

# たま モノ

多摩モノレールで、沿線ライフをもっと楽しく

12

Dec. 2021

Vol. 141

| 特集 |

## 手づくりで楽しむ クリスマス

### 冬にはじめるものづくり

隣り街からお取り寄せ  
職人技が光る和の心をお届け。

新米編集部員タマオがゆく  
聞かせて！ 達人さん





おうちで華やかに

手づくりで楽しむ

クリスマス

まもなくやってくるクリスマス。  
昨年来、自宅で過ごす方も多いと思います。  
そこでたまモノでは、おうちクリスマス  
鮮やかに彩るヒントを沿線で探しました。  
浮かび上がってきたテーマは「手づくり」。  
今年はひと味違うおうちクリスマスを演出してみませんか。



おうちでレストラン  
イタリアンかんたんミールキット 2人前14,040円(送料別)  
(お届けは真空パック個別包装で、クロネコヤマトのクール便にて配送いたします。)

◇ポーランド産オシエトラ・キャビア  
◇金目鯛のミキユイ 野菜のコンディマン添え  
◇季節野菜のムース コンソメジュレ仕立て  
◇ウニとトマトクリームのリゾット  
◇オマール海老のブイヤベース風 軽いトマト煮込み  
◇豪州産 牛フィレ肉のロースト トリュフソース  
◇お肉の付け合わせ ジャガイモのドフィノワ  
※食材は入荷状況により変更となる場合がございます。



本格イタリアンの味をご自宅で

せっかくのクリスマス、  
おうちの食卓で贅  
沢な晩餐はいかがでし  
ょう。立川でも指折り  
のイタリア料理店「Tre  
Monte」が提供する「かん  
たんミールキット」な  
ら、下ごしらえや面倒  
な調理が不要。最終的  
な火入れなど簡単な作  
業で、本格的なイタリ  
アンが味わえます。

「レストランがちゃん  
と準備したものを、簡  
単な調理も楽しみなが  
らおいしく食べていた  
だける。そんなセット  
を提供したかった」とオ  
ーナーの密山さん。ふ  
だんあまり料理をしな  
い方や、お子さまと一  
緒に作ってみたい方な  
ど、手づくり気分であ  
しみましょう。



火を入れて



盛り付けるだけ



さあ召しあがれ！

Tre Monte

立川南駅

立川市柴崎町3-6-6 TSJビル6F  
●11:30~14:30(L.O13:30)、17:00~22:00(L.O21:00)  
●ランチ4,290円~ ディナー5,280円~  
●48席  
☎042-528-3320  
●立川南駅より徒歩2分  
●火曜日  
<https://www.tre-monte.jp>



Tre Monteのお取り寄せ  
シェフがひと品ひと品丁寧に  
ご用意し、お届けします。

お申し込み方法  
<https://tremonte.shop-pro.jp>  
※通販サイトから注文・問い合わせが  
できます。



誰でも  
かんたん！

遊び心あふれる紙の世界で、  
心あたまるクリスマスを演出。

TAKEOFF-SITE テイクオフサイト

立川市の印刷加工会社「福永紙工」  
は長年クリエイターとものづくり  
を行い、夢あふれる多くのオリジ  
ナル製品を生み出しています。手  
づくりして楽しむペーパープロダ  
クトを飾って心あたまる楽しい  
クリスマスを。製品の購入は「福永  
紙工」が企画・運営する「TAKEOFF-  
SITE(テイクオフサイト)」で！

マネージャー  
高橋 里枝さん

立川北駅

立川市緑町3-1 E1 203(GREEN SPRINGS内)  
●11:00~19:00  
☎042-506-1155  
●立川北駅より徒歩4分  
●年中無休 [takeoff-site.jp](https://takeoff-site.jp)

福永紙工ネットショップ「かみぐ」でも購入できます。  
<https://www.kamigu.jp>



折り上げて形作るグリーティングカード  
「No.7 クリスマス編」  
759円  
photo: Kenji MASUNAGA

クリスマスを1/100の世界に凝縮  
「No.8 クリスマス編」  
1,650円



手づくり感のある紙の模型で

クリスマスを彩る！

クリスマスを演出するコースター  
「クリスマス編」638円  
photo: Kenji MASUNAGA



ミニチュアのクリスマスツリー  
「No.69 クリスマス編2」  
1,650円

※掲載の商品はすべて福永紙工のテラダモケイ シリーズ

※専用のディスプレイケース(別売)



