

応援します! あなたの生き方

函館市、北斗市、七飯町 全126,000世帯無料配布  
毎月2回(中旬・月末)発行

# POST IN FREE PAPER SINCE 1991 青いほすと

2008.11.21 [fri] ●増刊号● 発行/株式会社青いほすとHD  
発行人/佐々木 喜美夫 編集人/青山 慎司

〒040-8605 函館市弁天町20番3号 函館どつく株式会社内【総務・営業・折込業務】 ☎(0138) 23-5688【編集部】 ☎(0138) 27-9210  
[FAX] (0138) 23-5699 [URL] http://oceanplace.jp/aopos[Eメール] aoi-post@aurora.ocn.ne.jp

年末年始は市内湯川 3丁目にある「湯元」入 川」の温泉と料理のプラ ンでゆったりのんびり過 してみませんか。  
「宴会コース」は、 4000円、5000円、 6000円の3種類のコ ースがあり、 女性や少人 数の集まり に好評の「お 昼の会食プ ラン」(4000 円)もススめ。 どちらのプ ランも、旬の素 材を生かし た上品で季節 感溢れる 極上の和食 料理を堪能 できると思



年末年始は温泉と料理を満喫!

湯元 入川

年末年始は市内湯川 3丁目にある「湯元」入 川」の温泉と料理のプラ ンでゆったりのんびり過 してみませんか。  
「宴会コース」は、 4000円、5000円、 6000円の3種類のコ ースがあり、 女性や少人 数の集まり に好評の「お 昼の会食プ ラン」(4000 円)もススめ。 どちらのプ ランも、旬の素 材を生かし た上品で季節 感溢れる 極上の和食 料理を堪能 できると思

料金は「宴会コース」(宿 泊プラン) (1泊朝食付 4500円)。お腹と心 が満たされ日頃の疲れも 癒される入川のプランを、 ぜひお見逃しなく。なお、 人気プランですので予 約はお早めにご予約。無 休。駐車場有。  
●湯川397  
☎59-2201



6000円プラン  
和洋中の魅力が 凝縮された全9 品の料理に飲み 放題(2時間)も 付いています。  
ほかには、同じ 和洋中全8品

去りゆく年と新たな年、心に残る時間を...

五島軒本店

去りゆく年と新たな年、心に残る時間を...  
間を過ごしたいなら、こ れに心に残る素敵な時 だわりの味と真心込め たサービスが好評 の市内末広町「五 島軒本店」がすす め。  
お得な宴会プ ランの中でも特に 人気の「6000 円プラン」は、「刺 身盛り合わせ」「舌 平目の蟹かき」「サ ーロインステーキ シェブアソー」(五 目ちらし)「本日 のデザート」など、 和洋中の魅力が 凝縮された全9 品の料理に飲み 放題(2時間)も 付いています。  
ほかには、同じ 和洋中全8品

の「5000円プラン」と、 豪華なフランス料理フル コース7品の「8500 円プラン」の3コース各 飲み放題2時間付。忘 新年会利用の特典も、無 料送迎バスの運行(20人、 台数に限りがあります)の で予約はお早めに、参加 者全員にレトルトカレー のプレゼント、CDカラオ ケーシンゴゲーム機使用 料サービスと充実。  
家族の会食から 400人の宴会まで幅 広く対応できますので、 年末年始の集まりにはぜ ひご利用下さい。なお、上 記コース以外にも予算に 応じています。詳細及び 予約は、電話かメールで。  
●末広町4-5  
☎23-1106

2008 ▶ 2009  
忘年会  
新年会

# 宴会特集

vol.2

今年も残すところ、あと1ヶ月余りとなりました。皆様にとってこの1年はどんな年でしたか? とてもしんどい年だったという人も、いまひとつだったという人も、1年の総決算に、仲間が集まってワイワイ楽しみましょう。今回も前号に引き続き、グルメ宴会特集の第2弾をお届けします。

グ ル メ

食

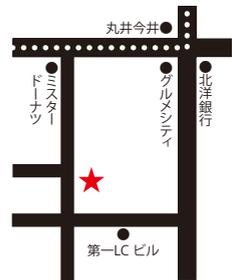
リーズナブルなのにこの豪華さ

旬彩 粋匠

市内本町の『旬彩 粋匠』は今年も、宴会メニューに全力投球。まず宴会でおすすめの3500円コースの12月のメニューは、前菜3点盛り、アコウ和え、カキ田楽、刺身3点盛り、焼物は骨付鳥にんにく焼、南風、東寺揚げ松葉銀杏、かつおごし天添え、真タチや真タラにたごり野菜の入った真タチ鍋、ブリソヤブが、酢スタチ柚子胡椒おろし、鶏あかけそば、デザートは冬イチゴです。リーズナブルな料金で、この豪華さ。近海物の魚介類に、野菜は農家から直接仕入れるなど、材料は安心で安全、鮮度もよく味が保証されたものを使用し、



