

भारत सरकार
शिक्षा मंत्रालय
स्कूल शिक्षा और साक्षरता विभाग

लोक सभा
अतारांकित प्रश्न संख्या-2453
उत्तर देने की तारीख-04/08/2025

स्कूलों में स्वास्थ्य दूतों की नियुक्ति

†2453. श्री बालाशौरी वल्लभनेनी:

क्या शिक्षा मंत्री यह बताने की कृपा करेंगे कि:

- (क) क्या सरकार ने बच्चों में बढ़ते मोटापे को देखते हुए खाय तेल के इस्तेमाल में 10 प्रतिशत की कमी करने के लिए सभी राज्यों और संघ राज्यक्षेत्रों को कोई परामर्श जारी किया है और यदि हाँ, तो तत्संबंधी व्यौरा क्या है;
- (ख) क्या छात्रों में मोटापे की पहचान करने और अभिभावकों को उचित उपचारात्मक उपाय करने के लिए मार्गदर्शन देने हेतु शिक्षकों को कोई प्रशिक्षण देने का प्रस्ताव है और यदि हाँ, तो तत्संबंधी व्यौरा क्या है; और
- (ग) राज्य/संघ राज्यक्षेत्र-वार कितने स्कूलों ने छात्र स्वास्थ्य दूत नियुक्त किए हैं?

उत्तर

शिक्षा मंत्रालय में राज्य मंत्री
(श्री जयन्त चौधरी)

(क) से (ग): माननीय प्रधानमंत्री ने "परीक्षा पे चर्चा 2025" और "मन की बात" में अपनी वार्ता के दौरान भारत में स्कूली छात्रों में बढ़ते मोटापे के बारे में अपनी चिंता व्यक्त की है। भारत में बच्चों में मोटापा बढ़ रहा है और यह देश के लिए नीतिगत चिंता का विषय बन गया है। समय के साथ-साथ लोगों की जीवनशैली में अधिक गतिहीनता आ गई है और पारंपरिक आहार से हटकर वसायुक्त प्रसंस्कृत खाय पदार्थों और शर्करायुक्त पेय पदार्थों का सेवन तेजी से बढ़ गया है। माननीय प्रधानमंत्री ने व्यावहारिक सलाह दी है, जिसमें दैनिक आहार में खाना पकाने के तेल के उपयोग को 10% तक कम करने का महत्व भी शामिल है।

भारत सरकार के शिक्षा मंत्रालय ने दिनांक 15 मार्च, 2025 को निजी स्कूलों सहित देश के सभी स्कूलों को एक परामर्शिका जारी की है, जिसमें छात्रों में मोटापे की समस्या से निपटने

के लिए खाय पदार्थों में तेल की खपत को 10% तक कम करने के लिए प्रोत्साहित करने हेतु कहा गया है।

तेल की खपत कम करने संबंधी लाभों के बारे में जागरूकता बढ़ाने के लिए परामर्शिका में स्कूलों को विशेष कक्षाएं आयोजित करने, पोषण विशेषज्ञों को आमंत्रित करने और स्वस्थ भोजन संबंधी प्रश्नोत्तरी आयोजित करने की अनुशंसा की गई है। स्कूलों में स्वास्थ्य को बढ़ावा देने वाली इको-क्लब चर्चाएं, योग और व्यायाम सत्र जैसी गतिविधियां आयोजित की जा सकती हैं। शिक्षक माता-पिता को मोटापे के प्रबंधन के बारे में मार्गदर्शन दे सकते हैं, जबकि छात्र कम तेल में खाना पकाने, व्यंजनों को साझा करने और स्वास्थ्य पर नज़र रखने संबंधी परियोजनाओं में शामिल हो सकते हैं। खाना पकाने के बेहतर तरीकों, मात्रा पर नियंत्रण, तथा प्रसंस्कृत खाय पदार्थों को सीमित करने पर बल देने से संतुलित आहार को बढ़ावा मिलता है। स्कूल प्रबंधन समितियां इन प्रयासों को जारी रखने में अभिभावकों और समुदायों को शामिल कर सकती हैं। पोषण संबंधी विकल्पों को शारीरिक फिटनेस के अनुरूप बनाकर, यह परामर्शिका 'फिट इंडिया मूवमेंट' के मूल संदेश को पुष्ट करती है, जो स्वस्थ भारत के व्यापक दृष्टिकोण के एक हिस्से के रूप में सक्रिय और स्वस्थ जीवनशैली को बढ़ावा देती है। शिक्षा मंत्रालय की यह परामर्शिका अनुलग्नक-1 में दी गई है।

