

青いほすと

発行/函館どつく株式会社ミッド事業部
〒040-8605 函館市弁天町20番3号

[編集室] ☎27-9210 [営業・折込業務] ☎23-5688
[FAX] 23-5699 [E-mail] aoi-post@aurora.ocn.ne.jp
[URL] http://oceanplace.jp/aopos/

応援します! あなたの生き方

2004 CHRISTMAS SPECIAL

子供達に素敵な夢を...

Merry
Christmas!

今年のクリスマスは
家族みんな一緒に素敵な時間を
青いほすとが、ど〜んとプレゼント!!

応募方法はp2に掲載しています。

1 有限会社ニヤマ温泉スキーより 満足コース・ファミリープラン

家族4人 (大人2人、小人2人)
1泊2食付温泉 ホテル宿泊券

今年ニヤマが面白い! 『ニヤマ高原スキー場』は今シーズンから、スノーボーダーにおすすめのトリッキーなコースからシニアスキーヤー向けのコース、初心者コースまで、3世代が楽しめるスキー場に変身。この冬の話題を独占します。スキー場オープンが12月18日の予定。また、安くておいしいランチやディナーが味わえるほか、日帰り入浴や宿泊にもってこいのレストランや温泉ホテル『NKヴィラ』も大好評。とびきりゴージャスながら格安のクリスマスディナープランも現在開催中です。なお、今回のプレゼントは、家族4人 (大人2人、小人2人向け) が美しい高原でゆったり過ごせる1泊2食付の宿泊プラン『満足コース・ファミリープラン』です (リフト券は含まれません)。

●七飯町字仁山670 ☎65-9000



1名様

サンタクロースは本当にいますか?
クリスマス・イブの夜、靴下の中にプレゼントを入れてくれるサンタクロースのお話のモラルは、4世紀のトルコに実在したセント・ニコラスという聖人です。当時、ある一家が生活苦から、娘3人を過酷な仕事に出すという話を聞きつけたセント・ニコラスは、娘達のためにその家の煙突から金貨を入れてあげました。そのおかげで、3人の娘は幸せな結婚ができたそうです。その時、煙突から放り込まれた金貨が、たまたま暖炉に干していた靴下の中に入ったことから、その後、靴下の中に子供達へのプレゼントを贈るサンタクロースの習慣が世界的に広がりました。
セント・ニコラスはもう生きていませんが、子供達の幸せを願うその精神は、世界中で脈々と受け継がれています。いま、子供達にプレゼントを渡しているお父さんやお母さんの心の中にも知らずのうちに、セント・ニコラスの精神が受け継がれています。きっと、そういうものを「目に見えないもの」というのでしょうか...。だから、子供の幸福を願う親の心の中にこそ、本当のサンタクロースが存在しているのではないのでしょうか? サンタは本当にいます。
毎年恒例となりました本紙のクリスマスプレゼント特集。このたび私達スタッフはクリスマスに伝わるサンタクロースの意味についてあらためて考え、函館に住む子供達のために何かを贈りたいと思いました。そして子供達にとって最高の喜びとは、家族に囲まれて過ごす楽しいひと時なのではないかと...。
今回は、家族そろって楽しめるプレゼントをスリッソろえてみました。あなたのご家族にぴったりのプレゼントをじっくり探してぜひ、応募してください!!

3 100円回転寿司 ひやくまるくんより やすけフーズ全店共通食事券 (5000円分)

2名様

市内鍛冶1丁目この秋に8店舗目をオープンした『100円回転寿司 ひやくまるくん』。寿司はもちろん、揚げ物や茶碗蒸し、本日のお吸い物、デザートなど、およそ80アイテムがあり、全皿100円で食べられるのが特徴。なんと、ウニやイクラも1皿100円で食べられるのがうれしいところ。

また、ハンバーグ握りやウィンナー握りなど、面白い変わりネタも多数あり、子供達に大人気。家族全員でお腹いっぱい召し上がれ! 営業時間は午前11時~午後9時30分。

●鍛冶1-32-5 ☎55-5599



2 オークランド スターボウルより ボウリング2ゲーム (家族4人まで、貸靴込) ご利用券

2名様

市内昭和4丁目のホテルオークランドに隣接している『オークランド スターボウル』は、小さな子供から大人までが楽しめるスポット。全40レーンのうち、20レーンはガーターにならないレーンにもなり、ボールも4ポンド、5ポンドの軽いものがある (希望者はフロントまで)。これは、指を入れる穴が5つあるので握力のない子供でも投げやすく、ピンを倒すことができる。今回は、ボウリング2ゲーム (貸靴込) のご利用券を2家族 (1家族4人まで) にプレゼント。1ゲーム大人500円、学生450円。貸靴 (200円) は16センチ~。10人以上の団体予約も受付中。営業時間は平日午前11時~深夜1時、日曜日、祝日は午前10時~深夜1時、土曜日、祝前日は午前10時~深夜2時。無休。駐車場有。

●昭和4-34-12 ☎41-4441



7 ドウ・エ・タンドゥルより
商品券(1000円相当)

七飯町の『ドウ・エ・タンドゥル』より1000円の商品券を10名様にプレゼントします。
七飯町鳴川にある『ドウ・エ・タンドゥル』には、季節ごとの果物を使った旬のケーキをはじめ、シェフおすすめのケーキが28~30種類並び、店内は美味しい匂いでいっぱい。今なら地元・七飯町のリンゴを使った「タルトタタン」や「アップルパイ」がオススメです。この店のケーキは洋酒をほとんど使わないので、小さなお子様から年配の人まで食べられるやさしい味が特徴。また、可愛いデコレーションも素敵です。チョコレートや焼き菓子の詰め合わせはプレゼントにもぴったり。パースデーケーキの種類も色々ありお好みに合わせて選べます。

