

9月 日替わりメニュー

管理栄養士が考えた

2025
September

月	火	水	木	金																																																																											
<p>1</p>  <p>● 牛肉入り 真っ赤なトマトのデミグラス煮込み ごま油香る! 塩じゃがコロケ 大豆とごぼうの胡麻炒め やさしさあふれる～若竹菜～ マカロニサラダ</p> <table border="1"> <tr><td>エネルギー</td><td>たんぱく質</td><td>脂質</td><td>食塩相当量</td><td>食物繊維</td></tr> <tr><td>ダラックス 675kcal</td><td>15.5g</td><td>13.1g</td><td>24.2g</td><td>2.9g</td></tr> <tr><td>ヘルシー 498kcal</td><td>13.1g</td><td>13.0g</td><td>15.7g</td><td>2.2g</td></tr> </table>	エネルギー	たんぱく質	脂質	食塩相当量	食物繊維	ダラックス 675kcal	15.5g	13.1g	24.2g	2.9g	ヘルシー 498kcal	13.1g	13.0g	15.7g	2.2g	<p>2</p>  <p>● ビーフ入りハンバーグ・シャリアピン風ソース お楽しみのお揚げ物 たこ紅生姜の揚げたて ひじき菜 豆もやしと水菜のピリ辛サラダ</p> <table border="1"> <tr><td>エネルギー</td><td>たんぱく質</td><td>脂質</td><td>食塩相当量</td><td>食物繊維</td></tr> <tr><td>ダラックス 698kcal</td><td>21.2g</td><td>21.0g</td><td>62.4g</td><td>2.5g</td></tr> <tr><td>ヘルシー 418kcal</td><td>14.4g</td><td>13.9g</td><td>60.2g</td><td>2.0g</td></tr> </table>	エネルギー	たんぱく質	脂質	食塩相当量	食物繊維	ダラックス 698kcal	21.2g	21.0g	62.4g	2.5g	ヘルシー 418kcal	14.4g	13.9g	60.2g	2.0g	<p>3 ★ さかなの日</p>  <p>● ごろっとチキン・豚の豆乳仕立て 海老入り海鮮カツ・チリソース 肉団子・甘辛ネギあん あさり和小松菜の中華風炒め菜 ポテトサラダ</p> <table border="1"> <tr><td>エネルギー</td><td>たんぱく質</td><td>脂質</td><td>食塩相当量</td><td>食物繊維</td></tr> <tr><td>ダラックス 587kcal</td><td>23.1g</td><td>15.9g</td><td>26.2g</td><td>2.9g</td></tr> <tr><td>ヘルシー 399kcal</td><td>14.2g</td><td>11.2g</td><td>25.9g</td><td>1.9g</td></tr> </table>	エネルギー	たんぱく質	脂質	食塩相当量	食物繊維	ダラックス 587kcal	23.1g	15.9g	26.2g	2.9g	ヘルシー 399kcal	14.2g	11.2g	25.9g	1.9g	<p>4</p>  <p>● 宮崎縣土料理チキン南蛮風・タルタル添え 鶏ひき肉と野菜の柚子胡椒チャップレ 大粒の煮物・舞茸菜～ 人参の白和え 店主おすすめ1品</p> <table border="1"> <tr><td>エネルギー</td><td>たんぱく質</td><td>脂質</td><td>食塩相当量</td><td>食物繊維</td></tr> <tr><td>ダラックス 619kcal</td><td>15.0g</td><td>23.7g</td><td>64.2g</td><td>2.2g</td></tr> <tr><td>ヘルシー 468kcal</td><td>12.1g</td><td>13.4g</td><td>64.9g</td><td>2.1g</td></tr> </table>	エネルギー	たんぱく質	脂質	食塩相当量	食物繊維	ダラックス 619kcal	15.0g	23.7g	64.2g	2.2g	ヘルシー 468kcal	12.1g	13.4g	64.9g	2.1g	<p>5 ★ Special</p>  <p>● オムレツ海老のビスク風クリームコロケ ● 合鴨と里芋の焼大マッシュ 野菜たっぷり揚げ餃子 ほうろく菜のおかか和え きゅうりの赤しそ風味サラダ</p> <table border="1"> <tr><td>エネルギー</td><td>たんぱく質</td><td>脂質</td><td>食塩相当量</td><td>食物繊維</td></tr> <tr><td>ダラックス 697kcal</td><td>12.2g</td><td>23.4g</td><td>71.5g</td><td>2.3g</td></tr> <tr><td>ヘルシー 441kcal</td><td>9.9g</td><td>13.1g</td><td>65.0g</td><td>1.7g</td></tr> </table>	エネルギー	たんぱく質	脂質	食塩相当量	食物繊維	ダラックス 697kcal	12.2g	23.4g	71.5g	2.3g	ヘルシー 441kcal	9.9g	13.1g	65.0g	1.7g
エネルギー	たんぱく質	脂質	食塩相当量	食物繊維																																																																											
ダラックス 675kcal	15.5g	13.1g	24.2g	2.9g																																																																											
ヘルシー 498kcal	13.1g	13.0g	15.7g	2.2g																																																																											
