



# 受講生募集中



※文化教室は組合員のための教室です。ご利用にはコープさっぽろの組合員加入が必要です。※体験、講座受講は事前申込が必要です。ホームページまたはお電話でお申込みください。※定員になり次第締切とさせていただきます。定員に満たない場合等、講座を延期・中止することがあります。

**コープさっぽろ 新はっさむ文化教室**

札幌市手稲区新発寒5条5丁目1-10  
コープさっぽろ新はっさむ店

011-684-8215

営業時間 月～金 10:00～19:00(電話受付～18:00)  
土 10:00～13:00(電話受付～12:00)

駐車場無料 教室HP

体験するなら  
今がお得!

**期間限定**  
体験料500円  
キャンペーン

対象:9/1～10/28までの参加分

※要予約 ※一部対象外あり  
※1講座1回まで  
※通常時の体験料は講座1回分です。

**ジュニア チアダンス Mu**

楽しく笑顔でチームワークも学べるように。春夏秋冬イベント予定! 月曜日(月3回) 15:50～16:50 / 15:50～16:50 もあります。

日時(水) ①15:50～16:35 ②16:35～17:25 ③17:25～18:20

受講料 ①5,324円②5,676円 ③5,984円(月4回)

教材費/初回1,500円 講師 MIYUKI

**ジュニア 理科実験教室**

日常生活の中にある科学に触れる理科実験を行います。身の回りにある物を使って、隠れた理科の不思議を発見してみませんか?

日時 第1・3(月) 16:30～17:30

受講料 2,706円(月2回)

教材費/別途 講師 佐藤 ちひろ

**ジュニア ヒップホップダンス**

毎月新しい曲で1つの振り方をみんなで練習します。ストレッチやリズムトレーニングなどダンスの基本的な動きを毎回行っています。

日時(火) ①16:30～17:15 ②17:15～18:15 ③18:15～19:15

受講料 5,324円(月4回)

講師 瑞枝 (MIZUKI)

**ジュニア たくゆうそろばん**

数字の読み書きが出来れば誰でも出来ます。4歳のお子様から大人のまで入会可能。楽しんで学習しましょう。

日時(火) ①15:30～18:00(土) 10:00～12:30

受講料 4,400円(月4回)5,500円(月8回)

教材費/別途 講師 たくゆうそろばん専任講師

**人気 毛糸で楽しむパンチニードル**

毛糸を糸に通して布にプスプス刺していくと可愛らしい作品が作れます。手芸が苦手な方にもオススメ。モコモコのかわいい作品が作れます。

日時 第2・4(木) 10:00～12:00

受講料 4,356円(月2回)

教材費/別途 講師 すみー

**人気 健康ヨガ**

身体と心をほぐし無理のない範囲で動き・呼吸を整えていきます。年齢問わず、高齢者でも実践しやすいプログラムです。

日時(火・金) 10:15～11:45

受講料 各5,324円(月4回)

講師 ヨガライフスクールインサッポロ 公認指導員

**人気 楽しい絵手紙**

手書きの暖かさはほっこり嬉しい便りです。季節ごとの身近なもの、暦の行事、日常の暮らしのひとこまを描いてます。絵と言葉の手紙を描きませんか?

日時 第3(月) 13:30～15:00

受講料 1,595円(月1回)

教材費/別途 講師 仁藤 順子

**人気 リーザム**

エアロビクスの基本的な動きに90年代のHIPHOPのステップを組み合わせたダンスエクササイズです。

日時 第2・4(月) 10:00～10:45

受講料 2,376円(月2回)

講師 山下 斗真

**人気 ほっこりかわいい筆文字 伝筆～つてふで～**

筆文字を描きたいと思っても断念している人いませんか?見本を真似しながら皆で楽しみながら描いてみませんか。

日時 第1(火) 13:00～14:30

受講料 2,475円(月1回)

教材費/別途 講師 根本 真弓

**人気 生活の中に音楽を♪ 楽しいウクレレ教室**

ウクレレに触れたことはないけれどやってみたい方どうぞ!指使い等入門編の指導で覚えていきます。※個人レッスンもあります(25分)

日時 第2・4(木) 第1・3(土) 13:00～13:55 10:00～10:55

受講料 3,256円(月2回)

講師 大箭 一伸

**人気 楽しく美文字 ペン字講座**

最初はひらがな、カタカナから学び、その後楷書、行書まじり文等に進んでいきます。年齢問わず受講されています。

日時 第2・4(金) 13:00～14:30

受講料 3,256円(月2回)

講師 光井 朗喜

**人気 レディースマージャン**

脳トレにも良いと言われてます。コミュニケーションとして楽しくマージャンのレベルアップを目指します。初めての方、大歓迎!

