

青いほすと

POST IN FREE PAPER
 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】 aoi-post@aurora.ocn.ne.jp

昔、函館には「国道4号」があった…

大正9年、旧道路法に基づく路線認定で国道4号は「東京都より北海道庁所在地に達する路線」となった。つまり現在の国道4号(本州)と国道5号が「国道4号」だった時代があり、市内末広町の東浜棧橋(旧棧橋)前は当時の国道4号の道内起点となった。ちなみに東浜棧橋横には、昭和3年に建てられた「函館市道路元標(げんびょう)」が現在も残されているが、これは函館駅前から末広町、そして海を渡って、青森県野辺地町まで続く国道4号の本道上陸地点とされていたもの。昭和27年に国道起点は函館駅前に改正。国道279号は末広町から函館駅前までの短い国道と思われがちだが、実は国道は海上でもつながっていて、青森側に100kmほど延長しているのだ。(取材協力/北海道開発局函館開発建設部)



亀田八幡宮の旧本殿には、箱館戦争時の弾痕が残っている…

亀田八幡宮の歴史は古く、1390年に箱館の開祖河野加賀守森道が敦賀気比神宮より分霊して奉祭したのがそのはじまり。旧本殿は松前藩の祈願所として建立されたもので、本道で最古の木造建築といわれている。その本殿の右側上部に数10箇所小さな穴があり、それが箱館戦争時の弾痕。当時を記録した「新開調記」や「明治一代箱館見聞記」によると、明治2年(1869年)5月15日、旧幕府軍が多数亀田八幡宮に集結。官軍がそれを追ってきて、敷地内に広がる鎮守の森で銃や大砲を撃って攻撃したという。その時の激しい攻撃により、銃弾が当時の本殿にも打ち込まれたのだという。(参考文献/近江幸雄著『箱館戦争史跡紀行』 取材協力・資料提供/亀田八幡宮)



昔、函館には、石川啄木の歌にも詠まれた伝説の乞食がいた…

明治~大正時代、函館に「万平(まんぺい)」という名前の伝説の乞食がいた。毎日、ごみ箱の中から食べる物を探していたというその乞食は、その家のごみ箱の中身からみた人物評を書き綴るなど、俗にいう「奇人」として知られており、石川啄木の「むやむやと口の中にてとふげの事を咬く乞食もありき」という歌にも詠まれた。万平の供養塔が市内船見町の『地藏寺』にあるが、「万平塚」と呼ばれるその塔を建てたのは、藤岡惣兵衛という大阪の鉄工場主。この鉄工場主が函館を訪れ、道で万平にタバコの火を借りようとした際、「帽子も取らずに…」となじられたが、その人柄に感じ入り大正4年、万平の死後に函館の知人の協力を得て建てたといわれている。(取材協力/地藏寺 参考文献/北海道新聞社編『はこだて歴史散歩』)



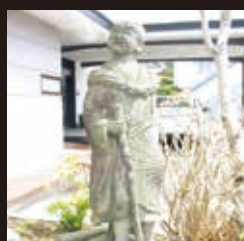
函館には、その昔、夜になると泣いていたといわれる石がある…

その昔、夜泣きしていたという伝説の石は、市内船見町の『日蓮宗実行寺』裏をしばらく上った場所にまつられており、「夜泣石」と呼ばれている。伝説によると、石の泣き声はその昔、悪人に殺害されたこの石の下に埋められた母子の亡霊の泣き声といわれており、1296年に布教のため函館を訪れた日蓮聖人の弟子・日持上人が、石の泣き声を静めるためにお経を書いたら泣き声が止んだというもの。古くから信仰の石として知られるこの石は、もともとは函館山にあったが、1899年に函館山が要塞になる時に現在地に移された。夜泣石伝説は、有名な静岡県の弘法大師の話など全国各地にあるが、実は函館にも夜泣石伝説があった。(取材協力/函館市中央図書館 参考文献/北海道新聞社編『はこだて歴史散歩』)



湯川のお寺に、弘法大使の像といわれている西行法師の像がある…

弘法大師の像といわれているが、実は有名な歌僧・西行法師の石像があるのは、湯川3丁目にある『湯川寺』の境内。西行法師の石像というのは函館市内はもちろん、北海道でも実に珍しい石像で、大正12年に、西行法師の崇拜者であった新潟県の関川徳秀さんという人物から寄贈されたものだそう…。ちなみに、石像の姿は、鳥羽上皇に仕える方面の武士だった俗名・佐藤義清が出家し、「西行」という名で全国を遍歴した旅の歌人の姿を再現したもの。同寺では、寺を訪れた人に石像のことを説明しても西行法師のことが分からない人が多いという理由から、「弘法大師の石像」と言っているそうだが、実をいうと北海道では珍しい西行法師の像なのだ。(取材協力/湯川寺 参考文献/北海道新聞社編『はこだて歴史散歩』)



The legends of Hakodate port city

はこだて港まち伝説。

伝説——日本全国どの地域にも、古くから人々が語り継ぐレジェンドがある。伝説にはその地域の歴史を繙く物語があり、また、時代の先人達の思いが語られている。伝説は時に、私達にとっても大切なことを語りかけてくれる。私達は、私達が住むこの街のことを、一体どれくらい知っているのだろうか? 伝説には、史実として明らかでない資料が現存しているものもあれば、もちろん、そうではないものもある。今回紹介する伝説も、そのいずれかに含まれる。伝説を知ったからといってどうなるものでもないが、私達が暮らす地域にも、後世に語り継ぐべき物語が確かにあり、知っておきたい場所もある。はこだて港まち伝説…今回紹介したレジェンドは、この街に伝わる物語の、あくまでほんの一端にすぎない。

近郊編

北斗市の海上に、函館要塞の大砲の角度を決めるための装置が残っている…

国道228号線沿いの北斗市茂辺地付近の「矢不來（やふらい）」という場所の海上に、函館要塞の大砲の角度を決めるための装置が現存する。函館山は昔、要塞だったが、その大砲の角度を決めるため潮位を測定し、定点を決めるための「水尺（すいじゃく）」という装置がこの物体。地元の人からは昔から「矢不來のポーズ」と呼ばれ、謎の物体とされてきたが、昭和53年に新聞で紹介された際に、それを読んだ旧陸軍の函館要塞に勤務していた人が事実を証言した。（参考文献／上磯地方史研究会編『上磯町歴史散歩』）



函館公園には、現役では日本一古い観覧車がある…

レトロな空気が漂う函館公園の「こどものくに」。ここにある観覧車は現役で国内最古ということが、専門家の調査で昨年分かった。高さ12m、直径10m、2人乗りのカラフルな長いす型の客車8台がゆったりと回転する姿は独特の存在感。昭和の名残ある小さな観覧車ながら、頂上から海も見えて心地よさは満点。「こどものくに」の熊谷有未さんは、「もともとは1950年に七飯町の大沼公園の湖畔に設置され、1965年に移設されました。客車などは取り替えられていますが、八角形の回転輪は当初のままなんです」とのこと。子供とともに大人のファンも多いという、実は貴重な観覧車だったのだ。料金は1周250円。営業時間は午前10時～午後5時。「こどものくに」の問い合わせは☎22-5039。



