

寒河江市伝統野菜

子姫芋レシピ

Sagae Kohimeimo Recipe



寒河江市商工会青年部

山形県立山辺高等学校

collaboration

子姫芋ってなに？



子姫芋とは里芋の一種で江戸時代より寒河江市の皿沼地区に根差し、現在まで脈々と受け継がれてきた伝統野菜で、主な収穫時期は9月～11月頃です。

里芋は山形の郷土料理である芋煮をはじめとし正月の雑煮や煮物などで使われる、私たちの食卓にはなくてはならないものです。その中でも子姫芋は特に粘りが強く、食味が良いとされ、地元では人気の品種ですが、生産者が限られており、生産量もあまり多くはありません。このため、我々寒河江市商工会青年部では子姫芋の生産拡大と販路拡大を目指し、今年度Tradition KOHIME プロジェクトを立ち上げ様々な形で事業を行ってきました。

この子姫芋冊子は山辺高等学校食物部の皆さんから考案していただいたオリジナルの子姫芋料理をまとめたレシピ集です。今回レシピ集制作にあたり料理に使用している子姫芋は寒河江市農業担い手の会さん監修のもと寒河江高等学校の生徒の皆さんと我々寒河江市商工会青年部が育てた子姫芋を使用しています。様々な団体様にご協力いただき本事業を成し遂げる事ができました。本当にありがとうございました。このレシピ集を多くの皆様にご活用いただき食卓を彩っていただければ幸いです。

寒河江市商工会青年部一同

子姫芋の味噌ごはん

材 料【4人分】

子姫芋	約240g (皮無し)
米	2合 (300g)
かつおだし	360ml
味噌	小さじ2
酒	大さじ1
みりん	小さじ2
しょうが	15g
塩	小さじ1/2
パセリ	適量
黒こしょう	適量



作り方

- ①米は研いでざるにあげ、水気をよくきる。炊飯器に入れ、かつおだしを注いで30分以上つけておく。
- ②子姫芋は皮をむき、4等分に切って塩(分量外)でもんでぬめりをとり、洗ってペーパーなどで水気をとる。
- ③しょうがは薄切りに、パセリはみじん切りにする。
- ④子姫芋に味噌をからめ、強めの中火で熱したフライパンで焼き目がつくまで焼く。
- ⑤①の米に酒、みりん、塩を加えてざっと混ぜ、③のしょうがと④の子姫芋をのせる。
- ⑥ふたをして、炊飯器で炊く。
- ⑦器に盛り、黒こしょう・パセリをふり、完成。

子姫芋団子汁

材 料【4人分】

子姫芋	100g
片栗粉	40g
椎茸	2枚 (40g)
鶏モモ肉	120g
こんにゃく(白)	60g
ごぼう	35g
人参	25g
だし汁(昆布と鰹節の合わせ)	700ml
みりん	大さじ1
醤油	大さじ2
塩	小さじ1



作り方

- ①茹でてミキサーにかけた子姫芋と片栗粉をボウルに入れよく混ぜる。一塊になったら、直径3cmくらいに丸める。沸騰したお湯に入れて、5分くらい茹でたら一度水にさらす。
- ②鶏モモ肉は1~2cm角、人参は短冊切り、椎茸は薄切り、ごぼうはさがき切り、こんにゃくは1~2cmくらいに手でちぎる。
- ③ごぼうは水につけ、あくをとる。こんにゃくはお湯に入れ、下茹でする。鶏モモ肉はお湯に10秒くらい入れ、臭みをとる。
- ④鍋にだし汁、人参を入れる。鶏モモ肉を入れる。ごぼう、こんにゃくを入れて、中まで火が通ったらみりん、醤油、塩で味を調える。団子を入れて完成。

子姫芋バーガーセット



チキンナゲット～子姫芋入り～

材 料【4人分(12個)】

子姫芋	200g
鶏ひき肉	200g
塩	少々
こしょう	少々
油	適量

【ソース】

ケチャップ	適量
マスタード	適量

作り方

- 1 茹でた子姫芋をマッシャー等でつぶし、冷ましておく。
- 2 鶏ひき肉を手で練って粒がない状態にする。
- 3 鶏ひき肉、子姫芋、塩、こしょうを入れ混ぜる。
- 4 手に油を塗り、4～5cm程度の楕円形にする。
- 5 フライパンに2cm程度の油を引き、成形したものを入れる。表面がきつね色になったらひっくり返す。揚げ焼きにする。油を切って完成。

