

POST IN FREE PAPER

青いほすと

SINCE 1991

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
発行人/佐々木 喜美夫 編集人/青山 慎司

[総務・営業・折込業務] ☎(0138) 23-5688
[編集室] ☎(0138) 27-9210 [FAX] (0138) 23-5699
[URL] <http://oceanplace.jp/aopos/>
[Eメール] aol-post@aurora.ocn.ne.jp

函館市内&近郊 夏のイベントガイド



函館新聞社 第10回函館港花火大会

7月16日 (日)

豊川埠頭から青函連絡船記念館摩周丸周辺で行われる函館港花火大会は、函館の夏のはじまりを告げるイベントで、今年は記念すべき10回目。「星空の映画館」をコンセプトに、総延長600mの広域サウンドシステムとFMいるかの生中継で、ファンタジックに花火とサウンドのコラボレーションを楽しめます。見どころは、「陸・海5箇所同時打ち上げのバノラマスターメイン」。



サマーナイトフェスティバル(GII)

7月21日 (金)、22日 (土)

函館市主催の夏の祭典。函館競輪場を会場に花火大会や人気タレントのトークショーなどが2日間で繰り広げられる。主なスケジュールは、21日に高木ブー&ハワイアンライブ、ハワイアンフラチームショーほか。22日には小川直也トークショー、日本フラチームショー、花火大会などが行われる。詳細は今号p8の本紙広告をご覧ください。函館市競輪事業部 ☎51-3121まで。



大沼湖水祭り

7月29日 (土)、30日 (日)

明治39年、景雲寺の鈴木信雄住職が灯笼を湖面に浮かべ法要を営んだのがはじまりで、現在の大沼湖水祭りでも慰霊祭として灯笼流しが行われている。伝統ある灯笼流しと美しい花火を眺めながら、夏の風情を感じてみては…。日程は、7月29日と30日。花火大会は午後8時～午後9時(小雨決行で荒天中止)。会場は大沼国定公園広場。詳細は大沼観光協会 ☎67-3020まで。



函館港まつり

8月1日 (火)～5日 (土)

昭和9年の函館大火後、復興へ向けての市民の意欲を奮い立たせようと、翌昭和10年に初めて行われたのが「函館港まつり」。函館市最大の祭りとして、期間中は歩行者天国や夜店など、様々な催しが行われる。メイン行事は1日の全国花火大会と、2～3日の「ワッショイはこだて」。詳細は社団法人函館国際観光コンベンション協会内・同実行委員会 ☎27-3535まで。



函館八幡宮例大祭

8月14日 (月)、15日 (火)

現在まで220年に渡って継承されている伝統の行事。2年ごとに大神輿が市内を練歩き、有名な八幡宮の石段134段かけのぼりの神事が行われます。日程は14日午後1時から奉納少年剣道大会、午後4～5時に富くじの受付、午後5時30分から富くじの抽選。15日は午前11時に大神輿が函館八幡宮を出発。両日は野菜や植木、飲食などの出店が参道に軒を並べ、祭りを盛り上げます。

ビューティーコンシェルジュあおき「浴衣カップリングパーティー」

7月20日 (木)

参加者全員浴衣によるカップリングパーティー。参加申込受付中で定員になり次第締切。時間、場所、参加資格などは ☎42-3295までどうぞ。



2006 Summer
SELL & RENTAL

浴衣コレクション

この夏こそ、浴衣姿で花火を見たいと思っているあなたに贈る夏の総力特集。素敵な人と一緒に、「あ～風流だねっ」なあって…、言っちゃって下さいヨ～!

SELL

自分のお気に入りを持っていたい、という人に…

買う

買うか、借りるかはあなた次第…。夏祭りの素敵な思い出作りを演出してくれる、本紙おすすめの2006年・浴衣コレクション

RENTAL

浴衣は着たいけれど手入れが面倒、という人に…

借りる



ベージュに黄色の朝顔を散らした可愛い浴衣には、鮮やかなエメラルドグリーンの帯でスッキリと…。
浴衣2,800円 帯1,500円

黒の乱菊模様の浴衣はモトーンが大人っぽい印象。若草色の帯とバッグをアクセントに…。
浴衣10,395円 帯1,500円



紺地に浮かんだ水色の水玉に中にあるのはうさぎ。古典的な柄を涼しげに着こなして…。
浴衣2,800円 帯1,500円



はっと目を引く鮮やかな赤に古典的な菊の花が映えます。紫の帯に飾り結びでおしゃれに…。
浴衣30,450円 帯1,980円

Shop Guide

花いち都屋
浴衣2,800円～
帯1,500円～
げた1,980円～
バッグ980円～
お得な「浴衣セット」(浴衣+帯+げた)は5,800円～
『花いち都屋』では浴衣をお買い上げ頂いた人に着付けを無料でサービスしています。
持ち込みの場合は1,000円です。どちらも要予約。
函館市千代台町16-28 ☎32-0253



女性は、丈の短いデザインと前で結んだ帯、そして明るいカラーで可愛らしさをアピール。男性は華やかさの中に男らしさを感じる柄を粋に着こなす。
男性4,000円 女性7,000円

シックなデザイン of 浴衣をペアで決める。
男性10,000円 女性15,000円



男女共に、涼しげな色柄で夏らしさと若々しさを演出。特に女性の浴衣は、キュートな柄で遊び心を表現。
男性4,000円 女性12,000円

大胆な色柄で女性はより女性らしく、男性はワイルド感を演出。
男性4,000円 女性12,000円

**Shop Guide**

レンタル衣装あおき
毎週水・木曜日定休 駐車場有
函館市亀田本町65-27 五稜郭駅横
レンタル衣装あおき ☎42-0090 ビューティーコンシェルジュあおき ☎42-3295
※レンタル料には浴衣、帯、小物類、ヘアアクセサリ、ヘアウィッグ、セット、着付が含まれます。
基本的に、ご自身で用意していただくものはありません。



