

青いほすと

発行/函館どつく株式会社ミッド事業部 [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/

〒040-8605 函館市弁天町20番3号

応援します! あなたの生き方

激

旨

炒

飯

伝

説



チャーハンの歴史

チャーハンが誕生した場所はいつまでもなく中国ですが、そのはじまりは料理に使う火が薪から石炭に変わり、火力が著しく向上した宋の時代だといわれています。チャーハンは「炒飯」として中国でその長い歴史がはじまりましたが、我が国に渡ってからは「焼飯」として普及しました。

シンプルだからこそ奥が深い…
熱狂的フリークも!

「冷蔵庫に残ったご飯の整理に最適」
など、一般の家庭でも気軽にできる料理として人気のチャーハンですが、シンプルだからこそちょっとした加減で味がガリリと変わるチャーハンは奥が深い料理であり、プロの世界では「チャーハン

作りは「ポーツ」といわれるほど、体力とスピードが勝負のダイナミックな料理とされています。もちろん、専門店では食べるチャーハンの味も店によって実にさまざまで、美味しいチャーハンを求めて噂の味処を食へ、歩く熱心なチャーハンフリークも少なくありません。

家で作るチャーハンとお店のチャーハンは何故、味が違う?

ラーメン屋さんで食べた美味しいチャーハンの味が忘れられず、自宅で作ってみたくれど同じようにならない…という話はよく聞きます。もちろん、プロの技はそう簡単に真似できるものではありませんが、チャーハンの場合、家庭とお店の決定的な違いは火力です。自宅でチャーハンを作る場合は炭火を使うと本格的な仕上がりになります。そ

れが無理な場合は、まずは中華鍋あるいはフライパンを、煙が出るほど熱することや、オイルポットなどの油で十分に熱してから、新しい炒め油を入れるとよいでしょう。

残りご飯でなく、チャーハン用のご飯を炊く場合は、ご飯の水分が多いとハラハラになりくいのので、普段より硬めに炊いたほうがよいでしょう。

中華鍋あるいはフライパンに入れるのは「卵が先か、ご飯が先か…」とよくいわれますが、一般的には卵が先。しかし、卵をあらかじめ電子レンジで油となじませておく方法や、ご飯と卵を先に混ぜておく方法など、家庭によってさまざま工夫もあるようです。

パラパラのチャーハンを仕上げるためには、1粒1粒の米を炒める感覚が必要。自宅で1度に作るチャーハンは

1人前が理想的。せいぜい2人前が、美味しく作るコツです。

函館にも評判の店が多数! やっぱプロの味を満喫したいひと口食べて、思わずうなづいてしまうようなプロのチャーハンをたまには満喫したいもの…。函館にも巷で評判のチャーハンが味わえる店が何軒もあります。

今回は「旨い」と噂のチャーハンのいくつかをポットをあててみました。専門店が美味しいスープと一緒に味わうチャーハンは格別。オーソドックスなものから、プロの創意工夫を感じさせるオリジナルのものまで、あなたもぜひ、自分の舌にぴったりの極上のチャーハンを探してみたいかがでしょうか。

ピリ辛のカレーチャーハン

なかみち食堂

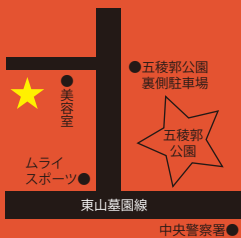


創業40年以上になるといつ、市内中道1丁目の『なかみち食堂』。

どのメニューもボリューム満点で、学生や男性が「よし、食うぞー」と元気にたじろげるといふ雰囲気のある食堂だ。この店では「チャーハン」と「カレーチャーハン」の2種類があり、どちらも650円。最近人気があるのは「カレーチャーハン」で、注文して待っているとカレーの香りとリスミカルにチャーハンを炒める音が聞こえてきて、食欲をそそられる。仕込みから全て手作りという自家製のカレーをたっぷり使用したピリ辛のチャーハンが美味。

ちなみに、大盛は150円増。営業時間は午前10時〜午後7時30分、毎週火曜日定休。

●中道1-3-13
☎51,189-1



パリりとほぐれるプロの味

桃園飯店



大沼の陸橋を降りてすぐ右にある台湾風中華料理の店『桃園飯店』のチャーハンがふんわりした食感と口の中でパリりとほぐれるプロの味。「肉醬(ロージャン)チャーハン」(850円)は、そばろとふんわり卵のやさしい味が特徴で、エビ、ハム、ネギなど色々な具を卵がまとめ、じっくり4時間かけて煮込んだ肉そぼろのコクがチャーハンの味を引き立てます。具たくさん「あんかけ焼きそば」(1050円)のボリュームと美味しさもぜひ一度味わってみて下さい。また、自家製の「杏仁とレアチーズのタルト」(250円)もオススメ。営業時間は平日が午前11時〜午後3時、午後5時〜午後7時50分。土日曜日、祝日は午前11時〜午後7時50分、毎週木曜日定休。駐車場有。

●七飯町大沼297-6
☎67,286-7



超人気の高菜チャーハン

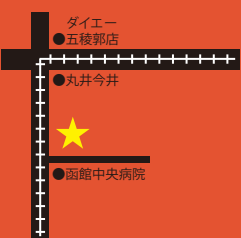
悟李羅



市内本町にある『悟李羅』は、オープンから16年目を迎える九州ラーメンの店。「このチャーハンはとにかく美味しい」と噂を聞いて、取材に行くことに…。チャーハンには「五目チャーハン」と「高菜チャーハン」の2種類があつて、どちらも650円で食べられる。特に人気があるのは、函館ではあまり見かけることのない、九州特産品の高菜をふんだんに利用した「高菜チャーハン」。ほどよいピリ辛感があり、食欲をそそられる逸品だ。

チャーハンという、男性に喜ばれる食べ物というイメージがあつたが、女性受けしそうな、何ともヘルシーな味わいで美味。チャーハンファンは1度、ご賞味あれ！営業時間は午後6時〜深夜3時。