【ソース】

- 1 ケチャップとマスタードを合わせ完成。

子姫芋バーガー

材 料【6人分】

バンズまたはバターロール…………… 6個

【パテ】

合いびき肉…………… 330g
子姫芋（つぶす用）…………… 150g
子姫芋（角切り）…………… 90g
玉ねぎ…………… 60g
パン粉…………… 10g
牛乳…………… 15g
塩…………… 少々
こしょう…………… 少々
油…………… 適量

【他の材料】

トマト…………… 1個
レタス…………… 6枚
スライスチーズ…………… 6枚

【ソース】

●ケチャップ…………… 大さじ3
●ウスターソース…………… 大さじ2
●醤油…………… 小さじ1

【マヨマスタードソース】

△マスタード…………… 大さじ2
△マヨネーズ…………… 大さじ2

作り方

- 1 玉ねぎをみじん切りにする。フライパンに油を入れ、あめ色になるまで炒め、その後冷ます。
- 2 茹でた子姫芋を滑らかになるまでつぶし、茹でた子姫芋を1cm程度の角切りにする。両方とも冷ましておく。
- 3 合いびき肉、つぶした子姫芋、炒めた玉ねぎ、パン粉と牛乳を合わせたものに、塩、こしょうで下味をつけ、よく混ぜる。角切りにした子姫芋を入れ、6等分してハンバーグの形にする。
- 4 油を引いたフライパンで焼き色を両面つけて、オープン200℃で中まで火を通す。
- 5 バンズの内側にマヨマスタードソースを塗る。
- 6 下からバンズ⇒レタス⇒パテ⇒ソース⇒チーズ⇒トマト⇒バンズの順で挟み完成。

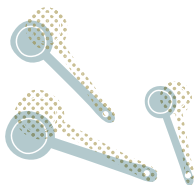
【ソース】

- 1 ●の材料をフライパンに入れ加熱する。水分がとんでとろみがついたら完成。

※パテを焼いたときに出了る肉汁を少し入れても良い

【マヨマスタードソース】

- 1 △の材料を合わせ完成。



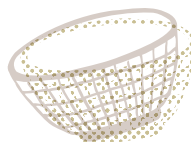
フライド子姫芋

材 料【4人分】

子姫芋…………… 8個
塩…………… 少々
黒こしょう…………… 少々
油…………… 適量

作り方

- 1 下茹でした子姫芋を縦に4等分にする。
- 2 170℃～180℃くらいの油で揚げる。
- 3 熱いうちに塩、黒こしょう（黒こしょうは好みで）かけ完成。



子姫芋蟹クリームコロッケ



材 料【9個分】

子姫芋(皮なし).....	240g
蟹の身.....	60g
玉ねぎ.....	50g
マッシュルーム.....	6個
ブランデー.....	大さじ1
塩.....	1つまみ
白こしょう.....	少々
バター.....	小さじ1

【ホワイトソース】

無塩バター.....	30g
小麦粉.....	30g
牛乳.....	200ml
塩.....	小さじ1
白こしょう.....	少々

【衣】

小麦粉.....	適量
パン粉.....	適量
溶き卵.....	2個
揚げ油.....	適量

【ソース】

中濃ソース.....	お好みで
------------	------

作り方

- ①蟹は軟骨を除いてほぐす。玉ねぎと石づきを除いたマッシュルームは粗みじん切りにする。
- ②子姫芋は皮をむいて茹でる。
- ③牛乳を沸騰直前まで温めておく(沸騰はさせない)。厚手の鍋にバターを入れて中火にかけ、溶けたら小麦粉をよく炒める。粉っぽさがなくなったら、温めた牛乳をお玉1杯分くらい入れ、沸騰してきたら木べらで始めはゆっくり、徐々に速くして混ぜ合わせる。それを数回繰り返し、塩、白こしょうを加えて味を調える。
- ④鍋を熱してバターを溶かし、玉ねぎ、マッシュルームを中火で炒める。玉ねぎがしんなりしたらブランデーを加え、煮立てて汁気をとばし、塩、白こしょうをふる。
- ⑤②の茹でた子姫芋の汁気をしっかりとばして裏ごす。
- ⑥③④⑤と蟹の身を加えて混ぜ合わせ、バットに広げて粗熱をとる。ラップをぴったりかけて冷蔵庫で完全に冷ます。たねを9等分し、手でギュッと握って俵形に成型する。
- ⑦⑥に小麦粉をまぶし、溶き卵にくぐらせ、パン粉をつける。もう一度、卵にくぐらせてパン粉をつける。穴あきお玉などにのせ、高温(180℃)の揚げ油に静かに入れる。2分ほど揚げ、衣がカリッとなったら引き上げて油をきる。器に盛り、完成。お好みで中濃ソースをかけてもよい。

