

## 한국의 1인당 연간 커피 소비량(416잔), 아시아태평양 지역 중 1위!

대한민국 골목상권에서 ‘커피 전문점(10.6만 개)’은 이제 편의점보다 2배가량 많아 흔한 일상 풍경이 되었다. 한국 성인의 1인당 연간 커피 소비량은 무려 416잔, 아시아태평양 지역 평균(57잔)을 7배 이상 웃도는 독보적인 1위이자, 명실상부한 ‘카페인 공화국’임을 보여주는 수치다.

이 거대한 카페인 열풍은 이제 교실 안 청소년들에게도 고스란히 이어지고 있다. 한국청소년정책연구원의 ‘청소년 유해약물 사용 실태 및 정책방안 연구’에 따르면 중고생 10명 중 6명 이상이 최근 6개월 내 고카페인 음료를 섭취한 적이 있는 것으로 조사됐다.

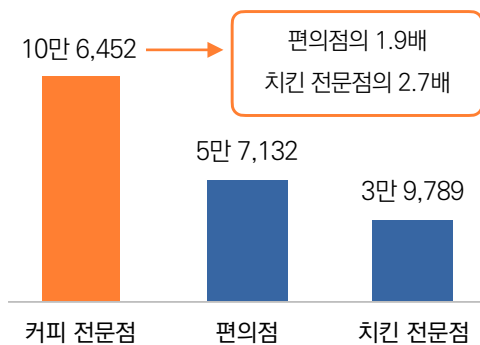
이번 <넘버즈 341호>에서는 아침을 깨우는 성인의 힐링 루틴부터 밤을 버티는 청소년의 학업 도구까지, 대한민국 일상을 지탱하는 카페인 의존의 명암을 통계로 짚어본다.

**일러두기** ■ 본 리포트에서는 개신교를 기독교로 천주교는 가톨릭으로 기재합니다. ■ 본 리포트에서 사용한 자료는 저작권법을 준수합니다. ■ 본 리포트의 데이터는 소수점 첫째 자리에서 반올림하여 정수로 표기하였으므로, 보고서 상에서 표기된 값의 합이 100%가 되지 않을 수 있습니다. ■ 복수 응답 문항의 비율은 그 합이 100%를 초과할 수 있습니다. ■ 본 리포트는 저작권법에 의해 각각의 통계마다 그 자료의 출처(생산자)를 의무적으로 명기하고 있습니다. 자료를 인용하실 경우, 원자료 출처(생산자)와 목회데이터연구소 자료임을 반드시 밝혀주시기 바랍니다.

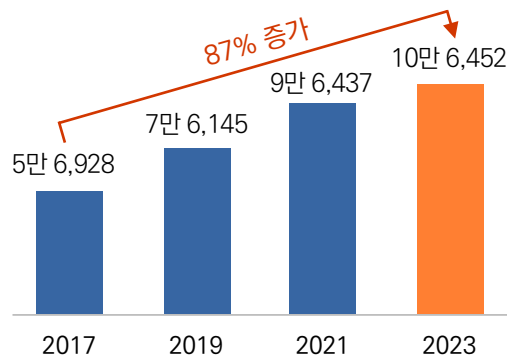
## ‘커피 전문점’ 10만 개 돌파, 지난 6년 사이 87% 증가

- 대한민국 골목상권에서 커피 전문점이 차지하는 위상은 독보적이다. 국가데이터처(전 통계청)의 전국사업체조사 자료에 따르면, 2023년 기준 국내 ‘커피 전문점’ 사업체 수는 10만 6,452개로 집계되며 10만 개를 넘어섰다. 6년 전인 2017년(5만 6,928개)과 비교하면 87%나 급증했음을 알 수 있다.
- 이는 일상에서 가장 흔하게 볼 수 있는 편의점(5만 7,132개)과 비교해도 2배에 가까운(1.9배) 수치이며, 국민 야식으로 꼽히는 치킨 전문점(3만 9,789개)보다는 2.7배나 많은 압도적인 규모다.

