

食育劇「食まるファイブ」

【命をいただきます（感謝の心）編】

登場人物

ナレーター・・・

食まるファイブ

りきまる

女・・・

ベジまる

男・・・

にくまる

男・・・

ほねまる

男・・・

フルーツまる

女・・・

子どもA 男・・・

子どもB 男・・・

子どもC 女・・・

（給食当番の子どもF・・・

子どもG・・・）

メタボ大魔王・・・・・・・・・・

女神様・・・・・・・・・・

ストーリー

地球人をメタボにしようと、メタボ大魔王は、今日も栄養バランスの悪い小学生をねらって自分の部下にしようとしていた。

とある小学校の給食時間。わくわくしながらみんなで給食のカレーを食べようとする。にくまるとフルーツまるは、「いただきます」と言わずに食べようとする。

メタボ大魔王が登場し、「いただきます」なんて言わなくていいといい、にくまるやフルーツまる、子どもたちを部下にしようとする。それに反対した食まる三人が、メタボ大魔王を攻撃するが、簡単に跳ね返されてしまう。女神様が現れて、「大切なこと」について、みんなの気持ちを促す。メタボ大魔王の部下になった食まる二人と子どもたちは、「いただきます」「ごちそうさま」という言葉に込められた、食べ物「命」や食べ物を育ててくれた人、調理してくれた人への感謝の心について学ぶ。

女神様の魔法によって、食まる二人と子どもたちは元の姿に戻り、みんなで「ありがとう」の気持ちを込めて給食を残さず食べる。計画が失敗したメタボ大魔王は、その場を立ち去る。

導入：食まるファイブの紹介（省略可）

ナレーター	みなさんこんにちは。今日は、食まるファイブと一緒に『食べることの大切さ』について勉強をします。
	みなさんは、もう食まるファイブを知っていますね？そうですね。
	では最初に、リーダーのりきまるをみんなで呼んでみましょう。せーの、りきまる〜！
りきまる	は〜い！（りきまる返事をして登場。ポーズ）
	〇〇小学校のみんな、こんにちは〜！わたしは、ごはんやパンの仲間だよ。生活をするためのエネルギーになるんだよ。
ナレーター	次は、にくまるを呼びましょう。せーの、にくまる〜！
にくまる	おう！（にくまる返事をして登場。ポーズ）
	オレ様はにくまるだぜ。オレ様は肉や魚、豆や卵の仲間、筋肉を作るんだぜ。
ナレーター	さあ、次はだれを呼ぼう？（子どもたちが、口々に食まるの名前を言う。）
	みんなよく知ってるね。では、残りの三人を呼びましょう。ベジまる〜、ほねまる〜、フルーツまる〜！
ベジまる	（三人登場）
	ぼくがベジまるだベジ。ぼくは野菜の仲間だベジ。体の調子をよくするんだベジ。
ほねまる	おいらがほねまるだホネ！ 牛乳やチーズは、強くて丈夫な体をつくるんだホネホネ。
フルーツまる	最後のあたしが、フルーツまるフル。あたしの友だちはいちごやりんごなどの果物なフル！
	あたしの仲間は、みんなの栄養バランスを整えるフル。フルフル！
	みんなフルーツを食べて、ワンダフル、ビューティフルになるフル。じやあ、みんな、また後で会いましょうね。
	（五人消える）

ナレーター	今日も〇〇小の給食の時間がやってきました。みんな配膳の列に並んでいます。
食まるファイブ	うわあ、いいにおい♪ (給食当番から給食を受け取って着席。みんな嬉しそう。)
ほねまる	やった！ カレーだホネ！
にくまる	あ、はらペコだぜ。今日も残さず全部食べるぜ！(食べようとする)
フルーツまる	あたしもフル♪(食べようとする)
りきまる	待って！「いただきます」を言わなくちゃ。
にくまる	フン！ そんなの別に言わなくたっていいだろ。
ベジまる	言わなきゃだめベジ！
にくまる	何で言わなきゃいけないんだよ。
ベジまる	ええっと、それはあ・・・
メタボ大魔王	ワッハッハー！ にくまるよ、その通りであゝる。
りきまる	その声は！！
食まるファイブ	メタボ大魔王だ！
メタボ大魔王	われこそは、メタボ大魔王であゝる。地球人をみんなメタボリックシンドローム(病気)にするのであゝる。
子どもたち	キヤー！(食まるファイブの後ろにかくれる)
りきまる	そんなことはさせないわ！

