



歌：伊東 瞳  
 作詞：平野恵子  
 作曲：甲斐正人  
 振付：田井中智子  
 踊り：上生桃瑚・吉井一肇・石井日菜

企画：JAグループ 一般社団法人 家の光協会  
 TEL03-3266-9038 FAX03-3266-9337

協賛：みんなのよい食プロジェクト  
 制作：株式会社家の光出版総合サービス  
 株式会社 AIR  
 株式会社サウンドライフ

イラスト：伊東ちゆん子

2009 家の光協会 Printed in Japan <http://www.ienohikari.net/>  
 このDVDビデオの内容を、権利者の許諾なく貸与・複製・販売・配布することは法律で禁止されています。

再生時の注意  
 DVDビデオは、映像と音声を高密度に記録したディスクです。DVDビデオ対応のプレーヤーで再生してください。  
 操作方法はDVDプレーヤーやパソコンによって異なる場合があります。詳しくは各機器の取り扱い説明書をご参照ください。  
 取り扱い及び保管上の注意  
 ディスクは両面共、指紋、汚れ、傷などをつけないように取り扱ってください。また、鉛筆やボールペン、油性ペンなどで絵や文字を書いたり、シールを張り付けることもおやめください。  
 ○ディスクが汚れたときは、眼鏡ふきのような柔らかい布を軽く水で濡らせ、内周や外周に向かって放射状に軽くふきとってください。レコード用クリーナーや溶剤等は使用しないでください。  
 ○ひび割れや変形、または接着剤などで補修されたディスクは危険ですから、絶対に使用しないでください。また、静電気防止剤やスプレー等の使用は、ひび割れの原因となります。

保管上の注意  
 ○使用後は、かならずプレーヤーから取り出し、専用ケースに納めて、直射日光の当たる場所や、高温・多湿の場所には保管しないでください。  
 ○ディスクケースの上に重いものを置いたり、落としたりすると、ケースが破損しケガをすることがあります。

「チャグリーン!」※1

やってくる やってくる  
 正義のお米がやってくる  
 みんなの体を守るため  
 みんなの命を守るため

ストップ!  
 地球温暖化※2  
 守ろう  
 田んぼの生きもの  
 食べよう  
 朝ごはん

チャチャチャチャ チャグリーン  
 チャチャチャチャ チャグリーン  
 愛と勇気とエネルギー  
 いつでも熱く燃えてる

みんなの味方  
 地球の味方  
 フードレンジャー・チャグリーン

遠い国のたべものなんて  
 アテになんない まにあわな〜い  
 いつも助けてくれるのは  
 新鮮 安心 国内産

やってくる やってくる  
 正義の野菜が立ち向かう  
 元気な体を創るため  
 元気な未来を創るため

ストップ!  
 輸入農産物  
 アップ  
 食料自給率※3  
 考えよう  
 フードマイレージ※4

チャチャチャチャ チャグリーン  
 チャチャチャチャ チャグリーン  
 愛と勇気のバロメーター  
 いつでも優しく支えてる

みんなの味方  
 地球の味方  
 フードレンジャー・チャグリーン

↓  
 C1〜C5はDVDデッキにおいて◀または▶でチャプターの最初に飛び、おなじ場面を繰り返し見ることができます。

■踊り方

1 「チャグリーン!」  
 大きい声で  
 ヒーローを呼ぼう

2 音に合わせて、左右に  
 リズムよく腿を“バンバン”

3 イントロ→両手を腰に、  
 足踏み“タンタンタン”

4 やってくる〜正義の  
 お米がやってくる→  
 顔を上げて右足から大きめに  
 踏み出す  
 (2回くり返し)

5 みんなの体を〜  
 命を守るため→  
 顔を上げて、  
 上上(アップアップ)・下下(ダウンダウン)  
 (4回くり返し)

6 ストップ!→両手で×印  
 地球温暖化〜生きもの→  
 右手を胸に、同時に右足を  
 横に開く、次に左手を胸に  
 左足を横に開く  
 (これを2回くり返す)

7 食べよう朝ごはん→  
 足を広げて、右から  
 上体をグルリと回す

8 チャチャチャチャ→  
 両手を肘から上に、  
 足をそろえて左右に“トントントン”  
 チャグリーン→空へ向けて飛ぶように  
 真っ直ぐジャンプ

9 愛と勇気と〜  
 熱く燃えてる→  
 右手で、左足を“バンバン”、  
 すぐに左手で右足を“バンバン”  
 (2回くり返し)

10 みんなの〜地球の味方→  
 右手を上げて左から  
 みんなを見るように、  
 左手を上げて右から  
 みんなを見るように

11 フードレンジャー→  
 右から左へ上半身を  
 グルリと回しましょう

12 チャグリーン→  
 目の前の敵をやっつけるように  
 左右のパンチをくり出す。

13 遠い国の〜→右腕を斜めから  
 大きく振りましょう  
 アテになんない〜→  
 左腕に変えて

14 いつも助けてくれるのは〜→  
 頭、肩、横、胸、頭、肩、横、胸

15 音に合わせて左右にリズムよく  
 両手で腿を“バンバン”  
 以下4にもどってくり返し

16 2番の最後  
 両手両足を大きく広げて

※1=チャグリーン……Child (子ども)、Agriculture (農業)、Green (緑・自然) を合わせた名前。  
 ※2=地球温暖化……化石燃料の大量使用などで二酸化炭素などの「温室効果ガス」の排出量が増加して熱が逃げにくくなり、地球の平均気温が上がること。  
 ※3=食料自給率……日本人が食べている食料のうち、国内で生産されている食料割合のこと。日本は現在、約40%。つまり60%は輸入にたよっている。  
 ※4=フードマイレージ……食料の輸入量と運ぶ距離をかけた数値。どのくらいの量の食べ物か、どのくらいの距離を運ばれ、そのために環境にどれだけ負担をかけているのかわかる。日本は世界で1番数値が高い。