【食育】学校給食に牛乳は必要か…

2014/09/05(金)　ソース（毎日新聞）

◇ご飯に合わず、代替は可能　新潟県三条市教育長　長谷川　正二
◇満遍ない献立、食育に貢献　日本栄養士会専務理事　迫　和子
◇豊富な栄養、成長に不可欠　女子栄養大学教授　上西　一弘

4　一部の子供にとっては、自閉症の原因物質だからな
5　給食は栄養バランスだけ考えてろ。見た目とかを楽しむもんじゃねえんだからさ
8　今の内にカルシウム摂っとかないと成人してからじゃ遅いんだよ。
9　牛乳は好きだけど和食の時はカルシウム入れた味噌汁とか駄目なの？
10 食後に飲めばいい。わざわざ食い合わすことない
11 農協の利権で味覚障害増やすな
13 家で飲ませりゃいいだけだろ。そこまで学校がやる必要あるのか？
14 俺、牛乳飲みまくったけどチビだよ。大人になってから牛乳アレルギーだと解った。小魚からカルシウムを摂取する事も考えるべき。
15 学校で飲ませないと、牛乳苦手な人かなり増えるだろうなぁ。しばらく飲んでなかったらなんかもう飲む気しなくなったし
16 牛乳飲めない体質だったから、給食の時間は拷問だったわ。担任から校長まで無理解だったけど、医者が学校に電話してくれて、助かった
17 おかずに、ミルク使えばいい。たんぱく質とり過ぎると腎臓病に。日本人は、慢性腎臓病になりやすいのは、牛乳が原因か?
22 和食文化みたいなこと語っておいてコロッケやハンバーグみたいなもろ洋食がおかずってどうなの？無理やり感が否めないんだよなぁ
23 白米なのに牛乳はおかしいってずっと思ってた
24 パンには出せ、ご飯にはお茶出せ
26 飲める人間は飲んでたほうがいいんじゃね？
27 栄養気にすれば気にするほど給食は変な内容になる。不味くなる。
30 カルシウム源をほとんど牛乳に頼るような食事に慣れさせちゃだめ。合わない食品は自活すると減ってカルシウム不足になる。おかずに上手く取り入れるようにせんと
31 女子栄養大学は昔から牛乳屋の手先
32 豆乳やチーズでもいいのでは？と思った
35 オレの友達が牛乳アレルギーだったから、毎日代わりに飲んであげてた。
37 汁物あれば牛乳いらんけどな。出すなら通年でぬるい麦茶でいいや

44 牛乳をやめて自閉症治った子が実際いるんだから

45 ご飯に牛乳　全然問題ないね。牛乳をたらふく飲んでいても、血液検査には悪影響は全くでない血糖値もＬＤＬコレステロール値も中性脂肪値も、まったく正常ですよ

50 そもそも人間の体は牛の乳を飲むようには組成されていない。不可欠な理由は全く無い

52 《二年半で３１センチ》両親とも小柄で親族にも長身はいないんだが。俺の高校時代のバイト先が牛乳配達店だったそこで牛乳を水代わりに飲んだせいかチビ助（157cm）だった俺の身長がぐんぐん伸びたよ。背丈を伸ばすには効果があると思う

54 日本の食事はおおむね外国人にも好評なんだけど、牛乳とパンは評判がイマイチなんだよな。日本の牛乳はほとんどが高温殺菌で風味がよくないんだって。

55 学校給食に和食は必要か

60 安い予算で規定量のタンパク質やカルシウムを摂取しようとすると、牛乳に頼らざるを得ないんだよね。魚は高いからそうそう学校給食で使えない。手間かければって簡単に言うけど、じゃあその人件費はだれがだすのよ？他にも国内の酪農家保護とかもある

62 成長期には牛乳が必要なんですよ。成長が止まれば、飲まなくてもいいんだが。

65 強制は要らんよな。アレルギーの子供も増えてるし、乳糖不耐性の日本人も多い。パックの茶か牛乳か選ばせればいい。今はアレルギー児に合わせて給食作り分けてる

66 自分はご飯に牛乳に慣らされてしまったからあっても違和感無いし。日本の酪農守るためにも良いんじゃない。

68 大人が牛乳を受け付けない身体は事実だが。突然変異体として牛乳を栄養にできるのだけが生きのこったのが今の人類。その証拠に牛乳飲んでも腹壊さないだろ先天的に耐性獲得してる証拠だよ

78 粗食信者とマクロビオティック信者が騒いでます。

79 米利権vs牛乳利権

81 栄養バランス第一でありえないメニューや食い合わせが当たり前だからな。給食が食文化を破壊してる。

87 牛乳を体内で栄養にできるのは欧米人と聞いた。日本人の体に牛乳は不向きで、牛乳を入れたのはGHQ。牛乳のせいで白内障やらなんやらで日本人には害の方が多いそう。

92 牛乳が必要だと思う人は家庭で飲めばいいだけ。飲みたくない、飲めない人が少なくないのに強制すべきではない

94 オレはご飯にマヨネーズをかけて牛乳を普通に食べるぜ。「ご飯に牛乳は合わない」ってのは、固定観念じゃないのか

97 乳製品は身体に悪いって聞いたことあるんだよな

99 給食というのは野菜が少ないのだから、牛乳の代わりに野菜や果物を増やすべき

104　牛乳は好きだけど給食では飲みたく無かった。普通にお茶が飲みたかった。でも給食って牛乳無くなったら。栄養士が毎日の栄養素の基準値を満たす献立作るのキツイ

110　奈良時代には貴族は乳製品を取り入れていたという日本栄養士会。バカなの？

111　酪農家と牛乳屋が猛反発するから言いにくいことだが。乳製品は身体に悪い

114　1日200mlくらい飲んだって何も影響ないだろ。ほうじ茶も毎日出せばいい

115　胃腸が弱いから冬場の牛乳は恐怖だったな…お腹ゴロゴロするのいつも我慢するのストレスだった

116　牛乳は身体に悪いのは、知ってる人は知ってる。でもなかなか大っぴらにされないのは、酪農家が困ってしまうから。それに呑気な栄養士関係の人が多いから、いまだに牛乳をすすめてる

