

青いほすと

毎月2回(中旬・月末)発行
函館市、上磯町、七飯町
全12万6千世帯無料配布

FREE

発行/株式会社青いほすとHD 〒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 [編集室] ☎(0138) 27-9210 [FAX] (0138) 23-5699
[E-mail] aoi-post@aurora.ocn.ne.jp [URL] http://oceanplace.jp/aopos/

1 谷地頭温泉

『市営谷地頭温泉』は昭和28年にオープン。平成10年のリニューアルでは、「すべての人にやさしい施設」をテーマに、外観は敷地周辺の風景に自然に溶け込むよう、また、施設内はあたたかい色彩で演出。また、高齢者や身体の不自由な人、子供が安全に利用できるよう床面は段差がなく、浴場内にも手すりや身体の不自由な人が利用しやすいイスを設置するなど、幅広い人が気軽に利用できる温泉としても注目を集めています。



男湯・女湯共に高温、低温、泡風呂、露天風呂があり、特に五稜郭公園をイメージした露天風呂は人気。効能は神経痛、筋肉痛、関節痛、慢性皮膚病、疲労回復など…。早朝から営業しているという点も魅力です。料金は大人370円、中人(6才以上12才未満)140円、小人(6才未満)70円。30人以上の団体割引有。営業時間は午前6時～午後9時30分。毎月第2、4火曜日定休。第1、2駐車場有(93台)。

●谷地頭町20-7 ☎22-8371

3 立待岬散策ルート

みどころが多く、訪れる人も多い立待岬までの散策ルート。立待岬へ上る坂道には、石川啄木一族の墓がよく知られている。函館を愛し、「函館で死にたい」と言った啄木の遺志を継いだ節子夫人の希望で大正2年に遺骨が移され、一族と共にここに眠る。



その先には、青い海と荒々しい岩肌の絶壁が広がる立待岬が…。函館山の南端に突き出たこの岬は、晴れた日には下北半島を望むことができ、広い津軽海峡を一望できる。かつては異国船を見張る要所であった。「立待」とはアイヌの言葉で「岩上で魚を待ってヤスで捕る所」といわれている。岬からの下り坂は緑濃く、鳥達のさえずりが響く神秘的な静寂に包まれて、函館山の麓へと続く。途中の碧血碑(へつけつひ)は、土方歳三をはじめ箱館戦争に敗れ賊軍となった旧幕府軍の戦死者約800名が祀られている。歴史や自然を肌で感じられるルートは徒歩での散策もおすすめ。なお、このルートは4月1日～10月30日の間の午後8時～午前8時の夜間と、冬季は通行止め。

青いほすと地域活性化応援企画第14弾

谷地頭・住吉町界隈ベスト

10



恒例の本紙地域活性化応援企画も早いもので14回目。道南各地域の魅力をも毎回、地元紙ならではの切り口で紹介してきたわけだが、今回はスバリ、函館山の麓にある魅惑の街・谷地頭・住吉町界隈にスポットを当ててみた。例によってベストテンの順位はあくまで参考。調べのほどに、取材するほどにその懐の奥深さを知った素敵な街に、貴方もぜひ足を運んでみてはいかがだろうか…。

市内西部地区といえは観光メッカとして賑わう元町・末広町界隈を想像しがちだが、函館八幡宮から住吉漁港へ続く谷地頭・住吉町界隈も、昔ながらの佇まいの残る場所として昔から市民に親しまれている場所。電車道路から函館八幡宮までの表参道には廉売や酒屋などといった地域の店が立ち並び、のどかな商店街を形成。付近には、体がよく温まる昔から有名な谷地頭温泉がある。また、隣の住吉町には当市を代表する漁港のひとつである住吉漁港があり、天気の良い日に望む津軽海峡は絶景。また、この界隈から見上げる函館山のうっそうとした緑も素晴らしい。歩いてみるだけで古き良き時代へとタイムスリップした感覚になる。

2 函館八幡宮

緑豊かな函館山の杜を背に、清浄な雰囲気なたたえている『函館八幡宮』は、1445年創立の、道内屈指の歴史を誇る神社。



創立時は現・元町の旧函館区公会堂近くであり、亀田郡領主河野正通が城郭を創建する際に鎮護の神として祀ったのがそのはしまり。現在地に移ったのは明治13年で、威風堂々とした社殿は大正4年に完成したもの。「大正式八棟造」の代表作といわれ、後に明治神宮を設計したという設計士により、本州の神社にみられる建築様式で建造されました。軒の樫の太さを微妙に変えて造られたという美しい屋根のカーブが特徴です。

例祭は毎年8月15日に行われ、2年毎に神輿渡御があります。神輿渡御は八幡宮の130段の階段を駆け登る勇壮なもので、全国的にも珍しく函館名物としても有名。明治27年に完成し、市の指定文化財に指定されている大神輿は、市民の寄付金を中心に浄財が集められ、京都に特注し製作したもの。市内に現存する神輿の中で最も古く、細部にまで技工を凝らした工芸品としても一級品と評価されています。

●谷地頭町2-5 ☎22-3636

6 懐石の里 煌

谷地頭電停から函館山方向に登ると見えてくる瀟洒な和風の建物が『懐石の里 煌』。煌の前にはささぎのものが一切なく、どの部屋からも市街地と津軽海峡が見渡せるという最高の立地。店内は御簾がかかり優雅な雰囲気、素晴らしい景色と丹誠こめて造った料理が同時に楽しめます。料理は、昼は2100円の季節懐石と夜は2600円から15000円まであり、どのメニューも13点の料理が付きます。料理は和食からフランス料理、イタリア料理までを取り入れた献立で、幅広い味覚が楽しめます。向いにある姉妹店の宿泊施設『遊季』は、部屋が全て和室で、落ち着いた純和風の佇い。煌、遊季いずれも事前に申し込み、無料バスでの送迎可。営業時間は午前11時30分～午後1時30分、午後5時30分～午後7時30分。毎月第1、3水曜日定休。予約制。駐車場有。

●住吉町17-1 ☎27-7288



5 谷地頭廉売

『谷地頭廉売』は魚屋、八百屋、塩干物屋の3軒が、肩を寄せ合うようにたたずむ小ぢんまりとした市場。地元で愛され、客もみな顔なじみ。のんびりした空気が流れ、素朴であったかくつかしい雰囲気。「今日は何にする?」「今日はこれがいいよ」と言葉を交わす、市場ならではの対面販売のよさが何となく心地よく、安心のお買い物ができます。

谷地頭温泉帰りの人達も立ち寄りしてくれることも多く、温泉に来るたびに買い物する人も…。月毎に「特売デー」を設けたり、近場の人へは配達をするなど、地元の市場としてのサービスも色々。もちろん電話注文や、遠方への配達もOKです。営業時間は店舗により異なりますが、午前10時から午後6時くらいまで。定休日は日曜日ですが、祝日は営業。

