

“mono-koto-ba Takarazuka”
MOOK vol.6



Small Small Trip!



特集 小旅



発行：宝塚市商工勤労課 令和5年3月発行



Small Trip!

mono-koto-ba Takarazuka MOOK vol.6

小旅

知らない場所を訪れることは、それが近場だったとしても、きっと旅の感覚を運んできてくれるはず。「暮らすように旅する」とは耳にするけれど、「暮らしの中で旅を感じる」時間があっても良い。「旅」が日常から少し遠くなった今こそ楽しみたい、暮らしと地続きな「小旅」をご案内。

初めての場所を訪れる

波豆八幡神社
●宝塚市波豆谷田東掛2

まるで異空間に来たように厳かな空気が広がる境内。「ここが宝塚？」と驚くかもしれないが、ここは973年に創建された波豆八幡神社。境内から階段を降りた先には、歴史ある鳥居と空が映り込むほど大きな貯水池が広がる。思わずふっと肩の力を抜いて背伸びをしたくなる。



イベント開催時以外も常設のアスレチックで遊ぶことができる。

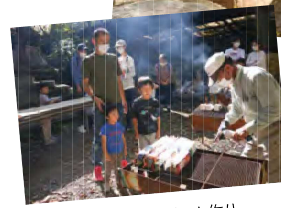
市

街地から車で30分。窓から見える景色ががらりと変わり、自然豊かな田園の風景が広がる。ここは宝塚の北部西谷地区にある宝塚自然の家。見渡す限りの緑が広がるこの場所は、耳をすませば鳥のさえずりや木々の揺れる音が聞こえる。大人は忙しい日常から離れてほっと一息、子どもは思う存分身体を使って遊び回ろう。

ここでは季節に合わせてさまざまなイベントを開催。月2回開催の「にしたに先生」は、西谷在住のシニア世代が講師となり、生き物観察会や自然の中での調理が体験できる。普段は見られない生き物と触れ合える。とあって、大人も子どもも興味津々。西谷産のお米や野菜を使い、みんなで調理して食べるお昼ご飯も格別だ。

Small Trip!

大自然の2 中で味わう 非日常体験



牛乳パックでホットドック作り



森のキッチン(月2回/要申込)



飯ごう(随時受付)

バーベキュー体験では、西谷産の野菜を満喫。お肉などの素材は持ち込みOK。木で作った着火剤を使って火種を作るレクチャーを受けられる。

西谷産のお米を使った飯ごう炊さん。精米する時に出る糠を使ったふりかけをかけて、西谷を味わい尽くそう。2~3時間で手軽に自然を満喫したい人にぴったり。

宝塚自然の家

●宝塚市大原野字松尾1
☎0797-91-0303(開所日のみ)
10:00~16:00 開所日:木曜・金曜・土曜・日曜・祝休日
(冬季期間12月から2月は休所) 〓nishitanilabo.com



天気の良い日は、ちょっと山へ3

Small Trip!

ここからラストの下り道



中山寺奥之院

カメラに収まらないくらい巨石



夫婦岩

ゴールまであと一息 あづまや



中山寺

山際に迫るまちなみ



岩肌登るコース最大の難所!



宝塚ロックガーデン

洞窟のような雰囲気も。



最明寺滝



石積みのカッコいいアーチ門!

START!

JR宝塚線

山本駅

阪急宝塚線

中山観音駅

JR中山寺駅

GOAL!

長尾山



中山最高峰

中山山上

宝

塚は住宅街からすぐ行けるハイキングコースがいくつも。いつも暮らすまちが眼下に広がる景色に出会えるのだ。たとえば、市内のほぼ中央に位置する中山連山。東側には宝塚ロックガーデンと呼ばれる岩場があり、西側には毎日登山としても人気の中山寺奥之院という、東西約10キロのコース。ピュースポットがいくつもあり、四季を通じてファミリーで楽しめる。



