

온라인 신선식품 플랫폼의 확산과 보험회사의 대응

조재일 연구위원, 김경선 연구위원

요약

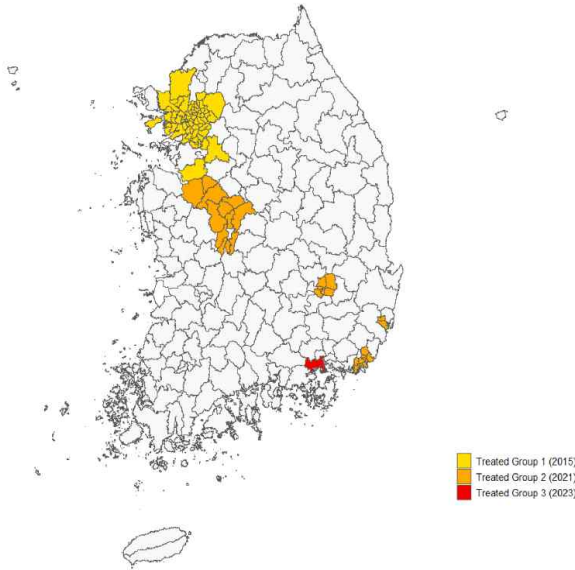
- 건강에 대한 소비자 관심이 증가함에 따라, 온라인 식료품 플랫폼은 소비자에게 건강한 식재료를 공급하는 신선식품 서비스를 제공하고 있음
 - 식료품 플랫폼은 소비자가 건강한 식재료를 온라인으로 손쉽게 구입하고 배송받을 수 있는 서비스를 제공·확장함
 - 식료품 플랫폼은 '새벽배송' 서비스로 식재료를 주문한 다음 날 아침까지 배송해 주는 시스템을 운영하고 있으며, 코로나19 이후에는 도시를 중심으로 서비스 지역을 확장하고 있음
- 국내의 온라인 신선식품 플랫폼은 신체 활동 증가, 체질량지수(BMI) 및 고혈압 감소, 정신 건강 개선 등 전반적인 건강 증진에 기여하고 있음
 - 온라인 식료품 플랫폼은 신선식품에 대한 소비자 접근성을 높여 건강한 식단 선택을 촉진할 뿐만 아니라, 플랫폼 이용자들의 건강 관련 긍정적인 행동 변화를 유도할 수 있음
 - 온라인 식료품 플랫폼 운영 지역에서는 타 지역에 비해 플랫폼 운영 전후로 걷기 시간이 평균 6.66% 증가하고 BMI는 0.22% 감소하였으며, 고혈압 유병률은 3.32% 감소한 것으로 나타남
 - 온라인 식료품 플랫폼 운영 지역에서는 우울증 발생률이 시간이 지나면서 감소해 장기적으로 정신 건강 향상에 기여하고 있음
- 보험회사는 신선식품 플랫폼과 연계하여 건강 식단 구매 내역 및 건강지표 개선 정도에 따라 리워드를 제공하고, 맞춤형 건강관리 프로그램 운영을 통해 가입자의 건강관리를 지원할 수 있음
 - 보험회사는 가입자가 식료품 플랫폼을 통해 구입한 신선식품 구매 내역을 보험회사에 제출하고 건강지표가 개선되면, 신선식품을 구매할 수 있는 포인트 형식으로 리워드를 제공하는 방안을 고려할 수 있음
 - 보험회사는 건강 데이터와 식단 내역을 바탕으로 개인별 맞춤형 건강관리 피드백을 제공하고, 건강 행동 개선에 따라 보험료 조정이 이루어지는 보험상품을 개발·제공할 수 있음
- 보험회사는 신선식품 플랫폼 및 지역사회단체와 협력하여 취약계층의 건강 개선을 위한 사회적책임 활동을 실천함으로써, 지역 사회의 건강 향상에 기여하는 동시에 브랜드 이미지를 강화할 수 있음
 - 보험회사는 신선식품 플랫폼과 연계하여 취약계층에게 다양한 식품을 지원하고, 건강한 식습관 형성과 예방적 건강관리를 통해 지역 사회의 건강 증진에 기여할 수 있음
 - 보험회사는 사회공헌활동을 통해 보험업계에 대한 소비자 인식을 개선하고, 장기적으로 고객 신뢰와 충성도를 확보할 수 있음