エネルギー	たんぱく質	脂質	食塩相当量	食物繊維																																																																											
ダラックス 698kcal	21.2g	21.0g	62.4g	2.5g																																																																											
ヘルシー 418kcal	14.4g	13.9g	60.2g	2.0g																																																																											
エネルギー	たんぱく質	脂質	食塩相当量	食物繊維																																																																											
ダラックス 587kcal	23.1g	15.9g	26.2g	2.9g																																																																											
ヘルシー 399kcal	14.2g	11.2g	25.9g	1.9g																																																																											
エネルギー	たんぱく質	脂質	食塩相当量	食物繊維																																																																											
ダラックス 619kcal	15.0g	23.7g	64.2g	2.2g																																																																											
ヘルシー 468kcal	12.1g	13.4g	64.9g	2.1g																																																																											
エネルギー	たんぱく質	脂質	食塩相当量	食物繊維																																																																											
ダラックス 697kcal	12.2g	23.4g	71.5g	2.3g																																																																											
ヘルシー 441kcal	9.9g	13.1g	65.0g	1.7g																																																																											
<p>8</p>  <p>● チキンカツ・ネギおろしソース たらとスモークチーズの練り天・味噌ダレ きんぴられんこん おまかせの前菜 キャベツの3層チーズソーサーサラダ</p> <table border="1"> <tr><td>エネルギー</td><td>たんぱく質</td><td>脂質</td><td>食塩相当量</td><td>食物繊維</td></tr> <tr><td>ダラックス 633kcal</td><td>17.0g</td><td>24.0g</td><td>69.4g</td><td>2.5g</td></tr> <tr><td>ヘルシー 435kcal</td><td>11.2g</td><td>14.0g</td><td>67.0g</td><td>1.9g</td></tr> </table>	エネルギー	たんぱく質	脂質	食塩相当量	食物繊維	ダラックス 633kcal	17.0g	24.0g	69.4g	2.5g	ヘルシー 435kcal	11.2g	14.0g	67.0g	1.9g	<p>9</p>  <p>● 豚肉と彩り野菜のガッツリスタミナ炒め 栗かぼちゃコロケ 肉きつまつ揚げの生巻醤油 切干大根煮 マカロニサラダ</p> <table border="1"> <tr><td>エネルギー</td><td>たんぱく質</td><td>脂質</td><td>食塩相当量</td><td>食物繊維</td></tr> <tr><td>ダラックス 658kcal</td><td>16.4g</td><td>25.2g</td><td>69.5g</td><td>3.1g</td></tr> <tr><td>ヘルシー 464kcal</td><td>12.4g</td><td>17.2g</td><td>62.1g</td><td>2.4g</td></tr> </table>	エネルギー	たんぱく質	脂質	食塩相当量	食物繊維	ダラックス 658kcal	16.4g	25.2g	69.5g	3.1g	ヘルシー 464kcal	12.4g	17.2g	62.1g	2.4g	<p>10 喫茶めしフェア</p>  <p>● 海老フライ・粒マスタードソース ● 粗挽きハンバーグでオムカレー風 ちくわ徳辺揚げ・洋風オーロラソース ショートパスタのペペロンチーノ仕立て きつまつ揚げのおろし野菜サラダ</p> <table border="1"> <tr><td>エネルギー</td><td>たんぱく質</td><td>脂質</td><td>食塩相当量</td><td>食物繊維</td></tr> <tr><td>ダラックス 637kcal</td><td>18.7g</td><td>23.2g</td><td>69.2g</td><td>2.2g</td></tr> <tr><td>ヘルシー 439kcal</td><td>12.1g</td><td>14.4g</td><td>65.2g</td><td>1.9g</td></tr> </table>	エネルギー	たんぱく質	脂質	食塩相当量	食物繊維	ダラックス 637kcal	18.7g	23.2g	69.2g	2.2g	ヘルシー 439kcal	12.1g	14.4g	65.2g	1.9g	<p>11</p>  <p>● 鶏カレビメンチ・もろみソース カルシウム豊富 あじの海産漬け かぶとチンゲン菜のコンソメ煮 ごま油香る里芋とじゃがいものマッシュ ひじきとおからのサラダ</p> <table border="1"> <tr><td>エネルギー</td><td>たんぱく質</td><td>脂質</td><td>食塩相当量</td><td>食物繊維</td></tr> <tr><td>ダラックス 620kcal</td><td>14.2g</td><td>18.0g</td><td>61.0g</td><td>2.1g</td></tr> <tr><td>ヘルシー 389kcal</td><td>10.0g</td><td>10.7g</td><td>60.7g</td><td>1.7g</td></tr> </table>	エネルギー	たんぱく質	脂質	食塩相当量	食物繊維	ダラックス 620kcal	14.2g	18.0g	61.0g	2.1g	ヘルシー 389kcal	10.0g	10.7g	60.7g	1.7g	<p>12 👑 Premium</p>  <p>● 大粒唐揚げ・お好み焼きソース ● 豆腐ステーキにわか旨かつ肉うどん風 唐揚げの味! 青ばし醤油のもろこし天 きゅうりの漬物7種 くいだおれ一粒煎りミニトマト焼き</p> <table border="1"> <tr><td>エネルギー</td><td>たんぱく質</td><td>脂質</td><td>食塩相当量</td><td>食物繊維</td></tr> <tr><td>ダラックス 669kcal</td><td>21.2g</td><td>25.1g</td><td>67.9g</td><td>2.4g</td></tr> <tr><td>ヘルシー 460kcal</td><td>14.2g</td><td>15.2g</td><td>66.1g</td><td>1.9g</td></tr> </table>	エネルギー	たんぱく質	脂質	食塩相当量	食物繊維	ダラックス 669kcal	21.2g	25.1g	67.9g	2.4g	ヘルシー 460kcal	14.2g	15.2g	66.1g	1.9g
エネルギー	たんぱく質	脂質	食塩相当量	食物繊維																																																																											
ダラックス 633kcal	17.0g	24.0g	69.4g	2.5g																																																																											
ヘルシー 435kcal	11.2g	14.0g	67.0g	1.9g																																																																											
エネルギー	たんぱく質	脂質	食塩相当量	食物繊維																																																																											
ダラックス 658kcal	16.4g	25.2g	69.5g	3.1g																																																																											
ヘルシー 464kcal	12.4g	17.2g	62.1g	2.4g																																																																											
エネルギー	たんぱく質	脂質	食塩相当量	食物繊維																																																																											
ダラックス 637kcal	18.7g	23.2g	69.2g	2.2g																																																																											
ヘルシー 439kcal	12.1g	14.4g	65.2g	1.9g																																																																											
エネルギー	たんぱく質	脂質	食塩相当量	食物繊維																																																																											
ダラックス 620kcal	14.2g	18.0g	61.0g	2.1g																																																																											
ヘルシー 389kcal	10.0g	10.7g	60.7g	1.7g																																																																											
エネルギー	たんぱく質	脂質	食塩相当量	食物繊維																																																																											
ダラックス 669kcal	21.2g	25.1g	67.9g	2.4g																																																																											
ヘルシー 460kcal	14.2g	15.2g	66.1g	1.9g																																																																											