さらに手作りだからこそ味わえる一品をそろえています。それに1500円をプラスすると2時間飲み放題。生ビール、クラシック、日本酒、地酒5種、焼酎、ウイスキー、サワー、カクテル、ワイン、ソフトドリンクまで多彩に用意しています。また、新メニューも登場の単品料理も充実し、一例として「ポテトフライフォンデュ(380円)」、「羽衣大根サラダ(380円)」、「特製茶碗蒸し(500円)」、「合鴨のおこげ雑炊(500円)」など、お手頃なものがたくさんあるので、お好みで1杯どうぞ。



宴会は2~25人の受付。個室もありません。営業時間は午前11時30分~午後2時、午後5時30分~午後10時30分。定休日が毎週日曜日になりました。●本町23、5 ●マルゼンビル1階 ●525569 ●http://hakodate-sushou.com/

旬の素材を楽しむ宴会プラン

四季花菜

新鮮な素材を活かした料理が評判の市内梁川町の『四季花菜』で、美しい彩りと旬の味を堪能する料理の数々を味わいましょう。今年のおすすめは「宴会特別プラン」で、料理7品+飲み放題で4500円と料理8品+飲み放題で5000円の2種類です。料理だけのプランは4200円で、内容など予算に合わせて調整するので詳しくは電話でお問い合わせ下さい。ポリウムたっぷりのお得なプランで今年の宴会は決まりです。飲み放題は10人。



1階は一部掘りごたつの個室と24人用の宴会用の2つの部屋があります。

例年好評の「おせち料理」の予約受付がはじまりました。4~5人前、3~4人前、2~3人前、2人前の4種類とオードブル(4~5人前)もあります。各20個で、取りに来ていただく人に限ります。予約締切は12月20日、引き換えは12月31日。営業時間は午前11時30分~午後3時(L.O/午後2時)、午後5時~午後10時30分(L.O/午後10時)。不定休。店裏に駐車場有。お正月は4日から営業します。●梁川町21、18 ●551515

大満足の宴会プランで大いに盛り上がりましょう!

お好み焼き こて屋



1800円コース

市内美原3丁目・アドマー2階にある『お好み焼き こて屋』は、広島焼きに関西焼き、もんじやに鉄板焼き、飯物、デザートなど、色々味わえ、幅広い層に人気です。この時期は、ポリウムも料金も大満足のお得な宴会プランがオススメです。内容は「おつまみ盛り合わせ」「鉄板いろいろ盛り合わせ」「海鮮いろいろ盛り合わせ」「野菜もりもり盛り合わせ」「お好み焼き」「ポテトフライ」「抹茶アイスは」と、こんなにそろって料金は何と1800円とリーズナブル! 「まだまだ食べたい」というあなたは、2500円コースをどうぞ。どちらも1200円で90分飲み放題が付きます。宴会プランの利用は4~35人で、前日まで要予約。店内は広々としており、大いに盛り上がりたい人からゆっくと味わ



# 宴

旨いと評判の  
ベイエリアの味処  
旬の味覚を味わう  
今宵の宴  
楽心ゆひととき。

- サラダ
- 刺身盛り
- 炒め物
- ご飯物
- オードブル
- 焼き物
- 揚げ物
- 汁物
- 漬物盛り合せ
- 煮物
- 蒸し物
- デザート

※お値段により品目が異なります。また、鍋料理を入れたコースも可。その他、予算に応じたコース料理を提供致します。

**各種宴会 御予約承り中**  
(4~30名様)

**通常コース 2,500円~**  
**会席コース 3,150円~**

**飲み放題 1,500円**  
2時間 通常コースのみ

- 生ビール
- 焼酎
- サワー
- 日本酒
- 酎ハイ
- ソフトドリンク

**きくよ食堂**  
ベイエリア店

11:00~15:00 (平日 11:30~)  
17:00~23:00 (平日 17:30~)  
(L.O.22:30) 火曜日定休

22-1994

〒901-8501 函館市豊川町12-9 函館ベイ美食倶楽部内

金庫 明海ビル ともえ大橋  
面館駅

どよみも安く、どよみもお得な宴会プラン

市内本町のカジノアルダイナ  
グ『ラッシュユラッシュ』の、美味  
かが？



しくてお洒落な宴会プランはい  
新年会プランができました。  
120分飲み放題付+料  
理5品で3000円、  
120分飲み放題付+料  
理7品&デザートで  
4000円、180分飲み  
放題付+料理7品(グレイ  
ドアップ)で5000円の3  
種類で、いずれも4名様。  
ほかに90分飲み放題  
1980円もあります。飲  
み放題はワイン、ビール、ウイ  
スキー、カクテルと色々あり、  
特にカクテルは100種類  
以上の中から好きなものを

をお好きなだけどうぞ。25名様  
から貸切もOKで、お仲間や友人  
同士で気兼ねなく楽しめる宴会  
プランをご用意。  
料理内容などご要望に添えて  
いるのでお気軽に電話で相談下  
さい。

営業時間は午前11時30分  
翌朝4時。毎週水曜日定休。年  
末年始の営業時間は12月30日は  
午前11時30分、午後4時。12月  
31日は午後9時、翌朝4時。1  
月1日はお休み、1月2日は午  
後9時、翌朝4時。1月3日は  
通常営業。

