

応援します! あなたの生き方

函館市、北斗市、七飯町 全125,000世帯無料配布
毎月2回 (中旬・月末) 発行

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 函館市井天町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 [編集部] ☎(0138) 27-9210 [FAX] (0138) 23-5699 [URL] http://oceanplace.jp/aopos/[Eメール] aoi-post@aurora.ocn.ne.jp



6000円プラン

「こだわりの味と真心込められたサービスがモットーの内未広町にある『五島軒本店』が、130周年を迎えました。去りゆく年も、新たな年も、心に残るひとときを過ごしたいなら宴会プランがおすすです。お得な宴会プランの中にも、特に人気を集めている「6000円プラン」は「刺身盛り合わせ」「台鴨のシャボネーズ」「大海老と帆立貝の炒めもの」「サーロインステーキ」「山菜そば」「本日のチート」など、和洋中の魅力をあますことなく堪能できる全9品の料理に飲み放題2時間も付いてお得。ほ

☎23-1106

●未広町45

約は電話ください。

かには、同じく和洋中全8品の「5000円プラン」と、豪華なフランス料理「ル・リッパ全6品」の「8500円プラン」があり、こちらも飲み放題が付いています。忘・新年会利用の特典として、無料送迎バスの運行(20人、台数に限りがあります)ので予約はお早めにとどうぞ、参加者全員にレトルカレーのプレゼント、CDカラオケ・ビンゴゲーム機使用料をサービス。家族の会食から400人の宴会まで、年末年始の集まりにぜひ利用してはいかがでしょうか。なお、記事で紹介したコース以外にも予算に応じています。詳細及び予約は電話ください。

創業130周年、愛され続けたこだわりの味で宴会を!

五島軒本店

市内広野町の「一心亭」は今年で創業25周年。それを記念して、とてもお得な25周年記念宴会プランの「満腹食へ飲み放題」を開催中。プランの内容はハラミ、スタミナ塩巻、ロース、牛バラカルビ、塩鶏、トク、塩豚、トク、ねぎ巻き、豚タン、塩みそ豚、カルビ、豚ホルモン、牛レバーと、この店だからできる厳選した肉がお好きなだけ食べられるというところがおききです。これに、イカコ、ナンコ、ホタテ、焼キムチ、盛合わせ、おすすめサラダ、焼野菜盛り合わせを人数分各1品ずつセットに。宴会は4人以上から受付で前日まで要予約。10人以上の宴会では無料バスの送迎もあります。忘年会に新年会、たごり



信じられないほどの大サービ

●広野町5-2
☎328929



25周年記念満腹食へ飲み放題4000円開催中

一心亭

食へて飲んで大満足のこのプランは絶対に見逃せません。

そのほか、宴会プランは2500円/各種あり、予算とお好みに応じて食べ放題、飲み放題の設定ができるので、お好みの宴会を希望の場合はご相談下さい。営業時間は午前11時30分〜午後9時30分(LO/午後9時)。年中無休(12月31日のみ休み)。

忘年会 新年会

2009 2010

グルメ・宴会特集

vol.1

今年ももうすぐ宴会シーズンです。相変わらず不景気な話題や厳しい話題が多い1年でしたが、そんな時こそ大切なのは、逆境を吹き飛ばすプラス思考の気持ち! 1年の締めくくりに忘年会や、新たな1年を迎える新年会こそは大いに盛り上がりたいたいものです。本紙恒例の「グルメ・宴会特集」は、今回もオススメのお店をピックアップ。今号と次号の2回連続企画として皆様のご家庭にお届け致します。幹事サン必見の保存版です。さあ、美味しい物をたくさん食べて、美味しいお酒をゆくり味わって、日頃一緒に頑張っている仲間と楽しく語りましょう。素晴らしい新年の到来を祈って――。

