

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

秋野菜を食べよう。

SALAD
STYLE



旬の果物、野菜の収穫体験や、直売を行っている北斗市の『谷観光農場』。

ワクワク、野菜の収穫体験 谷観光農場

八郎沼に隣接したこの農場は、広大な5ヘクタールの敷地の中に、広々とした芝生の広場やあずまや、今年新設された「ふれあいファームレストラン」もあり、小さな子供からお年寄りまで、春から秋にかけて自然の恵みに思い切り触れることができます。6〜7月はイチゴ



問題です。「秋茄子は嫁に食わずな」という言葉の意味は?

- ①美味しい秋茄子を嫁に食べさせるのはもったいない。
- ②皮が厚く冷たい秋茄子を食べるとお腹をこわすから大事な嫁には食べさせない。
- ③秋茄子は種が少ないので、子宝に恵まれなくなる。

さて、正解は…全部です。この有名な言葉の意味には、3つの説があるといわれています。でも、本当の意味は、②だったらいいですね。

食欲の秋、実りの秋の到来です!! 太陽と大地の恵みをたっぷり受けて育った秋野菜をたっぷり食べて、心と体を元気に、そしてキレイにしましょう。秋野菜は焼き物や漬け物、和え物をはじめ、実にさまざまな料理法があります。また、野菜によってその効用もいろいろで、それぞれの野菜の優れた効用を理解し、さまざまな料理法を駆使して、バランスよくできるだけたくさんの種類の野菜を食卓に並べましょう。

また、函館市内には野菜を中心とした美味しいメニューで人気の飲食店もいくつかあります。そんなお店に足を運んで、健康的な秋野菜生活のヒントを見つけてみるのも一考。お嫁さんもどんどん秋茄子を食べて、もちろんお父さんもお子さんも家族そろって、大地の恵みを食べてつくしましょう!!



カボチャ
pumpkin

アメリカではハロウィーンランタンとして、日本では冬至のカボチャとして親しまれているが、近年見直されているのは、活性酸素の抑制効果。美味しく食べて老化予防を実現。



ズッキーニ
zucchini

フランス語で「クルジェット」と呼ばれ、イタリアンブームとともに日本の食卓に登場して以来、人気上昇中。フライ、ソテー、スープに最適。イタリアでは花をフライにする。



キャベツ
cabbage

お酒のつまみにキャベツ? 胃腸を調える効能からいっても、これは正解。シンプルな千切りキャベツから、キャベツとアンチョビの Pasta、ロールキャベツなど使い道は色々。



ニンジン
carrot

シチューや煮物に欠かせないニンジンは、お菓子の世界でも活躍する。ジュースやゼリーなど、特有の色が美味しさをそえる。体を温める食材で、食欲のない人にもおすすめ。カロチン豊富。



トマト
tomato

南米のペルー原産で、16世紀前半にヨーロッパに伝わったトマトは、イタリア料理のシンボリック存在。生のままでサラダにしてもよし、卵と一緒に炒めたり、スープにしても美味。



ナス
eggplant

世界中の食卓に登場するナス。エジプトのムサカや、「貧乏人のキャビア」と呼ぶバチなど、その変身ぶりはお見事。口内炎や出血に、下痢止めなどの民間療法にも…。



ピーマン
bell pepper

1993年にカラーピーマンの輸入が解禁されて以来、ピーマン市場は赤、黄、黒とカラフルに…。緑は実は未熟で完熟すると赤くなる。カロチン、ビタミンCともに赤がダントツ。



枝豆
beans

完熟する前の大豆を収穫する枝豆はビールのお供の定番。タンパク質、ビタミンB1、ビタミンC、カルシウムと栄養豊富。最近の人気は丹波特産の「黒豆の枝豆」や、山形の「だだちゃ豆」。



キュウリ
cucumber

サラダや漬物といった定番料理はさておいて、皮をむいたキュウリのチャーハンや、ハムとキュウリのスープ、シャーベットなど、新作キュウリメニューに挑戦してみてください。



