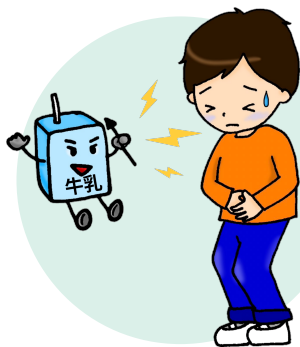


～先生側と保護者側、どちらにもわかりやすく解説～

「乳糖不耐症」によって、牛乳を飲むと体調を崩してしまう子がいます。実際に、乳糖不耐症が理解されず、学校で牛乳を強要される事例がありました。今回は「乳糖不耐症」にはどのような対応が必要なのかを、園や学校(先生)側と保護者側のどちらにもわかりやすく、1枚の資料でまとめました!



にゅうとうふたいしょう

乳糖不耐症

ラクターゼという酵素が不足しているために、牛乳などに含まれている乳糖を消化できない状態のことです。生まれつき、または一時的、あるいは加齢によって発生。

身体症状
(重症の場合)

下痢・腹痛・吐き気 など

園や学校側に求められる対応

対応例

除去 牛乳を給食に提供しない

※除去した分の給食費が返金される場合もあります

代替 豆乳など代替品を提供する

近年は、保育園や学校での給食においても、アレルギー対応と同等に扱われることが多いです。

保護者がやるべきこと

①

小児科などにかかり、
医師からの診断書をもらう

②

診断書と一緒に、
園や学校側に
相談や申請書を提出する

※お住まいの地域によっては対応が若干異なります。

詳しくは「乳糖不耐症 (地域名) 給食」などと検索し、市町村のHP等を参照してください。

日本人の
約8割は
「乳糖不耐症」?

乳糖不耐症は日本人の約8割が該当すると言われておりますが、その症状の程度には個人差があり、自覚症状がない軽度の場合もあります。一方で重度の場合や、牛乳以外でも「これを食べると(飲むと)、体調を崩すかも・・・」という食べ物・飲み物には、苦手意識を持ちやすいので、無理強いをしないことが大切です。

詳しい解説記事は
こちら!