男性スタッフの中で私にできることは、女性が望むことを提案することです。



東京銀座の有名宝飾メーカーでジュエリーコーディネーター等を経験後、函館にUターン。ホテルやブライダル企画会社勤務を経て現在はホテルオークランドに勤務。

ホテルオークランド 営業企画室マネージャー **大島 志子 さん**

「私ひとりでもできるわけではなく、男性スタッフに頼まれて私には何が出来るかという、女性が何を望んでいるかを提案することだと思っています」

休みの日は、勉強も兼ねての食べ歩き。とにかく生懸命で負けず嫌い。テレビドラマのワンシーンで観たものをすぐにマネー作りの参考にするなど、仕事の姿勢はあくまでストイック。現在は、スタッフの制服選びから館内のカーペット選びまでもが、彼女の斬新なアイデアの中から生まれている。

「たくさんの人達から素敵と思われるホテルにしたいですね」

自社制作の折込情報紙の料理の写真やお嫁さんの立場になった結婚披露宴など、彼女のアイデアで生まれたUターンへの評判は上々。

「心強いスタッフに支えられながら、これからも頑張ってください」

その日、彼女は黒のスーツを身にまとっていた。ホテル内に設置された撮影スタジオで、広告宣伝に使うコース料理の写真撮影が行われていた。彼女は上品な人々のシブを気にすることもなく、スタディオのフロアにベタリと座り込んで、何度か何度も皿を並べかえてみる。

「彩りや盛り付け、器など、料理は見せ方でそれを見た女性がこれを食べたいと思うかどうかが決まる。だから、妥協はできませんよ」

彼女は大島志子さんという。志子さんは、函館市出身、東京の大学を卒業後、宝飾メーカーで3年間勤務し、その後、Uターン。ブライダル企画

MY WAY

全力投球

「新しいことを考え出すことが大好きなので、企画の仕事にはやりがいを感じていますね。大切なものはお客様に、使っていたいた金額以上の満足感を得ていたことだと日々、思っています」

会社勤務などを経て、同ホテル。現在はレストランのメニュー構成やブライダルランの立案などに、その手腕を発揮する。最近特に、「オークランドの結婚式がよくなった」ともつばらの評判。その秘密は、常に女性スタッフならではの視点を大切にしているという。このホテルのシブンにある。そしてそのシブンタタの中心的存在が、大島さんというわけだ。

AO PO HEAD LINE 編集室のイチオシ、最新情報!!



今年是由緒正しき素麺で、夏のご挨拶 ハリカ

お世話になつているあの人へ届けたい感謝の気持ち。市内田家町のギフトショップ「ハリカ」では現在、「ハリカのお中元フェア」を開催中。期間は8月20日まで。お中元にピッタリの特選商品を割引価格で販売しています。

今年のおススメは又素麺なく、全国から選りすぐりを各都府県限定品「小豆島手延素麺」、瀬戸内の自然に育まれた名人作の「三輪素麺」を、無料のカタログ請求もお気軽にどうぞ。真心が伝わるギフトをお得に選んでみてはいかがですか。営業時間は午前10時～午後7時(毎週日曜日と祝日は午後6時まで)。無休。駐車場有。

●田家町1512
☎400637
FAX422725

喜びられる贈り物です。そのほか、ドリンク詰めの合わせ水菓子など夏にうれしい品々がズバリ。全国配送無料商品も多数あります。無料配送は8月6日までの受付)。希望すればひとつひとつに暑中見舞のご挨拶カードをつけることもできます。無料のカタログ請求もお気軽にどうぞ。真心が伝わるギフトをお得に選んでみてはいかがですか。営業時間は午前10時～午後7時(毎週日曜日と祝日は午後6時まで)。無休。駐車場有。

なかなかなほぐれない人に喜ばれています

いままでも揉んでもうつてもほぐれた経験がない人や、体が硬くて悩んでいる人、疲れがたまっている人にオスヌメの整体院が市内富岡3丁目・赤川通沿いの『臨床学術整体院』です。

その名の通り、1万人以上の臨床データにもとづいた放射理論による施術で体のバランスを整え、お悩みの症状を改善。リーピーターの割合が高いのが人気の証拠です。

現在、健康促進応援期間として8月末まで全コース500円割引



8月末まで全コース500円割引
※ただし、この記事を切り抜いて持参した人のみ

4000円、揉み・ツボ押しして体内の負担を和らげながら、骨格の調整をした上で全身のバランスを整える「もみ・ツボ骨格調整術60分」が、通常5000円のところ4500円。ほかにも90分コースもあります。期間中は揉みとツボ押しで刺激し、負担のないストレッチで全身のバランスを整える「もみ・ツボ整体術50分コース」が通常4500円のところ

4000円、揉み・ツボ押しして体内の負担を和らげながら、骨格の調整をした上で全身のバランスを整える「もみ・ツボ骨格調整術60分」が、通常5000円のところ4500円。ほかにも90分コースもあります。期間中は揉みとツボ押しで刺激し、負担のないストレッチで全身のバランスを整える「もみ・ツボ整体術50分コース」が通常4500円のところ



そばイカ刺し丼定食 900円

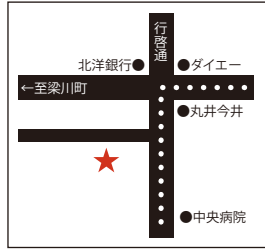
営業時間/ランチタイム:午前11時30分～午後2時、夜:午後5時～午後11時
毎週日曜定休
ランチメニューは月～金曜日

居酒屋 田(でん)