[그림] 주요 업종별 사업체 수 비교 (2023, 개)



[그림] 커피 전문점 갯수 추이 (개)

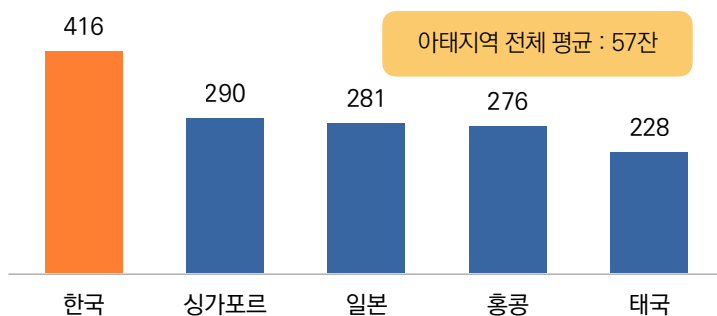


※출처 : 국가데이터처(KOSIS), 전국사업체조사, 시도·산업·사업체구분별 사업체수, 종사자수('20~), 2026.06.  
([https://kosis.kr/statHtml/statHtml.do?orgId=101&tblId=DT\\_1K52D01&conn\\_path=I3](https://kosis.kr/statHtml/statHtml.do?orgId=101&tblId=DT_1K52D01&conn_path=I3))

## 한국의 1인당 연간 커피 소비량(416잔), 아시아태평양 지역 중 1위!

- 글로벌 시장조사기관 유로모니터 자료에 따르면, 2024년 기준 한국 성인의 1인당 연간 커피 소비량은 416잔(일 평균 1.14잔)으로 집계되며, 아시아태평양(APAC) 지역 주요국(21개국) 가운데 독보적 1위를 차지했다.
- 이는 조사 대상인 아시아태평양 지역 평균(57잔)보다 무려 7.3배나 많은 수치다. 아태지역 내에서 커피 소비가 활발한 편인 싱가포르(290잔), 일본(281잔), 홍콩(276잔) 등과 비교해도 한국이 연 100잔 이상 압도적으로 많이 마시는 것으로 나타났다.

[그림] 아시아태평양 지역 1인당 연간 커피 소비량 (2024, 잔)



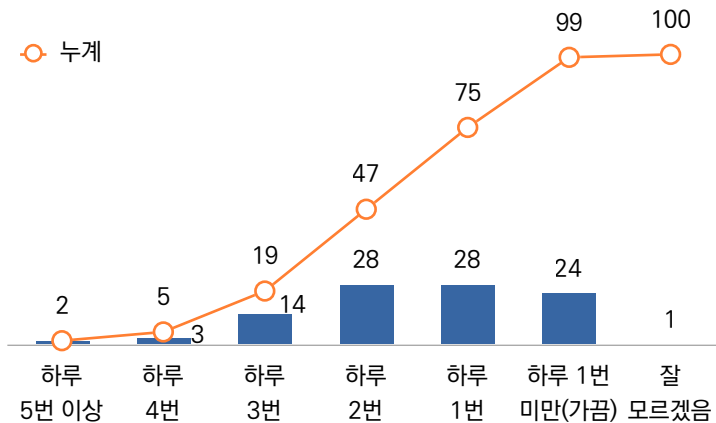
※출처 : 동아일보, 1인당 커피 416잔 소비... 카페가 치킨집-편의점보다 많아, 2025.03.01.  
(<https://www.donga.com/news/Economy/article/all/20250228/131126969/2>)

※원출처 : 유로모니터 인터넷서널

## 50대 이상 10명 중 3명, 하루 3잔 이상 마신다!

- 우리나라 커피 음용자의 하루 평균 음용 횟수를 조사한 결과, '하루 1번 미만'(가끔)으로 마신다는 응답은 24%에 불과했으며, 이를 제외한 전체 응답자 4명 중 3명(75%)이 하루 1번 이상 커피를 소비하고 있었다.
- 구체적으로는 '하루 1번'과 '하루 2번' 마신다는 응답이 각각 28%로 가장 높았고, '하루 3번 이상' 마시는 고빈도 소비층도 19%에 달했다. 특히 50대 이상의 경우 하루 3잔 이상 커피를 마신다는 비율이 전체 평균(19%)을 크게 웃돌아, 연령대가 높을수록 일상 속 카페인 섭취 빈도가 더 잦은 경향을 보였다.