●本町329  
569900

本場の中華料理で1年の締めくくりを！

鴻運閣

1年に1回の  
忘年会は、ボリュ  
ムがあつて豪華な  
中華料理はいかが  
ですか。



市内神山1丁  
目の『鴻運閣』は  
中国人シェフと点  
心師がいる店。本  
場仕込みの本格中  
華が堪能できます。  
宴会コースは2500円、  
5000円と、リーズナブルなも  
のから豪華なものまでそろって  
います。2500円コース(2人)  
はエビチリ、五目チャーハン、チ  
ンジャオロース、点心、杏仁豆腐な  
ど9品。5000円コース(4人  
せちの予約がはじまっています。  
おせちは10000円と  
15000円の2種類で各  
100個限定。申し込みは12月  
20日まで。料理は、車エビのチリ  
ソース、くらげの冷菜、広東チャー  
シュー、牛肉の中華風味噌あえ  
ます。

北京ダックなどで今年新たに加  
わったものもあります。詳しくは  
お店にお問い合わせ下さい。受け  
渡しは12月22日～1月3日。お  
せちだけでなく、クリスマスのオ  
ードブルにもおすすすめ。  
営業時間は午前11時～午後  
10時。毎週水曜日定休。  
●神山1-22-19  
521770



食へ飲み歌い放題で盛り上がる！パーティ&カラオケ、ビッグアップル本通店ほか

お得に楽しく宴会をするなら  
ここ！『パーティ&カラオケ・ビ  
ッグアップル本通店』『カラオケ  
ポップコーン』『カラオケツボッ  
チ』へどうぞ。

この料金はリーズナブル！深  
夜からの宴会にもぴったりです。  
このコース、幹事さんは要チェック  
ですよ！  
パーティ&カラオケ・  
ビッグアップル本通店  
●本通2-14-17  
315533  
午後5時～翌午前1時  
カラオケポップコーン  
●美原3-52-1  
478878  
午後0時～翌午前5時  
カラオケツボッチ  
●北斗市七重浜3-23-14  
496556  
午後5時～翌午前2時  
全て年中無休。

歌い放題の「食へ放題コース」(4  
人以上2時間・要予約)で盛り  
上げられます。食へ放題コースは  
おなじみ「つば八」のものをご用  
意。全45品の中から選べます。お  
刺身や焼きもの、サラダ、鍋料理  
など盛りだくさんでお腹も大満  
足。飲み放題は樽生ビール、サウ  
ー、カクテル、ジュースなど種類も  
豊富でとても嬉しいですね。  
料金は女性3200円、男性  
3500円。これだけ楽しんで



レリーサ

はじめましょう、無理なく健康的なダイエット!!

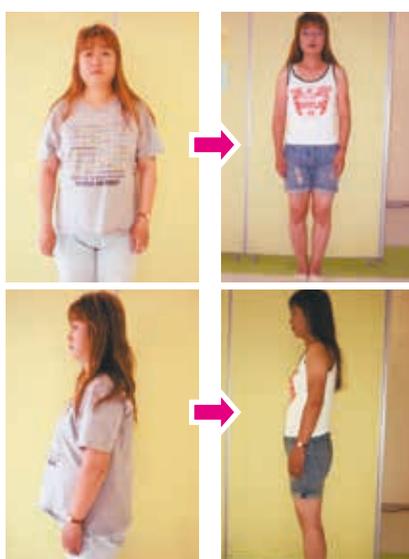
想像してみてください、ダイエットに成功した自分  
の姿を…。「着たい服が着られるようになった」「周  
りから褒められた言われるようになった」人生が  
変わったぐらいのいい気分…。それなのになかなか  
成功しないダイエット。挫折…。リバウンド…。どうし  
てだと思いませんか？

市内港町1丁目にある『レリーサ』のヘルシー耳  
つぼダイエットは、「短期間で無理なく健康的に瘦  
せることができた」という利用者の声が多数。まず  
注目は、自らもダイエット体験者であるスタッフと一  
緒に、二人三脚で取り組む点。1人だと挫折しそう  
な心を、スタッフがしっかり支えてくれます。さらに、「食  
べない我慢する」のではなく「正しく食べる」ダイエ  
ットであるということ。食べる楽しさが奪われることはあ  
りません。そのほか、小さいお子さん連れでもOKなど、  
安心な環境がそろっていますので、もう心配するこ  
とは何もありません。ぜひ、ダイエットに成功して、生  
まれ変わった幸福な時間を手に入れましょう。

えっ、それでもまだちょっと不安…ですって？ 分  
かりました。それならまずは「無料カウンセリング」を  
受けてみましょう。スタッフがあなたの不安な思いに、  
しっかりと答えてくれます。

えっ、今度もまた瘦  
せられなかったら…で  
すって？ 大丈夫です。

このサロンは、痩せなければ施術料全額返金保証。安心して下さい。  
営業時間は午前10時～午後8時。祝日定休。予約制。男性可。駐  
車場有。



体重 64.9kg→49.2kg  
-15.7kgも減量 !  
体脂肪 34.3%→25.1%  
-9.2 %も落ちた!  
ウエスト 90cm→63.2cm  
-26.8cmも細く!  
ヒップ 101cm→89.9cm  
-11.1cmも小さく!