●七飯町鳴川169-2 ☎65-0808



6 Bari-bari 沙蘭 より
食事券(5000円相当)

市内本町・高砂通沿いにある評判の「やきにくれすとらん」『Bari-bari 沙蘭』では、安全性の高い国産黒毛和牛を使用。安心できる1軒として定評があります。道内ではここでしか味わえない上質の肉は、口の中でとろけるほどの美味しさ。昼は、この肉をリーズナブルに味わえるランチメニューが充実。夜は「沙蘭の全てが分かる」と好評の「おまかせコース」(=写真、1人前3600円、ご利用は2人~)などのコースメニューのほか、「しゃぶしゃぶ」「すき焼き」(各5500円~)、韓国の家庭料理など色々な味が楽しめます。今回は5000円分の食事券を2名様にプレゼント(夜のみ利用可)。選び抜かれた牛肉の味を、ぜひ1度ご賞味あれ。営業時間は午前11時30分~午後2時、午後5時30分~午後11時。不定休。駐車場有。

●本町10-7 ☎53-5117



5 中国料理華道天津より
食事券(5000円相当)

市内本町・ホテルリードコア1階にある『中国料理華道天津』は、本格中華料理をカジュアルに楽しめると好評の1軒です。

定評の「ランチバイキング」(924円)と、「テーブルディナーバイキング」(2415円)をはじめ、この時期に人気があるのがお得なコース料理です。

コースは1人1575円、2100円、2625円の3コースがあります(2人以上でご利用下さい)。メインからデザートまで全7品が付いて、ボリューム満点です。営業時間は午前11時30分~午後9時30分。ランチタイムは午前11時30分~午後2時30分。年中無休。

●本町29-26 ☎35-3321



4 居酒屋マリンテーブルより
食事券(5000円相当)

市内中道2丁目の『居酒屋マリンテーブル』は、小さな子供がいても気軽に利用できるとファミリーに人気の1軒。メニューもお子様ディナーやパフェなど、子供が喜ぶメニューが充実。もちろん、そのほかにも活の刺身や寿司に丼もの、アルコールにピッタリのオリジナルメニューなどが豊富にそろっています。ドリンクメニューの中では、カクテルやチューハイが充実しているので女性客に大好評。店内はカウンター席、小上がり、個室とあり、1人から団体の宴会まで幅広く対応。今回は、5000円分の食事券を2名様にプレゼント。この冬は家族そろってマリンテーブルへ!! なお、個室は予約優先制ですので、早めの予約がオススメ。営業時間は午前11時~午後2時30分(ラストオーダー午後2時)、午後5時~午前0時30分(ラストオーダー午後11時30分)。年中無休。駐車場40台。

●中道2-8-2 ☎35-3300



クイズに答えてプレゼントをゲット!!

クイズに答えて、クリスマスプレゼントをゲットしましょう! 下記の要領にてご応募下さい。正解者の中から抽選で、本紙p1~p2に掲載した素敵なクリスマスプレゼントをお贈りします。締切は12月27日必着。

クイズ



サンタクロースが乗っているソリを引いている動物は次の3つのうち、どれでしょう?

- (A) 牛
(B) トナカイ
(C) 犬

(裏)

- クイズの答え
- 希望プレゼント番号
- 希望プレゼント名
- 郵便番号
- 住所
- 氏名
- 電話番号
- あなたの家族の話
楽しい話、笑える話
ほのぼのエピソード
ほか、何でもOK!!

(表)

50 0408605
函館つく株式会社
ミッド事業部
青いぼすと編集室
「クリスマス
プレゼント」係

10 五島軒より
クワードケーキ(1500円相当)

明治から続く伝統の味を伝える『五島軒』より、「クワードケーキ」をプレゼントします。誕生から50年を迎えたクワードケーキは、パイ皮の上にバター風味のパウンド生地とクルミをのせて焼き上げたもの。

当初は結婚式の引き菓子として作られたものが評判となり、一般向けに発売される事になりました。製法の基本は50年前と変わらず、そのシンプルな味が、時代が変わっても長く愛され続ける理由なのでしょう。

なお、当選券の引換は末広町本店、十字街プロミエルカモイ店、駅前すずらん店(北洋ビル1階)で取り扱います。

●末広町4-5 ☎23-1106



9 フォトスタジオ タニスギより
フレーム入りキャビネ判家族写真(7000円相当)

市内本町にある『フォトスタジオ タニスギ』は、「しあわせ家族の写真館」をキャッチフレーズに、家のリビングにアート感覚で飾れるお洒落な家族写真を撮影してくれると評判のフォトスタジオ。

七五三や卒業・入学、結婚式などの行事に、フォーマルで撮影する写真もいいけれど、家族にうれしいことがあった時に「我が家だけの記念日」として、カジュアルなスタイルで撮るのも楽しいですね。「そういえば、あのときこんなことがあった」と数年後、会話がはずむような家族写真を手元に1枚いかがでしょうか。

●本町31-10 ☎52-2053

<http://www.tanisugi.com/>



8 エビフライのヨシヤより
食事券(5000円相当)

創業35年を迎える老舗『エビフライのヨシヤ』から、5000円の商品券を2名様にプレゼントします。エビフライの店として名高いヨシヤのもうひとつのオススメはハンバーグ。吟味した固まり肉をミンチで作るジューシーなハンバーグに、鶏菜と煮込む本格的なドミグラスソースが添えられて、評判通りの美味しさ。ポタージュ、ミニサラダ、ライス、コーヒーかアイスクリームが付いて1550円。また、エビフライ、ヒレカツ、ミニハンバーグと3つの味が楽しめるAセットは1870円(=写真)。家族の行事やお祝いの食事に、昔ながらの洋食屋さんの本格的な味を堪能しませんか。創業当時のままのインテリアも懐かしい雰囲気。●弁天町5-6 ☎22-1365





子育て倶楽部

このコーナーでは、子育てに関する意見交換や、ベビーやキッズのカワイイ商品・便利なグッズをはじめ、パパ、ママ、おしちゃん、おばあちゃんにもオススメの情報を紹介します。読者の皆様もオススメの商品や場所などがありましたら、ぜひお知らせ下さい。