市内本町にある『居酒屋 田』のランチは、松花堂弁当から丼、定食まで種類が豊富で、毎日食べても飽きないランチ。これからの時期は夏のメニューになり、新しく加わったのは「そばイカ刺し丼定食」(900円)。そばをメインに、とれたてのイカ刺しがのった丼、小鉢、お新香という内容。そばは普通のそばとゴマそばからひとつを選びます。コーヒーまたはソフトドリンク付(おかわり自由)。毎週木曜日は8種類の丼がある「丼祭り」(各600円)も行っています。

●本町5-18
☎56-8808

LUNCH BOX



美しい日本語とは、何も着飾った難しい言葉のことはありません。相手をさりげなく気遣ったり、感謝の気持ちを伝えたりする、その心から出た言葉のことです。心にゆとりを持って、まず挨拶の言葉からはじめてみませんか。(垂)

「おねがいします」といって言葉で挨拶する。そのひと言で、どんなに関係かスムーズなものになることでしょうか。細い道では「お先にどうぞ」と譲り合う言葉を、子どもを連れとお母さんにはぜひ試みてほしい、そのことで知らず知らずのうちに相手を思いやる心を言葉と共に学んでゆくのだと川崎さんは言います。

美しい日本語とは、何も着飾った難しい言葉のことはありません。相手をさりげなく気遣ったり、感謝の気持ちを伝えたりする、その心から出た言葉のことです。心にゆとりを持って、まず挨拶の言葉からはじめてみませんか。(垂)

青ほの心 美しい日本語

「豊かな表現、残したい言葉」というタイトルの文章を読みました。日本語をめぐっての、詩人の川崎洋さんと国語学者の千草子さんの対談です。

大学教授の千草さんは、最近の若い人達が読む漫画が、「死ぬ」とか「殺れ」とかいう台詞の多用された殺伐としたものが多くに触れて、刺激の強いものに慣れしまつと、繊細なものを感知する感受性が失われると危惧します。

それともひとつ、刺激的な言葉にさらされると、言ってしまう言葉のあることに思いが至らなくなってしまう、どれだけが傷つかが計れなくなるというのです。特に、柔らかな感性を持つ子ども達には、その言葉を言われた時の自分の痛みを思い起こさせ、汚い言葉に代わる美しい言葉を与えることが大切だと問題提起しています。

最近「コンビ」言葉が云々されますが、敬語は相手に対して尊敬の気持ちを表すもの。その気持ちがないまま「ニヤル」通りの敬語を使っても、どこかぎこちなくなります。しかし、せつなく優しい気持ちがあっても、言葉を知らなければ相手には伝わりません。「お母さんはお子さんの前で、折々にさりげなく敬語を使ってほしい」と、千草さんは言います。

一方、川崎さんは、「挨拶の力に気づいて欲しい」と言います。最近、人との付き合いが苦手という若者が多いといわれますが、他人との関わりが苦手な人でも、挨拶の言葉を発することで気が楽になり、緊張から解放されるというのです。

例えば、満員の電車を降りる時も、無言で人を押しのけるのではなく、「通してもらえますか?」とひと言、声をかけると、ほかに「ありがとう」といいます。「おねがいします」といって言葉を惜しまず挨拶する。そのひと言で、どんなに関係かスムーズなものになることでしょうか。細い道では「お先にどうぞ」と譲り合う言葉を、子どもを連れとお母さんにはぜひ試みてほしい、そのことで知らず知らずのうちに相手を思いやる心を言葉と共に学んでゆくのだと川崎さんは言います。

東山丘陵にある我家の庭は、北狐が町に降りていく時の通り道なのだが、最近では彼らの屋敷の場所になっている。風の冷たい日はハーブの植え込みの上で、炎天下では白樺の木の根元で、狐は両手足を「コの字型」に投げ出して眠りかけている。町の残飯で腹を満たした彼らがまじめに狩りをしないためか、今年は野鼠による被害が格段に増えた。植木は根元の表皮をぐるりと齧られて枯れてしまったし、春先に定位置から顔を出す山ユリは、地下の球根を食い荒らされて未だに出てこない。何より困っているのは、やっと親指の爪ほどに成長したシイタケを、1つ残らず根元から食べ尽くされることである。蝦夷リスは成長したシイタケの一部を齧るだけなのだが、野鼠はシイタケに「成長する時間」すらも与えない。菌を植え付けて地面に寝かせてあるホダ木は壊滅状態である。腹に据えかねて鼠捕りを仕掛けたら、大きな「エゾアカネズミ」が金網の中で両手をこすり合わせていた。リスと同じ「げっ歯類」だから「めんこい眼」をしている。とても殺せない。日頃からエッセイに「蝦夷リスは可愛がって、なんで野鼠ば殺すんだ!」などと書いて、糞がっていた罰があたったようだ。しかたなく車で金網を山奥に運び、鼠をそと藪の中に放した。次の日にかかった鼠も同様に解放した。3日目の朝、「こつたらことしたって…」なぞとぼやきながら、鼠捕りを仕掛けた場所に行く和金網の籠がない。なんと夜の間に籠ごと狐に持ち去られたのである。数日後、妻が藪の中から金網を見つけて来た。狐の歯形がついた金網に触れながら、逃げる自由を奪われていた野鼠の「恐怖」を思った。

平和集会では「人権や差別問題」を熱く論じる私が、我家の「シイタケ問題」では躊躇することなく、先住者である野鼠を「害獣」として決めつけた。北狐の牙の力で無残に変形させられた「金網」は、私自身の心の中に棲みついている差別意識の残骸のように見えた…。(自然観察家)

