

吳則雄

提升國人生活品質 就從學童鮮乳做起



美國加州有巡迴運“乳牛”車，到各校示範講解，以提高小朋友喝牛奶的興趣，這種鮮活的說明方式，很值得國內參考。

所謂學校鮮乳，廣義是指供應鮮乳給幼稚園至高中之在校學生，狹義為供應小學至國中二年級學生鮮乳。後者亦稱為學童乳，此深受歐美國家之重視。本文所要討論的為學童乳部份。

五歲幼童每日飲用 400 cc. 鮮乳，可滿足 $\frac{1}{3}$ 蛋白質需要量，鈣質則可補足全部需要量，可促進骨骼發育，甚至對腦神經發育亦有助益。

由於鮮乳中鈣、磷含量豐富，且其比例很恰當，約為 1.4 : 1，此正符合人體需要，可直接被吸收利用。

鮮乳有緩衝作用，能將牙齒中砂糖發酵所產生之有機酸中和，可防止脫灰作用，抑制牙齒中琺瑯質溶解，亦即有預防蛀牙作用。

11~15 歲少年常喝鮮乳，可緩和情緒，減少激烈行為發生。

據波氏研究調查，就二組兒童同時給與足夠且相同的飲食，而在試驗組每天額外給 450 cc. 鮮乳，結果在同期間，不給鮮乳組的學童，增重 1.8 公斤及增高 4.5 公分，而給予鮮乳的却增重 3.2 →

→ 公斤及增高 6.5 公分。

歐洲・新加坡

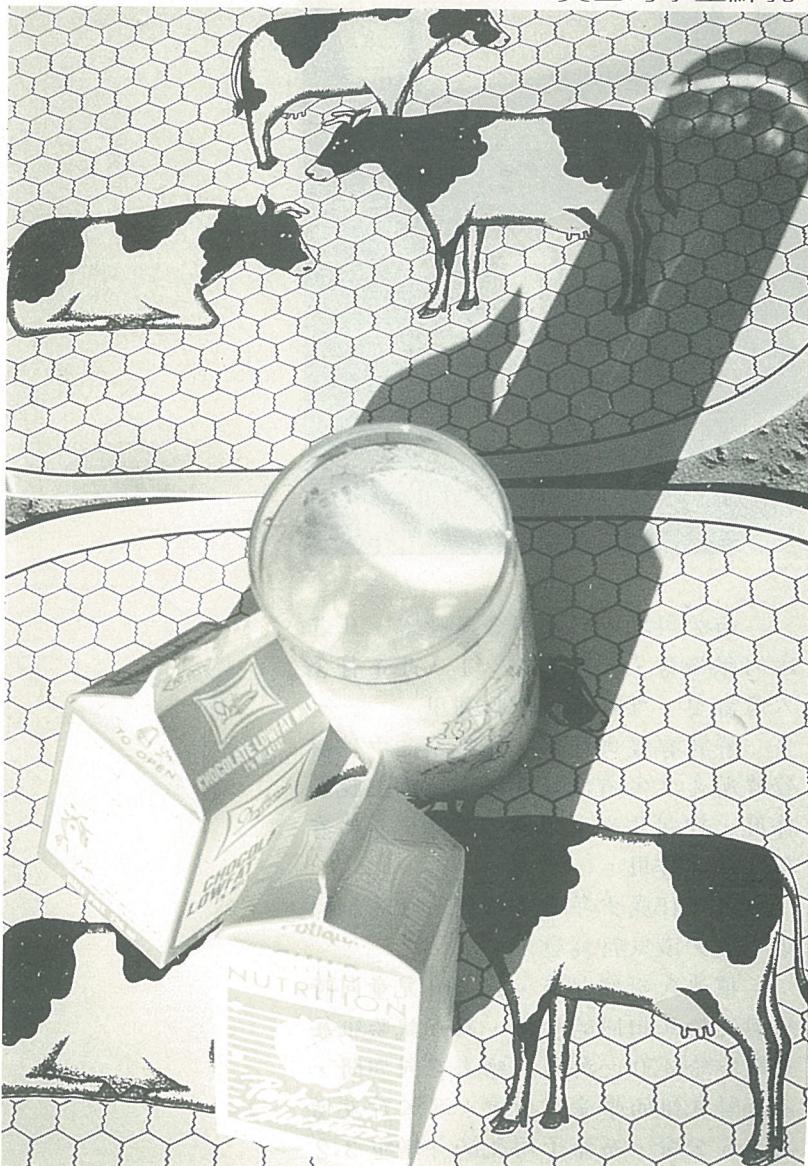
最先實施學校牛乳計劃的是 1926 年德國尼恩堡市，而第一屆國際學校牛乳大會，則始於 1978 年的西德吉森市，所以歐洲國家在學校牛乳計劃方面，已有豐富的經驗。