[그림] 하루 평균 커피 음용 횟수 (2025, 일반 국민, N=1,200, %)



[표] 연령별 '하루 3번 이상' 마시는 비율 (2025, 일반 국민, N=1,200)

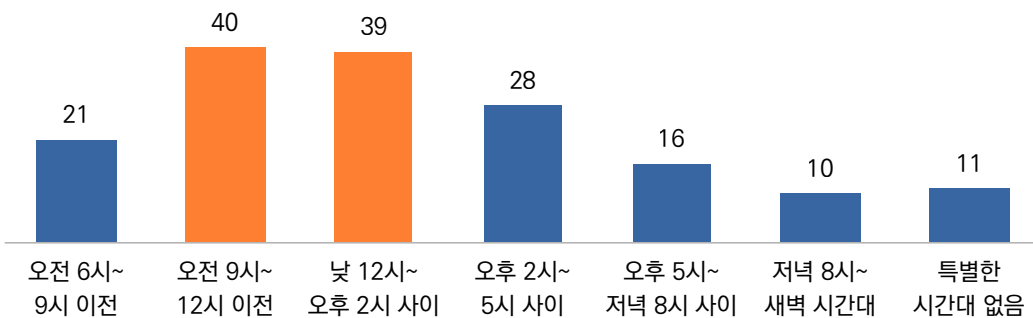
	3잔 이상 비율
전체	19%
13~18세	6%
20대	11%
30대	15%
40대	24%
50대	<b>31%</b>
60대	<b>29%</b>

※출처: 엠브레인 트렌드모니터, 커피 음용 및 디카페인 커피 관련 U&A 조사, 2025. 07. (최근 3개월 이내 커피 음용 경험이 있는 전국 만 13~69세 남녀 1,200명, 온라인 조사, 2025.07.14.~07.15.)

## 한국인이 커피 많이 마시는 시간대, 오전 9시~오후 2시 사이!

- 한국인들이 커피를 가장 집중적으로 소비하는 시간대는 출근 직후부터 점심 식사 직후 사이인 것으로 조사됐다. 커피 음용 시간대(중복응답)를 분석한 결과, '오전 9시~12시 이전'(40%)과 '낮 12시~오후 2시 사이'(39%)가 가장 높게 나타났다.

[그림] 커피 음용 시간대 (2025, 일반 국민, 중복응답, N=1,200, %)



※출처: 엠브레인 트렌드모니터, 커피 음용 및 디카페인 커피 관련 U&A 조사, 2025. 07. (최근 3개월 이내 커피 음용 경험이 있는 전국 만 13~69세 남녀 1,200명, 온라인 조사, 2025.07.14.~07.15.)

## 국민 59%, '커피 타임은 힐링 시간'!

- 커피 음용 관련 인식을 묻은 결과, 일반 국민의 59%가 '커피를 마시는 시간은 나만의 힐링 시간'이라고 답했으며, 동물인 59%는 '커피는 일상적으로 마시는 루틴에 가깝다'고 인식하고 있었다.
- 반면, 커피를 미각적 즐거움보다는 '습관적으로 마신다'는 응답도 47%로 절반에 육박했다. 또한 매일 마시는 커피 특성상 '최대한 저렴한 것을 찾아 마신다'는 비율도 42%를 차지해, 고물가 시대 속에서 커피 등 카페인을 섭취하는 행위가 '정신적 위안(힐링)'을 주면서도 실속을 따지는 '필수 습관'으로 자리 잡았음을 보여준다.

[그림] 커피 음용 관련 인식 (2025, 일반 국민, '매우+약간 그렇다' 비율\*, N=1,200, %)



※출처 : 엠브레인 트렌드모니터, 커피 음용 및 디카페인 커피 관련 U&A 조사, 2025. 07. (최근 3개월 이내 커피 음용 경험이 있는 전국 만 13~69세 남녀 1,200명, 온라인 조사, 2025.07.14.~07.15.)