ジャガイモ
potato

りんごの4倍のビタミンCを持つ女性の味方。カリッと揚がったフレンチフライ、ポテトサラダ、ピッツァソースもおいしいけれど、やはりゆでたてにバターを付ける魅力にはかなわない。

気候・天候により収穫状況は変わりますので、電話やホームページにてご確認、ご予約の上、おかけ下さい。
●北斗市向野108
☎ 077-6843
<http://www.tani-farm.com/>

野菜たっぷり、美味しさたっぷり

人気は、1品につき20品目の野菜を使った「今日のおすすめ」



市内昭和4丁目の閑静な住宅街の一角に建つ『豆家』は、「季節のものを食べることで健康の基本」という村上映子オーナーの思いから、旬の素材を使った素朴な料理が楽しめる1軒。

人気は、メニュー1品につき20品目の野菜を使っているという「今日のおすすめ」（自家焙煎コーヒー付、1100円）。日替わりで毎日必ず2品が用意され、好きな方を選ぶことができる。取材日のメニューは、萩

ご飯に、かぼちゃだんご汁、真鯛刺身サラダ、揚げ茄子とズッキーニの菊あんかけ、白きくらげと白かぶと京大根の甘酢和え。特に赤米と小豆、枝豆を使った萩ご飯と、ビタミンKという他の野菜ではなかなか摂取できない栄養素を補給できるズッキーニを上品な和食に使った感覚は秀逸。村上さんが、「お客様に召し上がっていただきたいお料理を考えております」という逸品をぜひ1度お試しください！ 営業時間は午前10時～午後6時30分（食事は午前11時30分頃～）。毎週木曜日定休。駐車場有。

●昭和4-58-12 ☎41-6721



豆家

まめや

オシヨー・ファーム

市内鉄山町にある『オシヨー・ファーム』では、化学肥料、殺虫剤、除草剤を使用せず、完熟堆肥やハーブ調剤を用いたバイオダイナミック農法を行っています。

作物は63種類とほぼ野菜の全種類があります。

野菜は4～12月に毎週1回宅配されます。毎週金曜日の夕方か土曜日の午前中に農場の倉庫まで取りにくることも可。1回分の量はおよそ1人分～。

1～3月には希望者のみに2回野菜が出ます。自然に合わせて作っているので、野菜は季節のもので種類はお任せになります。

代金は1年39回分（2～4人分で送料込89700円）または3カ月分（送料込29900円）の前納制。いま申し込むと10～12月の13回分が購入できます。

問い合わせ・お申し込みは☎58-1615までどうぞ。受付は午後8時～午後9時。

新鮮で美味しい 無農薬野菜を手に入れる

南北海道食を考える会

『南北海道食を考える会』はいまから25年前に、七飯町岬下の農家・中富清明さんと、七飯町の主婦が中心になって結成された無農薬無化学肥料有機栽培の野菜を共同購入するグループです。

野菜は中富さんの農場で作られ、4月～11月ぐらいまで2週間に1回、水曜日に会員宅に宅配されます。

宅配される野菜は収穫によっていろいろあり、種類と量については農家にお任せです。

値段は届くものによって毎回変わり、1回につき宅配料500円がプラスされます。野菜の料金は1カ月分を次月に郵便振り込みまたは郵便振替で支払います。自然の農法なので収穫は天候に左右されることもあり、年によって変わります。

問い合わせ・お申し込みは☎65-5381（中富）まで。

丁寧に作られたお惣菜が素敵…

食べて元気になるランチ、ごはんとお惣菜の組み合わせもいいですね



市内美原4丁目・渡島支庁裏手にある『菜屋』では、野菜中心のランチが評判。

近郊の無農薬栽培農家から仕入れた朝取りの野菜と自然調味料で丁寧に作られたお惣菜は、ひと口食べると気持ちがやさしくなります。ランチは、お惣菜が5品に長岡式酵素玄米ごはん、おみそ汁に、有機栽培豆を自家焙煎したコーヒーが付いて750円です。