今回は、お酒を飲む場所や煙草の煙で空気の悪い場所に子供を連れて行くことには反対の(私は白髪染め)さんへの意見を紹介します。

お酒を飲む場所が、なぜいけないのか...と思います。煙草の煙の漂う所は、私が行った所ではなかったです。うちの場合、居酒屋はあまり行きませんが、今は喫煙と禁煙の席が別れている所が多いですし、お酒を飲むと言っても泥酔状態の人がいるような時間帯には行かないし、後は他人に迷惑をかけなければ問題ないと思います。ブランド物のことですが、体に合わなくて年々買い替えますが、綿のもの、伸縮性のあるもの、布の違いはものすごくあります。色も形も洗っても元の状態に戻るし、洗わなくても伸びっぱなしになりません。私も友達も、小さくなった服は洗ってきれいにしてとっておいて人が多いです。子供が大きくなって、自分の子供に着せて欲しいし、そう思えるほど布の状態が良いのです。もちろん、家族のために働いてくれる父親、自分、子供とバランスのとれた買い物でない、と思うので、主人に相談します。主人も、子供は親が可愛いと思う服を着ている時期は少ないのだから、その間は出来ることであればしてあげようと言います。欲しいものを我慢することを教えると言うのであれば、子供にとって一番興味のあるおもちゃが効果があるのではないかと思います。私も我慢は必要だと思うので、おもちゃで教えています。価値観の違いはあっても、しつけの大切さは感じます。(匿名希望)

皆さんはどう思われますか?

ご意見・ご感想は...
〒040-8605
函館どつく株式会社ミッド事業部
青いぼすと編集室『子育て倶楽部』係
FAX 23-5699
Eメール aoi-post@aurora.pcn.ne.jp

今月の「元気印」



佐々木 杏実(あみ)ちゃん
平成13年11月3日生
佐々木 吏玖(りく)君
平成16年4月25日生



(左から)石渡真里衣ちゃん、鎌田夏実ちゃん・秋田涼梨ちゃん
「お母さんと一緒に楽しいよ～」

←自宅で子供とストレッチをしています!!

親子でバレエ♪



お母さんも子供も運動不足になりがちなこの時期、『函館バレエアカデミー』で行っている「オープン初級クラス」のレッスンなら、親子で楽しく体を動かすことができます。

また、一緒にレッスンを受けることで会話やスキンシップが増え、お母さんの美容と健康にもぐー!



お母さん自身もレッスンを受けることで理解が深まり、お互いに教え合ったりするようになったのだとか。



オープン初級クラスのレッスンはチケット制(11回分18000円、親子レッスンは割引有)なので、料金はレッスンを受けた分だけでOK。これなら、何かと忙しいお母さんにもはじめられそうですね。

日時は毎週日曜日の午前11時～正午。3歳～可。詳しくは電話でお問い合わせを...

取材協力/函館バレエアカデミー
●美原1-35-36 ☎43-9687

道南在住の頑張る人紹介

マイウエイ全力投球

クリスマス向け カクテル、作りました

カフェ&ダイニングかねもり
主任
阿部 友和さん



「この店は、デトースポットとしては最高に素敵な場所だと思います。クリスマスのデトにはぜひ、お越し下さい。」
ベイエリアの赤レンガ倉庫群に、この4月に誕生した『カフェ&ダイニングかねもり』の阿部友和主任はPRする。クリスマス向けに何か洒落た演出を...とこのほど、自らのアイデアでクリスマス用のオリジナルカクテルを完成させた。

「クリスマスのイメージにぴったりのものを作ろうと3日間、アイデアを煮詰めました。カクテルは、メロンリキュールの緑色でもみの木をイメージした「クリスマスグリーン」(写真右)と、コアントローという白色のリキュールをベースにした「ホワイトクリスマス」の2種類。この12月1日から25日までの特別メニュー。ハチミツを使った「クリスマスツリー」は女性にオススメのスイートな風味。レモンジュースと

カンパリを使った「ホワイトクリスマス」は、ちょっと大人の味。12月23〜25日のクリスマスディナーコースと合わせて、この店の今年のクリスマスの看板メニューとして話題を集めそうだ。
「将来は自分でバーをやりたいというくらい、飲むことや食えることが大好きです」
この店に配属される前は、隣接の『函館ヒヤホール』に勤務し、飲食業の基本を学んだ。「お客様が考えていること・感じていることを素早く察知して行動しよう」というのがご自身が考えるサービスの信念。プライダ部門も担当しているというだけあって、施設やメニューといったハード面だけでなく、利用者の心にふれるソフト面の充実に常に着目している。
「レストランやバーほかかきこまていない、カジュアルで温かい雰囲気を楽しめるのがカフェ&ダイニングの存在だと思っています。は☎277878。」

もちろんそれは観光客だけのものではない。地元のカップルやファミリーにも、気軽にくつろいでいただける店「あります」
趣味はバスケットボール。多忙な仕事の合間に、社会人チームのメンバーの一員としてコートで汗を流す。仕事とスポーツの両立は大変なこと多いが、逆にそれが生活のメリハリとなり、心のゆとりが持てることで、仕事のアイデアも膨らんでくるのだとか。
「できれば来年からは、季節ごとにオリジナルカクテルを考案してゆきたいですね」
英国のパブのような素敵なカウンターに響くシエカーのリズムカルな音。そこからグラスに注がれるのは、夢のような美しい色彩とロマンチックな味わい...そしてゆったりと流れる今宵のひととき...
カフェ&ダイニングかねもり

青はの心

今年も、もうすぐクリスマスがやってきます。

度重なる起った、台風や地震の被災地の皆さんは今頃、どうされているでしょうか。暖かい部屋で家族がそっと穏やかに過せることがいかに幸せなことかを、しみじみ感じている頃です。
「存じのようにクリスマスは、イエス・キリストの生誕祭です。貧しい馬小屋で生まれ、十字架の苦しみを負う引き受けて私達人間の罪償いを身をもって示したのがイエス・キリストでした。」

今の世界情勢をみると、話し合いや譲り合いよりも、有無を言わせ暴力とその応酬が蔓延してしまっています。宗教間の確執がその背景にあるとも言われます。でも、キリスト教も、そのおおもとの教えは、愛と寛容の精神ではなかったでしょうか。一方、十字を切りながら、刀で銃を取る矛盾。大いなる不寛容が世界を覆い尽くしたかのように、暗澹たる気持ちになりそうです。

キリストの言葉

ところで、クリスマスが何故12月25日なのかについて、こんな話があります。12月25日はもとも王着の宗教の冬至のお祭りでした。1年の収穫を終え、太陽の光が弱くなってゆく時期であることから、太陽を崇める太陽崇拝信仰の祭事だったのです。初期のキリスト教指導者たちは、異教徒との対立や摩擦を生むことなくキリスト教を広めるために、異教徒の祝祭日だったこの日を、キリスト誕生の日と定めたのだというのです。