●本町32-1
☎56,617-8



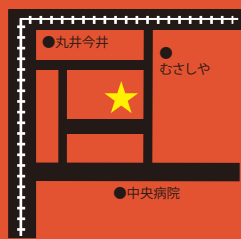
人気、石焼蟹玉チャーハン

雅龍



市内本町にある『雅龍』の「元祖石焼きチャーハン」は3種類。熱い石釜に入ったチャーハンの上にカマがたぶりのふんわりカニ玉が乗った「石焼蟹玉チャーハン」(820円)が1番人気。テーブルであつた卵白ソースをかける、ジュースという音とともに美味しさがい立つ。フライドオニオンを隠し味にしたチャーハンにカニ玉ソースが絡まってひとつになつた新しい味をどうぞ！ほかに自家製チャーシューが乗った「石焼チャーシューチャーハン」(820円)、とろけるチーズがトリアのような「石焼チーズチャーハン」(820円)もおすすめ。営業時間は午前11時〜午後3時、午後5時〜午後11時(LO)／午後10時30分。無休。駐車場は夜のみ食事3000円利用で1時間無料。

●本町32-7
☎56,088-0



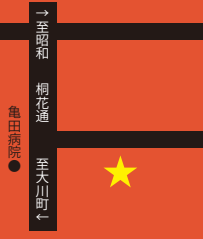
注目の新メニュー登場！

中国料理 廣河



市内富岡1丁目にある『中国料理 廣河』は、根強い人気の中華から新発想の中華まで、いつも目が離せない店。今回は本紙の『チャーハン特集』に向け、「野菜スープレチャーハン」(サラダ・スープ付、890円)を、新メニューとして登場させました。人気のカレーチャーハンにスープカレー、柔らかい鶏肉や野菜が加わった逸品。特に、中華の香辛料を使ったスープレチャーハンの味は絶品で、ボリューム満点。チャーハン好きの人はもちろん、カレー好きの人も満足する味を、ぜひお試しあれ。辛さアップも、お気軽にどうぞ。営業時間は午前11時30分〜午後2時30分、午後5時〜午後10時(ラストオーダー午後9時30分)。毎月第2、4月曜日定休(祝日を除く)。駐車場有。

●富岡1-42-6
☎42,975-0



プリプリ食感の海老！

中華ダイニングロンファン



市内花園町にオープンした「中華ダイニングロンファン」は、本格的な中華を気軽に味わえると評判。オススメは、五目チャーハンの上に魚介類入りの醬油あんがかかった「石焼あんかけチャーハン」(780円)。この店の海老は、他店ではなかなか味わえないプリプリの食感が人気。また、この海老をたっぷり味わいたい人は「エビチャーハン」(780円)、ピリ辛の「ナシゴレン」(730円)もどうぞ。そのほか、日替わりランチ(2種類、760円やセットメニュー780円〜各1ドリンク付)、単品、コースなど、リーズナブルなメニューが充実。営業時間はランチが午前11時〜午後2時、30分(ラストオーダー午後2時)、ディナー午後5時〜深夜0時(LO)／午後11時。年中無休。駐車場有。

●花園町24-21
☎31,080-0



こういふ話は ハルオに聞こう 新社会人に向けて

さあ、新年度がスタートします。校時代に目標を持って来たこと、今回はこの春から社会に出るワシントンに向けて……

高校を卒業して、初めて就職した頃のこと、覚えてますか？
あの頃は「何がやりたい」というものもなくて、できるだけ給料が高い所か、できるだけ大きい企業とか、そういうことばかりを基準に就職を探してた。

人生初の職場はどうだった？

最初に就職した会社は厳しかったよ。いま思えば、それがいい経験になったんだけど……。オレらの高校、バレーが禁止だったんだけど、先生が「もう言ってくれ、働かなくていいから、バレーも自由にかけるから、いまは我慢して、このまま就職した会社はバレー禁止で三分けじゃない、先生が「先生が……」って感じだったよ。

仕事的にはどうだった？

必ず仕事での目標を立てることを義務付けられて……。オレ、高でもハルオにはお好み焼き屋をやりたいという目標があった。そういう目標を見つけれないまま社会に出て働きはじめ、生きることに意味を模索する人も多いいんじゃない。オレもそうだった。

ポストカードブック 「幻想都市函館」

フォトスタジオ タニスギ

メールでの「ミニコン」が増える中、郵便物で届く手紙がとてつもない今日この頃。お札状や挨拶、たまにしかない機会だからこそ、大切にしたい一枚です。
癒し系でセンスのいいポストカードを探していたら市内本町にある「フォトスタジオ タニスギ」で見つけました。お土産や贈り物として喜ばれているポストカードブック「幻想都市函館」(1050円)は、フレキシブルに入れてインテリアとして飾れるようなやさしい函館の風景写真が16枚ついています。現在、私が愛用中のポストカードです。



フォトスタジオ タニスギ
●市内本町31-10 ☎52-2053

お母さんの腕自慢!