●谷地頭町21-9 ☎27-0641



4 住吉漁港

住吉町や青柳町界隈は明治6年以前はアイヌ語で通称サビヤンリサワベと言われ、その後、住吉町や青柳町などの町名がついたといわれています。『住吉漁港』と正式に指定されたのは昭和38年。当時は100槽あまりの漁船があり、昆布やワカメなどの海藻類のほか、冬にはタコも多く採れていました。

昭和50年代後半から海藻類などは減ってきているものの、現在は春にはチカ、春から夏にかけてはウニ、昆布、冬のアワビやタコなどの漁業が行われています。漁港には30槽ほどの漁船があり、隣接の大森地区の船上げ場としても利用されています。周辺は、サーフィンなどのマリンスポーツを楽しむ人や、釣りを楽しむ人も少なくありませんが、網から300メートル程度離れてほしいとのこと。近年、漁業従事者の数は減ってきていますが、岩場の多い住吉周辺の海で採れるウニやアワビなどが、私達の食生活を豊かにしてくれているといえるでしょう。



そこには美しい海がある…、輝く緑がある…、人情味あふれる商店街がある…、人の心と体を温めてくれる温泉がある。

湯桶を抱えて表参道を歩く人の姿を目にすると、古き良き時代が脳裏に甦る。それは便利で快適な社会が置き去りにした素晴らしいサムシング。美しき街並の魅力は時空を超えて…。八幡宮の鳥居、湯けむり、波の音、カモメの鳴き声――。

10 日弘食品株式会社の100円 ソフト

『日弘食品株式会社』は、30年ほど前から海産物の問屋として地元はもとより、全国に函館の味を届けています。10年前からは店頭で珍味などのほか、「100円ソフト」の販売も開始。当初、ソフトクリームはバニラのみでしたが、様々な人の要望に応え、現在はミックスとモカも販売。観光シーズンには観光客も数多く立ち寄りますが、温泉帰りに毎日足を運んでくれる人や近所の小学生などのために料金は値上げせず、100円のままなのだそう。人気はバニラとモカで、モカは子供が食べやすいよう苦みが控えめ。そのほか、チョコ、キウイ、イチゴサンデー(各130円)もオススメ。営業時間は午前10時～午後5時。毎月2回、火曜日が定休。

●谷地頭町32-3 ☎22-6513



9 ごんちゃんラーメン

函館八幡宮の参道にある『ごんちゃんラーメン』は化学調味料とラードを使わず、地場産の魚や野菜や肉を使ったスープが自慢。10種類以上の材料で煮込んだスープはあっさりして、しかも深い味わいが食べ終わった時の満足感となり、舌に残る。道産の食材にこだわって来函してから30年、ラーメンを作りはじめた店主が家庭用で作っていたラーメンを店でするようにしたのは、肉店の営業で来た人にご馳走したのがきっかけなのだとか。そんな店主自慢の逸品が「塩ラーメン」(490円)で、値段の安さも人気の理由のひとつ。知る人ぞ知るというこの店は、市外から訪れる人も多く、テレビや雑誌の取材でも取り上げられている。営業時間は午前11時～午後4時。毎週火曜日定休。

●谷地頭25-20 ☎22-1879



8 窯蔵

谷地頭町電停前にある『窯蔵』は、無添加で体にやさしいパンが毎日50種類以上並ぶ。子供の頃からのパン好きが高じてパン職人になったという横山尚史さんは、お客さんに色々な種類のパンを食べてもらいたいと、パンはどれも小さく、価格も抑えている。豆乳を練り込んだ「豆乳ぼうや」(73円)や「抹茶豆パン」(63円)などが人気。ほかに惣菜パンやサンドイッチもおすすめ。水曜日限定の「全粒粉の食パン」(1斤231円)は、噛むほどに粉の味わいが広がる。お誕生日やパーティー用にキャラクター物や名前入りのパンの注文も受けており、注文は1000円以上で、2日前までの要予約。手作りの和風の店内も趣がある。営業時間は午前8時15分～午後7時30分。毎週日曜日、祝日定休。

●谷地頭町25-18 ☎23-8330



7 鮭乃江戸松

ネ…ネタがとにかく大きい。厚みもあるのに口に入れるととろけてゆく――。

このお見事なお寿司は「鮭乃江戸松」で食べられます。谷地頭で店を構えて28年。店主の松谷さんは、早朝、必ず市場に向いて自らの目でネタを選びます。その上、にぎりは「梅寿司」(1050円)から「特上寿司」(1900円)という手頃な値段。目利きの目にかかった旬のネタといい、この値段といい、ここでしか飲めないその名も「江戸松」という純米酒もありで、こだわりと心意気が伝わります。映画の森田芳光監督も15年ほど前から函館に来ると必ず食べに来てくれるそう。営業時間は午前11時30分～午後9時30分。毎月第2、3、4水曜日定休。

●谷地頭町25-19 ☎23-0305



隔月連載 増えているアレルギー疾患、その予防と治療

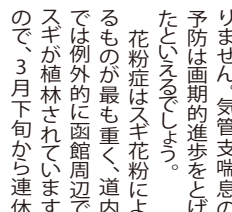
アレルギー疾患が増えている! 富田病院

今や「国民病」といわれるアレルギー疾患。春や秋に鼻炎や結膜炎に悩む人、助ける」などが考えられます。アレルギー性皮膚炎や喘息、アトピー性皮膚炎や喘息の子供達は少なくありません。今回はアレルギーについて専門家の河合健富田病院理事長に伺いました。



アレルギー疾患は生活環境のアレルギー物質とアレルギー体質との関係で起るものです。環境の整備と体質保全対策が必要です。アレルギー体質にならない子育ては①BCG接種をできるだけ早いうち(生後1年以内)に。②お誕生日まで卵を一切与えない。以上の2点を守る。アレルギー体質は生活環境のアレルギー物質とアレルギー体質との関係で起るものです。環境の整備と体質保全対策が必要です。

アレルギー疾患には気管支喘息、花粉症、アトピー性皮膚炎、じんま疹、薬剤アレルギーなどがあります。近年罹患率が増加し、我が国では3人に1人が罹っています。原因は、アレルギーをおこす抗体がたくさず作られるようになった「埃やカビ」花粉などに抗体を作るようになった「アレルギー」とな



て、電気掃除機で清潔を保つことが大切です。最近果物を食べる口の中がヒリヒリする、沁み腫れるといった症状を訴える人がありますが、これは果物アレルギーの可能性もあります。キウイ、メロン、もも、トマト、などアレルギーの原料の成分を多く含む果物は、アレルギーがもとにあると、アレルギーが果物の構造式に共通項があるため、これらにアレルギーとなるとされています。河合健先生プロフィール/昭和37年慶應大学医学部卒、同内科助手、米国ジョンズホプキンス大学内科学科研究員、ルイジアナ州立大学内科学科教授、慶應大学講師を経て平成9年医療法人富田病院理事長。内科学会認定医、アレルギー学会、呼吸器学会、感染症学会専門医。成人病学会評議員、雑誌臨床成人病編集委員を歴任。米国インディアナポリス名誉市民。河合健先生の診療時間/月=午前9時~午後7時 火=午前9時~午後5時 富田病院 ●駒場町9-8 ☎52-1112

