



# 幼児食こんだて



令和6年

※ 赤・黄・緑の食べ物のグループ分けは、6つの基礎食品(厚生労働省)と、食べ物の3つのはたらき(文部科学省)をもとにしています。(作成者) 管理栄養士 高 貴子

日曜	献立名	おやつ 午前(1・2歳児) 午後(1～5歳児)	おもな材料(昼食)			日曜	献立名	おやつ 午前(1・2歳児) 午後(1～5歳児)	おもな材料(昼食)		
			あか	きいろ	みどり				あか	きいろ	みどり
1	雑穀ご飯 豚肉のみそ焼き ひじきの五目煮 トマト すまし汁 パナナ	カルシウムウエース 黒糖アガラサー ミルク	豚もも肉 ちくわ 油揚げ わかめ 豆腐	精白米 カルライナス あわ 大麦 きび	玉ねぎ 赤ピーマン ニンニク ひじき 糸こんにゃく トマト	18	炊き込みご飯 ポイルウインナー トマトサラダ ゆし豆腐 パナナ	胚芽クラッカー タンナファクルー ミルク	鶏もも肉 ひじき 油揚げ ゆし豆腐 あおさ ウインナー	精白米 カルライナス	人参 えのきたけ ねぎ トマト ブロッコリー きゅうり コーン缶
2	雑穀ご飯 魚フライ きんぴらごぼう りんご くずきりの甘酢 みそ汁	ブルー パンプディング ミルク	白身魚 鶏もも肉 豆腐 わかめ ハム	精白米 カルライナス あわ 大麦 きび くずきり	ごぼう 人参 糸こんにゃく にら しめじ きゅうり へちま	20	雑穀ご飯 とうがんのそぼろ煮 マカロニサラダ イナムドゥチ オレンジ	カルシウムウエース ごま風味焼き菓子 ミルク	豚ひき肉 ツナ缶 豚薄切り肉 かす揚げ ぽこ	精白米 カルライナス あわ 大麦 きび マカロニ	グリーンピース 人参 きゅうり りんご レーズン たけのこ 干椎茸
7	キーマカレー ブロッコリー わかめスープ 桃缶	バナナ とうもろこしケーキ ミルク	豚ひき肉 わかめ	精白米 カルライナス 押し麦 じゃが芋	人参 玉ねぎ マッシュルーム缶 グリーンピース ピーマン クリームコーン缶	21	チキンカレー カリカリきゅうり わかめスープ パイン缶	バナナ もずく入りヒラヤーチー 豆乳	鶏もも肉 わかめ	精白米 カルライナス じゃが芋	玉ねぎ 人参 グリーンピース きゅうり コーン缶 みつば
8	雑穀ご飯 魚のマヨネーズ焼き 根菜煮物 ゴーヤーの甘酢 みそ汁 りんご	鉄ウエース せんべい 固形ヨーグルト	白身魚 粉チーズ 牛乳 油揚げ	精白米 カルライナス あわ 大麦 きび	マッシュルーム缶 玉ねぎ 干椎茸 人参 とうが ん ゴーヤー	22	ロールパン 豆腐ハンバーグ トマトサラダ 豆乳シチュー パナナ	鉄ウエース 誕生ケーキ 野菜ジュース お誕生会	牛ひき肉 しらす 豆腐 ささみ ベーコン	ロールパン じゃが芋	玉ねぎ トマト レタス きゅうり ブロッコリー 人参
9	雑穀ご飯 ちくわの磯辺揚げ 昆布イリチー 温サラダ みそ汁 オレンジ	せんべい しらすおにぎり 麦茶 小魚	ちくわ 卵 ツナ缶 油揚げ わかめ	精白米 カルライナス あわ 大麦 きび	青のり きざみ昆布 かんぴょう 人参 糸こんにゃく ブロッコリー キャベツ	23	雑穀ご飯 魚の照り焼き かぼちゃの煮物 甘酢あえ すまし汁 オレンジ	せんべい クラッカー ゼリー	白身魚 しらす わかめ 豆腐 もずく	精白米 カルライナス あわ 大麦 きび	かぼちゃ きゅうり えのきたけ ねぎ 人参