我が家のお手軽クッキング

春菊と桜えびのごはん

あなたのお宅の自慢メニューを募集しています。簡単なレシピと料理のPRをお書きの上、FAXまたはEメールでどうぞ。詳細は☎2792100(野村)まで。

青森県むつ市在住 松本 さつきさん

旦那さんが春菊が嫌いであまり受け付けませんが、このメニューだとおいしく食べています。あまのた春菊の茎はついでに一緒に軽くゆでて細かくきざみ、コーンとかき揚げにしたり、みそ汁の具にしたり、そば粉と水とコーンを合わせてお焼きにしたりしています。



- 材料
●炊きたてごはん…2合 ●春菊…小1束 ●桜えび…8g
●ごま油…小2 ●塩…小1 ●白ごま…大1

作り方

- 春菊は葉の部分が多めの塩(分量外)を入れた熱湯でさつとゆで、流水にさらして水気をしぼる。
- 葉を細かく刻み、厚手の鍋で空いりして水分をとばす。葉がほぐれて、香りが出てきたらごま油をざっと混ぜ、次に桜えびを加えて塩で味を調え、1分ほどゆでる。
- 炊きたてのご飯に②と白ごまをふり入れ、むらなく混ぜる。

春菊が苦手な人も、これなら食べられそうですね。旬の葉もの(大根葉とか)でもおいしいかも……

たから……。そういう人にも、何か言っておあげるとしたら……

オレが言うのも何だけど、とりあえず嫌なことから逃げ出さないといいと思う。この歳になって気づいたことだけど、嫌なことから逃げ出さずとも、嫌なことほどとどんでん返りかけてくる。仮に逃げ出したところで、今度はもっと巨大な嫌なことに自分からぶつかってゆくと、嫌なことか好きなことに変わる可能性も強い。だから頑張ることが大切だと思うよ。

オレ、最初に就職したのが看板屋さんなんだ。デザインとかできるのかわかんない。来る日も来る日もハケを洗う仕事ばかりで……。やっぱり嫌になっちゃった。どんな仕事も、必要とされていくことだと思ってる。お好み焼きの修業先じゃあ、毎日掃除ばかりだったけど、どうせやるならろつと思っちゃった。社会でいつかは思いつくかもしれない。でも、辛い仕事の中から経験を得られるのもたくさんあってそれが楽しさにも変わってゆくこ

テレビの時代劇でずっと「切られ役」のエキストラをやった人

日本の切られ役になるなら、切られた時のリアクションに磨きをかけたんだって。そしたらそれが認められて、映画の「ラストサムライ」から出演依頼がきた……。うーん、話がある。スゴイよね！
へえ、いい話だ。やっぱり就職すると、給料のことか休日のことか、何かと他人と比べて不満が出てきてしまうことが多いけど、やっぱり自分に置かれた現状に、まず真剣に取り組んでみる。それが大切だと思う。それでも気持ちよく煮詰まった時は適度なストレス解消が大事!



福士ハルオさん

お好み焼き店「△△焼 函館富紗家」店主、昭和40年、函館生まれ。函館有斗高、現・函大青森卒。「ツインツ」好み焼の超有名店の店主のもとを訪ね、技術を取得。現在に至る。

△△(まんだら)魂とは、大阪のお好み焼の名店「△△焼 富紗家」の店主による「お好み焼は丸い形とは限らない」という、固定概念を捨てて食への発想を広げることの重要性を全国の弟子達に伝えている精神。ここ函館で△△魂を受け継ぐ福士さんが、函館で話題になっているさまざまな問題について、スリリ発言! 福士さんに聞いてみたいことやご相談などありましたら、ぜひ編集室までお便りをどうぞ。

△△焼 函館富紗家(ふさや)
●函館市宮前町25-8 ☎43-0064

青ほの目

若き日の悔いから……

▼若い頃にもっと教養を身につけておけばよかったと最近初めて思った。教養とは世の中に出世してゆかためのものではなく、蘊蓄を他人に自慢するためのものでもない。教養とは、自身が人間らしく心豊かに生きてゆくために必要なものなのだ……

▼天は人の上の人をつくらず。人の下に人をつくらず。という書き出しがあまりにも有名な『学問のすすめ』の著者・福沢諭吉。その福沢諭吉の『心訓七則』に恥ずかしながら昨年、初めて出会った。きっかけは文学の歴史上の「偽作」について調べていた時のこと。多くの日本人が昔から人生の道標としてきたという心訓七則が、実は福沢諭吉が書いたものではなく、同氏の没後に、同氏の名を偽って誰かが書いた偽作だといわれているのだ。▼詳しいことは知らないが、心訓七則の文体は現代的で、明治時代に福沢諭吉が書いた文章の文体とは明らかに異なっている。同氏の文章の中から拾い出して書かれたという形跡さえ見当たらないこと等が、その根拠として挙げられてるらしい。しかし、心訓七則が偽作だとしても、七則の内容はいずれも、素晴らしい訓えだと思える。▼今年もたまたま若い人達が旅立季節となつた。進学のため故郷を離れ、将来の道を模索する人達……。社会の二員として働きはじめると……。またまた厳しい社会情勢が続く中、また、人間関係がますます複雑化してゆく社会の中、新たな一歩を踏み出す人達にとっては、ケインストモも多く、迷うことや悩むことも多いと思う。僕も昔はそんな一人だった。その頃に心訓七則と出会っていたらどうだったか。スポーツと音楽とクラムにしか興味を持たず、本らしい本など読むこともなかった自分の若き日を少し悔やんでいる。そんな僕がいつの何だか、この春、果立ってゆく若い人達はぜひ、迷った時や悩んだ時に、この心訓七則を読み返してみたい。はいかたどうか。▼1、世の中で一番立派な事は生涯を貫く仕事を持つことです。1、世の中で一番立派な事は人間として教養のない事です。1、世の中で一番立派な事は他人の生活をうらやむ事です。1、世の中で一番立派な事は人の為に奉仕して恩にさせない事です。1、世の中で一番立派な事はすべてのものに愛情をもつ事です。1、世の中で一番立派な事は……(慎)

Naruhodo Topics [なるほどピックス]

あなたも華麗に変身

横内
マジック

ごつつんこ

横内 ふさ子

バス停に立っていた。なかなか来ないバス。ふと、足元を見ると蟻さんの行列。踏まないように気をつけながらしゃがみ込んで観察。縁石と歩道の隙間の米粒程の小さな穴の中に食物を運んでいるようだ。等間隔で2列になって往来している。時々、左の列と右の列の蟻さんがぶつかりそうになる。うる覚えの童謡が口について…。