目先の利害や自尊心を捨て、異なった立場を認め受け入れる寛容の心が、そこにはあります。寛容という言葉はキリスト教の重要な徳目のひとつでもあります。キリスト教に限らず、宗教は人間だけが持つ高度な精神の営み。人が宗教を信仰するのは究極的には幸せを求めているのではないのでしょうか。「己を愛すること、隣人を愛せよ」と説いたキリストの言葉を、いま一度思い返したいものです。

キリスト教のある会派のホームページに、「ユダヤ戦争に関するこんなコメントがありました。」

「力と報復と憎悪の連鎖」ではなく、「愛と寛容とやさしさの連鎖」を。信者ならずとも、そんな希望の連鎖を期待したいと心底思います。

せめてクリスマス時期には、日本や世界で苦しんでいる人々のことに少しでも思いを馳せた、ものです。(無)

Naruhodo Topics [なるほどトピックス]

市民とカネ

Voice

鎌鹿 隆美

師走を目前に「来年こそは良い年になって」とか「今年
はラッキーな年だった」とか様々な思いがこの時季、頭を
駆巡る。年の瀬に駆巡るのは頭だけでは無く足も駆ける。
この不景気、年の瀬に足を使って「金策」巡りをする市
民も少なく無いだろう。カネといえば、政治とカネが現代で
も問題になっている。この関係、よの東西を問わず、斬つ
ても切れない関係にある。僕から言わせれば、税金をあて
に政、官、業がカネを環流させて儲けを分ける「共生の関
係」だと思っている。問題なのは儲けが平均的に社会に
還元されたり、貢献されたりしてしまえば良いのだが、そのよ
うな実感が国民や住民に湧いてこない所に「欠陥」がある。
だから昔から法的に規制され続け綱紀粛正がなされてきた
訳だ。さて、今年の流行語がそろそろ決まるが、函館市の
流行語にしてほしい言葉がある。それは函館市議会の
政務調査費の返還、改革を求める「住民訴訟裁判」の
口頭弁論で議員側から口をついて出た「市民はケチ臭い」
という言葉だ。政務調査費は皆さん御存じの通り議員が
市民の代わりに先進地を視察したり、研鑽（けんさん）を
積む目的で専門書を購入したりと施策に反映させ、市民
に具現化（具体的に示し形にさせていくこと）する大事な
カネである。民間では企画調査、市場調査に当り戦略的
の意味合いが強いので、その用途についてはより緻密な社
内制約や報告義務がつきまとう。聞く所によると、市議会
の約束事はこの民間式と比べてなっていないようだ。す
でにメディアで紹介されたが、視察先で泊った宿の領収
書もなく、視察先に事前の約束もしていない。挙げ句の
果てに会派の中で連続して観光地を視察したことを問わ
れて「当時（平成13年）はこの（物見遊山的）視察でもよ
かった」と認めたが、開き直りとしか言ひ様がない。この
調査費は一部で「議員へのお年玉」と呼ばれている。市
民の皆さん、政務調査費は議員1人当り年間84万円とお
年玉にしては破格過ぎませんか。（フィールドアドバイザー）

好評！ 年末用寿司折り

回転寿司・箱館・笑比須

市内広野町にある創業
明治27年の『回転寿司・箱
館・笑比須』は、回転寿司
〜420円とリーズナブ
ルに味わえる評判の1
軒。
「魚筋」をモットーに
しているだけあり、ウー
ン、アワビは近海のもの、
さらに全国各地から集
めた旬の素材による寿
司を食べられます。カ
ウンターには常時5〜
6人の職人さんがいて
その場で握ってくれる
のがうれしいところ。
毎年年末に好評なの
が年末用寿司折りの特
選（3人前4800円）



特選

「魚筋」をモットーに
しているだけあり、ウー
ン、アワビは近海のもの、
さらに全国各地から集
めた旬の素材による寿
司を食べられます。カ
ウンターには常時5〜
6人の職人さんがいて
その場で握ってくれる
のがうれしいところ。
毎年年末に好評なの
が年末用寿司折りの特
選（3人前4800円）



海鮮

●広野町53
☎558844

見た目も楽しいランチ

鯨ダイニング月華



市内石川町のトイザラ
ス横にある『鯨ダイニング
月華』。
壬タン和風のくつろげる
店内で、お洒落で美味しい
ランチを味わえると女性
を中心に人気の軒です。
ランチプレートは、
1000〜1500円の
☎47-01102

3種類あり、
9分割のプ
レートにお
かずと創作
寿司が9品
さらにドリ
ンクやデザ
ートまで付
いていて美
味しくて楽し
いランチ
タイムを楽し
めます。営
業時間はランチタイムが午
前11時30分〜午後2時30
分、ディナーは午後5時〜
午後11時。年中無休。駐車
場有。

味しくて楽し
いランチ
タイムを楽し
めます。営
業時間はランチタイムが午
前11時30分〜午後2時30
分、ディナーは午後5時〜
午後11時。年中無休。駐車
場有。



くつろぎの癒し空間へようこそ

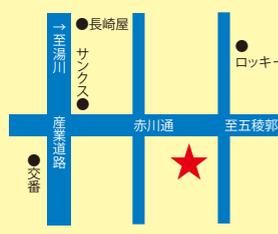
もみnaturaiボディ

疲れた心と体をもみほ
ぐす『もみnaturaiボディ
』が、この10月18日にオー
プンしました。
ストレスからくる心と体
の歪みを人の手でもみほ
ぐします。心地よい音楽
の流れる中、ハンドケア
のぬくもりが体の奥まで
届いて体が軽くなるのが
分かります。くつろぎとリ
ラックス空間で癒される瞬
間をぜひ実感して下さい。
「ボディ」は半身と全身
ケアの2種類で、15分
777円。『リフト』は膝
下アロマイルクケアで30分
2200円。『アブソルド』



1050円で行えます。
男性も女性もこのチャン
スにぜひ一度、癒し体験を
…。
営業時間は午前10時〜
午後8時。予約すると待
たすにできます。
●富岡3,2613
☎417327