英國：於 1927 年舉辦學校牛乳活動，成立“牛乳商俱樂部”，將牛乳以低價供應學童。

歐洲共同市場 (EEC) 曾於 1978 年開始一項新的學校牛乳計劃，補助所有會員國之學校牛乳，翌年消費量即顯着提高。

德國：大力從事學校牛乳計劃，定

美國的學童鮮乳



期作宣導促銷活動，甚至僱用學校牛乳顧問，以供諮詢答覆有關問題。

荷蘭：於 1935 年在鹿特丹市開始小區試行，學校牛乳委員會發行學校牛乳報紙，以孩童所能接受方式，寫出各種主題知識性文章或卡通圖片，以達宣導學童飲用鮮乳之重要。

瑞典：由政府免費提供學校牛乳。

法國：提供牛乳、發酵乳或乾酪，目的在提供營養充分的午餐，並在學童發展形成期教育兒童有關優良食品規範。

新加坡：提供鮮乳或保久乳，並曾以兒童繪畫比賽得獎圖畫當做包裝設計，結果成效良好，牛乳消費大幅提高。

美國

在美國每年有許多不同計劃，而學校牛乳總是在計劃在內，表示深受重視及認同。除特殊計劃補助之學校，對有需要的兒童提供免費鮮乳外，其他則作部份補助。在學校午餐中，一定有鮮乳，在加州洛杉磯學區則每週五另供應巧克力乳，容量為 236 cc，若單獨購買，學生一盒約 6 元台幣，而老師購買需 8 元台幣。

又為讓幼小學生，認識牛乳的來源及營養，在加州有巡迴運乳牛車，分別到各學校示範講解，以提高幼兒飲用牛乳的興緻，增加鮮乳消費量，有益健康，並增加常識，可謂一舉數得。

日本

日本東京牛乳協會，曾就兒童飲用鮮乳與否做一調查，發現不喝鮮乳的兒童，其身高體重皆比不上飲用鮮乳兒童。

日本在過去 20 年，牛乳消費量呈穩定成長，原因可能與學童乳計劃推展良好有關。日本人已了解鮮乳的價值，因此政府持續補助推展學校牛乳。由最近日本年青人的體型，可明顯看出比中年以上者高大不少，此除坐姿改變外，諒與實施學校鮮乳之推展有相關。

上述各國實施多年經驗，及日本年青人體型顯着改善之實例，已知鮮乳確實有許多好處。“好的開始是成功的一半”，在青少年時期能將

身體發育基礎奠基，對國人健康及事業開創活力，相信皆有助益。因此為了下一代著想，家長、學校宜鼓勵兒童多多飲用鮮乳。

經費那裡來

俗話說：“巧婦難為無米炊”，學童乳要全國全面推展，若在十年前提出恐怕只是一種理想，反觀當今政府經濟財力已非昔比，當可全面推展學童乳的計劃了。

假設下年度全國總稅收（含証交稅）預算以3千億台幣計，全國小學一年級至國中二年級，學生以300萬人計，每一學生每週喝2次鮮乳，每次一盒，每盒200cc，扣除寒暑假，則每一學生在學校每年約喝70盒鮮乳，假設學生每盒自付4元，則每年繳款尚不到300元，相信絕大部份家長皆負擔得起。至於政府方面每盒若以補助3元計，則1年補助約6億元，約佔全國總預算千分之二，但對全國今後數百萬國家未來棟樑健康及體型大有幫助，想是一件很有意義且值得去做的事。