ファイナンシャルプランナー FP ハマノの ●きつと役立つ● マネー講座

その2 あなたは賃貸派、持家派? いずれもメリット、デメリットがあるけれど、「ローンが嫌…」という賃貸派は、いま1度、将来のことも考えてみて…

アドバイザー
ファイナンシャルプランナー
濱野 州喜司さん
日本ファイナンシャルプランナー協会会員
有限会社浜野代理店代表取締役
●函館市東山3-14-19 ☎52-0822

一般的に、生活する上で必要なお金の中で大きなウエイトを占めるものといえば住宅費用。賃貸がいいのか、それとも持家がいいのかは、それぞれのライフスタイルによって違いますが、大切なのは目先のことだけでなく、将来的なことも視野に入れて住宅費用というものを考えることです。今回から2回にわたって、住宅への考え方と住宅ローンについてふれてみます。

私は賃貸派
いろんな場所に住みたい、借金もしたくない。また、今のアパートにも満足しているし…。また、いざとなれば社宅もあるし…。

賃貸派の貴方に考えてほしい「将来のこと」生涯の家賃総額を計算し、その総額を住宅ローンに逆算した場合、どれくらいのローンを背負っているのかを、まず考えましょう。また、定年後の年金で家賃を払ってゆくのはいくらかどうかも考えるべき。会社を退職すると当然、社宅には住むことができません。

私は持家派
賃貸だといつまでも自分の物にならないから、持家がいい。老後、家族も安心できるし、何といっても思い通りの家に住みたい。

マイホーム購入の可能性を考えよう
現在、賃貸アパートに住んでいる人は、その家賃が将来的にいくら位になるのかを計算しましょう。その上で、毎月どれ位のローンを何年間でも無償で返済できるのか、計画を立てます。ローンが終わるとそれ以降の住宅費は賃貸に比べて格段安くなります。また、定年後に持家を賃貸に出して家賃収入を得るなどの将来設計も視野に入れることができます。

賃貸派にはそれぞれの考え方があるでしょうが、持家でない限り、家賃の支払いは生涯続き、自分の手元には何も残らないという現実を把握することも大切です。また、自分に万が一のことがあった場合、家族がどうやって家賃を払い続けるかということも考えるべきです(持家の場合、ローンの債務者が死去するとローンのない家が家族に残ります)。自分が今まで払ってきた家賃と、これから払う家賃の金額を計算して、冷静に考えましょう。一方、持家派が家を建てようとする場合は、ローンの支払いに慎重になること。理想の家を望むうちに「いくら返せるか?」よりも「いくら借りられるか?」と考えるようにならないよう、気をつけましょう。また、その時々金利や優遇税制などの情勢を見極めながら、自分の年齢とライフスタイルに応じて計画を立てましょう。今回は住宅ローンについて説明します。

お母さんの腕自慢
我が家のお手軽クッキング
市内深堀町在住 林 美弥子さん

材料
ゼリー型4個分
●果汁100%のオレンジジュース…230ml
●粉ゼラチン…1袋(5g)
●水…大2 ●砂糖…大1
●黄桃…2個 ●ミント…少々

作り方
①粉ゼラチンに水を加え、5分ほどふやかす。
②ジュースの半量と砂糖を耐熱容器に入れ、600Wの電子レンジで約1分加熱する。(鍋で作る時はジュースを沸騰直前に火からおろす)
③①を入れてよく混ぜて溶かし、残りのジュースを加える。
④ゼリー型にぎざんだ黄桃を入れ、ゼリー液を流し、冷蔵庫で2~3時間冷やす。
⑤カップをぬるま湯につけてさかさにして皿にとり、ミントを飾る。

お母さんの腕自慢
我が家のお手軽クッキング
市内深堀町在住 林 美弥子さん

果汁100%のオレンジジュースを使ったオレンジゼリーは、子供のおやつによく作るもの。簡単にできて美味しく、しかも栄養があつて、離乳食の時からのおなじみの味です。黄桃を入れて作りましたが、缶詰の果物なら何でもいじりましょう。蓋付のケースに作ると、プレゼントにも最適ですね。

とがみつからなければいい。本当は心が優しくて、さりげなくいい子なんだよ」と、涙ながらに紹介してくれた。おそらく祖母にしての僕への記憶は、僕が無職だった頃で止まっていたのではないだろうか。そしてその頃の、周囲の人が何と言おうと自分だけは孫の味方でありたいという思いが、その瞬間に強く魅了したのだ。祖母は「ルルハマー」という病名だ。僕が24歳の時、祖母は冷たい体になって自分の家に戻ってきた。「5人の子供に恵まれながら老後はそのうちの誰とも一緒に暮らすことができません。難病に侵され施設の中で最後の時間を過ごしたこの人の人生は幸せだったのだろうか?」。仏前でも思い描いた疑問の答えは、祖母の死後に施設から送られてきた1本のビデオテープの中に映し出されていた。▼ビデオには、施設の人に車椅子を押してもらい、衣料品店で楽しそうに洋服を選んだ祖母の姿があった。選んだ洋服を着て、「どこへ行くか」と思っていたのだろうか? 希望に満たされた祖母の笑顔を見て、介護というものが少しだけ分かったような気がした。介護保険料を払う歳になったいま、介護とか高齢化社会というものについて、あらためて見直してみたいと思ってる。▼今年ももうすぐ、祖母と会話をする日がやってくる。いまでも祖母はあの頃のように、相変わらず不器用にしか生きられない僕の味方をしてくれているだろうか?。(慎)

青ぼの目
介護が少し分かった日
▼私事だが、もうすぐ40歳になる。若い頃に思い描いていたよりも、昨日の今日、という感じで四十路を迎えそうだが、30代と何が変わるかといえば、介護保険料が給料から引かれるようになることだろうか。▼僕は19歳の頃の1時期、無職になったことがあった。周囲の大人からの冷たい視線を何となく感じていたその当時、母方の祖母の自宅に出向いてはよく、祖母に話し相手になってもった。祖母は戦中戦後の厳しい時代に5人の子供を育てた。初孫の僕は幼い頃から随分、祖母に可愛がられた。そんな祖母の話に少しづつ違和感を持つようになったのは、僕が成人して間もなくの頃だった。▼やがて、東京の会社に就職した僕は久々の帰郷の際に、祖母が老健施設に入所したことを知った。祖母のいる老健施設に顔を出すと、ベッドの上の祖母は祖母の涙を流しながら僕を出迎えてくれた。そして隣のベッドの友人に「この子はいい、自分がやりたかったが見つからなかったんだ。本当は心が優しくて、さりげなくいい子なんだよ」と、涙ながらに紹介してくれた。おそらく祖母にしての僕への記憶は、僕が無職だった頃で止まっていたのではないだろうか。そしてその頃の、周囲の人が何と言おうと自分だけは孫の味方でありたいという思いが、その瞬間に強く魅了したのだ。祖母は「ルルハマー」という病名だ。僕が24歳の時、祖母は冷たい体になって自分の家に戻ってきた。「5人の子供に恵まれながら老後はそのうちの誰とも一緒に暮らすことができません。難病に侵され施設の中で最後の時間を過ごしたこの人の人生は幸せだったのだろうか?」。仏前でも思い描いた疑問の答えは、祖母の死後に施設から送られてきた1本のビデオテープの中に映し出されていた。▼ビデオには、施設の人に車椅子を押してもらい、衣料品店で楽しそうに洋服を選んだ祖母の姿があった。選んだ洋服を着て、「どこへ行くか」と思っていたのだろうか? 希望に満たされた祖母の笑顔を見て、介護というものが少しだけ分かったような気がした。介護保険料を払う歳になったいま、介護とか高齢化社会というものについて、あらためて見直してみたいと思ってる。▼今年ももうすぐ、祖母と会話をする日がやってくる。いまでも祖母はあの頃のように、相変わらず不器用にしか生きられない僕の味方をしてくれているだろうか?。(慎)