10	★お弁当会★ 愛情たっぷりのお弁当 お願いします	カルシウムウエース チョコスティックパン ミルク				24	雑穀ご飯 鶏肉のさっぱり煮 八宝菜 中華スープ バナナのヨーグルトあえ	カルシウムウエース さつま芋とごまのケーキ ミルク	鶏もも肉 豚薄切り肉 卵	精白米 カルライナス あわ 大麦 きび 春雨	白菜 たけのこ 人参 干椎茸 デンゲン菜 長ねぎ コーン缶
11	タコライス 温サラダ コーンスープ バナナ	胚芽クラッカー どら焼き ミルク	豚ひき肉 チーズ	精白米 カルライナス	玉ねぎ 人参 レタス トマト ブロッコリー キャベツ コーン缶	25	鶏肉のあんかけ丼 トマトサラダ みそ汁 バナナ	胚芽クラッカー 亀の甲せんべい ミルク	鶏もも肉 豆腐	精白米 カルライナス	干椎茸 玉ねぎ 人参 ねぎ コーン缶 トマト レタス
13	豚肉みそどんぶり 温サラダ みそ汁 りんご	カルシウムウエース きなこクッキー ミルク	豚もも肉 わかめ 油揚げ	精白米 カルライナス	赤ピーマン チンゲン菜 玉ねぎ ブロッコリー キャベツ とうが ん	27	雑穀ご飯 豚肉しょうが焼き ゴーヤーの揚げ煮 トマト みそ汁 オレンジ	カルシウムウエース ミニマドレーヌ ミルク	豚もも肉 卵 豆腐	精白米 カルライナス あわ 大麦 きび	赤ピーマン 玉ねぎ にがうり トマト 大根 ねぎ
14	雑穀ご飯 魚のから揚げ 人参シリシリー そうめん汁 ヨーグルトサラダ	りんご ココア蒸しパン ミルク	赤魚 ちくわ ツナ缶	精白米 カルライナス あわ 大麦 きび	人参 ブロッコリー もやし ねぎ	28	沖縄そば かぼちゃのから揚げ コーンサラダ りんご	りんご いなり寿司 麦茶 小魚	豚バロース 丸かまぼこ 卵	沖縄そば 精白米	ねぎ かぼちゃ コーン缶 きゅうり ブロッコリー
15	スパゲティミートソース ゴマじゃが キャベツのツナ和え コーンスープ パナナ	鉄ウエース せんべい プリン	牛ひき肉 豚ひき肉 粉チーズ ツナ缶	スパゲティ	人参 玉ねぎ トマト ピーマン キャベツ きゅうり	29	もずく丼 ほうれん草ツナ和え ゆし豆腐 パイン缶	鉄ウエース せんべい ジョア	豚ひき肉 もずく ゆし豆腐 あおさ ツナ缶	精白米 カルライナス	しょうが ピーマン 赤ピーマン コーン ほうれん草
16	雑穀ご飯 さばの塩焼き 春雨の中華炒め ブロッコリー すまし汁 りんご	ブルー オートミールスナック 豆乳	さば 豚もも肉 わかめ 豆腐	精白米 カルライナス あわ 大麦 きび 春雨	たけのこ 人参 キャベツ しめじ ブロッコリー えのきたけ	30	雑穀ご飯 すり身揚げ 切干大根イリチー 胡瓜の中華風 みそ汁 パナナ	ブルー ジャムサンド ミルク	魚すり身 ちくわ 豆腐	精白米 カルライナス あわ 大麦 きび	青のり 人参 切干大根 かんぴょう きゅうり えのきたけ
17	雑穀ご飯 豆腐ナゲット 胡瓜ごま酢 かぼちゃのそぼろ煮 みそ汁 オレンジ	カルシウムウエース ブラウニー ミルク	豆腐 豚ひき肉 卵	精白米 カルライナス あわ 大麦 きび	玉ねぎ 赤ピーマン かぼちゃ きゅうり キャベツ えのき	31	雑庫ご飯 西京焼き ゴーヤーチャンプル もずく酢 みそ汁 オレンジ	カルシウムウエース くずもち ミルク	白身魚 卵 豆腐 ちくわ もずく	精白米 カルライナス あわ 大麦 きび	にがうり 人参 もやし 玉ねぎ きゅうり なめこ ねぎ