●港町1-14-3 NEXT-3 1階 ☎85-6234



私でも痩せられたので、みなさんも痩せられます。

三橋公美子代表

ミックコスメティック

超リッチ美容液で華麗に若返り!!

『ミックコスメティック』が今回提案するエステは、暖房の影響な  
どの冬場の乾燥で過酷な状況のお肌を、瞬時に回復させるスペシ  
ャルなエステです。超リッチな美容液を超音波で、お肌に丹念に深  
部まで浸透させ、小ジワやたるみを改善します。11月21日～12月  
27日の期間中、各メニュー50%OFFのお試し料金。\*「極上超音  
波エステ」70分(デコルテ・ネック・ハンド  
マッサージ付)13650円→6825円、\*た  
るみだけ気になる人はリーズナブルな「新  
顔筋マッサージ」60分(デコルテ付)  
5250円→2625円、\*疲れた体をリフレッシュしたい人は「ハリニーズアロ  
ママッサージ」70分(全身トリートメント、アットバス&ヘッドマッサージ付)8400  
円→4200円。完全予約制。予約受付は午前10時～午後7時。不定休。  
●大森町22-2 ☎23-6071



ペア割でさらにお得!!

リラクゼーションエステ アリュール

市内本町の『アリユール』は、オイルを使ったオールハンドマッ  
サージュが人気。ハンドなので癒し度が高く、リンパマッサージが代謝  
を促進して血液の循環が良くなります。オイルボディマッサージのほ  
かフェイシャル&ボディスペシャル、角質除去、ヘッド&アイなど多  
彩にそろっています。また、ペア(2人～)で利用すると2人で4000  
円引とさらにお得(ただし、ボディメニューのみ通常料金からの割引となります)。  
こちらでは完全個室制で男性の利用も  
可となっておりますのでカップルやご夫  
婦での利用もおすすすめです。前日予約をするとボディメニューのみ500円  
OFF(お試しペア割との併用は不可)。利用者には次回使える500円サー  
ビス券を進呈。営業時間は午前11時30分～午後11時30分。年中無休。  
●本町17-1 玉光堂隣 なか米店3階 ☎30-6588



ボディ  
60分メンズ(通常6300円)  
レディス5250円  
100分メンズ(通常9450円)  
レディス8400円  
120分メンズ(通常11025円)  
レディス9975円  
お試し30分3150円→2500円  
フェイシャル4200円  
まつげカール(トリートメント付)  
2100円  
まつげエクステ100本7350円  
まつげエクステ1本105円

# 2008 Winter Information.

## 美しい夜景&最高の料理で素敵なクリスマスを… スカイラウンジ パノラミック



市内青柳町の高層ビルの最上階『スカイラウンジ パノラミック』で、ロマンチックなクリスマスを…。今年も12月20～25日にクリスマスディナー(1人8000円)を提供。メニューは、食前酒、鮪のカルパッチョ、ゆずの香り、鮑のブレゼ、XO醤のソースで、生牡蠣のライム風味、ズワイ蟹とグリエルチーズのキッシュ、グリーンアスパラのポターージュ、舌平目と冬野菜のオープン焼きミルフィユ仕立て、スカンピを飾って、牛フル肉のステーキソースペリグーじゃがいものボンファム風添え、ルージュ・ドゥ・ノエルとフルーツのコンポート。要予約。12月23～25日は午後6時～8時と午後8時30分～10時30分の2部制。営業時間は午前11時30分～午後2時30分(LO)、午後5時30分～午後9時(LO)。無休。

●青柳町10-3 ロイヤルシティ式番館12階 ☎26-8682



## あなたもきっと、お気に入り…



イメージチェンジをお考えのあなた、自分にぴったりのスタイルをお探しのあなたは、『アトリエ・チセ』へどうぞ。この秋～冬のおすめは、シンプルで上品ながらも動きのあるショートボブ。カラーは、お洒落染め(通常カラー)+ヘナカラーのダブルカラーで健康的なつや感を重視したレッドパープル。セットは、毛先がスウィングするようにワックスでスタイリング。大人らしい落ち着きの中にもキュートな遊び心を演出します。料金は、カット3500円、通常カラー5000円、ヘナカラー6000円、ダブルカラー8000円。新規利用オールメニュー20%off。営業時間は午前9時30分～午後7時。毎週月曜日、毎月第3日曜日定休。毎週水・金曜日は午後10時まで営業。駐車場有。

