

# POST IN FREE PAPER SINCE 1991

# 青いほすと

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] aoi-post@aurora.ocn.ne.jp

## カフェ&ダイニング かねもり

BAYはこだての掘割に面した『カフェ&ダイニング かねもり』は、窓の外に映る遊覧クルーザーの往来を眺めながら、ゆったりした夏のひと時を過ごすことのできる店。特に夏場は、掘割り沿いに設けられたオープンテラス(全9テーブル)での食事がおすすめで、昼間は心地よい海風を感じながら、夜は掘割り周辺に美しくライトアップされた演出を眺めながら楽しい時間を過ごすことができる。この夏のおすすめメニューは、清涼感たっぷりの『はこだて塩ラーメンサラダ』(700円)で、サラダ風に仕上げた塩ラーメンの上にズワイガニ、イクラ、野菜がたっぷりトッピングされた豪華版。営業時間は月～金曜日が午前11時30分～午後10時30分。土・日曜日、祝日は午前11時～午後10時30分。無休。

●豊川町11-5 ☎27-7878



## ターブル・ドゥ・リバージュ

大沼の湖水や緑を眺めながらランチやディナー、カフェタイムを満喫できる『ターブル・ドゥ・リバージュ』。アーチが美しい湖月橋近くの石積みと木の香りがするお洒落な店です。この季節、絶対オススメなのが「クルーズランチ」。開放感いっぱいの湖上テラスがゆっくりと約30分回遊し、大沼の大自然を肌で感じながらランチを味わえます。メニューはフンプレートランチ(スープ、コーヒー付)で、利用は4人以上、1人2600円。3人では3000円、2人3600円です。また、ケーキ2種類とコーヒーなどの飲み物を楽しむ「カフェクルーズ」も人気で、利用は4人以上、1人1750円と、さらにクルーズを気軽に楽しめます。要予約。営業時間は午前10時30分～午後7時(LO)。毎週火曜日定休。

●七飯町大沼141 ☎67-3003



# cafe & dining in shore

## 水辺のカフェ… あの夏の日の記憶。

函館市内から海沿いの国道228号線沿いを松前町方向に車で走ると、北斗市の市街地を過ぎた頃、『ウエストコースト』というカフェが視界に入ってくる。まるで海に浮かんでいるようなアーリーアメリカンのこの店の誕生は、決して新しくない。現在は40歳にもなろうという函館のオジサン達やオバサン達が若い頃、自慢の愛車にお気に入りの「夏うた」を詰め込んで、海岸線を飛ばしてこのカフェに足を運んだ。

お洒落な飲食店が随分増えた現在でも、このカフェの感覚は新鮮だ。本当にいいモノは、いつまでも色褪せないのかも知れない――。

道南には美しい海と、大沼という美しい湖がある。その美しさもまた、いつまでも色褪せることがなく、道南地域を演出し続ける。それはまるで、歳を重ねても宝石のように輝き続ける若き日の夏の思い出のように…。

よく晴れた夏の日、水辺のカフェへ行こう。昔よく聴いた懐かしの曲をかけて車で走れば、若かった頃の夏の思い出がすぐに甦るはず。そして水辺を渡る涼しい風が、加齢とともに忘れかけた、大切な気持ちを運んでくれるだろう。

“水辺のドライブ” BGM  
青いほすと独断と偏見の  
「夏うた」セレクション

- |                               |                                       |
|-------------------------------|---------------------------------------|
| 01_ カリフォルニアの青い空<br>アルバート・ハモンド | 11_ アイ・キャン・シー・クリアリー・ナウ<br>ジミー・クリフ     |
| 02_ シュガー・ベイビー・ラヴ<br>ルベッツ      | 12_ ハレルヤ・ハリケーン<br>ウェザーガールズ            |
| 03_ 夢のカリフォルニア<br>ママス&パパス      | 13_ ロコモーション<br>カイリ・ミノグ                |
| 04_ マッシュ・ケ・ナダー<br>セルジオ・メンデス   | 14_ ユア・オンリー・ロンリー<br>J.D. サウザー         |
| 05_ ヴァケーション<br>THE GO-GO'S    | 15_ サヨナラは八月のララバイ<br>吉川 晃司             |
| 06_ カンナ8号線<br>松任谷 由実          | 16_ ロスト・イン・ラヴ<br>エア・サウザン              |
| 07_ ココモ<br>ビーチ・ボーイズ           | 17_ ガット・トゥ・ビー・リアル<br>ジェレルリン           |
| 08_ 夢見るNo.1<br>フロンティ          | 18_ イフ・アイ・ハウ・トゥ・スタンド・アローン<br>ロニー・ゴードン |
| 09_ ホワッチャ・ゴナ・ドゥ<br>パブロ・クルーズ   | 19_ バンボレーオ<br>カルシア                    |
| 10_ ロザーナ<br>TOTO              | 20_ ユー・アー・ザ・ユニヴァース<br>ザ・フランニュー・ヘヴィーズ  |

こんなCD、ホントにあったら  
いいな…バージョン

## ピッツェリア アモリーノ

市内宇賀浦町の『ピッツェリア アモリーノ』は、大きな窓から見渡せる海や山が絶好のロケーション!! もちろん、石窯で焼いた30センチのピザやパスタもこの店の魅力。オススメのランチ(毎週月～金曜日、午前11時～午後5時)「ドゥーエビアッティ」(2人盛2782円)は、スープ、パスタ、ピッツァ、ケーキ3種、フリードリンクと色々楽しめます。パスタ、ピッツァ、ケーキが選べる点も好評。選べるピザの中でも、ソーセージ、マッシュルーム、半熟卵の「ピスマルク」(=写真上)は幅広い層に人気。夜は、通常より10センチ大きなピザがセットの「マンジャーレ」(4人盛8608円)をどうぞ。営業時間は午前11時～午後10時30分(LO:午後10時)。無休。駐車場有。

●宇賀浦町6-10 ☎51-3338



## はこだて海鮮倶楽部

市内末広町の西波止場2階にあるシーフードレストラン『はこだて海鮮倶楽部』は、海やヨット、西部地区の街並みが見渡せ、広々とした店内は落ち着いた雰囲気。新鮮な魚介類が豊富にそろったメニューの中でも「波止場の海鮮丼」(=写真上、1580円)は、イクラやウニ、ぼたん海老など7種類の海の幸がど〜んとのった豪華版(汁付、内容は季節によって多少異なります)。「お好み海鮮寿司」は2貫200円からで、「波止場寿司」(8貫1000円)も好評。そのほか、「定食」(880円～)や地ビールにピッタリの1品料理もオススメ。函館市内や近郊の人にとっても、魅力溢れる1軒。営業時間は午前11時～午後10時(LO:午後9時30分)。無休。

●末広町24-6 ☎24-8107



## カフェ&バー ラミネール

海沿いに建つカフェ&バー『ラミネール』は、全面的ガラス越しに見える海と空が店内を演出。大きく湾曲する海岸線に続く水平線を眺めていると、まるで海に囲まれた気分。海と空との一体感と波のリズムが心地よい。晴れた日には遠く下北半島まで望むことができます。

「週替わりおすすめランチ」は3種類で、各890円。メインにライスまたはパン、サラダ、ドリンクが付きます。日替わりデザートをプラスすると1260円。日替わりのホームメイドケーキも人気です。夜はフレンチのコースやアラカルトもあり、飲み物だけでもOK(チャージ300円)。営業時間は午前11時30分～深夜0時。毎週水曜日定休。

