

道央

札幌エリア	
【札幌市中央区】	天然温泉 プレミアホテル-CABIN-札幌 P38
【札幌市南区】	定山溪万世閣ホテルミリオネ P47
【札幌市南区】	定山溪温泉 湯の花 定山溪殿 P48
【札幌市北区】	札幌あいの里温泉なごみ P52
石狩エリア	
【千歳市】	奥札幌の秘湯 湖畔の宿支笏湖丸駒温泉旅館 P48
【北広島市】	里の森 天然温泉 森のゆ P50
空知エリア	
【三笠市】	湯の元温泉旅館 P38
【深川市】	アグリ工房 まあぶ P39
【岩見沢市】	岩見沢温泉ほのか P52
【美瑛市】	青の洞窟温泉 ヒバの湯 ゆ〜りん館 P52
【芦別市】	芦別温泉 スターライトホテル&おふろcafé 星遊館 P52
【由仁町】	ユンニの湯 P38
【上砂川町】	上砂川温泉 パンケの湯 P39
【北竜町】	サンフラワーパーク 北竜温泉 P53
後志エリア	
【小樽市】	小樽天然温泉 湯の花 手宮殿 P52
【寿都町】	寿都温泉 ゆべつゆ P39
【蘭越町】	ニセコ五色温泉旅館 P48
【ニセコ町】	ニセコアンヌプリ温泉 湯心亭 P48
【真狩村】	まっかり温泉 保養センター P50

道南

胆振エリア	
【室蘭市】	宮の森 楽々温泉 P40
【苫小牧市】	オートリゾート苫小牧 アルテンゆのみの湯 P47
【登別市】	登別 石水亭 P50
【伊達市】	きたゆざわ 森のソラニワ P53
【社管町】	ばんけい温泉 湯人家 P40
【白老町】	虎杖浜温泉 ホテルいずみ P48
日高エリア	
【平取町】	びらとり温泉 美味しい宿 ゆから P40
【新冠町】	夕陽と音楽を堪能する眺望リゾート 新冠温泉ホテルヒルズ P50
渡島・檜山エリア	
【函館市】	湯の浜ホテル P41
【函館市】	花園温泉 P47
【函館市】	湯元 啄木亭 P50
【函館市】	ホテル函館ひろめ荘 P51
【函館市】	函館乃木温泉 なごみ P53
【北斗市】	天然温泉 七重溪の湯 P51
【長万部町】	長万部温泉ホテル P41
【森町】	リブマックスリゾート函館 グリーンピア大沼温泉保養館「ほっとあ」 P41
【知内町】	知内温泉 P42
【鹿部町】	温泉旅館 鹿の湯 P42
【厚沢部町】	俄虫温泉旅館 P42

道北

上川エリア	
【上川町】	ホテル大雪 ONSEN & CANYON RESORT P37
【美瑛町】	碧の美 ゆゆ P43
【美瑛町】	森の半RIN P49
【上富良野町】	十勝岳温泉 湯元 凌雲閣 P43
【上富良野町】	吹上温泉保養センター 白銀荘 P49
【幌加内町】	幌加内せいわ温泉 ルオント P43
【愛別町】	協和温泉 P47
留萌エリア	
【初山別村】	しょさんべつ温泉 ホテル岬の湯 P44
【苦前町】	とままえ温泉ふわっと P51
【羽幌町】	はばろ温泉サンセットプラザ P47

道東

十勝エリア	
【帯広市】	天然の湯 由ヶ丘温泉 P49
【士幌町】	しほろ温泉 プラザ緑風 P44
【鹿追町】	然別湖畔温泉ホテル 風水 P44
【幕別町】	十勝ナヴァン温泉 ホテルアルコ P45
【幕別町】	幕別温泉 パークホテル 悠湯館 P45
【上士幌町】	ぬかひら温泉郷 湯元館 P51
【新得町】	湯宿くったり温泉 レイク・イン P51
釧路エリア	
【釧路市】	ホテル御前水 P49
【釧路市】	ホテルグロウバルビュー 釧路 天空の湯 P53
【釧路市】	オーロラファームヴィレッジ(オーロラ温泉) P49
オホーツクエリア	
【北見市】	旅館 塩別つるつる温泉 P46
【北見市】	美白の湯宿 大江本家 P53
【津別町】	奥屈斜路温泉 ランプの宿 森つべつ P45
【小清水町】	小清水温泉 ふれあいセンター P46
【釧路市】	おけと勝山温泉 ゆうゆ P46

源泉かけ流し100%、絶景温泉、浴槽多数など

気になる「大盤振る舞い温泉」が勢ぞろい!

