

「みんなの居場所」登録者一覧

開催市町村	名称	活動主体	活動地域	開催場所	開催頻度	対象者	利用料金	実際の参加者
青森市	みんなの食堂 アエヘル		青森市東部地区(原別、造道)	東部市民センター・生協八重田店	月1回第3金曜日 夕方17時位(12月のみクリスマス近い日曜日11時位～)		子供:高校生まで無料 大人:300円	子供が多い 他親御さん 一人暮らしの方の参加もあり
青森市	桜川みんなの食堂	桜川食育教室いただきます!	青森市桜川	桜川福祉館	月1回(来年度から週1の予定です)	地域住民の親子を中心に誰でも	65歳以上と高校生まで無料 大人:300円	40人前後 2/3くらいが小学生
青森市	「ふれあい食堂」	社会福祉法人みちのく白寿会	青森市港町地区	社会福祉法人みちのく白寿会	月1回第4土曜日(祝日は変更あり) 10:30～13:00まで	小学1年生～3年生としているが、兄弟姉妹で参加する子どもも多く参加。5歳児～小学6年生までの子。	子ども:無料 同伴の大人はお弁当の持参をお願いしている。	地域の子ども10名 その他併設の有料老人ホーム入居者4～5名が参加。
青森市	このゆびとまれ		青森市大野		月1回第3金曜日(令和2年2月から)	子ども(年齢問わず)、地域住民	子ども100円 地域住民300円	
青森市	「こども食堂・じょいん」	社会福祉法人 義栄会	青森市戸山	就労継続支援B型事業所・じょいん(キッチン・じょいん)	月1回第4金曜日	こどもから大人まで	高校生まで無料 大人300円	親子での参加が多い。こどもが2/3、大人が1/3の参加。1回の参加人数は約30名。
青森市	よこうちキッズプレイス	よこうちキッズプレイス	青森市横内地区	横内市民センター	毎週月曜(祝日も開催)	小学生	無料	10名弱程度(子ども及び大学生スタッフ)
青森市	こども食堂Cafeteria SunnySide	社会福祉法人南福祉会	青森市	子ども食堂Cafeteria SunnySide 森市北金沢2丁目18-1	月1回程度	子ども、小学生を中心に地域の方	原則として無料	
青森市	ふれあい広場	公益財団法人青森県母子寡婦福祉連合会	青森市		月1回 主に第2土曜日	ひとり親家庭	無料	ひとり親家庭の親子 他
青森市	サタディ☆くらぶ	青森家庭少年問題研究会	青森市及びその近隣	青森市内	毎週土曜日 午前中の約2時間	ひとり親家庭の小学生、中学生	初回登録料のみ500円	子ども12人、大学生ボランティア12人程度。1対1の学習支援が中心ですが、調理実習など食に関する行事もおこなっています。
青森市	子ども広場	社会福祉法人平元会	青森市 田茂木野・幸畑・横内を中心に	青森大学	月1回、第4日曜日 ※コロナウイルス感染状況による	未就学児、小学生とその保護者	無料	20～30人程参加。ワークショップ、宝探し等子どもが楽しめる企画を実施。
青森市	きらら食堂	株式会社ワイエスティ・イノバート Eat-in by きらら	青森市浜田			18歳未満とその親御さん	子ども無料、大人300円	親子で20組
青森市	みんなの居場所	地域応援チームうらまち	青森市中央地区	アピオあおもり	月1回～2回	どなたでも	無料	親子～高齢者
青森市	みんなの居場所にここにこ		青森市油川地区	油川市民センター	月1回最終日曜日(予定)	子どもやその親を中心にどなたでも	なし	約30名(子どもが多い予定)
青森市	みんなの食堂 タックさん家	タックさん家(たつくさんち)	青森市奥野	青森市奥野2-18-11 タックさん家	月1回(第4土曜日または日曜日)変更あり 事前申込制	どなたでも	子ども無料、大人200円(材料費として)	子ども4～7人、大人4～7人、スタッフ3～5人
青森市	フリースペース ぴーすけハウス		青森市浪館前田	青森市浪館前田2丁目32-32 福澤宅	8/31、9/28実施。10月からは月1回(第4または第3土曜日)	青森市民であればどなたでも	児童/生徒/ボランティア活動:無料 職業的利用:3時間500円、6時間以上1,000円	10人程度(小学生から80歳代まで)