●宝来町14-31 ☎27-2277



## 夏井珈琲シャルルドミル

函館の自家焙煎の珈琲専門店『夏井珈琲』の大沼店『シャルルドミル』は、湖畔の別荘というイメージで、クラシックなテーブルやイス、コーヒーカップが優雅な雰囲気をさりげなく演出する空間です。バルコニーには、季節によって色とりどりの花々が咲き誇り、お見事! 豆の新鮮さにこだわった美味しいにはファンも多く、「ブレンド珈琲」(480円)は、こだわりの8種をブレンド。オススメはコーヒーによく合う自家製の4種のケーキからチョイスするケーキセット。「チョコレートケーキセット」(850円)は生チョコの奥深い味わいが、「カスタードパイセット」(900円)はやさしい甘さが魅力です。営業時間は午前10時30分～日没まで。毎週水曜日定休(水曜日が祝日の場合は営業)。

●七飯町大沼106-1 ☎67-3811



## ウエストコースト

北斗市の国道228号線沿いにある『ウエストコースト』は、アーリーアメリカンの素敵なカフェが、まるで海の上に浮かんでいるかのような1軒。窓の外に望む大海原や函館山の風景は最高で、平成2年のオープン以来、実に多くのファンが道内各地から足を運んでいる。人気は香ばしい揚野菜付のカレーライス全4種類で、プリアリのホタテ貝がたっぷりの「ホタテ貝カレー」(=写真上、1300円)は特にオススメ。ほかには、チーズで焼き上げたオリジナルメニュー「コーストライス」(1000円)や、パスタ、ピザなどがそろっている。また、自慢の手作りケーキも秘かな人気の逸品。営業時間は午前11時～午後6時(LO:午後5時30分)。毎週月曜日、毎月第3火曜日定休。駐車場有。

●北斗市館野50 ☎75-3080



## モーリエ

外国人墓地の中にたたずむ『モーリエ』から見渡せる海や美しい夕陽には、心を打たれる。特に、日が沈む時に海に映るオレンジロードは感動。夕陽が沈んだ後の夜景やカモメの声、行き交う船など、季節や時間によって移り変わる海を、家にいるような気分がゆったりと眺めたい1軒だ。オススメのメニュー「モーリエ風ピロシキ」(=写真上、250円)は、揚げていないのでさっぱりサクサク。女性に人気の「きのこパイ」(1000円)は、魚介類のホワイトソースにパン生地をのせてオーブンで焼いた逸品。暑い日は可愛い「モーリエ風パフェ」(500円)をどうぞ。営業時間は午前11時～午後8時(LO:午後7時)。12月～3月は午後7時まで。毎週月曜日定休。

●入舟町23-1 ☎22-4190



## BAR バンブー

波の音をBGMにグラスを傾ける夜…。そんな映画の1シーンのようなシチュエーションが楽しめる市内宝来町の『BAR バンブー』。サーフィンが好きで海をこよなく愛するオーナーが弁天町から移転し、オープンさせたのが2年前。気軽に女性1人でも利用できるフレンドリーな空間です。たくさんの竹を使った1点モノのカウンターはインドネシアのバリ製でかっこいい! メニューは生ビール(ミラースペシャル)が350円、ギネスの黒ビール、カクテルなどドリンクが豊富でノーチャージ制。オール300円のおつまみの中では「チクマヨハンブー」が人気。外のオープンテラス席は波の音、潮の香りなどシーサイドの迫力たっぷり。営業時間は午後8時から翌午前2時。毎週日曜日定休。

●宝来町29-8 ☎27-0161



## ホテル&カフェ海の時計

大森浜に接する『ホテル&カフェ海の時計』は、砂浜まで40cmという絶好のロケーション。青い空と海、晴れの日には下北半島や津軽半島、汐首岬まで雄大な津軽海峡が一望でき、夜には漁火が楽しめます。アットホームな雰囲気の宿と併設のカフェテラスが話題で、「大沼牛の鉄板じゅうじゅうハンバーグ」(1300円)は大沼牛100%使用。席に運ばれてからデミグラスソースをかけるので目の前で豪快にソースが飛び跳ねる仕上げにサプライズで、しかもヘルシーな麦割のライス、サラダ、コーヒー付。「白玉ぜんざい&コーヒー」(550円)もおすすめ。テラス席も有。海風を受け、波の音を聞きながらくつろいでみては! カフェの営業時間は午前11時～午後8時(LO:午後7時15分)。

●宇賀浦町7-8 ☎32-0331





A HARLEY-DAVIDSON  
FLHTCUI リーマントライク  
3,990,000円

B YAMAHA  
VMAX12 トライク  
2,200,000円

今春よりトライクJAPANの正規代理店となったバイク専門店『マジマ』では、ハーレー・ダビッドソンのバイクを販売中。憧れのハーレーが2輪免許なしで乗れる。カスタムパーツも豊富で、有名バイク専門店『マジマ』ならではのアフターサポートも万全。トライクには、乗る楽しみ・磨く楽しみ・オリジナルを作る楽しみ・見せる楽しみが詰まっている。トライク各車種の購入についてはもちろん、中古バイクなどのバイク製造についても応相談。店舗にはバイクを展示中。ぜひ一度、足を運んでみては…。購入者には無料で教習(マジマライダースクール)を実施している。



函館マジマ  
函館市松陰町17-11  
☎51-4686  
http://www7.ocn.ne.jp/~majima/  
NTT 116函館センター 116  
↑至東高校  
←至本町 至湯川→

## オヤジの 素敵な 下心

Brand New Life Style

家族から尊敬されたい、「ちよい不良(ワル)なんて呼ばれたい。いつまでもカッコ良くありたいオヤジの「下心」を叶えるためのあれこれをオヤジライター・青山が探します。



今月の下心  
オヤジになってバイクに乗ってるのはカッコいい。それがハーレーならなおさらいい。でも、バイクの免許がない。そこで注目したいのが、普通免許で運転できる「トライク」。これぞ男のロマン。今日は仕事を忘れ、風になる…。

## AO PO HEAD LINE 編集室のイチオシ、最新情報!!



夏到来! ガーデンビブリアンがおすすすめ 元町「南張家口」、石川町「張家口」  
函館山の麓にある「南張家口」のガーデンテラスで、夕暮れの港の風景を眺めながら「ビール飲み放題」は、いかが? ビールサーバーソフトドリンク飲み放題におつまみがついて90分1500円とお得なプランです。ご家族や友達と夏を満喫するこのプランで夏の宵を楽しましませう。

そのほか「冷やし中華」(1000円、8月末まで)がメニューに加わり、こちらも好評。2種類のたれを混ぜ合わせてできるコ

の気持ちをこめて、市内石川町の「張家口」との両店舗共同のサービス企画ができました。コース料理を予約した人にワンドリンクサービス。また、平日の午後5時〜午後6時30分の間に来店した人にはワンドリンクをサービス。さらに、食事をした人にもれなく、次回利用できる「お楽しみサービス券」をプレゼントします。「南張家口」、「張家口」の本格的中華をリーズナブルに楽しむチャンスです。



クと深みのある味わいが人気を集めています。「夏限定」の味を、ぜひどうぞ。  
●元町333 南張家口  
●石川町314-4 張家口  
☎27-2788  
☎47-7570

## Dr.田上の 健康的ダイエット講座



人は少ない食料で少しでも余分のエネルギーを脂肪に蓄えることで、飢えに強い遺伝子を引き継いで生き残ってきました。今の日本のように食べ物があり余った状態では、このくみが裏目に出るのです。脂肪の摂取量は50年前の4倍以上で、全家庭の1/4が20%以上のカロリーをとりすぎています。50年間で日本人の体のしくみ(遺伝子)は全く変化していないのに、食事および生活習慣が大きく変化したため肥満が増えているのです。