「あいたた ごめんよ ごつつんこ 蟻さんと蟻さんがごつつんこ あっち向いて チョン チョン こっち向いて チョン ……」

疲れを知らないのかしら？ 蟻さんたちは労働を続ける。「偉いなあ〜、あなたたちは。踏まれないようにね」心配をそこに置いてバスに乗った。

伊東深水画伯の美人画の掛け軸を背に座っている私。左側の壁にはズラリと竹久夢二の美人画。一面ガラス張りの窓外には横たわる海と汐首岬が望める。昼食と一緒に親友が案内してくれたお気に入りのレストラン。贅沢な部屋で久しぶりのおしゃべり。美味しい料理と一緒にゆっくりと時間が経過していく。44年間共有してきた時間に上積みして。

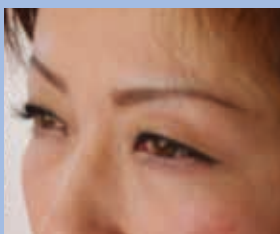
家庭菜園の苦勞苦、収穫のよるこび、最近の体調のこと、ご子息のこと、お孫さん達のこと、そして、お嫁さん達のこと。「あのネ、ふさ子、私今頃になって気づいたことがあるの。お嫁さん達と接していてね。昔、結婚したばかりで子育てに夢中。てんてこ舞いでいて心にゆとりの無かった頃の私を想い出すのよ。あの時、姉達や周囲の人達からこうするといいわ。こうしてみたら？と助言されるでしょ、それがとても重くのしかかって来てその人たちと距離を置いた時期があったのね。時には反発したりしてぶつかったのよ。せつかくの好意を受け入れられない心の状態だったのね。今になって、悪いことしたなあ〜って。だから、お嫁さん達の今の状況がとてもよく理解できるの。間を置いて大切におつき合いたいと思っているの」しみじみと心情を吐露する親友は穏やかな微笑をたたえている。私の心にひたひたと幸福感が満ち満ちてきた。「ありがとう、いいお話を聞かせていただいて」心豊かで謙虚な親友を誇りに思う。私は「資産家」になっている事に気づいた。どんな状況下でも自分の心を平穩に整えておくことは至難の技。

自分の中には二人の自分、二人の顔がある
調子のよい自分と悪い自分
美しい自分と醜い自分
愛したい自分と自己中心の自分
広い心の自分と狭い自分
充実した自分と空虚な自分

「二人の自分」イノドリ・リ・イ著

本音ばかりだとごつつんこが多くなる。たてまえばかりだと私が見えなくなってしまう。はてさて難しいこと。近づき過ぎてもごつつんこ。自我の主張のつっ張り合いもごつつんこ。反省のない心もごつつんこ。心をぐんと引いて見て客観的に分析、はたと気づくには年月も必要。ごつつんこしたら「あいたた、ごめん」「痛かった？ ごめん」と互いに言えるといいな。

あなたも眉で変わります！



市内戸倉町の『エステサロンローズ』は、「メイクをしなくても綺麗でいたい」という女性の願いを叶えてくれるサロン。中でも、35年落ちない眉毛「アイアート」の自然な仕上がりが好評。理由は、豊富な色

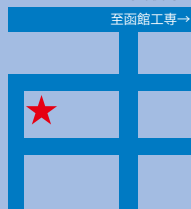
エステサロンローズ

を混ぜ合わせているので、好みの色合いになり、デザインも1人ひとりに合わせているため、「綺麗になりたい」「変わりたい」という人は眉を変えるのが1番の早道。眉ひとつで、肌が綺麗に見えるたり若く見えたりするということから驚きです。「何歳になっても綺麗でいて欲しい」というのが私の願いです。そしてそのサポートができるのが喜びでもあります」とは店主の村上有香さん。

現在、春のキャンペーン中につき、眉アート通常36750円のところを

●戸倉町512
●上野郵便局
至函館工専→

サンクス●



個室でゆっくり悩みを受け止めます ティンティンママの手のひら診断

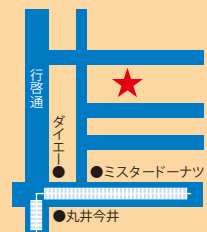


未来や病気を霊視する「手のひら診断」でおなじみの『ティンティンママの店』が、この4月1日より市内本町にあるシネマアイリスの3階「グリーンエステートビル304号室」に移転します。ママは、これまで以上にハウトゥップし、より多くの霊視が可能になったため個室でゆっくり悩みを受け止めたかったのだとか。

ママの所には「私の病気は何ですか？」と聞きにくる人や、「ガンが転移しました。助けて下さい」という人、うつの人、商売で悩んでいる人など、様々な人

が相談に来ています。また、印鑑の中に商売を邪魔する霊が、絵や壺には商売をダメにする霊が写っていることもあるそうです。辛い病気の悩み、恋人に出逢うのはいつか、結婚できるか、家庭の問題、仕事の人間関係、銀行印・社印・絵・壺・写真の浄霊など、ママが成功を祈り、浄霊(物はその場で返却)を行い、すべての悩みを受け止めて

くれます。料金は悩み事1件、印鑑1本、絵・壺・写真1点につき、それぞれ5000円。営業時間は午前11時〜(完全予約制)。●本町2211
グリーンエステートビル304号室
☎328844
☎09095266244



唇力アップで、あなたも健康美人！



唇筋測定器

唇力アップで健康な体と素敵な笑顔、そして憧れの小顔を手に入れましょう。市内千歳町の『前多歯科クリニック』では唇を閉じる力を測定する「口輪筋測定器」で患者さんの唇力を測り、必要に応じて唇力をアップさせる運動の仕方を指導しています。

唇力とは、口の周りの口輪筋の筋力のことですが、この力が弱いと知らず知らずのうちにホカンと口を開けてしまいます。人間は普段鼻呼吸と口呼吸をしていますが、唇力が弱く、いつも口を開けた状態が多い

唇力アップで健康な体と素敵な笑顔、そして憧れの小顔を手に入れましょう。市内千歳町の『前多歯科クリニック』では唇を閉じる力を測定する「口輪筋測定器」で患者さんの唇力を測り、必要に応じて唇力をアップさせる運動の仕方を指導しています。

