

ご好評につき追加設定



# 国内ハイキング

5名様につき1名のガイドが同行します。

## 信越トレイルクラブ登録ガイド



榎本幹男さん

稜線に沿った80kmの道を整備するところから信越トレイルと関わってきた榎本さん。以後10数年にわたりお客様をご案内しながら、トレイルの整備にも参加し続けている、信越トレイルを知り尽くした名物ガイドです。



水島健吾さん

信越トレイルができるずっと以前から地元信越地域の歴史や文化を研究してきた水島さん。現在も信越トレイルだけでなく自然施設で研修指導を行うなど幅広く活動しています。

両コースにご参加いただくと  
信越トレイルクラブ公式  
**全線踏破証**  
を発行いたします!

エヌオーイー  
公式キャラクター  
「たびぞう」



画像提供:信越トレイルクラブ

信越トレイルクラブ登録人気ガイドと歩く

ツアーコード Z85

## 秋の信越トレイル(東部:仏ヶ峰~天水山)

催行済

Section4 秋の鍋倉山/イメージ

ブナ美林/イメージ

ツアーコード Z86

信越トレイルクラブ登録人気ガイドと歩く

## 初夏の信越トレイル(西部:斑尾山~仏ヶ峰)

袴岳/イメージ

飯山盆地/イメージ

ツアーコード Z85

追加設定!

5日間  
各地発着

～美しいブナの森を歩く～

手つかずの自然が残る  
トレイル最北端へ Section4～6  
秋の信越トレイル5日間



添乗員の  
鈴木直美が  
ご案内します!

出発日/2020年9月29日(火)

JR飯山駅集合/JRまつだい駅解散

旅行代金/100,000円

30,000円

催行済

JR東京駅発着: 出発地はお気軽にお知らせください。  
JR名古屋駅発着  
JR仙台駅発着 追加代金/55,400円

添乗員同行 5名様催行 10名様限定 イヤホンガイド 中級

スケジュールと主な見どころ		朝	昼	夕
1 9/29 火	東京発 (08:44) 東京駅発 飯山駅着 (10:33) 名古屋発 (07:00) 名古屋駅発 (10:01) 長野駅着 (10:22発) 飯山駅着 (10:33) 仙台発 (07:52) 仙台駅発 (08:59) 大宮駅着 (09:09発) 飯山駅着 (10:33)  (10:45)飯山駅集合 飯山駅発 ホテルへ 昼食は笹ずしとそばをどうぞ 戸狩温泉の散策へご案内します 夜:夕食はホテルにてどうぞ			自家栽培の野菜とお米料理 笹ずしとそば
2 9/30 水	朝食はホテルにてどうぞ (08:00)ホテルより関田峠へ移動します <信越トレイル Section4> 終日: 関田峠～鍋倉山～小沢峠～仏ヶ峰登山口～とん平 健脚レベル★★ (歩行距離9.9km/高低差617m) ※信越トレイルガイド榎本幹男さん、水島健吾さんのお話を伺いながら歩きます (4日目まで同行します) 鍋倉山山頂付近および黒倉山山頂より飯山盆地や日本海が望めます 仏ヶ峰登山口からホテルまで移動します(16:30) 夜:夕食はホテルにてどうぞ			いいやまの郷土料理 おにぎり弁当
3 10/1 木	朝食はホテルにてどうぞ (08:00)ホテルをチェックアウトし、大きな荷物は次のコテージまで転送します <信越トレイル Section5> 終日: 関田峠～牧峠～宇津ノ俣峠～伏野峠 健脚レベル★★★ (歩行距離12.4km/高低差170m) 雪の重みで湾曲した若いブナの木の中をアップダウンをしながら進みます(17:00) 夜:夕食と温泉は「いいやま湯滝温泉」にて1番人気メニュー「地元豚みゆきボークを使ったとんかつ定食」どうぞ			とんかつ定食 いなり寿司弁当
4 10/2 金	朝食はお部屋にてどうぞ(ピタパンサンド) (07:45)コテージをチェックアウトし、大きな荷物は次のホテルまで転送します <信越トレイル Section6> 終日: 伏野峠～野々海峠～深坂峠～天水山～松之山登山口 健脚レベル★★★ (歩行距離16.4km/高低差281m) 新潟(越後) 関田山脈の峠の中で最も歴史の古い深坂峠より新潟方面の視界が広がります (17:00) 夜:夕食はホテルにてどうぞ			里山会席料理 おにぎり弁当
5 10/3 土	朝食はホテルにてどうぞ (09:30)ホテルをチェックアウトし、JRほくほく線まつだい駅へ  東京行 (10:11) まつだい駅発 (10:54) 越後湯沢駅着 (11:06発) 東京駅着 (12:28) 名古屋行 (10:11) まつだい駅発 (10:54) 越後湯沢駅着 (11:06発) (12:28) 東京駅着 (12:51発) 名古屋駅着 (14:31) 仙台行 (10:11) まつだい駅発 (10:54) 越後湯沢駅着 (11:06発) (12:02) 大宮駅着 (12:46発) 仙台駅着 (13:52)			和定食