は15分1500円。首
から上の部分をもみほぐ
すアブソルドは、顔の凝りが
とれて表情が明るくなり
ます。頭がもやもやしてい
る人やパソコンなどで目の
疲れが気になる人にオンス
スです。
現在、オープン記念で初
回に限り、ボディのみ30分

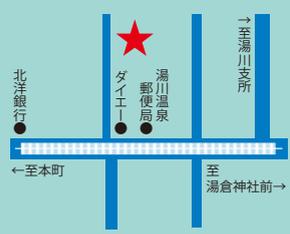


2005年のあなたの運勢を占いませんか？ 占いハウス

市内湯川2丁目・湯川
温泉郵便局裏にある『占い
ハウス』の齊藤房子さんは
占いを始めて28年。函館
だけでなく全国各地で多
くの人の運勢を占てきま
した。齊藤さんの占いは、
適職など様々な分野に渡
ります。
「皆さんの来年の運
勢が良いものになるよ
う、お手伝いしたいと
思っています。1人で
悩まず気軽に相談し
て下さい。来年は四年
なので丑年生まれと
巳年生まれがよい年に
あたります」と齊藤さ
んは占っています。



生年月日に基づいた気学
を中心に、希望者には姓名
判断も行い、合わせて鑑定
占いをしています。内容は縁談や
1年の運勢が多く、ほか
に開業や開店、家相、命名
に開業や開店、家相、命名
付けています。
●湯川2,2513
☎574710



LUNCH BOX ウィニングホール レストランZOOT!
週替りパスタ 1000円
(パン、サラダ、コーヒーまたは紅茶付)

営業時間
ランチタイム/午前11時〜午後3時
ディナータイム/午後5時〜午前0時
年中無休
●末広町22-11 ☎26-3111

パスタ、カレー、和食と種類豊富なランチメニューの中で、人気は週ごとに替わる。スタ。取材日のメニューは、パスタの上に大きなナポリが乗った「タラバガニのトマトクリームパスタ」で、ボリュームのあるカレーが豪華な一品。店内は函館湾が見渡せる最高のロケーション。素晴らしい眺めと美味しいメニューで、ちょっと上をゆくランチタイムをいかがか。

法律講座

まちの弁護士さん暮らし相談室

監修/北都法律事務所
弁護士 山本啓二 ☎51-0575

賃借建物の更新料

問 2年間の約束で自宅用建物を賃借しています。来月で期限が切れるのですが、昨日、大家さんから「契約更新にあたって更新料として賃料1ヶ月分を支払ってほしい」と言われました。支払うしかないのでしょか。

答 意外に思われるかもしれませんが、六法全書のどこを見ても更新料という言葉は出てきません。更新料とは何なのか、その支払い義務はあるのか、額はいくらが適正なのかなどについて法律が明確に何かを定めているということではないのです。ですから、貴方の家の賃貸借契約書の中にも更新料の支払いについて定めた特約条項が見当たらないようでしたら、更新料の支払いの法的義務は貴方にはありません。更新料を支払わなくても大家さんは契約不履行を理由に契約解除を主張することはできません。厳密にはこうなります。しかし、賃貸借契約の更新料ということが社会の中でそれなりに根づいてきた背景には、更新料の授受を行う中で契約の更新がスムーズに運び、大家側も店子側も気持ちよく関係を継続することができるというメリットが一応あったからです。ですから、更新料の支払い義務が厳密にはないという場合でも、それを任意に支払うというのも1つの選択かもしれません。これに対して、契約書の中に更新料の支払いについて特約条項がある場合はその内容(金額など)がよほど非常識なものでない限りは、原則として貴方は更新料を支払う義務を負うことになります。但し、この場合でも店子さん側が不当に不利な立場に立たされることのないよう法的な保護策がありますので、支払う前に弁護士に相談をされてはいかがでしょうか。

面白雑学

言葉の常識編

日頃よく目にする四字熟語を使った表現ですが、正しい意味を知って適切に使いたいものです。正しい記号を選んで下さい。

- | | |
|---------|-----------------|
| (日)海千山千 | a.物知りであること |
| (月)一朝一夕 | b.無理なこじつけ |
| (火)因果応報 | c.したたか |
| (水)隔靴搔痒 | d.周囲が敵ばかり |
| (木)閑話休題 | e.絶好のチャンス |
| (金)牽強附会 | f.良い行いには良い報い |
| (土)荒唐無稽 | g.もどかしく、じれったいこと |
| (祭)四面楚歌 | h.それはさておき |
| (祝)千載一遇 | i.でたらめ |
| (自)博覧強記 | j.短い期間 |

答え

- (日)-c (月)-j (火)-f (水)-g (木)-h (金)-b
(土)-i (祭)-d (祝)-e (自)-a

good taste

good shop

good job

食べ過ぎ飲み過ぎにアロマ酸素バー 松山ボデイバランス整体院

市内本通4丁目・サンフドー向かいにある「松山ボデイバランス整体院」がこの10月で2周年を迎えました。整体と耳ツボダイエツトに加え「アロマ酸素バー」を設立し、多くの人から好評を得ています。

最近、酸欠の人が増えているために話題のアロマ酸素バーですが、よく「あくびが出る」「ダイエツトしても痩せにくい」「目が疲れやすい」「アルコールが残りやすい」「睡眠は十分なのに眠くなる」など、ひとつでもあてはまる場合は危険信号なのだとか。アロ



最近、酸欠の人が増えているために話題のアロマ酸素バーですが、よく「あくびが出る」「ダイエツトしても痩せにくい」「目が疲れやすい」「アルコールが残りやすい」「睡眠は十分なのに眠くなる」など、ひとつでもあてはまる場合は危険信号なのだとか。アロ

最近、酸欠の人が増えているために話題のアロマ酸素バーですが、よく「あくびが出る」「ダイエツトしても痩せにくい」「目が疲れやすい」「アルコールが残りやすい」「睡眠は十分なのに眠くなる」など、ひとつでもあてはまる場合は危険信号なのだとか。アロ