●鍛冶2-13-15 ☎83-2222

## アトリエ・チセ



## あなたのお部屋に、素敵な水の世界を… マリンエンゼル



あなたのお部屋に素敵なウォーターワールドを…。観賞魚専門店として長年親しまれてきた『熱帯魚センター』がこの10月末、本社名と同様の『マリンエンゼル』として市内富岡2丁目に移転。飼育だけでなく、洗練された都会的インテリアとして観賞魚システムを提案するプロショップとして生まれ変わりました。カラフルな海水魚は、種類の多さとお洒落なシステムが店の自慢ですが、常時海水を販売しているの、水換えの時に人工海水を作らなくていい点が注目。また、流行の水草の種類も道南屈指で、金魚もプロショップならではの取りそろえ。出張メンテナンス随時受付。飲食店向けの活魚水槽制作、部品販売も行っています。営業時間は午前10時～午後8時(日曜日、祝日は午後7時まで)。無休。

●富岡2-17-21 ☎83-8110



## 春まで絶対痩せたい人必見!!

回数	金額
18回	99,700円 (87,000円)
24回	126,000円 (109,000円)
30回	147,000円 (128,000円)
36回	167,000円 (140,000円)
お試し	未体験の方1回限り4,200円 脂肪の揉み出し付5,250円 (4,200円)

※( )カッポ内はペアでお申し込みの場合の1人分の金額

冬からはじめて、春には理想のボディを手に入れましょう!! エステサロン『ボートルボーテ』ではこのほど、本当に痩せたい人”8人限定のオリジナルウェイトダウンメニューを特別料金を用意、ペアで申し込みの人はさらに安くなります(左記料金表参照)。同サロンが自信を持って提供するオリジナルウェイトダウンメニューで、健康管理士によるサポート付なので、無理なく健康的に痩せられるのはもちろんのこと、健康管理士に勇気づけられながら孤独にならずにダイエットに挑戦できる点がうれしいところ。通常1回13650円(材料費込)の人気メニューなのでかなりお得。この機会をぜひお見逃しなく!! 営業時間は午前10時～午後8時。毎週日曜日、祝日定休。完全予約制。女性専用。

●本通3-9-22 ☎31-7808

## ボートルボーテ

女性 36歳 153cmの結果	
【体重】初回	60.6kg
18回目	52.2kg
36回目	46.6kg
ウエスト	-13.0cm
腹部	-13.8cm
ヒップ	-12.5cm
両太もも	-14.7cm

## スクール&サロンのお得な情報! アロマセラピー香音 香りのショップ・スクール・サロン



五稜郭公園そばの『香音』では、日本アロマコーディネーター養成講座の受講生を募集中。2月受験のための短期集中コースは都合の良い時間に学べるフリースタイルレッスンなので、忙しいあなたでもしっかり身に付きます。お申し込みはお早めに! また、来年2月からの固定時間コースも募集開始。12月中旬に申し込みと6周年記念で受講料が割引になります。毎回好評の1dayアロマ講座では12月7日午前11時～「アロマキャンドル作り(1575円)」を学べます。サロンではアロマスキンケアアフェイシャル60分6300円を4200円で提供(何度でも可)。疲労回復しながらお肌もちもちになりますよ! 営業時間は午前10時～午後7時。毎週月曜日定休(月曜日が祝日の場合は営業)。

●中道1-3-17 ☎52-1780 <http://www.aroma-kaon.com/>



## 聖なる夜にイタリアンディナーを!

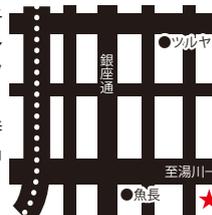


シェフの独創的なメニューが評判の『LA・PAST』でクリスマスディナーはいかが? スパゲティ・ボスカイオーラ、1人ヨリ鯛のポフレとズワイガニのペニエ・白花豆添え、牛肉と冬野菜の煮込みローズマリー風味、いちごのセミフレッド、旬の果実とチョコレートのムースなどの品々がそろって4500円。12月23、24、25日のそれぞれ午後6時～午後8時と午後8時30分～午後10時30分、限定各8組の予約制。予約時に「青ぼ見た」と言うとお好きなソフトドリンク1杯を人数分サービス!

営業時間は午前11時30分～午後3時(LO/午後2時30分)、午後5時～午後10時(LO/午後9時30分)、定休日は毎週火曜日ですが、期間中はお問い合わせ下さい。

●東川町4-8 ☎27-7595

## LA・PAST



## リピーターが多いそのワケは…? クラブカット イーダッシュ



1度使うとクセになるといわれるヘナカラー。リピーター率が高い秘密はどこにあるのでしょうか? まず、ヘナは植物由来の天然染料だということ。自然のトリートメント成分がヘアマニキュアのように髪の表面を優しく包み、使っていくうちに髪にコシと張りが出ていきます。次に、白髪染めに利用している人が意外に多いということ。オレンジ系やブラウン系の自然な色合いに仕上がるのが魅力です。幅広い年齢層に好評なのも頷けますね。あなたの髪のリハビリにもぜひどうぞ! カラー料金はカット、シャンプー、ブロー込で8400円～。新規で来店なら10%引。営業時間は午前9時30分～午後7時(完全予約制)。毎週月曜日、毎月第3日曜日定休。