●東京から東京まで添乗員同行 ●最少催行人員:5名様 ●10名様限定  
●食事条件 朝食4回 昼食4回 夕食4回  
●利用予定ホテル:下記ホテル(指定)  
戸狩温泉(四季彩の宿かのえ(和室) なべくら高原/森の家(コテージ/お風呂無し)  
松之山温泉/ひなの宿ちとせ(和室)

長野と新潟の県境・標高1,000m前後の関田山脈のほぼ月分けて全線踏破を目指します。ブナ林に育まれた自然豊かなもの峠道が存在し、越後からは塩や海産物、信濃からは内謙信が川中島の合戦の際に何万もの兵を連れて峠越えをし

秋は東部(仏ヶ峰登山口から天水山まで)



初秋ならではのブナの美しさ

ブナの森の美しさを感じる区間。前半は等高線の間隔が緩いならかなブナの稜線を歩き、後半は新潟県側に切れ落ちた稜線を日本海を眺めながらの稜線を歩きます。天水山からのブナ巨木の森は圧巻です。

Z85ご参加者  
公式ガイドブックを  
プレゼント!

ご宿泊ホテル・コテージ

泊まる

四季彩の宿かのえ

なべくら高原森の家

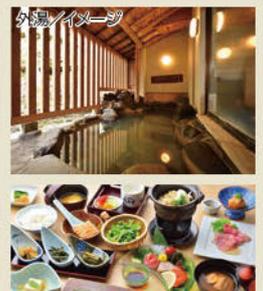


野菜ソムリエときのごマイスターの宿。野菜、お米も自家栽培です。

お帰りなさい。ブナの森へ! 季節に困まれたコテージです。  
※夕食と温泉は「いいやま湯滝温泉」を利用します。

ひなの宿ちとせ

松之山温泉



700年前、一羽の鷹がいつも同じところに降り立つことから木こりに発見されたと言われている松之山温泉。  
その成分は「温泉」の条件となる温泉基準成分のなんと15倍です。

●歩行時間はご参加者の体力、歩行速度によって前後します。標準的に予想される目安時間とお考えください。また歩行時間に昼食や休憩時間を含みません。  
●トレッキングシューズ、雨具、体温調節のできる格好、ヘッドランプ、行動食、予備食、飲み物(夏場は1.5~2リットル程度)、コンパス、日除けグッズ、常備薬、救急用品、携帯電話または無線機、それぞれの予備電池、他にお弁当が入るサイズのリュックをご準備ください。 ●車移動は全てホテルの送迎バスを利用します。宿泊客のお客様と乗り合いになる事があります。  
●各地発着料金、時刻は2020年2月現在のJR乗車券、特急指定席券をあわせて往復料金となります。JR料金改定等により変更になる場合があります。  
※まつだい駅には道の駅まつだいのりと会館が併設されており、コンビニエンスストア、レストラン、お土産屋がございます。

尾根上に延びる全長約80kmのロングトレイル。東西2回にこの山脈は、かつて信濃と越後を結ぶ交通の要所として16町山和紙や菜種油が運ばれました。また戦国時代には上杉したとも言われています。

## 初夏は西部(斑尾山から仏ヶ峰登山口まで)



## 美しい山の花と森の涼風

沼の原湿原や希望湖など湖沼の多い区間や、涌井では里山の麗の集落を通り、ロングトレイルの理念のひとつである「その地域の文化や歴史・自然を知り、人と交流する」を体感する地域を歩きます。