4種類のパエリア、いかが？



市内白鳥町にある『イリユージュン』は、「ホアルニツ」の副料理長が務めたオーナーシェフが、エリヤです。シェフ自らがスペインを旅して自分なりにアレンジしているパエリアは野菜のパエリアとアサリのパエリア(各1575円)、「海の家パエリア」(2100円)、「パレンシアのパエリア」(2575円)の4種類があります。

また、スープあるいはオードブル、パエリアデザートが付く「パエリアのコース」(1人3150円)もあります。パエリアは時間がかかるので、お急ぎの人はご予約下さい。当日予約も可能です。パエリアは2人以上でのご予約。そのほか各1人料理3150円、5250円、7350円とアラカルトメニュー(パスタ、そば粉のクレープ各1575円)もご堪能下さい。営業時間は午前11時〜午後2時、午後5時〜午後11時(ラストオーダー午後10時30分)。毎週月曜日定休。駐車場有。

●白鳥町1714
☎4035588

消費者 相談室 あなたも賢い消費者に レジ袋の減量について

先頃、函館消費者協会主催の消費者フォーラムが開かれました。テーマは「レジ袋を使わずにマイバックを」。

協会が昨年、一昨年と2回にわたって行ったアンケートによるとレジ袋の使用量は、1人当たり年間304枚から231枚と減少していますが、市の試算では、市内の年間使用量は8520万枚で、廃棄される量も膨大になるとみられます。

フォーラムでは、地球規模の環境問題から地域活動の重要性を説く講演の後、行政、企業、消費者ボランティア各々の立場からノーレジ袋運動を実践してきたパネラーの報告がありました。

印象的だったのは、「レジ袋は使い捨ての象徴だ」という言葉でした。地球規模の環境を考えると資源の浪費は極力避けたいもの。またレジ袋はタダだといいますが、実はその価格も商品に上乗せされているわけで、決してタダではないということも考えなくてはいいでしょう。

このところの台風や熱波など世界規模の異常気象は、その原因が地球温暖化などの環境問題にあるといわれます。

限りある資源を守り、環境に負荷をかけない暮らしのためにも「使い捨て」を見直すときではないでしょうか。まずは身近なレジ袋から…。1人ひとりが、環境にやさしい暮らしを心がけたいものです。

記者が調べる

素朴なギモン

調査隊

調査／本紙記者：大場小夜子

Q市内西部地区に住んでいる者です。いつも、函館公園の中にある市立函館図書館本館で本を借りていましたが、今度、五稜郭公園の近くに図書館ができるということで今の本館は本館でなくなりますね。移転した後は、現在の本館はどうなるのですか。本は借りられますか。また、本の数が減るのでしょうか。五稜郭まで本を借りに行くのは大変なので、ちょっと気になります。

(市内図書館愛用者)

A函館に立派な図書館ができるということで、市民としてはとても楽しみです。その反面、西部地区で本を借りることは不便になりますね。今回の質問について、市立函館図書館館長より回答をいただきました。「図書館では現在、五稜郭公園側に中央図書館を建設中で、今年11月下旬に開館予定です。そのため、現本館は5月23日から休館し、移転するための準備に入ります。休館中は、現本館前に移動図書館車が週1回～2週間に1回、巡回する予定です。また、現本館は非常に老朽化しているため、改修整備して、その後は歴史図書室と西部地区図書室を併設する予定です」ということでした。

good taste



発光ダイオード照射でシワ、たるみを改善するFine-Liteトリートメントを、東北・北海道エリアで初導入した市内鍛冶2丁目の『シワ・たるみ専科』ピエア リンクス』ラヴサロン内。イギリスの医療メーカーが光線療法

で皮膚環境を整える効果を応用して開発したもので肌を若返らせるFine-Liteの光を照射することで真皮層に存在する繊維芽細胞を徐々に活性化させ、コラーゲン・エラスチンの生成を促進、効能は1部分だけでなく顔全体に行きわたり「60歳になっても張りのある肌」に……。シワ、たるみでお悩みの人に好評のトリートメントを今回初導入キャンペーンとして体験コース1回限定21000円を10000円で提供。施術1回で肌の透明感、ハリ、

引き締め、保湿などを実感して下さい。1回の施術は照射とマシナリ付ハンドマッサージを加えて50分ほどのみ1日おきに9〜12回施術し、以降は月1〜2回で持続します。料金は9回で189000円(メンテナンス3回付)。体感コースのほうは6回で126000円。完成コースのみ、以降1回52500円で提供。

●鍛冶2-13-11

567680

seaap.teacup.com/jarevel/

good shop

東北・北海道初導入 Fine-Lite 「シワ・たるみ専科」ピエア リンクス

Kuma Deeri (クマデリー) 登場!

市内深堀町にある洋風 壬午のズダ「分力」(525 居酒屋)くまきち食堂が、フリップリのえびが評判の「フリップリのえびと野菜のタルタルサラダ」(1000グラム、388円)、じっくり煮込んだ「牛スジとヒヨコ」(550円)など15種類のメニューは、そんな時にぴったりなの。お好きな物を手玉間ひまかけたリストアップして、ゆっくり自宅でするながら味わいましょう。家族の記念日やお客様きた時にぴったりの「フリップアウト」(1000円)もおすすめ。

は4人前で5500円から(要予約) また、安くても美味しいワインのそろった居酒屋にも足を運んでみて下さい。営業時間は午後3時〜午後11時。毎週日曜日定休。

●柏木町3531 5411573

やさしい皮膚科オープン 日吉皮膚科クリニック

今年2月、市内日吉1丁目にオープンした「日吉皮膚科クリニック」は心地よい音楽が流れる癒し系の待合室で、やさしい雰囲気。このクリニックは女性ドクターがいること、早朝診療を行っていること、診察と処置が同じ部屋で受けられること、プライバシーを守るため声もれにくい構造となっていること、キッズスペースがあることなどが大きな特徴です。

