



発行責任者 石渡 智行 (25期生)
題 字 駒井 妍和 (聡) (25期生)

頑張る同窓生

宇野 なおみさん (54期 2005年卒業)

今回の【頑張る同窓生】は小学校4年生から12年間『渡る世間は鬼ばかり』に出演され、お茶の間をわかせた名子役、また数々の舞台でご活躍された【宇野なおみ】さん。懐かしの東原中学校に来訪いただきインタビューさせていただきました。



* 中学校卒業後、現在の仕事に至るまでの経緯をお聞かせください

中学校卒業後は仕事で学校を休まざるを得ないこととの兼ね合いも考えて、六本木高校に進学しました。高校では演劇の勉強もできたし、茶道を学び教えることができるほどになりました。その後、早稲田大学夜間特別枠という制度を知り、早稲田大学に入学。卒業後に子役時代から独学で学んでいた英語を生かすべくカナダへ留学。帰国後4～5年は、舞台俳優・通訳の仕事をしながらか、歌舞伎の事などを書くフリーライターに転身。その頃、蕁麻疹に悩まされ外出ができにくくなりましたが、コロナ禍ということもあり在宅でインハウスイライターとしてメディアのライティングもするようになりました。また、現在ユーチューブを通じて様々な発信をしています。

* 東原中学校時代の思い出は？

合唱祭で発表するクラスソングを作詞作曲し選ばれたこと。橋田寿賀子先生の脚本から得た作文力と母親(ピアノの先生)の協力もあり、作詞作曲してできた曲が無記名制のクラス投票で選ばれました。合唱祭当日、一人で登壇し曲の紹介をしたことも思い出の一つです。また、3年生の時に運動会の応援団長になりました。行事に参加しても途中で早退することも多い中、団長として大変でしたが本当に頑張りました！

* 子役を仕事としながら小中学校時代に得たものは？

仕事の撮影現場では静かに待つ時間が多く、本を読んだり、母と勉強をする時間を多く持てたこと。読書好きから得たもので、ライターという仕事ができていると思います。友だちと遊ぶ機会がないため、小学校では一人でできる一輪車を練習していました。中学校では休み時間は図書館で過ごしていました。中学校では放送部に入部。高校では英語のスピーチコンテストにチャレンジしたり、人前で話すことを得意とすることは今のユーチューブでも生かしていると思います。



* 今の中学生に伝えたいことは？

選択肢を3つ持つといいと思います。

どんなことでも自分の力ではどうにもならないことがあります。例えば、万全に準備していた受験が当日インフルエンザになってしまったり、このコロナ禍にはできなくなったこともたくさんあったり、恋愛だってなかなかうまくいかないことがあります。その時に理想ばかり追わず、逃げ道ではないけれど他の『ルート』を持っていることが大切だと思います。

* 今後の目標や仕事についてはどんなことですか？

他人から見たら30代になった私はフラフラしている。挫折を経験しているとみられるかもしれませんが。小学校、中学校へは通いたくないと思っていた頃もありました。自分の得てきた経験を生かして今があります。今後はライターの仕事とユーチューブ配信で発信しながら、自分の名前が残る作品を書いていけたらと思います。



<https://youtube.com/@naomisnote456>

東原中学校に戦隊ヒーロー

子どものころ誰もが憧れるヒーロー。カッコよく変身して敵を倒す姿を真似して戦いごっこなんてしていませんか？大人になっても戦隊好きは多いとか！そんな歴代ヒーローのうち2人はなんと東原中学校の卒業生なのです。

【爆竜戦隊アバレンジャー】アバレブルー役：富田翔さん（本名：富田翔 46期 1997年卒業）

【炎神戦隊ゴーオンジャー】ゴーオンレッド役：古原靖久さん（51期 2002年卒業）

今年アバレンジャーは20周年を迎え、映画『爆竜戦隊アバレンジャー 20th 許されざるアバレ』（木村ひさし監督）が公開されます。また、ゴーオンジャーは15周年にあたり、2人の節目の年に古原靖久さんのYouTubeにて2人の対談が実現されました。ぜひチェックしてください。

