

청소년 건강정책 근거 마련을 위한 2026년 청소년건강행태조사 시작

- 전국 800개 중·고등학교 재학생 약 6만 명 대상으로 건강행태에 관한 익명성 자기기입식 온라인 조사 실시
- 2026년은 정신건강, 인터넷중독, 건강형평성 등 심층조사 실시

질병관리청(청장 임승관)은 6월 8일(월)부터 7월 3일(금)까지 청소년 건강행태 실태를 파악하고 관련 정책 수립의 기초자료로 활용하기 위해 「제22차(2026년) 청소년건강행태조사」를 실시한다.

청소년건강행태조사는 2005년부터 교육부와 공동으로 실시하고 있으며, 매년 전국 800개 중·고등학교를 표본학교로 선정 후 재학생 약 6만 명을 대상으로 진행된다.

< 청소년건강행태조사 개요 >

- (조사대상) 전국 800개 중·고등학교 학년별 1개 학급씩 총 2,400개 학급, 재학생 약 6만명
- (조사기간) '26년 6월 8일 ~ '26년 7월 3일
- (조사내용) 흡연, 음주, 식생활, 신체활동, 정신건강, 손상 및 안전의식 등
- (조사방법) 학교 수업시간 내 모바일 기기(스마트폰 등)를 활용한 익명성 자기기입식 조사

조사내용은 흡연, 음주, 신체활동, 정신건강 등 건강행태와 관련된 100여개 문항으로 구성되어 있으며, 2018년부터 다양한 수요를 반영하기 위해 순환조사체계를 도입하여 조사 영역별 3년 주기로 심층 문항을 조사하고 있다.

2026년에는 정신건강, 인터넷중독, 건강형평성 등에 대한 심층 문항이 포함된다. 청소년의 정신건강 특성을 보다 구체적으로 파악하기 위해 ‘우울증 선별도구(PHQ-9, Patient Health Questionnaire-9)’를 신규 도입하였고, ‘스트레스 원인’, ‘외로움’, ‘주관적 행복감’ 등을 추가 조사할 계획이다.

또한 ‘스마트폰 과의존’, ‘경제적 도움을 받은 경험’ 등을 추가 조사하여 변화하는 건강행태와 건강격차 수준을 파악하여 실효성 있는 정책 수립에 활용할 계획이다.

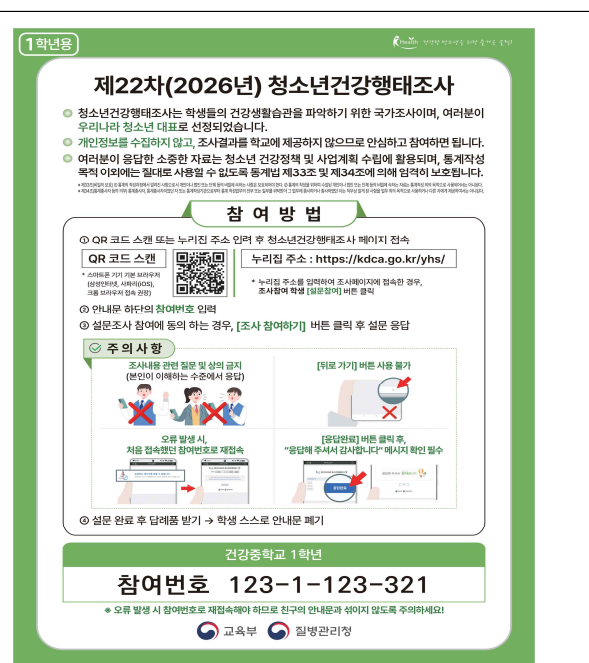
아울러 지역단위 통계 산출 수요를 제출한 경기 파주시, 전남 순천시와 협력하여 각 지역의 청소년 건강통계 생산을 지원*한다.

* 표본학교 및 학급 선정, 담당교사 교육, 조사시스템 공유, 통계 생산 등

조사는 조사지원 담당 교사의 협조를 받아 학교 수업 시간 내 익명성 자기기입식 온라인 조사 방식으로 진행하고 있다. 학생들은 스마트폰 등 모바일 기기로 QR코드를 인식하여 조사페이지(<http://kdca.go.kr/yhs/>)에 접속하고, 개인별 부여된 참여번호를 입력 후 조사에 참여하게 된다.