函館に、お遍路さんで有名な四国八十八カ所霊場の参拝ができる所がある…

市内陣川町にある神山霊場には、四国八十八カ所霊場の石仏88体が並んでいる。明治時代、同地に湯治宿があり、宿までの道標的な役割も担う意味で明治33年、1本の道のりに石仏が並べられた。湯治宿は笹流ダム着工の際になくなったが、湯治宿があった「奥の院」まで続く道のりには88体の石仏が現存。いまも道内各地から参拝者が訪れている。88体全てで参拝するための所用時間は2～3時間。また、この霊場には西国三十三観音の33体の石仏もあり、両方の石仏が同じ場所にあるのは全国的にも珍しいといわれている。なお、参拝以外の入山は禁止。お参りは静かに行き、火気厳禁、ゴミは必ず持ち帰るなどの注意を、高野山真言宗神山教会と呼びかけている。（取材協力／高野山真言宗神山教会）



トラピスチヌ修道院には、あの有名なジャンヌ・ダルクの像がある…

トラピスチヌ修道院には、あの有名なジャンヌ・ダルクの像が飾られている。像は、旗と剣を持つ勇敢な姿で、聖堂の壁に飾られている。修道院の創立者がフランス人だったことから、大正時代にフランスから取り寄せられたものだといわれている。フランスの農家の娘に生まれたジャンヌダルクが旗を掲げてフランス軍を奮起させたものの、やがては19歳で火あぶりの刑に処された話はあまりに有名で、力強い女性の象徴的存在のジャンヌ・ダルクは語り継がれ、最近では映画にもなったことで知る人も多いが、そのジャンヌ・ダルク像が函館にもあることは意外に知られていない。今度、トラピスチヌ修道院に行く機会があれば、ぜひチェックしてみてください。（参考文献／北海道新聞社編『はこだて歴史散歩』）



現代編

高校生の間で、アイプリモでペアリングを買うと別れないといわれている…

市内美原1丁目・長崎屋函館店隣の『アイプリモ函館店』でペアリングを買ったカップルは別れないという噂が、市内の高校生の間で広がっているという。同店スタッフの志村芳美さんによると、いまから1年半ほど前に訪れた高校生カップルが、「この店で買うと別れないって聞いて…」と話したのがはじまり。その後、同じような話をしてリングを購入してゆく高校生が多くなっているのだとか…。全国47店舗のチェーンの中でリーズナブルなペアリングを扱っているのは函館を含め2店舗だけだそうで、どうやら函館店ならではの伝説らしい。



現代編

ラッキーピエロのチャイニーズチキンバーガーはライダーが人気を広めた…

「チャイニーズチキンバーガー」（315円）の人気の火付け役は、「GLAY」と思っている人が少なくないのでは…。実は、その名を最初に広めたのは、バイクで本道を旅しているライダーだった。1987年の『ペイエリア本店』のオープン当初、地元の知名度は高くなかったが、ライダーの口コミが発信源となりマスコミ、地元へと人気広がった。安心の食材と環境に優しい店作りという点は変わらず。20周年記念新メニュー「毒りんごパイ」と、7月1日から登場のマイバーガーアイデアコンテストによる新商品もお試しあれ。



現代編

ハセガワストアの「やきとり弁当」は、酔ったお客さんの一言から生まれた…

それは1978年のある夜の話…。当時、長谷川文夫現会長が店でレジを打っていた時のこと、1人の酔ったお客さんが来店し、「お弁当ないの？」と会長に聞いた。会長はとっさに、店内で作っていたおにぎりに使うご飯と海苔、そしてお酒のおつまみ用に焼いていたやきとりの3つを組み合わせて弁当を作った。それこそが、いまや全国的に有名なハセガワストアの「やきとり弁当」の原点。その後、材料の吟味や、やきとりを焼く店舗の改良を重ね、シンプルながら絶妙な味わいが超人気の函館を代表する味のひとつ、「やきとり弁当」となった。



近郊編

七飯町大沼に、くぐると願いが叶うといわれる大岩のすき間がある…

大沼公園駅から湖岸周遊道路を、湖を左手に眺めながら進むと、銚子口のキャンプ場から程近いところにあるのが駒ヶ岳神社。この神社横に、ひときわ目を引く大岩がある。寛永18年の大噴火で溶岩が噴出した時に落下した石と火山灰のガラス状物質が溶けあってできた溶結凝灰石の大岩で、岩と岩がもたれ合うようになつたすき間は通り抜けることができて、「そこをくぐると難関突破する」との意味合いから、登山の安全や安産、家内安全を願う人の祈願の対象になっているという。（取材協力／大沼国際交流プラザ）



Naruhodo Topics [なるほどトピックス]



マリン30分間の発汗作用に相当

市内富岡3丁目にある「ナチュラルデザインズ」のナチュラルエステ「ナチュラル&美肌美容ダイエット」が、大好評！この店だけの肌スベスベ・髪サラサラ超遠赤マイナスイオンを

オン岩盤ドームを使い、悪性組織が死滅するといわれ、3度で悪性組織に働きかけ細胞を活性化させながらPRセルを行うことで、セルライトを効率よく破壊・体外排出を促進します。体の芯から最高のプロポーションを目指すなら、骨盤矯正(10500円)と合わせて行うのがポイント。いままなら、セルライト&美肌プランPRセル(太もも・ヒップ・ウエスト)3部位限定セット(10500円)がおすすめです。

部位通常25000円(1部位通常7500円)の赤川通治、ロードランナー隣と初回5900円+超遠赤イオンドーム20分無

●富岡3-23-5
赤川通治
ロードランナー隣
☎6234005

パソコンの操作はできてもトラブルやウイルス感染にはお手上げ、という人は意外と多いのでは…。『創造力開発センター』の「パソコン整備士養成講座」(函館校)隔週日曜日、定員15人では分りにくい「パソコン用語や本体の仕組み、さまざまなトラブルの対処法、ネットワークやセキュリティなどを学習。基礎からはじめるので、初心者でも無理なく修得できます。「トラブルは自分で解決したい」「ハードにも強くなりたいたい」活用できる資格がほしい」など、受講の動機もさまざまな同講座。学習後は、内閣府認証独立開業など活躍の場も広がり、定員制のため、問



合せはお早めにご予約。講座会場 函館市亀田福祉センター(函館市美原) ●問い合わせ/創造力開発センター(東京都千代田区)「フリーダイヤル」0120-0097-098 www.sokaijp.com



夏のとっておきフレンチで極上のおもてなし

市内白鳥町にある人気の本格フレンチレストラン「アリエール」から7、8月の特別メニューを紹介。夏のスペシャルランチ1000円(通常4000円相当)のメニューで、オードブルにフリュー産エスカルゴと有機野菜のサラダ、スープはスペイン風冷製マトンスープ。ガスパチョメインに豪華なサーロインステーキが登場。今回のソースは、今度のベークの親しみあるジャパニーズテイスト、さらにデザート盛り合わせという感激の内容です。また、昼夜共通のお得なプランも31500円で用意。普段なら50000円相当のフルコースで、