【富田翔：プロフィール】

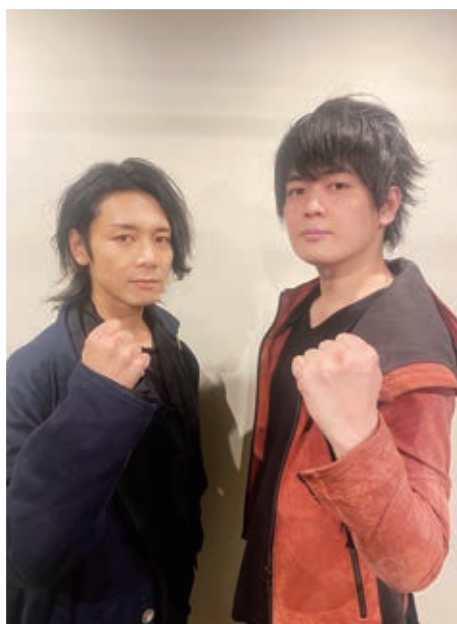
2002年TVドラマ『ごくせん』でデビュー。2003年『爆竜戦隊アバレンジャー』アバレブルー役で出演。『忠臣蔵』『名奉行！大岡越前』『黒い太陽』『戦国自衛隊』など多くのドラマに出演。近年は舞台を中心に活躍。『刀剣乱舞』『炎の蜃気楼シリーズ』『Collar × Maliceシリーズ』など、年間8～10本の舞台をこなす。他に書道

デザイナーとしての活動も行う。



富田翔

<https://g.co/kgs/ePsgwP>



【古原靖久：プロフィール】

2005年『野ブタ。をプロデュース』でデビュー。2008年『炎神戦隊ゴーオンジャー』ゴーオンレッド役で出演。2011年映画『電人ザボーガー』にて主人公役を演じるなど数々のTVドラマ・舞台に出演。NHK『あさイチ』のリポーターとしてレギュラー出演し、東京2022オリンピック聖火ランナーも務める。同じ養護施設で共にしたブローハン

聡さんと『児童養護施設』『虐待』についての講演会を行っている。



古原靖久
TV

<https://www.youtube.com/@furuharatv>

北斗19号【頑張る同窓生】にご紹介したブローハン聡さん。 その後のご活躍・反響をお知らせいたします。

北斗19号【頑張る同窓生】で紹介したブローハン聡さん。

令和4年7月9日（土）に東原中学校〈道徳授業地区公開講座〉にて『人と関わりながら夢をもって生きる』というテーマで後援会を行っていただきました。生徒たちには人との関わりや将来を考える良い機会となり、多くの感想が寄せられました。

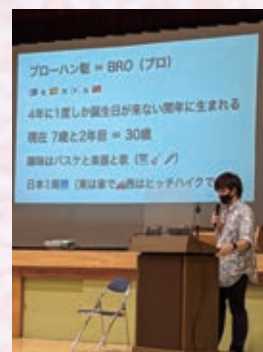
令和5年3月5日（日）には、「ふらっと東原」にて保護者と子どもたちに向けて『どの子ども幸せになれる地域・社会をめざして』というテーマで古原靖久さんと共に講演会を開催しました。

他にも

- ・講演会実績：65（埼玉県児童虐待対策協議会・埼玉県立大学・北海道帯広児童相談所・ふらっと東原など）
- ・メディア取材・掲載：43（NHK・毎日新聞・朝日新聞・日本経済新聞他）
- ・加藤厚生労働大臣「社会的養護自立支援の強化に向けた意見交換会」出席
- ・子ども家庭庁「子ども家庭審議会臨時委員」、他多数の委員に選出される。