<청소년건강행태조사 누리집>



<대상자용 안내문(예)>

임승관 질병관리청장은 “청소년건강행태조사는 청소년 건강정책 수립에 소중한 자료로 활용되므로 표본으로 선정된 학교 및 학생들의 적극적인 참여를 부탁드립니다.”라고 당부하였다.

아울러 “앞으로도 청소년의 최신 건강 문제 및 정책 수요를 시의성 있게 반영하여 조사의 활용도를 더욱 높이고, 지역 수요를 반영하여 시·군·구 단위 청소년 건강 통계 생산 지원을 지속함으로써 지역 건강정책 근거를 강화하고자 한다.”라고 전했다.

또한 “효율적인 조사 운영과 조사결과를 반영한 청소년건강정책 수립을 위해 교육부 등 관계부처와 지속적으로 협력해 나가겠다.”라고 덧붙였다.

청소년건강행태조사 관련 상세 내용과 통계집 및 원시자료는 질병관리청 청소년건강행태조사 누리집*에서 확인할 수 있다.

* 청소년건강행태조사 누리집(<http://kdca.go.kr/yhs/>) > 결과공유 > 통계집, 원시자료

- <붙임> 1. 청소년건강행태조사 개요
2. 청소년건강행태조사 주요결과('16-'25년)
3. 제22차(2026년) 청소년건강행태조사 항목
4. 제22차(2026년) 청소년건강행태조사 홍보자료

담당 부서	만성질환관리국 건강영양조사분석과	책임자	과 장	오경원	(043-719-7460)
		담당자	연구관	김선자	(043-719-7461)
			연구사	김선자	(043-719-7485)
			연구원	김양하	(043-719-7494)

□ **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**

○ ('05년) 「국가 만성병 감시체계 구축 계획」 일환으로 도입, 교육부와 매년 공동 실시

○ ('12년) 조사결과 활용의 시의성 확보를 위해 조사시기 변경(9월→6월)

○ ('18년) 조사명 변경(청소년건강행태온라인조사→청소년건강행태조사) 및 3년 주기 순환조사체계* 도입

* 매년 실시하는 문항+영역별(흡연, 음주 등) 심층 문항(3년 주기)을 추가하여 조사

○ ('23년) 조사기기(PC → 모바일) 변경

□ **조사내용**

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

* 시·도 단위 통계산출을 위해 학교급을 고려한 800개교(모집단 학교 수의 약 15%) 추출

○ (조사방법) 익명성 자기기입식 온라인조사

* 학교 수업시간 내 조사지원 담당교사 감독 하에 모바일 기기(스마트폰 등) 활용 조사

○ (조사시기) 6-7월

○ (조사내용) 흡연, 음주, 식생활, 신체활동 등 14개 영역*, 약 100개 문항

* 흡연, 음주, 신체활동, 식생활, 비만 및 체중조절, 정신건강, 손상 및 안전의식, 구강건강, 개인위생, 성행태, 약물, 인터넷중독, 건강형평성, 폭력 등

□ **결과활용**

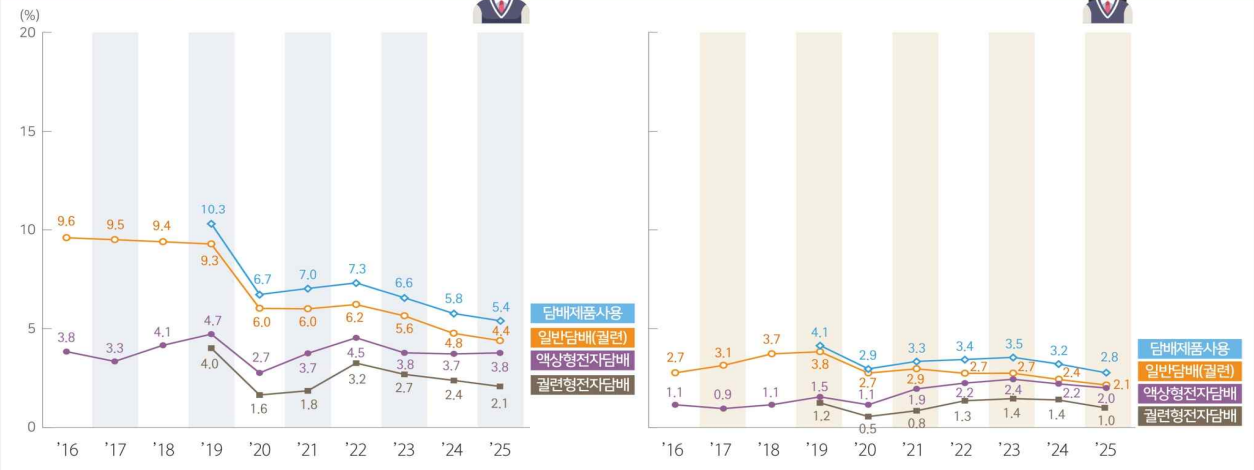
○ 결과발표회 개최(11.30.), 통계집 발간 및 원시자료* 공개(12월)