日時 第1・3(木) 18:00～20:00

受講料 3,146円(月2回)

講師 新谷 秀隆

**NEW ゆうこ先生のインテリア雑貨**

ハンドメイドに興味のある方、不器用な方でも大丈夫!自分好みの楽しい作品づくりを始めませんか?

日時 第3(月) 10:30～12:00

受講料 1,540円(月1回)

教材費/別途 講師 高木 ゆうこ

**NEW 手あみのお部屋**

大きい作品は出来ないけど諦めている人も小物作品からゆっくりに仕上げてください。一緒に編みましょう。

日時 第2・4(木) 12:30～15:00

受講料 4,576円(はじめてさんクラス) 5,676円(資格取得クラス)(月2回)

教材費/別途 講師 菅原 まさこ

**NEW 楽しいパッチワーク**

ピンクッションの簡単な製図、布を切ったりしてパッチワークの楽しさを知って頂きます。初めての方でも楽しく学べます。

日時 第1・3(火) 10:15～12:15(初・中級・上級) 13:00～15:00(初心者クラス)

受講料 4,356円(上級) 3,806円(初・中級・初心者クラス)(月2回)

教材費/別途 講師 山口 巴留香

**NEW 初めてさん向け プリザーブドフラワー**

フラワーギフトとしても根強い人気があります。新商品の花器やプリザーブドフラワーを使って毎月スキルアップを目指します。

日時 第2(火) 13:00～15:00 第4(火) 10:30～12:00 (はじめてさんクラス)

受講料 1,925円 1,650円(はじめてさんクラス)(月1回)

教材費/別途 講師 畠山 由香

**NEW プログラミング**

繰り返し練習して力をつけていく講座です。個々の興味や適性に合わせて学ぶ内容を提案します。小学3年生以上～大人も通えます。

日時 第2・4(火) 16:30～17:30

受講料 3,586円(月2回)

教材費/別途 講師 戸原 和人

**ジュニア 静奈書道教室**

道具レンタル出来るので気軽に始められます。集中力も養えます。一緒に楽しみながら学びましょう。大人の方も受講できます。

日時(金) 15:15～18:50(内60分)

受講料 4,026円(月3回)

教材費/別途 講師 佐藤 静奈

**ジュニア 子供クラシックバレエ**

初心者の方も経験者の方も大歓迎!2年に1回の発表会に向けて楽しくレッスンしていきます。3歳から通えます。

日時(土) エンジェルクラス 10:00～10:45 児童Bクラス 10:50～11:50 児童Aクラス 11:55～12:55

受講料 エンジェル・児童B 5,324円 児童A 5,896円(月4回)

教材費/衣装代別途 講師 小野 誠

**1Day 帯で作るタペストリー**

この講座は、針もハサミも使わず折って結んで留めて振袖の帯結びのように、季節に合った華やかなデザインを作っています。

日時 10/21(火) 13:00～15:00

受講料 2,310円(1回のみ)

教材費込 講師 向川 さつき

**健康 背骨コンディショニング**

上半身、下半身バランス良く全身整えるよう工夫しています。簡単な動作なので自宅で続けて頂くと改善も早いです。

日時(月) 14:00～15:00

受講料 5,324円(月4回)

講師 本 桃世

**健康 体幹ピラティス**

各自のペースに合わせながら少しずつ筋力をつけていく優しいピラティスです。体幹を鍛える事で姿勢も良くなります。

日時 第2・4(木) 10:15～11:30

受講料 3,256円(月2回)

講師 大嶋 智恵子

**健康 心も体もらくらくに らくらく太極拳**

一般的な24式太極拳を6ヵ月程で一通り指導します。太極拳を通して身体を楽に動かす方法の修得を目指します。

日時(月) 12:00～13:30

受講料 5,104円(月4回)

