

1 給食の牛乳について

ただいまの 小林 ^{あやね} 絢音議員のご質問にお答え申し上げます。

給食の牛乳について、であります。学校給食は、子供たちの適切な栄養摂取による健康の保持増進を図るとともに、日常生活における食事について正しい理解を深め、健全な食生活を営むことができる判断力や、望ましい食習慣を養うことなどを目的として実施しているところであります。

給食の献立は、「学校給食実施基準」に基づき、様々な食品を適切に組み合わせながら、子供たちの発達段階に応じ、必要な栄養を摂取できるよう作成しております。

給食で牛乳を提供する理由につきましては、小林議員のご認識のとおり、牛乳にはカルシウムが多く含まれており、その吸収率が他の食品と比べて高く、不足しがちなカリウムや亜鉛、ビタミンB１、ビタミンB２なども含まれていることから、これらの栄養素を効果的に摂

取できることが大きな理由であります。カルシウムは、強い骨を作るだけでなく、筋肉の収縮や神経を安定させる作用もあり、牛乳を1本飲むことによって、1日のカルシウム^{すいしょうりょう}推奨量の三分の一を摂取できることから、学校給食では積極的に取り入れているところであります。

牛乳と似た栄養素を持つ食品としましては、チーズやヨーグルトなどの乳製品、骨ごと食べられる小魚^{こざかな}、豆腐や納豆などの大豆製品、野菜類や海藻などにもカルシウムが多く含まれます。牛乳の代わりにジョアを提供することもあります。牛乳と同様の栄養価をジョアで摂取することは難しいため、献立^{こんだて}の組合せを考えた上で、現状は、月に2回程度の提供としております。

今後につきましても、小林議員のご意見も踏まえ、多くの児童生徒にとって、楽しい給食時間や充実した学校給食を提供できるよう、引き続き努めてまいりたいと考えております。

以上申し上げまして、小林^{あやね}絢音議員のご質問に対する答弁とさせていただきます。