* 원시자료 이용건수: 37,704건('05-'25년 누적)

붙임 2

청소년건강행태조사 주요결과('16-'25년)

흡연



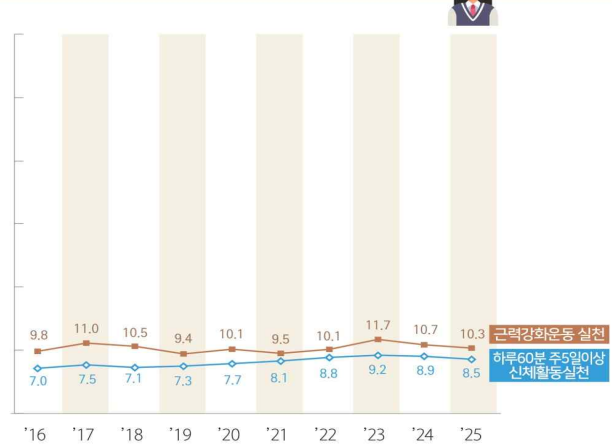
- * 담배제품 현재 사용률 : 최근 30일 동안 1일 이상 일반담배(궐련) 또는 궐련형 전자담배 또는 니코틴이 포함된 액상형 전자담배를 사용한 분율
- * 현재 흡연율(일반담배(궐련)) : (~'18년) 최근 30일 동안 1일 이상 흡연한 분율; ('19년~) 최근 30일 동안 1일 이상 일반담배(궐련)를 흡연한 분율
- * 액상형 전자담배 현재 사용률 : 최근 30일 동안 1일 이상 니코틴이 포함된 액상형 전자담배를 사용한 분율
- * 궐련형 전자담배 현재 사용률 : 최근 30일 동안 1일 이상 궐련형 전자담배를 사용한 분율

음주



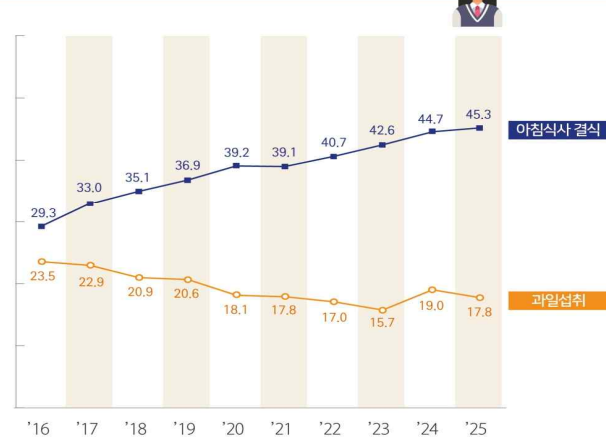
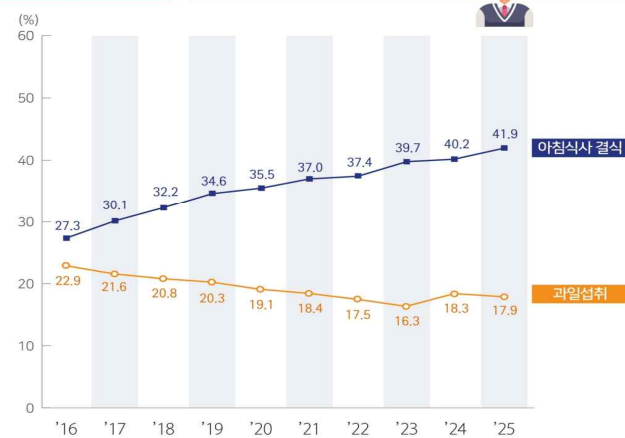
- * 현재음주율 : 최근 30일 동안 1잔 이상 술을 마신 적이 있는 분율
- * 위험음주율 : 최근 30일 동안 1회 평균 음주량이 중등도 이상(남자 소주 5잔 이상, 여자 소주 3잔 이상)인 분율