会食から宿泊まで、年末年始は温泉と料理を満喫！

湯元 入川

お昼の会食に、夜の宴会や宿泊に
と、年末年始の集まりには市内湯

川3丁目にある「湯元 入川」の温
泉と料理のプランがオススメです。



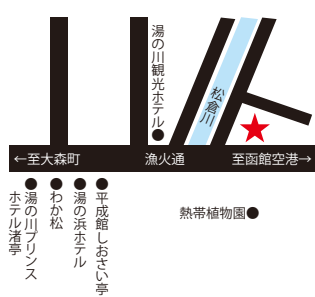
写真はイメージです

「宴会コース」は、4000円
5000円、6000円の3
種類のコースがあり、女性や少
人数の集まりに好評の「お昼の
会食プラン」(2500円)と
4000円)も魅力。どちらの
プランも、季節感溢れる極上の
和食料理を堪能できる上、思
う存分温泉を満喫できます。
飲み放題は、プラス1200円
(2時間、15人、昼夜可)。
1日のんびりと過ごしたい
なら、お得な「宿泊プラン」を
ご利用下さい。料金は、前述し

た各宴会コースに、プラス4500
円で1泊朝食付。

お腹と心が満たされ、日頃の疲れ
も癒える入川のプランを、ぜひお見
逃しなく！なお、人気のプランで
すので、予約はお早めどうぞ。無
休。駐車場有。

●湯川397
☎592201



●平成館しおさい亭
●湯の浜ホテル
●わか松
●湯の川プリンス
ホテル渚亭

宴会+飲み放題で3150円！

旬・菜・居酒屋花の実

親しい友人や会社の仲間とワイ
ワイ気軽に楽しめると評判の『旬・
菜・居酒屋花の実』に、お得な宴会

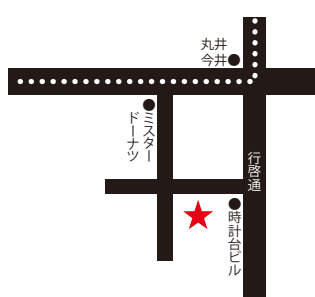
コースができました。趣味の仲間や
ご家族と落ちついた店内で美味い
時間をすごしませんか。



写真は飲み放題付きで3700円のコース

ホルモン鍋、お刺身盛り合わせ、
揚げ物ほか3品に飲み放題90
分が付いて3150円と満
足のコースです。要予約で3人
から受け付けています。ご希望
により、料理の内容や金額などと
相談に応じています。10〜12人
用の個室も有。

ル。土・日曜日でもランチをやっていま
す。
営業時間は、ランチが午前11時30
分〜午後2時30分(L/O/午後1
時30分)。夜は午後5時30分〜深
夜0時(L/O/午後11時)。不定休。
●本町17-13
●第1LCC館1F
☎307777



断然お得！ 鍋のみホーダイプラン

ホテルリソル函館

この秋、旧フィットネスホテル
330函館が『ホテルリソル函館』

として新展開し、くつろぎのオフ
タイムを過ごせるホテルとして注目
を集めています。



写真はイメージです

これを記念した企画の第
1弾として現在、10階レス
トラン『いちばん』にて「鍋
のみホーダイプラン」を実施
中です。鍋はぎりたなほ鍋
と「カニ鍋」のどちらかを選
ぶことができ、飲み放題90
分が付いて料金は1人
2500円とリーズナブル。
追加メニューとして、鍋のシ
メタ(おかわり)「カニ」リ
ズメン(ご飯)各250円
のほか、予算に応じて対応

してもらえるので、宴会コースとし
ても最適。利用は1人〜可能で、要
予約。人数に応じて個室も利用で
きますので、詳しくは電話でお問い
合わせ下さい。

なおこの鍋メニューは12月31日
までとなっております。来年1月1日か
らは新たな鍋メニューが登場します。
忘年会や新年会から家族などの少
人数の集まりまで、飲んで、食べ
てくつろいで、最上級のひとときを過
ごしてみたい。人気のプランです
ので、予約はお早めどうぞ。営業
時間は午後5時30分〜午後9時30
分(L/O/午後9時)。無休。駐車
場有。

●若松町6-3
☎2392609

これであなたも名幹事！



幹事サンのための ワンポイント講座

職場や趣味の仲間で行う忘新年会の幹事をするようになったあなたのために、参加者から「さすが！」といわれる名幹事の仕事のワンポイントアドバイス。

日時・参加人数の設定

当然のことながら、できるだけ多くの人に参加できる日時に設定すなければなりません。コツとしては、参加者1人ひとりから都合の良い日を聞くよりも、先に候補日を何日か挙げ、都合の悪い日を聞くことです。