「お昼ごはん定食」のほか、朝ごはん定食(9時~10時半)や手づくり焼菓子も。



saji食堂

「駅チカなのに裏路地感があり、思い描くイメージが一番近い場所だった」という、saji食堂店主・伊藤麻美さん。2021年11月、2年越しの思いが叶い念願の場所にオープンした。カウンター6席のみの小さな食堂のカウンターの中、キビキビと無駄のない動きで料理を整えていく。料理を待つ間、少し幅広くに作られたカウンターが保つ店主との適度な距離間に安心し、カウンター内の店主の所作をついで追ってしまう。「お昼ごはん定食」を前に、一品ずつ料理の説明をしてくれる。一品一品が「いい塩梅のさじ加減」のしみじみ美味しい料理だ。目指すのは、まちの食堂。「いつ来ても何かしら美味しいものが食べられると思って来てもらいたい」。すでに店主の“さじ加減”にハマったお客も多いとあって、早めのランチタイムから満席になることも。

●宝塚市湯本町2-6 セザンヌ宝塚101
☎050-3717-0285
9:00~15:00 火曜休+不定休(週4日営業)
@maison_de_saji



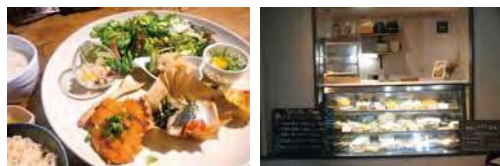
路地を歩いてみれば

阪急宝塚南口駅から阪急宝塚駅へ向かう細い道。かつての温泉街の空気を少し感じさせるような路地、月地線。日常の喧騒からちょっと離れて、行ってみたいくなる店がある。

zukekura DELI&CAFÉ

店内からは武庫川を望め、対岸は宝塚大劇場という抜群のロケーションにあって、11時オープンとともに窓際の席は埋まるのが日常というzukekura(漬蔵)。元々、野菜の漬物や魚といった発酵食品を取扱う通販サイトを運営していて、カフェでは通販商品をアレンジした料理などを提供している。「いつも家族のために作っているけれど、女性が自分が食べたいと思う料理をイメージしたメニューが中心です」と教えてくれたのは、店長の野口祥子さん。ランチタイムは混雑するが、カフェメニューは11時から18時まで通しでオーダーできるのも嬉しい。15時からの「AFTERNOON MENU」もあり、早めの夕食や軽くワインと一緒になど、マルチに利用したい。

●宝塚市湯本町2-5 スイングイン宝塚1F
☎0797-78-8710
11:00~19:00(L.O.18:00) 日・祝休
@zukekura-delicafe.com



夕暮れ時、店内が少し落ち着く時間帯。人気のバスケットケーキなどスイーツも楽しめる。惣菜やお弁当の販売もあり、今晚の夕食に店内で気に入ったメニューを家族のために持ち帰ることも。

遅めのランチもおススメです。



月地亭

その名も通り名を冠したイタリアン。店の扉を開けると正面に2階へと上がる赤い階段が迎えてくれる。当初はレッドカーペット敷で宝塚大劇場のロビー仕様だったという。店内もヅカファン(宝塚歌劇団のファン)を意識したゴージャスなテーブル、椅子や装飾品などで飾られている。30名ほどのパーティールームもあり、コロナ前はヅカファンらのファンミーティングなどにも対応してきた。現在は大人数の利用は控えているが、個室の部屋数が多いのは変わらない。観劇に合わせた食事に入るお客様のために「事前に申し出があれば、それに合わせて料理を提供させていただきます」と藤井シェフ。ヅカファンの心を掴む店なのだ。