語尾を
強調する

メタボ大魔王	ハッハッハ！ カレーを食べる前に、「いただきます」など必要ないのである。
子どもたち	えっ！ そうなの？
ほねまる	メタボ大魔王を信じちゃだめ・ホネ。（気弱に）
メタボ大魔王	「いただきます」を言わなくても、カレーの味は変わらないのである。
にくまる	（一口食べる）たしかに、「いただきます」なんて言わなくても、カレーはおいしいぜ。
ベジまる	そういうことじゃないベジ！
メタボ大魔王	味だけではなく、栄養も変わらないのである。
フルーツまる	そうなのフル？
子どもA	たしかにそくだなあ。
子どもB	食事のたびに言うのは必要ないよなあ。
子どもC	もう、「いただきます」って言うのやめた。
メタボ大魔王	そくだ。よい心がけだ。メタボフレーム！（マントをはらう） お前たちは、もうワガハイの部下である。
	（にくまる、フルーツまる、子どもたち 大魔王から黒いメガネ渡され、全員メガネをはめる）
にくまる	フッフッフ・オレ様は、ブラックにくまるだぜ。（得意げに）
フルーツまる	フッフ・あたしたち、メタボ軍フル。
	（子どもたちみんな。オー。）
りきまる	だまされちゃだめ！ みんな目を覚まして！
	メタボ大魔王（メタボ大魔王を指さす）、イエローミサイル！
ベジまる	ぼくも頑張るベジ。えいつ、ベジビーム！

ほねまる	おいらの力を見せてやるホネ。ホネホネソード！ (三人でメタボ大魔王を攻撃するが、あっさり負ける)
メタボ大魔王	では、お前たち！ この三人にトドメを指すのであゝる。
女神様	お待ちなさい。
食まる三人	女神様！
女神様	にくまる君、フルーツまるさん、ちょっと待って。あなたたちはメタボ大魔王の部下になっていいのかしら？
にくまるとフルーツまる	う、うゝん・・・(悩んでいる)
メタボ大魔王	バランスよく食べていたらいいんだろ！「いただきます」など必要ないのであゝる。
子どもたち	そうだ！そうだ！「いただきます」なんていけない！
女神様	みんな大切なことを忘れているわ。食べものはどこから来るのか、どうしておいしく食べることができるか知っているかしら？
りきまる	みんな、給食のカレーを見て。カレーにはお米やお肉、お野菜が入っているわ。わたしたちは生きているものの「命」をもらっているのよ。
ベジまる	命をいただくことへ、ありがとうの気持ちをこめて「いただきます」って言うんだホネ。
ほねまる	それに、食べものを育ててくれた人や、おいしく調理してくれた人など、たくさんの人に、ありがとうの気持ちをこめて「ごちそうさま」って言うんだホネ。
女神様	そのとおりよ。
子どもA	そうか。(うなずく)「感謝の心」って大切だよな。
にくまる	そうだな。これからは「いただきます」と言って、残さず食べるぜ。

フルーツまる	食べたら、「ごちそうさま」って言うわフル。
女神様	良かったわ。これで、みんな元の姿に戻るわ。 (ステッキを振って) レインボ〜シャワ〜！
子どもたち	(メガネを外して) やったー！
にくまるとフルーツまる	(メガネを外して) 女神様、みんな、ありがとう！
子どもB	よし、みんなで給食をいつもおいしく食べられることに感謝して、残さず食べよう！ (子どもたち。オー)
りきまる	いただきます。
子どもたち	いただきますーす！ (全員で食べる)
りきまる	ごちそうさまでした。
子どもたち	ごちそうさまでしたー！ (全員で)
メタボ大魔王	ちっ！覚えておれ！ こんなことでは負けんぞ。 (メタボ大魔王が去る。)
子どもC	ぼくたち、感謝の気持ちを忘れず、これからはしっかり残さず食べます。
女神様	みなさん。これからは感謝の気持ちを忘れずに、バランス良く残さず食べてくださいね。
子どもたち	はー！
女神様	「いただきます」「ごちそうさま」って、すてきな言葉ね。
ナレーター	では、最後に食まるファイブの歌を歌いましょう。 (全員出てきて、食まるファイブの歌を歌う。)