お財布
よろこぶ♪

コスパ

抜群!

日帰り温泉 63湯

毎年この号を楽しみにしている読者の皆さん!コスパ抜群の温泉を紹介することで
おなじみの「日帰り温泉特集」ですが、今回は特に大盤振る舞いです!
お財布喜ぶ情報もりだくさんだけでなく、源泉かけ流し100%、
絶景、浴槽多数など合わせて63湯を全道各地から紹介しています。
お出かけの目的地としてはもちろん、どこかへお出かけした際の
立ち寄り湯としても便利な温泉が揃っていますよ!

取材:文/伊藤武、青田美穂(熊鷹社) 撮影/穂積明弘(スタジオウェーブ)
イラスト/中井亜佐子 ©/平野晴美(f.f)、渡辺文恵(ROUND CELL)
編集/曾根萌美、村上佳帆

浴場は3カ所あり湯めぐりも可能
自然と一体化した峡谷露天が自慢

こちらもお財布大喜び!
超コスパ抜群温泉

Point!

眺めも美しい峡谷露天風呂「天華の湯」は1日4組限定で貸切もできる(別料金で要予約※公式HP参照)。

④[大雪乃湯]のサウナでは、セルフロウリュも楽しめる。露天には外気浴可能なデッキチェアもある⑤利用無料の「やすらぎ文庫」には絵本や図鑑を揃えていて、ファミリーにもおすすめ

温泉DATA
[泉質]単純硫酸温泉 [浴槽数]男7(うち露天風呂2)/女7(うち露天風呂2)



切り取って使ってね♪
温泉クーポン

上川町
ホテル大雪 ONSEN & CANYON RESORT

クーポン利用で入浴料 半額

中学生以上1500円⇒750円
※小学生800円は対象外、小学生未満無料

天然温泉 プレミアホテル
-CABIN-札幌

【利用可能期間】10/20〜12/27
【除外日】なし(11/4〜15は温泉機器入れ替えのため露天風呂は休止※内風呂・サウナは利用可能)【利用人数】1枚につき2名利用のみ
※1名で来館時はクーポンの適用不可※他券・他割引との併用不可※クーポン利用は1回のみ※宿泊客で混雑の場合は日帰り入浴をお断りする場合有

半額

湯の元温泉旅館

【利用可能期間】10/20〜11/19
【除外日】定休日(※、他不定休有※公式HP参照)
【利用人数】1枚につき1グループ全員有効
※他券・他割引との併用不可
※クーポン利用は1回のみ

半額

ユンニの湯

【利用可能期間】10/20〜11/19
【除外日】11/1〜3
【利用人数】1枚につき2名まで有効
※他券・他割引との併用不可
※クーポン利用は1回のみ

半額

アグリ工房 まあぶ

【利用可能期間】10/20〜11/19
【除外日】10/21〜23(メンテナンス休館)
【利用人数】1枚につき3名まで有効
※他券・他割引との併用不可
※クーポン利用は1回のみ

半額

上砂川岳温泉 パンケの湯

【利用可能期間】10/20〜11/19
【除外日】11/4〜6(休館日)
【利用人数】1枚につき5名まで有効
※他券・他割引との併用不可
※クーポン利用は1回のみ

半額

寿都温泉 ゆべつゆ

【利用可能期間】10/20〜12/19
【除外日】11/4、12/1(休館日)
【利用人数】1枚につき5名まで有効
※他券・他割引との併用不可
※クーポン利用は1回のみ

ホテル大雪 ONSEN & CANYON RESORT

東館1Fのロビーラウンジに併設している「旅のはじまりの本箱」は、お客さんが興味を持って手に取れるよう、選書サービスのプロフェッショナルが、洋書から写真集まで幅広いジャンルにこだわって配置したミニライブラリー(利用無料)。ゆったりとした作りのロビーラウンジは、ワーケーションとしても活用できるスペース。