7月16日は月曜日ですが営業します。営業時間は午前11時〜午後2時、午後5時〜午後11時。毎週月曜日定休。 ●白鳥町17-14 ☎4035588



メール会員になると抽選でプレゼントが当たる

『魚まさ美原店』では携帯サイト開設を記念してメール会員を大募集。メール会員になると抽選で「アマゾンDSライト」または「旅行券15000円分」商品券15000円分のいずれか希望の品を3人にプレゼントします。

応募は、QRコードまたはURL <http://www.juststy/103494> また、人気上昇中の水曜日にアクセスするだけ。応募締切は7月31日。メールは毎週1回更新され、メール会員限り10貫、あわびまで入っている情報が送られて来ます。会員登録が満載で、料金は15000円と変わりがありません。営業時間はランチ毎

●美原1-20-11 牛角さん2階 ☎4046000

週火・水・木曜日午前11時30分〜午後2時(LO) 午後1時30分〜夜は午後5時〜深夜0時。毎週月曜日定休。

夏のとっておきフレンチで極上のおもてなし

魚まさ美原店

voice

予期せぬ出来事 鎌鹿 隆美

この夏は猛暑といえます。暑い夏を期待して夏物のシャツをたくさん仕入れたら冷夏に急変してこれは失敗した、なんて事もあったり…。僕たちは世に出回っている情報によって、仕事の利害や生活に直結する環境の急激な変化に即応しなければ、それ相応のリスクをとまなうことになってしまいます。とくに、IT(インターネット)オークション詐欺やNTT光通信トラブル続出等に見られるように情報化社会での利益を守る制度やトラブル回避が利用者側に立っておらずIT社会は未成熟といつて良いでしょう。ところで先日、夜遅く帰宅してお気に入りのブログを読もうとパソコンでサイトを起動したら、題目と画像は見ることができましたが、文章を読むことが出来ません。あれ、10年前の機種だから壊れたかな? と考えアレコレ確認してもダメでした。結局、ブログを管理しているIT会社が急にブログ動作環境をグレードアップしたためでした。つまり、古いITソフトでは正確に動作しないのです。おまけに僕のパソコンは少数派のマッキントッシュで3世代前の型ですから動作環境を上げるITソフトを使う事が出来ません。IT会社は約款で「通告することなく変更出来る」としています。ブログはHPと違い日記のように書き込み画像もOK。誰でもITへ繋がるパソコンがあれば世界中へ気軽に情報発信と意見交換出来る場ですから利用者に配慮が要ります。最近、これは? と考えるのがTV(テレビ)で宣伝調にながれていて、TV端末でパソコンのように情報等をやりとりできる地デジ(地上デジタル放送)です。TVは2011年7月になると現在のアナログ機器ではTVが見られなくなるのです。知らぬうちに法律が通過して受信機の85%普及を2011年に目指して開始といいますが…。突然TVが見られなくなって、災害情報も入らず、高価な受信機もいる。不法投棄の環境問題ももちろんですが暮らしの安全も含めて情報トラブルの拡大が心配です。(フィールドアドバイザー)

おもしろ雑学

間違いやすい漢字です。どちらが正しいでしょう。

(日)せんげんゆうかん	A.先入観	B.先入感
(月)しゅうしふ	A.終始符	B.終止符
(火)どろしあい	A.泥試合	B.泥仕合
(水)みせいねん	A.未青年	B.未成年
(木)むぞうさ	A.無造作	B.無雑作
(金)かんちがい	A.感違い	B.勘違い
(土)しよせいじゆつ	A.処生術	B.処世術
(祭)ずがいこつ	A.頭蓋骨	B.頭骸骨

答え _____

(日)A (月)B (火)B (水)B (木)A (金)B (土)B (祭)A

地域のためにキラリ

CAPとの出会いから子どもが暴力から自分を守るためのプログラム

CAP・みなみ北海道代表 高野真砂子さん



『CAP』とは、子どもが暴力から自分を守るための人権プログラム。全ての子どもが生まれながらに持っている「安心・自信・自由」という大切な権利を奪われそうになった時、子どもができることを具体的な方法で分かりやすく子どもに伝えていくものです。

1978年にアメリカで開発され、世界16か国で実施されています。『CAP・みなみ北海道』では1999年から441回のワークショップを主に小学校などで実施。受講者数は11013人になりました。

代表の高野真砂子さんが取り出したのは、読み込まれてぼろぼろになった1冊の本。何度も読み返され、マーカーの線がいたるところに引かれた「ノーと言える子ども」(サリー・クーパー著)は『CAP』のバイブル。若い時から人権問題や世界平和を目指す活動に関わってきた高野さんは、子どもをめぐるいじめ問題に心を痛めていました。仲間と勉強会を重ねながら具体的にどうすればいいのかと悩んでいた時に、ダイレクトに子どもに働きかけることができるCAPプログラムに出会ったといいます。「子どもを暴力の被害者にも、加害者にもさせないために、私達周囲の大人が何ができるのを考えたいと思っています。CAPプログラムを1人でも多くの子どもに届けたいですね」と話す高野さん。

子どもに関わるすべての大人のための「CAPスペシャリストの養成講座」を9月15、16、17日と10月12、13、14日の2回にわたり、サン・リフレ函館で開催します。定員は60人。受講料など詳しくは直接お問い合わせ下さい。また、『CAP』に興味、関心を持って一緒に活動したい人、活動は無理でも応援したいという人は連絡をどうぞ。

●事務局 ☎32-0302(担当/川口)

まちかど伝言板

住んで健康になる住まいを

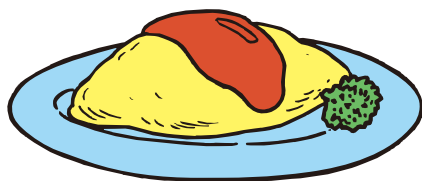
『有限会社アーキトレヴ』代表取締役 榎山雅弘さん

「新築した家に住んで病気になるなど、あってはならないことですが、シックハウス症候群や、ほこりやカビ、ダニなどによるアレルギーで悩む人も増えています。本当に大事なことは住んで健康になる住まいではないでしょうか」と話す榎山雅弘さん。自然素材を使った健康住宅にこだわっているという『有限会社アーキトレヴ』では、天然の空気清浄機「幻の漆喰」、マイナスイオン効果のある「清活畳」、心と身体を癒す「音響熟成木材」など、自然をそのまま取り込んだ住宅を提供しています。新しくはじめた「FFC加工」は水から取り出した特殊な鉄、ミネラルを壁紙や床材に浸透させることで化学物質を分解し、カビやダニに繁殖を抑える技術です。「住んで健康になる住まいを、今後も提案してゆきたい」と話しています。

●石川町318-18 ☎34-7717



nice taste



夏休み、好評のキッズクッキング！

さあ、夏休み！ 北ガスクッキングスクールで好評のキッズクッキングが今年も行われます。

今回のテーマは「オムライスを作るうー」。小学生限定で3年生以上。8月6日と8月7日の2回(2回とも同じメニュー)で。時間はいつでも午前10時～午後1時。受講料は1回1000円。また、大人のスクールの8月のテーマは「旬の野菜を食べましよう」。8月8日午後6時30分～午後9時30分、8月9日午前10時～午後1時(同じメニュー)。夏野菜を使った冷製夕飯などを作ります。受講料は1500円。