おもしろ雑学

ことわざ編

とかく間違えやすいことわざです。正しい意味を下から選んでみましょう。

1. 海老で鯛を釣る

- a. 普通でない手段で多くの利益を得ること
- b. おおきな利益を得るためにはそれ相応の犠牲が必要
- c. わずかの負担で多くの利益を得ること

2. 情けは人のためならず

- a. 安易な同情は、かえって本人のためにならない
- b. 他人に親切しておけば、かならずよい報いがある
- c. 相手の身分に関係なく、他人には情けをかけるべきである

3. かわいい子には旅をさせよ

- a. 子どもがかわいければ、甘やかさず世間の辛さを経験させるべきである
- b. 親元から遠く離れて生活するわが子はいつぞうかわいしく思えるものである
- c. 自分の子には、あちこち旅行させて見聞を広めさせよ

4. 過ぎたるはなお及ばざるがごとし

- a. 度をすこせば足りないのと同様によくはない
- b. 過ぎ去ったことを後悔してもしかたがない
- c. 時代は巡るもので、過去の出来事は未来を暗示している

答え 1-c 2-b 3-a 4-a

7月21日からサマーナイトフェスティバル(GII) 函館市

この夏は、函館競輪場がアツい! 函館市主催の『第2回サマーナイトフェスティバル(GII)』が7月21、22日の2日間、同競輪場で開催されます。



開催時間は両日共、午後2時30分〜午後9時。主な日程は、21日が午後2時45分から「高木ブー&ハワイアンバンドライブ」、午後4時から「伊藤克信・スピリットトークショー」、午後5時30分から「ハワイアンフュージョン」ほか。22日は午後2時45分から「ボウケンジャーション」、午後3時30分から「伊藤克信&中野浩一トークショー」、午後4時から「日本フラチームショー」、午後4時30分から「フアイアーダンスショー」、午後5時から「ボウケンジャ握手会」、午後5時30分から「ハワイアンフュージョン」、



午後7時14分かつ「小川直也トークショー」ほか。

なお、22日の決勝レース入賞後8時30分発走)後には、表彰式とフアイアーダンス、そして花火大会も実施されます。

詳細は本紙8ページの広告をご覧ください。直接、函館市競輪事業部まで電話でのお問い合わせ下さい。

●金堀町10-8
☎513121

2006年下半年期、あなたの運勢は… 占い専科21

本紙の占いコーナーでもお馴染みの、市内梁川町の『占い専科21』は、道内全域はもとより全国各地から訪れる人が後を絶たない人気の店。そのため、予約を取る事が難しいといったことも少なくありませんでしたが、このほど女性易占師・易源花永先生が加わって、スムーズに占ってもらえるようになりまして。



易源花永先生も易源洲鵬先生同様の占いを行っており、長年の経験があるのて安心です。

四柱推命を中心に手相や姓名判断などを駆使してズバリ判断。特に、年、月別に1人ひとりの運勢を説明してくれる点が好評(45

程度)。恋愛・結婚、夫婦の問題、就職・転職、独立、仕事、命名のほか、いま人気の家相や風水まで何でも相談できます。料金は2000円とリーズナブル。日本の縁起物(開運グッズ)も取り扱っています。あなたも、気になる今年後半の運勢を占ってもらってはいかがですか。営業時間は午前10時〜午後9時予約優先制。時間外応相談。毎月第2、3水曜日定休。●梁川町18-20 ☎551031

「周りが習っているからうちも遅れないように…。そう思うお気持ちはわかりますが、まず、お子さんにどういった英語を身に付けてほしいかを考えていただくことが大切」と話すのは、市内本通2丁目『アルクKidney CAT英語教室函館校』を主宰する佐藤真奈美さん。小、中、高校の教職免許を持ち、6年間、中学校で教師を務め、中学、高校時代には大分県英語弁論大会で優勝。全国大会にも出場の経験を持っています。

以前、中学校で英語を教えていたとき、10数人の中学校英語教師と協力して、数校で全校生徒を対象にアンケートを実施したところ、小学校の時に英語を習っていた生徒のほうが点が取れていないという結果が出たそうです。「小学生までは、飛び跳ねてゲーム感覚で楽しく英語をとらえても、中学や高校に入ると教科書やノートを使い、そ

れまでとは違った学習となり、その開きに戸惑ったり、既に習っていたので油断し、気づいたときにはわからなくなっていた、というケースが目立ちました」と、佐藤さん。「日本の英語教育では、受験がある限り、ただ話せばよいというわけにはいきません。リスニングが導入されても、これまでどおり読めて書けることが要求されます」とも…。

そこで、アルク函館校では、話せるだけでなく、「読める」「書ける」の指導も行っていきます。カリキュラムは「アルク」の教材を使い、その草分けで、800社以上の企業が通信講座を採用、「子ども英語教室」も現在、全国に約1200教室あります。特に小学1年から小学6年までコースを続けると、中学校3年分の英文法と英単語3000語にふれることができるそうです。



同じ教科書を使って教師によつて教え方が違つように、これま



では、これま

相続人廃除の制度
相続 その3

監修/森越清彦法律事務所
弁護士 森越 清彦
☎56-0042

問 私の長男は、学校を卒業してから大変素行が悪くなり、もう40歳にもなるのに長い間全く働く気もなくブラブラしており、青果店をしている私の店から勝手にお金を持ち出して遊んだり、注意する私や妻に対してもひどい暴言を吐いたり、時には暴力を振るったりします。私としては、真面目に私の店で働いてくれている二男に店を継いで貰いたいと考えておりますし、私の死んだ後には、妻は勿論、嫁に行ってる娘にも相応の遺産を分けてやりたいと考えています。私の死後、この長男に私の遺産のことで口を出させないようにする何か良い方法はありませんでしょうか。

答 現在は「勘当」という法的な制度はありませんが、相続関係では「推定相続人の廃除」という法律制度（民法892条）がありますので、これを利用することになるでしょう。長男は「推定相続人」ですので、長男のこれまでの行為が①被相続人となるあなたに対して「虐待をし」「重大な侮辱を加えた」、或いは②「著しい非行があった」と評価される場合は、長男の相続人としての地位を失わせるために家庭裁判所に「相続人廃除」の請求をすることができます。