また、ごはんとお惣菜を買って屋

のお弁当にするのもいいですね。「チリコンカーン」「ピーマンのきのこつめ」「ニンジンのグラッセサラダ」「モロヘイヤとワカメの和え物」「舞茸としらたきのきんぴら」など、旬の野菜を使った献立は毎日替わります。酵素が出るようにじっくり炊きあげた玄米ごはんと一緒に食べると、体の中からきれいになるのを実感できます。

お惣菜とごはんは店頭販売もしています。営業時間は正午～午後7時（ランチは午後2時まで）。毎週土・日曜日、祝日定休。

●美原4-8-14 ☎47-0141

菜屋

なまや



美味しい野菜達と 出会える場所

地元産の旬の野菜を手頃な価格で…
エピキュリアン



市内元町にある『エピキュリアン』は、有機野菜とオーガニック製品の店。

味が濃く、香りの良い有機野菜は、野菜本来の美味しさを味わいたい人にオススメ。有機野菜は高いのでは…という声もあるそうですが、栄養価が高いため、少ない量でも満足感が得られるのも大きな特徴。特に、地元産の旬の野菜は手頃な価格で購入でき、味、香り、歯ごたえが格別。9月後半は地元産のジャガイモ、カボチャ、ニンジン、ズッキーニ、ほうれん草が店頭に並びます。また、人工交配されていない豆類が豊富にそろっているのもこの店ならではの。ほうれん草のキッシュなど、オリジナルのデリカも販売中。

午前10時～午後8時
不定休
●元町22-9
☎86-6264



函館は、鯨食発信の拠点としてのポテンシャルが高いと思います…



トナミ食品工業株式会社
代表取締役社長

利波 英樹 さん

昭和24年に先代の父が開業した水産加工所を、従業員200人の国内水産加工業界トップクラスの企業に成長させた。函館の鯨食普及の担い手の一人。

北斗市追分にこの6月にオープンした「トナミ食品工業追分工場直売店」で発売中の「鯨シンギスカン」の人気上昇中。ヒット商品の仕掛人は、同社代表取締役社長の利波英樹さん。

トナミ食品工業は、昭和58年から現在の主力商品である「いかソーメン」の製造を開始し、平成元年に上磯工場、同12年に本部・追分工場を竣工。先代が戦後まもない昭和24年に開業した利波水産加工所を国内水産加工業界のトップ企業に成長させた。

「技術的にも設備的にも、当社で鯨肉を取り扱うことは難しいことではないと判断し、鯨ヘーコンの次に鯨の刺身を製品化しました。函館は歴史的にも鯨と深い関わりがあり、鯨食を懐かしむ世代も多いが、それでも鯨を刺身で味わう人達が増えている」と。

ちなみに、利波社長が好きなのは鯨の刺身のほか、「この秋には、関西では有名な高級鍋、鯨のハリハリ鍋」のセットを発売するまで、トナミ食品工業追分工場直売店は、48-2468。



ハンバーグとエビフライ盛り合わせ
(スープ付) 1155円

営業時間／午前10時～午後8時
年中無休

パーラーフタバヤ

市内美原1丁目・長崎屋2階の『パーラーフタバヤ』のハンバーグは、昔からの人気メニューで、味も作り方も昔と同じ。ロングセラーの秘密は、2日間じっくり煮込んだちよつと甘めのソースにあります。今回紹介するハンバーグはジャンボエビフライにフライドポテト、マカロニが添えられたまさに伝統的な洋食のセット。そのほかジャンボハンバーグやチーズバーグ、カツレツ、グラタンなどを中心に、毎月替わるサービスメニュー3品(ドリンク付)もあります。

●美原1-7-1 長崎屋2階
☎45-1978

LUNCH BOX



MY WAY

全力投球

AO PO HEAD LINE 編集室のイチオシ、最新情報!!