また、「スイーツに挑戦」の今回のテーマは「レッチーズケーキほか」。こちらは8月22日午後6時30分～午後9時30分、9月5日午後6時30分～午後9時30分(同じメニュー)です。

また、「スイーツに挑戦」の今回のテーマは「レッチーズケーキほか」。こちらは8月22日午後6時30分～午後9時30分、9月5日午後6時30分～午後9時30分(同じメニュー)です。

また、「スイーツに挑戦」の今回のテーマは「レッチーズケーキほか」。こちらは8月22日午後6時30分～午後9時30分、9月5日午後6時30分～午後9時30分(同じメニュー)です。

nice shop

nice job

夏休み、好評のキッズクッキング！

北ガスクッキングスクール



時間はいずれも午前10時～午後1時。受講料は1回1000円。また、大人のスクールの8月のテーマは「旬の野菜を食べましよう」。8月8日午後6時30分～午後9時30分、8月9日午前10時～午後1時(同じメニュー)です。

市内中道一丁目オープンした「函館おたふく堂」は「豆の貴婦人」と呼ばれる貴重な鶴の子大豆の豆乳とおからを使い、防腐剤、膨張剤、着色料を一切加えずに作るヘルシーで美味しいシフォンケーキのお店です。

また、「スイーツに挑戦」の今回のテーマは「レッチーズケーキほか」。こちらは8月22日午後6時30分～午後9時30分、9月5日午後6時30分～午後9時30分(同じメニュー)です。

また、「スイーツに挑戦」の今回のテーマは「レッチーズケーキほか」。こちらは8月22日午後6時30分～午後9時30分、9月5日午後6時30分～午後9時30分(同じメニュー)です。

また、「スイーツに挑戦」の今回のテーマは「レッチーズケーキほか」。こちらは8月22日午後6時30分～午後9時30分、9月5日午後6時30分～午後9時30分(同じメニュー)です。

また、「スイーツに挑戦」の今回のテーマは「レッチーズケーキほか」。こちらは8月22日午後6時30分～午後9時30分、9月5日午後6時30分～午後9時30分(同じメニュー)です。

ゆったりとした時が流れるカフェ

茶蔵



市内中道一丁目オープンした「函館おたふく堂」は「豆の貴婦人」と呼ばれる貴重な鶴の子大豆の豆乳とおからを使い、防腐剤、膨張剤、着色料を一切加えずに作るヘルシーで美味しいシフォンケーキのお店です。

また、「スイーツに挑戦」の今回のテーマは「レッチーズケーキほか」。こちらは8月22日午後6時30分～午後9時30分、9月5日午後6時30分～午後9時30分(同じメニュー)です。

また、「スイーツに挑戦」の今回のテーマは「レッチーズケーキほか」。こちらは8月22日午後6時30分～午後9時30分、9月5日午後6時30分～午後9時30分(同じメニュー)です。

また、「スイーツに挑戦」の今回のテーマは「レッチーズケーキほか」。こちらは8月22日午後6時30分～午後9時30分、9月5日午後6時30分～午後9時30分(同じメニュー)です。

脱毛サマーキャンペーン実施中 すどろスキンクリニック

薄着になる季節…。ムダ毛が気になる人も多いのではありませんか？ 年々進歩する「ムダ毛処理の機器。市内五稜郭町の『すどろスキンクリニック』のRF脱毛装置は、従来太い毛の脱毛に効果があったタイオードレーザーに比べて、細い毛にも力を発揮するRFがプラスされたという最新機器です。RF脱毛の施術を重ねると毛が細くなるという特徴があり、細かい毛はレーザーで除去しにくくなります。その欠点を補うのがRFで、RF脱毛装置は1台で両方の機能を果たします。さらにレーザーは毛穴を小さくし、肌をリフトアップさせる働きもするので、脱毛の施術をすることで肌もきれいになります。施術はどんなスキンタイプの人でも可能です。また、医療機関で行うので脱毛効果が高くしかも安全といえます。従来濃い毛や男性のひげはリスクが高いといわれていたが、RF脱毛装置なら安全に脱毛ができ、さらに全身行うことができます。施術時間は両ワキ1回で約5分、発毛サイクルに合わせ脱毛を行い、個人差はありますがワキ、膝下は5回位で済みます。今回は夏に向けてのキャンペーンを実施中。期間は6月1日～9月末日、料金片側はワキ2500円、腕7500円、膝下10000円。電話予約受付中。各種カードも取扱可能。●五稜郭町34-16 ☎33-0865

ヘルシー&極旨！

種類豊富なシフォンケーキ

函館おたふく堂



パウンドケーキ、おからクッキーや自家製シフォンケーキなどあり、厳選した佐賀海苔使用のおにぎりや、ふくよかな味わいの豆笑のとうふなど、作り手の熱い思いが結集したヘルシーで美味しい品々にリピーター急増中です。ぜひ一度足を運んでみては…。営業時間は午前10時～午後7時。●中道1-22-5 ☎32-2300

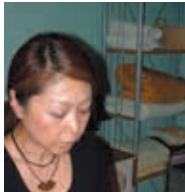


BEAUTY INFORMATION

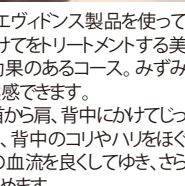
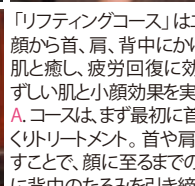
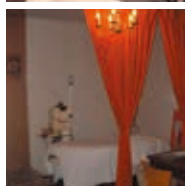
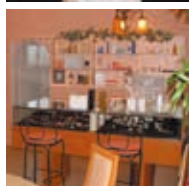
D.超音波をあて、美容液を浸透させ、さらに皮膚を活性化させてゆきます。
E.その後、15分のパックの間に、肘下から手の平にかけてトリートメント。癒し効果がアップします。「リフティングコース」は90分。肌の保湿や女性ホルモン分泌の活性化などでアンチエイジングを目指すこのコースは、敏感肌の人でも安心して受けられるそう。ぜひ1度、お試しあれ!!



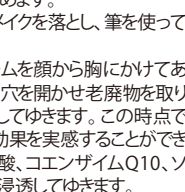
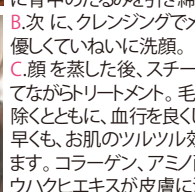
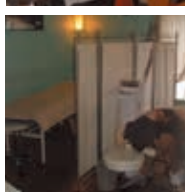
エヴィドンスは、肌の若々しさを創るトリプルコラーゲン、アミノ酸、コエンザイムQ10、ソウハクヒエキスを配合。古代ローマ時代より愛されてきたヴァンスの天然ミネラルウォーターが使われている。



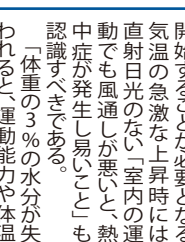
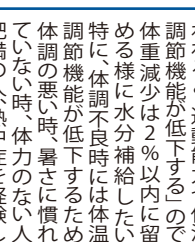
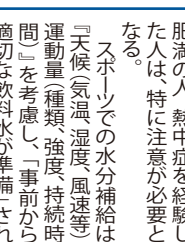
**ミック コスメティック
ブラザ 函館本通り**
受付時間
午前10時～午後7時
不定休 完全予約制
●本通2-4-14
☎33-5207