## 3. どうして太るの? 家族みんなでダイエット



肥満は病気です。特に内臓肥満は脂肪細胞が肥大することで、善玉のアディポネクチンが減って悪玉物質が増加し、糖尿病、高血圧、高脂血症、心筋梗塞、脳卒中の原因となっています。脂肪細胞を冷蔵庫にたとえると、食べ物(脂肪)をどんどん入れるだけ入れて、賞味期限切れの食べ物や腐ってしまった食べ物でいっぱいになり、その毒が体中にまわって病気になるのだと思ってください。肥満を改善するのが一番の治療です。  
魚住金婚湯医院では源泉100%かけ流し温泉とブラックシリカの岩盤浴を利用して、無理なくダイエットをしながら、食事の内容や食べ方を教えるダイエット教室を開いています。また入院して1日1200キロカロリーの食事療法で月5〜6キログラムのダイエットも可能です。また、函館YWCAで「楽しく・おいしく・ダイエット講座」と題して講演します。3回の連続講座で1回目は8月26日(土)。詳しくは☎51-5262まで。  
魚住金婚湯医院院長 田上 広樹 ●二海郡八雲町上ノ湯 ☎0137-67-2311  
http://www.uozumi-clinic.com/



## AO-PO COOKING MEMO \*お手軽&ヘルシーメニューの作り方講座\*

### 冷たいトマトパスタ

材料  
●パスタ(カップペリーニなどの細い麺)…100g  
●トマト…大1個 ●にんにく…1片  
●シソ…3枚 ●生ハム…2枚  
●オリーブオイル…大1 ●塩・コショウ…少々  
●醤油…大1

作り方  
①ニンニクとシソはみじん切りして、トマトは皮をむいてざく切りし、生ハムは1cmに切り、調味料を全部合わせてよく混ぜ、冷やす。  
②パスタは通常のゆで時間より1〜2分多めにゆでて水にとり、冷ましたものを①に入れて和える。



暑い季節には、できるだけ火を使わないで、涼しく料理を楽しみたいものです。そこで今回は、冷たいパスタの作り方を紹介しましょう。シミを薄くする働きがあるといわれるリコピン効果も得られるのが、うれしいですね。

ではじまる差別用語で呼ばれることが多かった。カッコいい呼ばれ方は「サウスポ」。言葉の由来は、野球のホームベースが東南向きで左投手の腕が塁の南から出ることから「サウス」、「ポ」は大や猫の手足を意味する。スノーボードでは右足が前これを「グーフィー」と呼ぶ。「変わり者」という意味らしい。最近では色々と左利き用の道具も売られているが、どれも右利き用と比べれば品薄で高価。世の中、まだまだ右利きのためであるように思う。電化製品のスイッチ、自動販売機の硬貨投入口、トイレの水を流すレバー、みんな右側に付いている。パソコンのマウスの場所を示す矢印で左側に傾いているけれど、左手でマウスを操作すると違和感があるんだよね(結局僕は右手でマウスを扱うことにした)。左利き同士で意外に仲間意識が強く、「あれが便利、これは不便」なんて話で盛り上がることも多い。でも、右利きの人もたまには左利きのことを話題にしてほしい。そんな思いで、あるアメリカ人が言い出したのが、8月13日の「左利きの日」。言い出した本人の誕生日だそう。有名な記念日ではないが、世界的にはこの日にイベントを組む左利き専門店もあるのだという。パリアフリージェターフリーの時世。この機会に、アームフリーなんてものについても考えてみる、なんてことは…あり得ないよな、やっぱり…。(真)

## 青ぼの目

左手にグチるなかれ  
▼子供の頃、缶切りと急須の使い方がしばらく分からなかった。  
「左利きは無理に直さないうが、いいじゃない。でも、文字だけは右で書けなくと本人が不便だろ。う。それが、僕の左利きを発覚した時の両親の判断。以来、左手で絵を描いて、文字を書く時には鉛筆を右手に持ちかえる姿が、人から「変わり者」と言われる人生がはじまった。▼左利きに生まれて不便を感じたことは、バドミントンセンターで空いている打席が少ない、食事の時に他人が自分の左に座ることを嫌がる、刃物が使にくい、ドアが開けにくい、腕相撲で勝負ができない、など…。逆に、左利きに生まれてよかったと思うこともある。野球では、ほかの奴より力強い努力をしながらもレギュラーになれた。麻丘めぐみが自分のために歌ってくれた。結構カッコいいと思われることもあった。  
「左利きは右脳が発達しているから感性が豊か」といわれた頃もあったが、最近はどうしても限らないという説のほうが有力らしい。▼子供時代は大人から「左利きではじまる差別用語で呼ばれることが多かった。カッコいい呼ばれ方は「サウスポ」。言葉の由来は、野球のホームベースが東南向きで左投手の腕が塁の南から出ることから「サウス」、「ポ」は大や猫の手足を意味する。スノーボードでは右足が前これを「グーフィー」と呼ぶ。「変わり者」という意味らしい。最近では色々と左利き用の道具も売られているが、どれも右利き用と比べれば品薄で高価。世の中、まだまだ右利きのためであるように思う。電化製品のスイッチ、自動販売機の硬貨投入口、トイレの水を流すレバー、みんな右側に付いている。パソコンのマウスの場所を示す矢印で左側に傾いているけれど、左手でマウスを操作すると違和感があるんだよね(結局僕は右手でマウスを扱うことにした)。左利き同士で意外に仲間意識が強く、「あれが便利、これは不便」なんて話で盛り上がることも多い。でも、右利きの人もたまには左利きのことを話題にしてほしい。そんな思いで、あるアメリカ人が言い出したのが、8月13日の「左利きの日」。言い出した本人の誕生日だそう。有名な記念日ではないが、世界的にはこの日にイベントを組む左利き専門店もあるのだという。パリアフリージェターフリーの時世。この機会に、アームフリーなんてものについても考えてみる、なんてことは…あり得ないよな、やっぱり…。(真)

# Naruhodo Topics [なるほどトピックス]



杉本優月ちゃん  
平成17年1月24日生

今回は、2通のお便りを紹介します。まずは(バツイチ先輩ママ)さんに届いたお便りです。

## 今月の元氣印

(バツイチ先輩ママ)さんのお便りを読んで、10年前のことを思い出しました。私も、毎日毎日泣いて、いろんな病気を患って、死ぬことばかり考えていた日々がありました。1人になれたはずの今でも、どうしようもない淋しさに襲われることもあります。一生懸命に働き、後ろを振り返らず、笑顔を忘れずに命あることに感謝して1日1日を大切に生きていこうと自分に言い聞かせています。“涙の数だけ人に優しくなれる”と言うのは、本当だと思います。(S・S)

これまで1人で子育てをしているママさんからたくさんの言葉を頂き感謝しております。さて今回は、仕事を始めたいと考えているママからのお便りが届きました。先輩ママのアドバイスをお聞かせ下さい。

妊娠して仕事を辞めました。子供が1歳になったのでまた働きたいと思っています。働きながら子育てをしている方、良かったことや大変だったことを教えてください。(働きたいけど少し迷っている新米ママ)

このコーナーでは、子育てのいい話や困っていること、先輩ママのアドバイスなど様々なお便りをお待ちしています。(ご意見・ご感想は…)  
〒040-8605  
函館どつく株式会社内・株式会社青いぼすとHD  
『子育て倶楽部』係  
FAX 23-5699  
Eメール aoi-post@aurora.ocn.ne.jp

「友達とゆっくりおしゃべりをしたい」「美容室へ行きたい」「自分の時間をもちたい」というママに朗報! パポツ2階にある親子カフェ『オーバルカフェ』で、ママも息抜きしてはいかがですか。



カフェには、本格コーヒー、紅茶、パフェなどのほか、パスタセット(650円)、ホットサンドセット(500円)などリーズナブルなメニューが充実。「キッズ保育ステーション」はガラス張りで見守りやすい。カフェ利用はもちろん、施設内・外の託児可。

