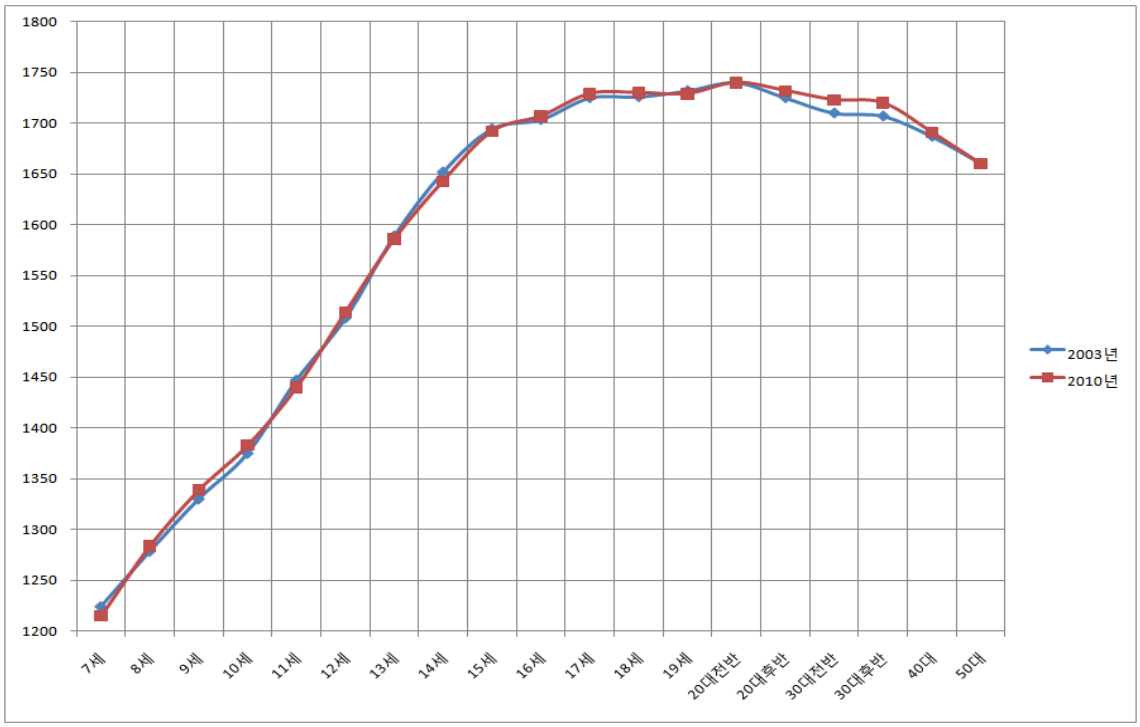
8 등신

머리수직길이가 2.5cm 차이

- **등신 비율이 증가했다는 것**은 머리수직길이에는 변화가 없이 키가 커졌다는 의미이다.