\*5점 척도

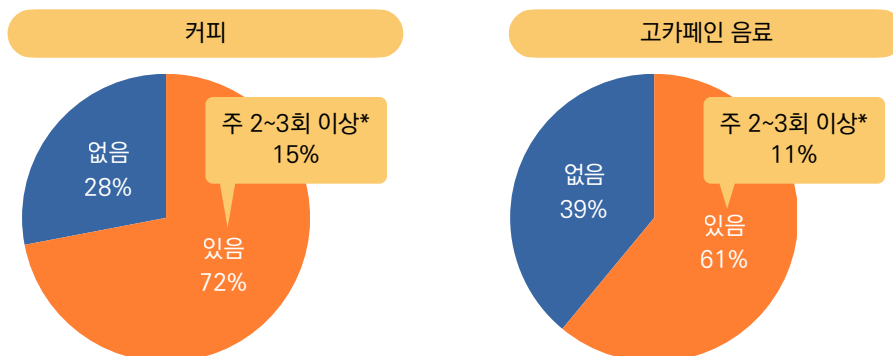
## 03

### [청소년의 카페인 소비 실태]

## 중고생 60% 이상, 최근 6개월 내 고카페인 음료 섭취 경험 있다!

- 최근 6개월 내 청소년의 커피·고카페인 음료 음용 경험을 조사한 결과, 청소년의 72%가 '커피'를 마신 적이 있다고 답했으며, '고카페인 음료(에너지드링크 등)'를 섭취한 비율도 61%에 달해 과반을 훌쩍 넘겼다.
- 단순 경험을 넘어 일상적으로 카페인을 소비하는 청소년의 비중도 적지 않았다. 음용자 중 '주 2~3회 이상(월 10회 이상)' 자주 마신다고 답한 고의존 위험군은 커피가 15%, 고카페인 음료가 11%를 차지했다.

[그림] 커피 및 고카페인 음료 음용 경험 (2025, 최근 6개월 이내, 중고등학생 전체, N=3,384, %)



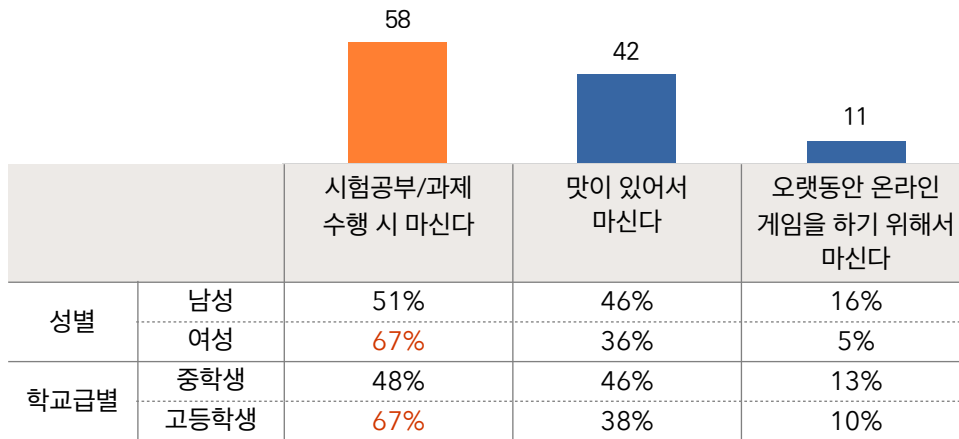
※출처 : 한국청소년정책연구원, 청소년 유해약물 사용 실태 및 정책방안 연구, 2025.12.(전국의 중고등학교 1~3학년 학생 3,384명, 웹 기반 자기기입식 조사, 2025.08.18.~09.10.)

\*원 질문 '한 달에 10회 이상'을 주 기준으로 환산해 '주 2~3회 이상'으로 표현함

## 여학생·고등학생일수록 ‘학업 목적’ 고카페인 섭취 뚜렷!

- 최근 6개월 사이 고카페인 음료 음용 경험이 있는 청소년들에게 고카페인 음료를 마시는 목적(이유)을 물은 결과, 58%가 ‘시험공부나 과제 수행 시 마신다’고 응답해, ‘맛이 있어서 마신다’(42%)는 응답을 앞질렀다.
- 학업 목적의 섭취 경향은 집단별로 차이가 뚜렷했다. 성별로는 여학생(67%)이 남학생(51%)보다 높았고, 학교급별로는 고등학생(67%)이 중학생(48%)보다 월등히 높아 학년이 올라갈수록 학업 압박을 이겨내기 위한 수단으로 고카페인 음료를 선택하는 경향이 강했다.