お気に入りの小物雑貨が見つかる！  
クリスマスの飾りにもおすすめ。

玉川上水まちのデザイン室

周辺地域で活動するハンドメイド  
作家の作品が展示販売されてい  
て、12月にはクリスマスをモチフ  
にしたかわいい作品が数多くなら  
びます。布や革の小物、インテリア  
雑貨やアクセサリーなど時間を  
忘れて宝探し気分楽しめます。  
サンタさんのプレゼントのような  
手作り作品を飾って、素敵なクリ  
スマスの時間を過ごしませんか？

スタッフ  
南 葉子さん

玉川上水駅

立川市幸町6丁目37 東大和市ふれあい広場  
●10:00~16:00(金曜のみ12:00~18:00)  
☎042-565-1071  
●玉川上水駅より徒歩1分  
●土・日・祝日 <https://design.csplace.co.jp>

運営:株式会社シーズブレイス



パンのマスコット  
(ナツツキ) 1,000円  
本物のパン生地で作った  
ミニチュアパン雑貨。



レジンアクセサリー  
(anmii) 800円  
透明感のあるつややかな  
質感が魅力！  
(色・デザインは各種あり  
ます)



ポストカード  
(あかね屋) 1枚200円  
絵本の1ページのような心あたまるカードを  
贈りませんか？



木のクリスマスツリー  
(hamu's) 1,000円  
3枚の木を組み合わ  
せて立体になっています。  
そのまま飾ればナチ  
ュラルに。色を塗った  
り、飾りをつけたり。



リース  
(piricanonno) 1,500円~  
アーティフィシャルフラワーの彩  
りと安らぎをお部屋に。





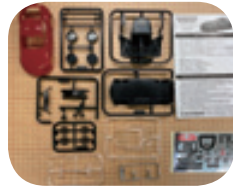
アオシマ  
ザ☆スナップキットNo.9-A  
「ニッサン スカイライン  
2000GT-R(シルバー)」  
1,650円

## 人気再燃！プラモデルの世界は今 イエローサブマリン 立川店

おうち時間の増加で、再び人気を集めているプラモデル。こちらのお店には、幼いころ熱中した親世代が子どもを連れて来店することも多いとか。青島文化教材社の「ザ☆スナップキット」は接着剤も塗装も不要、少ないパーツでリアルな仕上がりを楽しめるので、初心者にも最適です。もちろん、中級・上級者向けのキットやツールも充実しているので、まずはお店へ。

### 立川南駅

立川市柴崎町3-7-17 N2ビル2F/3F  
●12:00～20:00(土・日曜日・祝日は  
11:00オープン、金曜日は21:00まで)  
☎042-548-1707(2Fホビーフロア)  
■立川南駅より徒歩1分 年中無休  
<https://yellowsubmarine.co.jp/shop/立川店/>



手のひらサイズの  
1/32スケール。キットが  
簡略化されているので  
プラモ入門に最適です。

※ザ☆スナップキット別車種の  
イメージです。

初めての方も  
久しぶりの方も  
ぜひ！

店長  
上原 昭二さん

今は初心者でも楽しめるプラモデルが幅広いジャンルで発売されていますので、ご自身がつくりたいものをぜひ見つけてください。集中力を高めたり、物事を段取りよく進める力を養うなど、プラモづくりの効果も改めて見直されているようです。

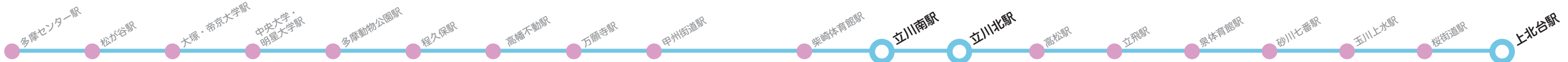


自分のために、大切なあの人のために、  
想いを込めてものをつくる。なんと贅沢な時間でしょう。  
たまにはスマホから離れて、じっくりものづくりしてみませんか。

# もめづくり

## 冬には始める

今こそ手づくりの喜びを



## ワークショップで、おうちで。手軽につくれる本格革小物 革工房こじか (ふれあいmarket)

多摩エリアで広くワークショップを開いている革工房こじか。「革小物づくりは敷居が高いイメージがあるかもしれませんが、つくりやすい材料や道具を用意していますので、初心者の方でも簡単です」と代表の南由紀子さんは語ります。人気の「マチ付きレザーショルダーバッグ (6,400円・写真中央)」をはじめ、つくって楽しい、使って嬉しい革小物。手づくりの醍醐味を手軽に味わえます。