「キッズ保育ステーション」では、保育師と看護師のスタッフがママ代わり。大型滑り台や幼児安眠室、授乳室完備。

対象 1~7歳。  
料金はカフェ利用者は最初の1時間300円(延長30分毎130円)。一般利用者は最初の1時間450円(延長30分毎200円)。営業時間は平日が午前10時~午後7時。土・日曜日、祝日は午前10時~午後8時。無休。詳細は、電話で問い合わせ下さい。  
●梁川町4-1  
☎53-9222



## 夏休みファミリーバイキング

和洋折衷の日替わりランチバイキングが人気のフィットネスホテル330函館10階『味紀行いちばん』では現在、「夏休みファミリーバイキング」を実施中(8月15日まで)。



期間中は、通常のランチバイキングでは味わえない期間限定特別メニューが登場します。特別メニューの内容は、ミートローフ、海老のピカタ、ミックスピザ、シーフードスパゲティ、蟹玉ストロベリームースなどなど。バリエーション豊かなメニューがこちらの日替わりで数品ずつ登場します。さらに、小学生以下の子供にはアイスクリームをサービスと、家族そろって見逃せないところ。期間中来店した子供には、もれなくおもちゃが当たるお楽しみも。店内は、海や山を望めるイス席のほか、ゆったりと落ち着ける和室もある。それぞれのレストランに合わせた利用できます。また、入会時から即割引になる「レストランメンバーズカード」(入会金年会費無料)もオススメ。夏休みのランチは、家族そろって思う存分召し上がれ! 料金は大人924円、小学生以下525円、3歳以下無料。営業時間は午前11時30分~午後2時30分(L.O./午後2時、午後5時30分~午後10時30分(L.O./午後9時30分)。

●若松町6-3  
☎23-0330

## フィットネスホテル330 函館

## 家具も雑貨も、アジアのリゾート感覚! アジアンショップ モジヤン

家具、食器、衣類、アクセサリ、雑貨などのアジアングッズがそろった、市内五稜郭町にあるアジアンショップ「モジヤン」は、函館では手に入らないクオリティの高いや、アリアなグッズがそろった専門店。華やかな色や、茶色、黒系の雑貨が多いので、どんな部屋にもぴったり。の心落ち着くセレクトアイテム。お香は、定番モノからストロベリーなど素材を練りこんだユニークなもの、煙の出ないものなど種類が豊富。プレゼントにいかが! オナーが自信をもつオススメする家具類はアジアのリゾートホテルを思わせる質の良さです。営業時間は月~土曜日が正午~午後8時30分、日曜日、祝日は午前11時~午後7時30分。毎週木曜日定休。なお、7月30日、31日の両日は臨時休業。8月3日の木曜日は営業日です。  
●五稜郭町3-16  
☎52-2504



●佐藤皮膚科 至美術館  
●ハセガワストア 北海道新聞社



## お盆にむけてのアレンジメントはいかが!

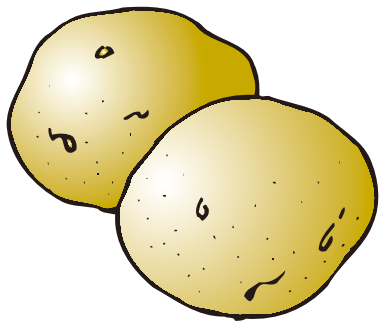


そろそろお盆がやってきます。新盆や御仏壇にはお花を供えて華やかに故人を偲びたいもの。そこで、頂いた人に喜ばれるアレンジメントはいかがか。花瓶を用意したり、花を生ける手間のいらぬアレンジメントは手軽で相手に負担をかけません。生前に好きだった花や色でデザインするなど、色々な注文も受けています。料金は3000円、5000円など、デザインやご予算の相談に応じています。また、イーローラを使って遠くの実家に贈ることもできます。こちらにお電話またはアシスに生けたアレンジメントも取り扱っています。お花が重なる時など便利です。こちらは6000円より、予算



また、今回の「スイーツに挑戦!」のテーマはこちら

も食欲の秋にぴったりの「抹茶ロールケーキ」。日時は9月27日午後6時30分~午後9時30分、9月28日午前10時~午後1時。昼・夜とも同じメニューです。受講料は1500円。



料は1000円。申込締切はそれぞれ8月3日。定員は各15人。会場は北ガス函館支店1階のキッチンゲストヘースで、講師は和田徳子先生。申し込みは電話で受付し、定員を越えた場合は抽選となります。締切後、詳細のご案内を送付致します。受付は月~金曜日の午前9時~午後5時。1グループでのお申し込みは4人まで。キャンセルは開講日の3日前までとなります。●万代町8-1  
☎42-6505

## 花の館 せん花

にんぎょなど、色々な注文も受けています。インターネットでの注文を受けているのでホームページをご覧ください。●弁天町2-15  
☎23-7010  
●追分町7-18  
☎41-8782  
<http://www.eflora.co.jp/shop/nanayakata/>

## 新ジャガの季節、美味しいお料理を!

## 北ガスッキングスクール

新ジャガの季節です。北ガスッキングスクールの9月のテーマは、おいもを使った料理。秋の味覚であるジャガイモを丸ごと使った料理を作ります。日時は9月13日午後6時30分~午後9時30分、9月14日午前10時~午後1時。昼・夜とも同じメニューです。受講料は1500円。

また、今回の「スイーツに挑戦!」のテーマはこちら

料は1000円。申込締切はそれぞれ8月3日。定員は各15人。会場は北ガス函館支店1階のキッチンゲストヘースで、講師は和田徳子先生。申し込みは電話で受付し、定員を越えた場合は抽選となります。締切後、詳細のご案内を送付致します。受付は月~金曜日の午前9時~午後5時。1グループでのお申し込みは4人まで。キャンセルは開講日の3日前までとなります。●万代町8-1  
☎42-6505

## 地域のためにキラリ!!

違いを認め、共に生きる社会に…

インクルーシブ友の会代表 島信一朗さん



2003年に設立された『インクルーシブ友の会』は、障がいの有無や年齢、性別などの違いを認め合い、共に生きる社会を目指して様々な活動をしている会。「全盲になったことがこの活動の1番大きなエネルギーでしたね」と話すのは、この会の代表の島信一朗さん。16年前に交通事故がもとで全盲に…。目が見えなくなったことで社会に感じたことを発信したいと思った時に出会ったのが「インクルージョン」。ユネスコが1994年に提唱したインクルーシブ教育がその基本で、違いを認め合うことで、1人ひとりがかかけのない存在であることを認識し、全ての人が共に生きる社会を実現することを目指している。現代社会の中で、心に傷を持つ子供や若者も多く、痛みを経験した人が当事者として発言してゆくことの大切さを感じているという。

活動のひとつであるUDボランティアサークル「ピース」では、UD(ユニバーサル・デザイン)の魅力を広めるための教室を開催している。こちらは現在、受講生を募集中。歌や演奏を手話とダンスで表現する「ミュージックサイン」、映画や演劇につける「副音声」など、様々な人が映画や演劇などを一緒に楽しむためのスキルを学ぶ。教室の受講生は、9月2、3日に北斗市の「かなでーる」で開かれる「ユニバーサル上映映画祭」のUD部門を担当。映画祭では「不良少年(ヤンキー)の夢」「掘るまいか」「わたしの季節」「百合祭」「あんなにほん・サヨナラ」「無名の人～石井筆子の生涯」「子ぎつねヘレン」「こんばんは」を上映。詳しくは、主催の「北海道ユニバーサル上映映画祭実行委員会」☎31-0010(函館保健企画内・橋本まで)。