青森市	こども食堂 雀庵(じゃくあん)		青森市沖館	青森市富田3丁目16-50	毎月第1水曜日17時から		小学生100円、保護者200円	小学生30名
青森市	4STERVIVA		青森市	橋本小学校、横内小学校	毎週土曜日	大人、子どもが対象。現在は4歳～50歳代の方が活躍中。	現在は無料で提供中。イベント時は謝金や物品費用として500円～800円	小学生が多く20～30人前後。他両親や中学生、高校生、支援学級の子や不登校の子など幅広く対応している。
青森市	青森市ふたごみつごの会	青森市ふたごみつごの会	青森市	荒川市民センター	2ヶ月に一度	双子、三つ子の家族	基本的に無料だがイベントにより0～500円程度の参加費あり	就業前の子どもと親。10名程度
青森市	子ども食堂「スマイル・カフェ」	NPO団体ファミリーリカバリーセンター	青森市	青森ジョイフルチャペル	毎月第3土曜日12時～	子ども、小中学生を中心に	小学生以下無料、中高生100円、大人300円	
青森市	RUNRUN～みんなであそぼう～	RingRing	青森県内	固定の場所はなし。市内公園、青森県社会教育センターなど	月1回以上	年齢問わず	無料	親子の参加者が多い。小学生以上は子どもだけでも可
青森市	ユニココ		青森市東部	東部市民センター・代表者自宅	月に1回	幼児から上限なく。学生・親子参加可	1人300円	子どもが多い。親子で参加する人もあり。5～20名の参加人数
弘前市	子ども食堂 すこやか	子ども食堂すこやかプロジェクト	弘前市内	弘前市社会福祉センター	月1回第2土曜日 / 子の夏・冬・春休み中の土曜日	就学時、中学生、高校生及び保護者	無料	平均 子供と保護者で5～8名/夏のBBQや冬のクリスマスの時は20人程度
弘前市	ファーマーズキッチン		弘前市	弘前市土手町24	毎週水曜日 午後6時～7時30分(前日まで予約)	小・中・高校生・大人(老人)	小・中・高校生 無料 大人500円	子どもが主
弘前市	母親カフェ	弘前乳児院	弘前市近郊 中南地区	弘前乳児院	年4回(3カ月に1回程度)	子育て世代の母・父・子	無料	母子の参加が多く、1回あたり7～8組程度
弘前市	「東地区ちいきの絆食堂」	「東地区ちいきの絆食堂」	弘前市東地区	弘前市総合学習センター	月1回程度(曜日などは不確定)	東地区地域住民	1食あたり 子ども:無料 大人:300円	小学生の子どもが多いが、地域のお年寄りの方も参加している。
弘前市	三岳寺子屋		弘前市文京地区	三岳集会所	週1回金曜日	文京地区に居住し登録を済ませた児童	無料(活動によって実費を徴収する可能性があります)	登録児童やその兄弟、保護者 20名程度
弘前市	スマイルサンみんなの食堂	社会福祉法人聖陽会	弘前市浜の町地区	弘前市浜の町東4丁目2-6	月4回、毎週木曜日	年齢、性別問わず誰でも利用可能	無料	平均13名くらい、主に小学生 中学生は数名
弘前市	こどもレストランあつぶる	社会福祉法人愛成会	弘前市	弘前市豊原1丁目1番地1りんごの樹1階	月2回、第2・第4木曜日	幼児～小学生、保護者	子ども無料、大人は初回無料・2回目以降300円	子ども8名、保護者5名程度
弘前市	弘前こども応援隊 マザーフィールド	特定非営利活動法人マザーフィールド	弘前市上鞆師町	弘前商工会議所	毎週水曜日	ひとり親家庭の小学生から高校生まで	なし	小学生から高校生まで3～6名、ボランティアの大学生3～7名程度

「みんなの居場所」登録者一覧

弘前市	「みんなの食堂」おいでえーる	社会福祉法人 千年会	弘前市 原ヶ平※参加は近隣市町村も可能	千年交流センター 障害者支援施設 千年園	月1回(各月で金曜日、土曜日で実施)	市内(近隣市町村)にお住まいの方	200円 高校生以下及び65歳以上は無料	高齢の方が多いが、小学生の参加もある。