両コースご参加者  
信越トレイルクラブ公式  
全線踏破証を発行

## ご宿泊ホテル

## 泊まる

### 斑尾高原ホテル

斑尾高原



斑尾高原温泉が湧き出る斑尾唯一のホテル。信州ならではの料理をお楽しみください。

【地下600mから湧き出る源泉】海水の成分に似た食塩を含んでいますので保湿効果が高く湯冷めしにくいので「熱の湯」とも言われています。

### 野沢グランドホテル

野沢温泉



野沢温泉唯一、展望露天風呂があるホテル。お食事は旬の食材を1品ごとにお出しています。

【「天下の名湯」と言われる「真湯(しんゆ)」の源泉かけ流し】泉質は、単純硫酸泉で、痔疾など温めるとよい病に良く効くと言われています。

ツアーコード Z86

追加設定!

5日間  
各地発着

～花のベストシーズンを歩く～

Section1～3

## 唱歌「ふるさと」の 生まれた里山を歩く 初夏の信越トレイル5日間



添乗員の  
鈴木直美が  
ご案内します!

出発日/2021年6月21日(月)

JR飯山駅集合/解散

旅行代金/118,000円【お一人部屋追加代金】35,000円

JR東京駅発着 追加代金 / 17,360円

JR名古屋駅発着 追加代金 / 16,850円

JR仙台駅発着 追加代金 / 35,840円

※その他の発着地はお気軽にお問い合わせください。

添乗員同行 5名様 10名様 イヤホンガイド

初中級

スケジュールと主な見どころ		朝	昼	夕
6/21 月	<p>1 東京発 (13:24) 東京駅発 飯山駅着 (15:05) 名古屋発 (11:00) 名古屋駅着 (13:53) 長野駅着 (14:14) 飯山駅着 (14:59) 仙台発 (12:30) 仙台駅着 (13:38) 大宮駅着 (13:50) 飯山駅着 (15:05) (15:30) 飯山駅集合 飯山駅発 ホテルへ 夜:夕食はホテルにて地元の旬食材と郷土料理を取り入れた和食をどうぞ</p>			和食料理
6/22 火	<p>2 朝食はホテルにてどうぞ (08:00)ホテルよりチロル登山口までバスで移動します &lt;信越トレイル Section1&gt; 終日:チロル登山口～斑尾山～万坂峠～袴岳～赤池 健脚レベル★★★(歩行距離10.4km/高低差471m) ※信越トレイルガイド榎本幹男さん、水島健吾さんのお話を伺いながら歩きます(4日目まで同行します) トレイル南の起点斑尾山頂まで一気に上り詰めます 関田山脈、野尻湖、北信五岳や遠く北アルプスを望みます 赤池からホテルまで移動します(17:00) 夜:夕食はホテルにてどうぞ</p>			おにぎり弁当 洋食料理
6/23 水	<p>3 朝食はホテルにてどうぞ (08:00)ホテルより赤池まで移動します &lt;信越トレイル Section2&gt; 終日:赤池～沼の原湿原～希望湖～涌井 健脚レベル★(歩行距離10.7km/高低差459m) 赤池から気持ちの良いブナ林や、山頂部分から飯山方面の展望を眺め、カラマツの森を進みます(16:30) 夜:夕食はホテルにてどうぞ</p>			サンドイッチ弁当 中華料理
6/24 木	<p>4 朝食はホテルにてどうぞ (08:00)ホテルより涌井まで移動します 大きな荷物はバスで次のホテルまで転送します &lt;信越トレイル Section3&gt; 終日:涌井～富倉峠～黒岩山～仏ヶ峰登山口 健脚レベル★★(歩行距離13.4km/高低差375m) 上杉謙信が陣を張った大将陣跡などを眺めながら進みます(16:00) 夜:ホテルでの夕食時、踏破証授与式を行います</p>			ふるさと郷土会席料理 おにぎり弁当
6/25 金	<p>5 朝食はホテルにてどうぞ ご出発まで野沢温泉の散策をお楽しみください (10:30発)飯山駅へ 飯山駅にて「五東太々神楽」の仕掛け時計をご覧いただけます 東京行 (12:11) 飯山駅発 東京駅着 (13:52) 名古屋行 (12:11) 飯山駅発 (12:22) 長野駅着 (13:00) 名古屋駅着 (16:06) 仙台行 (12:11) 飯山駅発 (13:26) 大宮駅着 (13:46) 仙台駅着 (14:52)</p>			