など、ますますご活躍の場が広がっているとのことでした。

『北斗19号』に掲載されたことにより東原中学校同窓生の企業代表の方より、『若者を迎え入れる協力企業として申し入れがあり繋がることができました』と伺い、北斗編集部からもご協力、切に感謝いたします。今後は「子ども家庭庁」で若者に関わる政府提言をしていってほしいと期待致します。



「コンパスナビ」


 ごがさた〜

山口 里志さん (28期 1979年卒業)

皆様、大変ご無沙汰しております。東原中ではサッカー部に所属し、音楽の授業からクラシック音楽に目覚めて、その後オーケストラでコントラバスを弾ききっかけにもなりました。サッカーはもはや観戦だけになってしまいましたが、現在も大切な趣味として楽しんでいます。そして、数学や理科の面白さを深めた時期でもあり、大学では理学部に進学しました。化学メーカーに入社して以来、歯の「接着材」、「かぶせもの」「つめもの」、などを製造販売する事業に従事し、現在はクラレノリタケデンタル社の代表取締役社長を任されています。



さて、皆様は歯科と聞くと「痛い」という言葉が頭をよぎり、あまり良いイメージが浮かばないかもしれません。しかし、口腔内の健康は「話す」「食べる」、という基本機能に加えて、体全体の健康にも極めて重要であることが明らかになっています。

また、口元の美しさという観点から欧米のような審美治療も日本で徐々に広まりつつあります。小さな虫歯の場合は、口の中に直接接着材を塗り、粘土のようなペースト状のレジンで詰めて、光をあてて硬化させることで治療を終えます。一方、比較的大きな虫歯の場合は、口の中で正確な形状を作ることが難しいので、歯の型をとって作った模型上に芸術家のような技術を有する歯科技工士がかぶせものを制作しています。そのため1~2週間ほど待って装着する必要があります。

最新の治療方法はデジタル技術により、口の中をスキャナーで3次元形状で読み取り、コンピューター上でデザインし、サイコロのような形状の材料を加工する CAD/CAM システムが登場し、最短1時間後には装着できるようにまでなりました。材料も自然な歯の色合いと強度を持ち、更に虫歯、歯周病の原因にもなる歯垢が着きにくいとされているジルコニア材料が世界的に急速に広まっています。以前のジルコニアは真っ白で自然な歯の色ではなかったのですが、最近は半透明で自然なグラデーションを持つ材料に技術が進化しています。日本では保険適用されていないので自費治療になってしまいますが、保険治療でも従来の金属ではなく CAD/CAM 冠というレジンタイプの自然な色調の材料が広範囲に使用できるようになってきています。

私たちの会社でもこのような材料を開発し、大学など研究機関の協力の元で性能確認をしながら国内はじめ100ヶ国以上の国々に送り出しています。人生100年時代、健康を増進して少しでも多くの皆さんの笑顔が増えるように貢献できることを祈っています。また、今年度28期は早いもので還暦を迎える年です。多くの同窓生、お世話になった先生方とお会いできることを楽しみにしています。

藤森 愛実さん (旧姓 小林) (53期 2004年卒業)

私の中学校生活は先生方や友人に恵まれ、充実した3年間でした。鎌倉遠足でドキドキしながら大仏の中に入った事や、菅平スキー教室で後ろ向きに滑ってしまいインストラクターの先生に助けられた事など、印象に残っている思い出ばかりです。そんな中で、1番記憶に残っているのは3年間所属していたバレーボール部です。プレーするのは楽しく、点を決める事ができた時は嬉しかったです。しかし、数えきれないほど顧問の先生には怒られました…。私のポジションはアタッカーだったのですが、先生に『おまえのフェイントはうまい』と言われ、調子によってフェイントばかりしていたら試合中にとっても怒られました。そんな怒られた記憶多めの部活ですが、バレー部の友人と過ごす時間は楽しく、今でも連絡をとっています。



中学生だった私たちもいつの間にか大人になっていて、それぞれの人生を歩んでいます。部活の話をするとなお頃に戻れて懐かしく、素の自分でいられるような気がします。今の私が頑張れるのは楽しい思い出や、今も繋がっている仲間がいるからです。東原中学校で過ごした日々はかけがえのない思い出であり、今の私の活力になっています。