また、8月20日には函館市民会館大ホールで、“ヤンキー先生”として知られる義家弘介さんをお呼んでの講演会を開催する。詳しくは同会☎57-3157まで。

[http://www.geocities.jp/inclusion\\_jp](http://www.geocities.jp/inclusion_jp)

## 新店舗・リニューアル店舗情報

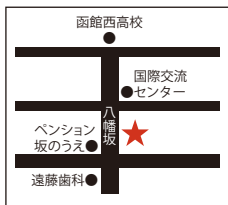
### 函館八幡坂ストーリー



眺望の素敵な八幡坂にオープンした『函館八幡坂Story』は、昼はランチ、午後はカフェ、夜はディナーと食事にお茶に憩える店。ランチは「ワンプレート」(980円)などがあり、午後は特製ロールケーキでお茶を飲みながらくつろぐのがオススメ。ディナーはアラカルトからオードブル盛り合わせまであり、ワインも種類豊富。ランチ午前11時30分～午後2時、ディナー午後2時～午後5時、ディナー午後6時～午後9時30分(LO:8時45分)、毎週水曜日定休。

●元町32-25

☎24-2111



## nice taste! nice shop! nice job!



水産加工会社・トナミ食品工業がこの6月、追分工場の直売店を北斗市追分にオープン。直売店ならではの激安価格による活イカや鯨肉などの加工品が人気を集めています。道内外のレストランなどに出荷される同社取扱製品を、一般

の人達に気軽に味わってほしいと作られた施設。注目は何といっても、最近人気の鯨肉の加工製品で、くじら汁用の食肉や鯨の刺身、鯨の竜田揚げ、変わったものでは鯨シンギスカンセットなど、約15種類を販売しており、人気は「鯨のペーコン」(100グラム800円)。「函館くじら普及協議会」委員も務める利波英樹社長は「50代以上の人には懐かし、若い人には目新しい鯨肉は美味しくてヘルシー。これまで、小売店ではなかなかこれだけの種類と品揃え、価格が実現できなかったが、今後

は、いつでも気軽に食べていただければ」とPR。直売店ではそのほか、独自の急速冷凍技術で鮮度を保持した活イカ製品など新鮮な海の幸がスリッパも承っている。また、地方発送も承っている。営業時間は午前10時～午後6時。毎週日曜日、祝日定休。北斗市追分4-6-8 ☎48-2468

市内本町の『ヘルシースリムケアKS整体治療院』は、誰でも無理なく簡単にしかも確実に痩せられる「ヘルシースリムケア」が評判の整体院。まずは、1人ひとりに合った減量方法をカウンセリング(無料)で決定した後、①週2回の施術(食欲を抑える耳ツボを押さえます)。②健康食品で栄養のバランスを整える(防腐剤などが入っていない純粋な国産品を使用)。③健全な食事指導によるライフスタイルの転換を行います。豊富な経験と実績で、ダイエットをサポートしている

は若々しくなっているのも特徴。1～3カ月で2～10キロの減量を目指す人は、早速はじめてみませんか。施術料は1回1500円。いまなら、初回施術料をサービス。受付時間は午前9時～午後9時(要予約)。毎週日曜日休診。駐車場有。本町3-4 ☎32-2544

種類から毎回2種類、上半身または下半身の好きな方を選んで行うもの。通常1回8400円、15750円のコース、10回50000円、15回72000円、お試し52500円。また、サロンでは現在好評の「減量コース」も通常の65%割引で実施中。お試しは42000円で、行ってみますのでこの機会にぜひ！営業時間は午前10時～午後8時。毎週日曜日、祝日定休。女性専用。マンツーマンシステム。完全予約制。●本通3-9-22 ☎317808

市内本町の『ヘルシースリムケアKS整体治療院』は、誰でも無理なく簡単にしかも確実に痩せられる「ヘルシースリムケア」が評判の整体院。まずは、1人ひとりに合った減量方法をカウンセリング(無料)で決定した後、①週2回の施術(食欲を抑える耳ツボを押さえます)。②健康食品で栄養のバランスを整える(防腐剤などが入っていない純粋な国産品を使用)。③健全な食事指導によるライフスタイルの転換を行います。豊富な経験と実績で、ダイエットをサポートしている

市内本町の『ヘルシースリムケアKS整体治療院』は、誰でも無理なく簡単にしかも確実に痩せられる「ヘルシースリムケア」が評判の整体院。まずは、1人ひとりに合った減量方法をカウンセリング(無料)で決定した後、①週2回の施術(食欲を抑える耳ツボを押さえます)。②健康食品で栄養のバランスを整える(防腐剤などが入っていない純粋な国産品を使用)。③健全な食事指導によるライフスタイルの転換を行います。豊富な経験と実績で、ダイエットをサポートしている

市内本町の『ヘルシースリムケアKS整体治療院』は、誰でも無理なく簡単にしかも確実に痩せられる「ヘルシースリムケア」が評判の整体院。まずは、1人ひとりに合った減量方法をカウンセリング(無料)で決定した後、①週2回の施術(食欲を抑える耳ツボを押さえます)。②健康食品で栄養のバランスを整える(防腐剤などが入っていない純粋な国産品を使用)。③健全な食事指導によるライフスタイルの転換を行います。豊富な経験と実績で、ダイエットをサポートしている

市内本町の『ヘルシースリムケアKS整体治療院』は、誰でも無理なく簡単にしかも確実に痩せられる「ヘルシースリムケア」が評判の整体院。まずは、1人ひとりに合った減量方法をカウンセリング(無料)で決定した後、①週2回の施術(食欲を抑える耳ツボを押さえます)。②健康食品で栄養のバランスを整える(防腐剤などが入っていない純粋な国産品を使用)。③健全な食事指導によるライフスタイルの転換を行います。豊富な経験と実績で、ダイエットをサポートしている

### 鯨活イカなどが格安でズバリ!

### トナミ食品工業追分工場直売店

### ダイエットを諦めていませんか? ヘルシースリムケアKS整体治療院

市内本通3丁目のエステサロン「ポートルボー」は、この夏、「サイズダウンキャンペーン」を開催します! コースは2種類で、それぞれ申込先着5人限り。時間はいずれも平日午後1時～午後5時30分です。【部分集中】は、二の腕ウエスト、太もも、ふくらはぎ、背中のうちから好きな部位を2箇所選び、マッサージと機械による引き締めを行います。通常1回9450円(材料費別)のところ、10回42000円、20回80000円、お試し42000円(各材料費込)。「上半身or下半身は、このサロンで人気のコース8

種類から毎回2種類、上半身または下半身の好きな方を選んで行うもの。通常1回8400円、15750円のコース、10回50000円、15回72000円、お試し52500円。また、サロンでは現在好評の「減量コース」も通常の65%割引で実施中。お試しは42000円で、行ってみますのでこの機会にぜひ！営業時間は午前10時～午後8時。毎週日曜日、祝日定休。女性専用。マンツーマンシステム。完全予約制。●本通3-9-22 ☎317808

市内本町の『ヘルシースリムケアKS整体治療院』は、誰でも無理なく簡単にしかも確実に痩せられる「ヘルシースリムケア」が評判の整体院。まずは、1人ひとりに合った減量方法をカウンセリング(無料)で決定した後、①週2回の施術(食欲を抑える耳ツボを押さえます)。②健康食品で栄養のバランスを整える(防腐剤などが入っていない純粋な国産品を使用)。③健全な食事指導によるライフスタイルの転換を行います。豊富な経験と実績で、ダイエットをサポートしている

