



よしこちゃん

「体をつくるたべもの他にも、体の調子を整える食べ物もあるよ。体の中をそうじしてくれたら、悪いところを修理してくれる食べ物よ。ほうれんそう、かぼちゃ、にんじん、にら、キャベツ、はくさい、きゅうり。」

ゆうちゃん

「野菜だね」

よしこちゃん

「ゆうちゃん、野菜はきらい？」

ゆうちゃん

「ほうれんそうはちいさいとき、きらいだったけど、今は好き。でも、トマトはちいさいころから大好き。」

よしこちゃん

「トマトは赤くて丸くてかわいいね。くだものみたいでおいしいね。くだものも、体の調子を整えるたべものよ。りんご、みかん」

ゆうちゃん

「そうすると、ぼくんちの朝はパンとコーヒーと、シヤム、バターだから体の調子を整える食べ物かひとつもない…ぼくの体はだいじょうぶなのかな…ますますしんばいになってきたよ。」