



『もぐもぐもぐ〜おいしいやん〜』

脚本・絵 福岡県

①

食品ロス削減啓発資材検討委員会委員

(倉原弘子・野中千都・平田繁)

宮崎史郷・森脇千夏)

演出ノート

ナレーション

今日はいい天気。

ふく君

「気持ちいいなー。」

えーこ先生

「よーし！今日は皆で一生懸命育てた野菜をとりましょう！」

とった野菜はおうちの人にプレゼントしようね！」

子ども達

「はーい！」

元気な声で

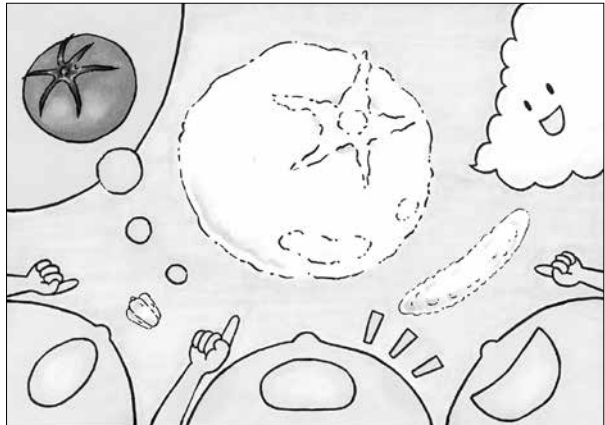
ナレーション

みんな、トマトやキュウリをとるのが楽しみです。

(抜きながら)

ナレーション

ふく君がふと空を見上げると・・・。



②

ナレーション

もくもくもく・・・
雲も元気いっぱい、みんなを応援しているようです。

子ども達

「わー！先生！大きな雲がでてきたよ。」

ふく君

「先生！みてみて！あの雲トマトみたいやね。」

えーこ先生

「本当だ。あの雲トマトみたいやね。」

（少し間をおいて）

みんなが育てたトマトはそこにあるよ。
ふく君、とってみて。」

ふく君

「はーい！」

ナレーション

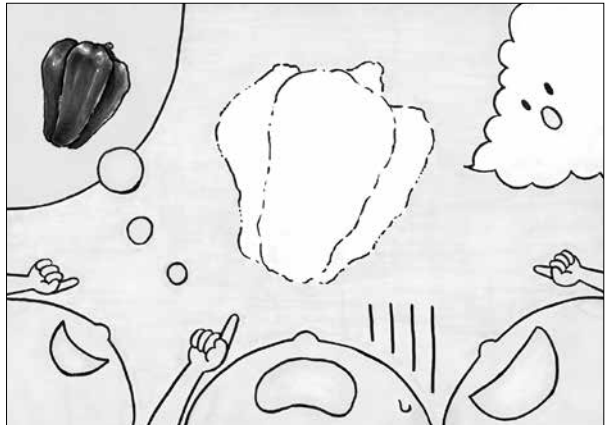
真っ赤なトマトはつやつやして
とてもおいしそう。

（抜く）

演出ノート

元気な声で

※えーこ先生のセリフの語尾は、演じ手が話しやすい言葉でお読み替えてください



③

ナレーション

もくもくもく・・・
また雲が出てきました。

ふく君

「あれ？
あの雲はピーマンみたい・・・。」

おかちゃん

「私、ピーマン大好き！」

えーこ先生

「よし、みんなのピーマンもとってみよう。」

ふく君

「でも、僕嫌い！とりたくない！」

ナレーション

そういつた途端、もくもくもく・・・黒い雲が
どンドン広がって、雨が降り出しました。

(さっと抜く)

演出ノート

ゆっくりと

悲しそうな
声で

怒ったように
むきになって
強い口調で



④

えーこ先生

「あつ、雨が降ってきた！
みんな急いでお部屋に戻って！」

子ども達

「ふく君がピーマン嫌いって言ったけん。
ピーマンが泣き出したんやないと？」

(ゆっくり抜く)