市内本町の『ヘルシースリムケアKS整体治療院』は、誰でも無理なく簡単にしかも確実に痩せられる「ヘルシースリムケア」が評判の整体院。まずは、1人ひとりに合った減量方法をカウンセリング(無料)で決定した後、①週2回の施術(食欲を抑える耳ツボを押さえます)。②健康食品で栄養のバランスを整える(防腐剤などが入っていない純粋な国産品を使用)。③健全な食事指導によるライフスタイルの転換を行います。豊富な経験と実績で、ダイエットをサポートしている

市内本町の『ヘルシースリムケアKS整体治療院』は、誰でも無理なく簡単にしかも確実に痩せられる「ヘルシースリムケア」が評判の整体院。まずは、1人ひとりに合った減量方法をカウンセリング(無料)で決定した後、①週2回の施術(食欲を抑える耳ツボを押さえます)。②健康食品で栄養のバランスを整える(防腐剤などが入っていない純粋な国産品を使用)。③健全な食事指導によるライフスタイルの転換を行います。豊富な経験と実績で、ダイエットをサポートしている

市内本通3丁目のエステサロン「ポートルボー」は、この夏、「サイズダウンキャンペーン」を開催します! コースは2種類で、それぞれ申込先着5人限り。時間はいずれも平日午後1時～午後5時30分です。【部分集中】は、二の腕ウエスト、太もも、ふくらはぎ、背中のうちから好きな部位を2箇所選び、マッサージと機械による引き締めを行います。通常1回9450円(材料費別)のところ、10回42000円、20回80000円、お試し42000円(各材料費込)。「上半身or下半身は、このサロンで人気のコース8

市内本町の『ヘルシースリムケアKS整体治療院』は、誰でも無理なく簡単にしかも確実に痩せられる「ヘルシースリムケア」が評判の整体院。まずは、1人ひとりに合った減量方法をカウンセリング(無料)で決定した後、①週2回の施術(食欲を抑える耳ツボを押さえます)。②健康食品で栄養のバランスを整える(防腐剤などが入っていない純粋な国産品を使用)。③健全な食事指導によるライフスタイルの転換を行います。豊富な経験と実績で、ダイエットをサポートしている

市内本町の『ヘルシースリムケアKS整体治療院』は、誰でも無理なく簡単にしかも確実に痩せられる「ヘルシースリムケア」が評判の整体院。まずは、1人ひとりに合った減量方法をカウンセリング(無料)で決定した後、①週2回の施術(食欲を抑える耳ツボを押さえます)。②健康食品で栄養のバランスを整える(防腐剤などが入っていない純粋な国産品を使用)。③健全な食事指導によるライフスタイルの転換を行います。豊富な経験と実績で、ダイエットをサポートしている

市内本町の『ヘルシースリムケアKS整体治療院』は、誰でも無理なく簡単にしかも確実に痩せられる「ヘルシースリムケア」が評判の整体院。まずは、1人ひとりに合った減量方法をカウンセリング(無料)で決定した後、①週2回の施術(食欲を抑える耳ツボを押さえます)。②健康食品で栄養のバランスを整える(防腐剤などが入っていない純粋な国産品を使用)。③健全な食事指導によるライフスタイルの転換を行います。豊富な経験と実績で、ダイエットをサポートしている

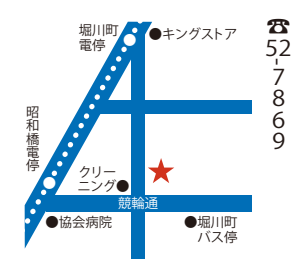
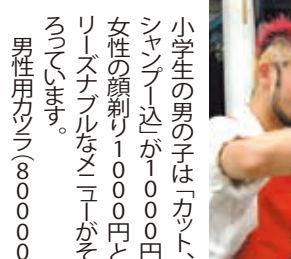
市内本町の『ヘルシースリムケアKS整体治療院』は、誰でも無理なく簡単にしかも確実に痩せられる「ヘルシースリムケア」が評判の整体院。まずは、1人ひとりに合った減量方法をカウンセリング(無料)で決定した後、①週2回の施術(食欲を抑える耳ツボを押さえます)。②健康食品で栄養のバランスを整える(防腐剤などが入っていない純粋な国産品を使用)。③健全な食事指導によるライフスタイルの転換を行います。豊富な経験と実績で、ダイエットをサポートしている

### サイズダウン激安!今がチャンス!

### エステサロン ポートルボー

### 高齢者に優しいサービスが充実! King はげぎ

市内本通3丁目のエステサロン「ポートルボー」は、この夏、「サイズダウンキャンペーン」を開催します! コースは2種類で、それぞれ申込先着5人限り。時間はいずれも平日午後1時～午後5時30分です。【部分集中】は、二の腕ウエスト、太もも、ふくらはぎ、背中のうちから好きな部位を2箇所選び、マッサージと機械による引き締めを行います。通常1回9450円(材料費別)のところ、10回42000円、20回80000円、お試し42000円(各材料費込)。「上半身or下半身は、このサロンで人気のコース8



# 地中海を思わせるイタリア料理店

北斗市七重浜8丁目

カウンターから見える

## プロメッサ

国道228号線沿いにオープンしたイタリア料理店「プロメッサ」。

オリブオイルとピッツアの香ばしい香りがほのかにかおる店内は、白亜の壁と開放感ある大きなガラス窓が、さながら地中海を思わせます。

## Gourmet Guide

### いい店

### みつけた



イタリアンそのもののパスタはトマトベース、オイルベースなどから和風パスタと種類豊富にあるので、子供からお年寄りまで幅広い層に好まれています。

店では様々なイベントを催していますが、現在は、ランチバイキングが毎日行われています。料理はパスタやピッツァ、ミラン風カツレツなどのイタリアンから和食の炊き込みまで幅広く、夏場にはカッペリーニなどの冷

## DATA

土・日曜日、祝日は、ランチタイム午前11時～午後2時30分(LO)の後に、カフェタイム午後2時30分～午後5時を営業しています。

■北斗市七重浜8-6-2  
3110館2階  
☎49-6506



# Beauty Information

きれいになりたい貴女へ贈る  
本紙スタツフからのお役立ち情報



かんたん巻き髪  
トップとサイドは大きめのカーラーを巻いて5～10分置く。カーラーを前にまわしながらはすすときれいなカールができてイメージしやすい。耳に1度かけて、少し戻すとまとまります。トップをつまんでスプレーするのがフワツと仕上げのコツ。



カチューシャアレンジ  
まず最初に手にワックスをつけてワックスを髪にもみ込みながら、頭頂部から半分くらいの髪をラフにまとめてくるくとひねり、ピンでしっかり止める。カチューシャを止めて、花飾りをつけて可愛く仕上げる。手くしで、ラフな仕上げを楽しんで!