●中道1-3-15 ☎52-6964 <http://homepage3.nifty.com/e-dash/>

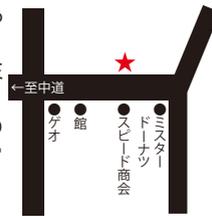


## 超お得、年末キャンペーン!! ミックコスメティックプラザ函館本通り



『ミックコスメティックプラザ函館本通り』では11月21日から12月27日まで、超お得な年末キャンペーンを実施します。「まつ毛カール」通常2520円→1760円、「ボディ・アロマトリートメント」通常8400円→4620円、柔らかく潤いに満ちた肌を実感できる「フェイシャル・保湿&エイジングケア」通常9450円→6600円、たるみによって気になる毛穴をクリーンにして引き締める「フェイシャル・毛穴&エイジングケア」通常6300円→4400円、海水、海藻のミネラルをたっぷり補給する「フェイシャル・タラソテラピートリートメント」通常4200円→2940円、スキンケアキープの人は「フェイシャルデコルテ」が通常2100円→1500円。完全予約制。営業時間は午前10時30分～午後7時。不定休。駐車場有。

●本通2-4-14 Hair DRAY2階 ☎33-5207



# My Home Doctor 健康通信

## 歯科

### インプラント“逆”Q&A 前多歯科クリニック院長 前多 壯晃

前回好評につき、今回もまた、私の方から皆様にご質問したいと思います。

Q.人間の歯は全部で何本かご存じですか？

親知らずを除いて28本です。生涯、できる限り多くの本数を自分の歯のまま残したいものですね…。

Q.歯を長持ちさせるポイントは何か知っていますか？

ズバリ、「ものを噛んだ時にかかる力の分散」と「歯周病の予防」です。28本の歯に力が分散されて加わることで、1本の歯にかかる負担が軽減され、歯は健康で長持ちします。ですから、理想的な噛み合わせも大切ということです。もちろん、日頃からの歯周病のコントロールも不可欠です。

Q.治療をしても、歯が失われてゆくことがあるのは何故でしょう？

何らかの理由で一部の歯が失われた場合、入れ歯やブリッジを入れます。実は、入れ歯やブリッジの場合、隣にある自分の歯には、通常の1本分の歯以上の力の負担がかかっているのです。つまり入れ歯やブリッジを入れたら、残っている自分の歯が長い年月とともに弱くなるわけです。そういったことが原因となり、歯は失われてゆきます。

Q.では、残っている自分の歯に、過大な負担をかけない方法は？

入れ歯やブリッジをインプラントに変えることです。インプラント治療した歯の隣の歯には過剰な負担がかかりません。Q.それでもまだ、インプラント治療をためらう理由はありますか？

「まだ先でいい」という方…入れ歯やブリッジの隣の歯が弱くなる前に、あるいは入れ歯やブリッジの数が少ないうちに、インプラント治療に取り組むことをおすすめします。

「治療後のことが心配」という方…インプラント治療した場所は、もともと何らかの理由で歯が失われた弱点のある場所です。当院ではそうしたことも考慮したアフターケアに努めております。お気軽にご相談下さい。

また、現在入れているインプラントに関するご相談もお気軽どうぞ。

歯周病やインプラント治療など、詳しくはホームページをぜひ、ご覧下さい。

<http://www.maetasika.com/> 現在インプラント無料相談、矯正無料相談受付中

前多壯晃先生プロフィール／バイオインプラントアカデミー講師、株式会社白鵬「インプラントセミナー」講師、東京フォーラム歯科研修センター「噛み合わせ学」主任講師、株式会社アビリティ「健康と口臭セミナー」講師、日本顎咬合学会「咬み合わせ認定医」  
診療／月・火・木・金＝午前9時30分～午後9時、水・土＝午前9時30分～午後1時 日・祝休診  
●函館市千歳町11-2 ☎23-5000



## 形成外科

### 粉瘤（ふんりゅう）の手術法

すどう スキンクリニック院長 須藤 聡

粉瘤というのは、皮膚にできる良性的な腫瘍です。大きさは親指の頭くらいのことが多いのですが、もっと大きくなることもあります。皮膚のすぐ下に、丸くコロコロとした硬い塊として触れます。これは皮膚の下に袋ができて、中にオカユのような脂のカスが詰まったもので、上に小さな穴が開いていて、しばと悪臭のある中身が出てくることもあります。普通は痛みはありません。でも、化膿してくると、赤く腫れて痛みも出てきます。

粉瘤の手術は、皮膚の下にできた袋を切除することです。普通は皮膚を紡錘形に切開して、袋を内容物と一緒に切除して縫合します。袋を取らないと再発すると思われていますが、粉瘤の1番の元は皮膚のくぼみです。粉瘤の開口部なのですが、このくぼみさえ取ってしまえば再発することはありません。この開口部を切除して、内容物を押し出して袋を切除して縫合する方法もあります。この方法だとキズアトは小さくできます。さらに開口部の切除を小さくして縫合しないで治す方法もあります。でも、いずれの方法も化膿していないこと、開口部がはっきりしていることが条件になります。