छात्रों को संसूचित भोजन विकल्पों के बारे में शिक्षित करने और उनमें दीर्घकालिक स्वास्थ्य लाभों को बढ़ावा देने के लिए, केंद्रीय माध्यमिक शिक्षा बोर्ड (सीबीएसई) ने अपने संबद्ध स्कूलों को 'शुगर बोर्ड' स्थापित करने के लिए कहा है, जिनमें छात्रों को अत्यधिक चीनी के सेवन के खतरों के बारे में शिक्षित करने हेतु सूचना दर्शायी जाती है। इन बोर्डों में अनिवार्य जानकारी प्रदान की जानी चाहिए, जिसमें अनुशंसित दैनिक चीनी सेवन, आमतौर पर खाए जाने वाले खाय पदार्थों (जंक फूड, कोल्ड ड्रिंक्स आदि जैसे अस्वास्थ्यकर भोजन) में चीनी की मात्रा, अधिक चीनी के सेवन से जुड़े स्वास्थ्य जोखिम और स्वास्थ्यवर्धक आहार विकल्प शामिल हों।

स्वास्थ्य एवं परिवार कल्याण मंत्रालय (एमओएचएफडब्ल्यू) और शिक्षा मंत्रालय (एमओई) संयुक्त रूप से 2020 से आयुष्मान भारत-स्कूल स्वास्थ्य और कल्याण कार्यक्रम (एबी-एसएचडब्ल्यूपी) को लागू कर रहे हैं। इसके अंतर्गत, प्रत्येक स्कूल में दो शिक्षकों को स्वास्थ्य एवं कल्याण राजदूत (एचडब्ल्यूए) के रूप में प्रशिक्षित किया जाता है, जो पोषण, स्वास्थ्य एवं स्वच्छता, स्वस्थ विकास और स्वस्थ जीवन शैली को बढ़ावा देने सहित 11 विषयों पर नियमित सत्र आयोजित करते हैं। प्रशिक्षित स्वास्थ्य एवं कल्याण राजदूतों का राज्य/संघ राज्य क्षेत्रवार विवरण अनुलग्नक-2 में दिया गया है।

माननीय संसद सदस्य श्री बालाशौरी वल्लभनेनी द्वारा 'स्कूलों में स्वास्थ्य दूतों की नियुक्ति' के संबंध में दिनांक 04.08.2025 को पूछे जाने वाले लोक सभा अतारांकित प्रश्न संख्या 2453 के भाग (ग) के उत्तर में उल्लिखित विवरण।

संजय कुमार, भा.प्र.से
सचिव

स्कूल शिक्षा और साक्षरता विभाग
शिक्षा मंत्रालय
भारत सरकार

अ.शा. सं.1-14/2024-पीएमपी (स्वास्थ्य)

दिनांक 15 मार्च, 2025

प्रिय साथियों,

जैसाकि आप जानते हैं माननीय प्रधानमंत्री ने "परीक्षा पे चर्चा 2025" और "मन की बात" में अपनी वार्ता के दौरान भारत में स्कूली छात्रों में बढ़ते मोटापे के बारे में अपनी चिंता व्यक्त की है। भारत में बच्चों में मोटापा बढ़ रहा है और यह देश के लिए नीतिगत चिंता का विषय बन गया है। लैंसेट जर्नल ने बताया है कि वर्ष 2022 में 5-19 वर्ष की आयु वर्ग के 12.5 मिलियन बच्चे अधिक वजन वाले थे, जबकि वर्ष 1990 में यह संख्या 0.4 मिलियन थी। लड़कों की संख्या लड़कियों से ज्यादा है और शहरी इलाकों में यह संख्या ज्यादा है। समय के साथ, लोगों की जीवनशैली में और भी ज्यादा गतिहीनता आ गई है और पारंपरिक आहार से हटकर मीठे पेय पदार्थों और प्रसंस्कृत खाद्य पदार्थों का सेवन तेज़ी से बढ़ रहा है। माननीय प्रधानमंत्री ने इस प्रवृत्ति पर प्रकाश डाला है और व्यावहारिक सलाह दी है, जिसमें दैनिक आहार में खाना पकाने के तेल के उपयोग को 10% तक कम करने का महत्व भी शामिल है।