弘前市	みんなの居場所わむすび・ みんなのお風呂わむすび	一般社団法人ブラシア	弘前市早稲田		みんなのお風呂・みんなの居場所わむすび(月1)、学校にいけない、行くことができない子の居場所わむすび(週3回)、母と子の相談所(週3回)	～18歳。とその家族。家族での参加となります。	一家族500円。家族風呂の料金も含む。	保育園・小学校のお子さんとその家族の参加が多い。一家族3～5名で5～6家族が毎回参加している。
弘前市	子どもたちの居場所 日向の家		弘前市文京地区 城南		毎週月・火・木・土曜日の午後	弘前市文京地区の幼児～中学生		幼児～中学生 習字教室 約10人 お琴 約5人
弘前市	サタデイ☆くらぶ	弘前市母子寡婦福祉会	弘前市駅前地区	ヒロロ 多目的室、弘前市近郊	毎週土曜日 9時30分～11時30分	ひとり親家庭の子ども(小～高校生)	無料	ひとり親家庭の子ども(小学生、中学生、高校生)10名 その母親5名程度、大学生ボランティア3名程度
弘前市	月と山とみんなの居場所	株式会社・M・S	弘前市東目屋地区	コミュニティースペース 月と山と	月1～2回	高校生までの子どもと親	内容により材料費等を徴収することがあります。	親子連れが多い。1回あたりの実参加人数約20名
弘前市	はびもりこども食堂	天理教弘森分教会	弘前市和徳	弘前市北横町90	月1回(不定期)	基本的には子育て世帯。どなたでも参加可能。	無料	約50食。半数以上がこども。
弘前市	てんりこども会	天理教津軽大教会	弘前市	天理教津軽大教会	月1回 日曜日に開催	幼児・小学生・中学生	100円	20～30人
弘前市	しののわ	NPO法人しののわベース	弘前市	弘前市八幡町2丁目7-10	週3回程度	子育て世代～70代、80代の高齢者まで		
弘前市	みんなの居場所 語り場	あおぼ自治会	弘前市南大町 三大地区	あおぼ集会場	月2～3回程度	地域住民	通常無料 食を伴う場合の弁当など300～500円	高齢者など20名程度
八戸市	大久保の里 地域交流ホール	社会福祉法人 東幸会	八戸市	八戸市大字大久保字沢目1-2大久保の里 地域交流ホール	毎週月曜日～土曜日 9:00～17:00	幼児からお年寄りまで、どなたでも利用できます。就学前のお子様は保護者の付き添い必要。	無料	学校の長期休業中、振替休日等は小学生が多い。毎週火曜日の「健康体操」等の平日の日中は高齢者が多い。
八戸市	ふれあいカフェ 大久保の里	社会福祉法人 東幸会	八戸市	大久保の里 地域交流ホール	毎月1回第2日曜日 11:00～14:00(事前申し込み必要)	幼児からお年寄りまで、どなたでも利用できます。就学前のお子様は保護者の付き添い必要。	無料	1回20名～30名
八戸市	あそびの広場 大久保の里	社会福祉法人 東幸会	八戸市	大久保の里 地域交流ホール	毎月1回第4日曜日 10:00～15:00	親子・家族での利用	無料	
八戸市	健康キャンパス!	東北医療福祉事業協同組合(共催) 社会福祉法人みやぎ会	八戸市	八戸市老人いこいの家 海兵荘	隔月第3土曜日	いこいの家利用者・小学生	無料	いこいの家利用者:約15人 小学生:約6人
八戸市	ふれ愛・あおぼ食堂	特定非営利活動法人あおぼの会	八戸市柏崎地区	八戸あおぼ高等学院	年8回 基本的に第一土曜日	どなたでも参加可能	高校生まで無料 大人300円	高校生中心、10名～20名程度
八戸市	ちょうじゃこども食堂	労働者協同組合ワーカーズコープ・センター事業団	八戸市長者地区	八戸市立長者公民館	月1回(いずれかの土曜日開催)	どなたでも参加できます	高校生まで無料 大人300円	小学生・中学生が多く、1回あたり60名程度が参加
八戸市	夕暮れCafé	学校法人鳳明学園 みんなの森 のはらキッズ	八戸市 西白山台	みんなの森 のはらキッズ	月1回程度(不定期)	小学生以下の親子	内容により	1回 15組限定
