

スライド 1



栄養戦隊食レンジャー

スライド 2



僕「わあ！もう朝だ！！」

スライド 3



僕「いってきまーす」
母「朝ごはん食べないの？」
僕「いらない！！！！」

スライド 4



ヒーローたち「ちょっと まつた！！」
僕「わ！だれ！？」
ヒーローたち「ぼくたちは、栄養戦隊食レンジャー」

スライド 5



黄「どうして朝ごはんを食べないの？」
赤「ご飯を食べないと元気が出ないわ。特に朝ごはんは大切よ。」
緑「僕たちは、食べ物から、人間のからだに入って活躍する正義の味方だよ！」

スライド 6



僕は黄レンジャー！
ごはんやパン、うどんなどが黄色の仲間だよ。
僕の役割は君のからだのエネルギーになること。
お腹が減ると、頭がぼーっとしたり元気がなくなるのは、黄色い食べ物が足りなくなってエネルギーが切れてくるからだよ。
黄色い食べ物をしっかり食べればからだのエネルギーになって元気になるよ

スライド 7

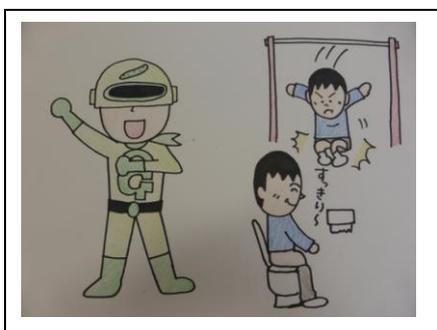


魚や肉、豆腐などは赤い食べ物の仲間だよ

わたしの役割はからだをつくること。赤い食べ物が足りないとからだが大きくなれないの。

赤い食べ物は皮膚や筋肉、髪の毛、爪、血などをつくってくれるよ

スライド 8



野菜や海草、果物などは緑の食べ物の仲間だよ

僕の役割はからだの調子を整えること

からだにうまく栄養が流れるようにする役割があるんだ

僕がいないと黄レンジャーも赤レンジャーもうまく動けないのさ

緑の食べ物をしっかり食べればからだの調子がよくなるよ

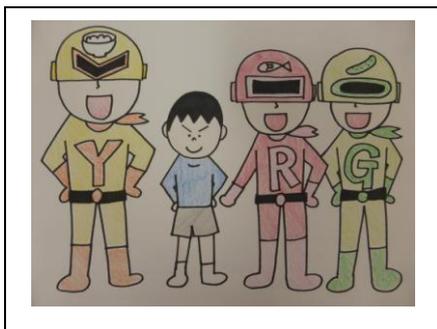
スライド 9



ぼくたち、食レンジャーは人間が元気に暮らせるように応援しているんだ

人間のからだのなかで怪我や病気を寄せ付けないように守ってるんだ

スライド
10



黄「僕たちが活躍できるようにキミ
もしっかり毎日ごはんを食べてね」
僕「わかったよ！僕も食レンジャー
と一緒に活躍するってことだね！」
赤「そのとおり！わたしたちに会
いたかったら黄、赤、緑の食べ物を
バランスよく食べてね」
緑「特に朝ごはんは一日の始まり
の栄養だからしっかり食べよう！」

スライド 11



気が付くと僕は朝ごはんの前にい
た
「いただきまーす」
僕は朝ごはんを食べて元気に出
かけていった

おしまい！！