エヴィドンス リフティングコース
通常 90分 8,400円 【要予約】
ご予約時、「青いぼすと見た」で、エヴィドンス リフティングコース(90分)を4,200円 でご利用いただけます。
(7月末日迄)



「リフティングコース」はエヴィドンス製品を使って顔から首、肩、背中にかけてトリートメントする美肌と癒し、疲労回復に効果のあるコース。みずみずしい肌と小顔効果を実感できます。
A. コースは、まず最初に首から肩、背中にかけてじっくりトリートメント。首や肩、背中のコリやハリをほぐすことで、顔に至るまでの血流を良くしてゆき、さらに背中のたるみを引き締めます。
B. 次に、クレンジングでメイクを落とし、筆を使って優しく洗いぬいで洗顔。
C. 顔を蒸した後、スチームを顔から胸にかけてあてながらトリートメント。毛穴を開かせ老廃物を取り除くとともに、血行を良くしてゆきます。この時点で早くも、お肌のツルツル効果を実感することができます。コラーゲン、アミノ酸、コエンザイムQ10、ソウハクヒエキスが皮膚に浸透してゆきます。



「体中の3%の水分が失われると、運動能力や体温調節機能が低下する」ので、体重減少は2%以内で留める様に水分補給を続ける。体調不良時は体温調節機能が低下するため、体調が悪い時、暑さに慣れない時、体力のない人、肥満の人、熱中症を経験した人は、特に注意が必要となる。

スポーツでの水分補給は『天候(気温、湿度、風速等)、運動量(種類、強度、持続時間)』を考慮し、「事前から適切な飲料水が準備」されなくてはならない。水分補給は運動強度が高い、トラック競技、サッカー、野球、マラソン等では、「競技開始10分位前」に500～500cc、競技中にも500cc、1000ccが必要。発汗による「体重減少」の70～80%を補給の目安とし、気温の高いときは「15～30分毎に飲水休憩」が必要で、水分摂取によって体温の上昇を抑えることが大切である。「子供や高齢者の指導

を行う際には、飲水休憩の更なる配慮が必要となる。飲料水には、「0.2%程度の食塩と3～5%の糖分」を含み、5～15℃のものが必要とする。熱中症は「熱けいれん、熱疲労、熱失神、熱射病」の総称で、(日)熱けいれん：高温環境での激しい運動で多量の発汗によって「Na」が電解質の消失によって生じる激しい痛みを伴った筋肉の痙攣で、水の飲み過ぎによっても起こる。涼しい木陰で休ませ、0.9%程度の食塩水(生理的食塩水)を補給し、軽くストレッチングを行う。(月)熱疲労：熱失神：脱水と体温上昇、皮膚血管の拡張によって生じた状態で、脱力感、倦怠感、めまい、頭痛、吐き気、嘔吐などの症状が出る。更に、循環機能の低下が進むと、血圧低下、脳血流の減少が生じて顔面蒼白となり、失神などを生じる。脈は弱く速くなる。衣服を開放し、冷水によるスポンジ浴を行い、「飲むことが出来れば、速やかに冷水補給」を充分に行う。水が飲めなければ、点滴など、速やかに行なう必要がある。「熱射病を疑い、医療機関」の速やかな搬送」が重要。(火)熱射病：『うつ熱』での高熱により脳神経に障害が生じる極めて生命に危険な状態。体温は40℃を超え、呼びかけにも応答がなくなり、意識障害がみられる。「直ちに、呼吸を確保し、水など、全身を冷やし、(38℃以下)に体温を急速に下げ、一刻も早く医療機関へ搬送」しなければならない。健康維持のため運動を行う人、競技スポーツを行う人、また、スポーツの指導者にとって「熱中症の知識」は、必要不可欠なものであることを認識して欲しい。

熱中症：その危険性と対策
大村病院院長 大村和久
●若松町27-16
☎23-5165
http://www.ohmura.or.jp/

「子供や高齢者の指導」を行う際には、飲水休憩の更なる配慮が必要となる。飲料水には、「0.2%程度の食塩と3～5%の糖分」を含み、5～15℃のものが必要とする。熱中症は「熱けいれん、熱疲労、熱失神、熱射病」の総称で、(日)熱けいれん：高温環境での激しい運動で多量の発汗によって「Na」が電解質の消失によって生じる激しい痛みを伴った筋肉の痙攣で、水の飲み過ぎによっても起こる。涼しい木陰で休ませ、0.9%程度の食塩水(生理的食塩水)を補給し、軽くストレッチングを行う。(月)熱疲労：熱失神：脱水と体温上昇、皮膚血管の拡張によって生じた状態で、脱力感、倦怠感、めまい、頭痛、吐き気、嘔吐などの症状が出る。更に、循環機能の低下が進むと、血圧低下、脳血流の減少が生じて顔面蒼白となり、失神などを生じる。脈は弱く速くなる。衣服を開放し、冷水によるスポンジ浴を行い、「飲むことが出来れば、速やかに冷水補給」を充分に行う。水が飲めなければ、点滴など、速やかに行なう必要がある。「熱射病を疑い、医療機関」の速やかな搬送」が重要。(火)熱射病：『うつ熱』での高熱により脳神経に障害が生じる極めて生命に危険な状態。体温は40℃を超え、呼びかけにも応答がなくなり、意識障害がみられる。「直ちに、呼吸を確保し、水など、全身を冷やし、(38℃以下)に体温を急速に下げ、一刻も早く医療機関へ搬送」しなければならない。健康維持のため運動を行う人、競技スポーツを行う人、また、スポーツの指導者にとって「熱中症の知識」は、必要不可欠なものであることを認識して欲しい。

「子供や高齢者の指導」を行う際には、飲水休憩の更なる配慮が必要となる。飲料水には、「0.2%程度の食塩と3～5%の糖分」を含み、5～15℃のものが必要とする。熱中症は「熱けいれん、熱疲労、熱失神、熱射病」の総称で、(日)熱けいれん：高温環境での激しい運動で多量の発汗によって「Na」が電解質の消失によって生じる激しい痛みを伴った筋肉の痙攣で、水の飲み過ぎによっても起こる。涼しい木陰で休ませ、0.9%程度の食塩水(生理的食塩水)を補給し、軽くストレッチングを行う。(月)熱疲労：熱失神：脱水と体温上昇、皮膚血管の拡張によって生じた状態で、脱力感、倦怠感、めまい、頭痛、吐き気、嘔吐などの症状が出る。更に、循環機能の低下が進むと、血圧低下、脳血流の減少が生じて顔面蒼白となり、失神などを生じる。脈は弱く速くなる。衣服を開放し、冷水によるスポンジ浴を行い、「飲むことが出来れば、速やかに冷水補給」を充分に行う。水が飲めなければ、点滴など、速やかに行なう必要がある。「熱射病を疑い、医療機関」の速やかな搬送」が重要。(火)熱射病：『うつ熱』での高熱により脳神経に障害が生じる極めて生命に危険な状態。体温は40℃を超え、呼びかけにも応答がなくなり、意識障害がみられる。「直ちに、呼吸を確保し、水など、全身を冷やし、(38℃以下)に体温を急速に下げ、一刻も早く医療機関へ搬送」なければならない。健康維持のため運動を行う人、競技スポーツを行う人、また、スポーツの指導者にとって「熱中症の知識」は、必要不可欠なものであることを認識して欲しい。

