

2022年12月16日

一般社団法人Jミルク

# 学校給食のない日も、牛乳とる習慣を

## 学校・地域・酪農乳業が連携する新たな取り組み始動

### 土日ミルク



Jミルクは、「学校給食がない日も牛乳を飲もう」をテーマに、小中学生を対象として、家庭での牛乳飲用・利用の促進のための取り組みを、学校や地域などと連携して展開します。給食のない休みの日の子どものカルシウム不足の解決を目的とし、「土日ミルク」の名称で行っていきます。

学校給食がある日とない日で、子どもの栄養素摂取状況を比べたところ、「ない日」の方が栄養素摂取量に過剰や不足が多いことが調査で分かっています。特に、「ない日」はカルシウムや鉄の不足が顕著であることが明らかになっています。

これは、学校が休みの日に子どもたちが牛乳を飲んでいないことが背景にあると考えられます。学校給食で飲む牛乳1本（200mL）には、約227mgと豊富なカルシウムが含まれています。そこで、子どもたちに、学校給食のない日でも進んで楽しく牛乳を飲みたい・とりたいて思ってもらえる意識づくりや環境づくりを行っていくのが「土日ミルク」の取り組みです。

「土日ミルク」は、農林水産省とJミルクが今年6月に立ち上げた「牛乳でスマイルプロジェクト」の一環として実施します。官民のさまざまな企業・団体などが参加する「牛乳でスマイルプロジェクト」と同様、「土日ミルク」も幅広い連携を通じて広めていく取り組みです。全国の小中学校への啓発ポスターや牛乳や乳製品のアレンジレシピリーフレットの配布、学校や家庭で活用できるゲーム性の高い食育プログラム開発や提供、インフルエンサーと連携したSNSなどで活用するコンテンツ制作体験型イベント実施などの計画も予定しており、家庭での牛乳飲用・利用の習慣化を目指していきます。

## ■「土日ミルク」で計画している具体的アクション

- ・「土日ミルク」のWEBサイトを公開（<https://donichi-milk.jp/>）
- ・小中学校に「土日ミルク」の啓発ポスターやチラシを配布
- ・牛乳をおいしくとれるアレンジレシピを紹介したチラシを教育機関などに配布
- ・「土日ミルク」を啓発するコンテンツをインフルエンサーと制作
- ・「土日ミルク」を啓発する体験型イベントの実施 など

（すでに始めている関連企画）

- ・「カルシウム 200+をとろう！」（[https://www.j-milk.jp/news/calcium\\_200.html](https://www.j-milk.jp/news/calcium_200.html)）  
家庭での牛乳飲用・利用の習慣化にお役立ていただくために、カルシウムのことが分かるリーフレットとコップに貼るシールを提供する企画  
※提供希望受付期間：2022年12月1日（木）～12月20日（火）
- ・「#私のミルク鍋」キャンペーン（<https://www.j-milk.jp/news/milknabe2022.html>）  
「ミルク鍋」の写真や動画の投稿を募集するSNSキャンペーン。参加者の中から30名に素敵なプレゼントもご用意しています。  
※応募期間：2022年12月15日（木）～1月31日（火）

## ■取り組み実施の背景～小中学生のカルシウム摂取の現状～

カルシウムは、子どもの骨の成長や健康な骨の形成に必要で、出血を止めたり筋肉を収縮させたりする作用、神経を安定させる作用などがあります。カルシウムを効率良くとれるのが牛乳です。そのため、学校給食がある日は、小中学生のカルシウム摂取量が他の世代に比べて高い傾向にあります。しかし、土日など給食がない日には少なくなりがちです。小中学生の1日当たりカルシウム推奨量は日本人の食事摂取基準で650～1000mgほどとされていますが、給食のない日には1日の摂取量が200～470mgにとどまります。新型コロナウイルス感染拡大で学校給食が中止になった際には、子どもたちの栄養、中でもカルシウム不足が懸念されました。

（参考資料）

Jミルク「ファクトブック 子どもたちに牛乳は必要か？」  
<https://www.j-milk.jp/report/study/factbook202210.html>

※本リリースは文部科学記者会、厚生労働記者会、農政クラブ、農林記者会に提供しています。

【本件に関するお問い合わせ先】  
一般社団法人Jミルク  
コミュニケーショングループ  
東京都千代田区神田駿河台2-1-20 お茶の水ユニオンビル5階  
電話：03-5577-7494