「存じ、市内宮前町の
お好み焼の名店」△△△
焼函館富紗家」で噂の隠
れた人気メニュー「アツア
ツいもこアイス」(367
円)をもつて食べましたか?
大阪の「△△△焼富紗
家」オリジナルのスイーツ
で、韓国ヌターのバク・ミン
ハさんが「日本で一番美
味しいデザート」と賞賛
して以来、大阪ではもち
ろん、「こ函館」でも話題
となっている逸品。蒸かし
てつぶしたあつあつのサツ
マイモと冷たいバラアイ
スが1皿に出されるもの
1050円。

「これらの名物メニューや
アツアツいもこアイス
は単品で楽しめますが、
仲間とワイワイやりなが
ら全部味わいたなら、何
と1つでも3時間飲み放
し

「交互に口に入れた時
の温度差」が最高!
また、この店の名物メ
ニューといえば、山芋をへ
すにした細長のお好み焼
「とんとん焼」(819円)
や、大阪では俳優の松田
優作さんが絶賛した「豚
もやしセロイ鍋」(2人前、
430064



「宴会料理も充実
題付・料理12品以
上4200円」の
宴会コースがオス
ズ。店主の福十六
ルオさんは、「お客
様に楽しんでいただ
けることだけを
考え、料理や雰囲気
の演出を一生懸命やら
せていただいています」と



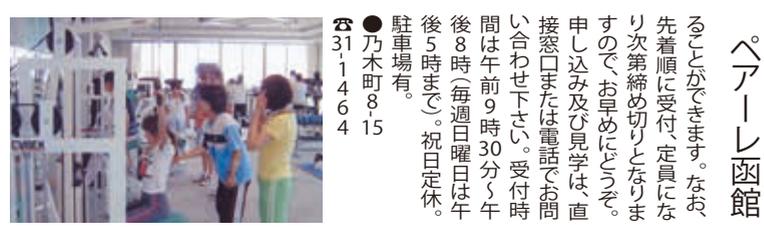
「最近では大家族が少なくなり、料
理に手間をかける家庭も少なく
なりました。当然、加熱するだけで
すぐに食べられるものが売れるだ
ろうという考えもあつて、タレもセ
ットの鯨シンギスカンを完成させた
と、話になったよ。」

「まずはこの函館で、鯨食が普及す
ることが大切だと思います。もう少
し価格が安くなれば、もっと人気
が出るのではないのでしょうか」
30年ほど前には庶民の身近なタ
ンパク源だった鯨の肉も、いまはほ
つかり高嶺の花。それでも、直営な
らばその価格が自慢の追分工場直
売店には、懐かしの味を求めて鯨
のヘーコンや竜田揚げを買いに来る
人達が増えていると。

「またどの講座も入会
金は不要で受講料のみと
いうのも嬉しいところ(受
講料は講座によって異な
ります。教材費が必要な
講座有。さらに見学も
可能なので、興味のある
講座を自分の目で確かめ

10月開講！ 受講生募集中

市内乃木町の函館
社会保険健康センタ
「ペアーレ函館」では、
10月からの講座の受
講生を募集中です。
期間は平成18年10月
から平成19年3月ま
での6カ月で、教室
は新規7講座を含む
130講座と充実の
ラインナップ。
新規講座では、今
世間を騒がせているメタ
ボリック症候群(肥満・高
血圧・高脂血症・高血糖症)
が気になる人にオススメ
の「脱! メタボリック水
中運動」や人気の「アクア
ビリティ&ヨガ」など、
旬の内容。そのほかには、
スイミング、アクアビクス
バレエ、ダンス、エアロビク
ス、ヨガ、ピラティス、健康
運動、気功、太極拳など



「またどの講座も入会
金は不要で受講料のみと
いうのも嬉しいところ(受
講料は講座によって異な
ります。教材費が必要な
講座有。さらに見学も
可能なので、興味のある
講座を自分の目で確かめ