「子供や高齢者の指導」を行う際には、飲水休憩の更なる配慮が必要となる。飲料水には、「0.2%程度の食塩と3～5%の糖分」を含み、5～15℃のものが必要とする。熱中症は「熱けいれん、熱疲労、熱失神、熱射病」の総称で、(日)熱けいれん：高温環境での激しい運動で多量の発汗によって「Na」が電解質の消失によって生じる激しい痛みを伴った筋肉の痙攣で、水の飲み過ぎによっても起こる。涼しい木陰で休ませ、0.9%程度の食塩水(生理的食塩水)を補給し、軽くストレッチングを行う。(月)熱疲労：熱失神：脱水と体温上昇、皮膚血管の拡張によって生じた状態で、脱力感、倦怠感、めまい、頭痛、吐き気、嘔吐などの症状が出る。更に、循環機能の低下が進むと、血圧低下、脳血流の減少が生じて顔面蒼白となり、失神などを生じる。脈は弱く速くなる。衣服を開放し、冷水によるスポンジ浴を行い、「飲むことが出来れば、速やかに冷水補給」を充分に行う。水が飲めなければ、点滴など、速やかに行なう必要がある。「熱射病を疑い、医療機関」の速やかな搬送」が重要。(火)熱射病：『うつ熱』での高熱により脳神経に障害が生じる極めて生命に危険な状態。体温は40℃を超え、呼びかけにも応答がなくなり、意識障害がみられる。「直ちに、呼吸を確保し、水など、全身を冷やし、(38℃以下)に体温を急速に下げ、一刻も早く医療機関へ搬送」なければならない。健康維持のため運動を行う人、競技スポーツを行う人、また、スポーツの指導者にとって「熱中症の知識」は、必要不可欠なものであることを認識して欲しい。

「子供や高齢者の指導」を行う際には、飲水休憩の更なる配慮が必要となる。飲料水には、「0.2%程度の食塩と3～5%の糖分」を含み、5～15℃のものが必要とする。熱中症は「熱けいれん、熱疲労、熱失神、熱射病」の総称で、(日)熱けいれん：高温環境での激しい運動で多量の発汗によって「Na」が電解質の消失によって生じる激しい痛みを伴った筋肉の痙攣で、水の飲み過ぎによっても起こる。涼しい木陰で休ませ、0.9%程度の食塩水(生理的食塩水)を補給し、軽くストレッチングを行う。(月)熱疲労：熱失神：脱水と体温上昇、皮膚血管の拡張によって生じた状態で、脱力感、倦怠感、めまい、頭痛、吐き気、嘔吐などの症状が出る。更に、循環機能の低下が進むと、血圧低下、脳血流の減少が生じて顔面蒼白となり、失神などを生じる。脈は弱く速くなる。衣服を開放し、冷水によるスポンジ浴を行い、「飲むことが出来れば、速やかに冷水補給」を充分に行う。水が飲めなければ、点滴など、速やかに行なう必要がある。「熱射病を疑い、医療機関」の速やかな搬送」が重要。(火)熱射病：『うつ熱』での高熱により脳神経に障害が生じる極めて生命に危険な状態。体温は40℃を超え、呼びかけにも応答がなくなり、意識障害がみられる。「直ちに、呼吸を確保し、水など、全身を冷やし、(38℃以下)に体温を急速に下げ、一刻も早く医療機関へ搬送」なければならない。健康維持のため運動を行う人、競技スポーツを行う人、また、スポーツの指導者にとって「熱中症の知識」は、必要不可欠なものであることを認識して欲しい。

「子供や高齢者の指導」を行う際には、飲水休憩の更なる配慮が必要となる。飲料水には、「0.2%程度の食塩と3～5%の糖分」を含み、5～15℃のものが必要とする。熱中症は「熱けいれん、熱疲労、熱失神、熱射病」の総称で、(日)熱けいれん：高温環境での激しい運動で多量の発汗によって「Na」が電解質の消失によって生じる激しい痛みを伴った筋肉の痙攣で、水の飲み過ぎによっても起こる。涼しい木陰で休ませ、0.9%程度の食塩水(生理的食塩水)を補給し、軽くストレッチングを行う。(月)熱疲労：熱失神：脱水と体温上昇、皮膚血管の拡張によって生じた状態で、脱力感、倦怠感、めまい、頭痛、吐き気、嘔吐などの症状が出る。更に、循環機能の低下が進むと、血圧低下、脳血流の減少が生じて顔面蒼白となり、失神などを生じる。脈は弱く速くなる。衣服を開放し、冷水によるスポンジ浴を行い、「飲むことが出来れば、速やかに冷水補給」を充分に行う。水が飲めなければ、点滴など、速やかに行なう必要がある。「熱射病を疑い、医療機関」の速やかな搬送」が重要。(火)熱射病：『うつ熱』での高熱により脳神経に障害が生じる極めて生命に危険な状態。体温は40℃を超え、呼びかけにも応答がなくなり、意識障害がみられる。「直ちに、呼吸を確保し、水など、全身を冷やし、(38℃以下)に体温を急速に下げ、一刻も早く医療機関へ搬送」なければならない。健康維持のため運動を行う人、競技スポーツを行う人、また、スポーツの指導者にとって「熱中症の知識」は、必要不可欠なものであることを認識して欲しい。

「子供や高齢者の指導」を行う際には、飲水休憩の更なる配慮が必要となる。飲料水には、「0.2%程度の食塩と3～5%の糖分」を含み、5～15℃のものが必要とする。熱中症は「熱けいれん、熱疲労、熱失神、熱射病」の総称で、(日)熱けいれん：高温環境での激しい運動で多量の発汗によって「Na」が電解質の消失によって生じる激しい痛みを伴った筋肉の痙攣で、水の飲み過ぎによっても起こる。涼しい木陰で休ませ、0.9%程度の食塩水(生理的食塩水)を補給し、軽くストレッチングを行う。(月)熱疲労：熱失神：脱水と体温上昇、皮膚血管の拡張によって生じた状態で、脱力感、倦怠感、めまい、頭痛、吐き気、嘔吐などの症状が出る。更に、循環機能の低下が進むと、血圧低下、脳血流の減少が生じて顔面蒼白となり、失神などを生じる。脈は弱く速くなる。衣服を開放し、冷水によるスポンジ浴を行い、「飲むことが出来れば、速やかに冷水補給」を充分に行う。水が飲めなければ、点滴など、速やかに行なう必要がある。「熱射病を疑い、医療機関」の速やかな搬送」が重要。(火)熱射病：『うつ熱』での高熱により脳神経に障害が生じる極めて生命に危険な状態。体温は40℃を超え、呼びかけにも応答がなくなり、意識障害がみられる。「直ちに、呼吸を確保し、水など、全身を冷やし、(38℃以下)に体温を急速に下げ、一刻も早く医療機関へ搬送」なければならない。健康維持のため運動を行う人、競技スポーツを行う人、また、スポーツの指導者にとって「熱中症の知識」は、必要不可欠なものであることを認識して欲しい。