### 立川バスまたは西武バス「砂川九番」バス停

立川市若葉町1-7-1 若葉ケヤキモール1F  
●10:00～18:00 ☎090-6923-0565  
■立川駅北口バス乗り場より、立川バス武蔵野美術大学行きなど「砂川九番」下車、徒歩3分  
●臨時休業あり  
革工房こじか <http://kojikafactory.com/leather/>



## 見学してきました！ レザークラフト ワークショップ

### ワークショップの開催予定 定期入れからバッグまで。 つくりたいものをつくれます。

開催：月2回  
(日時はホームページで発表)  
講師：南 由紀子さん  
定員：各回2名 所要時間：約2時間半  
開催場所：ふれあいmarket  
参加費：レザーバケース3,100円～  
※申込み方法などはホームページ  
ご確認ください。



この日つくったのはレザーペンケース。  
先生の優しい手引きであっという間の完成でした。  
「自分で作ったものは大切にしたいですね」と参加者の声。



1 革包丁で裁断



2 トントン縫い穴開け



3 ロウ引きした糸で縫う



4 できあがり！



友だちに自慢  
したくなるもの、  
作りましよう

ふれあいmarketや革工房こじかホームページでは、ご自宅で作れるレザークラフトキットも販売しています。

革工房こじか  
南由紀子さん



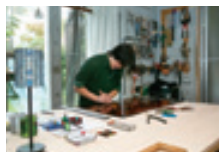
## 光によって表情を変えるステンドグラス工芸の魅力

### Glass Studio URUGA グラススタジオ ウルガ

宇留賀さんは建築物の扉や窓にはめ込むステンドグラスを制作する、日本でも数少ないステンドグラスアーティスト。日本の家屋に合うさりげなく心地良いデザインの作品を生み出しています。デザインから加工・制作までの全行程をすべて手がけ、その専門的な技術指導を学びに遠方から通う生徒さんもいらっしゃいます。繊細に光り輝くステンドグラス作品を自分の手でつくるのも夢ではありません。

### 東大和市ちよこバス「狭山一丁目」バス停

東大和市湖畔1-910-7  
●9:00～18:00 ☎042-563-8117  
■上北台駅バス乗り場より、東大和市ちよこバス  
(循環ルート外回り)「狭山一丁目」下車、徒歩1分  
●日・祝日  
[www.urugamasaki-artworks.com](http://www.urugamasaki-artworks.com)  
※HP内のオンラインショップから作品の購入ができます。



### ワークショップの開催予定

課題は自由です。  
夢に描いている作品を形にしましょう。

講師：宇留賀正輝さん  
開催場所：グラススタジオ ウルガ  
※所要時間、参加費、申込み方法はホームページをご確認ください。  
※12月は個展開催のため実施せず2022年1月から再開いたします。  
※1日体験もを行っています。

### 宇留賀正輝 個展(ギャラリー企画展)

開催：12/16(木)～21(火)  
11:00～18:00(最終日16:00まで)  
※会期延長の可能性あり。ホームページをご確認ください。  
場所：アートショップ&ギャラリー マール(国立市中1-15-8)  
宇留賀さんの作品は、個人住宅の窓、室内建具、欄間のほか、店舗、病院、教会などにも採用されています。透明と乳白色を基本に淡い着色ガラスを合わせた美しい作品をぜひご覧ください。

当工場のステンドグラス作品は、「アンティークガラス」と呼ばれるドイツの職人が吹いて作る希少なハンドメイドガラスを使用します。美しいステンドグラスは、小さな作品でも部屋の雰囲気を変え、楽しませてくれます。ものづくりは人間の根源的なよろこび。ぜひあなたも世界にひとつだけの作品を作ってみませんか。

ステンドグラス  
はあなたにも  
作れます！

代表  
宇留賀  
正輝さん







新米編集部員タマオがゆく

# 聞かせて！ 達人さん

## 立川南駅

### 第5回「立川印刷所」

社長  
鈴木 武さん

終戦から44年前まで、立川には米軍基地があり、この街に独特の色合いをもたせていました。現代的な今の街並みにその名残を感じることはあまりありませんが、今回登場する鈴木さんは、当時の姿を伝える貴重な写真のデジタルアーカイブに力を注いでいます。記憶の中にある立川の姿を記録に遺す、とても意義深い取り組みを聞いてきましたよ。