会場の手配

雰囲気や料理、予算はもとより、宴会の主旨や参加者の希望、年齢層なども配慮した上で、会場を選び、予算を設定しましょう。この時期は忘新年会の情報も多いので、できるだけ多くの情報を集めて比較してみましょう。週末など、宴会が集中する日はだいたい決まっており、人気の店はすぐに予約でいっぱいになっている場合もありますので、早めの問い合わせ、予約を心がけましょう。

会場が決まったら事前確認をしっかりと

宴会のスタート時間や終了時間、飲み放題付の場合は飲み物の種類など、事前確認をしっかりと。当日、遅れてくる人がいる場合はその旨も伝えておきましょう。また、できるだけ店の人と仲良くなっておきましょう。

「保障と貯蓄」で守る自分の暮らし

Hosta (ホスタ) 函館

今年夏には政権交代が、あり、社会は大きく変化してきます。こんな時こそ、自分の暮らしを守るために自分のできることを考えたいものです。

先に見える不安を安心に変えるために、市内川原町の『Hosta (ホスタ) 函館』のファイナンシャルプランナー(生命保険販売有資格者)でC.F.P.と1級ファイナンシャル・プランニング技能士の資格者である高梨しのぶさんに相談してみました。

保険は「保障と貯蓄」を兼ね備えることができて



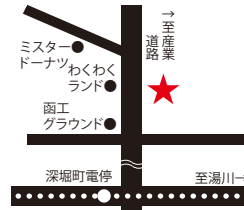
ファイナンシャルプランナーの高梨しのぶさん

「未来の暮らしを守るために、自分にふさわしい保険を高梨さんと一緒に考えてみませんか?」

例えば、来年にも実現する「子ども手当」をもとに、まとまった教育資金を作るために色々な保険のプランがあります。

また、保険でできる老後資金の作り方のアドバイスもしています。高梨さんが最近相談を受けたのは老後に不安を持つ62歳の男性です。貯蓄性があり保障も受けられる保険をプランニングして喜ばれました。

安心できる未来のため



募集代理店
MSタカナシ保険サービス株式会社
事務委託会社
三井住友海上火災保険(株)
北海道支店函館支社
●梁川町5-8 ☎0138-55-7111
引受保険会社
三井住友海上きらめき生命保険(株)
登2008-C-212 (2009.10.15-2011.3.31)

シリーズ

夢の伝承者 (3)

加藤 進さん

もし彼がどんなに優れた経営者であっても、函館での安定した生活を望む全ての人を雇用することは不可能だろう。彼が経営する『有限会社みりのり』に正社員として採用された全ての人が必ず幸福になるとも限らない。

十数年来の交流の中で、これまで筆者の質問には何でも答えてくれた加藤進社長の口調が、「ご自身の夢は?」という質問で急に重くなったのは、そんな理由からなのかも知れた。



「ミのり」の印象が強いが、この秋までに正

教員の経験があり、「社員教育にも自信があります」と自負。「朝食と夕食は必ず家族全員で...」というポリシーを貫く5人家族の大黒柱は門限午後6時10分を目指す。「そんなに早く帰る社長も珍しいよ...」と本業。

地元の「人財」を地元のために
深刻化する地域雇用にも貢献

「先日、函館市長とお話する機会がありました。共通する考え方があり、とても嬉しく思いました。今後とも、自分の信念にもとづいてやってゆきたいですね。」

「夢」がテーマの取材で彼は最後まで夢を口にできなかったが、彼のような経営者がこの街にもいるというところに、むしろ私達が夢を抱くことが大切と感じた。

社員110人以上の企業に成長させた。また、このほど市内桔梗の「函館テクノパーク」内440坪の敷地に新社屋を建設し、そのうち3箇所を統合、組織が大きくなることで懸念される統率力の低下に対応している。さらに今年、深刻化する地域雇用にも貢献したいと人材派遣会社を創設。ほかにこの街の若い「人財」を地元のために活かしたいと例年、北海道教育大学函館校と公立はこだて未来大学から数人のインターンを採用するなど、ご本人曰く「ダイヤモンドの原石探し」にも余念がない。

「前歯の治療」市民講座 ビフォー／アフター

オール・セラミックの自然感 (1)