●東京から東京まで添乗員同行 ●最少催行人員:5名様 ●10名様限定  
●食事条件 朝食4回 昼食3回 夕食4回  
●利用予定ホテル:下記ホテル(指定)  
斑尾高原/斑尾高原ホテル(洋室) 野沢温泉/野沢グランドホテル(和室)

●歩行時間はご参加者の体力、歩行速度によって前後します。標準的に予想される目安時間とお考えください。また歩行時間に昼食や休憩時間を含みません。  
●トレッキングシューズ、雨具、体温調節のできる格好、ヘッドランプ、行動食、予備食、飲み物(夏場は1.5～2リットル程度)、コンパス、日除けグッズ、常備薬、救急用品、携帯電話または無線機、それぞれの予備電池、他にお弁当が入るサイズのリュックをご準備ください。 ●車移動部分はホテルの送迎バスを利用します。宿泊客のお客様と乗り合いになる場合があります。  
●各地発着料金、時刻は2020年2月現在のJR乗車券、特急指定席券を合わせた往復料金となります。JR料金改定等により変更になる場合があります。  
※飯山駅前にはスーパーマーケット、駅構内には売店(駅弁)やそば屋、喫茶店などがございます。

# ハイキング(ウオーキング)の難易度

ご自身の体力に合わせたコースをお選びください

	歩行時間の目安 (1日あたり)	標高差の目安	難易度の目安
<b>初級</b>	2~4時間	200m以内	簡単なハイキング。初めて歩かれる方に最適。
<b>初中級</b>	3~5時間	600m以内	アップダウンがあり、中級へのステップアップへも最適。
<b>中級</b>	5~6時間	1,000m以内	本格的なハイキングコースです。初級、初中級を経験してからの参加がよいでしょう。
<b>中級+</b>	6~8時間	1,000m以上	

- 高山病について**  
海拔2,000m以上の高所では酸素不足により、程度には個人差がありますが、体に変動が起こります。症状としては頭痛、吐き気、食欲減退、倦怠感、不眠、めまい、むくみなどの軽度のもので、肺水腫や脳浮腫といった生命の危険のある重度のものまで様々です。
- 高山病の予防**  
まずは出発前の体長管理を完全に。現地では、暴飲暴食、飲酒、喫煙、入浴を避け、水分を多く摂取しましょう。またゆっくり行動し、深呼吸することは有効です。ただたどりまわらないで、あまり気にしすぎないことも大切です。

**国内旅行傷害保険について**  
安心のためエヌオーイーが契約者となり、予め旅行代金を保険を付与しておりますので補償内容、保険料をご確認ください。  
●死亡・後遺症障害保険金額364万円 ●入院保険金：日額3,500円 ●手術保険金：入院保険金日額の10倍(入院中の手術)または5倍(入院中以外の手術)の額をお支払します。 ●通院保険：日額2,000円 ●賠償責任保険金額：免責金額(自己負担額：0円) 300万円 ●携行品損害補償金：免責金額(自己負担額：3,000円) 5万円 ●救護費用等保険金額100万円(保険料6泊7日まで500円)  
※この保険はエヌオーイーを保険契約者として本社が主催する募集型企画旅行に参加する参加者全員を被保険者とする全員付保契約です。原則として、契約者が契約内容変更に関する請求権、解約請求権を有します。