117　何が何でも牛乳付けるってのがおかしいだけで、必要な時に牛乳付けりゃそれでいいじゃないか。何でそこまで牛乳を強制しようとするのか

120　和食に合う合わないじゃなくて人間の身体に合わないんだろ、実は

121　牛乳のカルシウムは吸収が悪いって聞くけども

122　栄養があるからって何でもかんでもゴチャ混ぜに食べるって、それはもう人間の食事じゃ無いだろう栄養大学の教授先生の口からよくこんな言葉が出てくるよね

123　牛乳を飲むと背が伸びる。アメリカ人の子どもは1日に1リットル牛乳を飲む。友だちが中学のとき1年間アメリカに行ってて帰ってきたら20cm伸びててびびった

124　栄養の話も的外れである。戦後と並べて食材不足とでも言いたいのかなあ。妥協案は各自に選択させる。自己責任。これでええやろ

130　小学生のとき、しょっちゅう腹下してたのは牛乳のせいだった職員トイレでよくウンコしてた

133　これはお茶メーカーの世論誘導だな。頑張れ町の牛乳屋さん

134　牛乳を摂取すると飲者の骨のカルシウムが抜けるという説を聞いたことがある

135　強制的に飲まされてとても苦痛だった

137　パンのときは牛乳があると助かる

138　牛乳飲んで腹下すやつがいる時点で人間が飲むもんとしておかしいんじゃないの

145　牛乳に豊富な栄養があることが分かってる。いろいろ言わずに飲め

146　別に牛乳は必須じゃないけど安い材料費で簡単に栄養をとらせるのに向いていると昔の人が思っただけだろう

147　ご飯の日の牛乳は食前か食後に別飲みだぞ。小学校に入学した最初の給食の日に先生に教えてもらったぞ

154　乳糖不耐症を発症する人が日本人には多少いるってだけ。栄養に出来ない？？？

157　カルシウムだけ偏って多く摂るのは、かえって悪影響が出るらしい。マグネシウムも摂らないと。牛乳はマグネシウムが少ない

161　昔は牛乳など無かった。不可欠であるなら、日本人は存在しない

162　給食で牛乳飲み続けてきた世代でこれですか。若い女性にも忍び寄る骨粗しょう症

165　牛乳余ってんならチーズやバターに加工すればいいのに。足りなくて輸入するくらいなんだからさ。

166　和食和食って江戸時代の貧相な体格や暮らしに戻りたいのか

170　「ヒト」には合わない組成。それが『牛乳』。だからアレルギーも起こすし、乳糖不耐症でおなかを下す

171　牛乳は大人になると消化しにくくなる一方、大豆製品などお腹にずっと優しくて栄養も代替可能なものがある以上、無理して摂取する必要は一切無いわな。もう15年くらい摂取してないが健康の不安は一切ない。

175　大嫌いだったけどガキの頃は飲んだ方がいいだろ

181　給食の栄養の基準は牛乳前提だからな。牛乳抜きで基準を満たせるならその献立を公開してみろ。

183　給食はどっちかっつーと洋食が主体だろ。

184　牛乳の代わりに豆乳って言ってる奴もいるけど、イソフラボンは女性ホルモンに近い働きがあるから、大豆製品も思春期にとりすぎるとヤバイ

185　バラエティーに富んだいろいろな食物を、まんべんなく食べることが最も栄養学的に優れているのに『牛乳だけ毎日』というのは、単なる商売

186　ウシですら離乳すれば飲まなくなる。成長に良いのは確かだろうから、子供が多少飲むのは意味がないとは思わんけど。

189　牛乳が身体に悪いとかで、飲まないとか？飲まないなら栄養バランスに配慮できればいいけど、給食での牛乳の飲用習慣なくすと今後どうなるか心配。

195　成長期の子供にカルシウムを摂取させることで骨密度が高まるんだよ。骨密度は成長期にしか高まらないからな。これが給食に牛乳を飲ませる一番の理由だろ。ひじきやら小魚やら小松菜よりも子供は摂取しやすいからな。

201　牛の乳より大豆や魚食わせてやれよ

202　日本や東南アジアの島に渡ったホモ・サピエンスは「体を小さくする」ことによって消費エネルギーを抑え、少ない食料でも効率よく生き残れるように『進化』している。だから、体の大きい欧米人と同じ食生活をすると肥満になるより先に、栄養が処理しきれなくなって『糖尿病』『高脂血症』そして（食塩による）『高血圧』を引き起こす。日本人は粗食で小さい体格、というのがＤＮＡに刻まれた設計図

204　あんな高熱処理した牛の乳にそんな栄養があるとは思えない。戦前の日本人はみんな骨粗しょう症になっていたとでも？

205　平均身長が伸びたのは必ずしも牛乳のおかげとはいえない。食生活は昔と大幅に変わっておりその品目いずれにも身長を伸ばす要因となった可能性がある。