院長の横田田鶴子医師は近畿大学医学部を卒業後、北大医学部の皮膚科、市立苫小牧病院、市立札幌病院、札幌鉄道病院に勤務し、アトピーの教育入院や乾燥癬の治療、さらに皮膚科の美容治療としてピーリングや化粧品パッチテストなどを専門に行ってきた人物。日本皮膚科学会認定の皮膚科専門医な

置が同じ部屋で受けられること、プライバシーを守るため声もれにくい構造となっていること、キッズスペースがあることなどが大きな特徴です。

●日吉1-1-13 303003
http://www.hyshiderm.com/

1周年につき整体メニュー10分サービス

市内日吉町にあるエステと整体の『ピリール』が1周年を記念し、全体の施術時間を延長中です(4月末日まで)。肩・首または腰・足どちらかのもみほぐし(40分コース(2000円)、「全身もみほぐし」(3000円)、「全身ふりふり」(3000円)、「全身タプタプ」(80分)のマッサージのサービスは、この店ならではの、足裏のツボを刺激して疲れを取る「フレックソロジー」(2500円)には、アロマオイルでの膝下のマッサージや角質ケアが付いて満足度は数段上。

そのほかにも、おトクなメニューが充実。受付時間は午前9時30分〜午後6時30分(毎週土・日曜日、祝日は午後3時まで)。時間外応相談。要予約。駐車場有。

●日吉町2-12 556800

大場小夜子の「アナタも体験しませんか！」

童謡を歌う

「雪」からはじめて「涙そうそう」まで、懐かしい童謡や学校で習った歌など、誰でも一度は口にしたことがある曲を、ピアノの伴奏に合わせて歌う会に参加しました。歌詞は忘れても、歌っているうちにすぐ思ひ出します。上手に歌うのではなく、自分が楽しく歌えれば大丈夫です。もう安心。1時間に20曲は歌ったと思いますが、あっという間に時間が過ぎ、楽しいひとときでした。



「みどりのそよ風」を歌います。この歌は小学校で習った記憶が…。



まず最初は「雪」。雪やこんこ、あられやこんこ…。高い声が全然出ません。



「山のごちそう」は手の振りをつけて歌いました。



「雪のふるまを」。歌詞の内容をかみしめつつ歌い、次の「花」は皆が自然に2部合唱になりました。



最後に人気の「涙そうそう」を…。私のカラオケの十八番にしようと、頑張って歌ってみました。



月に1回が待ち遠しいという会員の皆さん。「1時間では足りない」という人もいました。

取材協力／「歌いつづけて…」
講師／寺田麗子 日時／月1回、毎月第3水曜日午前10時30分～午後11時30分
会場／函館YWCA 参加費／1回525円（歌集コピー代500円） ☎51-5262

市内松風町に昨年7月にオープンした「エドワーズ」は、テイクアウト・サンドイッチの専門店。「イギリスに住んでいた時に、よくテイクアウトの店を利用しました。函館にもそういう店があればいいな」との思いがきっかけです。と開店までの経緯を話すオーナーの大山紘生さん。明るいグリーンを基調にした店内はシンプルでどこかイギリスの雰囲気漂う。

10種類以上の具と3種類のパンから選ぶサンドイッチは30種類以上のバリエーション。パンはニューヨークスタイルのベーグル、全粒粉を使ったフランスパンと食パンの3種類。人気は、クリームチーズをたっぷり塗った「ベーグルにスモークサーモンとレタスのサンド」(420円)、フランスパンにこだわりの大山ハムとチーズきゅうり、レタスをはさんだ「パストラミビーフサンド」(420円)、全粒粉の食パンに新鮮な卵とロースハムをはさんだ「ハムたまごサンド」(390円)。ほかにオゾン風味のマヨネーズがさわやかな「えびアボカドサンド」やボリウム満点「照り焼きチキンサンド」、あざりヘルシーな「ごぼうサンド」などがある。朝8時30分から開店しているので通学や通勤前にチョイスできるのも嬉しい。現在、午前10時30分までコーヒー、紅茶を50円引きでサービス中。営業時間は午前8時30分～午後7時30分。毎週水曜日定休。



いい店
みつけた

エドワーズ

担当／野村 保子



●松風町16-17

☎26-1656



●若松町27 16 ☎272005

形成外科の外來にやってくる患者さんにはシミが気になるという方が多くいます。ひとくちにシミといってもいろいろな種類があります。代表的なものとしては老人性色素斑、肝斑、脂漏性角化症などがあります。

老人性色素斑は、老人性という言葉がついていますが、年齢によらず出てくるシミというより、繰り返して日光に当たると徐々にできてくる色素斑のことです。30才くらいから始まり、50才代で顕著になります。30才以下から出される顔や手の甲に多く見られ、色は褐色から黒に近いものもあります。大きさは、そばかすのように小さいものが多発するものから大きな色素斑が1個から数個見られるものがあります。形は円形か円形に近いものが多いようですが、周りの皮膚との境目はぼやかりています。また、平坦なものも少し厚みのあるものもあります。このシミはレーザーで治療することができます。ただしレーザーは皮膚の深いところまで入っていくので、厚みのあるものに対しては効き目が弱くなります。あまり厚みのあるものに対しては度焼いたりして平坦にしたらレーザーをかけるともありません。

肝斑は30才以降の女性の顔に見られるシミです。部位は頬、額、上唇唇部、左右対称性に見られるのが特徴です。色は薄い褐色で、形は様々に不正形をしています。原因はホルモンのバランスの異常が考えられており、妊娠、出産の後に起こることもあります。やはり日光に当たると悪化します。このシミにはレーザーは効きませんが、レーザーを照射して時的に軽快したとしても、また出てきてしまいます。ですから内服による治療が主になります。内服によって色が薄くなっても内服をやめるとまた濃くなったりしてやっかいなシミです。