無料きもの着付け教室受講生募集 函館きもの愛好会

あなたを美しく見せるきものを自分で着てみませんか。『函館きもの愛好会』の無料着付け教室では1月生を募集しています。教室では浴衣からおしゃれ着・フォーマルまで色々な着付けの着付けを指導します。和装関連企業の協力・協賛を得て開催するこの教室は、日本の伝統文化「きもの」の魅力に触れて親しみ、次の世代に伝えてもらうためのもので、入会金、受講料、認定料は一切無料です。



受講には必要な物をお持ちでない方には貸し出しもしています。教室は1月21日から4月までの15回で、月々土曜日の午前10時〜正午と午後1時〜午後3時に市内千代台町・千代台町会館で行われます。応募方法はハガキまたはFAXに住所氏名・年齢・電話番号・希望の曜日と時間を書いてお申し込み下さい。締切は12月28日。応募多数の場合は抽選になります。●千代台町16-28 花いち内 ☎32-02553 FAX32-02554

機能訓練重視で自立を支援 デイサービスふれあい

七飯町本町にある『デイサービスふれあい』は機能訓練を重視した新しいタイプのデイサービスを行い、高齢者の自立を支援しています。機能訓練重視のデイサービスとは、通常のデイサービスで行っている点も大変好評。イスで行っている入浴や食事提供がない短時間型で、1回の利用は3時間程度。機能訓練では「パワリハビリ」という筋力トレーニングを行います。筋力トレーニングと聞く不安に思う人も、ここでようやく、健康チェックからスタートし、ストレッチ、訓練器具を使用しながらの歩行訓練や筋力トレーニング、バランス訓練などを、1人ひとりの目的やレベルに合わせた個別メニューで行っているのが安心。また、マッサージ師が無料でマッサージを行っている点も大変好評。「寝たきりにならないために、一緒に楽しく訓練をしませんか」とは同スタッフ。時間は午前9時〜正午、午後2時〜午後5時(送迎時間を除く)。介護保険の利用者負担額は「要支援」407円「要介護1」475円「要介護2」475円「要介護3」475円「要介護4」624円(送迎料込。無



友達を見つめる感覚で！ ケーエムエー全国結婚サービス協会函館支部

「素敵な出会いへのきっかけがほしい」「結婚相談所は、システムや料金登りも特別価格にて提供中。詳しくは、電話でお問い合わせ下さい。営業時間は午前10時〜午後8時(予約は午後7時まで)。毎週日曜日、祝日定休、駐車場有。●本通4-17-38 ☎5575770



「素敵な出会いへのきっかけがほしい」「結婚相談所は、システムや料金登りも特別価格にて提供中。詳しくは、電話でお問い合わせ下さい。営業時間は午前10時〜午後8時(予約は午後7時まで)。毎週日曜日、祝日定休、駐車場有。●本通4-17-38 ☎5575770

葉で作る年賀状

来年は酉年。観葉植物の葉に見立てた可愛い年賀状を作りませんか。目、口、足を描いたら歩き出しそうな鳥達が、新年のご挨拶。葉にアクリル絵の具を塗りハガキに置いて、上からいねいにこすりませます。色を混ぜたり、何色か重ねてみても面白いですよ。



作り方

- ①葉の表面に、筆でアクリル絵の具を塗る。年賀状に葉を置き、紙をのせて上から指でこする。茎の部分は念入りに。絵の具を何色か使って塗ると表情が豊かに…。
- ②絵の具が乾いてから、サインペンで目、口、足を描き、余白に色鉛筆で新年の挨拶などを書く。

アクリル絵の具は水で薄めずに…。色は薄めのほうが顔を描きやすい。またアクリル絵の具は服に着くと取れないので気をつけましょう。

- 材料
- アイビーなどの観葉植物の葉
 - アクリル絵の具
 - 年賀状
 - 水
 - 道具
 - 筆
 - パレット(牛乳パックで可)
 - サインペン
 - 色鉛筆



制作・指導／手作り絵本工房 のなか
がめいづるさん
●末広町14-2 グラススタジオ・イン・函館内
☎27-1569

良質のコーヒーを味わいながら、音楽も鑑賞できる市内東山2丁目の『カフェ・ウォルフガング』。30年間東京のレコード製作会社に勤務していたという店主の帰山英治さんは、なんと所蔵CDがクラシックを中心に6000枚以上。クラシックなら1930年代に行われたコンサートのCDまであり、それらの曲がオーディオファン憧れのイギリス・タンノイ製の大型スピーカーから流れてくる。選曲はクラシックだけでなく、月曜日は歌声喫茶愛唱歌、水曜日は映画音楽、木曜日はムード音楽…など、曜日ごとにいろいろな音楽が楽しめる。

旬のオスメの「ストレートコーヒー」は600円。深炒から軽い珈琲、濃い珈琲など各種ある。人気は七飯町産の紅玉で作った「自家製アップルパイ」ブレンド「コーヒー」(1050円)、「サ小セット」(1150円)など。

また、2階には100インチの大型スクリーンを設置したシアタールームもあり、大迫力でハイビジョンビデオやDVDを鑑賞できる。利用は1時間まで1000円。店内全面禁煙。営業時間は午前10時〜午後10時、毎週火曜日定休。



いい店
みつけた

カフェ・
ウォルフガング

担当/大場 小夜子



●東山2-5-8
☎33-1143



はこだて医療情報

不妊治療と年齢

五稜郭ウイメンズクリニック院長 櫻田 芳弘



当院は不妊治療を目的とし平成8年1月に本通1丁目に開院いたしました。北海道大学病院および函館中央病院でそれぞれの体外受精・胚移植の第1例目を担当させて頂いてから、早いもので14年が経ちました。この間の多くの経験が今の自分を支えてくれています。

今回は不妊治療と年齢というテーマで書かせて頂きます。

私が1番重要視するのは患者様の年齢と病態です。まず、基本的な検査を行います。不妊原因を明きらかにし、患者様に適した治療を考え、説明いたします。多くの患者様はより自然に近い治療を望まれます。しかし1番大切なのは卵巣機能つまり卵子が良い状態のうちにまず1人目を早く産むことだと考えております。