子姫芋キッシュ



材 料【1型分】

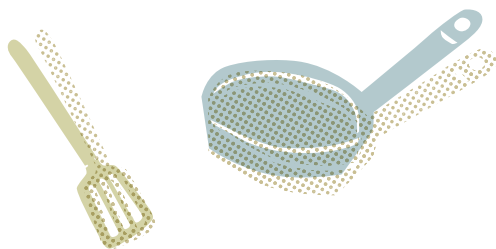
子姫芋	200g
玉ねぎ	1/2個
ブロッコリー	1/2房
ロースハム	3枚
生クリーム	280g
牛乳	140g
卵	7個
粉チーズ	30g
塩	3g
わさび	適量
油	適量

【銀箔】

だし汁	200g
薄口醤油	25g
みりん	25g
水溶き片栗粉	適量

作り方

- ① 玉ねぎは薄切りにする。フライパンに油を引き、色をつけない程度に炒める。
- ② 子姫芋を茹で、3等分くらいにカットする。ロースハムは1cm幅に切る。ブロッコリーは小房に分け、硬めの塩茹でにする。
- ③ 卵、生クリーム、牛乳、粉チーズ、塩をボウルに入れ混ぜ合わせる。
- ④ 型にバランス良く具材を入れ、③を流し入れる。
- ⑤ 220℃のオーブンで40分加熱する。
- ⑥ 鍋にだし汁、薄口醤油、みりんを入れ加熱する。水溶き片栗粉を入れとろみをつける。
- ⑦ 粗熱がとれたら型から外し、5cm角にカットして、皿に盛る。上から銀箔をかけ、上にわさびのをせ完成。



ローストポーク



材 料【4本分】

豚バラ肉	4枚
子姫芋	3個
玉ねぎ	1/2個
エリンギ	1本
赤ワイン	150ml
○みりん	大さじ2
○醤油	小さじ1
○バター	10g
○はちみつ	7g
○焼き肉のタレ	小さじ1
ローズマリー	適量
塩	適量
こしょう	適量
油	適量

作り方

- 1 子姫芋を茹で、中まで火が通ったらつぶす。
- 2 エリンギ、玉ねぎはみじん切りにする。
- 3 フライパンに油を入れ、玉ねぎをあめ色になるまで炒め、その後冷ます。
- 4 エリンギを炒め、塩、こしょうで味をつける。
- 5 ①に③④を入れ、混ぜ、その後、棒状にまとめる。
- 6 ⑤の周りの中身が見えないよう豚バラ肉を巻く。
- 7 ⑥をアルミホイルで包む。その中にローズマリーを入れて香りをつける。
- 8 200℃のオーブンで15~20分焼く。
- 9 赤ワインのアルコールと水分を飛ばしてトロットとするまで加熱する。
- 10 ⑨に○のついてるものを入れ加熱する。
- 11 トロットしたら火を止める。
- 12 ⑧が焼きあがったら⑪のソースをかけて完成。



子姫芋まんじゅう



材 料【4人分】

子姫芋(皮なし).....	640g
鶏むね肉(ひき肉).....	100g
砂糖.....	15g
濃口醤油.....	10g
みりん.....	10g
酒.....	25g
おろししょうが.....	15g
長ねぎ.....	18g
片栗粉.....	適量
油.....	適量

【銀箔】

○だし汁.....	1カップ
○薄口醤油.....	小さじ1/2
○みりん.....	小さじ1/2
○塩.....	小さじ1/4
水溶き片栗粉.....	適量

作り方

- ①子姫芋を輪切りにし、米のどぎ汁で茹でる。
- ②茹であがった子姫芋を水にさらし、温かいうちに裏ごしをする。
- ③鶏むね肉(ひき肉)は醤油、みりんを加えて混ぜ、少し寝かせた後砂糖、酒、おろししょうがを加えて混ぜる。
- ④③を鍋に油を引かずに強火で炒め、そばろにする。
- ⑤②の子姫芋をボウルに移し、片栗粉を入れて混ぜる。
- ⑥⑤をお好みの量を手に取りのばし、鶏そばろを包む。
- ⑦きつね色になるまで揚げる。
- ⑧ねぎは白髪ねぎにする。
- ⑨鍋に銀箔の○のついている材料を入れ、沸騰したら水溶き片栗粉を少量ずつ入れ、とろみを調節する。
- ⑩まんじゅうを器に盛り、上から銀箔をかけ、その上に白髪ねぎを盛り付けて完成。



