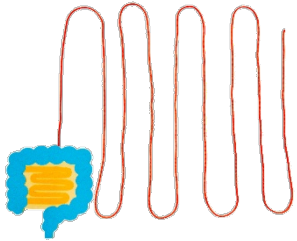
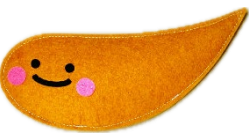


教育エプロン 「消化の仕組み～食べたものはどうなるの?～」

- ・初めての方にも演じやすいように制作しています。
- ・小腸の長さを6メートルのひもを使って実際に子どもたちの体の大きさと比べることができます。
- ・食べるものとうんちの種類の組み合わせをクイズにしても楽しめます！
- ・消化のしくみとうんちのお話を別で演じることもできます。

◎登場人物（部品表）

ハンバーガー	食道	胃	大腸と小腸
			
冷たいもの	野菜	バランスの良い食事	
			
栄養	水	溶けた食べ物	小さくなった食べ物
			
バナナうんち	コロコロうんち	ゆるゆるうんち	
			

てくてくも SHOP

〒805-0031

北九州市八幡東区棚田2丁目1-23

TEL:080-4697-4478 FAX:093-616-8005

ショップ URL: <https://tectecmo.raku-uru.jp/>

	写真	セリフ (○) 動かし方 (★)
1		○ 先生 皆さん朝ごはんは食べてきましたか？ 先生も食べてきたけどもうお腹がすいてきました！ ★ハンバーガーを出す ○ 先生 ちょうどこんなところにおいしそうなハンバーガーくんが！ いただきまーす！もぐもぐもぐもぐ。ごっくん。 みんなは食べたものが口から体の中に入ったあとどうなるか知っていますか？ 今日は特別に先生の体の中をのぞいてみましょう！
2		★食道、胃、小腸と大腸を順番に貼る ○ 先生 みんなの体の中にはこの様な食べ物の通り道があります。 ハンバーガーくんが体のどこへ行ったのか一緒に見ていきましょう！ ※★最初から貼っておいて上から服などで隠していても OK
3	 	○ 先生 口に入った食べ物は、歯で噛み砕かれて小さくなります。 ★小さくなった食べ物を出し、ハンバーガーと入れ替える ○ 先生 もぐもぐよく噛むと、唾が出て飲み込みやすくなります。 ごっくんと飲み込んだ食べものは、最初に細いトンネルのような食道というところを通ります。 ★小さくなった食べ物が食道を通っているように動かす ○ 先生 食道は細くてせまいトンネルなので、詰まらないように、もぐもぐよく噛んで食べものを小さくすることが大切です ね！

4		○ 先生 食道を通りぬけたら、袋のような形の胃というところに行きます。 胃では胃液という水のようなもので食べ物をドロドロに溶かします。 ★溶けた食べ物を出し、小さくなった食べ物と入れ替える (※胃の中に 3～4 時間)
5	 	○ 先生 胃でドロドロに溶けた食べ物は次に、この長い迷路のようにくねくねした小腸というところを通ります。 ★溶けた食べ物が小腸を通っているように動かす ○ 先生 小腸はととてもとても長いです。 どのくらい長いかというと、、、 ★小腸のポケットからひもを出す ○ 先生 このひもの長さくらいです！ 手を広げた長さ何人分かな？ 皆さんのお腹の中にはこんなに長い小腸があるんですね！ (※子どもたちに手伝ってもらってのばすと良いですね！子どもたちと手を広げて何人分か比べてみても楽しいです！) (※子どもの小腸は 6～7 m) ★ひもをしまう
6		○ 先生 長い小腸をゆっくり時間をかけて通りぬける間に、食べ物から栄養がすいとられます。 (※小腸の中 8 時間) ★溶けた食べもののから栄養をとりだしエプロンに貼る ○ 先生 栄養というのは、体を動かすパワーになったり、体に作る材料になったりする大切なものです！

7		○ 先生 小腸を通りぬけた食べものは最後に、大腸というところに行きます。 ★溶けた食べものを大腸を通っているように動かす ○ 先生 大腸では、食べものから水がすいとられます。 ★溶けた食べものから水を取り出しエプロンに貼る ○ 先生 すいとられた水はおしっこになって体から出ていきます。
8		○ 先生 そして、体に必要のない残ったものが、体の出口の近くにたまると、それが、、、 うんちになって体からでてきます！ ★バナナうんちを大腸の下から出す ○ 先生 先生が食べたハンバーガーくんは、先生の体の中で長い長い旅をして、うんちくんに変身しました！ みんなが食べたものも体の中を通ってうんちになってでてきます。
9		○ 先生 ではここからは、うんちのお話です。 ★バナナうんちだけ残して全部しまう ○ 先生 うんちはみんなの体の調子を教えてくれる大切なものです。 みんなが食べたものや体の調子によって、うんちの形や色やにおいが変わります。 うんちの形にはいろいろな種類があります。 ★コロコロうんち、ゆるゆるうんちをだす 大きく分けると、バナナうんち、コロコロうんち、ゆるゆるうんちです。



○ 先生

コロコロうんちは、小さくてコロコロした硬いうんちです。
力をいれてもなかなかでてきません。(※便秘)

★野菜の絵を出す

○ 先生

野菜を食べないで肉ばかり食べていたり、水分不足になったり、食べる量が少なかったりするとコロコロうんちになります。

○ 先生

ゆるゆるうんちは水っぽいべちゃっとした柔らかいうんちです。

★冷たいものの絵を出す

○ 先生

冷たいジュースやアイスなどの冷たいものばかり、飲んだり食べたりするとお腹が痛くなってゆるゆるうんちになります。(※下痢)

○ 先生

バナナうんちはするっと出るバナナのような形をしたうんちです。バナナうんちが出るときは体が元気なしるしです！

★バランスの良い食事の絵を出す

○ 先生

バナナうんちを出すためには、野菜を好き嫌いせず、ご飯・お魚やお肉・汁物と一緒になんでもバランスよく食べることが大切です！

○ 先生

他にも、三食しっかり食べることや、水分をとること、運動をすることも大切です。

うんちを出すことは健康のために大事なことです！

元気のしるしのバナナうんちが出るように、給食もお家のご飯も、好き嫌いせずバランスよく食べましょうね！

★おしまい