## 今回の推薦者



野村 保子

いつも同じヘアスタイルで過ごしてしまふ...そんなあなたのために、スタイリストに変化をつけるための「ソワソワ」を「ポール沢田ブリーマ」のスタイリストである沢田愛理さんに教えて頂きました。



取材協力  
ポール沢田ブリーマ  
【営業時間】  
□月・水・木・金・土曜日  
午前9時30分～午後6時30分  
□日曜日、祝日  
午前9時30分～午後5時30分  
【定休日】毎週火曜日  
●川原町6-4  
【フリーダイヤル】0120-07-4545



ソワンオレオリラックス  
保湿をきちんとすることがスタイリングのコツ。トリートメントは流し過ぎず、しっとり感を残しすることが大事。定期的なヘアエステ(2100円)は地肌や切れ毛、保湿のために大事です。おすすめは保湿効果が評判の「ソワンオレオリラックス」(2940円)。



## 形成外科とは

大村病院 須藤 聡



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

この連載を書き始めてから約10年になります。しかし、形成外科というのは、まだまだ知らない方も多く、「形成外科って何なの?」と聞かれることも結構あります。そこで今回は形成外科というものについて少し説明したいと思えます。

形成外科とは皮膚におけるいろいろな異常、すなわち形や色に関してこれを正常にしていこうという外科なのです。ですから、形成外科の対象になる病気は頭の先から足の先まで及びます。具体的には外傷、奇形、腫瘍などがあります。外傷とはケガです。切り傷、ぶつけて切ったキズ、顔の骨の骨折、またヤケドや褥瘡(床ずれ)もあります。

奇形というのは唇裂、口蓋裂(こうがいれつ)、合指症、多趾症(たししよ)、耳の形の異常などがあります。腫瘍とは「できもの」です。臭いのある分泌物を出す粉瘤、皮膚の下にできる脂肪のかたまりである脂肪腫、イボのような繊維腫、シミのような脂漏性角化症などです。これらが形成外科の対象疾患になります。

そのほか、この分類に入りにくいものとして、爪が食い込んで痛くなる陥入爪、ヤケドやキズの跡である瘢痕(はんこん)や瘢痕拘縮(はんこん)があります。

この度、約10年間勤務した大村病院を退職して開業することになりました。小さなクリニックですが、現在は開設の準備で毎日忙しく動き回っています。この文章が青いほすくに掲載される頃にはすでにクリニックができあがっていると思います。診療科目は形成外科、皮膚科、美容外科ですが、形成外科にもっとも力を入れています。

## 星占い

7月28日～8月28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  
運気好調。利害関係が絡むと我が儘傲慢と叩かれることも。恋愛は刺激が欲しい気分が多々。現状維持をキープしてとる冷やし蕎麦。
- 牡牛座** 4月20日～5月20日  
運気平穏。雑用や面倒事が多く対人関係がこたえやすくなる。解決も早い。仕事運低迷。疲労注意。恋愛後悔い。キープして辛子明太子。
- 双子座** 5月21日～6月21日  
運気良好。感情乱れやすく強気や弱気になったり。金運好調も金銭の貸借・恋愛口喧ましい。胃腸注意。キープしてプリン。
- 蟹座** 6月22日～7月22日  
運気不安定。人間関係険しい人任せにする。後悔必至。金運は支出抑える努力を。日射病、皮膚炎注意。キープして/あさり冷やしハタケ。
- 獅子座** 7月23日～8月22日  
運気不安定。心身充実。活躍出来る結果が中途半端に終わる。対人面吉凶有。単独行動。收穫多い予感。キープして/オムカリー。
- 乙女座** 8月23日～9月22日  
運気低迷。気持ちかき集はかりで結果出す。先走りや独断先行は注意。骨折や内臓の疾患注意。恋愛安定。キープして/うなぎ丼。
- 天秤座** 9月23日～10月23日  
吉凶混合。仕事関係は人間関係良好で問題解決や目標達成。金運予期せぬ支出で大変な予感。ストレス大敵。キープして/さ茶漬。
- 蠍座** 10月24日～11月23日  
運気は強いが人間関係不安定でこたえやす。割り切った協調すれば雨降って地固まり好転。恋愛。進退ラッキーフード/水まよか。
- 射手座** 11月24日～12月21日  
運気徐々に下り坂。些細なことに短気になり途中で投げ出したり。口炎など自覚自覚。約束。建前。キープして/しめさば巻き寿司。
- 山羊座** 12月22日～1月19日  
運気乱れ。不愉快な事に巻き込まれたり同じ事を繰り返したり。敵友何事も慎重に。空き巣。スリ。詐欺注意。キープして/冷やしおろし。
- 水瓶座** 1月20日～2月18日  
古凶半ば。対人面意見の衝突があり妨害や嫌がらせがあることも。金運低調。負債控えて。キープして/牛肉(は)うしやれ煮。
- 魚座** 2月19日～3月20日  
運気良好。体力のみでなく。気味。寝不足かミス誘発する。規則正しく。金運臨時収入期待。恋愛。キープして/ニンギョ。

# 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。暑い毎日の中、たまには水辺のカフェで涼しい時をいかでしよう。海と大沼のある道南には、素敵な水辺のカフェがいっぱい。ぜひこの週末は、気軽なドライブ気分を、海に湖にかけましよう。編集室では読者の皆様からのお便りをお待ちしております。

## 読者の声

地元・転勤と意識せず…  
転勤して来たので、街のことがわかるフリーペーパーが大好きです。特に青いぼすとさんはポスターングして下さるのを探しにいかなくてもいいので助かります。あの、転勤族の方のお便りがありました。私も4回引越しましたが、思うことは、地元の人にしてみれば、転勤族も観光客も同じじゃないかな、ということ。私は数年間、その土地にお邪魔して去って行くので、いる間はその土地を大切にしたい。以前は、「素直に受け入れてくれればいいのに」

と思つたこともありますが、望む前に自分達が楽しく周りの人達と接してゆけばいいのではないのでしょうか？ 地元・転勤と意識せず、街の人として過ごしてゆきたいです。  
(元町・T・M)  
\*同じ函館市民なのです

思いがけないプレゼントにビックリ！  
本日、ころぼつくるのお食事券が届きました。ありがたうございます。ハガキを出してもなかなか当選することがない私ですが、思いがけないプレゼントにビックリしています。いつの頃からか、青いぼすとが届くのをもっと楽しみにしている自分があります。スタッフの皆様、健康に気をつけてこれからも大好きな函館の情報発信をお願いします。  
(美原5丁目・M・E)  
\*5月末に頂いたお便りでした。おめでとうございます。また、どうぞプレゼントにご応募して下さいね。

青ぼを見て行ったつもりで…  
青いぼすとの皆様、お疲れ様です！ いつも楽しんで読ませて頂きます。リズナブルな料金で楽しめるランチの特集、いつも参るのに、食へに行つた私ですが、いまは1才児のママなのでなかなか外食もできず、「青ぼを見て行つたつもりで楽しんでます。食べるのが遊べるとこなどの特集や、とてもいいナ

情報紙だと感じます。スタッフの皆さん、これからも良い情報をよろしくお願ひします。  
(深堀町・Y・T)  
\*6月16日号の読者プレゼントにて、「函館大洋倶楽部vs英城ゴルフ」の観戦チケットのプレゼントを、「ラッキー」エロ様が提供して下さいました。ありがとうございます。

## 街角情報

「全日本カラオケグランプリ2006」北海道予選会、出場者募集  
『株式会社第興商』は賞金・賞品総額1000万円の、日本最大級のカラオケイベント「全日本カラオケグランプリ2006」北海道予選会が10月7日、札幌市共済ホールで開催されます。現在、出場者を募集中で締切は8月23日。応募方法はD.A.M.ステーション「カラオケグランプリ2006申込」ボタンまたはカラオケグランプリ専用ホームページ

(http://www.jpkaraoke.com/) からどうぞ。詳細は同事務局 ☎03-3222-4377(土・日曜日、祝日を除く午前10時～午後6時)。  
女声合唱団『虹彩』 団員募集  
女声合唱団『虹彩』に『では団員を募集しています。練習は毎週土曜日午後1時～午後3時30分市内高松町の函館音鑑2階。月会費は3000円。詳細は ☎53-5294(高崎)まで。』  
『きものフェスタ2006』 9月24日に芸術ホールで、京都市の専門学院和装専門教室セキグチの主催による『きものフェスタ2006』美と喜のハートモーが9月24日午後6時30分から、函館市芸術ホールで開かれます。和装専門教室セキグチの25周年記念チャリティー発表会。主なプログラムは、時代衣装(織田信長の妹・お市)の着装、和と洋のコラボ、キッズショー、振