アイコンの見方

シャンプー & リンス

ボディソープ or 石けん

ドライヤー

フェイス タオル

バス タオル

無料 休憩所

有=入浴料金に含まれる 販=販売 レ=レンタル(有料)
※なしの場合はグレー(色なし)で表記します



恵庭産放牧豚のベーコン入りルーに野菜の旨みがたっぷり

恵庭市
花ロードえにわ
☎0123-37-8787 恵庭市南島松817の18 図9:00~18:00(11月~3月は~17:00) 図年未年始 ※図は施設により異なる 図448台

◀恵庭産放牧豚「こな雪とんとん」のベーコンが、どんとった人気の一品。具だくさんの野菜と放牧豚の旨みを楽しめるスパイスカレー

こな雪とんとん入りベーコンカレー 1380円
提供店舗 スキレットカレー「こな雪とんとん」
提供時間 9:00~図17:30(11月~3月は~図16:30) テイクアウト可

こちらもオススメ!

エビの食感を楽しめる新商品
えびがゴロッ えびカツ 1個270円
提供店舗 えにわ

25年 9月発売

▼恵庭産はちみつを配合した、やさしい香りのハンドクリーム
シマエナガのパッケージで人気
花ロードえにわ オリジナルハンドクリーム 1個900円
販売店舗 Ra-no(ランノ)

子どもたちが思いっきり遊べる
えにわファミリーガーデン「りりあ」
▲対象年齢は生後6か月~小学6年生(保護者要同伴)。室内と屋外の遊具でのびのび遊べる
施設情報は欄外↓をチェック!

千歳川の中を観察できるお魚に触れる体験コーナーも

千歳市
サケのふるさと千歳水族館
▲サケが千歳川に帰ってくる秋。館内の「水中観察ゾーン」では、川の中を泳ぐサケの姿を間近に見ることができ、サケの卵も展示される
施設情報は欄外↓をチェック!

入館料 大人800円、高校生500円(要学生証)、小・中学生300円、未就学児無料

2つの泉質を楽しめる温泉 サウナや岩盤浴など設備充実

えにわ温泉ほのか
[恵庭市]
▲植物性モル泉と保温性に優れた温泉の浴槽があり、今春の改装でサウナにオートロウリュを導入。女性浴場のパウダールームも新設
施設情報は欄外↓をチェック!

25年4月リニューアル
入浴料 中学生以上1100円(全日図)、特別日は1250円、小学生300円(同350円)、未就学児無料

千歳・恵庭コース

▼ケーキとソフトを一度に楽しめる人気スイーツ。道産いちごのさっぱりした味わいのソフトクリームと、ショートケーキの甘さがマッチ

千歳市
サーモンパーク千歳
☎0123-29-3972 千歳市花園2丁目4の2 図9:00~17:00 ※店舗により異なる 図無 図240台

ショートケーキソフト 580円
提供店舗 BonBonBERRY HOKKAIDO STAND
提供時間 9:00~16:00

ビジュアルもかわいい!北海道産いちごのソフト

こちらもオススメ!
道産のサケとイクラが主役
鮭骨ラーメン 1200円
提供店舗 ラーメン食堂ちとせがわ
提供時間 10:00~16:00

▲北海道産トマト「なつのしゅん」を使用。甘酸っぱさがクセになるグミ
鮭のいくらみたないなグミ 1袋432円
販売店舗 物販コーナー

25年 7月発売

旬の地場野菜をGETして
農産物直売所
▲近郊産の農畜産物がそろう。秋からはじゃがいもやカボチャが人気

月形ならではの個性派カレー 黒いコロケがインパクト大

月形町
275つきがた
☎0126-37-2188 月形町81の10 図9:00~21:00 図第3図(図の場合は翌日) ※図は施設により異なる 図174台

▲かつて月形にあった樺戸集治監の鉄丸と足かせを、黒いコロケとオニオンリングで表現したカレー。竹炭入りの黒いパン粉を使用

鐵丸(テツガン)カレー 1200円
提供店舗 月形温泉レストラン
提供時間 11:00~19:30(図19:00)

こちらもオススメ!
トマトの風味がさわやかな新作
▶月形産「桃太郎」100%使用のトマトジュース「まんまと」とブレンド
トマトソフトクリーム カップ、コン各450円
※「トマト」と「きなこ」は隔週で交互に販売。問合せはレストランへ
提供店舗 月形温泉レストラン
提供時間 11:00~19:30(図19:00)