子姫芋とゆで卵入りミートパイ



材 料【2個分】

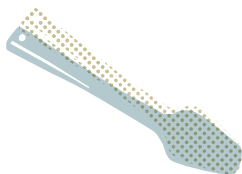
子姫芋(皮なし).....	240g
牛ひき肉.....	100g
鶏レバー.....	50g
玉ねぎ.....	1/2個
にんにく.....	1かけ
マッシュルーム.....	30g(5個)
バター.....	10g
○ナツメグ.....	小さじ1/4
○シナモンパウダー.....	小さじ1/4
○クローブ.....	少々
塩.....	小さじ1
黒こしょう.....	少々
オリーブオイル.....	大さじ1
パセリ.....	大さじ3(5g)
生クリーム.....	大さじ2
ゆで卵.....	2個
冷凍パイシート.....	4枚

【卵液】

卵黄.....	1個
水.....	小さじ2
砂糖.....	少々

作り方

- 子姫芋の皮をむき、茹でてつぶす。
- 鶏レバーは氷水に10分ほどつけ、筋や血合いを取りみじん切りにする。玉ねぎ、にんにく、マッシュルームをみじん切りにし、フライパンでバターを熱し、みじん切りした材料を炒め、粗熱を取る。
- ボウルに牛ひき肉、②、○のスパイス、塩、黒こしょうを入れ練り混ぜる。
- フライパンに、オリーブオイルを引き、⑤を入れ、半分ほど火が入る程度に炒め、①の子姫芋を加えて混ぜる。粗熱を取り、パセリのみじん切り、生クリーム、ゆで卵を粗みじん切りにしたものを加えて混ぜる。
- パイシートを半解凍にして2等分に切り2枚1組にする。④を適量ずつのせ、しっかりと挟み、フォークで縁をとめ卵液を塗る。
- オーブンシートを敷いた鉄板にパイを並べ、200℃のオーブンで20分ほど焼く。食べやすい大きさにカットして完成。



ピリ辛子姫芋肉まん



材 料【10個分】

【具】

子姫芋(皮なし)	150g
豚ひき肉	150g
長ねぎ	65g
にんにく	8g
ごま油	大さじ1
豆板醤	15g
甜麺醤	15g
粉唐辛子	2g
鶏がらスープ	50ml
醤油	20g
塩	適量
こしょう	適量
水溶き片栗粉	適量

【肉まんの生地】

子姫芋	100g
薄力粉	400g
グラニュー糖	50g
ドライイースト	6g
塩	適量
ぬるま湯	200ml~220ml
ごま油	大さじ1

作り方

【具】

- 1 子姫芋の皮をむき、茹でて1~2cm角に切る。
- 2 長ねぎ、にんにくはみじん切りにする。
- 3 フライパンにごま油を入れ、にんにくを入れる。香りが出たら、豚ひき肉を入れ炒める。肉にある程度色がついたら、豆板醤、甜麺醤、粉唐辛子を入れ全体に馴染ませる。
- 4 鶏がらスープ、子姫芋、長ねぎを入れ、醤油、塩、こしょうで味を調える。水溶き片栗粉で全体に馴染ませながらとろみをつける。1つ30g程度になるように等分する。

【肉まんの生地】

- 1 ぬるま湯にドライイーストを入れる。子姫芋は茹でてミキサーにかけて、裏ごし器で滑らかにする。
- 2 ボウルに薄力粉、グラニュー糖、塩を入れ、ぬるま湯を少しずつ入れて混ぜ合わせる。
- 3 全体がまとまってきたら、子姫芋を入れ混ぜ合わせる。ごま油を入れ混ぜ合わせたら一まとまりにして濡れ布巾をかけ40℃くらいのところに50分程度おき、その後10等分にする。