家庭裁判所は、あなたのこの請求に理由があると判断した場合には「廃除」の審判という決定をすることになりますが、廃除の理由があるか否かは、単に「親泣かせの子ども」であるというだけでは足りず、あなたや奥さんが長男にこれまでどのように接してきたのか、長男の非行によって家庭生活に希望が持てない状態にあるか等を慎重に判断されることになります。また、この「廃除」は遺言によってすることもできます。勿論、長男の態度がその後改まれば、あなたはいつでも家庭裁判所に廃除の取消しをすることができます。

interior

お部屋のインテリアになるフック

金森洋物館内にある『Bamboo』で、お洒落なフックを見つけました。鉄細工の盛んなインド製で、蓮の花や葉、にわとり、豚など動物や植物をモチーフにしています。玄関や居間の壁に止めると素敵なアクセントに！動物柄をそろえたり、無造作に壁に飾るのも面白そう。帽子やコートを掛けたり、掛けていない時も素敵ですね。鉄なのでかなりの重さの物も掛けられます。ランプを掛けて使う人もいるのだとか…。玄関のフラワーポットのフックにするなど、自分なりの使い方を考えてみてはいかがでしょうか。



「タオルハンガー」(714円)、「蓮」(630円)、「リーフ」(630円)、「にわとり」(609円)。

問/BamBoo
●末広町13-9 金森洋物館内 ☎22-6522

nice taste! nice shop! nice job!



市内柏木町にある『京呉服 徳保』では、毎年恒例の着物の展示会を7月29日(土曜日)と7月30日(日曜日)の両日、JR函館駅前の北洋ビルで実施します。

あらゆる種類の着物や小物がそろい、仕立上がりゆかた1980円〜など、どれも激安特価です。値段が安いばかりでなく、品質も自信をもっておすすめできます。良質なものをこれだけ安く種類も

【携帯電話】090-3898-2824
●柏木町2613 ☎510799
7月29日(土曜日) 午後8時〜7月30日(日曜日) 午後10時〜午後3時。展示会では「青いほすとを見た」として入場しなくてもOK。

最近、和服が世代を問わず見直され、注目されています！ 颯爽とあでやかに和服を着こなしてみたいものですね。また、この季節だからこそ、ゆかたを手に入れて夏を楽しんでみてはいかがでしょうか。

豊富に展示できるのは、創業30年以上の実績と独自の仕入れルートを持つというから…。豊富な品揃えの中から、あなたに似合うものが見つかるはず。毎年たえるこの展示会、開催時間は7月29日が午前10時〜午後8時、7月30日は午前10時〜午後3時。展示会では「青いほすとを見た」として入場しなくてもOK。



毎年恒例、激安着物の展示会

京呉服 徳保

聞いて安心しませんか！ 市民公開講座「よくわかる動脈硬化のお話」
いまや年齢・性別を問わず現代人の健康に忍び寄る動脈硬化。市内の専門医によるわかりやすいお話を聞いて、自分や家族の大切な健康について改めて考え直してみませんか。
市民公開講座「よくわかる動脈硬化のお話」が7月23日午後2時〜午後4時に、サン・リフレ函館(大森町2-14)で行われます。先着200人まで受付。参加費は無料です。動脈硬化と脳卒中、心臓病、肥満について市立函館病院脳神経外科の丹羽潤先生、中島内科循環器科の中島滋夫先生、えんどう桔梗こどもクリニックの遠藤明先生の講演と、参加者からの質問に答えていただく内容になっています。さらに、病院で使われる医療機器で血管年齢の無料測定も実施します。当日は午後1時より受付先着順で50人限定。
公開講座の申し込みは、官製ハガキに住所、氏名、年齢、電話番号、参加人数、質問などを明記の上、〒0400001、函館市五稜郭町33-1、アス・テラス製菓「市民講座」係まで郵送下さい。人数に余裕があれば、当日の会場でも受け付けますが、事前の申込みをおすすめします。
●五稜郭町33-1 ☎307201
電話でのお問い合わせは月〜金曜日の午前9時〜午後5時

あなたの血管は大丈夫？
病院で使っている機器で血管年齢を無料測定します(先着50人)。

よくわかる
動脈硬化のお話



水の不思議を体感しませんか

株式会社高貴命水社

水の惑星・地球で生まれ、また、直接つけることで全ての命は水が基本です。花や木、動物も人も、全ての生命にとってかけがえのない水の力を、あなたも感じてみませんか。
人の体の70%、血液の80%が水分です。その水を優れた水にすることで体が変わります。
『株式会社高貴命水社』の機能水は、水分子が細分化されているので浸透性が高く、細胞が吸収しやすい水です。この水は飲むことにより内側から細胞を生き返らせ、体の持つ自然治癒力や免疫力を取り戻



し、また、直接つけることで細部にまで浸透し、芯から潤いのある髪や肌を取り戻します。「体が喜ぶ水」をぜひ一度試してみませんか。
『株式会社高貴命水社』のクリスタルウォーター(飲用)は基本水「A水」(2リットル1575円)を含め5種類あります。ほかに、浴用水「リトル787円」、スキンケア専用水として「Eイス、ボディ、ヘア」の3種類(100ミリリットル780円)があります。何も加えない100%の水の素晴らしい力をあなたも感じてみませんか。
市内配送(20kgまで315円)もしています。内容については気軽にお問い合わせ下さい。営業時間は午前10時〜午後7時。毎週日曜日定休。
●美原3-53-47 ☎4732322
FAX 4754445

夏は、大人の美人度アップ!