八戸市	みんなの食堂・そよ風	社会福祉法人白銀会						
八戸市	まんまるカフェ	株式会社池田介護研究所						
八戸市	離乳食教室「ふるふる」	八戸学院大学 健康医療学部 人間健康学科 准教授 佐藤千恵子	八戸市内		月1回、第1木曜日もしくは第1土曜日のどちらか	満5ヵ月～18ヵ月未満児の親子対象	無料	これまでは7～10ヵ月児の親子が多かった
八戸市	すこやかこども食堂	NPO法人みらい希望アシスト	八戸市下長中学区	八戸市石堂2-22-11 Caféロカボ内	毎週土日 16:30～19:30	未就学園児(要引率者)～高校生まで	中学生まで無料 高校生200円	①子どもだけのグループと②母親と子ども数人連れの方の半々。毎週土日で15人平均。
八戸市	チーム鮫 子ども食堂		八戸市鮫町	八戸市鮫町持越沢4-15 air内	毎週1回月曜日	子どもから大人まで	中学生以下無料、高校生300円、大人500円	子どもが多い30名程度
八戸市	トーキョーコーヒー八戸しまもり		八戸市(主に南郷)	主に館のやかた	月1回(不定期開催、日曜)	子どもから大人まで参加可	内容によって異なります。1,000円前後	子どもが多い(子ども10名、大人5.6人程度)
八戸市	はちのへ未来ネット ばくばくルーム	特定非営利活動法人はちのへ未来ネット	八戸市(八戸市全域)		月1～2回 第4日曜 他不定期	子育て家庭 主にひとり親や兄弟姉妹の多い家庭	子ども食堂利用の場合食費としてこども無料、大人100円	子ども(幼児から小学生)とその家族と祖父母 高校生も多い。20～30名参加
黒石市	みんなの勉強室・食堂～くら～	NPO法人元酒蔵の歴史的建造物群を保存・活用する会	黒石市元町7(旧佐藤酒造)		月2回(第2・4土曜日)	市内の小・中学生	無料	全員小学生 毎回20名前後
黒石市	黒石こども食堂	NPOくろいし	黒石市内	黒石市内10地区公民館ほか図書館など	毎月最終日曜日ほか	こども食堂:0～15歳までの全てのこども 食材配布:ひとり親世帯のみ	こども食堂:参加費100円 食材配布:無料	こども食堂:こども10～20人(全体で40～50人) 食材配布:20～50人
五所川原市	みどりの風オアシス	社会福祉法人 あおもり愛育会	五所川原市(旧五所川原市域)	みどりの風オアシス	月1回第1土曜日	小学生	原則として無料	学童保育を受けている学童を中心に1回あたり20人程度
五所川原市	憩いの広場ここまる	チームなないろ	五所川原市栄地区	コミュニティセンター栄・浄土宗専念寺	月1回	対象者に限定なし 参加はどなたでも可	高校生以下65歳以上無料 大人300円	親子連れが多い
五所川原市	いとか学園こども食堂	五所川原システム合同会社 放課後児童クラブ	五所川原市・田町		月1回土曜日	地域の親子	子ども無料 大人300円	1回あたり40名程、放課後児童クラブの小学生が多い
五所川原市	family café あづま～る	family café あづま～る	五所川原市	五所川原市地域福祉センター	月1回 毎月第2日曜日	保護者、子ども、妊娠中の夫婦、祖父母、地域活動に興味のある方	保護者200円、子ども100円	1回あたり30人ほどが参加している。子どもと保護者が同じくらいの人数が参加している。
十和田市	十和田こども食堂バス・ フードパントリー笑輪	十和田こども食堂実行委員会	十和田市・ 十和田市他青森県全市町村	十和田市他青森県全市町村	月2回以上開催	中学生以下のお子様がいる世帯	無料	1回あたりの参加者 約40世帯 100人

「みんなの居場所」登録者一覧

十和田市	Happy Children	Happy Children	十和田市	ちとせ小学校校庭(放課後プレーパーク) 他の活動はブログ、HPをご覧ください http://happychildrentowada.jp	放課後プレーパーク:6月～10月末(水曜15:30～18:00) 夏休み期間(13:00～18:00)	誰でも(主に小学生、親子)	無料	小学生5～35名程度、未就学児親子4組程度、時には中学生も