25年 6月発売

▼地元産「ユキホメ」を100%使用し、ふっくら柔らかい食感が特徴
月形産大豆の納豆が人気
まんまる納豆 150円
販売店舗 売店

キッズスペース
▼売店横のはな工房1階にあり、積み木や絵本などで子どもたちが遊べる
日帰り入浴時に利用しよう
利用時間 10:00~17:00

新篠津産の米粉を生かしたミニシュークリームが人気

新篠津村
しんしのつ
☎0126-58-3166 新篠津村第45線北2 図6:00~22:00 ※施設により異なる 図不定 図160台

▲新篠津産ゆめぴりかの米粉を、シュー皮、上のクッキー生地、カスタードクリームに使用。冷凍販売品で、半解凍で食べるのもおすすめ

ひとくち米粉シュープレーン(右)、かぼちゃ(左) 1カップ各380円(4個~6個入り)
販売店舗 売店
販売時間 7:00~21:00

25年 2月発売

こちらもオススメ!

内容充実のお肉御膳でランチ
ローストビーフ御膳 1650円
※サラダ、小鉢、洋風茶碗蒸し、みそ汁、漬物付き
提供店舗 大地のテラス 緑(ENISHI)
提供時間 11:00~図20:30 ※平日16:00~17:00は準備休憩 図10/20、11/17

▼新篠津産ゆめぴりかを使用した微炭酸のサイダー。湯上りがリリにもせむ
新篠津産のこめサイダー
販売店舗 売店

「たっぶの湯」でゆったり
しんしのつ温泉 たっぶの湯
▲道の駅の主施設は露天風呂でくつろげる温泉。日帰り入浴も宿泊もできる
施設情報は欄外↓をチェック!

当別・新篠津・月形コース

当別産小麦100%使用のキュートな新作クッキー

当別町
北欧の風道の駅とうべつ
☎0133-27-5260 当別町当別太774の11 図9:00~17:00(12月~2月は~16:00) 図12月~2月の図、年末年始 図133台

▲札幌のパフェ店「甘い佐藤」を営むバフェリエーターが手がけるクッキー。小麦からバターまで食材にこだわり、かばちゃも当別産

オリジナルクッキー プレーン、ショコラ 1枚324円 かぼちゃ 1枚345円
販売店舗 売店SWEETS

25年 2月発売

こちらもオススメ!
当別産で作る焼きソフト
スパイス香る道産牛スジ肉の煮込みソース 単品1200円(テイクアウト800円)
※セット1750円・2100円もあり
提供店舗 カフェ テルツィーナ
提供時間 11:00~16:30(図16:00) テイクアウト可

▲牛スジ肉をトロトロになるまでじっくり煮込んだソースと焼きソフト
▼カボチャやさつまいもなど、根菜をメインにした秋野菜たっぷりのカレー

旬の野菜をスープカレーに
散水検付きで愛犬の足も洗える
利用期間 4月下旬~11月上旬
利用時間 9:00~16:00(変動の場合有)

25年8月オープン
ドッグラン
▲大型・中型犬と小型犬用にスペースを区切った、無料ドッグランを新設

親子で遊べる屋外スポット 広々とした休憩スペースも

ウイング イット Wing It [月形町]
▲エアー遊具や緑のコーナーで遊び、動物ともふれあえる新スポット。10月に新遊具「ビッグファームプレイランド」(写真)がお目見え
施設情報は欄外↓をチェック!

25年8月オープン

入場料(エアー遊具利用料込み) ※別途有料メニュー各種あり 3歳~中学生1500円 高校生以上500円・2歳以下無料

500円以下もたくさん!

日帰りグルメドライブ

道の駅

ランチや手軽なテイクアウトグルメ、お土産など、道の駅をはしごして寄り道も楽しもう♪

みんな大好きな道の駅を巡りながら、秋ドライブはいかがですか?寄り道にはこの時季ならではの絶景や注目の温泉等をピックアップ。道の駅をたくさんはしごして、グルメやお土産選びを楽しんでください!