- ★ 材料、行事、その他の都合により、献立を変更することがあります。
- ★ 食物アレルギー対応食は、医師の診断書に基づき実施しています。
- ★ 「離乳食の献立表」は、該当者だけにお配りしています。
- ★ 幼児食移行期(1歳～1歳半頃)は、咀嚼能力にあわせて調理形態や食材を替える場合があります。







5月

# 離乳食こんだて

【令和6年】

- ★ 厚生労働省『授乳・離乳の支援ガイド』に沿って、離乳食を進めます。
- ★ 献立は月齢ごとの目安です。使用食品・調理形態・分量など、個人差を考慮します。
- ★ 離乳の完了は1歳から1歳6ヶ月頃です。進み具合をみながら、幼児食へ移行していきます。

【NO1】 (作成者) 管理栄養士 高 貴子

回数	1回食 (午前)			2回食 (午後)	
月令	5・6ヶ月頃 (開始後1ヶ月間)	7・8ヶ月頃	9・10・11ヶ月頃	7・8ヶ月頃	9・10・11ヶ月頃
形態固さ	なめらかにすりつぶした状態 プレーンヨーグルト状(ごっくん)	舌でつぶせる固さ 絹ごし豆腐位(もぐもぐ)	歯ぐきでつぶせる固さ バナナ位(かみかみ)	舌でつぶせる固さ 絹ごし豆腐位(もぐもぐ)	歯ぐきでつぶせる固さ バナナ位(かみかみ)
1月	10倍がゆ(とろとろ) 白身魚のすり流し トマトペースト 野菜スープ (主な材料) 米 白身魚 人参 玉ねぎ	全がゆ(べたべた) 白身魚と野菜のスープ煮 つぶしたマト みそ汁 パナナ	全がゆ ⇒ 軟飯 白身魚と野菜のスープ煮 つぶしたマト みそ汁 パナナ	あおさがゆ(べたべた) ひき割り納豆 根菜煮物 オレンジ コーンスープ 米 あおさ ひき割り納豆 じゃが芋 人参 ツナ缶 クリーム缶	あおさがゆ ⇒ 軟飯 ひき割り納豆 根菜煮物 オレンジ コーンスープ
2火	10倍がゆ(とろとろ) 人参ペースト 白身魚のすり流し 野菜スープ (主な材料) 米 白身魚 サニレタス	全がゆ(べたべた) 煮魚 根菜だし煮 みそ汁 りんご	全がゆ ⇒ 軟飯 煮魚 根菜だし煮 みそ汁 りんご	全がゆ(べたべた) 炒り豆腐 コーンスープ オレンジ 米 豆腐 玉ねぎ かぼちゃ	全がゆ ⇒ 軟飯 炒り豆腐 コーンスープ オレンジ ミルク そうめん わかめ 人参 りんご
7火	10倍がゆ(とろとろ) ポテトペースト ブロッコリーペースト 野菜スープ (主な材料) 米 人参 ブロッコリー	二色がゆ(べたべた) 鶏ささみのくず煮 野菜スープ バナナ	二色がゆ ⇒ 軟飯 鶏ささみのくず煮 野菜スープ バナナ	全がゆ(べたべた) 白身魚のミルク煮 くたくたそうめん汁 りんご 米 白身魚 玉ねぎ かぼちゃ	全がゆ ⇒ 軟飯 白身魚のミルク煮 そうめん汁 りんご ミルク そうめん ほうれん草
8水	10倍がゆ(とろとろ) 白身魚のすり流し 根菜ペースト すまし汁 (主な材料) 米 人参 白身魚	人参がゆ(べたべた) 白身魚と野菜のだし煮 みそ汁 バナナ	人参がゆ ⇒ 軟飯 白身魚と野菜のだし煮 みそ汁 バナナ	全がゆ(べたべた) とうがんのそぼろ煮 みそ汁 りんごゼリー 米 とうがん 人参 鶏ひき肉	全がゆ ⇒ 軟飯 とうがんのそぼろ煮 みそ汁 りんごゼリー じゃが芋 わかめ