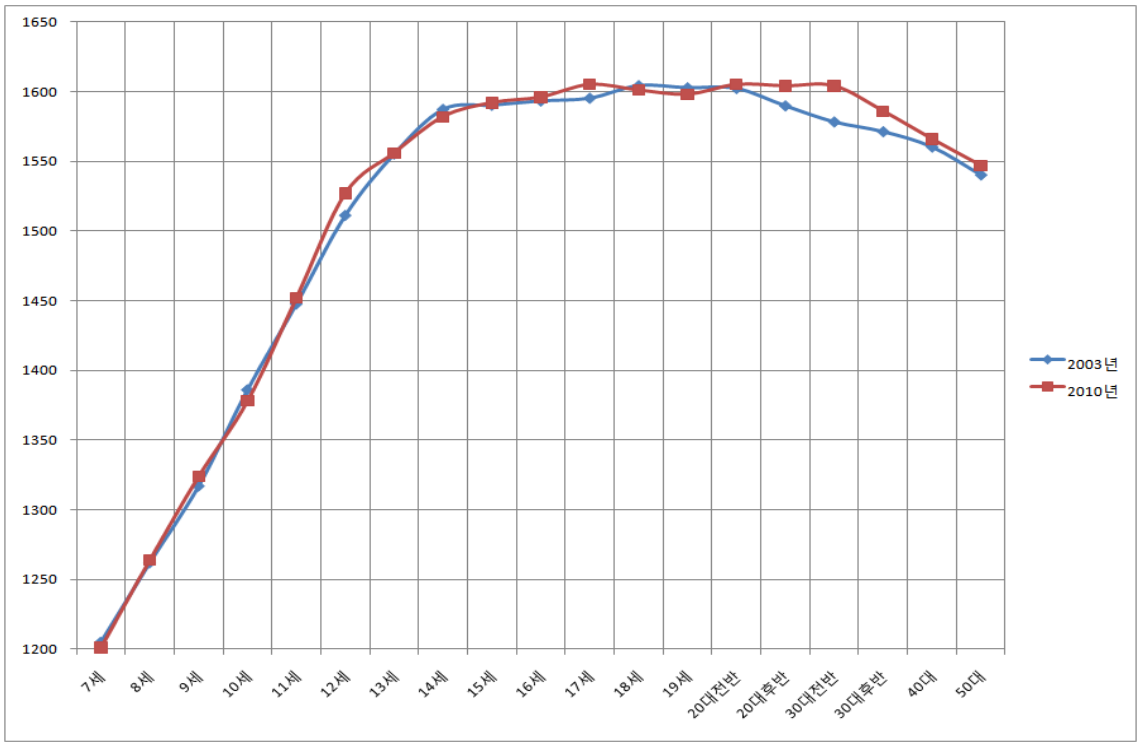
[붙임 3]

<2003년과 2010년 남자 연령대별 키 평균(중앙값, 50%.)>



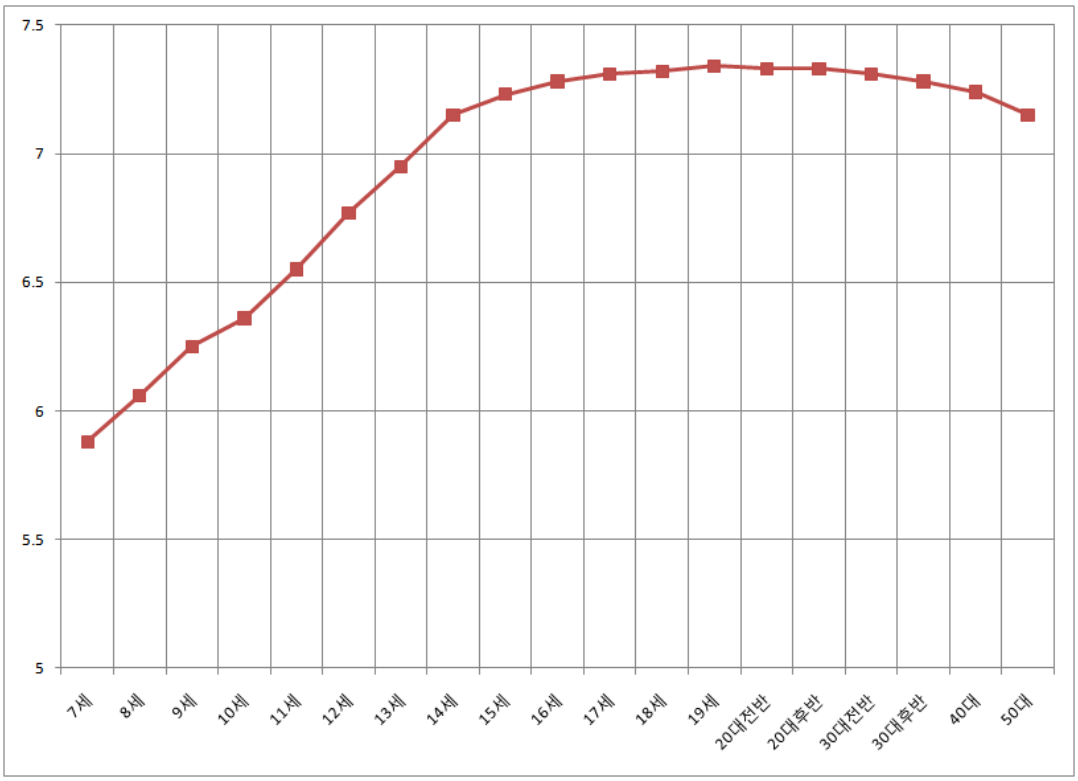
[붙임 4]