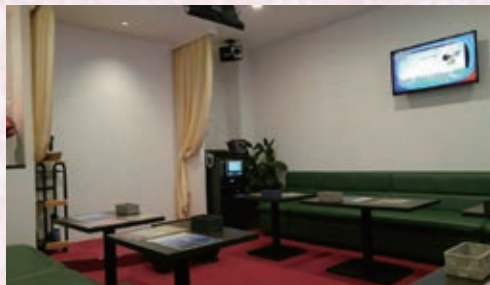
1977年に東原中学校を卒業してから46年が経ちました。現在は中学校と同じ杉並区永福町という地で、シニア・シルバー向けの『昼カラオケ銀の夢』というお店を7年前より経営しております。我々世代も迎える『健康寿命』という人生の期間。多くの方々に楽しい生きがいと健康を提供してあげられたらという気持ちで、はじめました。お客様である人生の先輩から学ぶ事は多く、毎日、年代の考え方やカラオケ曲のギャップと切磋琢磨しながら過ごしています。

当時は、東原中学校での自由な学生生活を堪能しながらも、今思えば個人の責任ある行動が学べていたのだと思います。会社員、独立経営、飲食業、カラオケ業と、サービス業一筋でここまで来ることができました。中学での一番の思い出は、狭山湖クロスカントリーで結果を出せた事です。目標の人を意識しながら、毎朝夕、学校のまわりを走りました。『七転び八起き』の原動力は、あの頃の『走り』だと思って生活しています。クロスカントリーコースの堤体橋は、自分にとって『人生の架け橋』だと思っています。最後になりますが、私の息子二人も東原中学校で大変お世話になりました。うち1名は中学校通学路でもあった赤白ラインのバス営業所で、今は元気に勤務しております。



カラオケハウス「銀の夢」永福町店

お店の情報はここから



同窓生の
著作本紹介

島本 理生『ファーストラヴ』 著作

草 淳子さん (24期 1975年卒業)



作家の島本理生さんが東原中の卒業生だという話を聞き、作品を読んでみることにしました。この本は第159回直木賞を受賞した作品で、北川景子・中村倫也主演で映画化もされています。私は、島本さんの作品を読んだことがなかったので、まずは一番知られているこの小説から始めることにしました。

アナウンサー志望の女子大生、聖山環菜が、画家の父聖山那雄人を刺殺し、「動機はそちらで見つけてください」と言っているというショッキングな事件。臨床心理士の真壁由紀は被疑者を取材し一冊の本にまとめてほしいという依頼を受ける。また、由紀の義弟で弁護士の庵野迦葉は環菜の国選弁護人に選任され

ていた。ふたりで話を聞くうちに環菜が過去に心に問題をかかえるにいたった経緯を突き止める。事件の裁判が近付く中、環菜は一転して殺意を否認。真実が明らかにされていく。

超特急であらすじをまとめるとこんな感じですが、ミステリー仕立ての展開にどんどん引き込まれていき、由紀と義弟の迦葉の関係もなにかいわくがありそうで、ほぼ一日で読了しました。児童虐待という問題は昨今かなり知られるようになってきましたが、(私は天童荒太の『永遠の仔』1999が、忘れ難いですが)それが虐待であると意識できない子どもの心にどんな陰を落としていくのが、大人はもっと敏感でありたいと思い、また全ての子どもは大人たちによって守られる存在であってほしいと思います。そのほかにも、母親と娘の関係も難しいなあ、と改めて感じたり、色々刺激を受けた一冊でした。