신체활동



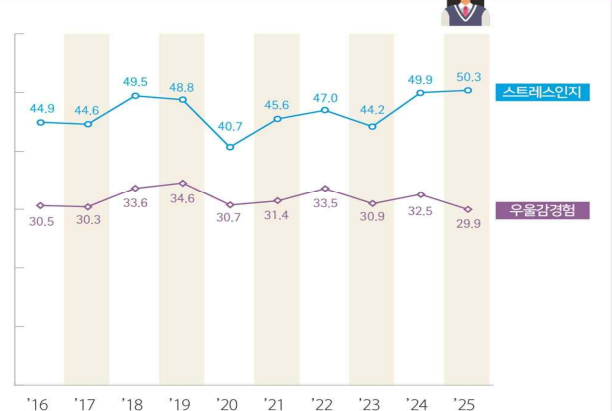
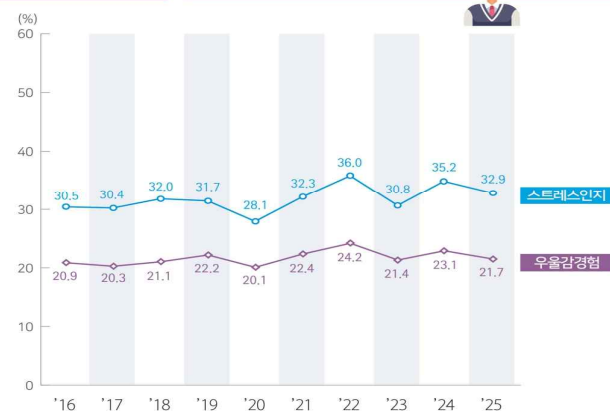
- * 하루 60분 주 5일 이상 신체활동 실천율 : 최근 7일 동안 운동 종류 상관없이 심장박동이 평상시보다 증가하거나, 숨이 찬 정도의 신체활동을 하루에 총합이 60분 이상 한 날이 5일 이상인 분율
- * 주 3일 이상 근력강화운동 실천율 : 최근 7일 동안 근력강화운동(팔굽혀펴기, 윗몸일으키기, 역기 들기, 아령, 철봉, 평행봉 등)을 3일 이상한 분율

식생활



- * 주 5일 이상 아침식사 결식률 : 최근 7일 동안 아침식사를 5일 이상 먹지 않은 분율
- * 일 1회 이상 과일 섭취율 : 최근 7일 동안 1일 1회 이상 과일(과일주스 제외)을 먹은 분율

정신건강



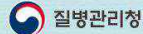
- * 우울감 경험률 : 최근 12개월 동안 2주 내내 일상생활을 중단할 정도로 슬프거나 절망감을 느낀 적이 있는 분율
- * 스트레스 인지율 : 평상시 스트레스를 '대단히 많이' 또는 '많이' 느끼는 분율