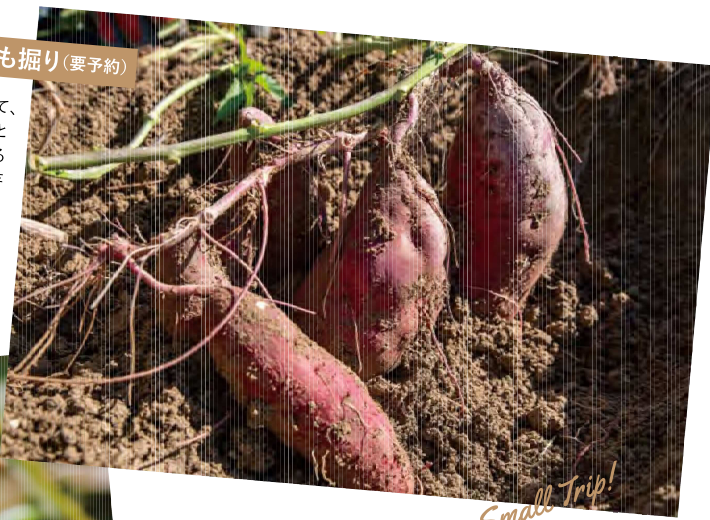


●宝塚市湯本町1-32
サウス宝塚参番館101
☎0797-85-5335
11:30~15:00(L.O.14:00)
18:00~22:30(L.O.21:30) / 金・祝前日ディナー
18:00~23:00(L.O.22:00)
水曜休 ☎kb6a200.gorp.jp



さつまいも掘り(要予約)

茎が生えている場所を手で掘って、鳴門金時を収穫しよう。ホクホクとねっとりのちょうど中間を味わえる鳴門金時は、煮崩れしにくく焼き芋にも料理にもぴったり。畑で虫探しに夢中になる子どもも多く親子三代でも楽しめる。



Small Trip!

土に触れて 農作物を収穫する

最 近いつちに触れただろう、とふと思いついたとき。スーパーに並ぶ野菜しか見たことがないと子どもが言い始めたとき。ちょっと車を走らせて、西谷にある観光農園を訪れてみてはいかが。冬から春にかけてのいちご狩りで有名なエーアイファームだが、秋にはさつまいも掘りと枝豆の収穫体験が楽しめる。

代表の石井伸啓さんは「西谷に人呼び込んで美味しいものを手に取ってもらいたいですね。家族で訪れてもらって、農業という職業を知ってもらいたい」と、年間を通して観光農園を楽しめるように、いずれはぶどうの収穫体験も予定しているそう。



丹波黒の収穫体験(随時受付)

10月中旬から11月ごろまでの限られた期間のみ収穫できる丹波黒の枝豆。通常の1.5倍の大きさのある枝豆は、味が濃く甘さが口いっぱいに広がる。西谷の寒暖差の中で手間暇かけて育てられた丹波黒は、丹波篠山産に中で手間暇かけて育てられた丹波黒は、丹波篠山産にも負けません。枝からひとつずつハサミで切って持ち帰るもよし、枝付きのままプレゼントしても喜ばれる。

エーアイファーム

●宝塚市大原野字上ヶ峯13
☎090-2192-5148
9:00~17:00
月曜休(祝日の場合は翌日)
aifarm.itigo.jp



溝口剛さんが初心者にも優しく教えてくれる

西谷つり大池

●宝塚市大原野走坂2-1
6:30~17:00、冬季は7:00~16:30
木曜休、1月中旬~2月末は休業

よりじっくりと楽しみたい人は本釣りコースへ。竿やイスなどの道具を持ち込んで、こころゆくまで釣り放題。エサはわらび粉を水

ち よつと釣りでもやってみようかな、といて思いつくのは、川釣り?海釣り?いいえ、宝塚にはもつと気軽に楽しめる「釣り堀」があるのだ。
西谷つり大池は、自前の釣竿を持ち込んで楽しむ本釣りコースと、竹竿をレンタルできる体験コースがある。初心者も手ぶらで体験コースから。竿とエサ、玉網を借りて専用のゾーンに糸を垂らすこと10秒。クイツと浮きが沈んで竿を持ち上げてみれば、あつという間に生きの良い鯉や鮒が釣れる。

釣り堀で 糸を垂れてみる

Small Trip!