Naruhodo Topics [なるほどトピックス]

子育て倶楽部

5月17日号の妊娠4か月のプレママ(まめお)さんの「どのようにしたら夫に協力してもらったり、父親になる自覚を持ってもらえるのでしょうか」との悩みに、今回は(バツ2で2児の母)さんからの意見を紹介します。

私はバツ2で子供2人を持つ主婦です。(まめお)さんは、妊娠中で体調も悪そうなかよくぞ心の中を吐き出せました。これまで大変だったのですね。毎日×2お疲れ様です。少しキツイ言い方もかもしれませんが、(まめお)さんのダンナ様は、本当に飲みに行ったりパチンコをしたりしているのですか? 実際にその現場を見たのですか?

ダンナ様は、恐らく父親になることに不安を感じているのではないですか? 私の前のダンナはそんな感じで、私もいつも悩んでいました。妊娠中は人と逢うことも疲れてしまうの分かりますが、ダンナ様と話し合うこともストレスですか? 一度は愛し合った夫婦なので、そういう機会を作るのも無理ですか? 話し合っただけでなく、家庭内で一緒に動きながら。辛いけど(まめお)さんが居場所を作ってあげて、そうすることで自然とダンナ様も気を遣ってくれるようになると思います。(バツ2で2児の母)

皆様はどう思われますか? よきアドバイスがありましたら、ぜひお聞かせ下さい。

【ご意見・ご感想は…】
〒040-8605
函館どつく株式会社内
株式会社青いほすとHD
『子育て倶楽部』係
FAX 23-5699
Eメール
aoi-post@aurora.pcn.ne.jp

今月の
元氣印

朝野さやかちゃん
平成7年10月25日生
朝野楓ちゃん
平成10年1月2日生



子育てに不安やストレスを感じながら1人で悩んでいませんか? 市内結梗5丁目の『えんどう桔梗マタニティクリニック』で行っている「ふれあい広場」(無料)は、母子が楽しく過ごしたり、悩みを相談できる場としてオススメ(生後3か月から1歳くらいまで。兄弟の参加可)。



まずは、栄養師さんの話からスタート。季節や状況に合わせた内容で離乳食もスムーズに進みそう。

「子育ての悩みを助産師さんなどに聞いてもらったり、同じ年頃の子を持つお母さんと話すことでストレス解消になります。子育てから離れてリラックスできる場でもあります」
「家で1人で子供の面倒をみているとストレスがたまるので、ストレス解消になります」とは、参加していたお母さんの声。日時は毎月第2、4金曜日午前10時~正午(要予約・定員15人前後)。詳しくは、電話でお問い合わせ下さい。



その後は、お楽しみのおやつとフリートークの時間。おやつに季節の味を取り入れることで、母子の情緒が育まれてゆく。

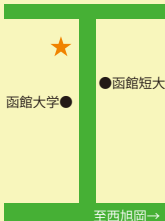
●桔梗5-7-15 ☎47-3001 <http://www.endo-kikyo.or.jp>

お得用1000円セットは行楽にもオススメ! パンのほりかわ



天然酵母と厳選素材のパンが人気の、市内高丘町の「パンのほりかわ」。好評の「お得用1000円セット」を今夏も発売します。セット内容は、フランスパン「柔食パン1斤」「メロンパン」「パンブキン」「バターロール」「あんぱん」「シナモンロール」「レーズンロール」の12品が通常1323円のところ、税込で1000円とおトク! この内容での発売は7月29日から8月28日までで、旧函館市内は無料配達(午後3時~午後6時)。その他のパンも1000円以上で配達可。1000円セットの店頭販売は正午からですが、お早めにご予約。営業時間は午前8時~午後7時。毎週月曜日定休。

●高丘町46-10
☎59-1800



秋の素材を使ったお菓子作り

秋の素材を使ったお菓子作りを学びませんか。食欲の秋には、ケーキ作りにぴったりの素材がいっぱい! 毎回大好評の『北ガスクッキングスクール』の9月のお菓子の日のテーマは「秋の素材を使ったお菓子」。栗を使った焼き菓子やマロンケーキなどの美味し作り方を学びます。

日時は9月13日(①)午前10時~午後1時、②午後6時30分~午後9時30分。場所は市内万代町・北ガスクッキングスクール1階のクッキングスペース。講師は和田徳子先生。受講料は1000円(定員は15人)。



秋は美味しいケーキ作りの素材がいっぱい!!

申込は電話で受付。申込 ☎42-6505

人数が定員を越えた場合は抽選を行います。申込締切は8月4日。さて、この秋こそ、ご家族が喜ぶ美味しいケーキ作りをマスターしましょう! なお、北ガス函館支店ではサークルや団体向けにクッキングスペースの貸し出しを行っていますので、詳細は電話でお問い合わせ下さい。

夏休みはファミリールーバイキング

「フィットネスホテル330 函館」10階の「味紀 いちばん」では、毎日開催のランチバイキングが人気。和洋・中・バリエーション豊かなメニューが毎日変わるのが魅力。



7月25日から8月18日までは「夏休みファミリールーバイキング」を実施中。料金は大人924円、小学生以下525円。期間中は小学6年生以下の子供にアイスクリームをサービス。メニューも、子供に人気のものから大人が満足できるものまで充実した品揃え。

オスメの「レストラメンバズカード」は、バイキングを含めた昼夜全メニューが10%オフ(一部除外メニュー有)。入会金・年会費は無料。入会時から即割引になるというのもうれし

●若松町6-3
☎23-0330

西部地区待望の脳神経外科が開院

7月8日、市内豊川町・十字街電停そばに「函館西部脳神経クリニック」が開院しました。院長は函館五稜郭病院に9年、函館脳神経外科病院で1年勤務した小保内主税先生。診療科目は脳神経外科、内科、神経内科、リハビリテーション科です。

脳神経外科の取り扱う疾患は脳血管障害、頭部外傷、癲癇症、認知症など。症状として最も多いのは頭痛で、そのほかの症状では「それだけが回らない」「ま



小保内主税院長

つすぐ歩けない」「頭を打つなどの怪我をしたなど」に対応します。それぞれ、軽度なものから重度の疾患の前兆まで含んでいます。気になる症状があっても身近に病院がなかった西部地区ですが、同院開院で受診しやすくなりました。また、高血圧や糖尿病は往診も行っています。