⑤

ナレーシヨン

しばらくたつと、もくもくの雲がどこかに行つて、お空がとっても明るくなりました。

おかちゃん

「あつ、お日様が出てきたよ！」

えーこ先生

「じゃあ、みんなで野菜を見に行つてごらん。」

ナレーシヨン

子ども達が急いで野菜を見に行つてみると、お日様の光で、野菜についた雨のしずくがきらきらしています。でも、なんだかピーマンは泣いているみたいに見えます。

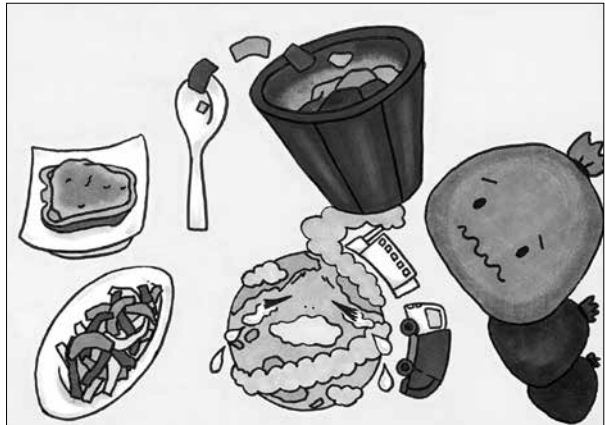
ふく君

「僕が嫌いって言ったからかな・・・。」

(抜く)

演出ノート

悲しそうな
声で



⑥

えーこ先生

「ねえ、ふく君はピーマンが嫌いなのか？」

(少し間をおく)

えーこ先生

「もし、ふく君がお料理に入っているピーマンを残したらどうなるのかな？」

ふく君

「捨てちゃう。」

おかちゃん

「捨てたらゴミになるんよね。
食べられるのにゴミになっちゃうってこと？」

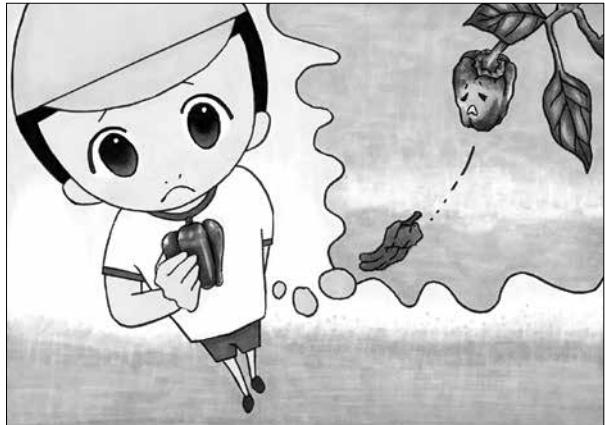
えーこ先生

「そうよ。
みんなで頑張って育てたピーマンも
食べ残したら、ゴミになるんよ。」

ふく君

「そうなんや……。
あつ、先生！このままピーマンをとらんで
そのままにしといたらいいんやないか？」

(抜く)



7

えーこ先生

「ねえ、みんながとらなかつたピーマンは
どうなっちゃうのかな？」

ふく君

「先生、どうなるの？」

えーこ先生

「ピカピカの時のピーマンはおいしく食べられるね。
だけど、だんだんしわしわになって、そのうち地面
に落ちて食べられなくなってしまおうよ。」

ふく君

「ええっ！
それもかわいそう……。」

ナレーション

そういつて、ふく君はしぶしぶピーマンをとって
お部屋に持ち帰りました。

(ゆっくり抜く)

演出ノート

不安そうに

子どもが考える
時間をもて
るよつに間を
おく

悲しそうな声で

不満げに



⑧

演出ノート

ナレーション

みんなは、部屋に戻ってきました。
ふく君は、さつきとったピーマンをじっと見えています。

ふく君

「ねえ、先生。ピーマンってピカピカしとうね。」

えーこ先生

「そうね。ピーマンって不思議ね。外はピカピカやけど、
ピーマンのおなかの中は種だけであとは空っぽやね。」

おかちゃん

「先生、ピーマンって皮だけなん？」

(半分抜く)

えーこ先生

「みんなはピーマンの皮のところはいつも食べるね。」

(抜く)



⑨

演出ノート

えーこ先生

「ピカピカの皮みたいなどころの裏をよーくみてごらん。小さなかわいい透き通ったつぶつぶがいっぱいあるよ。このつぶつぶには栄養がたっぷりで、元気もりもりになるし、おいしさも詰まっとうだよ。そして、空っぽに見えるところは『おいしくたべてほしい』というピーマンの気持ちでいっぱいなのかもよ。だから、みんなも残さず食べようね。」

子ども達

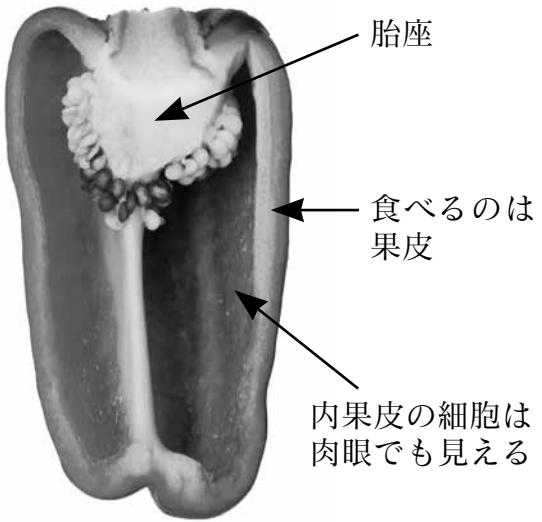
「はい。」
「はい。」

ふく君

「・・・はい。」

うんうん

(抜く)