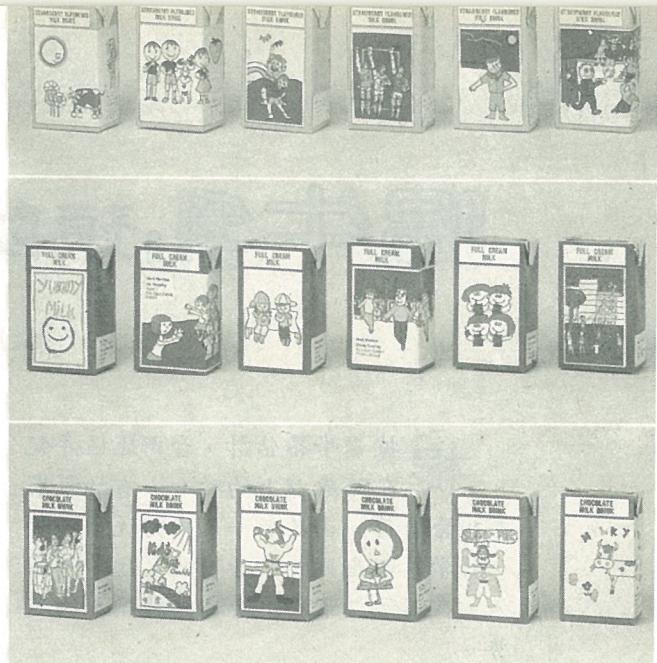
至於供應鮮乳的加工廠，為推展鮮乳銷售及配合政策，除加強運送服務，提供冷藏或冬天加溫設備外，並應儘量降低利潤售價以廣銷路，且就長遠看，目前飲用鮮乳的兒童，將來長大也是鮮乳消費者，將生意眼光放遠則是條坦道。

怎麼做

(1)教育宣導方面：需有專家（學童乳顧問）分別赴各校巡迴講解說明，並用生動圖表及幻燈片投影片，甚至錄成電影放映“牛乳故事”之類影片，使學校及學生提高飲用鮮乳意願。若能像美國加州活動運乳牛車巡迴現場解說，那所收效果將更大。至於所聘請專家，需對乳牛泌乳、飼養及鮮乳製程、營養有所認識的人，至於聘請費用可由政府或乳品加工廠提撥基金支應。

(2)定期編印多樣乳牛與牛乳圖案，同時解答學校或學童所提出之問題。

(3)據歐、美各國經驗，政府補助學童乳款額之多寡影響消費量，故政府必



新加坡學校牛乳之設計

須在每年總預算內優先提撥補助款。

(4)學童家長必須對此政策體認與支持。

(5)學校老師亦需積極參與，負起啓發與宣導作用。

(6)乳品加工廠供應鮮乳必需品質保證，務求品管嚴格，有專人及合格冷藏車運送鮮乳。

(7)乳品加工廠應提供學校冷藏設備，放置鮮乳，至於冬天需有微波設備，使不習慣喝冷鮮乳學童得以喝溫乳。

(8)學童乳宜以鮮乳為主，但因有些學童較嗜好調味乳，若有必要時得以供應調味乳，但嚴格限制最少約需含鮮乳75%以上。

(9)學校必須有專人（管理員、教師、學生或家長）願意負責鮮乳分配工作。至於工作者應可按分配量斟取應得報酬，該費用可由乳品加工廠自利潤中扣除。

(10)可考慮設置鮮乳配售機。

(11)公開徵獎由學童自行設計活潑的鮮乳包裝圖案，提高學童興緻，對鮮乳消費可大幅增加。

(12)定期召開“學童乳會議”，會議成員除鮮乳供應業者外，有關當局、學校、管理員、家長，甚至學生代表皆一起參與，目的在討論解決問題，以期學童乳得順利推行。

(13)訂定獎勵制度，參與計劃成效最佳學校，在學期終了可獲得財務上的獎勵。

(14)在學童乳競爭上提供誘人的價格。