5



で固めたものをうどん状に切った「わらびうどん」がおすすめ。慣れてくると平均で合計20kgほどの鯉を釣ることができ。10年以上前から雨の日以外は毎日通うという常連さんは「ここは景色が一番。山が映り込んだ水面の美しさを見てほしい」と大パノラマの借景を白慢する。季節ごとに移り変わる風景を眺めながら、釣り糸を垂れる時間は贅沢なひとときだ。



初心者のワタシでも
すぐに釣れたよ

Small Trip!

7

御朱印をめぐる冒険

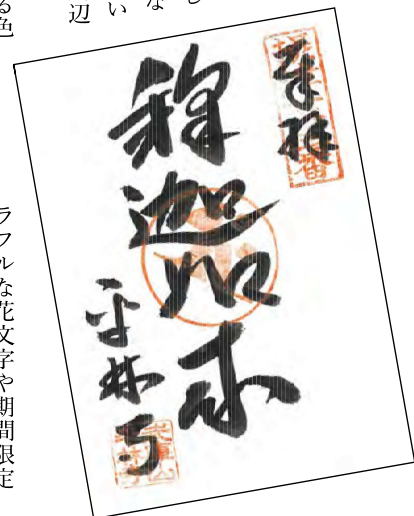
神

社やお寺をめぐって集める御朱印の世界。お気に入りの帳面に

神様や仏様とのご縁を記録し、旅や参拝の思い出として残すスタンプラリー的な楽しみ方が再び注目されている。今回は阪急逆瀬川駅周辺で三体の御朱印をめぐった。

まずは、春夏秋冬で異なる色とりどりの御朱印が評判の伊和志津神社へ。「季節で移り変わる境内の風景とともに季節詣や月詣りを味わっていただければ」という宮司

の木田隼人さんの思いから、カ



ラフルな花文字や期間限定の御朱印など豊富な種類で参拝者を出迎えてくれる。

続いて駅の南側、平林寺へ。こちらは弘法大師ゆかりの真言宗のお寺で、四ヶ寺の塔頭寺院が並ぶ参道を上がると旅の気分。撰津国八十八所や観音霊場三十三所の札所として各地から巡礼者が訪れる。「元々は写経を納めた証しとしての御朱印です。こちらでは納経と呼びます」と塔頭寺院の一つ、西光院住職の佐々木延弘さん。

平林寺本堂からつながる参道をさらに登った先には宝塚神社が鎮座している。こちらの御朱印は宮司

の福井敬土さんが描いた魚釣りを楽しむえびす様のイラストがかわいいと人気。三体の御朱印を手に高台にある境内から街を見渡すと、なんだかちよつとした達成感に浸れた半日ほどの小旅となった。



伊和志津神社

●宝塚市伊子志1-4-3 ☎0797-72-3265
△iwashidu-jinja.jp

平林寺

●宝塚市社町4-7 ☎0797-72-7499

宝塚神社

●宝塚市社町4-8 ☎0797-72-6329
△takarazuka-jinja.org

Small Trip!

8

あの映画のシーンを訪ねて

『阪急電車 片道15分の奇跡』

阪急今津線を舞台に多様な人生が交差する。脚本は岡田恵和。2011年4月公開。東宝配給。

コロナ禍で定着した定額動画サービス、いわゆるサブスクで懐かしい映画を改めて観た人も多いはず。2011年に公開された阪急今津線の沿線を舞台にしたその名も『阪急電車片道15分の奇跡』は、小説家・有川浩の同名小説を映画化した作品だ。阪急小林駅の佇まいや商店街の町並み、今はなき旧宝塚ホテルの姿など、今から約10年前の宝塚の風景が収められている。中でも気になったのが、宮本信子演じる時江（あどけない芦田愛菜演じる亜美のおばあちゃん）が若かりし頃を振り返る回想場面。懐かしい昭和の風景の撮影地に選ばれたのが、阪急電車が境内を走る平林寺の坂道だ。お香がほのかに薫る参道から平林寺本堂へと上ると、劇中で描かれる阪急電車が住宅街を縫うように走る様子を間近にみる事ができる。キャストの有村架純、戸田恵梨香、鈴木亮平といった顔ぶれはこの10年で俳優として大成し、大変貌を遂げたが、平林寺の風景は今も変わらずそこにあった。

宝塚温泉で贅沢なひとときを過ごす

Small Trip!