美容室ヨコハマ

あなたは、いまのヘアスタイルに満足していますか？
気に入ったヘアスタイルに出会っていないなら、市内柳町の『美容室ヨコハマ』に行ってみては…。女性なら幾つになってもちょっと変身したいとか、少し若く見られたいと思うもの。「カットしながら、その人に似合うヘアスタイルを提案しています。少しづつイメージチェンジするのもいいですね」とは、スタイリストの皆さん。家事や育児で忙しくてオシャレから遠ざかっていたり、センスアップしたいと思うている人にはオススメ！ 髪の毛の悩みを気軽に相談してみよう。

さらに、この店のヘッドスパは、頭の疲れを解消するだけでなく、気持ち良くてやめられないと人気のメニュー。3種類のアロマクリームからお好みを選んで、ブルブルリープマッサージ。実はこ

れが目的で来店という人も増加中。癒し効果に疲労回復、トリートメント効果抜群で1回3000円ならお得！
お店を利用するなら7月で開店6周年を迎えるいまがチャンス。6周年の感謝をこめて、全メニュー10%OFFのキャンペーンを行います。キャンペーン期間は7月15日〜8月末日。先着100人に、プレゼントもありますよ！ 毎週火曜日、毎月第3月曜日定休。予約優先。
●柳町3-4 ☎544435
五稜郭とんき裏

サークル&カルチャー訪問

社交ダンス

優雅なワルツ…、軽快なチャチャチャ…、情熱的なルンバ…。華麗なステップで観客を魅了する社交ダンス。あなたもはじめてみませんか？



『いのまたダンススクール』のレッスン生が社交ダンスをはじめた理由は、ダイエットや健康のためなど、実に様々。

週1回のコースだけでなく、個人レッスンを受けているというレッスン生も…。皆、ぜい肉がなく姿勢が良いことに驚かされる。

レッスンの時間は1回1時間30分。まず先生が新しいステップを教えることからスタートする。



ダイエットのために入って以来、15年になるという女性は、スリムで姿勢もピンとしている。基本からきちんと教えてもらえるので、足に無理がかからないのだとか。また、入会10年の男性は、趣味の釣りのために足腰を鍛えようと思つての入会。いまではダンスそのものが楽しみなのだそう。

いのまたダンススクール
月～金曜日に、上・中・初級の各レッスンをやっている。個人レッスンも有。入会は随時受付。入会金：2500円、月謝：週1回・月4回コース4200円～。

●富岡3-10-5 ☎41-3107



年2回、レッスン生の日頃の成果を披露する発表会が市内ホテルで行わる。さらに、レッスン生同士の楽しいミニパーティーも行われるそう。ダイエットや健康のためはもちろん、華麗なステップを通じて、レッスン生同士のコミュニケーションが深まってゆくことも、社交ダンスという趣味の魅力なのではないだろうか。

Gourmet Guide



いい店

みつけた

パティスリーばら苑



今年4月、大胆にリニューアルした市内本通2丁目の『パティスリーばら苑』。色とりどりの繊細で上品なケーキが並び、広々としたゆったり落ち着いたカフェも併設、エレガントなショップに生まれ変わりました。

「奇抜な味や意外性よりも、柔らかくまろやかなホッとする味を目指している」と話すのは、パティシエの水島秀一さん。1番の美味しさのポイント「は新鮮さ。」その日に売切れる分を作っています。午後4時以降には種類

も十分気遣われたケーキです。「奇抜な味や意外性よりも、柔らかくまろやかなホッとする味を目指している」と話すのは、パティシエの水島秀一さん。1番の美味しさのポイント「は新鮮さ。」その日に売切れる分を作っています。午後4時以降には種類

DATA

営業時間
午前11時～午後6時
(カフェLOは午後5時30分)
毎週月・火曜日定休

■本通2-54-1
☎53-0419



はこだて医療情報

日本泌尿器科学会認定泌尿器科専門医 乃木クリニック泌尿器科院長 佐々木 正人

急な強い尿意に備える

普通に水分を取っている場合には、排尿から次の排尿まで2時間程度の間があり、途中で排尿をしなくてもがまんすることができます。

しかし、この2時間までの間に急に強い尿意がおきて尿が漏れそうになることがあり、また実際に尿が漏れてしまう場合もあります。このような症状が週に1度以上あり、尿が近いという頻尿症状を伴うこともある状態を過活動膀胱(かかつどうぼうこう)といいます。この過活動膀胱は、尿をためるといふ膀胱の働きが障害された病的状態なのです。

膀胱の働きが正常な状況では、意識的に尿意を抑えて排尿をがまんすることができます。しかし、過活動膀胱になると自己の意志では抑制できないほどの強い膀胱収縮がおきるのです。このため車を止めてトイレへ駆け込むことがあったり、会議の途中で急いでトイレへ行くことが必要になることもあります。日常生活や仕事に大きな影響を及ぼすようになります。調査によれば40歳以上の成人の1割以上がこの症状に悩んでいることがわかってきました。

尿を膀胱にためたり出したりという行為は、脳と脊髄から膀胱と尿道に至る神経回路が十分に作動してはじめて円滑におこなわれるものなのです。したがって、過活動膀胱の原因には脳梗塞などによる脳の障害や脊髄の障害によるものはもちろんのこと、前立腺肥大症、加齢、子宮や膀胱や直腸を支えている骨盤底筋の力が弱くなることも含まれます。

この過活動膀胱の状態を抑制し尿漏れや頻尿を治す薬は今まで、口の渇きが強くなったり、1日数回の服用が必要だったりして薬を継続していくうえで不便なこともありました。しかし、今年の6月に発売された新薬は製造技術の向上により、この欠点が克服されて口の渇きも少なくなり、また1日1回の服用で済むようになって有用性が高くなりました。