<p>15</p> <p style="text-align:center; border: 1px solid black; padding: 5px; font-size: 2em;">店休日</p>	<p>16</p>  <p>● BBQソースで煮込みハンバーグ お楽しみのお品 花がみの煮物 彩り野菜のチャップレ ポテトサラダ</p> <table border="1"> <tr><td>エネルギー</td><td>たんぱく質</td><td>脂質</td><td>食塩相当量</td><td>食物繊維</td></tr> <tr><td>ダラックス 652kcal</td><td>15.4g</td><td>21.2g</td><td>63.5g</td><td>2.2g</td></tr> <tr><td>ヘルシー 459kcal</td><td>10.4g</td><td>13.2g</td><td>65.7g</td><td>2.0g</td></tr> </table>	エネルギー	たんぱく質	脂質	食塩相当量	食物繊維	ダラックス 652kcal	15.4g	21.2g	63.5g	2.2g	ヘルシー 459kcal	10.4g	13.2g	65.7g	2.0g	<p>17 ★ Special</p>  <p>● 黒トリュフ唐揚げ ● アブラカレイ・ピリ辛麻婆あん 餃子名物カレーボール 高菜と小松菜の中巻炒め 紅芯大根とカリフラワーのオムオンサラダ</p> <table border="1"> <tr><td>エネルギー</td><td>たんぱく質</td><td>脂質</td><td>食塩相当量</td><td>食物繊維</td></tr> <tr><td>ダラックス 637kcal</td><td>18.1g</td><td>27.0g</td><td>63.0g</td><td>2.2g</td></tr> <tr><td>ヘルシー 413kcal</td><td>12.2g</td><td>15.1g</td><td>58.1g</td><td>1.9g</td></tr> </table>	エネルギー	たんぱく質	脂質	食塩相当量	食物繊維	ダラックス 637kcal	18.1g	27.0g	63.0g	2.2g	ヘルシー 413kcal	12.2g	15.1g	58.1g	1.9g	<p>18</p>  <p>● 黒酢の豚豚 鶏の香広がる歯切らない旨さ白身魚フライ 大豆とインゲンの柚子胡椒炒め ひじき菜 キャベツとコーンの青じそサラダ</p> <table border="1"> <tr><td>エネルギー</td><td>たんぱく質</td><td>脂質</td><td>食塩相当量</td><td>食物繊維</td></tr> <tr><td>ダラックス 620kcal</td><td>14.2g</td><td>22.5g</td><td>60.4g</td><td>2.4g</td></tr> <tr><td>ヘルシー 446kcal</td><td>14.2g</td><td>14.2g</td><td>60.5g</td><td>1.9g</td></tr> </table>	エネルギー	たんぱく質	脂質	食塩相当量	食物繊維	ダラックス 620kcal	14.2g	22.5g	60.4g	2.4g	ヘルシー 446kcal	14.2g	14.2g	60.5g	1.9g	<p>19</p>  <p>● 豚肉とれんこんのオニスターマヨ炒め プリアプリ海老入り水餃子 新鮮野菜と豆腐のちぎり揚げ 美味増大粒とピッコリーの和え物 店主おすすめ1品</p> <table border="1"> <tr><td>エネルギー</td><td>たんぱく質</td><td>脂質</td><td>食塩相当量</td><td>食物繊維</td></tr> <tr><td>ダラックス 631kcal</td><td>17.2g</td><td>15.0g</td><td>64.7g</td><td>2.4g</td></tr> <tr><td>ヘルシー 389kcal</td><td>12.1g</td><td>10.2g</td><td>60.5g</td><td>1.7g</td></tr> </table>	エネルギー	たんぱく質	脂質	食塩相当量	食物繊維	ダラックス 631kcal	17.2g	15.0g	64.7g	2.4g	ヘルシー 389kcal	12.1g	10.2g	60.5g	1.7g															
エネルギー	たんぱく質	脂質	食塩相当量	食物繊維																																																																											
ダラックス 652kcal	15.4g	21.2g	63.5g	2.2g																																																																											
ヘルシー 459kcal	10.4g	13.2g	65.7g	2.0g																																																																											
エネルギー	たんぱく質	脂質	食塩相当量	食物繊維																																																																											
ダラックス 637kcal	18.1g	27.0g	63.0g	2.2g																																																																											
ヘルシー 413kcal	12.2g	15.1g	58.1g	1.9g																																																																											
エネルギー	たんぱく質	脂質	食塩相当量	食物繊維																																																																											
ダラックス 620kcal	14.2g	22.5g	60.4g	2.4g																																																																											
ヘルシー 446kcal	14.2g	14.2g	60.5g	1.9g																																																																											
エネルギー	たんぱく質	脂質	食塩相当量	食物繊維																																																																											