<2003년과 2010년 여자 연령대별 키 평균(중앙값, 50%.)>



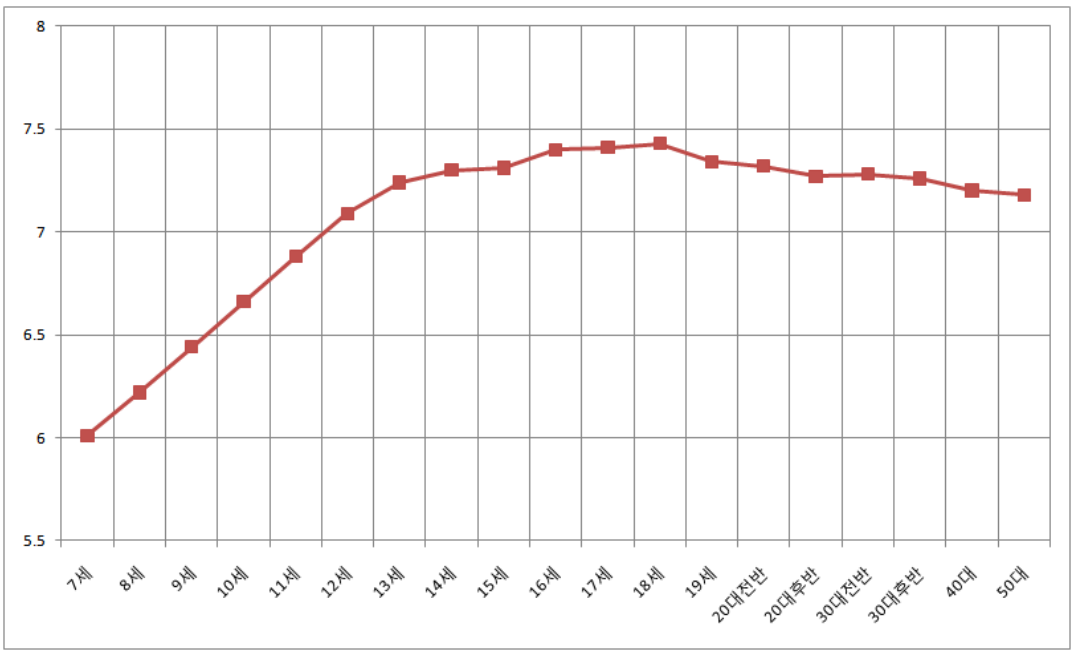
[붙임 5]

<남자 연령대별 체형(연령대별 평균 n 등신(중앙값)>



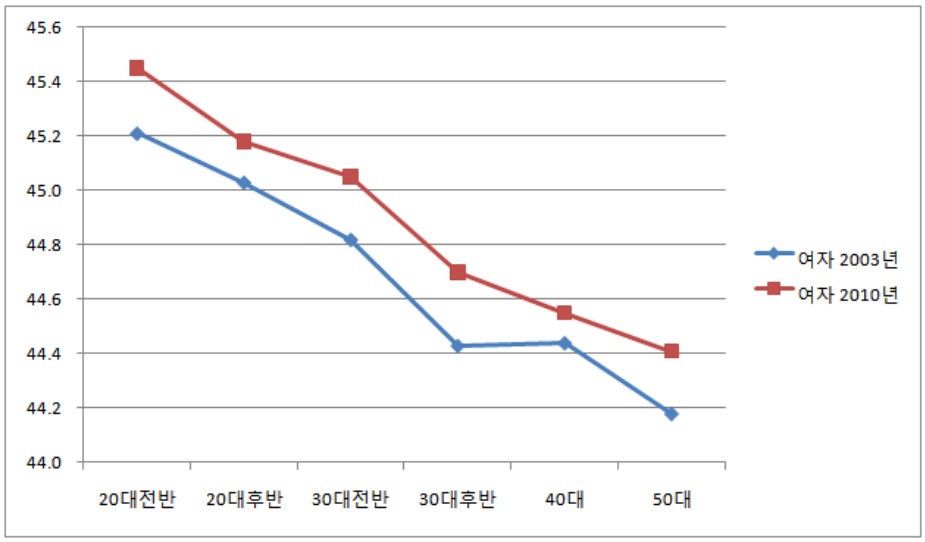
[붙임 6]