前歯の色や形で悩んでいる方は意外と多くいらっしゃいます。天然歯に最も近い素材のセラミックで解決した私の症例をシリーズで紹介いたします。



内面に金属を使わないオール・セラミック冠はうすくて透明感があり天然歯を越えた人工歯です。年数がたっても色は変わらず歯肉も変色しません。金属アレルギーの心配もありません。

今回の患者さんは50代女性で上顎の前歯3本が被せものです。年数とともに汚れた色になってきたことと歯肉の色が黒ずんできたことが悩みでした。オール・セラミック冠で治療しました。とても満足しておられます。

なお、セラミック冠は保険外診療で当院では1本10万円です。

吉田 歯科 口腔外科
函館市湯川1丁目30-8 TEL 59-3918

青ぼの心

多数と少数

新聞を読んでいて、ある投稿記事が目にとまりました。「天氣の崩れと言わないで」と題する短い文章で、農業を営む女性のものでした。

今年の春は雨が少なく、せつなく晴れた種に水遣りが大変だったと言います。それにつけても、天気予報では「晴天が望めるでしょう」とか「明日も曇りですが天氣の崩れはないでしょう」などという表現が多く見られ、これではまるで晴天が良いことで雨は悪いことのように、た、「絶対のお出かけ日より」という言葉も気になると話しています。農家にとつて書き入れ時はお出かけどころではないからです。

なぜ晴天は良いことで雨は悪(こ)なのか、そつ言われてふと考えたとき、晴れを期待する人が多い中で、ひと雨来ないかと雨を待つ人もいること、雨の日しか休めない人もいることに気づかされてはつこしました。

たしかに、晴れの日には気持ちも浮き立ちますし、曇りや雨の日には沈んだ気持ちになりがちです。でもその一方で、雨が降らなければ困る人、雨の日が好きという人もいます。

普段から私達は、みんなと違う意見や行動を何となくためらう習慣があるように思います。そのせいかと多く多数の考えや意見に同意し、反対意見や少数意見に思いを致さず、結果としてないがしろにしがちではないかと、その時思ったのです。

少し前、作家の落合恵子さんが政権交代に関して、「二大政党からこぼれてしまふ少数意見を大事にしてほしい」と言っていました。同一の方向に無批判になだれてしまうことで、庶民がいつの間にか戦争に加担してしまつた過去についても言及しています。

民主主義社会とは、少数意見を排除せず、多様な意見を許容する社会のことだといわれます。皆が同じ方向を向く時、自分だけ反対するのは勇気がいります。それでも、おかしいと思つたら率直に自分の意見を述べる力と勇気がほしいと思つています。

そしてまた、少数意見を無視せず反対意見にもひと呼吸おいて、聞く耳を持つ謙虚さを持ちたいものだと思います。

今月のおすすめランチ

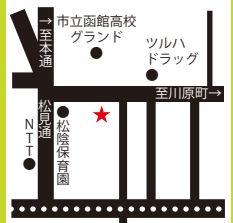
カフェレストラン らんぶる

開業30年の『カフェレストラン らんぶる』の人気メニューはステーキ。ランチは、通常2000円が1500円になります。国産の牛フィレ肉を使用した贅沢なステーキ。大振りで分厚い肉は、脂肪分が少なくナイフでちくちく切れるほど柔らか。ソースは醤油をベースにした和風味



フィレステーキセット 1500円

午前11時30分～午後9時 (LO)
ランチタイムは午後2時まで 毎週日曜定休
店内禁煙 駐車場有
●松陰町21-12 ☎32-2627



心をひとつに…

軟式少年野球・湯川アスパース少年団

今シーズン、太陽グループ杯・函館市スポーツ少年団新人戦少年野球交歓会優勝をはじめ、好成績をおさめた「湯川アスパース少年団」。合い言葉は「やる時はやる」心をもひとつに。野球の楽しさや技術だけではなく、団体行動の規律や挨拶など少年の育成に主眼をおく指導が正しい精神力を培っています。「勝つ喜びや負ける悔しさ、感性を養いながらゆきたい」と話す西澤監督の言葉から、勝敗を経験する度に成長してゆくことを感じました。冬場も更なる目標に向け汗を流す少年達。来シーズン、さらに逞しくなった少年達に出逢えることを願って…。入団は小学3年生～。体験可。送迎等可能であれば校区外からの入団可。詳しくは☎57-3798(西澤監督)。