化膿してしまった粉瘤の場合には、皮膚を切開して中の膿を出します。でも、膿が貯まっていた空洞が残っているので、消毒したり洗浄したりしながら空洞が小さくなっていくのを待ちます。空洞が小さくなるより先に切開した皮膚がふさがってしまうと、また膿が貯まってきてしまいます。それを防ぐのに通常は中にガーゼを入れて皮膚がふさがらないようにします。しかし、一部の皮膚を切除して切開しておくことでガーゼを入れなくても切開した皮膚はふさがらなくなります。この方がガーゼを入れておくよりも早く治るようです。

須藤聡先生プロフィール／昭和大学医学部卒業、昭和大学医学部形成外科入局、沼津市立病院、前橋赤十字病院、太田熱海病院などを経て平成7年より函館に在住。大村病院形成外科に勤務。形成外科学会、皮膚科学会、美容外科学会、褥瘡学会会員。

診療時間／月・水・木・金＝午前10時～午後2時 午後3時30分～午後7時30分

土＝午前10時～午後2時 日＝午後1時～午後5時 休診／毎週火曜日・祝日

●五稜郭町34-16 2F ☎33-0865



## 美容外科

### とにかく若くになりたい 目元・口元の化粧にお悩みの方へ

五稜郭大村美容形成クリニック院長 大村 勇二

コラーゲン・ヒアルロン酸などを注入するのではなく、自分の細胞で若さを再生する医療です。採血によって抽出した自分自身の白血球含有血小板成分と細胞再生因子を目元や口元の気になる部分に注入する『セルリバイブ・ジータ』は再生医療を応用した方法として今一番注目されているアンチエイジング法です。

元来止血作用とキズの修復作用（細胞活性因子や成長因子）をもつ血小板成分を高濃度に抽出し、注入することで今までにない自然なふくらみが出現します。採血、抽出に30分程度必要ですが、注入時間はヒアルロン酸注入と比較して短く数分で終了します。自分の血液成分を注入するため、安全な若返りの最先端の皮膚再生療法です。

ヒアルロン酸、コラーゲンの注入、ボトックス注射では効果持続期間が6ヶ月で度々注射する必要がありますが、『セルリバイブ・セルリバイブジータ』では、効果持続時間が長くなり1回の注入にて2～3年維持され今までの注入法では満足度の低かった目の下のシワやくぼみに非常に効果的です。

また、今までの血小板療法『PRP』は血小板の濃度が薄く効果の発現度が低いため満足度が低かったのですが、『セルリバイブ・セルリバイブジータ』は従来の血小板療法『PRP』の3～5倍の濃度に高め、自己白血球を含めることで効果も向上し、満足度が高まりました。

適応は目・口の周辺のシワやくぼみ、頬のくぼみ、おでこのシワ、こめかみのくぼみ、ほうれい線、首のシワで、治療経過注意事項について専門医の説明を受けて、治療を受けてください。

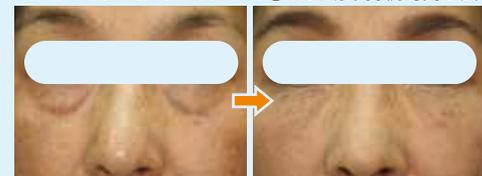
これからのシワやくぼみの肌の若返りの治療システムはフォトRFなどの高周波や光治療と共に細胞再生医療を中心としたアンチエイジング治療に変遷していきます。また従来行われているサプリメント（ビタミンB群、C、E、CQ10）摂取、各種注入・注射治療もニーズに応じて行われていくでしょう。

大村勇二先生プロフィール／昭和57年昭和大学医学部卒業、昭和大学形成外科へ入局。昭和61年大村病院副院長。平成15年10月五稜郭大村美容形成クリニック院長。医学博士・昭和大学兼任講師・日本形成外科学会専門医・国際美容外科学会正会員・日本美容外科学会正会員。日本抗加齢学会専門医

診療時間／月・火・木・金・土曜日／午前11時～午後3時、午後4時～午後8時

日曜日／午後1時～午後5時 休診／毎週水曜日 祝日

●本町8-18 アクサ函館ビル7階 ☎35-4874 <http://www.5biyou.com>



施術前

施術3ヶ月後

## 呼吸器科

### 肺癌

金井内科消化器科医院 金井 晶子

現在、日本人の死因のトップは悪性新生物、すなわち癌で、全体の約3分の1を占めています。その中でも肺癌が最も多く、癌で死亡された方の約半分は肺癌です。このように肺癌は頻度も多く、また、死亡率も高いため、予防に努めることが大切です。肺癌を確実に予防する方法はありませんが、早期発見と発病リスクを減らすことは可能です。

まず、早期発見のための肺癌検診は、胸部レントゲン検査にて行います。それだけでも30～60%死亡を減らすことができる可能性があり、最低でも1年に1回程度のレントゲン撮影検査が勧められています。さらに高危険群と判断される方には喀痰細胞診なども行います。精度の高いCT検診もありますがその有用性に関しては、まだ十分に立証されていません。しかし、必要があるようでしたら、当院では、市内の大きな病院で最先端の検査を受けていただくような患者さんをご紹介しております。