診療時間は月・火・水・金曜日は午前9時~正午、土曜日は午後6時~水曜日は午前9時~正午、水曜日の午後は往診になります。日曜日、祝日休診。

●豊川町2-4
☎26-1029

消費者
相談室

あなたも賢い消費者に
個人情報の保護(1)

悪質な商法や、いわゆる「振り込め詐欺」などの犯罪に個人情報が悪用される例が後を絶ちません。

この4月に「個人情報保護法」が施行され、個人情報を取り扱う事業者に不正流用やずさんなデータ管理をしないよう義務が課せられましたが、それでも大切なことは、自分のことは自分で守ること。個人情報が悪用されないように、日常の注意点を考えてみましょう。

個人情報の流出を防ぐためには、まず個人情報を公開する機会を減らすことです。懸賞や会員カードなどは、個人情報を明かすことになる機会につながりますが、その際には、自分の提供する個人情報に見合うだけのメリットがあるかどうかを考慮する必要があります。懸賞への応募はさまざまな情報を提供することになるという側面を理解した上で行いましょう。最近では懸賞を行う側も、「個人情報保護法」に準じて懸賞で得た個人情報の使用目的を明記している場合が多いので、目を通すようにしましょう。

会員カードの中には住所、氏名のほか、「いつ何を買ったか」という情報まで蓄積されるものもあります。必要以上にカードを持たないことも自衛策のひとつです。また、氏名や連絡先を記入するタイプの割引券でも個人情報が流出する危険があります。通帳などの暗証番号も、誕生日や電話番号、車のナンバーなどから類推できる数字にするのは危険です。契約の場合も、その契約によって提示された情報をどう扱うかが記載されているので、よく目を通して、不明な点があれば直接契約先に問い合わせるようにしましょう。(続)

面白
雑学

言葉編「北海道弁について」

本州から来て初めて聞く北海道弁にともどったという体験や、標準語だと思って使っていた言葉が、実は方言だと知ったという体験はありませんか。今回は北海道全域で使われている北海道弁について一緒に確認してみましょう。

投げる…捨てる。初めて北海道に来た人がびっくりするのがこの言い方なのだとか…。例:「ゴミを投げる」
あずましくない…落ち着かない。あずましいの否定型。例:「偉い人の隣の席であずましくない」
いずい…痛がゆい。例:「目にごみが入って、いずい」
わや…めちゃくちゃ。関西弁からきているという説もあります。例:「道がぬかるんで、わやだ」
ばくる…交換する。例:「本をばくろう」
ゆるくない…きつい。辛い。例:「この仕事もゆるくない」
きかない…わんぱく。気が強い。"言うことを聞かない"からきているという説も…。例:「あの子、きかない娘だよ」
はく…はめる。例:「手袋をはく」
いたましい…もったいない。例:「新しい傘、いたましいからささない」
じょっぴんかう…鍵をかける。例:「もう遅いから、じょっぴんかうかって寝よう」

nice taste! nice shop! nice job!



ウツドアだからこそ、イキキとした表情や無邪気な姿を見せてくれるでしょう。
撮影は、美原3,583 46,4554
www.tanisugi.com

ロケフォトキャンペーン! フォトスタジオオタニスギ 写楽館
市内美原3丁目この6月に移転オープンしたラオスタジオオタニスギ 写楽館』では、「ロケフォトキャンペーン」の参加者を募集中です。
太陽の季節、夏の緑を口にし、この夏だけの思い出を残してみませんか。ご夫婦やカップル、夏休み帰省で全員そろったファミリー、可愛いペットもピカピカの愛車もみくもみくも、小さな子供もアツトアツト、先着30組限定! ちょっとお洒落な作品作りを楽しみたいと思う人は、お早めにお問い合わせ下さい。参加料は5000円。営業時間は午前10時〜午後6時。毎週水曜日定休。駐車場有。
●美原3,583 46,4554
www.tanisugi.com



子供も大人も気軽にフラメンコ
子供達がフラメンコのリズムに乗ってステップを踏む。『野戸真粧美フラメンコ教室』の子供クラスは、5〜10歳ぐらいの子供が体を動かして踊りを楽しみながら、感受性や積極性、身体性を刺激。珍しい習い事として人気上昇中です。レッスンには宮前町のスタジオで毎週土曜日の午後1時30分から60分間。
また、大人向けにも、フラメンコという異文化に触れて楽しみながら体を動かしてシェイプアップ効果も期待できる美容クラスがあります。ルンバのリズムに乗ってフラメンコの動きを



取り入れたエクササイズをぜひ! 運動経験がなくとも安心のレベル。こちらは毎週火曜日の午前11時と毎週土曜日の午後2時30分、各60分のレッスン。受講料は各5000円。9月からは月曜日の夜に6人限定のクラスも作る予定。そのほか、本科コースや個人レッスンなどのコースもあります。全クラス9月より新規募集。8月27日までにお申し込み下さい。詳しくはお問い合わせ下さい。

子供も大人も気軽にフラメンコ 野戸真粧美フラメンコ教室



あれこれ食べたくなるパン屋さん
市内の場所にある「パン・エス・ポワール」は、この7月で1周年を迎えます。ますます人気絶好調!
店内に並ぶパンは食パン、菓子パン、フランスパンなど約120種類、種類の多さだけでなく、ひとつひとつのパンが生地と食した明太子が絶妙のバランス。マンイサド(210円)など、新感覚のサンドイッチもオススメ。モチモチの「豆モッチー」(84円)やサクサクのタルトなど、食べる度に違う食感と新しい味に出会え、毎月新商品も登場と、目が離せません。

パン・エス・ポワール
ぜひ、一度足を運んでみては…。なお宅配(旧函館市内)と予約販売も行っていただけます。詳細は電話でお問い合わせ下さい。営業時間は午前7時〜午後7時。毎週日曜日、祝日定休。
●的場町1123 33,6464



サイキック(霊能者)天海洋子のサロンオープン
「今までティンティンママとして多くの人に育てていただき心から感謝していただきます」話すのは、ティンティンママ改め天海洋子さん。このほど、市内若松町のワコから市内本町に移転。手のひら診断を通して、心のケア、企業の商品開発などの講演、企業の商品開発などをしているティンティンママを卒業する時期になったのだそう。新しい名前、天海洋子とは、天は宇宙、海は生き物全てが生まれた場所、洋は太平洋、子は女という意味だそうです。この7月7日から、天



海海洋子のサロンオープン 天海洋子
海洋子さん開発の「あたらしいいかめし」(1本630円、4本入3150円)が「株式会社ビクトリー」(代表取締役・佐々木昌平氏)より販売開始。新しい名物としてぜひご賞味下さい。
なお、今後とも今までのママと変わりなく安心してご相談を…。相談料金は5000円。完全予約制ですので、電話でお問い合わせ下さい。
●本町・シネアイリス上304号 32,8844
【携帯電話】090,95266244

青山 慎司の復活! 夏のチャレンジャー



さあ、乗船。取材日は絶好のクルージング日和でした!!