「子供や高齢者の指導」を行う際には、飲水休憩の更なる配慮が必要となる。飲料水には、「0.2%程度の食塩と3～5%の糖分」を含み、5～15℃のものが必要とする。熱中症は「熱けいれん、熱疲労、熱失神、熱射病」の総称で、(日)熱けいれん：高温環境での激しい運動で多量の発汗によって「Na」が電解質の消失によって生じる激しい痛みを伴った筋肉の痙攣で、水の飲み過ぎによっても起こる。涼しい木陰で休ませ、0.9%程度の食塩水(生理的食塩水)を補給し、軽くストレッチングを行う。(月)熱疲労：熱失神：脱水と体温上昇、皮膚血管の拡張によって生じた状態で、脱力感、倦怠感、めまい、頭痛、吐き気、嘔吐などの症状が出る。更に、循環機能の低下が進むと、血圧低下、脳血流の減少が生じて顔面蒼白となり、失神などを生じる。脈は弱く速くなる。衣服を開放し、冷水によるスポンジ浴を行い、「飲むことが出来れば、速やかに冷水補給」を充分に行う。水が飲めなければ、点滴など、速やかに行なう必要がある。「熱射病を疑い、医療機関」の速やかな搬送」が重要。(火)熱射病：『うつ熱』での高熱により脳神経に障害が生じる極めて生命に危険な状態。体温は40℃を超え、呼びかけにも応答がなくなり、意識障害がみられる。「直ちに、呼吸を確保し、水など、全身を冷やし、(38℃以下)に体温を急速に下げ、一刻も早く医療機関へ搬送」なければならない。健康維持のため運動を行う人、競技スポーツを行う人、また、スポーツの指導者にとって「熱中症の知識」は、必要不可欠なものであることを認識して欲しい。

「子供や高齢者の指導」を行う際には、飲水休憩の更なる配慮が必要となる。飲料水には、「0.2%程度の食塩と3～5%の糖分」を含み、5～15℃のものが必要とする。熱中症は「熱けいれん、熱疲労、熱失神、熱射病」の総称で、(日)熱けいれん：高温環境での激しい運動で多量の発汗によって「Na」が電解質の消失によって生じる激しい痛みを伴った筋肉の痙攣で、水の飲み過ぎによっても起こる。涼しい木陰で休ませ、0.9%程度の食塩水(生理的食塩水)を補給し、軽くストレッチングを行う。(月)熱疲労：熱失神：脱水と体温上昇、皮膚血管の拡張によって生じた状態で、脱力感、倦怠感、めまい、頭痛、吐き気、嘔吐などの症状が出る。更に、循環機能の低下が進むと、血圧低下、脳血流の減少が生じて顔面蒼白となり、失神などを生じる。脈は弱く速くなる。衣服を開放し、冷水によるスポンジ浴を行い、「飲むことが出来れば、速やかに冷水補給」を充分に行う。水が飲めなければ、点滴など、速やかに行なう必要がある。「熱射病を疑い、医療機関」の速やかな搬送」が重要。(火)熱射病：『うつ熱』での高熱により脳神経に障害が生じる極めて生命に危険な状態。体温は40℃を超え、呼びかけにも応答がなくなり、意識障害がみられる。「直ちに、呼吸を確保し、水など、全身を冷やし、(38℃以下)に体温を急速に下げ、一刻も早く医療機関へ搬送」なければならない。健康維持のため運動を行う人、競技スポーツを行う人、また、スポーツの指導者にとって「熱中症の知識」は、必要不可欠なものであることを認識して欲しい。

Gourmet Guide

いい店みつけた

cafe オタジラ

■午前10時30分～午後6時
■不定休
■駐車場有
■センター内禁煙
●末広町4-19
地域交流まちづくりセンター
1F
☎22-9700

市内末広町の旧丸井・元末広分庁舎を再利用した地域交流まちづくりセンター1階の『cafe オタジラ』は、函館の歴史を感じさせるノスタルジックな建物にぴったりのカフェです。緩やかなカーブを描いたカウンターや太い柱がレトロな雰囲気を醸し出し、市電通に面した椅子席は全面的ガラスから眺める風景がまるでオープンカフェのよう…。

西部地区散策や買い物帰りなどに気軽に立ち寄る場所としておすすめで、また、場所柄から観光客も訪れており、様々な人が交差する街のカフェです。

おすすめは「大切な人へのおみやげ付き手軽なおタジラランチ」(750円)。飲み物とホットサンドなどのトーストにヨーグルトかサラダを添えた手軽なランチで、5種類から選べるおみやげパイは店内で食べても持ち帰ってもOK。コーヒー、紅茶は1杯250円、サンドイッチや菓子パン、おからブラウニーなどお手頃価格のものがそろっているので、気軽に立ち寄りてみませんか。

Healness & Wealness 161

星占い
6月29日～7月30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
明暗ツキリ浮き沈み激しい。仕事や資格取得など続けてきた努力に朗報あるも家庭内不調産に騒動ラッキーワード/玉子スープ

牡牛座 4月20日～5月20日
予定計画が流れるなど波乱多い。対人関係不調時間とルル厳守、噂や陰の放言禁止。ラッキーワード/しじみの味噌汁

双子座 5月21日～6月21日
関心事旺盛が仕事や生活面は結果を得るが敵意もき出しの発言、中傷など自分首を絞めるも。ラッキーワード/わかめ味噌汁

蟹座 6月22日～7月22日
活躍ムードいっぱい。特に趣味や特技が収入に結びつく。旅行やイベントの仕切も成功。地味な仕事を見返り大ラッキーワード/トマト汁

獅子座 7月23日～8月22日
買い物やお洒落にツキ。ショッピングツアーや個人輸入で逸品獲得。海外旅行。恋愛雨降。地固まる。衝突もラッキーワード/春雨入アブ

乙女座 8月23日～9月22日
思ひきや夢は信じて実行するとチャンスや収穫を得る。恋愛慣れと精神不安定さから倦怠ラッキーワード/春雨/けんちん汁

天秤座 9月23日～10月23日
気後れや見劣りを感じたり面白くない思ひもあるがそれを発露前に頑張れば潜在能力が向上し勝利と喜び多し。ラッキーワード/しじま汁

蠍座 10月24日～11月23日
夢実現の機会。目標計画はすぐ着手。成長見込める分野は結果早い。金銭借りが。恋愛運アップラッキーワード/恋愛運アップラッキーワード/コイボータージュ

射手座 11月24日～12月21日
口は災いのもと。知ったかぶりや安請け合いで自分の首を絞めがち。発言慎重に。恋愛運アップラッキーワード/コイボータージュ

山羊座 12月22日～1月19日
周りに大きく影響されやすい。誘いに乗りすぎると遊びやレジャー清けで散財。もういっしょ夏風邪ラッキーワード/なごの味噌汁

水瓶座 1月20日～2月18日
焦りや競争心が交差して転職を考えたくなるが時期尚早。今は目の前にあることに意識を集中して。恋愛運アップラッキーワード/玉葱の味噌汁