一般栄養素：カリウム、銅など
有効成分：ビタミンC、ビタミンA、
 カプサンチン、フラボノイドなど
作用：抗酸化作用、がん予防ほか
 ※旬は夏、色が濃くつやが
 あるものが栄養価が高い
出典：芳本信子
 新しい視点・生きた知識 食べ物じてん
 第2版（学建書院，2011）



10

ナレーシヨン

お迎えの時間になり、ふく君のお母さんも
○○園にお迎えにやってきました。

お母さん

「あれ？この袋のお野菜どうしたと？」

ふく君

「僕がとったお野菜だよ。」

お母さん

「そうなの！いっぱいあるね。」

ふく君

「うっ……うん……。
はい、あげる。」

ナレーシヨン

ふく君は、本当は、渡したくなかったけれど
お母さんに野菜を渡しました。

ふく君

「あーあ、袋の中にはピーマンも入っとうのに、
食べたくないなあ。」

お母さん

「ふく君、ありがとう。おいしそうな野菜やね。
ふく君、頑張ってたね。」

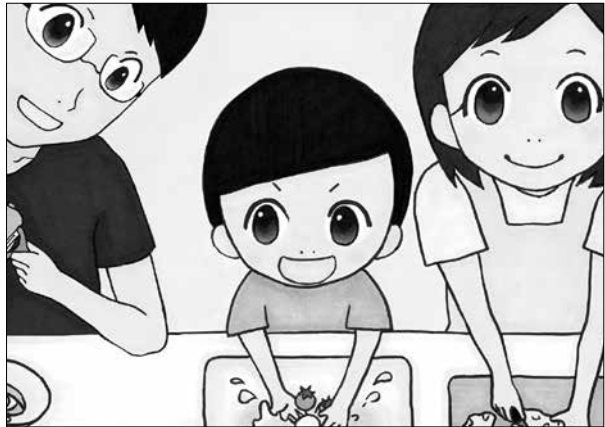
(抜く)

演出ノート

※○○園は各
園名でお読み
ください

とまごいながら

嬉しそうな声で



11

ナレーシヨン

今日は日曜日。○○園はお休みです。

お母さん

「ふく君、今日は、ふく君が昨日もって帰った野菜でカレーを作ろうかな。なんと、サラダ付き！」

ふく君

「やったあ！僕、カレー大好き！」

お母さん

「じゃ、ふく君もお手伝いしてね！」

ふく君

「うん！お父さん、一緒にカレー作ろう！」

お父さん

「よし！おいしく作ろう！」

ナレーシヨン

お父さんとお母さんは野菜を切ってカレーを作っています。

ふく君は、サラダをつくります。

カレーのいい匂いがしてきました。

ふく君

「うーん。いい匂い。おなかすいてきたなあ。」

お父さん

「よし、カレーできたよ！」

ふく君、お皿出してきて。カレー運んで。」

ふく君

「はい！」

演出ノート

※○○園は各園名でお読みください

(抜く)

はりきって



12

みんなで

「いただきます。」

ふく君

「うわー！おいしい！」

ナレーシヨン

ふく君は、もりもり食べました。

お母さん

「ふく君、おいしい？」

ふく君

「うん、おいしい！」

お母さん

「よかった。昨日ふく君が

とってきた野菜ゼーんぶ使ったんよ。」

ふく君

「ぜんぶ？トマトでしょ、きゅうりでしょ、

えっ、ピーマンも？」

ナレーシヨン

その時、ふく君はカレーの中に

緑色のものを見つけました。

ふく君

「あっ……ピーマンだ……。」

(抜く)