その事を説明し納得して頂く事が最初の仕事です。

現在、わが国は晩婚化が進んでおり、30代の中から後半の患者様が多く来院されております。結婚年齢の高齢化による不妊への影響は男性に比べ女性に顕著です。

平均年齢はぐんぐん伸びましたが、閉経年齢は変わっておりません。昔も今もほぼ50歳前後です。そして避妊せずに自然にまかせた場合、最後の児を出産する平均年齢は40~41歳と言われております。チャンスはわずか10年程度です。

出生時には卵巣内に約200万個の卵胞がありましたが、思春期では約30万個となり、その後も毎月数百個程度減少するために45歳頃から月経不順となり51歳頃には1000個以下となり、ついに閉経となるのです。また、卵子の数が減少するだけでなく加齢とともに染色体異常の頻度も上昇するため、妊娠しても流産となる事が多くなります。36歳以上の女性を対象とした体外受精で得られた胚では約60%という高率で染色体異常が認められたと報告されています。

では、何歳まで妊娠、出産が期待できるかというと、40~41歳までと考えられています。38歳頃から急激に妊娠率が下がる事を考慮し、適切な治療法を選択するよう努力していかなくてはならない事を肝に銘じ毎日の診療に当たりたいと思います。

●本通1-44-10 ☎56-2007

ドクター講座

仮面うつ病と漢方治療

大沼公園クリニック院長 深山 明義



うつ病の治療の目的は憂うつ感をなくすることは当然ですが同時に自殺防止も重要です。自殺の恐れのある場合には、専門の病院で十分な監視のもとで注意深い治療が必要です。治療の困難な疾患だけに漢方単独での治療には限界があり、西洋医学的治療が優先されます。もちろん漢方治療を併用することは可能です。なお、最近注目されているものに仮面うつ病があります。読んで字の如く、うつ病そのものは仮面の下にかくされていて、本人自身は精神症状を自覚せず、さまざまな身体症状が表面にでてくるものです。眠れない、疲れやすい、食欲が無い、嘔吐、便秘、肩こり、頭痛、息切れ、めまい等、個人によって症状がバラバラです。内科を受診し精密検査しても異常がなく、精神科で仮面うつ病と診断されます。このようなうつ病に対しては西洋医学的治療でも効果はありますが、漢方治療で非常に良い成果をあげる場合が多いのです。

よく使用される漢方薬を紹介してみます。

- ①柴胡加竜骨牡蛎湯(さいこかりゅうこつぱれいとう) = 不安が強く、不眠、動悸、息切れがある場合。
- ②桂枝加竜骨牡蛎湯(けいしかりゅうこつぱれいとう) = ①と症状がにているがそれよりも体力が落ちている場合。
- ③香蘇散(こうそさん) = 胃腸症状が強い場合。
- ④半夏厚朴湯(はんげこうぼくとう) = 抑うつ気分が強く呼吸困難感や喉の異物感がある場合。
- ⑤加味逍遙散(かみしょうようさん) = 女性で性周期に関連してやたらと不定主訴が多い場合。
- ⑥加味帰脾湯(かみきびとう) = ⑤と症状が似ているがそれよりも更に体力が落ちて貧血がある場合。

以上をまとめますと、うつ病の急性期や重症例には西洋医学的治療(抗うつ剤)が優先され、慢性期には漢方薬を使用しても良いが抗うつ剤は併用します。仮面うつ病には漢方薬単独でもかなり治療効果が期待できるでしょう。

●七飯町大沼258 ☎67-3032

このコーナーでは、読者の皆様からのお便りや情報をお待ちしております。営利目的の情報は本紙広告をご利用下さい。

TEL (0138) 27-9210
FAX (0138) 23-5699
—担当/青山—

10月29日号の『読者の声』で「函館をよくして頂く」のお便りを掲載したところ、実にたくさんのご意見が寄せられました。そこで今回と次回に渡ってこのコーナーでは、寄せられたご意見を紹介します。

「読者の声」

10月29日号で「函館をよくして頂く」と訴えていた方へ

私は函館で生まれ育ちました。あなたが函館人のマナーが悪いとおっしゃるのは、それぞれの考え方、その街で育ち、子育てする方の違いから生じているように思いますが、そのことについては言及しませんが、たまたま半生住んだだけで子供を育てたくない環境」と言ってしまうのはいかがなものでしょうか。私自身この街で育ち、子育てもしています。子供と街を歩くと、信号無視する人、傍若無人な自転車、携帯電話をかけたまま運転している車などに出会います。

(柳町、K・Y)

10月29日号「函館をよくして頂く」の「T・Hさんへ」
私も生まれてからずっと函館人です。この街も人も大好きで、3年ほど離れて暮らした時は函館に帰りたくてホームシ

ックにかかったほどです。その函館のマイナス部分ばかり取り上げて、あげくに「函館の人は自分勝手な人が多い」とは、ちょっと聞き捨てなりません。交通マナーはたしかによくはないところもあるかもしれませんが、この狭い街、どうしようもなく路駐することもあります。私だって札幌の若者の車につつかれて恐い思いをしたこともあります。交通マナーの悪い人はどこにでもいるのでは？ この街でたった半

年のあなたにとって「マシでない街」というならば、何もしていないだけなんても…という気持ちになってしまいました。函館の悪いところばかりでなく、もともとこの街も探してみたいです。きつとたくさんあるはず。お友達をたくさん作って、人情にもふれてみて下さい。函館のよい思い出が増えてたくさんできると思っています。
(金堀町、Y・N)

「読者の声」

10月29日号「函館をよくして頂く」を読んで

私もまったくその通りだと思ひ、拝見しました。ずっと、1度は函館に転勤してみたいと夢が叶い、3年前に主人の転勤で函館に来ました。雪は少なくて温かくても住みやすいですが、心と車のマナーが悪いのは、全道各地に住んできましたが、「ひっそり」のひと言です。一部の人ではありますが、シートベルトは着用していない、平気でウインカーをあげずに入ってくる、何度も危ない目に遭っています。赤信号を走り抜けてゆく車も…。周りの迷惑を顧みないドライバーが目につきます。どうしたらそのような自分勝手なドライバーを減らすことができるでしょうか。

(桔梗町、S・H)