東原中学校の歴史をたどる！

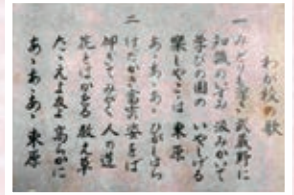
東原中学校は、創立当初から校名や校章・校歌などを著名人に頼るのではなく、集った人たちが力を合わせて生み出しました。その後も試行錯誤を繰り返しながら、私服化を実現し、さまざまな試みを重ねて「自由」な校風を育て、大切に磨き上げてきました。東原中学校の歴史はただの学校の歴史ではなく、「自由と責任」を実現するまでの東原にかかわった多くの人たちの理想を追い求めてきた歴史なのです。

第一弾!! 東原の黎明期 1949 - 1958

1949年 4月5日 東原中学校開校

4月22日 杉並第九小の校舎を借りて2クラス95名でスタート

※学校名逸話・当初「天沼二中」と命名される予定が、「東原」というこの地域の古い地名をとって校名とし(※1)「東」という文字は、朝日が地平線から昇って木にかかる姿を、「原」という文字は、岩かげから湧き出る泉の姿を形どったもので、大自然が生き生きと発展していく姿を表し、(※2) ゆかりのある名に決められる。



1950年 8月31日 第1期校舎完成

9月1日 新校舎に移転

10月23日 第2回運動会を
本校の校庭で実施

1951年 3月13日 第2期校舎完成

9月19日 校歌制定



授業風景 (1952年卒業アルバムより)



1953年 5月11日 徽章 (バッジ) 制定

第2期卒業生の卒業アルバムには、現在の校章がデザインされている。

※東原の名前を表現し、かつ、東原中学校の教育精神をあらわすことを目指して生徒一般方募集した。(※3) 中央に朝日を、三方に青葉と杉を配した校章!(※4)



1954年 10月1日 創立5周年式典

1955年 7月21日 プール落成



同窓会の
報告

「東原・杉九卒業生 75 歳同期会」を開催しました。

山本 賢二さん（12 期 1963 年卒業）

2022 年 11 月 29 日（火）中野サンプラザエトワールルームに於いて「東原・杉九卒業生 75 歳同期会」を開催しました。折しも今回のプランはコロナ禍で如何に安心・安全に実施できるかが課題となり、その為に、できる限りの対策（密にならない配席、受付での検温・消毒、マスク会食ほか）をとっての開催でした。皆、後期高齢者になり、家族に参加を止められて、当日まで参加人数が危ぶまれましたが一次会は 54 名が参加。二次会（さかな道場魚星）も 34 名が参加と盛況のうちに終了しました。70 歳から始めたこの会は、70・72・75 歳と無事に終了し、次回は喜寿を迎える 77 歳で皆が元気に集まれることを目標にしています。



募集中!

※同窓会・同期会開催報告をお待ちしております。

mail: hokuto.higashihara@gmail.com

郵送：東原中学校 〒167-0022 杉並区下井草 1 丁目 28 番 5 号（同窓会）宛

LINE ID : higashihara_jhs

正門（北門）桜が！

佐伯 幸四郎さん（25 期 1976 年卒業）

長年にわたり卒業・入学シーズンに満開の花で在校生の門出を見守り続けてくれた北門の桜の樹。東原中学校のシンボリック的存在として、会員皆様の記憶にも残っていることと思います。近年はさすがにキノコが寄生するなど老化も目立ち、幹の空洞化による倒木すら懸念される状態で、惜しまれつつ今年伐採されることになりました。伐採跡には桜の新木が植樹されるとのことです。（写真は見納めとなった 2023 年 3 月満開時の様子です。）



東原中学校校長 岩本 眞由美



この度、前任の小松進一校長先生の後を受け、練馬区からまいりました岩本と申します。微力ではありますが、生徒がより良く成長するために全力で取り組んで参ります。東原中学校の皆様には様々な面でご支援、ご協力を頂戴することとなりますが、何卒よろしくお願いいたします。