取材文 矢代真紀 高島由佳 撮影 松浦清弘 サッラカラフック、田淵立幸 Studio Orange、渡辺肇之 渡辺肇之写真事務所
◎ 宮内光沙 編集・金内玲奈
※メニューの提供時間は、道の駅の営業時間と異なる場合のみ記載しています。

施設情報 [しんしのつ温泉 たっぶの湯] 図日帰り入浴6:00~22:00(最終受付21:30) 図入浴料中学生以上700円、小学生300円、未就学児無料 図不定 [Wing It] ☎080-9286-2392 月形町チクシベン203の133 図10:00~17:00 図12/30~26年1/3 図14台 ※緑日コーナーでは、ストラクアウト、わなげ、くじ引き、射的など各1回300円、ヨーヨーとスーパーボールすくい各1回200円

施設情報 [サケのふるさと 千歳水族館] ☎0123-42-3001 千歳市花園2丁目312 図9:00~17:00(12月~26年2月は10:00~16:00) 図12/29~26年1/1、1/13~31 図222台 [えにわ温泉ほのか] ☎0123-32-2615 恵庭市戸樺397の2 図日帰り入浴9:00~24:00(最終受付23:30) 図無 図170台 [えにわファミリーガーデン「りりあ」] ☎0123-29-6090 図9:30~16:30(最終受付15:20) ※12:00~13:00は清掃時間 図利用料子ども、保護者ともに250円 ※恵庭市民及び千歳市民は各200円、3歳以下無料



鶏白湯 白 950円
ラーメンデータ
スープ 鶏ガラ
タイプ こってりとあっさりの中間
麺 自家製の中太ストレート

高温で炊き、乳化させる
鶏白湯スープがうまい!

鶏ガラを高温で炊き
上げ、しっかりと乳化させる
ことでクリーミーな口当た
りに! 鶏油の香りが
食欲をそそる。

札幌市西区

鶏白湯Soba ~和ノ家~

エスプーマ状の真っ白い鶏白湯スー
プに、炭火であぶった親鶏が添えられる。
味も見た目も斬新な一杯をぜひ!

☎011・215・5188 函札幌市西区琴似1条3
丁目3の7 TM23ビル1F 図11:00~15:00、
17:00~22:00 図無 図11 回なし

▼24年12月、琴似・
米町通にオープン



煮干しそば(塩) 950円
ラーメンデータ
スープ 煮干し、昆布
タイプ あっさり
麺 細ストレート

昆布×煮干しが香る
無化調スープがうまい!

沖縄産の天然塩を使
った塩だれには、ホタテや
アサリなどの魚介だれを
プラス。あっさりながら
奥深い味わいに。

千歳市

煮干しそば おおきに

羅臼産昆布と瀬戸内海産の煮干
しから取る無添加の和だしがベース。
繊細な一杯にリピーターが増加中だ。

☎0123・25・3455 函千歳市北栄2丁目31
の7 図9:00~16:00(図15:00)※スープが
なくなり次第終了 図無、第2・4回 図14
図9台(うち4台は店舗裏)



▲白壁を配したスタイリッシュな店内

札幌市東区

ラーメン 暁月

鶏ガラ、トンコツ、魚
節をていねいに炊き上
げた白湯ベースのスー
プは、万人に愛されるあ
っさり優しい味わい。

☎011・788・6588 函札幌
市東区北34条東5丁目3
の24 恭瑛スカイマンション
1F 図11:30~15:00、17:
00~21:00(図20:30)
図無 図7 図4台



▼日の丸の看板が目印

ラーメン

★1000円以下!
★スープへのこだわりが
特にスゴイ!

食材のうま味が融合した
トリプルスープがうまい!

鶏ガラ、トンコツのうま
味に、魚節の風味がバ
ランスよく溶け合い、しなや
かな細ストレート麺が
よく合う。



最後の一滴まで飲み干せる
トリプルスープのあっさり麺

札幌市厚別区 らーめん久う

丸鶏を丹念に炊き上げた鶏100%の白湯スープが人気。
軟らかな豚肩ロースの大判チャーシューも存在感あり。

☎011・895・1228 函札幌市厚別区厚別中央2条2丁目3の1
図11:00~15:00(図14:45)、16:30~20:00(図19:30) 図無
図14 図なし



▼24年1月、国道12号沿いにオープンした
図14 図なし

醤油らーめん 850円
ラーメンデータ
スープ 丸鶏
タイプ こってりとあっさりの中間
麺 中細ややちぢれ

鶏のコクを引き出した
白湯スープがうまい!
長時間かけてじっくり
煮込み、鶏のうま味を抽
出したまろやかな白湯ス
ープと熟成醤油だれが
仲良く溶け合う。



丸鶏のうま味を凝縮した
こくウマ純鶏スープ

ラーメン P65・66

人気グルメジャンルの
こだわり光る「ここぞ!」
というお店を厳選しました!