ダラックス 631kcal	17.2g	15.0g	64.7g	2.4g																																																																											
ヘルシー 389kcal	12.1g	10.2g	60.5g	1.7g																																																																											
<p>22</p>  <p>● チーズインハンバーグ・照焼きソース ごろっと枝豆コロケ ツナと切干大根のトマト炒め おまかせの前菜 マカロニサラダ</p> <table border="1"> <tr><td>エネルギー</td><td>たんぱく質</td><td>脂質</td><td>食塩相当量</td><td>食物繊維</td></tr> <tr><td>ダラックス 702kcal</td><td>18.5g</td><td>23.7g</td><td>61.2g</td><td>2.0g</td></tr> <tr><td>ヘルシー 459kcal</td><td>12.9g</td><td>13.0g</td><td>65.4g</td><td>2.1g</td></tr> </table>	エネルギー	たんぱく質	脂質	食塩相当量	食物繊維	ダラックス 702kcal	18.5g	23.7g	61.2g	2.0g	ヘルシー 459kcal	12.9g	13.0g	65.4g	2.1g	<p>23</p> <p style="text-align:center; border: 1px solid black; padding: 5px; font-size: 2em;">店休日</p>	<p>24</p>  <p>● 海老カツソース やみつき 蒸し鶏と野菜のサクサク醤油ダレ タコ入り! 海鮮チヂミ わかめとオクラのポン酢ジュレ カニカマときゅうりの和風サラダ</p> <table border="1"> <tr><td>エネルギー</td><td>たんぱく質</td><td>脂質</td><td>食塩相当量</td><td>食物繊維</td></tr> <tr><td>ダラックス 519kcal</td><td>17.2g</td><td>14.0g</td><td>61.4g</td><td>3.2g</td></tr> <tr><td>ヘルシー 359kcal</td><td>11.2g</td><td>9.2g</td><td>58.9g</td><td>2.2g</td></tr> </table>	エネルギー	たんぱく質	脂質	食塩相当量	食物繊維	ダラックス 519kcal	17.2g	14.0g	61.4g	3.2g	ヘルシー 359kcal	11.2g	9.2g	58.9g	2.2g	<p>25 👑 Premium</p>  <p>● 牛カツ・和風玉ねぎソース ● 合鴨と秋野菜の山椒アヒージョ 秋鮭ときつまつ揚げのレモンマッシュ 人参とこんにゃくの紅身サラダ 秋分だより「温州みかん」の水まんじゅう</p> <table border="1"> <tr><td>エネルギー</td><td>たんぱく質</td><td>脂質</td><td>食塩相当量</td><td>食物繊維</td></tr> <tr><td>ダラックス 608kcal</td><td>14.0g</td><td>23.2g</td><td>63.9g</td><td>1.9g</td></tr> <tr><td>ヘルシー 400kcal</td><td>9.5g</td><td>12.0g</td><td>61.1g</td><td>1.2g</td></tr> </table>	エネルギー	たんぱく質	脂質	食塩相当量	食物繊維	ダラックス 608kcal	14.0g	23.2g	63.9g	1.9g	ヘルシー 400kcal	9.5g	12.0g	61.1g	1.2g	<p>26</p>  <p>● 鮭(48g)佃田〜ヤンニウム風ピリ辛ソース〜 鶏そぼろと春雨の黒胡麻ナッツ炒め 小松菜の煮びなし ポテトサラダ</p> <table border="1"> <tr><td>エネルギー</td><td>たんぱく質</td><td>脂質</td><td>食塩相当量</td><td>食物繊維</td></tr> <tr><td>ダラックス 592kcal</td><td>20.1g</td><td>16.1g</td><td>61.7g</td><td>2.0g</td></tr> <tr><td>ヘルシー 411kcal</td><td>14.0g</td><td>12.2g</td><td>60.4g</td><td>1.6g</td></tr> </table>	エネルギー	たんぱく質	脂質	食塩相当量	食物繊維	ダラックス 592kcal	20.1g	16.1g	61.7g	2.0g	ヘルシー 411kcal	14.0g	12.2g	60.4g	1.6g															
エネルギー	たんぱく質	脂質	食塩相当量	食物繊維																																																																											
ダラックス 702kcal	18.5g	23.7g	61.2g	2.0g																																																																											
ヘルシー 459kcal	12.9g	13.0g	65.4g	2.1g																																																																											
エネルギー	たんぱく質	脂質	食塩相当量	食物繊維																																																																											
ダラックス 519kcal	17.2g	14.0g	61.4g	3.2g																																																																											
ヘルシー 359kcal	11.2g	9.2g	58.9g	2.2g																																																																											