1978年頃の緑川通り。奥に見えるのが全面返還された頃の立川基地です。

写真提供：  
立川印刷所



創業91年の立川印刷所では活版印刷機も一台、現役で稼働中。味わいのある名刺やカードづくりに活躍します。

## 立川印刷所

立川市富士見町5-6-15  
●9:00-17:30  
☎042-524-3268  
📍立川南駅より徒歩10分  
🕒土・日曜日・祝日  
<http://www.yamas.co.jp>



2007年から毎年制作しているカレンダー。来年のテーマは飛行機です。

写真提供：立川印刷所

昔の立川の写真をお持ちでしたら、ぜひ立川印刷所までご連絡を。立川基地以外でもかまいません。もしかしたら、あなたや親御さん名義の写真集ができるかもしれませんよ。

本日はあつがごうございました。

でも、もっと多くの人に集めていることを知ってほしいのです。アナログの写真を遺すのは今が最後のチャンスなんです。デジタルで撮ったものはなんとなく残っているの、というのがアナログは処分されたらそれで終わる。押入れで眠っているアルバムの中に奇跡の一枚があるかもしれないと思うと焦ります。持ち主の高齢化は進む一方なので、今のうちに一枚でも多く遺しておきたいと思います。

一般の方からも貴重な写真は出していきますか？

出てきますね。珍しいものが、親戚のおばさんが持っていた、基地のバラシット訓練を撮ったもの。あと、立川の駅周辺は一度作り直された街なので、区画整理する前の街並みはやっぱり貴重。なかなか撮っている人は少ないですけどね。

ではぜひ告知しましょう！

それはかなりの力作になりますよ！

それはかなりいいですね！

それはかなりいいですね！

それはかなりいいですね！

それはかなりいいですね！

それはかなりいいですね！

それはかなりいいですね！

それはかなりいいですね！

それはかなりいいですね！

それはかなりいいですね！

## Tamamono News



神秘なる自然の風景。そのチャンスは冬至前後の約2か月半  
多摩センター駅から立川南駅付近に訪れます。  
この時期だけの美しい風景をぜひご覧ください。

※眺望できる場所や  
時間は特設サイトを  
ご確認ください。



## 多摩モノレールオリジナル

## 子供用マスク 新色「あおぞら」が登場!!

価格:750円  
サイズ:横160mm×縦110mm

### 販売場所

- セブン-イレブン多摩モノレール駅構内店舗  
多摩センター駅、中央大学・明星大学駅、高幡不動駅、立川南駅、立川北駅、玉川上水駅、上台北駅
- はとマルシェ Online (通信販売)  
<https://hatomarche.com/shop/r/r300505/>
- 電車市場 JRE MALL本店 (通信販売)  
<https://www.jreastmall.com/shop/c/c59/>
- 多摩モノレール公式ホームページ (通信販売)  
<https://www.tama-monorail.co.jp/fan/goods.html>



ひもの長さ  
調節可能!!



左から「八重菊熟成酒」、「多満自慢 大吟醸」、「純米無濾過」。香り高い銘酒が揃う。

## 東京に息づく酒造りの世界に触れる

## 石川酒造

1863年に創業した蔵元で、酒造り約150年の伝統を誇ります。銘酒「多満自慢」は食事に寄り添う味わいを目指し、蔵人が丁寧に時間をかけて仕込んだお酒。芳醇な風味と優雅な香りが存分に楽しめます。また、明治20年頃にビールの醸造をしていた歴史があり、地ビール「多摩の恵」「TOKYO BLUES」は今や日本酒と並ぶほどの人気商品になっています。

酒蔵・ビール製造所、直売店、レストラン、史料館もあり、まさに「酒飲み」のテーマパーク！



国の登録有形文化財  
6棟有する歴史ある酒蔵。2021年の新酒「あらばしり」も好評発売中。

営業部長  
小池 貴宏さん



福生市熊川1番地

●10:00~18:00

☎直売店 酒世羅

042-530-5792

📍JR青梅線、西武拝島線拝島駅

より徒歩20分。拝島駅南口バス乗り場より、立川バスで「わかたけ会館」下車、徒歩3分

🕒火曜日(12月を除く)

※レストラン、史料館の営業時間はHPを

ご確認ください。

[www.tamajiman.co.jp](http://www.tamajiman.co.jp)