「またどの講座も入会
金は不要で受講料のみと
いうのも嬉しいところ(受
講料は講座によって異な
ります。教材費が必要な
講座有。さらに見学も
可能なので、興味のある
講座を自分の目で確かめ

青ほの心

評論家の樋口恵子さんが「高
齢社会をよくなる女性の会」
を立ち上げたのはもう20数年
も前のこと。介護は女性の仕事
という暗黙の重しが女性達に
のしかかっていた頃のことでした。いまも
それは解消されたとはいえないものの、
社会の変化とともに女性をめぐる状況
は変わりつつあります。それでも「女は
家を守り老後は夫の年金で暮らす」とい
う昔ながらの発想から、定年後の雇用確
保など高齢者の就労問題はもっぱら男
性の問題と思われてきました。ですから
高齢女性の就労については行政の統計
もなく、その実態は不明だったそうです。
しかし実際には、女性は男性より平均
寿命が長いこともあつて、配偶者との死
別や離婚等によって老後を1人で暮ら
す人の数は圧倒的に多いのです。その上
職業に就いても出産、子育てなどで職歴
が途絶え、概して低賃金、低年金となっ
てしまします。社会保障制度が縮小して
ゆく中で、女性は男性以上に生活のため
に働く必要に迫られているのです。

「またどの講座も入会
金は不要で受講料のみと
いうのも嬉しいところ(受
講料は講座によって異な
ります。教材費が必要な
講座有。さらに見学も
可能なので、興味のある
講座を自分の目で確かめ

不倫関係と
生命保険

監修／北都法律事務所
弁護士 山本 啓二
☎51-0575

問私はある男性と不倫関係にあります。私はそういう関係に疲れ『分かれない』と言ったのですが、男性は『5000万円の生命保険に入って貴方を受取人にするから、だからどう分かれなくてくれ』と言うのです。私、迷っています。

答その生命保険の話が出てきて、それで不倫解消を迷っているのであれば、分かれた方が良いのかもしれませんが。と言うのは、その生命保険の話は、仮にその男性が約束どおりに保険に入ってくれたとしても、いざというときに貴方は肝心の生命保険金を受け取れない可能性があるからです。

不倫関係とは言ってもさまざまなものがありますし、その中で結ばれる生命保険契約にもいろいろな意味合いのものがあるとは思いますが、しかし、貴方の場合のように、生命保険契約締結の目的がもっぱら不倫関係の維持継続という点にあったということになりますと、不倫関係、即ち違法な状態の維持継続を目的とした保険ということになってしまい、保険契約が公序良俗に反し法律上無効ということになる可能性が高いのです。

ただ、少し注意を要するのは、このような場合であっても、生命保険契約全体が無効になるのではなく、保険金の受取人として不倫相手である貴方を指定した部分だけが無効になり、保険金の支払いは「受取人指定のない保険」と同じようにして、結局、その男性の妻と子に対して行われることとなります。貴方としては気持ち的にはますます納得がいけない結果になりそうです。

interior

秋の夜長をランプで楽しむ

市内五稜郭町にある『モジャン』で見つけた「インドネシアのランプ」(3900円)は、和風、洋風どんな部屋にも合いそう。バンブー製の筒型は、床に置いてもいいし、棚に飾ってもスッキリ収まります。



可愛い丸形はランタン製でインテリアとして棚に置いたり、またランプとして灯りを楽しむのも面白そう。

ほかにもペンダントランプや壁掛け型など色々あり、自分の好みや部屋の雰囲気に合わせて選んでみて。オーナーはインテリアの相談にもものっているので気軽に相談してみたいかが。

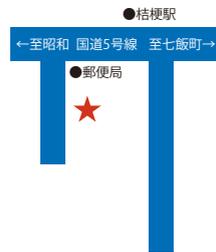
アジアの布や陶器、アクセサリから家具まで、アジア雑貨が豊富にそろって、お洒落なインテリアを目指す人は、ぜひのぞいてみて。問／☎52-2504

nice taste! nice shop! nice job!