10月29日号の『読者の声』に私も同感です。運転歴17年の私ですが、あまりにひどすぎる！と思ひながら運転しています。信号無視する車が多い。赤信号でも進んでくる。特に青の右折矢印が出ている時に直進してくる車がいるので右折できない。一時停止を無視する車、車間距離をあけない車、自分が車間距離をあけているのに後ろからあおってくる。小路から大きい道路に出てくる時に、走行中の車が迫ってくるのに無理に割り込んできて、こっちの方が急ブレーキをかけたります。みなさん、少しゆとりを持って運転しましょう。あと、スーパーなどの駐車場で線を無視して2台分にまたがって車を止めたり、斜めに停めたり、自分勝手な人が多すぎ。あと、車のマナー

とは関係ありませんが、スーパーで買った後のカゴやカートは片付けないで帰る人もいますけど、どうしてそのようなことをするのでしょうか？ 自分で使った物はきちんと片付けましょう。大人が子供の手本にならないとどうなるのですか？ 1人でも多くの人がマナーを守ってゆけば、函館もよくなると思います。
(上磯町、あらぐま)

「カフェ・ウォルフガング」より、アップルパイセットを利用して5名様以上、今回の『いい店つけた』コーナーで紹介した「カフェ・ウォルフガング」より、アップルパイ「コーヒーマスター」の利用券を5名様以上、ハガキに郵便番号、住所、氏名、電話番号を明記し、青いぼすとに送る感想もたずりお書きの上、〒040-8605、函館どつくミッド事業部「ウォルフガングプレゼント」係まで。締切は12月27日。

横内ふさ子先生の珠玉のエッセイ集
「この子らにはこだてを」
青いぼすと編集室より好評発売中!!



平成5年に『青いぼすと』に連載され、この6月のリニューアルで復活した人気エッセイ「横内マジック あなたも華麗に変身」で綴られた珠玉の46編をまとめたエッセイ集『この子らにはこだてを』が、このほど発売となりました。

■全136 ページ
■発行元/青いぼすと編集室
■価格/980円 (税込)

発売書店
ブックショップステーション 文教堂書店
ブックハウス大文堂 TSUTAYA書店
ブックショップはこだて(イトーヨーカドー)
栄文堂書店 北文館 アシーネ上磯店
くまざわ書店(ポーニモリヤアネックス館)
加藤栄好堂美原店 昭和書房(テオー)

お問い合わせ
青いぼすと編集室 ☎27-9210 (担当/犬場)

好評発売中
エバメール
ゲルクリーム



180g 宅配料込 3,700円
お申し込み・お問い合わせ
函館どつく(株)ミッド事業部
☎23-5688 (本間)

函館どつく(株)ミッド事業部 ☎23-5688
●送料/無料
●支払方法:代金引換

『原液シリーズ』は埼玉県川口市の『株式会社ビューティーワン』が発売する人気の化粧品です。製品に関する詳しいご相談は同社でも受け付けております。
株式会社ビューティーワン ☎048-227-3345

本紙厳選 商品情報

この10月を待っていた！
余計なものが入っていない
「効き目」だけをポトルに詰め込んだ
100%原液シリーズ

化粧品の効き目成分だけをギュッとポトルに詰め込んだ100%の原液シリーズ。保湿や美白など、あなたのお悩みや目的に応じて自由にチョイスできます。この10月を待っていた！理想の美肌を手に入れる近道。極上スキンケアの登場です。

大豆イソフラボン 美容原液 シワ・たるみ…○ シミ・くすみ…○ 乾燥・肌荒れ…○ あらゆる肌細胞を産生する線維芽細胞の動きを活性化させ、肌を若々しく甦らせます。 30ml/7350円	ロイヤルゼリー 美容原液 シワ・たるみ…○ シミ・くすみ…○ 乾燥・肌荒れ…○ アミノ酸をダイレクトに補給することで、肌荒れや凹凸、くすみなどを素早く修復。 30ml/5250円	ヒアルロン酸 美容原液 シワ・たるみ…○ シミ・くすみ…△ 乾燥・肌荒れ…○ 細胞と細胞のつなぎ部分に多く存在する保湿成分がヒアルロン酸です。 30ml/7350円	ビタミンC誘導体 美容液 シワ・たるみ…△ シミ・くすみ…○ 乾燥・肌荒れ…○ 真皮層までしっかり浸透して、シミの原因となるメラニンの生成を抑制し無色に還元。 30ml/5250円
---	---	--	--

編 集 後 記

今年には戦争や、日本では台風、地震と天災が多く、この先どうなるのだろうかという不安を感じた人が多かったことでしょうか。とてもクリスマス気分ではないという人も。私も浮かれた気分になれませんが、でもこんな時だからこそ希望を持たなければいけないのでしようね。(345)

先日、噂の「カバノアナタケ湯」に入ろうと、家族が寝静まった夜に、丘の上温泉富士へへらりと出かけた。優雅なひとときを過ごしていたら、雨天を知らず音流れてきた露天風呂で、BGMに星の光を聴きながら夜空には星の光。これぞまさに「ムスロマン」!! (Aちゃん)

プレゼントをもらったのは嬉しいが、あげるのも嬉しい。何をあげたら喜んでくれるかな? と考えている時や、買物をしていて時、プレゼントを買ったことを秘密にしている時…そして渡した時に喜ぶ顔が見れたらそれが一番嬉しいし、幸せな気分にもなれる。(BP)

早くもので、今年ももうクリスマス前の季節。そういえばこの夏、思い切った丸坊主にした髪の毛も、いつの間にか伸びている。こうやって知らず知らずのうちにトシをとってゆくのかな…。もう幾つ寝ると、30代最後のメリクリスマス&ハッピーニューイヤー。ああ、悲し…。(慎)

気が付けばいつの間にか師走。今年も残すところ、後わずかならなりました。目の前の忙しさに追われて慌ただしく過ぎてしまった日々を振り返り、こうして馬蹄を重ねていくのだと反省頻り。天災や人災に明け暮れた1年。せめて年末年始は世界が平穏であってほしい。(無)

今も心に残る贈り物がある。疲れていても友達に話した翌日届いた紫蘇の黒酢漬け。美味し時間経過こそとカードが添えられた紅茶とクッキー。贈る楽しさと貰う楽しさ両方の心が行き交うのがうれし。家族で楽しむ今回のプレゼント特集にたくさんのご応募を！(チエ)