

登場人物

ピーマンくん (ピ) 女の子 (女)
ご飯くん (こ) 男の子 (男)



全員いただきます！



ピこんにちは！ぼくはピーマン！
みんな、ぼくのことは好きー？



女) 私はピーマン好きじゃない！だって苦いんだもん。



ピああ…残されちゃった…
ぼくはみんなに美味しく食べてもらいたいだけなのに…
悲しいなあ。



女) 苦手だから、残すのはよくないかな。
がんばって食べてみようかな！



ピ食べてもらえてうれしいな！
みんなの体を強くするためにぼくもがんばるぞ！



イラストそのまま

こんにちは！ぼくはご飯！今日もたくさん食べてほしいな！

男) ごちそうさま！



こえ？もう終わり？まだたくさん残ってるのに…どうして残すの？



男) だって、早くサッカーしに行きたいんだもん！行ってきまーす！



こ… (さびしそうなご飯くん)



男) おかしいな…サッカーで活やくしたいのに…
あれー、走れないや…
さっきご飯をしっかりと食べなかったからかな…？



こぼくを食べれば力が出るのになー！



ピみんなは給食の時に、苦手なものやご飯を残したりしていないかな？
食べ物はみんなの体を強くする力を持っているんだ！



こほんの少しだけ残しても、みんなが残したらたくさんになるよね！
残されたご飯は捨てられちゃうのかな…
それってすくもったくないね！



全員) 自分に合った量を残さず食べて、勉強も遊びも元気にやろう！