桔梗駅前近くに新しく粋な飲み喰処が登場 飲み喰処 凜



市内桔梗3丁目・桔梗郵便局裏にオープンした黒のモダンな建物がいんぱくのある『飲み喰処 凜』。家族連れでも楽しめるスペースで、店内は築50年の民家をアレンジした、味わいある梁や付まいがお洒落で心安らぐ空間。
メニューは、活素材の刺身、



脂ののったホッケの開きやツボダイなどの焼き魚、豚串、鳥串、手羽先のほか、どれも2本で250円のやきとりなど、親しみやすい品揃えで良心的な値段が人気。現在、オープン記念として超サビュ価格でポトルキープができます。ウイスキーでは、リザーブ12年が通常6000円のところ常5000円、オールドが通常5000円のところ常4000円、焼酎では、純または鏡月が1800円、ワインは1本2000円。また、「青いぼすとて見た」と言うところ、日本酒一杯無料サービス(9月末日まで)。

新感覚リラクゼーションショップからのお知らせ

ナチュラルデザインズ

市内富岡3丁目にある「ナチュラルデザインズ」で、いま1番のオススめの、タイ人女性によるタイ王朝直伝「古式マッサージ」は幅広い層に好評。特徴は、血液やリンパの流れを改善し代謝を促す点。いつものマッサージとは違う、極上のリラクゼーションを体感したいアナタはぜひ! 料金は90分8500円のところ初回限定7000円のほか、60分6000円、120分11000円。

同店舗内「もみナチュラルボディ」では、特殊製法ブラックシリカで効果絶大の「デトックスダイエットプラ

ン(右盤60分+ホテイクア60分+デトックスドリンク付5000円)が人気。また、癒しがテーマの「ナチュラルデザインズカフェ」が近日オープン予定で、体いい「デトックスドリンクやタイのドリンクを堪能できます。



レーザー脱毛を低料金でキャンペーン中 大村病院美容形成外科

ツルツルスベスベのお肌を目指すなら、脱毛は必須アイテム。

リ効果が出ています。レーザー脱毛は回数が進むと毛が細く薄くなり、更に毛穴が詰まってくるので肌がツルツルスベスベになつてきます。また、病院で行つているのでアフターフォローが万全というのも安心です。

今回は多くの人に体験してもらいたいと低料金キャンペーンを行つています。キャンペーン期間は9月1日〜11月30日。このチャンスにぜひどうぞ。

市内富岡3丁目の『オリブサロン山川』ではこのほど、脂肪燃焼ダイエットをはじめました。
このダイエットは、ステーキや魚、果物などを食べながら、食事量も減らさず1週間で3キロ減量という方法。オーナーの山川由利枝さんは1週間で3キロ減量し、体脂肪も落とすことに

成功。痩せにくい40〜50代の人でも結果が出ています。また、ダイエットをするときワヤたるみ、脱毛などが悩みの種という声もありました。そこで、お腹や顔頭皮などのケアをダイエットの1日目、3日目、最終日に行い、同時に1週間分の自宅でのケアも指導。さらに、店には遠赤外線サウナ、

市内若松町の『大村病院』では現在、レーザー脱毛のキャンペーンを実施中。脱毛するなら今がチャンス!

レーザー脱毛は肌の表面を傷つけずに毛包だけを破壊して脱毛を行います。ワキなら1回の施術が片側大体3〜5分で行えて、1カ月半〜2カ月ごとの施術で平均3〜5回の治療で半永久的に脱毛が行えます。今回のキャンペーンからはじめれば薄着になる春頃には、バッチ

今後は多くの人に体験してもらいたいと低料金キャンペーンを行つています。キャンペーン期間は9月1日〜11月30日。このチャンスにぜひどうぞ。

エアシムスリムマット、超音波がそろうので、オプシヨんで使つてよりきれいに痩せることができます。料金は1週間のメニューで50000円。導入記念として20代、30代、40代、50代、60代の各年代の女性モニター各3人を募集中。モニターは料金28000円でを行います(モニターは1回限定。モニター募集は随時行います。問い合わせ、お申し込みは電話でどうぞ。

営業時間は午前10時30分〜午後7時。毎週月曜日定休。
●富岡3-40-4
☎45-6760



●若松町27-16
☎27-22005

※「ワキ脱毛」は5回分まとめてお支払いすると、さらに10%割引!!!