十和田市	Mother Tree Café/マザーツリーカフェ (子どもの食堂・みんなの食堂)	Mother Tree Café/マザーツリーカフェ	十和田市東三番町内	社会福祉法人至誠会 相談・交流スペース「みつば」内	毎週土曜日(第5土曜日は休業)	誰でも	高校生以下無料、その他300円	今のところまだ高齢者の方が多い(30人前後)
三沢市	古間木地域食堂くるみ	古間木地域食堂くるみ	三沢市古間木地区	三沢市古間木交流センター	月1回 おおよそ月末の土曜日	どなたでも参加可能	～中学生無料、～高校生・大人300円、70歳以上200円	子どもたちの来場が多いが、地域に住んでいる方たちの来場も増えて来ている。一回の人数は平均すると70名程度。
三沢市	ふれあい食堂	社会福祉法人若竹会	三沢市	岡三沢こども園内	2ヶ月に1階 土曜日のお昼	地域の方誰でもOK	全員無料	子どものと親子が多い。 1回あたり80食程度
むつ市	まるっと。	社会福祉法人桜木会 よしの保育園	むつ市緑町	よしの保育園	小学生 月2回 土曜日 中学生 月2回 水曜日	2小、苫生小 1年生～6年生 田名部中学校 1年生～3年生	無料 昼食は小学生無料、大人250円	小学生 1回あたり10人前後 中学生 1回あたり10人前後
むつ市	ファミリープラザ まるめろ食堂	社会福祉法人青森社会福祉振興団	むつ市	特別養護老人ホーム金谷みちの荘内 地域交流ホール	月1回 毎月最終土曜日	世代を問わず、誰でも参加可能	高校生以下 無料 付添の保護者は300円	子連れの参加が多い。
むつ市	「こども食堂・あんど」	ボランティアむつの会	むつ市内全域	海老川コミュニティセンター(むつ市緑町3-1)	10～3月の6ヶ月にわたり、月1回食堂を開催(年度6回)	ひとり親家庭の皆さん	無料	ひとり親家庭約30世帯(60食)
むつ市	(茶話会)おしまこクラブ	シニアサポートむつ	むつ市緑町、海老川町、 下北町周辺	海老川コミュニティセンター(むつ市緑町3-1)	運動は各月毎週月曜日(10～12時)実施 おしまこクラブは偶数月最終週の月曜日(年度6回)	市内の高齢者	無料	運動の参加者は70歳以上の高齢者概ね35人
むつ市	いかクラブ(茶和会)	ヨガサロン・なるみ	むつ市大畑地区	ふれあいかん(むつ市大畑町観音堂25-1)	毎週火曜日 10～12時	大畑地区の高齢者	無料	70歳以上の高齢者30名
つがる市	館岡こども広場 JOMON	社会福祉法人護心会	つがる市木造館岡	館岡保育園施設内	1～2ヶ月に1回の不定期開催(新型コロナウイルス流行のため)通常は月1回(第4土曜日)	参加希望者全員	高校生以下無料他500円	25～30人程度 無料英会話希望の学生3割、高齢者数名、その他児童及び保護者
平川市	あそびばぷらす	h&tプラス	平川市新屋・光城	ふれあいプラザあらや・平川市文化センター	毎週土曜日 (都合により休みの場合もあり)	赤ちゃんから大人だれでも	なし(内容によって材料費)	小学生15～20名 大人2～5人
平川市	みんなの食堂	社会福祉法人睦会	平川市小和森小学校学区内	平賀保育園	月1～2回	小和森小学校学区内の子どもから大人まで	無料	子どもから大人まで150人
平内町	みんなの食堂	地域交流センターはくちょう【サロンスワニー】	平内町小湊地区	地域交流センターはくちょう【サロンスワニー】	月1回 第1土曜日	子どもからお年寄りまで(障害のある方も含みます)	無料	50～60名くらい(お年寄りが多くです)
大鰐町	エリア食堂ほほえみ		青森県、秋田県、岩手県の北東北エリアの方々	大鰐町中央公民館食堂(来年の9月までは石川公民館(弘前))	毎週土曜日(原則)	子どもから高齢者(傾聴・相談・食糧支援)	無料	子どもから高齢者で1～5名