10



毎週月・土曜日(16:00~22:00)の「バラ風呂」 約400輪のやわらかなバラの香りはアロマ効果も



客室でゆったりとスイーツを楽しむ女子会プランも



武庫川側の大きな窓からは宝塚大劇場などを一望できる

宝塚に住む人なら一度は宿泊してみたいホテル若水。細部まで見どころある館内と行き届いた心遣いを感じられる格式高い空間は、自分へのご褒美や記念日などの特別

な日にぴったりだ。気軽にちよつと贅沢な時間を過ごしたい時は、ランチとお風呂がセットになったデイユースのプランがおすすめ。季節の素材を使った料理が味わえる「箱膳」と、宝塚温泉の銀泉を気軽に楽しむことができる。宝

塚温泉は塩分が多く美肌の湯として知られており、低温で湯触りが柔らかく体の芯から温まる。月・土曜は女性限定でバラ風呂も登場するので、より一層ラグジュアリーな気分になれること間違いなし。遠出しなくても、旅気分を存分に味わえる。

ホテル若水

●宝塚市湯本町9-25
☎0797-86-0151
🌐www.h-wakamizu.com

アモーレアベラ

昭和21年創業の老舗イタリアンレストラン。先代のイタリア人マスター・オラツィオアベラ氏が日本人の味覚に合うようにメニューを開発。創業当時から変わらぬレシピを受け継いでいるミートソースは、肉と野菜の旨味が凝縮した唯一無二の味わいだ。親子三代で通う常連客も多く、中には「30年前、大学生の時にデートで来た」と話す人もいるのだとか。70年以上変わらない味は、ファンに愛され続けている。

●宝塚市南口1-9-31 ☎0797-71-3330
11:30~14:30、17:00~21:00 火曜休・不定休
🌐amoreabela.com



ミートソース

イタリア気分を味わってみる

Small Trip!

9

Gelateria Rintocco

ジェラート発祥の地・フィレンツェで修業を積んだ山口凛さんが開くジェラテリア。毎朝手作りで作られるジェラートは、食品添加物などを一切使用せず「素材をより素材らしく」提供することがこだわり。山口さんが厳選した素材を生産者から直接仕入れ、すだちや丹波黒枝豆など季節ごとに約12種類が楽しめる。一番人気の「ジャージーミルク」は日本で唯一ジャージー特別牛乳を生産する福岡の牧場から仕入れ、濃厚で滑らかな口当たり思わず笑みが溢れる。

●宝塚市伊子志3-15-49宝塚田中ビル1階
☎0797-61-8305 11:00~19:00 不定休
🌐rintocco.base.shop/about



前菜の盛り合わせ

スカンマロ

TRATTORIA SCAMMARO

2020年にオープンしたナポリ料理専門店。シェフの鳥道彦さんは何度もナポリに足を運び、現地の料理店で働きながら技術を習得。時代に左右されないナポリの古典料理には「全ての西洋料理の基礎がここにある」と鳥さんは話す。素材を存分に活かしたシンプルなメニューの数々は優しい家庭の味わいで、本格ナポリ料理を楽しもうと遠方からもお客さんが訪れる。

●宝塚市光明町29-11 ☎0797-97-1656
11:30~15:00、17:00~22:00 月曜休
📍trattoria_scammario



天然山栗と

バターナッツカボチャの

ジェラート(期間限定)

「リントッコ」はイタリア語で鐘の音の意。広く響く鐘の音のように、凛さんが作るジェラートが多くの人に心に響くようにと思いが込められている



宝塚小林農園



山本さんは宝塚の特産品の開発の夢も。現在イチゴの主流品種とされる「さちのか」や「章姫」などのルーツとされ、宝塚市内で交配された品種「宝交早生」の普及にも尽力。苗の販売も行っている。