2. शिक्षकों, अभिभावकों, स्कूली छात्रों और समुदाय के सदस्यों के बीच दैनिक जीवन में खाना पकाने के तेल के उपयोग को 10% तक कम करने के लिए विभिन्न नवीनतम तरीकों जैसे स्कूल प्रबंधन समिति की विशेष बैठकें, वाट-विवाद प्रतियोगिता, निबंध प्रतियोगिता आदि के माध्यम से जागरूकता बढ़ाने की तत्काल आवश्यकता है। छात्रों को अतिरिक्त कैलोरी समाप्त करने के लिए व्यायाम, योग आदि के महत्व के बारे में जागरूक किया जा सकता है।

3. कैफेटेरिया भोजन, छात्रावासों में खाना पकाने तथा अन्य प्रासंगिक क्षेत्रों के माध्यम से छात्रों को प्रदान किए जाने वाले सभी खाद्य पदार्थों में तेल के उपयोग में 10% की कमी को बढ़ावा देने के लिए सार्थक प्रयासों की आवश्यकता है।

4. पीएम पोषण योजना पूरे भारत में सभी सरकारी और सरकारी सहायता प्राप्त स्कूलों में लागू की गई है। सभी रसोइयों सह सहायकों को खाना पकाने के तेल के उपयोग को 10% तक कम करने के लिए प्रशिक्षित किया जाना चाहिए। इस पहल का उद्देश्य छात्रों में स्वस्थ खानपान की आदतों को प्रोत्साहित करना है। हम सभी छात्रों से आग्रह करते हैं कि वे तेल की खपत के प्रति सचेत रहें और डीप-फ्राइंग के बजाय ग्रिलिंग, स्टीमिंग या बेकिंग जैसे स्वास्थ्यवर्धक खाना पकाने के तरीके अपनाएँ।

5. तदनुसार, राज्यों/संघ राज्य क्षेत्रों के सभी स्कूलों में इसके कार्यान्वयन तथा तेल की खपत को कम करने, छात्रों को शारीरिक रूप से सक्रिय बनाने और उनकी स्वास्थ्य स्थिति में सुधार लाने के तरीकों की खोज के लिए एक परामर्शिका तैयार की गई है और एतदद्वारा संलग्न है। आप विचार-मंथन शुरू कर सकते हैं और अपने राज्य/संघ राज्य क्षेत्र में कार्यान्वयन कार्यनीतियों को सरल और कार्यान्वयन योग्य बना सकते हैं। मेरा आपसे आग्रह है कि आप परामर्शिका में उल्लिखित बिंदुओं पर कृत कार्रवाई रिपोर्ट इस कार्यालय के साथ साझा करें।

आइए, हम अगली पीढ़ी हेतु एक स्वस्थ भविष्य के निर्माण के लिए मिलकर काम करें।

सादर,

शुभेच्छा,

ह0/-

(संजय कुमार)

1. सभी राज्यों/संघ राज्य क्षेत्रों के अपर मुख्य सचिव/प्रधान सचिव/सचिव (शिक्षा)
2. समग्र शिक्षा के सभी एसपीडी
3. पीएम पोषण के सभी निदेशक/आयुक्त
4. निदेशक, एनसीईआरटी
5. अध्यक्ष, सीबीएसई
6. आयुक्त, केवीएस
7. आयुक्त, एनवीएस