9木	10倍がゆ(とろとろ) 絹ごし豆腐のすり流し 人参ペースト すまし汁 (主な材料) 米 ブロッコリー	みどりがゆ(べたべた) 煮豆腐 かぼちゃスープ オレンジ	みどりがゆ ⇒ 軟飯 煮豆腐 かぼちゃスープ オレンジ	全がゆ(べたべた) 魚入りポテト団子 みそ汁 りんご 米 白身魚 じゃが芋 ブロッコリー	全がゆ ⇒ 軟飯 魚入りポテト団子 みそ汁 りんご 人参 キャベツ あおさ 麩
10金	 お弁当 愛情たっぷりのお弁当をお願いします			あおさがゆ(べたべた) ブロッコリーのツナ煮 くたくたそうめん汁 りんご 米 あおさ ブロッコリー	あおさがゆ ⇒ 軟飯 ブロッコリーのツナ煮 そうめん汁 りんご 玉ねぎ ツナ缶 そうめん 人参 りんご
11土	10倍がゆ(とろとろ) 人参ペースト トマトペースト 野菜スープ (主な材料) 米 人参 トマト	おじや 魚のトマト煮 野菜スープ バナナ	おじや 魚のトマト煮 野菜スープ バナナ	全がゆ(べたべた) 白身魚とポテトのスープ煮 みそ汁 りんご 米 白身魚 じゃが芋 人参	全がゆ ⇒ 軟飯 白身魚とポテトのスープ煮 みそ汁 りんご ブロッコリー クリーム缶 りんご
13月	10倍がゆ(とろとろ) とうがんのすり流し 人参ペースト すまし汁 (主な材料) 米 チンゲン菜	みどりがゆ(べたべた) 人参ツナ煮 すまし汁 バナナ	みどりがゆ ⇒ 軟飯 人参ツナ煮 すまし汁 バナナ	全がゆ(べたべた) 白身魚とポテトのマッシュ スープ りんご 米 白身魚 じゃが芋 人参	全がゆ ⇒ 軟飯 白身魚とポテトのマッシュ スープ りんご ほうれん草 クリーム缶 りんご
14火	10倍がゆ(とろとろ) 白身魚のみどり煮 ポテトスープ とろとろバナナ (主な材料) 米 白身魚	おじや 白身魚のみどり煮 くたくたそうめん汁 バナナヨーグルト	おじや 白身魚のみどり煮 そうめん汁 バナナヨーグルト	全がゆ(べたべた) 野菜のくず煮 みそ汁 りんご 米 じゃが芋 人参	全がゆ ⇒ 軟飯 野菜のくず煮 みそ汁 りんご 玉ねぎ ツナ キャベツ あおさ 麩 りんご
15水	10倍がゆ(とろとろ) 豆腐バナナ 人参ペースト 野菜スープ (主な材料) 米 トマト	トマトリゾット風 煮魚 野菜スープ バナナ	トマトリゾット風 煮魚 野菜スープ バナナ	全がゆ(べたべた) ツナじゃが キャベツのおかか煮 みそ汁 りんご 米 じゃが芋 人参	全がゆ ⇒ 軟飯 ツナじゃが キャベツのおかか煮 みそ汁 りんご 玉ねぎ ツナ缶 キャベツ あおさ 麩 りんご
16木	10倍がゆ(とろとろ) 白身魚のすり流し かぼちゃペースト 野菜スープ (主な材料) 米 白身魚	人参がゆ(べたべた) だし豆腐 ポテトスープ りんご	人参がゆ ⇒ 軟飯 だし豆腐 ポテトスープ りんご	おじや 魚のミルク煮 みそ汁 バナナ 米 キャベツ 人参	おじや 魚のミルク煮 みそ汁 バナナ 白身魚 ブロッコリー 麩 あおさ パナナ
17金	10倍がゆ(とろとろ) 人参ペースト かぼちゃペースト すまし汁 (主な材料) 米 人参	人参がゆ(べたべた) 煮豆腐 煮かぼちゃ オレンジ みそ汁	人参がゆ ⇒ 軟飯 煮豆腐 煮かぼちゃ オレンジ みそ汁	パンがゆ ⇒ ココロトースト チキンと根菜のスープ ゆるゆるりんごゼリー 食パン 鶏ささみ 人参	スティックトースト チキンと根菜のスープ ゆるゆるりんごゼリー じゃが芋 玉ねぎ クリーム缶





【 NO 2 】

離乳食こんだて (令和6年 5月)