1. 검토 배경

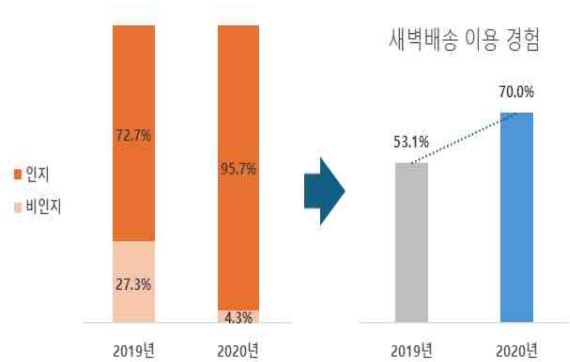
○ 건강에 대한 소비자의 관심이 증가함에 따라, 온라인 식료품 플랫폼은 신선식품 서비스를 제공하며 시장을 확장하고 있음

- 국민소득과 고령인구가 증가함에 따라, 건강기능식품 및 건강한 식단에 대한 소비자 선호가 증가하고 있음¹⁾
- 식료품 플랫폼은 소비자 수요에 대응하여 신선하고 건강한 식재료를 온라인으로 간편하게 구입하고 배송받을 수 있는 서비스를 제공·확장하고 있음
 - 온라인 식료품 플랫폼은 '새벽배송' 서비스를 통해 식재료나 반찬 등 빠른 배송이 필요한 상품을 전날 오후 11시 까지 주문하면 다음 날 아침까지 배송해 줌
 - 특히 코로나19 이후 온라인 쇼핑을 통한 식품 거래액이 증가하고 있으며,²⁾ 쿠팡, 컬리와 같은 온라인 신선식품 플랫폼은 도시 지역을 중심으로 서비스를 확장하고 있음(그림 1), <그림 2> 참조)

<그림 1> 컬리(Kurly)의 새벽배송 서비스 지역 확장 현황



<그림 2> 새벽배송 서비스 인지 여부 및 이용 경험



자료: An, Cho, and Park(2025), "Hunting for fresh food: The impact of online fresh food platforms on health", *Health & Place*, 91, 103400

주: 수도권에 거주하는 만 19세~59세 성인 남녀 1,000명을 대상으로 실시한 '새벽배송' 서비스 관련 인식 조사 결과임
 자료: 트렌드모니터(2020), "2020 새벽배송 서비스 관련 인식 조사"

○ 온라인 식료품 플랫폼은 시간적 여유가 부족한 소비자에게 건강한 식재료를 손쉽게 공급함으로써 식습관 개선과 건강 증진에 기여하고 있음

- 소비자가 온라인을 통한 식료품 구매를 하는 이유는 편리함과 시간 절약 등이며,³⁾ 식료품 구매에서 중요시하는 요인은 건강임⁴⁾

1) 이미디어(2021. 12. 28), "식생활 트렌드 다변화, 건강한 식생활에 대한 관심 증가"

2) 대한경제(2024. 2. 13), "신선식품 온라인 식품거래 첫 40조 원 돌파"

3) Raijas and Tuunainen(2001), "Critical factors in electronic grocery shopping", *The International Review of Retail, Distribution and Consumer Research*, 11(3), pp. 255-265