영역	문항수	세부 조사항목
합계	105	
흡연	17	(일반담배(궤련)) 평생/월간 흡연 경험·시작시기, 월간 흡연량, (액상형 전자담배) 평생/월간 사용 경험·시작시기, (궤련형 전자담배) 평생/월간 사용 경험·시작시기, 월간 사용량, 담배 구매 용이성, 금연 시도 경험, 가정/공공장소 실내 간접흡연, 담배제품 외 니코틴(또는 유사 물질) 함유제품 사용 경험, 사용하는 제품
음주	6	평생 음주 경험, 처음 음주 경험연령, 월간 음주빈도, 월간 음주량, 만취 경험, 주류 구매 용이성
신체활동	7	하루 60분 이상 신체활동 일수, 고강도 신체활동 일수, 근력강화운동 일수, 주중/주말 앉아서 보내는 시간, 주간 체육시간 운동 횟수, 참여 스포츠클럽 수
식생활	8	아침 결식, 과일/채소(김치포함)/패스트푸드/단맛음료/고카페인음료/물/제로음료 섭취 횟수
비만 및 체중조절	3	신장, 체중, 주관적 체형인지
정신건강	18	스트레스 인지, 우울감 경험, 자살 생각/계획/시도, 스트레스 원인, 외로움, 주관적 행복감, PHQ-9**, 생명존중 교육
수면건강	3	주관적 수면 충족, 주중/주말 잠든시간·일어난시간
손상 및 안전의식	4	안전벨트 착용(앞/뒷좌석, 고속버스), 학교 손상으로 인한 병원치료
구강건강	3	하루 동안 칫솔질, 학교 점심식사 후 칫솔질 실천, 실란트(치아홈메우기) 경험
개인위생	4	비누 이용 손씻기 실천(학교/집에서 식사 전/화장실 사용 후/외출 후 집에서)
성행태	2	성관계 경험, 피임 경험
약물	3	습관적 및 의도적 평생 약물 사용 경험(먹어본 경험/마신 경험), 유해 약물 오남용 교육
인터넷중독	12	주중/주말 스마트폰 사용 경험, 주중/주말 하루 평균 스마트폰 사용 시간, 스마트폰 과의존
건강 형평성	14	성별, 태어난 연도/월, 학년, 가족구성원, 부모 학력, 부모국적, 학업성적, 주관적 경제적 상태, 현재 거주형태, 경제적 도움을 받은 경험
기 타	1	주관적 건강인지

* '26년 순환조사 영역 및 항목 진하게 표시

** PHQ-9(Patient Health Questionnaire-9)

<조사홍보 포스터>

제22차(2026년) 청소년건강행태조사

**건강한 청소년을 위한 즐거운 클릭!
여러분의 참여가 정책이 됩니다!**



청소년건강행태조사란?

학생들의 건강생활습관을 파악하기 위해
교육부와 질병관리청이 매년 공동으로 실시하는 조사입니다.



응답한 자료는 어떻게 활용되나요?

응답한 자료는 **청소년의 건강을 위한 정책 및 사업을 추진하는 데 근거자료로 활용**됩니다.



조사에 솔직하게 응답해도 될까요?

조사에 참여한 사람이 누구인지 **개인정보를 수집하지 않습니다.**
또한 조사결과를 학교에도 제공하지 않으니 **솔직하게 응답해 주세요.**



조사 대상 전국 800개 학교, 중1~고3 학생 약 6만 명

조사 내용 흡연, 음주, 신체활동, 식생활 등 건강행태

조사 방법 익명성 자기기입 온라인조사

조사 기간 2026. 6. 8.(월) ~ 7. 3.(금)



더 자세한 내용은 **청소년건강행태조사 누리집**을 참고하세요.

<카드뉴스>



2026.3.27. 

청소년건강행태조사, 언제, 어떻게 조사하나요?

청소년건강행태조사는 온라인 설문조사로 진행됩니다.

대상자로 선정된 학생은 학교 수업시간에 스마트폰 등을 사용하여 누리집에 접속 후, 조사에 참여하실 수 있습니다.



5/8

2026.3.27. 

응답 내용은 보호되나요?

개인정보를 수집하지 않는 익명성 조사이며, 조사결과도 학교에 제공하지 않습니다.

또한 수집된 자료는 통계법 제33조에 의해 비밀이 보장됩니다. 안심하고 솔직하게 응답하셔도 됩니다.



6/8

2026.3.27. 

청소년건강행태조사, 결과는 어떻게 활용되나요?

수집된 자료는 우리나라 청소년의 건강정책 개발 및 국가 간 건강수준 비교 시 근거자료로 활용됩니다.

중·고등학생 유산소 신체활동 실천율*

연도	'20	'21	'22	'23	'24	'25
실천율 (%)	5.3	4.9	6.1	6.4	6.7	6.7

HP2030 목표치** 19.3%

'30

* 중·고등학생 중 주 3회 이상 고강도 신체활동을 포함하여, 매일 한 시간 이상의 중강도 이상의 유산소 신체활동을 실천한 분을
 ** 국민 건강증진을 위한 국가 계획(제5차 국민건강증진종합계획, HP2030)의 목표치.
 청소년건강행태조사 자료를 활용하여 달성 여부 확인

7/8

2026.3.27. 

건강한 청소년을 위한 즐거운 클릭!

더 자세한 내용은 누리집을 참고해 주세요.



<https://kdca.go.kr/yhs/>

8/8