●乃木町7-5 ☎32-3700



ドクター講座

大沼公園クリニック院長 深山 明義

漢方による肥満体質の改善

近年、食生活が欧米化されたことで肥満の人が増えています。肥満の判定にはBMI(Body Mass Index)、すなわち体重を身長²で割った数字がよく用いられます。この数字の標準は22前後、25以上あれば肥満と判定されます。肥満には内臓脂肪型肥満と皮下脂肪型肥満がありますが、BMIだけでは両者の区別はできません。臨床的に重要なのは内臓脂肪型肥満で、高血圧症、糖尿病、高脂血症などの合併症があれば、心筋梗塞や脳梗塞などに罹患する危険性が高くなります。内臓脂肪型肥満の大まかな目安として腹囲の測定があります。男性で85cm以上、女性で90cm以上あればその可能性が高くなります。肥満の改善は食事と運動を中心とした生活習慣の見直しが基本です。具体的には摂取カロリーを制限すること、間食、夜食、ため食いなどの誤った習慣をやめると、毎日定期的な運動療法を続けることです。これらの食事療法と運動療法を継続した状態で漢方治療を併用すれば、より一層、肥満に対する治療効果が期待できます。それでは漢方薬をいくつか紹介してみます。

防風通聖散(ぼうふうつうしょうさん)：俗に太鼓腹といわれる体型で、便秘傾向の人によく使われます。皮フは黄白色のことが多いようです。

大柴胡湯(だいさいこうとう)：体格ががっちりして固太りの人で、みぞおちから両脇にかけて重苦しい感じがあり便秘傾向のある場合に使われます。

防風通聖散、大柴胡湯いづれも内臓脂肪型肥満の人に適応する場合がありますがこの両処方の鑑別がまぎらわしい場合があります。

防己黄耆湯(ぼういおうぎとう)：いわゆる水太りの人に使います。色白で汗をかきやすく筋肉が軟らかいなどの特徴があります。中年以降の女性で下肢がむくみ膝が痛い人に適応します。

いづれにしても肥満の治療は食事療法と運動療法が中心で漢方薬はあくまで補助療法であることを強調しておきます。

●七飯町大沼258 ☎67-3032



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 担当 青山
FAX (0138) 23-5699

夏です！夏いそいそやばり夏祭り。今年も函館市内及び近郊では楽しい催しが盛りだくさんです。花火大会やパレード見物などお祭りに行く時はぜひ、浴衣を着て行きたいですね。それが風流です。今回は夏祭りと浴衣ファッションに注目してみました。

所阿礼和とカクキリUTUをチエックしました。毎回ポストに入れてくれるので欠かさず読めていいですね。ありがたうございます。(広野町 Y.N.)
*こちらこそ、いつも本紙をフル活用いただき、ありがとうございます。

でも考えさせられます。真剣に読んでいます。気に入ったものは切り取ってまた引張り出して、人生の指針にさせて頂いておられます。これからも楽しみにしておりますので、皆様頑張ってください。(西旭岡 N.K.)
*ありがとうございます。毎記者の心温まる文面に今後もご期待です。

したよ。(広野町 M.E.)
*素敵なランチタイムをご家族で！
映画『マリンスズ・コート』の上映会
7月25日に函館市芸術ホールで

生を対象とした、北海道大学大学院水産科学研究院・水産学部の『水産資料館ミレクチャー』が開催されています。7月15日午前9時30分～午後12時30分はアマチュア・フィルム・ビデオのお話(問40-5553)。8月3日午後9時30分～午後12時30分は夏休み企画①お魚の分類入門教室(問01177062658)。8月14日午前10時～午後12時30分は「夏休み企画②イカと遊ぼう」(問405613)。9月16日午前9時30分～午後12時30分は「奥手で落ちこぼれサケが地球を救う」(問405553)。お問い合わせ、お申し込みはそれぞれのお問い合わせ先までどうぞ。

午後1時から亀田福祉センターで開かれます。参加費は4000円。詳細は070051109276までどうぞ。
●プレゼント●
『アイスリースーぱら苑』より、焼き菓子の詰め合わせを5名様に
今回の『い店みつけた』コーナーで紹介した『アイスリースーぱら苑』より、焼き菓子の詰め合わせを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、想もたずお書きの上、〒040-8605、函館どつく内、株式会社青いぼすとHD「ぱら苑プレゼント」係までどうぞ。締切は7月25日。

読者の声

函館へ越してきて今年1月より、愛読させていたでいます。越してすぐ1月中旬に体調をくずし、『はたて医療情報』で病院を選び、北方スクッキングスクールに応募し、食事に行きたい所を見つけては切り抜き取っています。5月16日号では、目の前にあるアールの情報、行ってみたくてどうなのかわからないところだったので、『ヨガ体験』がよかったです。ランチ情報も2箇

5月16日号の『青ほの心』につなずきため息：5月16日号は、裏に載っていた『宿子倶楽部』を見てどこかに泊まるところのひりひりして、近くで安い宿をチエックしてました。実現は、ですが、『青ほの心』の明日は我が身を読み、まさに直面している問題を抱えているので(母のこと)大きくうなずき、ため息が出ました。(上湯川町 K.T.)
*大変だと思いますが、頑張ってください。

北海道大学大学院水産科学研究院・水産学部の水産資料館ミレクチャーのご案内
小学校高学年～中学

アドラー心理学カウンセリング講座が7月22日に亀田福祉センターで
アドラー心理学認定指導者で精神科医の野田俊作氏を講師に招いての『アドラー心理学カウンセリング講座』が7月22日

青ほ通販

毎日満足

ホタテ貝殻。パワーで水虫退治！

夏です！行楽にもってこいの楽しい季節ですが、実は夏が来る度にお悩みがはじまる人も。そう、水虫に悩む人にとっては、嫌な季節の到来です。このコーナーの注目商品『毎日満足』は、ホタテ貝殻の殺菌パワーを利用したスグレモノで使いやすいスプレー