- 2024년 컬리에서 가장 많이 팔린 품목 100개 중 90개는 신선식품 또는 가공되지 않은 식품이고, 8개는 냉동 및 가공식품, 2개는 일반 식료품이었음
- 취약계층의 경우 신선식품 플랫폼 활용이 적은 한편, 인플레이션 등으로 인해 이들의 신선식품 접근성은 더 낮아질 수 있음
 - 컬리의 주 고객층은 30~40대 회사원이며, 소득이 높은 가구의 새벽 배송 주문이 더 빈번함⁵⁾
 - 2024년 과일과 채소를 중심으로 한 신선식품 물가지수는 전년 대비 9.8% 증가하여,⁶⁾ 취약계층의 신선식품 접근성이 악화될 수 있음

2. 온라인 신선식품 플랫폼이 건강에 미치는 영향

- 온라인 신선식품 플랫폼은 신체 활동 증가, 체질량지수(BMI) 및 고혈압 감소, 정신 건강 개선 등 전반적인 건강 증진에 기여하며, 이러한 긍정적 효과는 성별과 생활 습관에 따라 차별적으로 나타날 수 있음⁷⁾
 - 온라인 신선식품 플랫폼 이용이 신체 및 정신 건강에 미치는 영향은 지역, 국가, 그리고 시점에 따라 상이할 수 있으나, 전반적으로 건강에 긍정적인 영향을 미친다는 연구 결과가 더 많음⁸⁾
 - 국내 사례를 다룬 최신 연구에 따르면, 온라인 신선식품 플랫폼 이용 지역에서는 타 지역에 비해 플랫폼 운영 전후로 걷는 시간이 평균 6.66% 증가하였으며, 이는 생활 습관 변화와 관련된 긍정적인 결과로 해석됨
 - 단순히 신선식품 구매 및 섭취에 그치지 않고, 이용자들의 건강과 관련된 행동 변화까지 이끌어 내고 있음을 보여줌
 - 신선식품 플랫폼이 운영되는 지역에서는 평균 BMI가 0.22% 감소하였으며, 이는 평균 체형을 가진 성인의 경우 약 1.1~1.8kg의 체중 감량에 해당함
 - 성인이 약 1kg의 체중을 감량할 경우, 고혈압, 당뇨, 고지혈증 등 다양한 성인병 예방은 물론, 심혈관계 질환 발생 위험 또한 크게 감소하는 것으로 알려져 있음⁹⁾
 - 고혈압 유병률은 3.32% 감소한 것으로 나타났으며, 이는 전반적인 건강관리 수준의 향상과 밀접하게 연관된 결과로 해석됨
 - 이러한 감소는 건강한 식단 선택 및 생활 습관의 긍정적인 변화가 누적된 결과로 개인의 지속적인 건강 증진에 기여하는 것으로 판단됨
 - 우울증 발생률은 초기에는 통계적으로 유의미하지 않으나, 시간이 지날수록 감소하는 경향을 보여 7년 이후에는 유의미하게 낮아진 것으로 분석됨
 - 이는 신체 건강의 긍정적인 변화가 장기적으로 정신 건강 향상에도 기여하고 있음을 시사함

4) 팜인사이트(2023. 1. 3), “간편성, 건강, 가치소비 지향 식품소비 트렌드 ‘주목’”

5) 잡코리아(2022. 5. 10), “컬리, 고객/자사/경쟁사를 분석해보자”

(https://www.jobkorea.co.kr/starter/companyreport/view?Inside_No=19678&schCtgr=0&schGrpCtgr=0&Page=1)

6) 통계청 보도자료(2024. 12. 31), “2024년 12월 및 연간 소비자물가동향”

7) An, Cho, and Park(2025), “Hunting for fresh food: The impact of online fresh food platforms on health”, *Health and Place*, 91, 103400

8) Coffino, Udo, and Hormes(2020), “Nudging while online grocery shopping: a randomized feasibility trial to enhance nutrition in individuals with food insecurity”, *Appetite*, 152, 104714

9) 가톨릭대학교 성모병원 평생건강증진센터(2015), 『헬스리네상스 레터』, 제19호(https://healthcare.cmcseoul.or.kr/userfiles/file/2015_winter.pdf)