回数	1回食 (午前)			2回食 (午後)	
月令	5・6ヶ月頃 (開始後1ヶ月間)	7・8ヶ月頃	9・10・11ヶ月頃	7・8ヶ月頃	9・10・11ヶ月頃
形態	なめらかにすりつぶした状態	舌でつぶせる固さ	歯ぐきでつぶせる固さ	舌でつぶせる固さ	歯ぐきでつぶせる固さ
固さ	プレーンヨーグルト状(ごっくん)	絹ごし豆腐位(もぐもぐ)	バナナ位(かみかみ)	絹ごし豆腐位(もぐもぐ)	バナナ位(かみかみ)
18 土	10倍がゆ(とろとろ) ポテすり流し トマトすりつぶし すまし汁	おじや つぶしトマト ゆし豆腐 バナナ	おじや つぶしトマト ゆし豆腐 バナナ	全がゆ(べたべた) 鶏肉と根菜のだし煮 人参スープ りんご	全がゆ ⇒ 軟飯 鶏肉と根菜のだし煮 人参スープ りんご
	(主な材料) 米 鶏肉 ジャガ芋 ブロッコリー 人参 トマト ゆし豆腐 バナナ			米 ジャガ芋 ブロッコリー 玉ねぎ ささみ 人参 クリームコーン缶	
20 月	10倍がゆ(とろとろ) とうがんですり流し 人参ペースト すまし汁	みどりがゆ(べたべた) とうがんのツナ煮 チキンスープ オレンジ	みどりがゆ ⇒ 軟飯 とうがんのツナ煮 チキンスープ オレンジ	あおさがゆ(べたべた) 炒り豆腐 くたくたそうめん汁 バナナ	あおさがゆ ⇒ 軟飯 炒り豆腐 そうめん汁 バナナ
	(主な材料) 米 とうがん 人参 ブロッコリー ツナ缶 ささみ ジャガ芋 オレンジ			米 あおさ 豆腐 玉ねぎ 人参 ブロッコリー そうめん バナナ	
21 火	10倍がゆ(とろとろ) 白身魚すり流し 根菜ペースト 野菜スープ	全がゆ(べたべた) 魚と野菜のスープ煮 すまし汁 オレンジ	全がゆ ⇒ 軟飯 魚と野菜のスープ煮 すまし汁 オレンジ	みそおじや かぼちゃスープ ゆるゆるりんごゼリー	みそおじや かぼちゃスープ ゆるゆるりんごゼリー
	(主な材料) 米 白身魚 ジャガ芋 人参 玉ねぎ わかめ 麩 オレンジ			米 玉ねぎ 人参 鶏ささみ かぼちゃ クリームコーン缶 りんご	
22 水	10倍がゆ(とろとろ) 絹ごし豆腐のすり流し 人参ペースト ポテトスープ	全がゆ(べたべた) 豆腐のみどり煮 根菜スープ バナナ	全がゆ ⇒ 軟飯 豆腐のみどり煮 根菜スープ バナナ	おじや マッシュポテト みそ汁 りんご	おじや マッシュポテト みそ汁 りんご
	(主な材料) 米 絹ごし豆腐 ブロッコリー ジャガ芋 人参 玉ねぎ トマト バナナ			米 鶏ささみ 人参 ジャガ芋 ブロッコリー あおさ 麩 りんご	
23 木	10倍がゆ(とろとろ) かぼちゃペースト とろとろバナナ すまし汁	おじや 煮魚 くたくたそうめん汁 バナナ	おじや 煮魚 そうめん汁 バナナ	しらすがゆ(べたべた) 煮豆腐 みそ汁 オレンジ	しらすがゆ ⇒ 軟飯 煮豆腐 みそ汁 オレンジ
	(主な材料) 米 かぼちゃ レタス 白身魚 玉ねぎ 人参 そうめん バナナ			米 しらす 絹ごし豆腐 人参 レタス あおさ 麩 オレンジ	
24 金	10倍がゆ(とろとろ) 人参ペースト 白菜すりつぶし 野菜スープ	全がゆ(べたべた) 野菜のくず煮 コーンスープ バナナヨーグルト	全がゆ ⇒ 軟飯 野菜のくず煮 コーンスープ バナナヨーグルト	全がゆ(べたべた) スイートポテト風 豆腐のみそ汁 りんご	全がゆ ⇒ 軟飯 スイートポテト風 豆腐のみそ汁 りんご