<여자 연령대별 체형(연령대별 평균 n 등신(중앙값)>



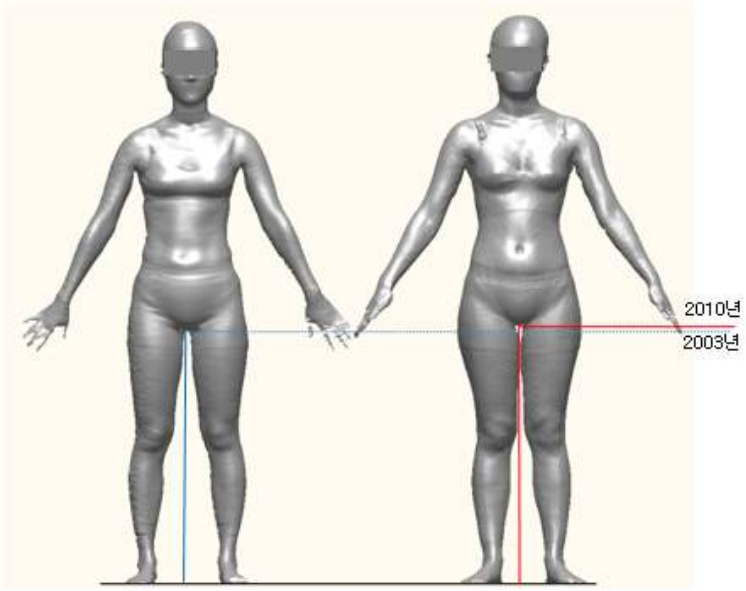
[붙임 7]

<여자 성인의 연령대별 키에 대한 평균다리길이(샅높이)비율의 변화>



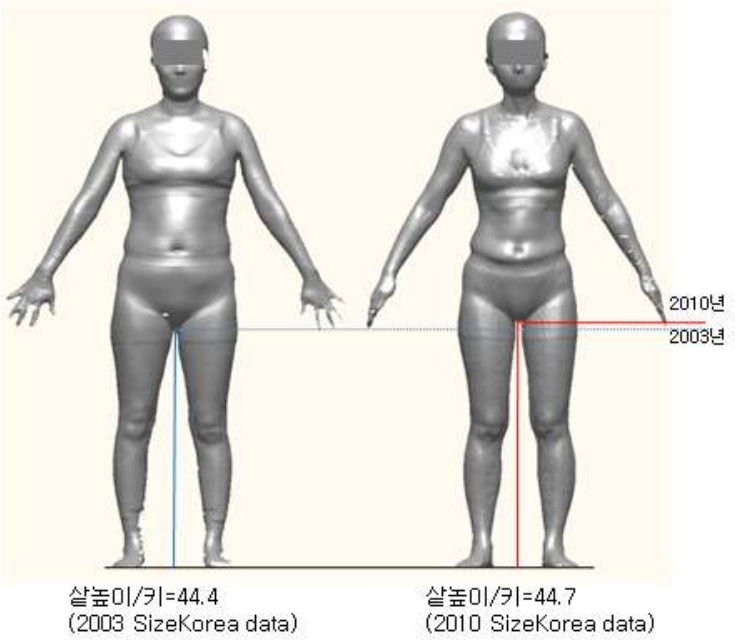
[붙임 8]