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

読者の声

紙面での意見交換が住みやすい方向へのきょうげに
なれば……

毎回楽しく拝見しています。最近、フリーペーパーが多くみられるようになってその特徴というかいいところ、こころ、こうこうは他のマネをするというものが同じだ……と思いがから目を通して見ます。青いぼすと地域密着して、ストリートに読者の声が届いて、映されて、読者の声が反響されている。特に転勤族の方からの函館への評価がストリートで紙面での意見交換がけつこうされてますよね。それでも

と住みやすい方向へのきょうげにすればいいことだと思えます。あと、『サークル&カルチャー訪問』はチャレンジ精神がそそられるいいですね！私も何かを始めたので、今後は出産したばかりなので、おあずけですけれど……なので、育児サロンやサークル、子供が遊べる(友達作り)できるところなど……また、子供連れでもOKな美容室など教えてほしいなと思えます。

『青ぼの心』は良き教科書です。『青ぼの心』、毎回良き教科書です。夏になりました。浴衣コレクションの先生の講話、我が身のことで、読者の声、転勤族の皆様方に函館の良さを知ってほしいです。これだけの情報ありがとうございます。(中道 2丁目 E-1)

今後も期待しています！こんにちは！毎回楽しく読ませて頂いています。7月14日号のマイウェイ全力投球、仕事に対する情熱をとても感じました。また、はじめて医療情報ドクター講座と勉強になるお話も良いですね。今後、地域に密着した青いぼすと期待しています！(山の手 1丁目 M・K)

090083705446(田原)まで。デンマークの椅子とキャンドル展が9月20日から。デンマークの椅子とキャンドル展が9月20、25日JrR函館駅2階のイカサホールで開催されます。時間は午前10時～午後6時。詳細は株式会社サークルビルド(フリーダイヤル0120991660)までご連絡。

チケット係まで。締切は9月26日。Pacifico Kakkō (バクリッチョ カキボウ)よりデザートセットのご利用券をプレゼント。今回の『いい店みつけた』コーナーで紹介した『バクリッチョ カキボウ』よりデザートセットのご利用券(700円相当)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、青いぼすと対するご感想もたっぷりとお書きの上、〒0408605、函館とつぐ内、株式会社青いぼすとHD『カキボウプレゼント』係までどうぞ。締切は9月26日。

1枚1枚ハガキに目を通して見ているのが感じられてうれしいです。青いぼすととても身近に感じます。『読者の声』に取り上げられた時スタッフの方が1枚1枚ハガキに目を通して見ているのが感じられてうれしいです。(北美原 2丁目 K・K)

プレセント数を増やしてはどうでしょうか……！毎回楽しみに拝見しています。宣伝掲載もいですが、レジンとプレセント数を増やしたらどうでしょうか。女性としてプレセントやレジンが楽しみなんです。青いぼすとさんは余りにも少なすぎます。きょう増やして下さいね。よろしくお願ひします。(田家町 C・M)

『街角情報』アンソニフェスタ・イン・函館が9月17日に、朝鮮女性と連帯する函館の会、トナムの会と函館YWCA共催による『アソニフェスタ・イン・函館』が9月17日午後11時から市内松陰町の函館YWCAで開かれます。19時からチヂミ、海鮮チヂミ、キムチチャーハン、トポツキ、焼肉(野菜付)の実演販売や食材の販売、チヂミゴリを着用しての記念撮影(1枚500円)などが行われます。詳細は朝鮮女性と連帯する函館の会