〈표 1〉 온라인 신선식품 플랫폼이 건강에 미치는 영향

구분	건는 시간	BMI	고혈압 유병률	우울증 발생률
증감 ¹⁾	△ 6.66%	▽ 0.22%	▽ 3.32%	▽ 3.98%
관측치	2,612,792명	2,574,534명	2,309,670명	2,612,142명

주: 플랫폼 비(非)서비스 지역 대비 플랫폼 서비스 지역의 플랫폼 운영 전후 건강 상태 변수의 증감을 의미함

자료: An, Cho, and Park(2025), "Hunting for fresh food: The impact of online fresh food platforms on health", Health & Place, 91, 103400

- 온라인 신선식품 플랫폼이 건강에 미치는 영향과 건강 관련 행동 양상은 여성에게 더 긍정적으로 나타남
 - 이러한 차이는 성별에 따른 식단 선호, 건강 행동, 생활 방식 등의 차이에서 기인한 것으로 해석됨
 - 해당 결과는 성별에 따른 건강 개입의 차별적 효과를 고려하는 것이 중요하며, 인구 집단별로 맞춤형 전략을 통해 건강 결과를 최적화할 수 있는 가능성을 시사함
- 온라인 신선식품 플랫폼은 신선하고 건강한 식품에 대한 접근성을 높여 건강한 식단 선택을 촉진하고, 전반적인 웰빙과 예방적 건강관리를 강화하는 데 기여할 수 있음¹⁰⁾
 - 선진국에서도 건강한 식생활을 방해하는 주요 장벽이 존재하며, 이는 신선식품 접근성 부족, 개인 및 가정의 시간 제약, 그리고 식사 계획 및 준비의 복잡성 등을 포함함
 - 이러한 장벽은 개인이 영양가 있는 식단을 유지하는 데 어려움을 초래하며, 장기적으로 건강 악화로 이어질 수 있음
 - 한편, 우리나라에서도 저소득 취약계층의 신선식품 접근성 부족에 대한 우려가 있음
 - 온라인 신선식품 플랫폼은 건강한 식품에 대한 소비자 접근성을 향상시킴으로써 영양가 있는 식단 선택을 보다 용이하게 함
 - 온라인 식료품 쇼핑은 건강에 좋은 식품과 해로운 식품 모두를 제공하는 양면성을 가지지만, 신선식품 플랫폼은 사용자가 건강에 좋은 옵션을 선택하도록 유도하는 경향이 있음
 - 이러한 플랫폼은 건강한 식품 선택을 일상화함으로써, 대규모 예산이 필요한 공공 보건 정책에 대한 비용 효율적인 대안으로 작용할 수 있음

3. 보험회사 대응 방향

- 보험회사는 신선식품 플랫폼과 연계하여 건강 식단 구매 내역을 바탕으로 건강지표 개선 정도에 따라 리워드 프로그램 운영하여, 가입자의 건강한 식습관 유지와 지속적인 건강관리를 유도하고 소비자 접점을 넓힐 수 있음
 - 보험회사는 신선식품 플랫폼과 제휴하여 건강식 구매 내역을 기반으로 가입자가 리워드 프로그램에 참여할 수 있도록 함으로써, 가입자의 건강한 식습관 유지를 유도하고 건강에 관심이 많은 미래 고객을 선점할 수 있음
 - 이는 가입자가 온라인 신선식품 플랫폼을 통해 구입한 건강한 식료품 구매 내역을 보험회사에 제출하면, 해당 플랫폼에서 추가적인 상품 등을 구매할 수 있는 포인트 형식의 리워드를 제공하는 프로그램임

10) An, Cho, and Park(2025), "Hunting for fresh food: The impact of online fresh food platforms on health", Health and Place, 91, 103400