【形成】

- 1 生地を伸ばし、中に具を入れ丸める。上になるところをつまんでひねり形を作る。
- 2 10cm角にクッキングシートを切り、①をのせ、せいろ(蒸し器)に並べる。
- 3 沸騰したお湯の入った鍋の上にせいろを置き、蓋の内側に布巾を置き、滴が落ちないようにして15分加熱して完成。

フォンダンショコラ



材 料【7個分】

【ガナッシュ】

チョコレート	40g
子姫芋	20g
無塩バター	15g
生クリーム	15g

【生地】

チョコレート	80g
子姫芋	20g
無塩バター	80g
卵	2個
グラニュー糖	35g
ココアパウダー	20g



作り方

【ガナッシュ】

① チョコレートを細かくし、ボウルに入れる。バターも入れ、湯煎しながら溶かし、温めた生クリームを入れ、混ぜる。

② 茹でてミキサーにかけ、裏漉し器で滑らかにした子姫芋を入れる。高さが7~8mmになるようにバットに伸ばす。

③ 冷蔵庫に入れ固め、3cmくらいの円型の抜き型で抜き、再び冷蔵庫に入れて固める。

【生地】

① チョコレートを碎き、湯煎で溶かす。その後、バターを加え混ぜ合わせる。

② 半分のグラニュー糖と卵黄を白っぽくなるまで混ぜる。その後、①を加える。

③ ふるいにかけてココアパウダーを

入れゴムベラで混ぜ合わせる。

④ 残りのグラニュー糖と卵白を混ぜ合わせメレンゲを作る。③の生地に少し入れ混ぜ馴染ませる。その後残りのメレンゲを泡を潰さずにさっくり混ぜ合わせる。

⑤ 絞り袋に入れた生地をカップに入れる（カップの半分）。ガナッシュを入れ、上に生地を被せる。焼くと膨らむので全体の量は6~7分目にする。最後に茹でて子姫芋（5mm角に切った）を3粒のせる。

⑥ 180℃のオーブンに入れ、10~12分加熱する。（焼き具合を見て）

⑦ カップから外し、器に盛りつけて完成。

子姫芋たこ焼き

材 料【25個分】

子姫芋	500g
ねぎ	55g
紅しょうが	30g
天かす	20g
たこ	125g

【下味つけ用】

○だし ○醤油 ○みりん …… 適量

【トッピング】

青のり、鰹節、たこ焼きソース、マヨネーズ…………… 適量



作り方

- 1 茹でた子姫芋を鍋に入れ、○の調味料で味がつくまで煮る。
- 2 煮えたら、子姫芋だけをフードプロセッサーに入れ、粘りが出るまでまわす。
- 3 ねぎ、紅しょうがはみじん切り、たこは、5g程度に切る。
- 4 たこ焼き器に油を引き、子姫芋の生地を入れる。その上からねぎ、紅しょうが、天かすを均等に入れ、中心にたこを入れる。
- 5 たこ焼きの形になったら、器に取り出し、ソース、マヨネーズ、鰹節、青のりをのせて完成。



材 料【20個分】

子姫芋 (すりおろし)	100g
上白糖	150g
上新粉	約150g

【ずんだ餡 (10個分)】

白あん	150g
枝豆	120g

【かぼちゃ餡 (10個分)】

白あん	80g
黄身 (ゆで卵)	10g
かぼちゃ	60g
こしあん	100g

子姫雪


作り方

- 1 すり鉢にすった子姫芋を入れ、さらによくする。そこへ上白糖を少しずつ加えて、さらによくすり合わせる。
- 2 ボウルにふるった上新粉を入れ、①を粉の真ん中にのせる。
- 3 手で押し、少しずつ粉を入れるようにしていく。ボウルを回しながら生地を折り込んでいく。はじめは軽く、2周ほどしたら手を素早く動かして混ぜ込む。弾力のある生地が良い状態になり、スポッと音がするようになったら上新粉を入れるのをやめる。生地を20gに分け、丸める。
- 4 ③の生地を手のひらで伸ばし、餡を置いて包餡する。余分な粉は刷毛ではらう。
- 5 蒸し器に④を入れる。ふたの内側に布巾を置き、滴が落ちないようにして強火で10分蒸して完成。

【ずんだ餡】

- 1 茹でた枝豆をサヤから出し、薄皮をとる。
- 2 ①をすり鉢に入れ、滑らかにする。
- 3 ②と白あんを合わせ、1個27gにして丸める。

【かぼちゃ餡】

- 1 かぼちゃの皮、たね等を取り、茹でて柔らかくし、裏ごしする。
- 2 黄身 (ゆで卵にして取り出したもの) と白あんを合わせ、その後①と合わせる。1個15gにして丸める。
- 3 ②の外側を1個10gのこしあんこしあんで包む。  かぼちゃ