講師 鈴木 祥弘

**1Day 書初め教室**

書初めは年頭に於ける今年1年の目標の場合もあります。学校の宿題の場合もあります。短期集中でポイントを伝授致します。

日時 1/7(水) 15:30～18:30

受講料 1,320円(1回のみ)

教材費/1,000円 講師 松本 天堂

**オスズ 羊毛フェルト**

羊毛でバッグやスリッパ等の可愛い小物、アクセサリー、リアルな動物を作れるようになります。月1回クラスもあります。

日時 第2・4(火) 10:10～12:10 第4(火) 13:00～15:00

受講料 4,356円(月2回)・2,475円(月1回)

教材費/別途 講師 すぎた まり

**オスズ ステンドグラス教室**

彩り美しいステンドグラスを作ってみませんか?全くの初めての方でも課題をこなして、立体的なランプ等自由に制作できます。

日時 第2・4(月) 13:30～15:30

受講料 3,806円(月2回)

教材費/別途 講師 中井 稚佳子

**オスズ 秋山絵画教室ホワイト**

心に残る風景・静物・人物等を油彩画で描いてみませんか?基礎からアドバイスいたします。F6号からF30号の大作に取り組みできます。

日時 第2・4(木) 15:30～17:00

受講料 3,586円(月2回)

教材費/別途 講師 秋山 久美子

**1Day 羊毛フェルトで作るおひなさま**

羊毛フェルトのおひなさま。時間内に1体完成。1体は自宅で作れるようにします。温かくて可愛いおひなさまを作ませんか?

日時 2/10(火) 13:00～16:00

受講料 2,200円(1回のみ)

教材費/800円 講師 すぎた まり

**オスズ レディースカラオケ**

新曲のレパートリーを増やしたい方、健康の為に歌いたい方におススメ。1か月に演歌・歌謡曲を1曲ずつ覚えてもらいます。

日時(水) 10:45～12:45

受講料 5,324円(月4回)

教材費/別途 講師 佐藤 雅美

**ダンス ZUNBA ズンバ**

初めての方、ダンスや運動が苦手という方にも簡単なステップで楽しめます。自分のペースで踊れます。

日時(火) 14:30～15:30

受講料 5,324円(月4回)

講師 YASU

**ダンス ステップ21健康づくりリズム体操**

簡単なダンスやお道具を使ったりリズム体操&ストレッチ。音楽に合わせて踊りますが、踊れるか不安という方でも大丈夫。

日時 第1・3(木) 10:30～12:00

受講料 3,256円(月2回)

講師 杉澤 尚美

**イチョン はじめてのカリンパ**

親指で弾くカリンパはオルゴールの様な音色が特徴です。TV出演歴のある講師が楽しめるようなレッスンをします。

日時 第1・3(金) 13:00～14:00

受講料 3,960円(月2回)

講師 カリンパ小僧

**ジュニア エンジェルバレエ**

音楽に合わせて体を動かすことによりリズム感、振付を感じることで記憶力、色々な人と接する事で協調性を学べます。

日時(金) 16:30～18:00

受講料 5,324円(月4回)

講師 真下 教子 バレエ研究所講師

**ジュニア ジュニアロボットクラブ**

君もロボット博士に!始めて学ぶ方でも丁寧に教えるので安心。工具の使い方を覚えて、1か月に1つロボットを組み立てよう!

日時 第2(月) 18:00～19:30

受講料 1,980円(月1回)

教材費/別途 講師 寺下 晴一

**イチョン ハート音楽院**

優しく・楽しく・丁寧に!始めて学ぶ方でも方から経験者まで、音楽と一緒に楽しみましょう。希望に応じて個人レッスンです。

日時 第1・3(木) 13:00～17:30

受講料 4,906円(月2回)

講師 ハート音楽院講師

**受講生発表会 カルチャーフェスタ開催**

受講生によるステージ発表・作品展示など日頃の成果を発表する機会です。ぜひお立ち寄りください!※参加有無は講座により異なります。

日程のご案内  
ステージ 9/16(火)～17(水) 展示 9/22(月)～25(木)

場所 札幌市民交流プラザ

趣味・教養・娯楽				
講座名	日時	月謝	講師	
楽しく美文字 ペン字講座	第2・4〔金〕 13:00～14:30	3,256円 (月2回)	別	光井 朗喜
パソコン実用講座	第1・2・4〔月〕 10:15～11:15	4,686円 (月3回)	別	竹田 慎一
スマホ実用講座	第1・2・4〔月〕 11:20～12:20	4,686円 (月3回)	別	
レディースマージャン	第1・3〔木〕 18:00～20:00	3,146円 (月2回)		新谷 秀隆