脂漏性角化症は30才以降に出てくる盛り上がりかたイボ状のシミです。顔、頭に多発します。老人性色素斑と混在することが多く、色は濃い褐色で、形、大きさは様々です。かゆみがあることもあります。治療は炭酸ガスレーザーで焼いたりします。ただし悪性腫瘍と似ているものもあり、切除が必要になることもあります。

シミというのはいろいろな種類があり、それが混ざっていることも多いため治療法も様々です。レーザーという治療法は画期的なものであり、シミの種類によっても大変効果がありますが、万能ではありません。シミでお悩みの方はご相談していただければ、治療法が見つかるかもしれません。

また、4月1日より3か月間、シミ取りレーザーのキャンペーンを行います。詳細は当院ホームページをご覧ください。
<http://www.ohmura.or.jp/>

HEALTHNESS & WEALTHNESS 134

シミのこと

大村病院形成外科科長 須藤 聡

星占い

3月29日～4月26日
提供
占い専科21
函館市梁川町18-20
phone 55-1031

- 牡羊座** 3月21日～4月19日生
運気快調。初めて挑戦することに幸運が降り注いでいる。金運・健康運共良好。再会劇や突然の縁談の予感。ラッキーアイテム／白系ナイトガン
- 牡牛座** 4月20日～5月20日生
運気低迷。環境の変化に馴染めず引きこもりがち。怒に閉じてしまらず意識的に外出。強気で頭痛注意。ラッキーアイテム／ピンクのハンカチ
- 双子座** 5月21日～6月21日生
自分の殻を打ち破るチャンス。趣味の集まりやサークルの参加は積極的に。胃腸に注意。ラッキーアイテム／ペンダーのアクセサリー
- 蟹座** 6月22日～7月22日生
波乱の運気。家庭内の不和が心配。余計な干渉や肩入れは慎んで。恋愛も対立がありそう。身体を動かしてラッキーアイテム／赤のソックス
- 獅子座** 7月23日～8月22日生
悪意の罠にひき込まれる。攻め姿勢で察する態度が必要。恋愛破局の心配。健康・好不調の繰り返し。ラッキーアイテム／黄色のジャケット
- 乙女座** 8月23日～9月22日生
精神的に落ち込んで暗く考えやすいので明るく頑張る。暗く考えやすい運気。健康・好調の繰り返し。ラッキーアイテム／緑色の小物
- 天秤座** 9月23日～10月23日生
吉凶混在。大きな転機が訪れる暗示。吉運。大きな転機が訪れる暗示。吉運。大きな転機が訪れる暗示。ラッキーアイテム／大きな花
- 蠍座** 10月24日～11月23日生
運気好調。口炎に注意。大きな失敗に繋がる予感。日記や配りを大切に。金運好調。持病再発の兆し。ラッキーアイテム／アロマソープ
- 射手座** 11月24日～12月21日生
運気好調。公私共大活躍。起業。独立。転職のチャンス。恋愛や決め。過労からのストレスに注意。ラッキーアイテム／水の流れる音のCD
- 山羊座** 12月22日～1月19日生
家庭内のトラブルが仕事にも影響の暗示。利害や悪感を捨て、早めの解決を。金運・健康共良好。ラッキーアイテム／花形のナイトソープ
- 水瓶座** 1月20日～2月18日生
新しい分野にツキがあり挑戦のチャンス。金銭感覚は注意。ラッキーアイテム／黒い靴
- 魚座** 2月19日～3月20日生
運気安定。冒険や刺激を求めたい時。メイクを変えてみるのも吉。金運ラッキー。健康順調。恋愛良好。ラッキーアイテム／光るボンスティック

港まちなみ 市民プラザ

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。営利目的の情報はお断りいたします。

TEL (0138) 27-9210
FAX (0138) 23-5699

——担当/青山——

さて今回はチャームの特集。ラーメンやカレーライスに負けず劣らず、幅広く人気のチャームですが、飲食店のメニューの中にあつてはどちらかといえば「名脇役」的存在。でも、美味しい店があるんですよ。この函館にも。さあ、ぜひあなたも、お気に入りのチャームを見つけて下さいね。

「読者の声」

読者の声、その後
函館の交通マナーについての投稿を、紙面に取り上げて下さってありがとうございます。反響が大きくなってうれしいです。やはり皆さんマナーの悪さは認識しているんですね。反論が来るのも予想の範囲内でした。根拠からの函館人にとっては、自分の故郷をけなされて不愉快だろうとは思っていただけ

ていると、気分が滅入ってくるんですね。家でも車の中でも、夫婦の会話にマナーの悪さへの文句ばかりが増え、すぐ嫌だつたのが最初の投稿のきっかけでした。本当に少しでもよくなってくれますように。
(白鳥町・T・H)

1月28日の「こういう話はハルオに聞こう」を読んだ。毎回楽しみにしています。特に1月28日号の「こういう話はハルオに聞こう」のコーナーのハルオさんの話。つい毎日「イヤラ」でもこの暮らし、ありがたいことなんだと気づかされた。日々の何気ない生活こそ幸せなんですよ。(陣川町・A・S)

本紙厳選 商品情報

ミネラルパワーで家族健康！
体によくておいしい水を！

一般成人の体内の水分は、平均的に体重の70%を占めるのだそうです。体内の様々な活動において、水が果たす役割は美に多く、体の中のお掃除を洗い流すの働きなど、成人は1日に2リットル以上の水分を必要とするのだそうです。そのため、「成人は1日に1〜2リットル、真夏やスポーツなどによって多量の汗をかいた時はそれ以上の水分の補給が必要で、お茶やジュースだけでなく、水を飲むことも胃腸により刺激を与えることも大切ともいわれたいです。