海鮮丼・寿司 P67・68

みんな大好きグルメって?

北海道じゃらんサイトなどで行った「北海道の
みなさんが好きなグルメ」に関するアンケートなど
を参考に、人気のグルメジャンルを設定。さらに、
それらのお店でどんなメニューが食べたいか?の
条件も設定したうえでお店を厳選しました!

みんな大好きグルメの穴場店

ラーメン、海鮮、カレー、肉、食べ放題など、愛されグルメのジャンル
から、全道の穴場店を厳選!こだわりが詰まっていた美味しいのに、
価格はお手頃。コスバ抜群の必見グルメを紹介します。

取材・文/葛西麻衣子(しちりん舎) 撮影/加藤正道(加藤正道写真事務所)、
高橋一生(スタジオ・イッセイ)、穂積明弘(スタジオウェブ)、松浦靖宏(サファリ・グ
ラフィックス)、山中和、渡辺肇之(渡辺写真事務所) ①/宮内光沙
編集/矢野一葉



カレー
P69・70



肉グルメ
P71・72



食べ放題・
バイキング
P73

エリア別一覧

札幌エリア	
札幌市中央区	札幌 海まる食堂P67
札幌市中央区	カリと肴 ミスターNOP69
札幌市中央区	BistroBON tabloid tableP71
札幌市北区	道産八雲牛と旬の野菜 かんべえ。P71
札幌市北区	アンモナイトレストラン札幌店P73
札幌市東区	ラーメン暁月P65
札幌市東区	いちわ飯P67
札幌市東区	運城飯店P73
札幌市東区	アメノチP73
札幌市厚別区	らーめん久うP65
札幌市豊平区	カリースタンドP69
札幌市西区	鶏白湯Soba ~和ノ家~P65
札幌市西区	にく家のカレーP69
札幌市西区	レストラン西厨房P71
石狩市	つなぐ家P71

石狩市	めしや ぎらくP73
千歳市	煮干しそば おおきにP65
千歳市	市場食堂 ちとせP67
小樽市	蕎麦処 伊佐屋P69
白老町	ラッキー・マート白老店 元気広場P67
函館エリア	
函館市	貝出汁らぁ麺 まえ川P66
函館市	すし屋のよいしょP68
函館市	マサラカリスP70
函館市	手作り定食・あげもの マルテンP70
函館市	お肉のつまP72
北斗市	らーめん ぎょうざ 黄色い花P66
北斗市	原始焼き酒場さくら井P68
七飯町	cafe DIANEP72
旭川エリア	
旭川市	らー麺いそはまP66

旭川市	にゃん福P66
旭川市	雷電館P68
旭川市	The RedHotP70
旭川市	Aaha nan/carri bistroP70
旭川市	やきにく屋 にくまるP72
旭川市	七輪焼肉 西萬P72
十勝エリア	
帯広市	レストラン カウベルハウスP72
広尾町	Bay Lounge CoffeeP68
釧路エリア	
釧路市	麺とあら焚き 玄武P66
釧路市	Kitchen PharaohP70
北見エリア	
訓子府町	味処 六三四P68

取材こぼれ話②

「煮干しそば おおきに」の店主・伊藤和隆さんは、関西で学んだ「おだし」の食文化を軸に、独学でラーメンを研究し、24年4月に独立開業。瀬戸内産の煮干しは
腹わたや頭も丸ごと使い、一晩かけてじっくり水出しすることで、えぐ味が出ないようにし、うま味だけを抽出する。上品な風味とうま味がスープに生きている。

取材こぼれ話①

「らーめん久う」のラーメンは丸鶏をじっくり炊き上げた、まろやかな鶏白湯が主軸。ラーメンはもちろん、サイドメニューとして常連客から人気のが、その鶏
白湯スープを使って仕上げる特製カレーライス(500円)。マイルドかつスパイシーな味わいで、ラーメンにもよく合う。ハーフサイズ(300円)もあり。