手軽に  
お取り寄せ



— お申し込み方法 —  
📧[tamajiman.com](mailto:tamajiman.com)  
☎042-530-5792  
※受付時間 10:00~18:00  
📞042-530-5792



「多満自慢 純米大吟醸720ml」  
(商品にグラス、枧は含まれません)。

・「多満自慢 純米大吟醸」 720ml:5,500円+送料、1800ml:11,000円

※商品合計10,000円以上のご注文で配送先1件につき送料、クール代サービス致します(代金引換手数料は除く)。

・「多満自慢 大吟醸」 720ml:3,300円+送料、1800ml:6,600円+送料

・前迫杜氏の純米無濾過大好きセット(送料込み・お得セット) 「純米無濾過」1800ml×3本:6,000円

※上記以外の商品も多数ございます。

※立川高島屋の食料品売場でも一部商品の取り扱いがあります。

📌注意とお願い 本誌に掲載の写真はイメージです。実物と異なる場合があります。

詳細はホームページでご確認ください。商品内容、お支払い方法、お届け方法などについてのご質問は石川酒造へお問い合わせください。



豆乳を出汁で割った豆水で仕立てた豆水とうふ。大豆本来の味わいが堪能できます。

## 名物「豆水とうふ」がご家庭でも楽しめる！

## とうふ屋うかい 大和田店

古くから「武蔵国・大和田に名水あり」と伝えられる八王子・大和田の地で創業した「とうふ屋うかい」。名物のとうふは、水にこだわり、大豆も厳選した高級品種を贅沢に使用し、唯一無二の風味を生み出しています。口の中でとろけるような食感、甘く深みのある濃厚な味わい。うかいの職人が技のすべてを注ぎ込み、手間と時間をかけて作り上げる本物のとうふがここにあります。

季節を感じる自然に囲まれた情緒あふれる空間で、自慢のとうふと四季折々の美味が楽しめます。



料理長  
田所 新吾さん

八王子市大和田町2-18-10

●平日11:30~19:30(L.O.)

土・日・祝 11:00~19:30(L.O.)

※お土産処のみのご利用も可

●昼膳(平日3,850円、土日祝4,400円)・豆水とう

ふ・コース5,500円、季節会席コース7,700円

☎230席(個室12)

☎042-656-1028

📍JR八王子駅北口・京王八王子駅西口バス乗り場

より、西東京バスで「石川入口」下車、徒歩2分

🕒月曜日(祝日の場合は営業)

[www.ukai.co.jp/oowada/](http://www.ukai.co.jp/oowada/)



手軽に  
お取り寄せ



— お申し込み方法 —  
📧<https://ukaishop.jp>  
※ご注文はオンラインショップからとなります。



とうふの旨みを極めた名物料理

「豆水とうふセット 2人前」

・「豆水とうふセット 2人前」吟醸とうふ(2個)、生湯葉(1個)、だし入りかけ

醤油 結(1本)、美味塩(1個)、豆水(1袋)、豆水とうふ(2個) 4,800円+送料

お届け日:ご注文より7日以降2週間の間で可能(月曜・火曜のお届け日はご

指定いただけます)消費期限:お届け日を含め2日。冷蔵品/クール便で発

送。受注生産のため、1日の出荷数に限りがあります。

※上記以外の商品も多数ございます。

※一部商品はとうふ屋うかい 大和田店での販売もございます。

📌注意とお願い 本誌に掲載の写真はイメージです。商品内容、お支払い方法、お届け方法などについての詳細はホームページでご確認ください。

※新型コロナウイルス感染症の影響により、直売店・レストランは営業時間の変更や休業になる場合がございます。

📌裏表紙に読者プレゼントあります！(石川酒造、とうふ屋うかい)



# たまモノ

[ Tamamono ] 11.30 issue  
Dec.2021 vol.141  
tama-monorail.co.jp



今号の表紙

Sopo Candle ソポ キャンドル  
お店情報はP.4をご覧ください。

たまモノは、隔月末日発行  
次号は  
2022年1月31日(月)  
発行予定です。

公式アカウントでも情報発信中！

Twitter  
@tamamono\_info

多摩モノレール  
公式HP  
tama-monorail.co.jp

発行  
多摩都市モノレール株式会社  
〒190-0015  
東京都立川市泉町1078-92  
☎042-526-7800(代)