水虫を持っている人ももちろん、その家族の皆さんにとっても、感染の予防にぜひ1本用意しておきたい『毎日満足』。毎日靴の中や靴下、スリッパ、湯上がマットなどにシュッとひと吹きするだけでOKです。白癬菌はもちろん、嫌な臭いの元となるバクテリアも除菌してくれます。



水虫菌除菌スプレー 毎日満足
200ml入 1本 **2,100円**
◆送料 旧函館市内 300円
旧函館市外 400円
ご注文は…
(株)青いぼすとHD
23-5688まで

水虫菌除菌スプレー 毎日満足
200ml入 1本 **2,100円**
◆送料 旧函館市内 300円
旧函館市外 400円
ご注文は…
(株)青いぼすとHD
23-5688まで

編集後記

本紙『voice』に執筆中の飛塚優さんの文章がいつも楽しみ。自然の逞しさと、時折の函館弁で綴られた文面の中に、スパイスのようにピリッと効いた辛口…。まだ1度もお会いしたことはないが、そのカッコいい文章は僕の憧れ。今回も最高にカッコ良かったです。(慎)

子どもの頃、お盆にはいつも浴衣を着た。子ども心に浴衣を着ると嬉しかったことを覚えている。小さい頃から着ていたから自然に着方を覚えていたので、大人になって思い出しながら子どもに着せたりした。文化が受け継がれるというのは、こういうことかも。(345)

浴衣と帯の組み合わせのバリエーションがこんなにあるなんて初めて知った。色、柄、結び方などによって雰囲気が出る。着物ならではの色と色の出会いが、和の雰囲気なんだろうな。いつも違う時間を感じるために今年の夏は浴衣デビューしませんか？(チヨコ)

庭のハーブが今年はとても元気で、特にレモンバームはびっくりするくらい大きく育っている。一昨年の台風でおれかけたのが、去年はなんとかもちこたえ、今年はその勢いを駆って大きく成長したということかも。打たれ強い性質なのだと思ふ。(画)

“どこかで誰かに喜んでもらえるんだ”と思うと、嬉しくなる。けれども、いつまで経っても私の血は人へあげられる状態にならないので、24時間テレビに向けて貯金をはじめた。少しのお金が誰かのために思うと、幸せな気分。(BP)

夏のお祭りや花火大会はやっぱワクワク。人、人、人で混み合う風景は、函館では数少ない機会とあって、はしゃぎながら人に酔ってチョット戸惑う私。でも、思いがけない再会や意外な人の浴衣姿を見かけられる、というオマケがこれまた楽しみ。(たーた)

次号予告

7月28日(金) ぞうご期待!!
水辺のカフェで夏の涼しいひと時…

本紙月末号『子育て倶楽部』に掲載する、お子様の写真を募集しています。写真1点にお子様のお名前、生年月日を添えて、〒040-8605、函館どつく内・(株)青いぼすとHD「子育て倶楽部」係まで郵送下さい。(写真返却不可)。

お詫びと訂正
本紙6月16日号p2『脳を鍛えるおすすめグッズ紹介』コーナーで、「NINTENDO DS Lite」の価格に誤りがありました。読者の皆様並びにベスト電器様にご迷惑をおかけ致しましたことをお詫びして、下記の通り、訂正致します。

記
(誤) 15,000円 (正) 16,800円
以上

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/

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



今回の『い店みつけた』コーナーで紹介した『アイスリースーぱら苑』より、焼き菓子の詰め合わせを5名様に
アイスリースーぱら苑より、焼き菓子の詰め合わせを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、想もたずお書きの上、〒040-8605、函館どつく内、株式会社青いぼすとHD「ぱら苑プレゼント」係までどうぞ。締切は7月25日。



スポットライト

街で話題の最新情報にスポットをあて、青いほすと記者が徹底チェック！

美味しく健康的なお弁当をお届け ニコニコキッチン 函館店

美味しく健康的な食事をご家庭に！ 全国117店舗の高齢者向け配食サービス店『ニコニコキッチン』函

ヘルシーメニュー



お弁当の一例



元気メニュー

※実際の容器とは異なります。

館店がこの6月20日にオープンし、話題を集めています。和食を中心としたバラエティに富んだ日替わりの手作りお弁当で、献立は専属の管理栄養士が作ります。メニューは、ご飯を含めて1食あたり600カロリー未満の「ヘルシーメニュー」(630円)と、このヘルシーメニューをベースに、ボリュームアップした「元気メニュー」(735円)の2種類。

それぞれ、健康を重視したカロリー計算はもとより、季節の行事に合わせた献立も盛り込まれるなど、毎日食へても飽きがこないのが大きな特徴。また、食材本来の風味を活かしながら、食べやすいよう大きさを食感にも配慮しています。さらに、高齢者向けに、きざみ食、おかゆなども対応しています。

前日午後6時まで、電話

● 鍛冶 15:5
33-2525
FAX 33-2526

あなたのジュエリー、買い取ります！ シュエリー&ブランドリサイクル 珠や

市内松風町・ケンタッキーフライドチキン隣に『ジュエリー&ブランドリサイクル 珠や』がオープンしました。

現在は「買い取り」を行って、金、プラチナなどのジュエリーをガンガン買い取り中です。買い取りは、状態の良いものはもちろん、片方だけのピアスや壊れたネックレス、宝石がいくつが取れてしまった指輪などでも可能で、

定ですので、こちらもお見逃しなく。自宅に眠っているジュエリーやブランド品を売りたい人も、買いたいも、これからはこの店にキマリですね。

● 松風町 6:11
大丸ビル1階
26-1500