『プレセント』劇団「はこだて」定期公演『検察側の証人』のチケットを5組様に。10月7日午後6時30分から函館市芸術ホールで開かれる、劇団「はこだて」第49回定期公演『検察側の証人』のチケットを5組様に。応募はハガキに郵便番号、住所、氏名、電話番号を明記し、青いぼすとに対するご感想もたっぷりとお書きの上、〒0408605、函館とつぐ内、株式会社青いぼすとHD『検察側の証人



青いぼと通販

エバメル
ゲルクリーム

あなたの肌年齢は？

肌年齢という言葉が、人間の肌は適なクリーム。利用者の方々からは、「使いはじめる年齢を重ね一般的に25歳頃から老化が顕著になる」といわれています。しかし、実年齢と肌年齢は異なり、毎日のケアなどによって、年齢が同じ人でも肌年齢の差は随分変わってくるものです。この肌年齢と大きく関係しているのが、皮膚の角質層の水分です。角質層の水分は皮膚細胞の新陳代謝の上で大きな働きをしています。通常、年齢とともに角質層の水分は失われてゆかため、肌も年齢とともに老化してゆくこととなります。

エバメルゲルクリームは、加齢とともに失われつつある皮膚の角質層



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お時間をいただいた場合がございます。

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

編集後記

「オレは虫か!」と思うほど、毎日の食卓にたくさんの野菜が並び、モサモサした鶏肉ばかり食べる日々。「たまにはこってりしたトンカツでも……」と思う日もあったが、おかげで今春の健康診断は悪い所がほとんど改善。健康の基本は食事だと痛感。妻に感謝しています。(慎)

野菜料理は手間がかかるので敬遠されがちですが、体のためにもおいしく食べられるよう工夫したいところ。私が最近よくするのは、サンチュでピビンバを包んで食べること。サンチュで焼肉をよく包んで食べますが、ピビンバを包んでも美味しい。(345)

野菜の写真撮っていたら、形も色もそれぞれ個性的で面白い。南米、エジプト、中国、日本古来のものなど、生まれも育ちも違う野菜達に日本の食卓を彩る。お日様を浴びて育った野菜達には命がみなぎっている。美味しく食べることが私達にできること……。(チヨコ)

香山リカさんのエッセイによると、親の援助なしで生計を立てている、かながな頑張り屋の女性より「ロングヘアーやヒラヒラスカート」のフェミニンなファッションの娘が男の子にモテるといふ。時代が変わっても男の観る目は進化していないということか。(画)

長女も(慎)記者と同じ左利きだが、今は左利きが多いのか、学校で販売される文具類にもちゃんと左用がある。しかし、長女は右用の道具でも普通に使える。次女や長男は長女の道具を使えない。ある意味、右利きが不便な我が家。(BP)

野菜嫌いの息子はキュウリが大の苦手。輪切りを1枚食べるのも大騒ぎ! でも私も小さい頃、お母さんが苦手で食べませんでした。結局、大人になってイタリア料理をきっかけにすっかり大好きに……。野菜の美味しさが分かるまで気長に待ってあげようか。(たーた)

次号 9月29日(金) 食欲の秋、パスタ特集
予告 9月22日(金) 秋のヘルシー&ビューティー特集

奥様アルバイト募集

お住まいの周辺に週2回程度、青いぼすとやチラシを配るお仕事です。時間は1日2〜3時間。健康的なお仕事です。収入は1ヶ月1〜2万円(地域によって異なります)。

募集地域
海岸町、大手町、上新川町、高盛町
日の出町、北浜町、吉川町、浅野町
駒場町、湯川2丁目、梁川町
亀田本町

お申し込み・お問い合わせは ☎23-5688 迄

発行/株式会社青いぼすとHD
〒040-8605 函館市弁天町20番3号
函館とつぐ株式会社内
[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