書道・ペン字				
講座名	日時	月謝	講師	
大人の書道総合講座	第1・2・3〔水〕 17:00～18:30	4,026円 (月3回)	別	松本 天堂
静奈書道教室	第1・2・3〔金〕 15:15～18:50	4,026円 (月3回)	別	佐藤 静奈

お茶・お花				
講座名	日時	月謝	講師	
アリザードフラワー アレンジ	第2〔火〕 13:00～15:00	1,925円 (月1回)	別	畠山 由香
初めてさん向けの アリザードフラワー	第4〔火〕 10:30～12:00	1,650円 (月1回)	別	
花あそび	第3〔水〕 13:00～14:30	1,925円 (月1回)	別	高木ゆうこ
ゆうこ先生の インテリア雑貨	第3〔月〕 10:30～12:00	1,540円 (月1回)	別	

語学				
講座名	日時	月謝	講師	
楽しい韓国語教室(午前)	〔月〕 10:20～11:50	6,996円 (月4回)	別	柳 ホサン
楽しい韓国語教室(午後)	〔月〕 12:00～13:10	5,544円 (月4回)	別	
英会話(基礎英語Ⅰ)	第2・4〔水〕 10:30～11:45	3,586円 (月2回)	別	
英会話(基礎英語Ⅱ)	第1・3〔水〕 10:30～11:45	3,586円 (月2回)	別	伊勢 直子
英会話(使えるひと言)	第2・4〔金〕 10:30～11:30	3,586円 (月2回)	別	
英会話 (基礎英語Ⅰ、Ⅱ、使えるひと言 のうち2講座受講)	〔水〕・〔金〕 10:30～11:45	5,896円 (月4回)	別	

絵・絵画				
講座名	日時	月謝	講師	
ほっこりかわいい筆文字 ～伝筆～(つてふで)	第1〔火〕 13:00～14:30	2,475円 (月1回)	別	根本 真弓
秋山絵画教室(ホワイト)	第2・4〔木〕 15:30～17:00	3,586円 (月2回)	別	秋山 久美子
楽しい絵手紙	第3〔月〕 13:30～15:00	1,595円 (月1回)	別	仁藤 順子

指でくるくる 癒しのパステル	第2〔金〕 10:15～11:45	1,815円 (月1回)	別	熊倉 妃佐恵
-------------------	----------------------	-----------------	---	--------

手芸・工芸				
講座名	日時	月謝	講師	
和裁(午前)	〔水〕 10:00～12:00	5,324円 (月4回)	別	
和裁(午後)	〔水〕 13:00～15:00			須藤 かよ子
和裁(午前・午後)	〔水〕 10:00～15:00	7,524円 (月4回)	別	
楽しい手作り服	第1・3〔木〕 10:30～12:30 第2・4〔木〕 10:30～12:30	4,356円 (月2回)	別	小岡 悦子

羊毛フェルト/月2	第2・4〔火〕 10:10～12:10	4,356円 (月2回)	別	すぎた まり
羊毛フェルト/月1	第4〔火〕 13:00～15:00	2,475円 (月1回)	別	
楽しいパッチワーク (初心者クラス)	第1・3〔火〕 13:00～15:00	3,806円 (月2回)	別	山口 巴留香
楽しいパッチワーク (初中級)	第1・3〔火〕 10:15～12:15	3,806円 (月2回)	別	
楽しいパッチワーク (上級)	第1・3〔火〕 10:15～12:15	4,356円 (月2回)	別	
手あみのお部屋 はじめてさんクラス	第2・4〔木〕 12:30～15:00	4,576円 (月2回)	別	菅原 まきこ
手あみのお部屋 資格取得講座 入門クラス/講師クラス	第2・4〔木〕 12:30～15:00	5,676円 (月2回)	別	
楽しく手軽に出来る ガラス彫刻	第1〔金〕 10:00～12:00	2,475円 (月1回)	別	大山 裕子
スタンドグラス教室	第2・4〔月〕 13:30～15:30	3,806円 (月2回)	別	中井 稚佳子
野づるを編む(4～11月)	第1・3〔金〕 10:15～12:15	3,806円 (月2回)	別	坪田 ヤス子
毛糸で楽しむパンチニードル	第2・4〔木〕 10:00～12:00	4,356円 (月2回)	別	すみー