法律の改正などが後押しとなり、「この先もずっと農地として残しておきたい」と、カフェ併設の体験型貸農園として2018年8月にオープンした。

1区画15㎡を中心に40区画。農具

小林の住宅街のなか、阪急小林駅からも阪急逆瀬川駅からも徒歩で10分程度の場所にある宝塚小林農園。農園の脇に建つ白いトレーラーハウスが目印だ。ハウス内は、カフェとなっていて、畑でとれた無農薬野菜たっぷりのランチもいただける。ハウス横の直売コーナーには、毎日農園で採れた野菜が一袋100円で買える。

や肥料は全て揃っており、利用者は手ぶらで通える。しかも、スタッフが常駐しているののでいつ来ても栽培方法などのアドバイスを聞けるといっても安心だ。利用者は宝塚市内のファミリー層が中心だが、なかには大阪や神戸から通っているという方もいる。この農園の利便性と手厚いフォローが支持されているから。

また、農園利用者に限定しないさつま芋やジャガイモの収穫体験や「こども食育お料理教室」、「ジャム作り体験会」などのイベントも開催されており、日常のなかに自然を取り込む生活を叶えてくれる場所だ。



宝塚小林農園

●宝塚市小林3-13
☎090-8824-7450
📍takarazuka-obayashi-farm.amebaownd.com



ダリア物語

地域の素材を使った特産品づくりに取り組むなかで生まれた「ダリア物語」。そのひとつ、ダリア蜜ぜんざいは、甘いものが苦手な人でも食べられる控えめな甘さの特徴。宝塚市の市花ダリアを無農薬で自社栽培してティーシロップをつくり、ぜんざいに爽やかな香りと豊かな風味を添えている。2種類あり西谷産の緑豆や県産もち麦の「とろふチ」と、金時豆とひよこ豆の「お豆ごろっと」。どちらも良質なタンパク質と食物繊維を多く含み、ヨーグルトにかけると朝食にもおすすめだ。小分けにして食べやすくした「生グラノーラ」と併せて、「ダ



トンネル栽培で種芋から育成

ようやくたどり着いたのがダリアだった。2018年、従来の半分の甘さのぜんざいが、風味豊かなダリアを配合することで実現し、ダリアの新たな魅力にはまった。ダリアは、

「ダリア物語」として商標登録されている。製造者のアイディア研究舎の林真理さんは、食文化に関連する執筆や、鹿肉コロッケの学校給食の食育事業など、食と自然や社会との関係に注目している。その「食を多角的に考える」まなざしは、オリジナリティ溢れる商品開発の根幹にもなっている。そんな林さんが試行錯誤や失敗を経て、

レモンや生姜に共通した爽やかな香りや、同じキク科のヨモギに似た風味もあり、黒糖風味のぜんざいとも好相性だった。そして、ダリア物語の新作は、ジンジャエール、チャイやカクテルにアレンジできる「タカラヅカダリアジンジャー」。同時に、地域の農業を重視し、自社商品の原材料の栽培を行う。「食文化や食の安全保障に関わりたい」と、食の未来を見据える。



アイディア研究舎

●宝塚市中筋山手1-31-31-B105
☎0797-80-7840
📍aideer.stores.jp/



“mono-koto-ba Takarazuka”MOOK

アンケート & Present

モノ・コト・バ宝塚ムックVol.6「小旅」をお読みいただき、ありがとうございました。
ご感想などを下記のハガキもしくは記載の二次元バーコードからお寄せください。
抽選で5名の方に宝塚ダリア蜜ぜんざいをプレゼントさせていただきます。