魚座 2月19日～3月20日
同僚や上司との対人関係心配やリ合っても無駄。謙遜する目的達成近い。多忙ストレス。ラッキーワード/豆腐の味噌汁

ラ・プティットローズ

北斗市七重浜4丁目のダイエー上磯店内にオープンした『ラ・プティットローズ』は、エステを気軽に受けてほしいということからできたお店。毎日のように利用するスーパーマーケットに出かけて、買い物の合間の少しの時間で施術が受けられるメニューが用意されています。特にオススメのメニューはクイック脱毛。両ワキ脱毛の場合1回の施術時間が3~5分と短時間で済み、料金もお試し初回31500円とリーズナブル。親子プランやセットで行くとさらに安くなります。そのほか、クイックフェイシャルやまつげパーマなども行っています。買物がてら、気軽に立ち寄ってみては…。店内には輸入で買い付けたというお洒落な雑貨もあり、こちらら必見! 営業時間は午前10時~午後8時(雑貨は午後9時)。年中無休。
●北斗市七重浜4-44-1 ダイエー上磯店内 【フリーダイヤル】0120-916-512



エバメールゲルクリーム
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、予めご了承ください。

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)

本紙読者から大絶賛の逸品。水と、体によいといわれる天然素材がギュッと詰まったゲル状のクリームです。表皮の1番下の基底層から生まれた新しい細胞が皮膚に近づき、角質層に上がってくるために必要な水分をキープすることができます。肌の乾燥を防ぎ、常にみずみずしいお肌の実現に、できエバメールゲルクリームを!!

通販コーナー

次号予告 7月17日(火)

夏の夜は、
星空の下で過ごす。

夏のアウトドア特集、乞うご期待!

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 & WEB 武越 史幸
マーケティング 本間 尚子

編集後記

GWに弘前に花見に行った。さすがに弘前公園の桜は迫力があった見応えがあった。そして、その数の多さと種類に驚いたのが公園内の露店。妻は団子が気に入ったようで、数多くの種類を味わいたがために公園内を何度も歩いて腹を空かせていた。まさに花より団子。(慎)

函館ではゴキブリをほとんどみかけない。これを東京で話したら誰も信じてくれなかった。いて当たり前東京なら、無理のない話。しかし、温暖化の時代。これからは函館にもゴキブリがいて当たり前になるかも。函館にゴキブリがいなかったという伝説が生まれたりして。(345)

夕方、近くのスーパーの駐車場で車を止めようとする猫がさーっと走る。暗くなりかけたスーパーの駐車場で猫の姿は闇に隠れそうに危ない。今夜のねぐらを探しているのかきよるきよる歩く猫。夜の寒さが気になり目を離せない。猫は私の思いに気づきもしないが…。(チョコ)

大正から昭和にかけて発行された「ニコニコクラブ」は函館初の人気娯楽誌。中でも興味深いのは「市内名士の予想する50年後の函館」という特集で、昭和の初めに飛行機時代の到来や女性議員の誕生を既に予測していること。さて50年後の函館は?(亜)

はじめて歯の痛みを経験しブルーだったが、歯磨きや歯茎などの状態は良かったので気分は上昇。そういえば、美容に関係があるといわれている唇筋も平均の倍以上だったし、歯磨きも大好き。しっかり治療して、歯と口の健康状態は力は良好を保ちたい。(BP)

私も大好きな函館公園の「こどものくに」は映画の森田芳光監督も、「たごごじやないよ、ここ。大事にしなきゃ」と絶賛、撮影にも使われた場所です。スピードや規模の大きさは追求される昨今、全く違う大切な価値感を静かに訴えているように思えます。(たーた)

■ ■ ■ みなとまち市民プラザ ■ ■ ■
MINATOMACHI SHIMIN PLAZA

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

読者の声

今回は函館及び近郊のちよつとした伝説の特集。皆様もぜひ紹介した以外の伝説も探してみたいかが見たい! 編集室では読者の皆様からのお便りを募集しています。

夫の転勤で10年ぶりに函館に戻ってきました。青いぼすとが届いたのでびびくりしたのうれしかったです。色々なコーナーが増えてたり、函館以外の情報も載ってたりして2度ひっくり返ります。ずっとずっと青いぼすと、続けて下さい。これからも楽しみにしています。確か、月に1度届くんですよ? (湯川2丁目、A・H)

＊月2回、中旬と月末に発行しています。

『子育て倶楽部』にはげまされています。毎回楽しみに読んでいます。特に、私も3人の子供を育てるシングルマザーなので『子育て倶楽部』はかかさず読んで共感したり、逆に私だったら違うよな〜と、自分なりに考えさせられ、はげまされています。これからも楽しみにしています。

(港町1丁目、M・F)

＊『子育て倶楽部』の意見交換にもぜひ参加してみませんか?

私の心に火を付けました。転勤でやって来た、初の北国、北海道。その広い中で港町、開拓の根拠地となった函館に縁がありました。何もかもが目新しい中で、青いぼすとのお食事の店情報がかん強かった1年でした。今年他土地に興味を向けようと思った矢先、4月27日号の『道内

春の旅は、私の心に火を付けました。(海岸町、Y・S)

＊自然あふれる北国を満喫して下さい。

(七飯町本町、M・T)

＊いいですよ、そついう旅、心もいっぱい満喫したい。毎回新鮮でお得な情報など、楽しく拝見させて頂いています。4月27日号の『飛行機で行く北海道内春の旅』は、とても行きたくなる所ばかりで、読んでいただけでワクワクしてきます。道南に住んでいると普段はやっぱり車等で行きやすい札幌や小樽止まりになってしまふのですが、この特集を見たら、今年少しづつより遠くへ…と思えました! 北海道に住んでいながら、まだまだ行きたいところばかりで、もったいないな〜と思います。『青ほの目』のコラムは、なんか感動しました! 食べ物ばかり楽しみな旅になりがちで

秋からの函館生活が楽しみです。初めて青いぼすとを拝読しました。4~5月の間、函館に滞在しました。9月に結婚し、函館で生活することが決まりました。帯広→函館はとっても遠い(車では…)。ぜひ、エアポートまで行ってみたいです。秋からの函館生活、楽しみにしています。

(帯広市、W・T)

＊ぜひ、青いぼすとの情報フル活用して下さい。

街角情報

ママさんバレーボールチーム『函館まどか』部員募集中
ママさんバレーボールチーム『函館まどか』部員募集中

函館YWCAの「たそがれPEACE ETE」
7月16日午後3時から夏の恒例となった「函館YWCA」の「PEACE ETE」が、今年7月16日午後3時から午後8時30分まで、市内松陰町の函館YWCAで開かれます。テーマは「ハレスチナ」。力強く生きる女性の姿を描いた映画「ガータ」の上映会などが行われます。詳しくは、函館YWCA ☎51-5262まで。

プレゼント

『カフェオタジイラ』より、「ワンコインケーキセット」をヘアで2組にプレゼント。ハガキに郵便番号、住所、氏名、電話番号を明記し、青いぼすとに対するご感想もたづねりとお書きの上、〒040-8605、函館とついで、株式会社青いぼすとHD「オタジイラプレゼント」係まで。締切は7月9日。



効率よい
広告を
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、旧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て、全126,000世帯のご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、お気軽にどうぞ。