エネルギー	たんぱく質	脂質	食塩相当量	食物繊維																																																																											
ダラックス 608kcal	14.0g	23.2g	63.9g	1.9g																																																																											
ヘルシー 400kcal	9.5g	12.0g	61.1g	1.2g																																																																											
エネルギー	たんぱく質	脂質	食塩相当量	食物繊維																																																																											
ダラックス 592kcal	20.1g	16.1g	61.7g	2.0g																																																																											
ヘルシー 411kcal	14.0g	12.2g	60.4g	1.6g																																																																											
<p>29</p>  <p>● 甘辛ソースと彩り野菜の生巻焼き きつまつコロケ ミートボール・トマトパプリカソース 切干大根煮 キャベツとコーンのおろしサラダ</p> <table border="1"> <tr><td>エネルギー</td><td>たんぱく質</td><td>脂質</td><td>食塩相当量</td><td>食物繊維</td></tr> <tr><td>ダラックス 623kcal</td><td>12.9g</td><td>21.2g</td><td>66.7g</td><td>2.2g</td></tr> <tr><td>ヘルシー 422kcal</td><td>9.0g</td><td>12.0g</td><td>67.0g</td><td>1.7g</td></tr> </table>	エネルギー	たんぱく質	脂質	食塩相当量	食物繊維	ダラックス 623kcal	12.9g	21.2g	66.7g	2.2g	ヘルシー 422kcal	9.0g	12.0g	67.0g	1.7g	<p>30 北海道グルメフェア</p>  <p>● 北海道名物! 鶏もも唐揚げ〜ゲンギ風〜 ● 鮭(あじ)のちやんちゃん焼き風 かぼちゃのマスタードマッシュ コーンとこんにゃくのしょうが昆布和え 北海道グルメ! 春巻でラーメンサラダ</p> <table border="1"> <tr><td>エネルギー</td><td>たんぱく質</td><td>脂質</td><td>食塩相当量</td><td>食物繊維</td></tr> <tr><td>ダラックス 603kcal</td><td>24.4g</td><td>20.5g</td><td>64.2g</td><td>2.0g</td></tr> <tr><td>ヘルシー 401kcal</td><td>13.0g</td><td>13.1g</td><td>60.0g</td><td>1.7g</td></tr> </table>	エネルギー	たんぱく質	脂質	食塩相当量	食物繊維	ダラックス 603kcal	24.4g	20.5g	64.2g	2.0g	ヘルシー 401kcal	13.0g	13.1g	60.0g	1.7g																																																
エネルギー	たんぱく質	脂質	食塩相当量	食物繊維																																																																											
ダラックス 623kcal	12.9g	21.2g	66.7g	2.2g																																																																											
ヘルシー 422kcal	9.0g	12.0g	67.0g	1.7g																																																																											
エネルギー	たんぱく質	脂質	食塩相当量	食物繊維																																																																											
ダラックス 603kcal	24.4g	20.5g	64.2g	2.0g																																																																											
ヘルシー 401kcal	13.0g	13.1g	60.0g	1.7g																																																																											

●マークは写真で紹介しているメニューです。

十二穀ご飯
使用



日替わり デラックス弁当
日替わりのおかず5品
カロリー目安750kcal



日替わり ヘルシー弁当
日替わりのおかず5品
カロリー目安550kcal

👑 Premium 季節にちなんだプレミアムメニュー。
デザート付きです。

★ Special 魅力的なおかずを盛り込んだ
スペシャルメニューです。



さかなの日

※写真はイメージです。 ※記載されているカロリー、栄養成分の値は弁当一個分ですが、あくまでも目安です。栄養素の摂取量を保証するものではありません。
※当日のお弁当はアレルギーに際し特別な配慮はしておりません。ご了承ください。
※仕入れの状況により、予告なく内容を変更させていただく場合がございます。あらかじめご了承ください。

毎月3〜7日は、水産庁が定める「さかなの日」です。消費拡大に向けた取り組みとして、3/31は水産物を豊富に使用しています。