音楽・うた				
講座名	日時	月謝	講師	
生活の中に音楽を♪ 楽しいウクレレ教室 (木・グループ)	第2・4〔木〕 13:00～13:55	3,256円 (月2回)	別	
生活の中に音楽を♪ 楽しいウクレレ教室 (土・グループ)	第1・3〔土〕 10:00～10:55			大箭 一伸
生活の中に音楽を♪ 楽しいウクレレ教室 (木・個人25分)	第2・4〔木〕 14:05～15:05	3,586円 (月2回)	別	
生活の中に音楽を♪ 楽しいウクレレ教室 (土・個人25分)	第1・3〔土〕 11:05～12:05			
ハーモニカを 楽しもう	第1・3〔木〕 14:00～15:00	3,586円 (月2回)	別	長谷川 和子
よっちゃんのアコーディオンで歌う “季節のうた・懐かしのうた”	第2〔火〕 10:00～11:30	1,375円 (月1回)	別	石澤 佳子
レディースカラオケ 演歌・歌謡曲	〔水〕 10:45～12:45 (年間44回)	5,324円 (年間44回)		佐藤 雅美
楽しく歌を唄いましょう	第2・4〔水〕 13:15～14:30	3,256円 (月2回)	別	工藤 若穂
歌って元気! ピアノ伴奏で楽しもう	第1・3〔木〕 10:30～12:00	3,806円 (月2回)	別	村越 聡子

歌って元気! ピアノ伴奏で楽しもう	第1・3〔木〕 12:30～13:30	2,156円 (月2回)		村越 聡子
歌って元気! ピアノ伴奏で楽しもう (個人30分)	第1〔水〕12:30～15:00 第1・3〔木〕10:00～10:30、 12:00～12:30	1,210円 (月1回)		
大人のピアノ教室 (30分個人)	〔月〕14:00～19:30 〔木〕15:30～20:00 (金)15:00～19:30 (年間22回)	4,950円～ (年間22回)	別	カワイ 音楽教室 専任講師
ハート音楽院 (ギター プライベートレッスン:30分個人)	第1・3〔木〕 13:00～17:30	4,906円 (月2回)		ハート音楽院 専任講師
ハート音楽院 (ギター グループレッスン)	第1・3〔木〕 13:30～14:30			
はじめてのカリンバ♪ グループレッスン	第1・3〔金〕 13:00～14:00	3,960円 (月2回)	別	カリンバ小僧
たのしいオカリナ	第1・3〔火〕 入門10:15～11:15 初級11:20～12:20	4,136円 (月2回)	別	椎名 春奈

健康・運動				
講座名	日時	月謝	講師	
シニアの為の クラシックバレエ	〔火〕 12:30～14:00 〔木〕 13:00～14:30	3,256円 (月2回)		真下教子 バレエ研究所 講師
	〔火〕 12:30～14:00 〔木〕 13:00～14:30	4,796円 (月4回)		
健康ヨガ	〔火〕 10:15～11:45 〔金〕 10:15～11:45	5,324円 (月4回)		ヨガライフ スクール インサッポロ 公認指導員
背骨コンディショニング	〔月〕 14:00～15:00	5,324円 (月4回)	別	本 桃世
いつまでも健康で若々しく ステップ21 健康づくりリズム体操	第1・3〔木〕 10:30～12:00	3,256円 (月2回)		杉澤 尚美
体幹ピラティス	第2・4〔木〕 10:15～11:30	3,256円 (月2回)		大嶋 智恵子
心も体もらくらくに らくらく太極拳	〔月〕 12:00～13:30	5,104円 (月4回)		鈴木 祥弘

ダンス・舞踊				
講座名	日時	月謝	講師	
楽しく踊ろう ZUMBA®(ズンパ)	〔火〕 14:30～15:30	5,324円 (月4回)		YASU
Reejam(リージャム)	第2・4〔月〕 10:00～10:45	2,376円 (月2回)		山下 斗真
社交ダンス (シニア/70歳以上)	〔水〕 13:00～14:30	5,324円 (月4回)		
社交ダンス (一般)	〔水〕 13:00～14:30	6,424円 (月4回)		佐藤 圭介
社交ダンス 個人レッスン(30分)	(第1・3)(第2・4)〔水〕 14:30～15:30	7,106円 (月2回)		