	(主な材料) 米 白菜 人参 ジャガ芋 鶏ささみ クリームコーン缶 玉ねぎ チンゲン菜 プレーンヨーグルト			米 さつま芋 人参 バター 白菜 絹ごし豆腐 わかめ 麩 りんご	
25 土	10倍がゆ(とろとろ) 人参ペースト とろとろバナナ すまし汁	おじや つぶしトマト コーンスープ バナナ	おじや つぶしトマト コーンスープ バナナ	全がゆ(べたべた) ひき割り納豆 野菜スープ りんご	全がゆ ⇒ 軟飯 ひき割り納豆 野菜スープ りんご
	(主な材料) 米 鶏肉 玉ねぎ 人参 トマト クリームコーン缶 白菜 バナナ			米 ひき割り納豆 ジャガ芋 人参 玉ねぎ トマト バター りんご	
27 月	10倍がゆ(とろとろ) かぼちゃペースト 絹ごし豆腐のすり流し すまし汁	人参がゆ(べたべた) 豆腐とかぼちゃのだし煮 みそ汁 りんご	人参がゆ ⇒ 軟飯 豆腐とかぼちゃのだし煮 みそ汁 りんご	パンがゆ ⇒ コロコロトースト 魚と根菜のスープ煮 コーンスープ オレンジ	スティックトースト 魚と根菜のスープ煮 コーンスープ オレンジ
	(主な材料) 米 人参 絹ごし豆腐 かぼちゃ 大根 わかめ りんご			食パン ジャガ芋 人参 白身魚 ブロッコリー 玉ねぎ オレンジ	
28 火	10倍がゆ(とろとろ) かぼちゃペースト ポテすり流し すまし汁	みどりがゆ(べたべた) かぼちゃそぼろ煮風 くたくたそうめん汁 オレンジ	みどりがゆ ⇒ 軟飯 かぼちゃそぼろ煮風 そうめん汁 オレンジ	おじや きゅう わかめ スイカゼリー	おじや きゅうりのおかか煮 スイカゼリー
	(主な材料) 米 ブロッコリー 南瓜 玉ねぎ 鶏ささみ そうめん オレンジ			米 玉ねぎ 人参 ブロッコリー 豆腐 きゅうり スイカ	
29 水	10倍がゆ(とろとろ) 人参ペースト ポテのすり流し すまし汁	おじや かぼちゃ煮物 ゆし豆腐 バナナ	おじや かぼちゃ煮物 ゆし豆腐 バナナ	全がゆ(べたべた) 白身魚のみどり煮 野菜スープ りんご	全がゆ ⇒ 軟飯 白身魚のみどり煮 野菜スープ りんご
	(主な材料) 米 玉ねぎ 人参 ツナ かぼちゃ ゆし豆腐 あおさ バナナ			米 白身魚 ほうれん草 ジャガ芋 玉ねぎ 人参 トマト りんご	
30 木	10倍がゆ(とろとろ) 白身魚すり流し ポテのすり流し すまし汁	全がゆ(べたべた) 野菜のやわらか煮 白身魚スープ バナナ	全がゆ ⇒ 軟飯 野菜のやわらか煮 白身魚スープ バナナ	全がゆ(べたべた) あけぼの豆腐 みそ汁 りんご	全がゆ ⇒ 軟飯 あけぼの豆腐 みそ汁 りんご
	(主な材料) 米 白身魚 ジャガ芋 大根 人参 バナナ			米 豆腐 玉ねぎ 人参 あおさ 大根 りんご	
31 金	10倍がゆ(とろとろ) 白身魚すり流し さつま芋ペースト すまし汁	みどりがゆ(べたべた) 白身魚と人参のやわらか煮 みそ汁 りんご	みどりがゆ ⇒ 軟飯 白身魚と人参のやわらか煮 みそ汁 りんご	芋がゆ(べたべた) 鶏肉と野菜のスープ きゅうりのおかか煮 バナナ	芋がゆ ⇒ 軟飯 鶏肉と野菜のスープ きゅうりのおかか煮 バナナ
	(主な材料) 米 白身魚 さつま芋 小松菜 ジャガ芋 キャベツ 玉ねぎ わかめ りんご			米 さつま芋 鶏肉 人参 ブロッコリー きゅうり ツナ バナナ	

※ 離乳食の進め方など気になることは、担任の先生へお気軽にお問合せください。