<20대 전반 여자의 키에 대한 평균다리길이 비율의 변화>



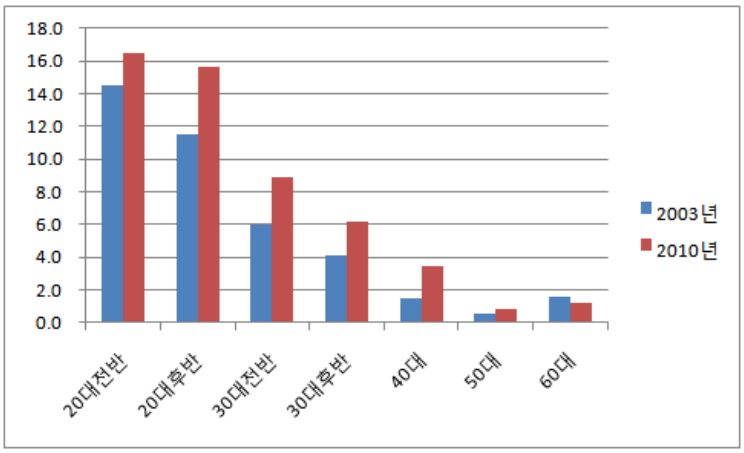
[붙임 9]

<30대 전반 여자의 키에 대한 평균다리길이 비율의 변화>



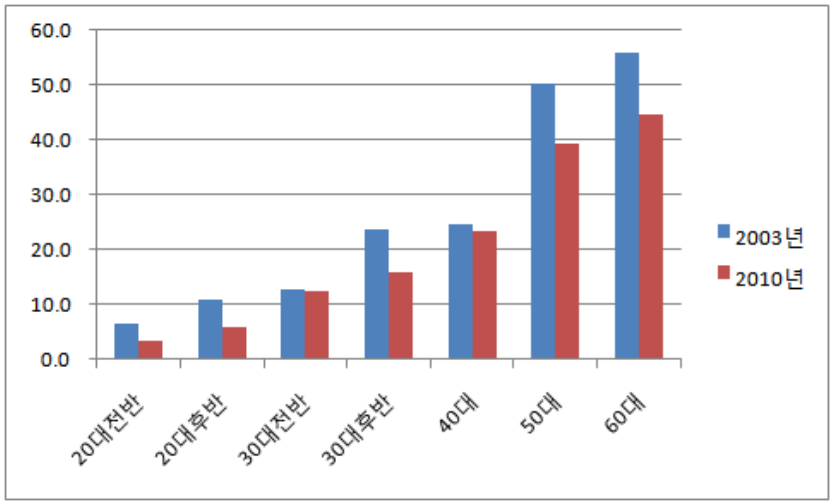
[붙임 10]

<여성 연령대별 저체중(BMI 18.5 미만) 비율(%)>



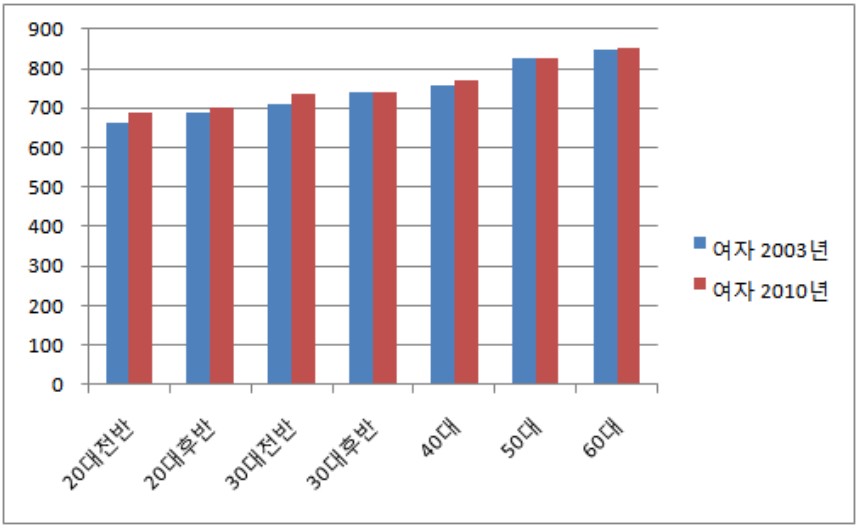
[붙임 11]