खाना पकाने के तेल के उपयोग में 10% की कमी लाने संबंधी परामर्शिका

1. प्रधानमंत्री पोषण शक्ति निर्माण (पीएम पोषण) योजना एक प्रमुख अधिकार-आधारित, केंद्र प्रायोजित योजना है जिसका उद्देश्य छात्रों को पौष्टिक भोजन उपलब्ध कराना है। इस पहल से सरकारी और सरकारी सहायता प्राप्त स्कूलों में बाल-वाटिका और कक्षा I-VIII में नामांकित सभी बच्चों को लाभ होगा।
2. जैसा कि आप जानते होंगे, अत्यधिक तेल का सेवन विभिन्न स्वास्थ्य समस्याओं जैसे मोटापा, हृदय रोग और पाचन संबंधी समस्याओं से जुड़ा हुआ है। इसलिए, छात्रों के बीच एक स्वस्थ जीवन शैली को बढ़ावा देने के लिए, दैनिक भोजन में तेल का सेवन ध्यानपूर्वक करने के बारे में जागरूकता बढ़ाना अनिवार्य है।
3. आज के युग में बचपन में मोटापा एक बढ़ती हुई चिंता का विषय है। छात्रों को अत्यधिक तेल के सेवन के दुष्प्रभावों और मोटापे से इसके संबंध के बारे में शिक्षित करने की तत्काल आवश्यकता है। प्रधानमंत्री पोषण योजना स्वस्थ खान-पान की आदतें डालने का एक उत्कृष्ट अवसर प्रस्तुत करती है, जो छात्रों को कम से कम तेल में ताजा, पौष्टिक भोजन तैयार करने और उसका सेवन करने के लिए प्रोत्साहित करती है।
4. प्रधानमंत्री पोषण योजना के अंतर्गत, भोजन को पोषण की वृष्टि से संतुलित बनाने के लिए सावधानीपूर्वक तैयार किया जाता है, जिसमें फोर्टिफाइड चावल/गेहूं/मोटे अनाज, दालें और हरी पतेदार सब्जियां शामिल की जाती हैं। वसा से इष्टतम कैलोरी सेवन बनाए रखने के लिए फोर्टिफाइड खाद्य तेल (विटामिन ए और डी से समृद्ध) और डबल फोर्टिफाइड नमक (डीएफएस) का उपयोग प्राथमिक छात्रों के लिए 5 ग्राम और उच्च प्राथमिक छात्रों के लिए 7.5 ग्राम मापी गई मात्रा में किया जाता है। इसके अतिरिक्त, स्कूल पोषण उद्यान में उगाई गई सब्जियों का सीधे उपयोग किया जाता है, जिससे ताजगी सुनिश्चित होती है और कार्बन उत्सर्जन कम होता है। बागवानी में सक्रिय रूप से भाग लेने से, छात्रों में पौष्टिक भोजन से संबंधी गुण विकसित होते हैं, वे प्रकृति के साथ पुनः जुड़ते हैं और शारीरिक रूप से सक्रिय रहते हैं।

कम तेल इस्तेमाल करने के फ़ायदों के बारे में छात्रों में जागरूकता बढ़ाने के लिए निम्नलिखित गतिविधियों की सिफारिश की जाती है::

- क) भोजन में तेल के उपयोग को कम करने के महत्व पर एक विशेष कक्षा का संचालन करें।
- ख) गृह विज्ञान महाविद्यालयों और स्वास्थ्य संस्थानों से पोषण विशेषज्ञों को आमंत्रित करें ताकि वे 'कम तेल वाले आहार' पर जानकारीपूर्ण सत्र दे सकें और स्वस्थ व्यंजन बनाने की विधि को साझा कर सकें।
- ग) स्वस्थ खान-पान की आदतों संबंधी स्कूल स्तर पर प्रश्नोत्तरी प्रतियोगिताएं आयोजित करें, विजेताओं को उचित पुरस्कार प्रदान करें।
- घ) "इको-कल्ब गतिविधियों" जैसे कि वार्ता, समूह चर्चा और पोषण एवं स्वास्थ्य पर निबंध लेखन में भागीदारी को प्रोत्साहित करें।