令和 5 年度はコロナ禍前の教育活動に戻りつつありますが、油断せずに感染対策に取り組み、伝統を継承・発展させてまいります。今後とも、よろしくお願い申し上げます。

東原中学校同窓会会長 石渡 智行（25 期）



令和 4 年度より会長を仰せつかりました。新・副会長の福島勉さん（28 期）と共に役員一同力を合わせて東原中学校同窓会の皆様のために頑張っ参ります。諸先輩方に築いていただいた 72 年の伝統を守りつつ、東原中学校同窓会の皆様のご支援とご協力を賜り、同窓会として新たに皆様へ情報発信をしつつ、母校東原中学校を、微力ながら支えて参りたいと思っております。今後とも何卒宜しくよろしくお願い申し上げます。

第19回 賛助金納入同窓生

120名 523,000円 (平均 4,358円)

2023年3月31日現在

敬称略 現姓表示 (太字 1万円以上)

1期 1952卒 小藤 三郎 中村 精良 篠田 囃恵 大根川 總子 安井 通八 熊野 節子 坂本 健	6期 1957卒 奥出 宏 白浜 斉 諏訪喜代志 渡辺 ふみ 高橋 陽子 板橋 絢子 門司 正士 平山 正徑 田代 公一 高田 弘子 佐賀 律子 真下 進 7期 1958卒 横田 修 滝沢 清 中島 尚雄 長井 日俊 森下 雅子 櫻田 孝子 桑島 信一	吉田 孝 神戸 邦彦 8期 1959卒 和田紀久子 吉村 邦夫 太田 俊夫 板橋 将隆 野間 節子 黒須 敏雄 近藤 信義 9期 1960卒 乾 寿子 出井 祥子 田中 啓二 10期 1961卒 稲田 欣也 江川 隆子 小豆澤照男 12期 1963卒 一宮 義之 下田 恵子	藤澤 隆雄 菱田 郁子 13期 1964卒 佐藤美千子 15期 1966卒 林 日出夫 林 ちふみ 黒岩 正枝 岡田真理子 佐藤 泰子 藤島久見子 16期 1967卒 鈴木 晴美 菱山 康雄 山口 由木 18期 1969卒 原田 直茂 齋藤 聰 小池 恭子 瀧田 晴機	19期 1970卒 榎山 広明 20期 1971卒 小松崎真澄 守谷 英雄 21期 1972卒 池川 陽子 22期 1973卒 河嶋 淳司 山崎 紀子 23期 1974卒 熊埜御堂圭子 田部 雅彦 田部 美樹 篠 守彦 24期 1975卒 草 淳子 近藤 敬 小林由貴子 竹内 京子 大橋 和子	山下さつき 鈴木 隆史 岩満 清 野手千恵子 吉田 寛子 藤原 幸子 木下知登美 岩本 幸子 柿田 典子 河内 友子 25期 1976卒 佐伯幸四郎 大森 美樹 尾崎 一 小坂部 泰 岩村 綾子 竹内 徹 中村 信一 近藤 直 駒井 聡 木村 恵子	鷲澤憲一郎 石渡 智行 石井 裕 26期 1977卒 山口希代子 郡司やよい 28期 1979卒 清水 勝利 福島 勉 池田 雅子 高橋 鎌介 30期 1981卒 長谷川 徹 31期 1982卒 高橋 京子 46期 1997卒 富田 翔 55期 2006卒 小林 美咲	57期 2008卒 富田 茜 石渡 茜 59期 2010卒 小林 睦
---	--	---	---	---	--	--	--

賛助金納入先

- ・ ゆうちょ銀行 ○一九 (ゼロイチキュウ) 支店 当座 0406561 東京都東原中学
- ・ みずほ銀行 京橋支店 普通 2729854 杉並区立東原中学校同窓会
- ・ 西武信用金庫 阿佐ヶ谷支店 普通 1087407 東原中学校同窓会
- ・ スマホ決済

Line Pay

ID : higashihara_jhs

(まずは友だち追加してください)



Pay Pay

ID : higashihara_jhs

又は 070-8982-7159 で検索してください。

QRコードご希望の場合はEメールでお知らせください。

なお、送金の際には、下記例のように氏名の前に送付用宛名ラベルに記載されている卒業年・期情報を併記してください。

例：1979年卒業、第28期の場合…28期 1979卒・お名前(旧姓)

