禁止含糖飲料進入中、小學之我見

我反對禁止含糖飲料進入中、小學。

首先，我認為禁止含糖飲料進入學校治標不治本。以我兒時經驗為例，校園中合作社僅販賣牛奶、豆漿等附\*含營養價值的飲料，學生不但不會購買，反而是早上上學徒\*中順帶買含糖飲料。且每到放學時間學校對面的便利商店總擠滿了小學生，無論是購買飲料或零食，這都與政府欲宣達之命令不符。

再者，兒時的體力、代謝最好，能轉化其餘的糖份，以我及身邊朋友為例，我們在中小學習下課總會於走廊、操場奔跑，嘻\*戲，大量的運動加上良好的代謝使我們維持正常體型。

最後，我認為現今人們因生活壓力大時常攝取調味過多的食物，不只中小學生，許多中年人的身體狀況反倒更差。我認為政府應從整個社會來改變。

政府應該限制所有廠商在生產飲料、食物時降低糖份用量，此外也明確的標示其產品含糖克數，讓消費者在購買前能先瞭解。政府也因多加宣導攝取過多，糖份會造成的影響，像哈佛醫學院就曾指出高糖飲食會增加罹患乳癌及憂鬱症疾病的風險。透過政府的宣導加上限制糖份用量我認為能降低部分學生每日糖份攝取量。

綜上所述，我反對禁止含糖飲料進入中、小學。