# トレッキングの服装・持ち物の目安

**レインウェア(アウターウェア)**  
しっかりしたレインウェアを必ずお持ちください。寒さ対策を兼ねるので、上下セパレート式で、ゴアテックスなど防水・防寒・通気性のよい素材がおおすすめです。

**ストック**  
両手ストックは体重を4点で支えるので、特にくだりて腰や膝の負担を軽減してくれます。

**ズボン**  
伸縮性に富み、速乾性のトレッキングパンツ等がおおすすめです。

**ソックス**  
山歩き用のソックスをご用意ください。

**靴**  
トレッキングシューズや軽登山靴など足首までしっかりカバーするものが必要で、すばりにお使いになる時は、靴底が劣化していないか確認してからお持ちください。

**手袋**  
軍手でも結構ですが、防水性のものがおおすすめです。

**防寒具**  
(フリース・セーター・ダウンジャケット)  
重ね着して体温調整できるように、気温との兼ね合いでご利用ください。

**アンダーウェア**  
汗をかいてそのままだと体温が奪われてしまうため、速乾性の素材がおおすすめです。綿100%素材のものは避けください。

**リュックサック**  
水筒、防寒着、雨具、お弁当などが入る大きさのもの。25~30リットル位がおすすめ(日帰り登山、トレッキング用のもの)。雨用にリュックサックのカバもあると便利です。

**帽子・サングラス・日焼け止め・リップクリーム・目薬**  
日焼け 乾燥対策や砂埃対策に。

**あると便利な携行品**  
●水筒 ペットボトルで代用しても可。  
●その他 スパッツ(泥除けに)、ビニール袋(ゴミ袋、防水用などに)、薬(風邪薬、整腸剤など)、行動食(鉛、チョコレートなど)、タオル

# お申し込みの際には、必ずこの旅行条件書をお読みください。(抜粋)

- 募集型企画旅行契約**  
●このご旅行は株式会社エヌオーイー(観光庁長官登録旅行業第41号「当社」といいます)が企画・募集し、実施する企画旅行であり、この旅行に参加されるお客様は当社募集型企画旅行契約(以下「旅行契約」)を締結することになります。  
●旅行契約の内容、条件は、このパンフレット、出発前にお渡しする確定書面(最終旅行日程表)および当社旅行業約款募集型企画旅行契約の部(以下「当社約款」といいます)募集型企画旅行条件書によりします。
- 旅行のお申し込み**  
当社所定の旅行申込書に所定の事項を記入の上、下記に記載した申込金を添えてお申し込みください。(申込金の到着をもって正式のお申し込みとなります。)お電話等でお申し込みの場合は、当社予約を承認した日の翌日から起算して3日以内に申込書の提出と申込金の支払いをしていただきます。
- 旅行代金のお支払い方法**  
①旅行代金とは、旅行契約に旅行代金として表示した金額をいいます。ただし、パンフレットに記載(または別途、当社がご案内)した1人部屋を使用した場合や航空機・宿泊機間のクラス変更等の追加代金がある場合はこれを加算した額をいいます。  
②旅行代金は、旅行開始日の前日から起算してさかのぼって21日前までにお支払いください。
- 旅行代金に含まれるもの**  
①旅行日程に明示した航空、船舶、鉄道(コースページ記載のクラス)等利用交通機関の運賃  
②旅行日程に含まれる送迎バスの料金(空港・駅・埠頭と宿泊所)  
③旅行日程に明示した観光の料金(バス料金・ガイド料金・入場料)  
④旅行日程に明示した宿泊の料金および朝食・サービス料金(2人部屋に2人ずつ宿泊を基準とします)  
⑤旅行日程に明示した食事の料金・サービス料  
⑥手荷物の運賃料：お1人様スーツケース1個の手荷物運賃料金(お1人様20kg以内が原則となっております。一部は空港・港・駅・ホテルではお客様ご自身に運搬していただく場合があります)  
⑦団体行動中のチップ  
⑧添乗員同行コースの同行費用
- 旅行代金に含まれないもの**  
前項のほかは旅行代金に含まれません。  
①日本国内におけるご自宅から発着地までの交通費、および旅行開始日の前泊、旅行終了日の後泊などの宿泊費  
②傷害疾病に伴う費用(医療費用、送送料等)  
③フリーネット代、電話番号料、ホテルのボーイ・メイドに対するチップ、その他飲物代など追加飲食等個人的性質の諸費用および、それに伴う税・サービス料  
④超過手荷物料金(規定の重量、容量、個数を越える分について)  
⑤ご希望者のお参加されるオプションツアー等にかかる諸費用など。
- 取消料のかかる場合(お客様による旅行契約の解除)**  
お客様は表記の取消料を払って旅行契約を解除することができます。  
①当社員責任とならない場合、渡航手続き等の事由によるお取り消しの場合も表記取消料をいただきます。  
②取消料の対象となる旅行代金は、3-①の追加代金を含めた合計代金です。  
<国内旅行にかかる取消料>  

旅行契約の解除時期	取消料
旅行開始日の前日から起算してさかのぼって20日(日帰り旅行にあっては10日前)にある日以降8日にある日まで	旅行代金の20%
旅行開始日の前日から起算してさかのぼって7日にある日以降2日にある日まで	旅行代金の30%
旅行開始日の前日	旅行代金の40%
旅行開始日の当日(旅行開始前)	旅行代金の50%
無連絡不参加および旅行開始後	旅行代金の100%

