



ちえこ先生の健康通信

2022年 5月号

「ミルメークってご存知ですか。」

そうです。あの牛乳に混ぜてコーヒー風味に仕上げる調味品のことです。今から半世紀前に名古屋の大島食品工業が発売し、全国の学校給食で使われています。粉末や液体タイプがあるそうで、主に牛乳が苦手な子どもの飲み残し対策に使われることが多いとのこと。元々大島食品工業の前身は1954年設立の製菓会社だったそうですが、後に食品分野に進出し、学校給食用食材の製造を始めたのだそうです。（令和4年3月30日デーリー新聞記事掲載）

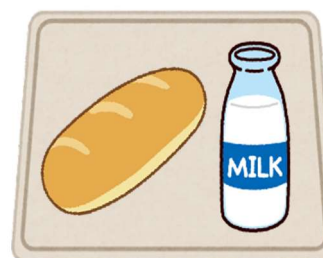
そういえば我が家の子どもたちも給食に出たからと持って帰ったことがありました。牛乳が嫌いで飲めない子にとってはとても重宝されていますが、日本の食卓に牛乳が登場するのは1950年以降です。それ以前、古くは江戸時代からあったのですが、栄養価が高く価格も高い食品であったため、ごく一部の人だけに飲まれていたようです。それも体調を崩したときに飲むという特別なものでした。



佐藤 千恵子（さとう ちえこ）
八戸市在住 八戸学院大学
健康医療学部人間健康学科／准教授
専門分野は食育、公衆栄養学
管理栄養士 食生活アドバイザー



牛乳にはタンパク質やカルシウムが豊富に含まれていますから、病気になって食欲がない時には効果的な食品だったのではないかと考えられます。そして一般的に普及してくるのは第二次世界大戦後でした。敗戦後、食料は家族分が配給されていたものの、とてもそれだけでは足りず皆が空腹を空かせていたところに、出征していた家族が復員したこともあり、さらに食糧難を迎え危機的な状況でした。せめて子どもたちだけでも救済しようという施策として学校給食が始まり、その時に牛乳とコッペパンが登場します。でも、この時の牛乳は脱脂粉乳でした。お腹が空いていたので学校給食用の脱脂粉乳は徐々に全国各地に広がりますが、今の牛乳と比べたらとてもおいしいとは言えないもののようなのでした。次第に経済が復興し高度経済成長期を迎えるころには脱脂粉乳から普通牛乳に移行され、同時に学校給食の内容も成長期の子どもたちの栄養源としての役割を担うようになります。



実は私もこの脱脂粉乳を飲んだ世代ですが、この頃のトラウマか未だに冷たい牛乳は飲めません。温めないと飲めないのです。夫も牛乳は好きだけれど飲むとお腹がゴロゴロすると言いますし、私たち世代では牛乳・乳製品についてはいろいろな思い出があるのではないのでしょうか。話を元にもどして、今やミルメークにはいろいろな味があります。これまでのコーヒーはもちろんですが、ココ



ちえこ先生の健康通信 3

つづき...



- ア、いちご、バナナ、メロン、抹茶きなこ、キャラメル、紅茶の計 8 種類があります。牛乳の容器が瓶から紙パックへと変わり
- つつあった時期には、より溶けやすいように、粉末ではなくチューブに入った液体タイプも売り出されたそうです。けれども少
- 子高齢化の影響で給食用の出荷量は減少しているらしいので家
- 庭でももっと牛乳を楽しんでもらいたいという期待感がメーカーにはあるようです。確かに子どもの数はどんどん少なくなっ
- ていますし、学校給食が終わるころ、つまり中学校を卒業したと
- たんに家庭の冷蔵庫から牛乳が消えて炭酸飲料に置き換えられて
- いるのが現状です。さらに 2020 年、コロナ禍により緊急事態
- 宣言の発出に伴う学校の一斉休校やカフェなどの営業自粛により消費が落ち込んだ際には牛乳の廃棄問題もありましたし、酪
- 農家にとっても辛く苦しい時期だろうと思います。(もちろん、
- コロナ禍の影響で他の自営業の方々も同様のご苦労をされていると思いますが…)
- 改めて、牛乳に含まれる栄養素は、カルシウム、たんぱく質、ビタミン A・B1・B2 など
- です。これらの栄養素は加熱しても、ほとんど変わることがありません。熱に弱いビタミン C はもともと牛乳には少ないですから、心配無用です。ぜひ、これを機に牛乳・乳製品を取り入れた食生活
- にしてみましょう。そして、もし牛乳が嫌いならミルメークを使
- ってみてはいかがでしょうか。



たんぱく質

ビタミン A

ビタミン B1

ビタミン B2

LOOSE LEAF



南山デイリーサービス情報！



大人の健康をサポート！



ビフィズス菌
BB536

シールド
乳酸菌

ラクトフェリン

+ さらに

たんぱく質・カルシウム
鉄・11種類のビタミン
7種類のミネラル
食物繊維・葉酸 も配合！

最高級の森永宅配商品
新発売

145 円 (税込 156 円)

免疫力アップに 大人のための粉ミルク ミルク生活

大人の健康をサポートする
6つの成分をぎゅっと1つに！

不足がちな栄養素とれる 97% の管理栄養士が推奨



※3 2019 年 3 月 株式会社ファンデリー調べ (調査対象：管理栄養士 258 名)



南山デイリーサービス
Minamiyama daily service

あんしん
無料通話

商品のお問い合わせは↓

0120-082531

南山デイリーサービス・十和田ミルクセンター・三沢ミルクセンター
盛岡ミルクセンター・秋田東ミルクセンター・青森ミルクセンター