- ड) स्वस्थ जीवनशैली बनाए रखने और अतिरिक्त कैलोरी को समाप्त करने के लिए नियमित "व्यायाम और योग" के महत्व पर बल दें।
- च) शिक्षकों को छात्रों में मोटापे की पहचान करने तथा माता-पिता को भोजन की मात्रा पर नियंत्रण रखने तथा छात्रों की शारीरिक गतिविधि बढ़ाने के बारे में मार्गदर्शन देने के लिए प्रशिक्षित किया जा सकता है।
- छ) छात्रों को घर पर निगरानी में कम तेल वाले व्यंजन तैयार करने, सोशल मीडिया पर तस्वीरें साझा करने और स्वस्थ खान-पान की आदतों को बढ़ावा देने के लिए प्रोत्साहित किया जा सकता है।
- ज) जिला, ब्लॉक और स्कूल स्तर पर सेमिनार, कार्यशालाओं और डॉक्टरों, स्वास्थ्य विशेषज्ञों और पोषण विशेषज्ञों द्वारा अतिथि व्याख्यानों के माध्यम से जागरूकता अभियान चलाए जा सकते हैं ताकि छात्रों को अन्यथिक तेल सेवन के खतरों के बारे में शिक्षित किया जा सके। हितधारकों को जागरूक करने के लिए जनसंचार माध्यमों और सोशल मीडिया अभियानों का उपयोग किया जा सकता है, जिसमें पीएम ई-विद्या और दीक्षा सहित जिंगल्स, वीडियो पोमो, ई-कंटेंट आदि शामिल हैं।
- झ) छात्रों को खाना पकाने के वैकल्पिक तरीकों का उपयोग करके स्वादिष्ट, कम तेल वाला भोजन तैयार करना सिखाने के लिए प्रायोगिक प्रदर्शनों के माध्यम से खाना पकाने की कक्षाएं आयोजित करें।
- ज) तेल की कम खपत के लाभों को उजागर करने के लिए शिक्षा मंत्रालय के स्वायत्त निकायों के स्कूलों और कैटीनों में आकर्षक पोस्टर, बैनर और इन्फोग्राफिक्स प्रदर्शित करें।
- ट) स्कूल कैटीनों को स्वास्थ्यवर्धक, कम तेल वाले भोजन के विकल्प प्रदान करने के लिए प्रोत्साहित करें और पौष्टिक विकल्पों को बढ़ावा दें।
- ठ) स्कूलों में छात्र स्वास्थ्य राजदूतों की नियुक्ति करें ताकि वे अपने साथियों को शिक्षित कर सकें और बेहतर भोजन विकल्पों की सिफारिश कर सकें।
- ड) छात्रों को उनके तेल उपभोग पर नज़र रखने और उनके स्वास्थ्य और ऊर्जा के स्तर में बदलावों का निरीक्षण करने के लिए परियोजनाएँ सौंपें।
- ढ) स्कूलों या घरों में तलने के बजाय भाप से पकाने, ग्रिल करने, उबालने और बेक करने जैसी स्वास्थ्यवर्धक खाना पकाने की तकनीकों को बढ़ावा दें।
- ण) भाग के आकार को प्रभावी ढंग से नियंत्रित करने के लिए तेल को मापकर डालने को प्रोत्साहित करें।
- त) प्रसंस्कृत खाद्य पदार्थों और स्नैक्स के कम से कम सेवन की सिफारिश करें, जिनमें अक्सर छिपे हुए तेल और अस्वास्थ्यकर वसा होते हैं। इसके बजाय, संतुलित पोषण के लिए फलों, सब्जियों और साबुत अनाज से भरपूर आहार पर बल दें।
- थ) स्वस्थ भोजन की आदतों के महत्व पर बल देने के लिए छात्रों, अभिभावकों और समुदाय के सदस्यों को शामिल करते हुए विशेष "स्कूल प्रबंधन समिति" की बैठकें आयोजित करें।

अनुलग्नक-2

माननीय संसद सदस्य श्री बालाशौरी वल्लभनेनी द्वारा 'स्कूलों में स्वास्थ्य दूतों की नियुक्ति' के संबंध में दिनांक 04.08.2025 को पूछे जाने वाले लोक सभा अतारांकित प्रश्न संख्या 2453 के भाग (ग) के उत्तर में उल्लिखित अनुलग्नक।

क्र.सं.	राज्य/संघ राज्य क्षेत्र	शिक्षकों को एचडब्ल्यूए के रूप में प्रशिक्षित किया गया*
1	अंडमान एवं निकोबार द्वीप समूह	266
2	आंध्र प्रदेश	47252
3	अरुणाचल प्रदेश	1179
4	असम	16244
5	बिहार	51788
6	चंडीगढ़	687
7	छत्तीसगढ़	13267
8	दमन एवं दीव-दादर एवं नगर हवेली	496
9	दिल्ली	1440
10	गोवा	812
11	गुजरात	53400
12	हरियाणा	14934
13	हिमाचल प्रदेश	9150
14	जम्मू एवं कश्मीर	20502
15	झारखण्ड	31057
16	कर्नाटक	10227
17	केरल	0
18	लद्दाख	1448
19	लक्ष्मीपुर	40
20	मध्य प्रदेश	49216
21	महाराष्ट्र	31175
22	मणिपुर	579
23	मेघालय	4094
24	मिजोरम	1694
25	नागालैंड	658
26	ओडिशा	49291
27	पुदुचेरी	380
28	पंजाब	1876
29	राजस्थान	42117
30	सिक्किम	1419
31	तमिलनाडु	570409
32	तेलंगाना	6944
33	त्रिपुरा	6062
34	उत्तर प्रदेश	79502
35	उत्तराखण्ड	11010
36	पश्चिम बंगाल	15838

* वित्त वर्ष 2024-25 तक राज्यों से प्राप्त रिपोर्टों के अनुसार।