※所定の期日までに旅行代金入金がなく、当社が申込みをお断りした場合や、旅行開始日の集合時間(開始)に合わせず出発できなかった場合も上記取消料をお支払いいただきます。  
※お取り消しの時にすでに渡航手続き開始、または終了している場合は、上記取消料のほかは渡航手数料取扱い料金をお支払いいただきます。  
※クルーズ、チャーター(貸切航空機を利用する商品)はコースにより取消料の規定(対象期間、料金)が異なります。各コースのパンフレット記載の取消料を必ずご確認ください。
- 旅行の取り消し(旅行契約の解除)**  
次に挙げる場合は、旅行の実施を取りやめることがあります。  
(1) 天災地変、戦乱、騒動、運送、宿泊機関等の旅行サービス提供の中止、官公署の命令その他の当社の都合で旅行の継続が不可能となったとき。  
(2) お客様の人数が最少旅行人員に満たない場合  
※旅行開始日の前日から起算してさかのぼって23日にある日より前までに旅行を中止する旨を連絡いたします。
- 旅行保証**  
旅行日程に重要な変更が行われた場合は、旅行業約款(企画旅行契約の部)の規定により、その変更の内容に応じて1%~5%に相当する額の変更補償金をお支払いいたします。また、1旅行契約についての変更補償金の額が1,000円未満の場合は変更補償金は支払いません。
- 通信契約による旅行条件**  
当社は、提携するクレジットカード会社のカード会員より会員の署名なくして旅行代金や取消料等の支払いを受けることを条件に旅行のお申し込みを受け場合があります。通信契約の旅行条件は「通信契約により旅行契約を締結すること」に使用する当社旅行業約款募集型企画旅行契約の部によりします。
- 個人情報取扱の取扱いについて**  
①当社および「販売店」掲載記載の受託旅行業者(以下「販売店」)は、旅行申し込みの際にご提出いただいた個人情報について、お客様との連絡や運送・宿泊機関等の手配のために利用させていただきます。必要範囲内において当該情報開示を提供いたします。  
②当社および販売店が取り扱う商品、サービスに関する情報をお客様に提供させていただくことがあります。  
③上記のほか、当社の個人情報取扱いに関する方針、個人情報取扱管理者に関しては当社ホームページhttp://www.no-e-j.co.jp/infoをご参照ください。
- その他**  
①お客様のご都合にてお申し込みのオプションツアーをお取り消しされる場合、特に事前のご案内がない場合は、日本出発の3日前までにご連絡ください。日本出発の前日、当日及び出発のお取り消しには取消料をいただきます。(お客様が当日の営業日、営業時間内に解除する旨をお申し出いただいた旨を基準とします。お申し出の前日により取消料の額が生じますので、当社の営業日、営業時間連絡先はお客様自身でも申し込み時に必ずご確認ください。)なお、現地旅行会社が実施するオプションツアーのお取り消しは旅行企画実施会社の解除・取消料によりします。  
旅行条件-旅行代金の基準  
①本パンフレット記載の旅行代金および日程、その他諸条件は、現在の有効な公示航空運賃、各種交通機関等の運賃や料金、内容を前提としております。新たな運賃改訂ならびにスケジュール変更その他の事由により、旅行代金および日程が変更になる場合がありますので、あらかじめご了承ください。  
②当社はかかる場合でも旅行の再実施はいたしません。

**エヌオーイー予約センター東京**  
**(03) 6458-7464 (代)**  
FAX (03) 6458-7951

旅行企画・実施  
**株式会社 エヌオーイー**  
ホームページ [www.no-e-j.co.jp](http://www.no-e-j.co.jp)

観光庁長官登録旅行業第41号 一般社団法人日本旅行業協会正会員

〒135-0051 東京都江東区枝川1-9-4 住友不動産豊洲TKビル5階  
総合旅行業務取扱管理者：吉成 和生  
営業時間：平日 9:30~18:00 土曜日、日曜日、祝日、年末年始は休業

総合旅行業務取扱管理者とは、お客様の旅行を取り扱う営業所での取引に関する責任者です。この旅行契約に関し、担当者からの説明にご不明な点がございましたら、ご遠慮なく上記総合旅行業務取扱管理者におたずねください。