アンケート回答は
こちらから！



募集期間：発行日から2023年7月31日まで

抽選の発表は発送をもって代えさせていただきます。
※応募はおひとりさま1回に限らせていただきます。

郵便はがき

6 6 5 8 7 1 8

兵庫県宝塚市東洋町1番1号
宝塚市役所商工勤務課



年齢	お住まい	宝塚市内・市外
年齢	歳代	
プレゼントを希望の方		
お名前		
ご住所 〒		

料金受取人払郵便
宝塚郵便局 承認
1193

差出有効期限
令和5年7月31日
まで



紅葉館 別庭あざれ



ガラスに仕切られたクリスタルルームタイプ。露天風呂は日帰り利用も可能

2008年にオープンした「紅葉館 別庭あざれ」。JR宝塚駅から列車で8分、JR武田尾駅の山の中に作られたホームを降りた瞬間から別世界のように大自然が広がる。武庫川の渓流沿いにある別庭あざれは、全室離れ形式になったプライベートコテージ。植物の名前が付いた全12室の客室では、周りを気にせずゆったりと過ごすことができる。各部屋には半露天風呂があり、さらに本館にも大浴場と露天風呂を完備。源泉掛け流しの武田尾一号温泉を心ゆくまで楽しめる。関西では珍しいラドンを含む源泉は、免疫力や自然治癒力のアップ、アンチエイジングの効果が期待できる。

京都西陣に本店をかまえる花鏡グループの料理長がお届けする茶寮「心」Shimでは、季節の素材をふんだ



紅葉館 別庭あざれ

●宝塚市玉瀬字イヅリハ1-47
☎0797-91-0131
🌐www.takedao-onsen.jp/index.html

んに使った会席料理や、郷土料理「ぼたん鍋」などを楽しめる。取締役支配人の藤野雅海さんは「私たちがお部屋に伺うことはありません。離れになったプライベートな空間で、自由にお過ごしください」と、都会の喧騒から離れて静かなくつろぎのひと時を演出してくれる。



届けたいカタチとキモチ



とは?

宝塚歌劇や手塚治虫記念館に代表される華やかで芸術的な文化、古くから湧き出る温泉や多くの参拝客を集める神社仏閣、武庫川や六甲山、市北部の農村地域などの豊かな自然とのんびりした時間……そんな数々の宝を持った宝塚の“宝塚らしい、「モノ」「コト」「バ」を、宝塚ブランドとして選定しました。

これまでに平成24年度から6回選定を行い、現在は175のモノ・コト・バが選定されています。

「モノ・コト・バ」とは、

モノ

(物)

宝塚から全国へ発信して
いきたい商品や製品、
雑貨、農産品など

バ

(場)

観光資源として魅力ある
自然、風景、
建築物、街並みなど

コト

(事)

市外の人にも
知っていただきたい
イベントや文化団体活動など



選定されたモノ・コト・バの
詳細はホームページをご覧ください。
<https://takarazuka-citypromotion.jp/monokotoba/>



ツイッターでも
情報発信中!
twitter.com/monokotoba1

『HYOGO ebooks』でモノ・コト・宝塚ムックの バックナンバーをご覧ください

vol.1 Love Coffee / vol.2 宝塚トラッド / vol.3 arts&crafts /
vol.4 グッドモーニング / vol.5 華麗なる建築



<https://www.hyogo-ebooks.jp/>
地域→宝塚市 ジャンル→情報誌 で絞り込み
もしくはサイト内検索枠に「mono-koto-ba」と入力で検索

“mono-koto-ba Takarazuka”MOOK vol.6 「小旅」

あとがき

遠くに行かなければ旅気分は味わえないと思っていましたが、実は近場でも初めての場所に訪れることや非日常体験をすることが旅だと再発見した「小旅」特集となりました。思い立ったらすぐ行けるさまざまなスポットをご紹介しますので、休みの日に「今日は何をしようかな?」とパラパラめくりながら自分だけの「小旅」を発見していただけたら嬉しいです。

どこでモノ・コト・宝塚ムックを手に入れましたか。

ムックをきっかけに訪れたい場所がありますか。

はい ・ いいえ

「はい」を選択された方は訪れたい場所をお聞かせください。

ムックをきっかけに買ってみたいものはありますか。

はい ・ いいえ

「はい」を選択された方は買ってみたいものをお聞かせください。

ムックをきっかけに宝塚市のイメージは変わりましたか。

はい ・ いいえ

「はい」を選択された方は、どのように変わったかをお聞かせください。

今後特集してほしい内容はありますか。

全体の感想があればお聞かせください。