企画  
株式会社バドインターナショナル  
たまモノ編集部

編集担当  
斉藤 浩克  
川中 雄平  
タマオ

アートディレクター  
安西 克彦

デザイン  
榎本 雅子

イラスト  
永井 美子  
大田 茜

写真  
角田 美雪  
高橋 幸裕

印刷  
町田印刷株式会社

※本誌掲載情報は2021年11月現在のもの  
です。尚、店舗の都合により店舗情  
報が変更になる場合がございます。

※新型コロナウイルス感染症の影響に  
より、各施設・店舗の営業時間やサー  
ビスの内容が変更になる場合がございます。

●原則としてGW、お盆、年末年始を除く  
定休日のみを記載しています。  
●本誌掲載の価格は税込みです。  
●本誌面上でのプレゼントやイベントの  
ご応募により収集した個人情報は、プ  
レゼントの発送・イベント管理のみに  
使用いたします。  
●掲載情報についてのお問い合わせは、  
株式会社バドインターナショナル  
☎03-6866-9304まで。

## 多摩モノレールの 安全・安心の取り組み紹介

モノレールの車内で  
トラブルが発生した時は  
非常通報ボタンを押してください。



モノレールの車内で

- ・体調の悪い方がいるとき
- ・不審な物や不審な行動を見かけたとき
- ・事件や事故があったとき
- ・その他、異常を感じたとき

このようなトラブルが発生した時は、各車両に設置  
している「非常通報ボタン」を押してください。  
ボタンを押すと、乗務員に繋がり通話が出来ますの  
で、状況をお伝えください。



また、先頭・最後部車  
両にある車いすス  
ペース部には、車いす  
をご利用中のお客様  
に操作しやすい位置  
に「非常通報ボタン」  
を設置しています。

今後も、お客様に安心して多摩モノレールをご利用  
いただけるよう、安全性の向上に努めてまいります。

## 多摩モノレール 路線MAP



## 今号のプレゼント



### 1 石川酒造 ビール 多摩の恵

3名様

6ページで紹介した「石川酒造」さん  
から「多摩の恵 3本セット(各500ml)  
化粧箱入り」をプレゼント。上面発酵  
タイプで香り豊かな「ペールエール」、  
スッキリ飲みやすい「ピルスナー」、コ  
クの中に甘さもあり苦味をおさえた  
黒ビールの「デュンケル」の3本が楽し  
めます。



### 2 とうふ屋うかい くみあげとうふセット

3名様

6ページで紹介した「とうふ屋うかい」  
さんから「くみあげとうふセット 二人  
前」をプレゼント。甘みとコク深い味わ  
いで人気の高い「くみあげとうふ」やこ  
だわりの揚げ物の二人前セットです  
(くみあげとうふ、油揚げ、厚揚げ、京が  
んも(百合根)、京がんも(海老)入り)。  
※写真はイメージです。  
※器は含まれません。



### 3 革工房こじか レザーペンケースキット

3名様

5ページで紹介した「革工房こじか」さ  
んから、本革のペンケースを作るキッ  
ト(1セット)を3名様に。縫い穴の通り  
に縫ってひっくり返すだけ！3歳くら  
いのお子さまから大人まで、初心者で  
も簡単に作れます。  
※写真は  
イメージです。  
※色は選べません。(完成イメージ)

## 応募方法

### 【Webで応募】

二次元コードからアクセス  
携帯端末のカメラで右の  
二次元コードを読み取り、  
プレゼント応募ページへアクセス  
URLからアクセス  
tamamono-present.com  
のURLから、プレゼント応募ページへ  
アクセス



※Webは当日の23:59まで、ハガキは当日消印有効

### 【ハガキで応募】

①氏名 ②郵便番号 ③住所 ④電話番号 ⑤年齢 ⑥性別 ⑦職業  
⑧希望のプレゼント番号 ⑨今号で面白かった記事 ⑩本誌へのご意見・ご感想  
⑪モノレール沿線の新情報(開店情報・イベント情報・おすすめスポットなど)  
⑫本誌の入手先(駅名・新聞広告・チラシなど)

【ハガキ送り先】〒141-0031

東京都品川区西五反田1丁目21-8 ヒューリック五反田山手通ビル5階  
株式会社バドインターナショナル「たまモノ141号プレゼント係」まで  
応募必 2022年1月20日(木)

※当選発表は、商品の発送をもって代えさせていただきます。