<여성 연령대별 비만(BMI 25.0 이상) 비율(%)>



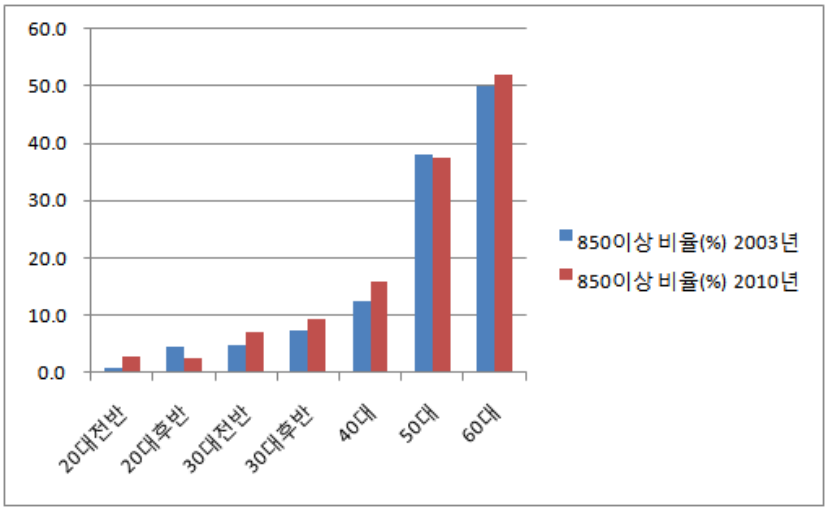
[붙임 12]

<여성 연령대별 평균 허리둘레의 변화(단위: mm)>



[붙임 13]

<여성 연령대별 허리둘레 850mm 이상의 비율(%)>



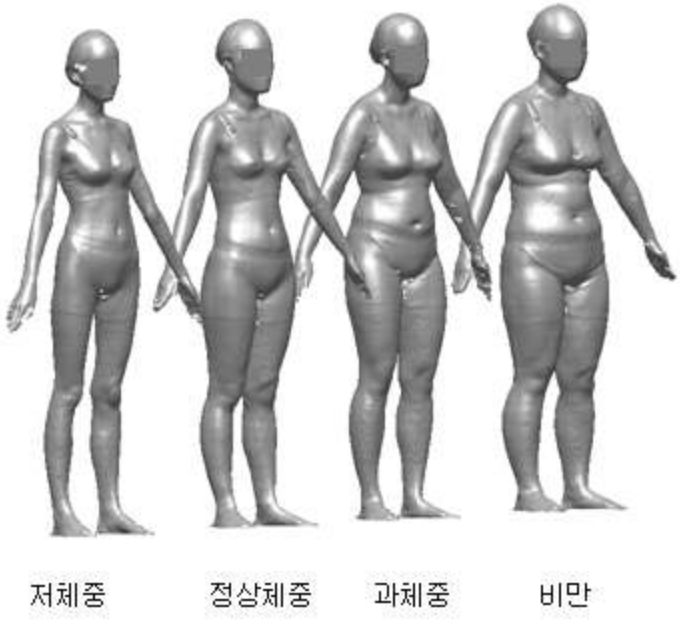
[붙임 14]

<20대 전반 여자의 체질량지수에 따른 형상 분류(2010년)>



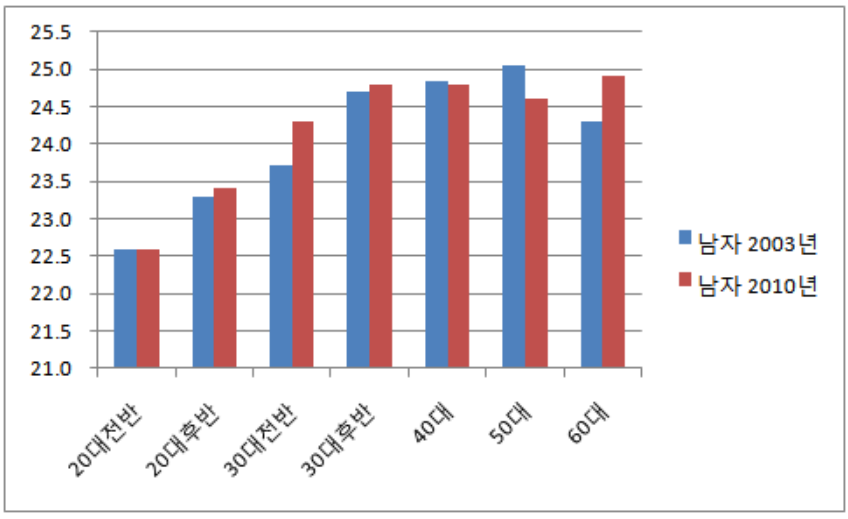
[붙임 15]