まず最後部座席へ乗りこみ。心強い乗組員さん。



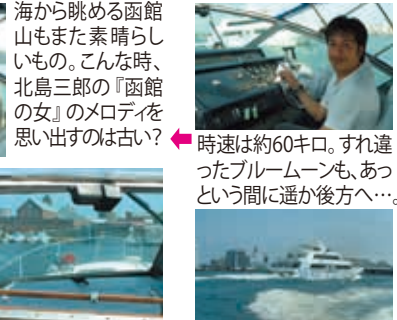
今度は運転席の隣に同乗していただきました。ちょっと緊張する～。



見えてくるのは函館どつづくのクレーン。海から見ると迫力あるね～。



海から眺める函館山もまた素晴らしいもの。こんな時、北島三郎の『函館の女』のメロディを思い出すのは古い? レンガ倉庫が見えたら、クルージングももうすぐ終了。デザートコースに、家族での夏の思い出を、お楽しみ!!



時速は約60キロ。すれ違ったブルームーンも、あつという間に遥か後方へ…。



金森ベイクルーズに挑戦!

(種です...。今回はお洒落なベイクルーズを体験しました。小型船舶免許を持っていますので、海も船も大好きです。でも美は船酔いする体質で、修学旅行の時連絡船で具合が悪くなってきたことがあるそうです。

取材協力/共同通船株式会社 金森赤レンガ倉庫
 金森ベイクルーズ(大人1000円、小人500円、小学生以下10月頃まで、BAYはごだての掘削より毎日出航(天候により欠航する場合あり。1回の定員は11人、少人数での出航も希望者は直接BAYにごだての掘削に少ない乗場までどうぞ、詳細は☎080-559978677まで。



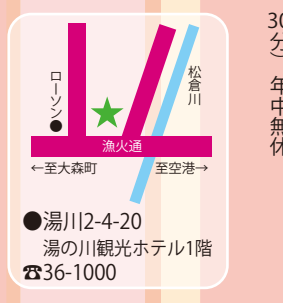
函館湯の川温泉 らーめんブギ

いい店みつけた!
 *当番 大場 小夜子

館湯の川温泉「らーめんブギ」ができて、話題になっています。施設内は、昭和20年代から30年代のイメージで作られ、懐かしい日活映画美術のノウハウを盛り込んだシネマチックな架空の「道南ラーメンの港町」が再現されています。

市内湯川2丁目の「湯の川観光ホテル」に、ラーメンのフードコート「らーめんブギ」がオープン。浜チャンポンでおなじみの『長万部三三飯店』。みそ、塩、しょうゆの全ての味にこだわりの持主「函館とんかつ」のラーメンは無道北浜商店。上磯町からは無化調で安心できるラーメンが評判の『らーめん超人』。森町からは、函館からもわざわざ食べに行く人の多い「ラーメン次郎長」。そして人気を呼んで名古屋にも出店している『らーめん家本舗ずんどう』の5店が勢ぞろい。

これだけそろった店の全ての味を食べてみたいと思う人も多いのでは。そんな人達向けに、各店共「らーめんブギ」を用意している。ぜひ一度、評判のラーメンの食べ歩きを堪能してみてください。営業時間は午前11時～午後3時、午後5時～深夜0時(LO/午後11時30分)。年中無休。



345記者が貴方に代わって直撃取材! 素朴なギモン調査隊 函館のお葬式

Q 知人の親のお葬式に出席した時、本州から来た友人から「函館の葬儀では参列者が供花を持ち帰るの?」と聞かれました。それに、霊柩車もバスなので、本州と違うとも言われました。これは、函館だけのことですか?

(市内昭和2丁目在住一市民)

A 函館のお葬式は全国的にも独自のことが多いです。ご質問について、市内弁天町で創業100年以上になる『小泉葬儀社』の3代目で、ご自身も葬送業47年という小泉護太郎さんに伺いました。

お葬式で生花を初めて使ったのは、元首相吉田茂の国葬の時からで、それが一般に広まったそうです。函館でも、昔は葬儀

に使われたのは造花でしたが、次第に生花となり、以来、持ち帰りの習慣が生まれたようです。他地域では、花は柩に入れることが多いので持ち帰ることはなく、関西では今でも造花及び柩(きび)が供花になるので、持ち帰りはありません。また、霊柩車は昭和20、30年代頃から葬儀用のバスに金の飾りをつけて使っていたそうです。もちろん、函館でも霊柩車を使う場合はありますがバスは、たくさんの方が乗って、また、雪の時期でも安全だから普及したのでは...とのこと。函館は新しい習慣も合理的であれば抵抗感なく受け入れるという気質から、葬儀用のバスが普及したのではないのでしょうか。ちなみにバスの使用は函館特有のものではなく、道内全域のことだそうです。

Healness & Wealness 138

在宅での褥瘡(とくせ)治療(1)

大村病院形成外科科長 須藤 聡

●若松町27-16 ☎27-2005
<http://www.ohmura.or.jp/>

近年、在宅医療の広がりとともに在宅で褥瘡(じよくそ)を治療するケースも多くなっています。在宅での褥瘡の治療は、困難ではありますが、可能なです。しかし、いくつかの条件があります。

まず、どのような褥瘡であれば在宅でも治療は可能なでしょうか。それは浅く褥瘡、深い褥瘡であっても肉芽組織で覆われた感染の伴わないものであれば可能です。浅い褥瘡というのは、赤くなっているだけのものや、水泡になっただけのもの、表皮だけが剥けた状態のものです。このような褥瘡であれば、被覆材を貼っておいたり、ガーゼに軟膏を塗って貼ったりすることで治療できます。ただし、できたばかりの褥瘡は、赤くなっているだけのように見えても、実は深い褥瘡であることもあり注意が必要です。

褥瘡にはいろいろな状態があります。黒い褥瘡は皮膚が壊死(えい)しているものです。これは壊死した皮膚の下で化膿して膿が溜まっていることがあり注意が必要です。黄色い褥瘡は脂肪組織が壊死して付着しているものです。これも壊死組織が細菌の巣になってしまいます。これらの褥瘡は、壊死

組織を早く取り除かなくてはなりません。外科的な処置が必要になることもあり、在宅で深い褥瘡は、壊死組織を取り除かれて、肉芽という赤い組織で覆われているものです。この時期の褥瘡は感染に強く在宅でも治療は可能です。

赤い褥瘡の治療法は、洗浄、消毒、ガーゼ貼付が基本になります。洗浄は病院では生理食塩水で行いますが、在宅では水道水(二度沸騰させたため湯)でもかまいません。前の軟膏を洗い落とす。褥瘡の周囲の皮膚もよく洗います。消毒は綿棒で行いますが、感染がなければ消毒は省略することができます。そして、ガーゼに軟膏を付けて貼り付けます。1日1回が基本ですが、便で汚れてしまった場合などは、その都度の交換が必要で家族の方の負担は大変です。また、最近ではいろいろな被覆材があり、数日間貼ったままでもよいものもあります。ただし、数日間貼ったままというものは、その間褥瘡の観察ができないため、かえって悪化させてしまうこともあり注意が必要です。