シフォンケーキ



材 料

子姫芋	100g
牛乳	60g
卵	4個
砂糖	45g
塩	少々
砂糖	35g
油	30g
バニラエッセンス	少々
薄力粉	70g
抹茶	大さじ1.5
コーンスターチ	5g

【ごまのホイップクリーム】

生クリーム	200g
ごまペースト	20g
砂糖	30g
栗	適量

作り方

- 薄力粉と抹茶を振るう。オーブンを170℃に予熱。
- 茹でた子姫芋に牛乳を加え、フードプロセッサーでペースト状にする。
- 卵黄をほぐして、砂糖を一気に加え、ハンドミキサーで白っぽくなるまで泡立てる。油を何回かに分けて加え、混ぜる。
- ③に子姫芋ペーストとバニラエッセンスを加えて混ぜる。
- ④に薄力粉と抹茶を加えてゴムベラで粉っぽさがなくなるまで混ぜる。
- 卵白に砂糖を加え、ハンドミキサーで八分立てにする。コーンスターチ、塩を加えて低速で泡のキメを整える。(ツノの先がお辞儀するぐらい。)
- ⑤に⑥の3分の1の量を加えて混ぜる。⑥の残りを2回に分けてゴムベラでサクッと混ぜる。

- ⑧型に流し入れ表面を平らにする。
- ⑨170℃のオーブンで30~35分焼く。
- ⑩焼き上がったたら、沈まないように逆さにして冷ます。
- ⑪お好みでごまのホイップクリーム、栗を飾り完成。

【ごまのホイップクリーム】
生クリームと砂糖をボウルに入れ泡立てる。生クリームにごまペーストを入れて混ぜる。

【栗】
栗をバラバラな大きさに切る。



子姫芋チーズケーキ

材 料【1ホール (18cm)】

子姫芋	200g
砂糖	80g
卵	2個
米粉	40g
はちみつ	大さじ1
クリームチーズ	200g
生クリーム	100ml
塩	少々

【下に敷く生地】

グラハムクラッカー	100g
無塩バター	40g



作り方

- 1 グラハムクラッカーをふくろに入れ、粉々になるまで砕く。湯煎して溶かしたバターを入れ、全体になじませたら型に敷き詰める。
- 2 子姫芋は皮を剥き、柔らかくなるまで茹でてマッシャー等でつぶす。
- 3 ②と残りの材料をすべてフードプロセッサーで混ぜ合わせ、ざるでこして、型に流し入れる。
- 4 160℃のオーブンで1時間ほど焼く。
- 5 中まで火が通ったら、粗熱を取り、冷蔵庫でしっかりと冷やして型から外し、完成。



子姫芋 アイスクリーム

材 料【4~5人分】

子姫芋	150g
牛乳	80g
卵黄	2個
砂糖	80g
生クリーム	150ml

作り方

- 1 茹でた子姫芋をフードプロセッサーで細かくし、裏ごし器で滑らかにする。
- 2 牛乳を鍋に入れ、沸騰直前まで温める。
- 3 ボウルに卵黄と砂糖を入れ、泡立て器で白っぽくなるまで混ぜる。
- 4 ③のボウルに②を少しずつ入れ、よく混ぜる。
- 5 ④を綺麗な鍋に入れ、弱火にかける。ゆるくとろみがつくまで加熱する。
- 6 茶こし等でボウルにこす。
- 7 ミキサーに茹でた子姫芋と⑥を入れ混ぜ合わせ、こす。
- 8 ボウルの底を氷水に当てて冷やし、粗熱が取れたら冷蔵庫で十分に冷やす。
- 9 ⑧に生クリームを混ぜ、アイスクリームメーカーに入れ、20分ほど攪拌する。出来上がったら、よく混ぜて保存容器に移し、冷凍庫で冷やし、固める。
- 10 ディッシャーで器に盛り付け、完成。



寒河江市商工会青年部

〒991-8555 山形県寒河江市中央1丁目8-38

寒河江市商工会館内

TEL.0237-86-1211



撮影協力／ビストロふる家 古郡 力

掲載写真は一例です。
盛り付けやトッピングなど、皆様のご家庭で
アレンジしてお楽しみください。