

◇絵本のあらすじ◇

①地球から遥か彼方にあるバランス星は、「主食」「副菜」「主菜」「牛乳・乳製品」「果物」の5つのエリアに分かれていて、地球の子どもたちの健康なエネルギーのおかげでバランスよく回っていました。

②ところが、最近、バランス星が激しく揺れています。

その原因を突きとめるため、バランス星の各エリア出身の勇者(=食まるファイブ)が地球の子どもたちに会いに小学校へ行き給食時間を共にします。

そこで、子どもたちの給食トレーを見てビックリしてしまいました。

③子どもたちの給食をおかしくしていたのは、メタボ大魔王たちでした。

食まるファイブたちはそれぞれ将軍と戦いますが、一人ひとりでは太刀打ちできません。

④そこで食まるファイブたち(主食⇒りきまる、副菜⇒ベジまる、主菜⇒にくまる、牛乳・乳製品⇒ほねまる、果物⇒フルーツまる)が、手袋に合体して力を合わせたことで、メタボ将軍たちをやっつけることができました。

⑤メタボ大魔王をやっつけたことで、子どもたちはバランスのよい食事をすることの大切さを知りました。

そして、食まるファイブと一緒にバランスのよい食生活の大切さを周りの人たちに伝えていく仲間となりました。