ジュニア講座				
講座名	日時	月謝	講師	
理科実験教室	第1・3〔月〕 16:30～17:30	2,706円 (月2回)	別	佐藤 ちひろ

プログラミング	第2・4〔火〕 16:30～17:30	3,586円 (月2回)	別	芦原 和人
ジュニアロボットクラブ	第2〔月〕 18:00～19:30	1,980円 (月1回)	別	寺下 晴一
はじめての プログラミング教室	第2〔月〕 16:10～17:40			
秋山絵画教室 (子供アトリエ)	第2・4〔木〕 17:15～18:45	3,806円 (月2回)	別	秋山 久美子
カワイ音楽教室	〔月〕14:00～19:30 〔木〕15:30～20:00 (金)15:00～19:30 (年間40回)	8,250円～ (年間40回)	別	カワイ 音楽教室 専任講師
新はっさむ 書道教室	第1・2・3〔水〕 16:00～18:30	4,026円 (月3回)	別	松本 天堂
静奈書道教室	第1・2・3〔金〕 15:15～18:50	4,026円 (月3回)	別	佐藤 静奈

ヒップホップダンス エンジョイクラス	〔火〕 16:30～17:15			
ヒップホップダンス ジュニアクラス	〔火〕 17:15～18:15	5,324円 (月4回)		瑞枝 (MIZUKI)
ヒップホップダンス ティーンズクラス	〔火〕 18:15～19:15			
チャダンス Mu Monday ミニ/ユース	〔月〕 15:50～16:50	4,884円 (月3回)	別	
チャダンス Mu/ミニ	〔水〕 15:50～16:35	5,324円 (月4回)	別	MIYUKI
チャダンス Mu/ユース	〔水〕 16:35～17:25	5,676円 (月4回)	別	
チャダンス Mu/アルファ	〔水〕 17:25～18:20	5,984円 (月4回)	別	
エンジェルバレエ	〔金〕 16:30～18:00	5,324円 (月4回)		真下教子 バレエ研究所講師
子供クラシックバレエ エンジェルクラス	〔土〕 10:00～10:45	5,324円 (月4回)	別	
子供クラシックバレエ 児童Bクラス	〔土〕 10:50～11:50			小野 誠
子供クラシックバレエ 児童Aクラス	〔土〕 11:55～12:55	5,896円 (月4回)		
たくゆうそろばん教室(火)	〔火〕 15:30～18:00	4,400円 (月4回)	別	たくゆう そろばん 専任講師
たくゆうそろばん教室(土)	〔土〕 10:00～12:30			
たくゆうそろばん教室(火)(土)	〔火〕15:30～18:00 〔土〕10:00～12:30	5,500円 (月8回)	別	

**※ キッチンスタジオ ※**

旬の食材や行事にあわせた料理・スイーツ・パン、親子や子供向けの食育講座を開催中!

**ルーシーキッチン**  
(白石区)

**ソシアキッチン**  
(南区)

☎ 011-857-1660 ☎ 011-578-5250

**貸し教室あります**

時間で借りるコープのレンタルスペース

会議や町内会の集まり、スクールなどにご利用いただけます。

お問い合わせ

**生活文化事業部**  
 ☎ **011-209-1121**

お問い合わせ・申し込みは

**新はっさむ文化教室**

☎ 011-684-8215

※料金は全て税込表示です。別がついている講座は別途教材費等がかかります。  
 ※1日講座・定期講座の受講料は三井住友カード株式会社による口座振替となります。 ※申込後、キャンセル料がかかる場合があります。 ※写真の一部はイメージです。  
 ※コープさっぽろのポイントは330円につき1ポイントたまります。

お近くの教室情報

**コープさっぽろ いしかり文化教室**

石狩市花川北3条3丁目9番2  
コープさっぽろいしかり店2階

☎ 0133-74-3541

☎ 011-857-1660 ☎ 011-578-5250

☎ 011-857-1660 ☎ 011-578-5250

営業時間 月～金 10:00～18:00 土 9:30～15:00