健康生活を語る上で、水の役割が欠かせないのは今さらいうまでもありませんが、体によくて美味しい水がすぐに作れる「ミネラルパワー」は最近注目されている逸品です。水道水の中に入れておくだけでミネラルムたぶりのアルカリマイナスイオン水ができるのが特徴。アルカリマイナスイオン水は老化や病気の要因となる活性酸素を中和させる働きをします。

家族みんなの健康のために、「ミネラルパワー」が作る健康的な水を、ぜひあなたのご家庭にも、いかがでしょうか。

中学生の頃から家でチャームを作っていた僕は、何を隠そうチャーム作りの達人。中学時代、野球部の試合の後に僕の家に遊びにきた腹へこエースリッチャーに自慢の逸品を作ってやったら、本人はその旨さを大絶賛。それから僕は料理好きに…。覚えてる？ よつちゃん。(慎)

「レジ袋を使わずマイバクをががマの消費者協会のフォーラムに参加した。意外なことに持ち歩けるマイバクがほしいなど、積極的な発言もあった。生活者として、環境問題や消費者問題に取り組み男性が増えるのは心強い限り。(無)

インターネットの「教えgoo」をみて驚いた。百万件以上の質問に99%の回答率。それに応えてのお礼の返事が行き交う。ネットの井戸端でみんなの知恵を借りて問題解決して感じてなんかほのほの。ルールとネチケットを守って色々使えるのがネットの魅力。(チヨ)

以前3月末の桜のきれいな頃に東京に行った時の事。町ゆく人にマスクを着けている人が多く、ちょっと異様な感じがした。花粉症のためと気がついたが函館ではマスクの人を見なかったからちょっとびっくり。あれから10年。今は桜の季節が短い人がもつと増えているのだらう。(345)

「インフォ」

日本語・日本文化講座夏期セミナーのホストファミリー募集

草の根国際交流に参加しませんか。『財団法人北海道国際交流センター』が毎年行っている「第20回日本語・日本文化講座夏期セミナー」が今年も6月16日から8月13日まで函館市内及び近郊で開催されますが、同センターでは現在、海外からやってくる外国人学生をホームステイさせてくれるホストファミリーを募集しています。期間中、外国人学生が日本語や日本の伝統文化を学ぶこの講座は、学生が函館市内及び近郊の一般家庭で日本の生活をすることにより日本の文化を体験できるというものです。民泊家庭にとっても家族が外国人の文化などに触れることができることから、加速する国際化社会の中での草の根交流

として注目されています。ホストファミリーは現在募集中で、定員になり次第締切。6月8日には、ホストファミリー説明会が開かれます。詳しいことについては、お気軽に『財団法人北海道国際交流センター』(函館市元町14-1、☎22-0770)までお問い合わせ下さい。

「プレゼント」

オリーフサロン山川より手作りせつけんを5名様にプレゼント

本紙「これが麻代のお気に入り」コーナーでも以前紹介したオリーフアイルロースヒップ配合全身に使える手作りせつけん(販売価格1個800円)を5名様にプレゼント。ハガキに郵便番号・住所・氏名・電話番号を明記し、〒040-8605 函館どつく株式会社ミッド事業部「オリーフサロン山川」係まで。締切は4月8日。

株式会社エヌピーアイより、ピワ種加工食品「天神宝」を20名様にプレゼント。美と健康をテーマに様々な商品を取り扱っている株式会社エヌピーアイ(本社)熊本市より、ピワ種の豊富なピタミン、ミネラルを含み、花粉が気になる季節にもオススメのサプリメント「天神宝」(300ミリグラム×450粒入り)5250円相当を20名様にプレゼント。応募は官製ハガキに郵便番号・住所・氏名・年齢・電話番号を明記の上、〒861-4109、熊本県熊本市日吉1-8、34株式会社エヌピーアイ「函館青いほす」と天神宝「プレゼント」係まで。締切は4月8日。



エドワーズより「サンドイッチ1個無料引換券2枚セット」を5名様に。今回の「いい店みつた」コーナーで紹介した「エドワーズ」より、「サンドイッチ1個無料引換券2枚セット」を5名様に。ハガキに郵便番号、住所、氏名、電話番号を明記し、青いほすに對するご感想もたつぷりお書きの上、〒040-8605 函館どつくミッド事業部「エドワーズプレゼント」係まで。締切は4月8日。



求む!! 取材記者 アルバイト急募

●青いほすとの『なるほどピックス』などの各記事を取材・執筆する仕事です。●毎日出社する仕事ではありませんが、月に1度の会議への出席があります。●収入は月3〜5万円(取材量による、委細面談の上)。●18〜35歳位迄、函館市内在住の方。●パソコンをお持ちで、執筆原稿をEメール送信できる方。●写真撮影できる方(デジタルカメラは支給します)。●5月からの仕事です。●バイタリティとやる気がある方なら未経験者も歓迎。●採用は1名です。

履歴書(写真添付)、志望の動機・自己PRを400字程度にまとめた文章の2点を4月4日までに下記に郵送下さい。書類選考後、候補の方に面接日を追って連絡します。郵送いただいた書類は返却致しません(返却希望の方は予めご明記下さい)。

〒040-8605 函館どつくミッド事業部「ライター採用」係

●お問い合わせ●
☎27-9210 (青山)まで

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)

ミネラルパワー 1袋・宅配料込 2リットル用 3,150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)

お届けまでに多少のお時間をいただく場合がございます。

2月の読者の声に掲載になった原1丁目のS・Sさん、私も同じ経歴があるのとお持ち感が分かります。悲しい出来事ですが、赤ちゃんご家族の温かさを改めて教えてくれたのです。これを読んで、赤ちゃんも喜んでいたらと思います。無理せず心と身体を休めて下さいね。(B.P)

最近、稚内に住んでいたという人に出会う機会が多い。わたしは、稚内生まれですが、生後まもなく大阪へ引っ越したため、覚えていない。どのような町かも知らない。「稚内は行くまでの道のりもいじです」と聞いて、行ってみたいとなった。(Aちゃん)