

スライド 1



全: それいけ! えいようレンジャー!!!

スライド 2



ナレーター: ある日、正君という男の子がいました。正君は机に大好きなお菓子をいっぱい並べていました。

ただし: 僕お菓子大好き。あれもこれも全部僕の! お菓子ってホントにおいしい。

スライド 3



ママ: こら、ただし! そんなにお菓子ばかり食べてはいけません! そんなにたくさん食べていたらおいしくたべられないわよ!!! それに栄養も偏ってしまうわ。

ナレーター: お菓子が大好きで毎日たくさんお菓子を食べている正君。お母さんに怒られてしまいました。

スライド 4



ナレーター：お母さんに怒られ、最初は我慢していた正君ですが、おなかがすくと、
つついお菓子に手が伸びてしまいます。

チョコレートをパクリ、ソフトクリームを
パクリ、ケーキをパクリと正君の口の中は
甘いお菓子でいっぱいです。甘いものだけ
では物足りない正君はポテトチップスマ
でペロリと食べてしまいました。

正：今は元気だし、お菓子ばっか食べてて
も大丈夫だよ

ナレーター：そう言って正君はお母さんに
いわれても、大好きなおやつを食べるのを
やめられませんでした。

スライド 5



ナレーター：ですが、そんな生活をしてい
た正君はどんどん元気がなくなってしま
い、ついに風邪をひいてしまいました。

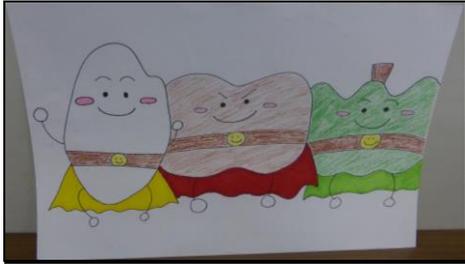
正：つらいなーはやく風邪が治ってほしい
な。早く治ってまたチョコとかポテトチッ
プスとか大好きなお菓子をいっぱい食べ

たいなー。

ナレーター：ですが、正君の風邪はなかなか治りません

正：なんで僕の風邪は治らないんだろう

スライド 6



ナレーター：するとそこに…

赤：正君！僕たちが君の風邪を治しに来たよ！！

正：君たちは誰なの！？

黄色：僕たちは赤緑黄色の国からやってきたヒーローさっ！僕たちヒーローはみんなの健康を守るために毎日頑張っているんだよ！

正：本当に！？僕の風邪も治してくれるの？

緑：もちろんよ。でもね、今のままじゃ治りませんわ

ナレーター：そう言って3人のヒーローは、話し始めました

スライド 7



赤：なぜ正君は、風邪をひいてしまったの
わかるかな？

黄色：まずは正君がこれまで食べてきたもの
の思い出してみよう！

緑：そこにヒントがあるんだよ

正：え？うーんと…

スライド 8



正：今日食べたものは一ポテトチップスと
チョコレート。うーんと後は、クッキーと
…

ヒーロー：お菓子ばかり！！！！

正：だって美味しいし…

スライド 9



赤：お菓子ばかり食べることが悪いことでは
ないけれど、そればかり食べるのはよく
ないことだよ

黄：正君の風邪を治すためにも、僕たち赤
黄緑の食べ物をバランスよく食べてほしいな

緑：そう！私たちには正君を元気にする力

があるのよ！！

正：そうなの？知らなかったよ

スライド
10



赤：僕は赤の国のヒーロー！にっくん！体を作る働きをしているよ！たとえば、卵・肉・魚・牛乳・ウィンナー！僕を食べることで、正君の筋肉や血を作っているんだ！

スライド
11



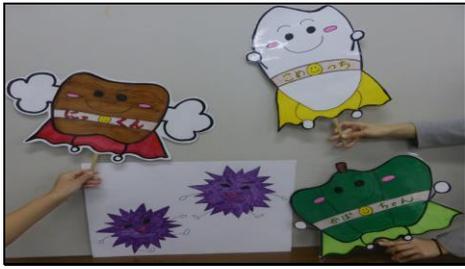
黄：僕は、黄色の国のヒーローこめっち！体を動かすエネルギーになるよ！みんなが一番食べている、ごはん・パン・麺も、黄色に含まれるよ！僕を食べることで、みんな勉強をしたり、運動をして、体を動かすことができるんだ！

スライド
12



緑：私は、緑の国のヒーローかぼちゃん！体の調子を整えて、みんなを元気にするのよ！たとえば、ニンジン・カボチャ・バナナ・りんご・ピーマンなんかがあるわね！私が正君の体を元気にするわ！

スライド
13



黄：僕たちが、悪さをするばい菌マンを倒してあげるよ！だから、僕たちを食べて！

正：う～わかったよ。ご飯もお肉もカボチャも全部食べるよ。

赤：よーし！そうと決まったら、いくぞ！

みんな！！

ヒーロー全：オー！！！！

バイキン：うわ～！バイバイキーン！！

スライド
14



正：わあ～！なんだか、体が元気になってきた！元気モリモリ！ありがとう！みんなのおかげだよ！！

緑：正君、よく頑張ったね！正君が私たちを食べてくれたから、私たちも力を発揮できたの。正君、ありがとう！これからも、赤・黄色・緑の私たちを、ひとつ残らず食べること！忘れないでね！

正：うん！わかったよ！僕、これからちゃんと、バランス良く食べるね！

黄：また困ったら、僕たちを呼んでね！

ヒーロー全：バイバーイ！！

スライド
15



ナレーター：その日から正君は、毎日バランスよく食べるようになりました。もうあの時のように、お菓子だけ食べていた正君ではありません。

ママ：ただし！全部食べられてえらいわね！ママ嬉しいわ！

正：ママの作ったお料理どれも美味しいね！たくさん食べて、僕も大きくなりたいな！

ナレーター：みんなも正君みたいになりたいよね？じゃあこれから、お姉さんたちと一緒に勉強しましょう～！最後までお話し聞いてくれてありがとう！