- 보험회사는 일정 기간 건강 식단을 유지하는 가입자에게 추가 리워드를 제공하여 지속적인 건강관리에 대한 인센티브를 부여할 수 있음
 - 식습관뿐만 아니라 BMI 개선 및 혈압 수치 감소와 같은 건강 지표의 개선 여부에 따라 리워드를 차등적으로 제공함으로써, 가입자의 적극적인 건강관리 참여를 유도할 수 있음
 - 보험회사는 가입자의 건강 상태와 목표에 맞춘 맞춤형 식단 프로그램을 개발해, 가입자가 최적화된 식단을 실천하며 건강을 개선할 수 있도록 지원할 수 있음
 - 가입자는 보험회사의 식단 관련 피드백을 반영해 식단을 지속적으로 개선하고, 보험회사는 가입자의 서비스 만족도 평가를 바탕으로 개인별 맞춤형 식단을 업데이트하는 프로그램을 운영할 수 있음
 - 이는 빠르게 성장하는 쿠팡, 컬리와 같은 온라인 커머스 플랫폼과 보험회사가 상호 이익을 창출할 수 있는 방안임
- 보험회사는 신선식품 플랫폼이 축적한 건강 데이터와 식단 내역을 바탕으로 리스크 평가와 고위험군 맞춤 관리를 통해 건강보험 가입자의 질병 위험을 낮출 수 있음¹¹⁾
- 다양한 가입자의 식단 및 건강 데이터를 수집·분석해 미래 질병 발생 가능성을 예측하는 빅데이터 분석 시스템을 구축하여 건강 증진 프로그램 개발 등에 사용할 수 있음
 - 가입자의 식습관, 운동 습관 등 다양한 건강 데이터를 종합적으로 평가하여 개인별 건강 프로파일을 체계적으로 작성할 수 있음
 - 보험회사는 적절한 리스크 평가를 통해 효과적인 건강보험상품을 설계하고, 이를 바탕으로 가입자에게 맞춤형 보험서비스를 제공하며 장기적인 건강관리까지 지원할 수 있음
 - 보험회사는 고위험군 가입자의 식단 내역을 모니터링하고 맞춤형 건강관리 프로그램을 통해 질병 위험을 낮추며, 이러한 건강 정보를 기반으로 보험료를 책정하는 동적 프리미엄 조정 보험상품 개발을 고려해 볼 수 있음
 - 동적 프리미엄 조정 보험(Dynamic Pricing Insurance)은 가입자의 건강 데이터에 따라 보험료가 실시간으로 조정되는 상품을 의미함
 - 고위험군은 건강 상태를 개선할 경우 즉각적인 보험료 감면 혜택을 받을 수 있어, 건강관리 동기를 높이는 효과가 있음
- 보험회사는 신선식품 플랫폼 및 지역자치단체와 협력하여 취약계층에 도움을 주어, 지역사회의 복지 증진과 공공 건강 향상에 기여하는 동시에 브랜드 이미지를 강화할 수 있음
- 보험회사는 신선식품 플랫폼 및 지역자치단체와 함께 취약계층에 대한 신선식품 배포 행사 등을 주최함으로써, 지역사회의 건강 및 후생 증진에 기여하고 보험회사의 사회적 책임(CSR)을 실현할 수 있음
 - 이러한 사회공헌활동은 보험업계에 대한 소비자의 부정적 인식을 해소하고, 보험회사가 리스크관리와 보장 제공을 넘어 예방적 건강관리와 사회적 가치 창출에 기여하는 기관으로 발전하는 데 도움을 줄 수 있음
 - 온라인 신선식품 플랫폼을 활용한 ESG 경영은 장기적으로 보험회사가 지역사회에서 신뢰받는 파트너로 자리매김하고, 고객 신뢰와 충성도 확보를 통해 보험시장에서 차별화된 경쟁력을 갖추는 데 도움이 될 수 있음

11) 단, 보험회사는 소비자의 동의를 전제로, 개인정보 침해 이슈가 없는 선에서 제한적으로 건강 데이터 활용을 고려해 볼 수 있음