[그림] 청소년 고카페인 음료 섭취 목적 (최근 6개월간 고카페인 음료 음용 경험 청소년, ‘매우+약간 그렇다’ 비율\*, N=2,070, %)



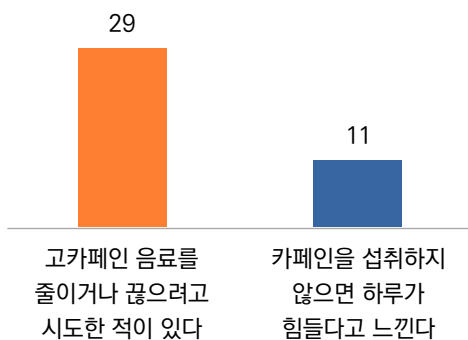
※출처 : 한국청소년정책연구원, 청소년 유해약물 사용 실태 및 정책방안 연구, 2025.12.(전국의 중고등학교 1~3학년 학생 3,384명, 웹 기반 자기기입식 조사, 2025.08.18.~09.10.)

\*5점 척도

## 카페인 섭취 경험 있는 청소년 10명 중 1명, ‘카페인 없인 하루도 힘들다’!

- 청소년들의 카페인 음료 소비가 늘어나면서 이로 인한 의존증과 부작용 징후도 뚜렷해지고 있다. 최근 6개월간 고카페인 음료를 마신 경험이 있는 청소년을 대상으로 조사한 결과, 10명 중 3명꼴인 29%가 ‘고카페인 음료를 즐기거나 끊으려고 시도한 적이 있다’고 답해 스스로 과다 섭취를 인지하고 통제를 시도한 것으로 나타났다.
- 특히 응답 청소년의 11%는 ‘카페인을 섭취하지 않으면 하루가 힘들다고 느낀다’고 응답해, 10명 중 1명꼴로 일상생활에서 카페인 중독 증상을 겪고 있음을 알 수 있다.

[그림] 고카페인 음료 의존 관련 인식 (최근 6개월간 고카페인 음료 음용 경험 청소년, ‘매우+약간 그렇다’ 비율\*, N=2,070, %)



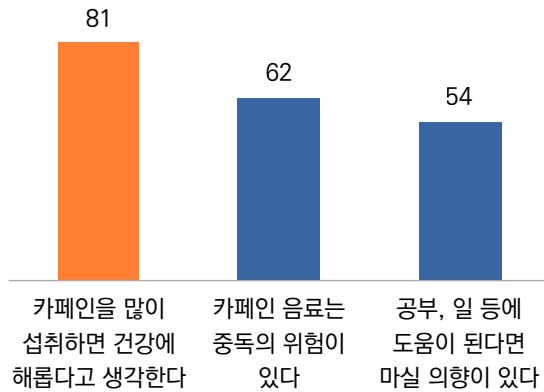
※출처 : 한국청소년정책연구원, 청소년 유해약물 사용 실태 및 정책방안 연구, 2025.12.(전국의 중고등학교 1~3학년 학생 3,384명, 웹 기반 자기기입식 조사, 2025.08.18.~09.10.)

\*5점 척도

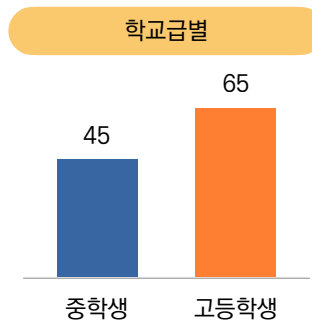
## 청소년 대부분(81%), 카페인 많이 섭취하면 건강에 해롭다!

- 카페인 음료에 대한 학생들의 인식을 살펴보면 청소년의 81%가 '카페인을 많이 섭취하면 건강에 해롭다고 생각했고', 62%가 '중독의 위험이 있다'에 동의했다.
- 절반이 넘는 54%는 '공부 등에 도움이 된다면 마실 의향이 있다'고 응답했는데 이러한 경향은 학업 압박이 커지는 고등학생(65%)이 중학생(45%)보다 훨씬 강하게 나타났다.