田舎館村	とりかえっこ cafe「みんなの居場所」	おさがり交換会「とりかえっこ」	田舎館村(川部地区)	天理教奥羽分教会	2ヶ月に1回程度	子育て世帯、どなたでも可	無料	大人20名、子ども20名程度
田舎館村	けやぐ食堂	おばんざい家 けやぐ	田舎館村	デイサービスいぶし銀	毎月1回第4土曜日(学校行事と重なる場合は第3土曜日、長期休暇中は平日開催の可能性あり)	未就学児以上	未就学児から高校生:100円 大人:300円	小学生が多い。1～10人
中泊町	地域共生サロン みんなのやど	社会福祉法人内湯療護園	北津軽郡中泊町 薄市	薄市福祉会館(今後イベント開催時は内湯公民館を利用予定)	毎週月曜日13:30～15:00(30分程度早く終わる時もある)	どなたでも可	無料	70～90代の高齢者が多く、毎回10～15名程度
鶴田町	ミライク学園「こども食堂」	一般社団法人ミライク ミライク学園	鶴田町仲町	ミライク学園 ※変更になる場合があります	毎月1回 第2土曜日	地域の子どもから高齢者まで誰でも可	こども 無料 大人 200円	子どもが多い。 だいたい30人程度毎月参加してくれています
東北町	テクセン子どものひろば てくのろくんち	株式会社青森原燃テクノロジーセンター	東北町	会社所在地 上北郡東北町字乙供58番地	概ね月1回程度(土曜日)	東北町近隣の小学1年生～6年生(保護者の参加も可能)	無料 (保護者が一緒に食事する場合は200円/1名)	各回15名程度で低学年(1～3年生)が多い
おいらせ町	おいらせ地域食堂	おいらせ町協賛企業・ボランティア個人	おいらせ町全域	おいらせ町中央公民館、おいらせ町北公民館、おいらせ町東公民館	春休み・夏休み・冬休みを中心に隔月土曜又は日曜日開催	町民在住の未就学児から高校生までどなたでも。親子での参加も大歓迎。	お子様無料、大人300円	
大間町	大間町地域憩いの場	大間町地域づくり団体ツナグ	大間町(大間地区)	勤労青少年ホーム、大間小学校アリーナ	月2回 主に日曜日	地域住民(年齢制限なし)	入場無料	現在は子育て世帯の利用が多い。平均20人程度
五戸町	特別養護老人ホーム素心苑 喫茶おひさま	社会福祉法人素心の会	五戸町	特別養護老人ホーム 素心苑	月2回	素心苑入居者等・地域住民	飲食代実費	高齢者が多く、1回あたり20人程度
田子町	みんなの食堂inだんだん		田子町		月8回(毎週月曜・水曜)	子どもから高齢者(傾聴・相談・食糧支援)	大人500円、中学生300円 小学生200円、小学生未満無料	子どもが多い。1回あたり6～10名
田子町	みんなの居場所「Gyutto」	社会福祉法人くりの木会 たっここども園	田子町・三戸町地区	認定こども園たっここども園	偶数月1回(土曜日)	幼児(親子)、小学生～高校生、高齢者、地域の方々	無料	20人程度(学生・高齢者の方々のボランティア募集中)
南部町	みんなのcafé OHANA	一般社団法人扇会	南部町、おいらせ町	・南部町大字苔米地字下宿23-1 南部町福祉支所1階 ・おいらせ町向山南3087-3	月1回土曜または日曜	小学生から高校生	無料	1日10人位。チラシ作成し募集する。
階上町	ばばちゃカフェ	見心園デイサービスセンター	階上町・赤保内	特別養護老人ホーム 見心園	毎月下旬(平日3日間)	見心園の利用者(ホーム、ショート、デイ)、職員、部外者	無料	見心園の利用者(高齢者)約40名・職員約20名・部外者5名 ※1日当たりの延べ人数(令和元年5月～8月)
岩手県洋野町	むつみ子ども食堂	個人ボランティア	岩手県洋野町・種市	むつみ館(岩手県九戸郡洋野町種市23-27 マリンサイドスバ種市さま隣)	月1回土曜日	限定していない	0から18歳無料、19～64歳300円、65歳以上200円	子ども、保護者、高齢者。平均1回30名ほどの参加があり、子どもと大人の割合は半分。