

보 도 자 료		 한국해양수산개발원 KOREA MARITIME INSTITUTE
배포 일자	2026.10.22.(목) 총2매 (본문 1, 붙임 1)	
자료 제공	수산연구본부 수산식품·신산업실 이동립 전문연구원(051-797-4544)	
배포 부서	성과홍보실(강자운 행정원 051-797-4396, 이선우 실장 051-797-4381)	
보도 일시	즉시 보도하여 주시기 바랍니다.	
49111 부산광역시 영도구 해양로 301번길 26, www.kmi.re.kr		

‘덜 먹는 시대’ 가 온다… 수산식품산업의 대응 방향은?

- 한국해양수산개발원 동향분석 제228호 통해 식품 소비 변화와 산업 대응 방향 제시 -

한국해양수산개발원(KMI, 원장 조정희)은 「KMI 동향분석」 제228호 『식욕이 줄어드는 시대, 수산식품은 소비 변화에 어떻게 대비할 것인가?』를 발간하고, GLP-1 계열 비만치료제 확산에 따른 식품 소비 변화와 국내 수산식품산업의 대응 방향을 제시했다.

※ 동향분석 링크: <https://www.kmi.re.kr/web/trebook/list.do?rbsIdx=273>

최근 위고비, 마운자로 등 GLP-1 계열 비만치료제의 사용이 확대되면서 식품 소비의 양과 구성이 변화하고 있다. 국내 비만치료제 시장은 2025년 전년 대비 137% 성장하며 세계 5위 규모에 올랐으며, 미국 코넬대학교와 시장조사업체 Numerator의 연구에 따르면 GLP-1 사용 가구의 식료품 지출은 사용 시작 후 6개월 이내 평균 5.3% 감소한 것으로 나타났다. 특히 스낵과 제과 등 초가공식품 소비가 줄어든 반면, 단백질과 식이섬유 등 영양이 풍부한 식품에 대한 관심은 높아지고 있어 식품산업 전반의 대응이 필요한 상황이다.

이번 보고서는 이러한 소비 변화가 국내 수산식품산업에 새로운 기회가 될 수 있다고 분석했다. 수산물에는 어류의 단백질과 오메가-3, 패류의 아연·철·비타민 B12, 해조류의 식이섬유 등 다양한 영양소를 공급할 수 있어 적은 양으로 충분한 영양을 섭취하려는 소비 수요에 대응할 수 있다는 것이다. 다만 국내 1인당 연간 수산물 소비량은 2019년 70.2kg에서 2023년 60.9kg으로 감소한 만큼, 기존의 대용량 원물 중심 유통과 손질·조리 부담 등을 개선하고 변화하는 소비방식에 맞춘 제품 개발이 필요하다고 지적했다.

이에 연구진은 국내 수산식품산업의 대응 방향으로 ▲소량·간편·고영양 중심의 제품 재설계 ▲품목별 영양정보 및 1회 제공량 표시 강화 ▲수산물 유래 기능성 소재 연구·개발 ▲변화하는 소비 수요에 맞춘 수출 상품화 등을 제안했다. 구체적으로는 생선 원물의 소포장과 손질 간편화, 1~2인용 회 메뉴 개발, 고단백·저나트륨 가공식품 확대 등을 제시했다. 아울러 정부 차원에서도 수산물의 영양·건강 효과에 대한 과학적 근거를 축적하고, 식생활교육과 소비정책을 단순한 소비량 확대에서 영양적 가치와 식품 선택을 함께 고려하는 방향으로 발전시킬 필요가 있다고 강조했다.

한국해양수산개발원 조정희 원장은 “식품 소비가 양보다 영양적 가치와 편의성을 중시하는 방향으로 변화하면서 수산식품산업에도 새로운 대응이 요구되고 있다”며 “우리 수산물이 가진 다양한 영양적 강점을 바탕으로 소비자의 변화하는 수요에 맞는 제품과 시장을 발굴하고, 수산식품산업의 경쟁력을 높여 나갈 필요가 있다”고 말했다.

※ 이 보도자료와 관련하여 더욱 자세한 내용이나 취재를 원하시면 수산연구본부 수산식품·신산업실 이동림 전문연구원(051-797-4544)에게 연락해 주시기 바랍니다.

GLP-1 시대, 우리 수산식품산업의 대응 방향

비전	적게 먹는 시대, 건강한 식생활을 이끄는 수산식품	
주요 배경	- GLP-1 비만치료제 확산으로 식품 소비 기준이 '양'에서 '영양밀도'로 이동 - 투여가격 장벽 완화에 따른 GLP-1 보급 및 소비 변화 확산 가능	
대응 방향	정부 제도연구 기반 마련	① (지표·소비 분석) 수산물의 영양 기여도 지표 검토 및 GLP-1 사용자 영양섭취 실태 분석 ② (제도 대비) GLP-1 관련 표시 동향과 국내 적용 가능성 검토 ③ (특화 연구) 수산물 및 유래 성분의 영양·포만감·체중 관리 효과 검증 ④ (임상 연계) 의료기관·약국 영양상담과 수산물 식단 정보 연계 ⑤ (협력 체계) 정부 R&D와 연계한 연구기관·대학병원 공동연구 추진
	업계 제품 개선과 시장 확대	① (표시 강화) 품목별 영양적 강점과 1회 제공량 표시 확대 ② (수출 연계) 주요 시장의 GLP-1 소비자 수요에 맞춘 수출 상품화 추진 ③ (제품 재설계) 원물 소분·소포장, 고단백 연육 제품 및 소량 식사형 메뉴 확대 ④ (영양 균형) 저나트륨 및 부족 영양소 강화 제품 개발 ⑤ (소재화 연계) 검증된 수산 유래 소재의 개발 및 사업화
	소비자 식생활 변화에 맞춘 선택 지원	① (소비가치) 품목 조합을 통한 균형 있는 영양 섭취를 새로운 소비가치로 제시 ② (인식 확산) 식생활교육과 홍보에 영양밀도 관점을 반영하고 영양정보 활용 안내 ③ (대상별 안내) GLP-1 사용자·중단자·고령자별 수산물 활용 식사 가이드 제공 ④ (소비방식) 수산물을 활용한 균형 잡힌 식단 모델 개발과 간편 레시피 보급 ⑤ (섭취 기회 확대) 공공급식과 식생활교육을 통한 고령층 및 미래세대의 수산물 섭취 활성화