[그림] 카페인 음료에 대한 청소년 인식 (중고등학생 전체, '매우+약간 그렇다' 비율\*, N=3,384, %)



[그림] '공부, 일 등에 도움이 된다면 마실 의향이 있다' 긍정률\* (중고등학생 전체, 학교급별, %)



※출처 : 한국청소년정책연구원, 청소년 유해약물 사용 실태 및 정책방안 연구, 2025.12.(전국의 중고등학교 1~3학년 학생 3,384명, 웹 기반 자기기입식 조사, 2025.08.18.~09.10.)

\*5점 척도

## 이번호 요약

### 1. 한국 1인당 연간 커피 소비량(416잔), 아시아태평양 지역 중 1위

글로벌 시장조사기관 유로모니터 자료에 따르면, 2024년 기준 한국 성인의 1인당 연간 커피 소비량은 416잔(일 평균 1.14잔)으로 집계되며, 아시아태평양(APAC) 지역 주요국(21개국) 가운데 독보적 1위였다.

### 2. 국민 59%, '커피 타임은 힐링 시간!'

커피 음용 관련 인식을 묻은 결과, 커피 음용 경험이 있는 일반 국민의 59%가 '커피를 마시는 시간은 나만의 힐링 시간'이라고 응답했다.

### 3. 카페인 섭취 경험 있는 청소년 10명 중 1명, '카페인 없인 하루도 힘들다!'

최근 6개월간 고카페인 음료를 마신 경험이 있는 청소년을 대상으로 조사한 결과, 응답 청소년의 11%는 '카페인을 섭취하지 않으면 하루가 힘들다고 느낀다'고 응답해, 10명 중 1명꼴로 일상생활에서 카페인 중독 증상을 겪고 있었다.

## 함께 보면 좋은 자료

\*아래 제목을 누르면 전체 내용을 보실 수 있습니다.

▶ [서적] 안식의 영성 (두란노서원, 강준민 저)

## 관련 성경 구절

수고하고 무거운 짐 진 자들아 다 내게로 오라 내가 너희를 쉬게 하리라 (마태복음 11장 28절)

## 목회 적용점

커피와 카페인을 이제 단순한 기호식품의 문제를 넘어, 쉬를 잃은 우리 사회가 자신을 버티게 하는 하나의 생존 방식이 되고 있다. 어른들은 커피 한 잔에서 잠시의 위로와 회복을 찾고, 청소년들은 학업의 밤을 견디기 위해 고카페인 음료에 의존한다. 이는 단순히 개인의 습관이나 취향의 문제가 아니라, 우리 사회가 얼마나 피로하고 불안한 구조 속에 놓여 있는지를 보여주는 단면이다.

교회는 이러한 현상을 무절제나 영적 나태로 성급히 판단하기보다, 성도와 다음 세대가 왜 이토록 쉬지 못하는지, 왜 스스로를 끊임없이 깨워야만 하루를 버틸 수 있는지를 먼저 살펴야 한다. 특히 청소년들에게 '고카페인 음료를 마시지 말라'는 표면적인 훈계를 앞세우기보다, 카페인 없이는 하루를 버티기 어렵게 만든 과도한 학업 부담, 경쟁 중심의 문화, 미래에 대한 불안과 정서적 피로를 교회가 먼저 공감해야 한다.

이제 교회는 세상 속에서 안식을 잃어버린 이들에게 참된 쉬의 공동체가 되어야 한다. 세상이 요구하는 성취와 경쟁의 기준이 아니라, 하나님 안에서 존재 자체로 사랑받고 용납받는 은혜를 경험하게 해야 한다. 이를 위해 교회는 말씀과 예배, 교제와 상담, 다음 세대 돌봄을 통해 성도들이 몸과 마음의 건강한 리듬을 회복하도록 도와야 한다.

무엇보다 카페인 의존 현상은 단순히 "줄여야 할 습관"이 아니라, 돌봄이 필요한 삶의 신호로 이해할 필요가 있다. 교회는 지친 성도와 청소년들이 자신의 피로와 불안을 안전하게 나눌 수 있는 공간이 되어야 하며, 하나님 안에서 쉬와 회복을 배우는 목회적 돌봄을 강화해야 한다. 대한민국이 '카페인 공화국'이라 불릴 만큼 피로에 익숙해진 시대일수록, 교회는 더 깊은 공감과 실제적인 돌봄으로 참된 안식의 길을 제시해야 한다.