星占い

7月29日~8月29日 提供

占い専科21

函館市梁川町18-20
 phone 55-1031

- 若松町27-16 ☎27-2005
- 牡羊座 3月21日~4月19日 生
- 良好。計画の立て方次第で思い出さない夏に、協力者の出現で何かと助かるが金銭の責償は避けて。恋愛時の火逆。ラッキーポイント/風鈴
- 牡牛座 4月20日~5月20日 生
- 低迷。細々雑用が入り何となく落ち着かない。部屋の整理にツキ。意外な発見。恋愛は予期せぬ出来事がラッキーポイント/金魚すくい
- 双子座 5月21日~6月21日 生
- 良好。何事にも充実した日々が送れるが古物で不信を招くことも。金銭面がトラブルしやす。ラッキーポイント/スノーボード
- 蟹座 6月22日~7月22日 生
- 外出のチャンスが増えるが金銭面に暗雲。借金せず手持ち資金の範囲内で。夏風邪注意。仕事は能率アップがラッキーポイント/お灸
- 獅子座 7月23日~8月22日 生
- 気が焦れど能率上がらず意気消沈。気分転換に思い切り遊んで。支出増えるが満ち得る活き金に。ラッキーポイント/盆踊り
- 乙女座 8月23日~9月22日 生
- 不安定。思い通りならず。特に恋愛に秘密を抱えている人は注意。正論にとられず柔軟に協調し乗り切る。ラッキーポイント/枝豆
- 天秤座 9月23日~10月23日 生
- 友人知人との井戸端談義にツキ。旅行の準備。夫婦関係不調は診察を。恋愛相手のワカマに立腹。ラッキーポイント/山登り
- 蠍座 10月24日~11月23日 生
- 過去の経緯や知識を活かす場が見つけたり自信回復に。夏旅は思い出の地。ツキ。意地をはらぬまに。ラッキーポイント/温泉観光
- 射手座 11月24日~12月21日 生
- 根気なく体疲れやすい。夏風邪や熱中症注意。気合いを入れて頑張る時。恋愛は引込み思案にならず。ラッキーポイント/うなぎ
- 山羊座 12月22日~1月19日 生
- 好奇心旺盛。スキル知識を弱肉強食の時他人のプライベートに口を出す。書翰に。恋愛2人旅で絆を。ラッキーポイント/マジック
- 水瓶座 1月20日~2月18日 生
- 心身と疲れ気味。判断力が鈍りつつも深い間違いを起すことも。旅行はゆとり計画。恋愛本心確かめ。ラッキーポイント/火花大会
- 魚座 2月19日~3月20日 生
- 健康面ツキ。注意力散漫がミスのもとに。夏風邪や寝不足。胃腸障害に気をつけて。旅先その水に。ラッキーポイント/まぐろの山かけ

みなとまち市民プラザ

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。営利目的の情報は本紙広告をご利用下さい。掲載日は編集室にお任せ下さい。

●お申し込み・お問い合わせ●

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

お得な紙上ショッピングで暮らしイキイキ、便利快適

ホタテ貝殻パウダーで水虫退治!

水虫除菌スプレー 毎日満足

靴の中の温度・湿度が上昇しやすくなる夏場は、水虫菌にとっては絶好の居場所となり、水虫の人だけでなく、スリッパや湯上がりマットなどから同居する家族に感染するケースも非常に増える季節です。

水虫治療には根気がいるという理由などから、従前は感染者は「水虫とおつきあいする」という考えの方が少なくありませんでした。

本紙の通販コーナーでお馴染みの『毎日満足』はこのホタテ貝殻を高温で焼成したホタテ貝殻セラムの強力な除菌効果により、水虫の原因となる白癬菌を退治するもの。長年、水虫に悩まされてきた人に好評です。

『毎日満足』は靴の中や靴下、スリッパ、湯上がりマットなどに毎日シュッとひと吹きするだけでOKです。嫌な臭いのもととなるバクテリア

毎日満足

200ml入 **2,100 円**

●送料 旧函館市内 300円
旧函館市外 400円
※各5本まで送料一律

お申込み ☎23-5688

配達までにお時間をいただく場合もあります。



エバメールゲルクリーム 3,700 円

180g 宅配料込

好評発売中

株式会社青いぼすとHD

お申し込み 23-5688 (本間)

お問い合わせ

配達までにお時間をいただく場合もあります。



編集後記

現在、春に骨折した指のリハビリ中。予想よりはるかに辛いリハビリに不安もいっぱい。気持ちも何だか沈みがち。この号が発行される頃には「そんな時もあったっけ」と笑えるくらい、指も元通りに動いて気持ちも爽やかに感じることを祈っている。(慎)

健康診断で運動不足と言われた。それにこの頃、体重が増えてきて全然減らない。毎日20分でも歩くよと言われたがそれがなかなかできない。そこでダンベル体操をすることにした。ダンベル体操は代謝がよくるとか、でも続けられぬが問題。(345)

谷地頭町を取材し、昔からの街の良さを再確認。商店街の人たちが互いに声をかけあい、通る人がお互いに会釈するそんなぬくもりが今も生き続けている。海と山に囲まれ人がゆつくり暮らすこの街の魅力を感ぜてもらえたら。1度電車で出かけませんか。(チヨコ)

ついで移動ばかりを反省近所はなるべく歩くことに。サンサンと夏の陽射しを受けながらのんびり歩く。何だか子供の頃の夏を思い出して。スピードに追いつけられ、見失ってきたことの多さに…の夏。(たーた)

●広告掲載のご案内●

各種コマージュは、函館市内及び七飯・上磯町中心地域全126,000世帯無料配布の『青いぼすと』をぜひ、ご利用下さい。

規格(縦×横)	掲載料金
31×119 (mm)	31,500円
65×119 (mm)	63,000円

●上記は凡例。ご予算により各種の規格を用意しています。

●当編集室にて広告版下を制作する場合には別途、版下制作費が加算されます。

お申し込み・お問合わせ ☎23-5688

次号発行は8月16日(火)

美容と健康のための快眠特集

最近、ぐっすり眠れていますか? 美容と健康のための快眠生活を紹介します。

発行/株式会社青いぼすとHD

〒040-8605 函館市弁天町20番3号 函館 どんく株式会社内

[総務・営業・折込業務] ☎ (0138) 23-5688 [編集室] ☎ (0138) 27-9210

[FAX] (0138) 23-5699 [E-mail] aoi-post@aurora.ocn.ne.jp

[URL] http://oceanplace.jp/aopos/

STAFF

発行者 佐々木 喜美夫
編集長 青山 慎司
副編集長 大場 小夜子
ライター 野村 保子 由井 亜紀 花輪 志保里 太田 陽子
DTP 武越 史幸
マーケティング 本間 尚子