令和4年度決算報告書

令和4(2022)年度東原中学校同窓会決算報告

(令和4年4月1日～令和5年3月31日) 単位:円

収入		支出	
科目	金額	科目	金額
新入会員入会金 (72期 846名)	42,000	会報印刷・発送費	538,438
賛助金	523,000	卒業記念品費	38,549
決算利息	4	通信費(含スマホ本体費)	19,926
		事務費	3,848
小計	565,004	小計	600,761
前期繰越金	603,307	次期繰越金	567,550
合計	1,168,311	合計	1,168,311

以上のとおり報告します。

令和5年4月8日

会計 草 淳子 (印) 佐伯 幸四郎 (印)

以上の会計報告を監査した結果、適正であることを認めます。

監事 大杉 香代 (印) 駒井 聡 (印)

令和5年度会計予算案

令和5(2023)年度東原中学校同窓会予算

(令和5年4月1日～令和6年3月31日) 単位:円

収入		支出	
科目	金額	科目	金額
新入会員入会金	40,000	会報印刷・発送費	150,000
賛助金	300,000	卒業記念品費	40,000
		通信費	13,000
		事務費	5,000
小計	340,000	小計	208,000
前期繰越金	567,550	次期繰越金	699,550
合計	907,550	合計	907,550

概要

新入会員見込 80名 会報発行・郵送 (賛助会員のみ) 400部

ホームページリニューアルのお知らせ



- ★同窓会が東原中学校へ支援を紹介
 - ★「北斗」会報アーカイブを掲載
 - ★今の東原在校生のトピックニュース
 - ★賛助金の送金方法 etc
- 順次情報を公開してまいります。
また、同窓会の取り組み等、年1回の会報ではお知らせできない事をご紹介します。



2022年度 賛助金へのお礼とご報告

7ページで報告したとおり、昨年度は前年比で60%増、過去十年間でも最高となる賛助金52万円のご支援をいただきました。納入していただいた会員の皆様、本当にありがとうございました。お陰様で財務状況の改善も見込まれ、昨年度は課題であった在校生への直接支援として、卒業記念品（スマホスタンド）の贈呈を、2014年度のハッピー贈呈以来8年ぶりに実施することができました。今年度も引き続き賛助金へのご理解・ご協力いただければ幸いです。

ソーラン節のハッピーを贈呈（2014年度）



卒業記念品を贈呈（2022年度）



東原中学校同窓会役員（令和5年度）

- 名誉会長：岩本眞由美（東原中学校校長）
 会長：石渡 智行（25期）
 副会長：福島 勉（28期）
 書記：佐伯幸四郎（25期）
 会計：草 淳子（24期） 佐伯幸四郎（25期）
 監査：大杉 香代（24期） 駒井 聡（25期）
 顧問：大倉 光男（18期） 原田 直茂（18期）

敬称略

●北斗20号 編集委員・名簿管理者

- 編集委員：石渡智行 大杉香代 草 淳子 佐伯幸四郎
 駒井 聡 福島 勉
 名簿管理者：佐伯幸四郎

●編集後記●

編集委員が新体制となり、初めての【北斗】を発行する事が出来ました。『東原中学校の歴史をたどる』はシリーズで紹介していきます。賛助金を有効活用する為に卒業生に記念品贈呈など新たな取り組みも実施いたしました。今後も幅広い同窓生の方々に楽しみにしていただける紙面を作っていくと思います。（駒井 聡）

杉並区立東原中学校同窓会会報

「北斗」20号 令和5年5月

- 東原中学校同窓会
 〒167-0022 杉並区下井草1-28-5
 連絡先 070-8982-7159 FAX. 03-3390-3588
 hokuto.higashihara@gmail.com
 編集責任者 石渡 智行（25期）
 印刷：タイヨー美術印刷株式会社 田中 和之（38期）