次に、発病リスクを減らすためには、禁煙も非常に大切です。たばこを吸う方は吸わない方に比較すると約10～20倍肺癌のリスクが高まります。しかし、禁煙後4～5年経過すると肺癌のリスクはたばこを吸わない方と同程度にまで低下することもわかっています。今後当院では禁煙外来開設も予定しております（来年1月くらいになるかと思いますが）のでご相談ください。

私は、本年9月まで、市立函館病院にて肺癌患者さんの診療にあたっておりましたが、肺癌は、症状が出てきた時には進行癌になっていることも少なくありません。進行癌になられた方でも、適切な治療を行うことにより、ある程度長期間症状を抑えて生活していくことが可能になりましたが、それでも、時間が経過すると悪化してしまう方がほとんどです。やはり、早期発見と予防に努めていくことがとても大切です。

肺癌のことはもちろんのこと、肺の症状について何か心配なことがございましたら、御遠慮なく相談にいらしていただければと思います。

金井晶子先生プロフィール／札幌医大卒業、札幌医大第3内科入局、市立函館病院呼吸器内科研修医、道立北見病院、函館市医師会病院呼吸器内科医長、札幌医大第3内科勤務を経て、2004年4月～市立函館病院勤務、主任医長を経て、金井内科消化器科医院勤務となる。現在、市立函館病院緩和ケアチーム兼任。医学博士、日本内科学会認定内科医。

診療時間／月・火・木・金＝午前9時～正午 午後3時～午後5時

水・土＝午前9時～正午 日曜日・祝日休診

※金井晶子先生の担当日は月・水・土曜日です。火・木・金曜日は循環器内科の診療を行っています。

●湯川3-40-3 ☎59-1231



# My Home Doctor 健康通信

## 小児科

### 小児の気管支ぜんそくについて

社会福祉法人函館共愛会 共愛会病院小児科部長 吉村 英敦

日中元気がだった小児が、夜になって急にゼーゼーし始め、呼吸が苦しくて夜間救急病院を受診する例が時々みられます。

いわゆるぜんそく発作で、春先と秋口といった季節の変わり目に多くなる傾向は昔も今も変わりはありません。台風、低気圧といった気圧の変化、ストレス、感冒など感染がきっかけで、発作を起こすこともよくあります。気管支ぜんそくは気道の慢性炎症で、この状態が長く続くと気管支が固くなり、ぜんそくが治りにくくなったりします。入退院をくり返すようになる可能性もあります。そうすると、小児の日常生活、学業、スポーツなどに悪影響が出てきます。思春期に多いぜんそく死も減ったとはいえ、まだかなりの数にのぼります。

したがって、幼少の時から、ぜんそく発作が起きないようにいかにコントロールするかが、小児科医にとって非常に重要な課題となります。

具体的には重症度に応じて気管支拡張剤、抗アレルギー剤、ステロイド吸入剤などをいろいろ組み合わせて長期管理を行ないます。

しかしこれだけでは不十分で、家庭においてもアレルギーの原因となるダニを減らすような環境整備も大切といえます。

それから、家の中でたばこを吸う人はいないでしょうか。たばこの煙も小児にとっては非常に有害で、小児がたばこの煙を吸うとぜんそくにかなりやすくなったり、発作がおきやすくなったりすることが知られています。小児とは別の部屋、換気扇の下などに限って吸っても悪影響に変わりはありません。子供の健康にとっては、家族の禁煙はとても大切で、養育者の責務といっても過言ではありません。吉村先生のプロフィール / 昭和53年札幌医科大学卒

専門分野:小児神経科 小児科

小児科は 吉村先生、及川先生、曾根先生の3人体制で行っています。

受付時間 / 月～土＝午前8時30～午前11時30分、

月～金＝午後1時～午後4時30分

月～木(夜間診療)＝午後5時～午後7時

●中島町7-21 ☎51-2111 <http://www.kyoaikai-hosp.com/>



## 歯科/口腔外科

インプラント/インプラント…Part 11 医療法人社団吉田歯科口腔外科院長 吉田 康仁

### “進化するインプラント治療”

今やインプラント治療は最も信頼できる「欠損補綴」として世界中で普及して

います。研究もまた日進月歩でこの治療はどんどん進化しています。昨今のトレンドは手術後いかに早く人工の歯として機能させるかということです。

「即時機能」が脚光を浴びています。手術したその日に仮歯を装着し噛めるようにする治療法で、インプラント治療件数が圧倒的に多い当院でもこの治療法を積極的に取り入れています。下顎奥歯のインプラント治療なら「最短2週間」で仮歯から最終治療まで完了します。患者さんの満足度は100%です。

吉田康仁先生プロフィール / 1952年岩手県生まれ。1980年岩手医科大学歯学部卒業。同年同学第二口腔外科入局。1983年函館協会病院勤務、1999年函館市湯川町にて開業、現在に至る。

診療時間 / 月～金曜日＝午前9時～午後6時30分

土・日曜日、祝日＝午前9時～午後4時30分

●湯川町1-30-8 ☎59-3918