読者の声

食事券当選しました! 先日、青いぼすとさんのお食事券を応募し、当選した者です。お返事が遅れてしまいました。いろいろ考えて、母とロングファンさんへ食事に行き、楽しいひとときを送らせて頂きました。これからも楽しい青いぼすとさんをよろしくお願いします。(松川町、I・Y)

*親孝行ですね。

5月31号の消費者相談を讀んで 青いぼすと、いつも楽しみにしています。5月31日号の消費者相談で架空請求の話、とても関心を持って読んでいました。その後も架空請求のハガキが来たんぞ。ハガキには「訴訟最終勧告書」と書いてあり、総合消費料金を未納分について契約会社から赤い字で財産差押、最終勧告、裁判取り下げ最終期日がハガキの消印からわずか4日後…。最初から見て焦りましたが、私もネットでも色々調べて全くデータがなかった。名前や住所が何故知られているのかも不安になりました。最近、このような詐欺的な請求が流行っているの、騙されたくない。青いぼすとの中にも、たまに取り上げてくれたらいいと思います。(山の手町、N・K)

*皆さん、気をつけましょう。5月31号の『スーパーカラー特集』にびっくり! 函館に来たばかりで、近所のお店しか行かない毎日です。青いぼすとを見て函館にもスーパーカラーのお店がこんなにあるんだとびっくり! これからもいろいろなお店を紹介して

インフォ

北大大学院水産科学研究所主催の『The 昆布』参加者を募集しています。8月20日に行われる「コンプ学見学研修」は、北大水産科学研究所設をはじめ、市内の関連企業などに出向いて研修。時間はお前9時30分～午後4時。参加費は昼食代込で1,100円。定員は30人(小中学生の参加は保護者同伴)。申し込み締切は8月12日。申し込み、問い合わせは北大函館キャンパス事務局 ☎40-5503までどうぞ。

長編アニメーション映画『あした天気になれ!』の半分のさつまも、上映が8月9日に、家族6人を空襲で亡く

下さい。温泉が好きなのでいくつか紹介していたけどと嬉しです。(本町、K・T)

*そろそろ、函館暮らしにも慣れてきた頃ではないでしょうか…。

北大大学院水産科学研究所主催の『The 昆布』参加者を募集しています。8月20日に行われる「コンプ学見学研修」は、北大水産科学研究所設をはじめ、市内の関連企業などに出向いて研修。時間はお前9時30分～午後4時。参加費は昼食代込で1,100円。定員は30人(小中学生の参加は保護者同伴)。申し込み締切は8月12日。申し込み、問い合わせは北大函館キャンパス事務局 ☎40-5503までどうぞ。

函館社会保険事務所の来訪年金相談、8月の実施日について

函館社会保険事務所では毎週月曜日の来訪年金相談時間を午後7時までに延長し、毎月第2土曜日、毎月第3土曜日及び来訪年金相談の増加が見込まれる時期の休日に日時限定で年金相談を実施します。来訪年金相談時間延長は8月1、8、15、22、29日。来訪年金相談(午前9時～午後4時)の休日実施日は8月13、20日。詳細は同事務所 ☎56-1162まで。

デイスクダンスサークル参加者募集中

ダンスコンテストで心と体のリフレッシュ! デイスクダンスサークルでは現在、参加者を募集中。男性も歓迎です。杉並町10時館分、毎週月曜日午前10時30分～午後12時30分に実施。会費は1,500円。入会金は500円。詳細は砂田 ☎56-12330(午後5時)。見学可。

小林正観さんの講演会が8月26日に

心学研究者、心理学博士の小林正観さんを迎えての講演会「楽に、楽しく生きる方法」が8月26日(水)午後6時30分から、市内湯川町1丁目の花びしホテルで開かれます。料金は前売3,000円、当日3,500円。チケットの申し込みや講演会の詳細は月永 ☎55-3656まで。

プレゼント

『函館湯の川温泉ラームンブギ』より、お好きなラームン一杯分のご利用券を5名様にて

今回の『いい店みつめた』コーナーで紹介した『函館湯の川温泉ラームンブギ』

より、お好きなラームン一杯ご利用券を5名様にてプレゼント。ハガキに郵便番号・住所・氏名・電話番号を明記し、青いぼすとに対するご感想をたっぷりとお筆の上で04008605、函館どんく株式会社内、株式会社青いぼすとHD「函館湯の川温泉ラームンブギ」係までどうぞ。締切は8月10日。

※編集室では本紙4ページ子育て倶楽部内の「今月の元氣印」に登場するお子様の写真を募集しております。お子様の写真1枚(返却不可)にお子様のお名前、生年月日を添えて04008605、函館どんく株式会社内、株式会社青いぼすとHD「今月の元氣印」係まで封書でお送り下さい。掲載日は当編集室にお任せ下さい。詳細は ☎27-9210(大場)まで。



夏の海鮮ディナーバイキング ホテルオークランド

「アワビの姿煮」(1人1個1日100食限定)「大海老のミネストルネ」「ローストビーフ」「蟹の炒め」など、豪華なバイキングメニューで美味しい週末を過ごしませんか?

市内昭和4丁目にある「ホテルオークランド」1階メインダイニングレストラン「シャルダン」では



フヤ唐揚げ、デザートなど家族みんなが満足するメニューも豊富。豪華な海鮮ディナーバイキングで今年の夏を楽しみましょう!

●昭和4・34.12
☎431121内線1220
「フリーダイヤル」
012000099
818

7月29、30、31日、8月5、6、7日の金・土・日曜日に豪華な「海鮮ディナーバイキング」を開催します。時間は午後5時～午後9時(午後8時30分受付終了)で、料金は大人2500円、女性とシニア(60歳以上)は2000円、子供(小学生まで)1200円、幼

児3000円。さらに午後6時までに来店の方は10%OFFにワンドリンクサービスと、ダブルでお得なサマータイム割引も実施。



新鮮なアワビ、海老、蟹、ホタテなど豪華な海鮮素材を使った選りすぐりのメニューを堪能して下さい。人気のローストビー



スポットライト

街で話題の最新情報・マルトク情報にスポットをあて、青いほすと記者が徹底チェック!

ナチュラルな眉、アイラインを手に入れる 髪遊

眉や目元は人の印象を左右する大事なポイント。だからこそお悩みの人も多いのでは...

そんな時には、市内港町2丁目の『髪遊』のアイメイクを! 以前は

皮膚の真皮にまで色素が入るので、くつきりし

ぎて不自然なイメージだったアイメイク。ところが最新の技術では、表皮に色素を入れるだけなので自然でグラデーションのあるナチュラルな形に仕上がります。

洗っても落ちず、お手入れが楽な上、ノーマイクに仕上がります。洗っても落ちず、お手入れが楽な上、ノーマイクに仕上がります。



●港町2・19
☎4233355

料金「両眉」(施術2~3回、45000円)、「アイライン上下」(施術2~3回、50000円)など各種。顔の表情もちろん、心が、気持ち明るくなったという利用者の声が多いそう。なかなか上手に眉を描けない人、ノーマイクになる機会が多い人、眉毛の薄い人にオススメです。毎週月曜日定休。