※お皿とコップに描かれている

キャラクターは

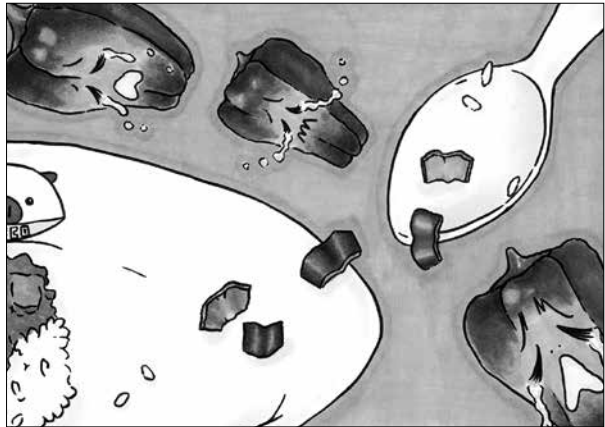
福岡県のマスコットキャラクターで

『エコトン』といます。



演出ノート

がっかりした
ように



13

演出ノート

ナレーション

そう言って、ふく君はピーマンだけをお皿のはしっこにやけていきました。
その時です。ふく君は泣いているような悲しそうなピーマンを思い出しました。

(少し間をおく)

ふく君

「ようし！」

覚悟したように

ナレーション

勇気を出して、パクリ！

(さっと抜く)



14

ふく君

「おいしいやんー!!」

お母さん

「おいしいねえ。ふく君が育ててくれた
ピーマンだもん。おいしいね。」

ふく君

「ピーマンを食べると元気もりもりになるって、
えーこ先生がいつとったよ。
僕、残さず食べるもん。」

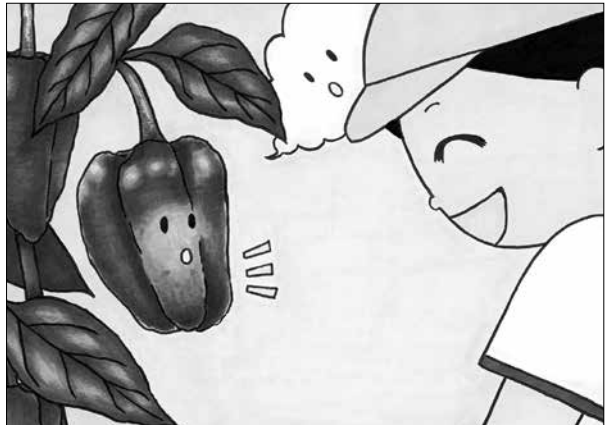
お母さん

「そうだね。もったいないし、全部食べようね。」

(抜く)

演出ノート

驚いたように
大きな声で



15

ナレーシヨン

今日もいい天気。

ふく君は急いでピーマンに会いに行きました。

ふく君

「嫌いって言うてごめんね。

昨日のカレーにピーマンがたくさん入っとなつて、
とっても美味しかったよ！

僕、もう残さないよ。」

(抜く)

○この紙芝居の製作趣旨

現在、日本では「食べられるのに捨てられてしまう食品」、いわゆる“食品ロス”が年間621万トン*発生しており、これは、国民1人1日当たり茶碗約1杯分のご飯を捨てている計算になります。

福岡県では、就学前の子どもに「残さず食べてほしい」という願いを持っています。この食品ロス削減のための取組の一環として、食材や環境の大切さを子どもたち自身が学ぶことができるように、中村学園大学及び一般社団法人福岡県私立幼稚園振興協会の方々の御協力のもと、啓発資材となるこの紙芝居を製作しました。

園の先生方には、保育の中で、この紙芝居を御活用いただければと思います。

また、その際には、子どもに対して“食べ物に興味を持ち、意欲を持って食べること”や“食事を作ってくれる人への感謝の気持ちを持つこと”、“食べることを楽しみ、食の循環・環境を意識すること”など話していただき、併せて、一人一人の子どもの心身の状態等に応じ、自分の食べられる量を知り、食べられる量は食べることの大切さをお話いただければ幸いです。

この紙芝居が貴園の食育の推進、そして子どもたちの健康に貢献できると嬉しく存じます。

※平成26年度農林水産省推計値

【方言について】

この紙芝居では福岡県でよく使われている方言を使っています。方言は地域に生活する人の大切な一部分です。地域によっても異なる方言を、ぜひ先生の言葉に変えてお話しください。

【五領域のねらい等について】

食育だけではなく、この紙芝居から五領域「健康」「人間関係」「環境」「言葉」「表現」それぞれのねらいを持った活動に展開することができると思います。また、「幼児期の終わりまでに育ってほしい姿（10の姿）」につなげて活用していただけますと幸いです。

もぐもぐもぐ ～おいしいやん～

脚 本 福岡県

食品ロス削減啓発資材検討委員会委員

（中村学園大学：倉原弘子、野中千都、平田 繁、森脇千夏）
一般社団法人福岡県私立幼稚園振興協会：宮崎史郷

絵 倉原弘子



平成30年3月製作

ナレーション



（おわり）

子ども達から水をかけてもらって、ピーマンはとても嬉しそうです。

16

演出ノート