袖シヨロほか。入場料は1000円で現在発売中。チケット取扱及び詳細は和装専門教室セキグチ ☎26-8722またはカドワ ☎40-5084まで。  
『プロメッサ』より10000円分の利用券を5名様に  
今回の『い店つけた』コーナーで紹介した『プロメッサ』より、10000円分の利用券を5名様にプレゼント。応募はハガキに郵便番号、住所、氏名、電話番号を明記し、青いぼすとに送る。感想もたずぶりとお書きの上、〒040-8605、函館どつく内・株式会社青いぼすとHD「プロメッサ」プレゼント」係までどうぞ。締切は8月7日。

## 青いぼと 通販

### エメールゲルクリーム

夏の夜は ゆつたりと、ゲルクリーム

入浴…

海水浴やキャンプ、マリンスポーツなど、夏の行楽から帰ったつ、お風呂に入つてゆつたり疲れを取りたいもの…。そして疲れだけでなく、紫外線や潮風でダメージを受けたお肌や髪の毛もケアしたいものです。そこで今回は、このコーナーの超人気商品「エメールゲルクリーム」をご紹介しましょう。方法は、スチーム1杯ほどのゲルクリームを湯船に溶かし入れて混ぜるだけ…。とてもまるやかなお湯になり、湯上がりの肌はもちろんすべすべ。体



180g入 宅配料込  
**3,700円**

人気商品につき、ご注文から宅配までにお時間をいただく場合がございますので、予めご了承下さい。

お申し込み・お問い合わせ  
株式会社青いぼすとHD  
phone 23-5688

◆受付◆  
月～金曜日  
午前9時～午後6時  
(担当/本間)

## 編集後記

いやあ、ガリソン代が高くて、マリンスポーツも大変だよ～。昨今の嫌煙志向の中、健康のためにタバコをやめる人が増えているが、趣味にかかる経費のために、ヘビースモーカー生活から一転して、チマチマと節煙(どせなら禁煙だろ…)しているオレって、スゲエめ! (慎)

先日、友人が函館に遊びにきたのに、その日は生憎の天気だった。昼はどんより、夜は霧が出て、夜景も見られなかった。今年はこんな天気ばかり。こんな年が続くと10年位前の冷夏を思い出す。あの時は日本中からお米が無くなったわけ。今年はどうだろう。(345)

ペットマッサージが流行中。お腹や足のすねをやさしくマッサージすると、気持ちよさそうに体をぐつたりさせる犬。気がたっている時は、額の真ん中をやさしくなるといいのだそう。えっ、待って、これは子どもが小さい時に良く寝るおまじないと同じじゃないか? (チョコ)

近いのだからいつかそのうち、と思いつながら、なかなか出かけられない場所がある。そのひとつ、弘前に、思いがけず出向くことになった。桜の時期にはさぞかしにぎわうのだろう駅前も、人影もまばら。でも、落ち着いた町並みはのどかで暖かい印象だった。(画)

登下校の時間、通学路に大人が立っているのを見かける。子供を守ろうというようなことが書かれたジャンパーと旗を持った年配の方々を見た時、子供は沢山の人に育ててもらっているのだと実感。この場をかりて…ありがとうございます。(BP)

夏本番、今年のメインイベントはキャンプに決定。準備に励んでいます。最近はアウトドア用品は便利で豪華なものもたくさん、選ぶのが楽しいけれど迷ってしまう。作る料理で盛り上がっていますが、キャンプする場所がまだ未定…。(たーた)

## 次号予告

8月11日(金) 乞うご期待!!  
親子で遊べる 楽しいスポット  
効率よいコマースをお考えの皆様へ…  
新聞や雑誌、フリーペーパー等にコマースをお考えの皆様へ…  
青いぼすとは日函館市内全域及び北斗市・七飯町中心地域に独自の宅配組織を配備し、全126,000世帯の家庭のポストに直接投函しております。だからこそ、より多くの人達の目にふれ、コマースの高いレスポンスも期待できるのです。まずは1度、スタッフをお呼びいただき、詳しい説明を受けていただければ幸いです。

お申し込み・お問い合わせは ☎23-5688 まで

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 どんつく株式会社社内  
[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



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!

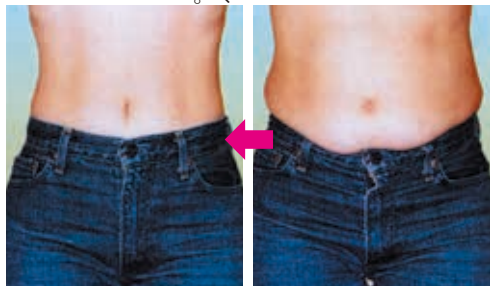
まだ間に合う! 夏の最後のアンコール特別プラン

エステラレヴサロン

市内末広町の『ラレヴサロン』から、前回大好評につき、1度で差がつきキレイになるこの夏最後の、とっておきプランをご紹介します。

まずは、たった1度で驚きのサイズダウンを実現する「ウエストスリッカリ」、「背中スリッカリ」、「太もも今キリコース」各コース通常8400円のところ31500円にて提供します。結果が得られなければ返金という自信のコース。いままで「切返金なし」という実績です。

もつひとはシワ、タルミ、くすみを改善する「フラインライトトリートメント」。東北・北海道初導入、発光ダイオード照射で肌の透明感・保湿度がアップ。潤いと張りのある引き締まったフェイスに



生まれ変わります。デコルテのマッサージ付で通常21000円のところ、たくさんのご要望にこたえてアンコール特別価格52500円にて受付中。

いまならあなたの体の悩みに合わせたオーダーメイド



●末広町23・22  
モンテマール内  
☎2653334

の水2リットルを無料でプレゼント。体の約70%を占める水分は健康のための重要ポイント。そこで1人ひとりの体の症状・悩みに対して良い情報を持つ波動情報水を飲むことで、体や脳が活性化されます。この波動情報水のみに興味のある人でも気軽にお問い合わせ下さい。営業時間は午前11時〜午後8時。予約制。

見直してみませんか?

ご自身の生命保険…

ハマンエージェント

市内美原4丁目にある生命保険相談サロン『ハマンエージェント』への無料相談の利用が好調です。加入中の更新型の保険の更新時期が迫り、月々の保険料が上がることに驚いて相談に来る人、保険の自由化以降増加する様々な保険商品の中から本当に自分に合ったもの、月々の負担を軽減できるものを探すが多数、このサロンに足を運んでいるのだそう。

ファイナンシャルプランナーでこのサロンの代表でもある濱野州喜司さんは「貯蓄社会に出たばかりの20歳く

らいの人から子育て中の主婦、高齢者に至るまで世代を問わず数多くの人が相談に訪れているのだそう。濱野代表は「将来的なことを視野に入れた保険選びについてぜひ気軽にご相談を…。ご相談に訪れた多くの人が、自身に合った保険選びにご満足いただいています」とPR。ぜひこの機会に、生命保険の保障を見直してみたいかがけましょう。

ファイナンシャルプランナー

が分かりやすいのではないですか。現在、同サロンには

0800080005007

8月の無料相談会日程

日	月	火	水	木	金	土
		1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30	31		



http://www.hoken117.com

①10:00~正午 ②13:00~15:00  
③17:00~19:00 (各完全予約制)  
募集代理店: 有限会社濱野代理店

【主な引受保険会社】  
損害保険会社: 東京海上日動、ニッセイ同和、損保ジャパン  
生命保険会社: 東京海上日動あんしん生命、ソニー生命、日本生命、アフラック  
登録No. 生18-44-352代理店業務部  
登録No. SL00-503-003  
登録No. 募集06-KF08-50243  
登録No. AF218-2006-02107月10日

『ハマンエージェント』発行の「なるほど保険ガイド」を希望者に無料配布しておりますので、希望者は直接電話でお申し込み下さい。