<30대 전반 여자의 체질량지수에 따른 형상 분류(2010년)>



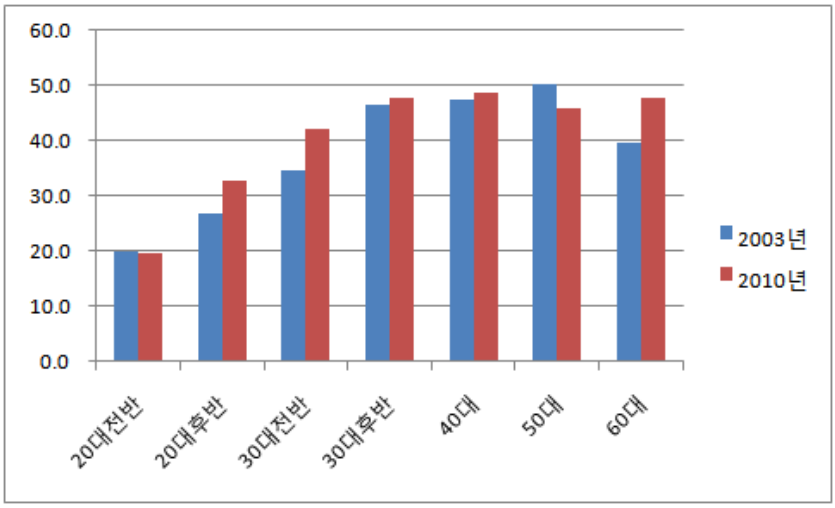
[붙임 16]

<남자 성인 연령대별 평균 체질량지수>



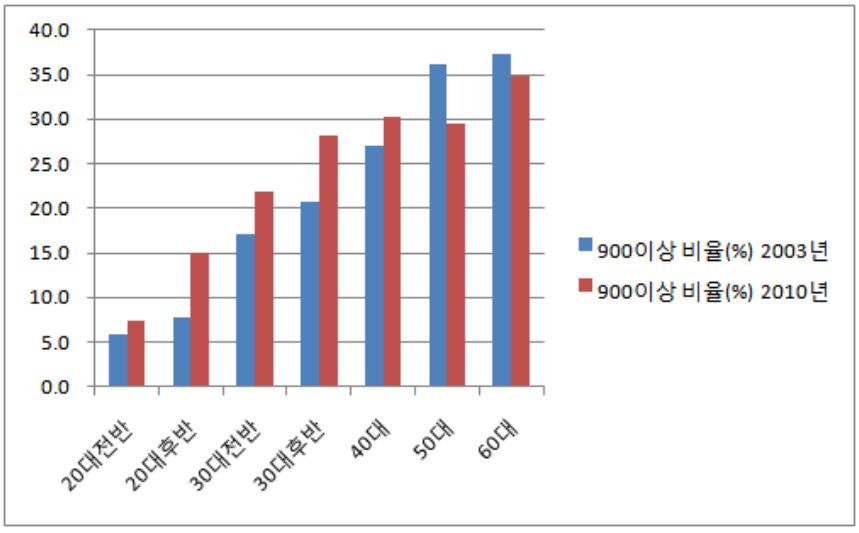
[붙임 17]

<남자 성인 연령대별 비만비율(BMI 25.0 이상) 변화>



[붙임 18]

<남자 성인 연령대별 허리둘레 900mm 이상 비율(%)>



[붙임 19]

<20대 전반 남자의 체질량지수에 따른 형상 분류(2010년)>



[붙임 20]

<30대 전반 남자의 체질량지수에 따른 형상 분류(2010년)>