はこだて港まち伝説

函館の冠婚葬祭事情

函館の葬儀の特徴は、他の地域と異なり、通夜の前に火葬が行われること。他地域から来た弔問客にびっくりされることもあるといいます。

なぜそうなったかについては諸説がありますが、「函館大火や洞爺丸台風で大勢の死者が出て、火葬を急がなければならなかったから…」という説、「北洋漁業の船員の家族が亡くなった際に、すぐには帰港できないので火葬を先にすませたという説」などがあります。

最近では家族の事情や火葬場の都合で、後からの火葬になる例もあるそうです。また、弔問客が受付で渡す香典に、その場で領収書や香典返し、会葬礼状が手渡されるのも本州の人には驚かれる習慣です。

一方、結婚式ですが、道内各地と同様、やはり多いのは会費制披露宴。招待制と違い、新郎新婦の同僚や友人などが発起人になって披露宴を主催し、出席者も100人を超えるのが一般的です。ただ最近では、不況もあってか、大がかりなものは減っていて、中には新郎新婦の2人だけで海外挙式をして、写真だけ函館市内の式場で撮るといった例もあるのだそうです。

葬儀、挙式とも、最近では多様化しているようです。

お出かけ前に即効性の若返りを！

「ビューティトリートメントサロン ローズ

クリスマスに忘年会など外出の機会が増えるこの時期は若くて綺麗な自分になり

たいもの。」「目元や頬が下がってきた」「フェイスラインが曖昧になっ

1度リフトアップした部分は、老化による変化のほかはその状態を維持出来るのも

リオスポディ体験
たった1度の施術で…



施術前

施術後

ほつれい線も目立たなくなり、

「リオスポディ」(初回お試し

4900円)。

●戸倉町5-12
「フリーダイヤル」
0120-0916722

体にやさしい食事配達無料

健康管理食宅配けんたくん

生活習慣病のひとつ、糖尿病。いろいろな合併症を引き起こす危険があるため、診断された後は食生活が重要です。しかし、毎食カロリーや塩分を管理した食事を作るのは大変な手間。そこで、調理済みの安心弁当を利用しませんか？

健康管理食宅配「けんたくん」のお弁当は、管理栄養士考案メニューを新鮮な食材を使い、天然だしで調理。家庭でお好きな時に利用できる電子レンジ式。

糖尿病の人向け「すみれ御膳」はA(222キロカロリー)とB(268キロカロリー)の2種類、どちらも塩分2.1g以下で1食770円。高血圧、心臓病の人向け「すず

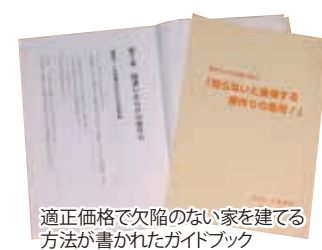


らん御膳」1食770円。腎臓病、人工透析を受けている人向け「れんげ御膳」1食860円。ダイエット目的など健康な人にもおすすめの「ひ

●中道1-25-11
「フリーダイヤル」
0120-098156

居心地良い暮らしのヒントを見つけてませんか？

カナル



実現のために必ず参考になる本を紹介いたします。『株式会社丸善建設』の久未代表が自費出版した知らないと後悔する家作りの急所(A5判115ページ)は「第1章間違いだらけの家作りから」第5章失敗しない家作りの秘訣」まで、25年間家作りで携わってきたプロだからこそ分かる家作りのガイドブック。読者からは「業界のからくりが分かる」「現場で経験したことが書かれていてとても参考になった」と、数多くの感想が寄せられています。大切なマイホームを建てるなら、同書を参考に、安心の家作りをしてみませんか？今回はこのガイドブックを、本紙読者先着27人に無料で

配布いたします。申し込みはフリーダイヤル0120-0537-4444(受付時間)午前9時午後9時、以降24時間受付TEL: FAX 0139-55-2688または左記Eメールで「ガイドブック希望」と明記の上住所氏名連絡先をご記入下さい。ガイドブック配布後の営業などは一切してありませんので、ご安心下さい。建築相談調査会 株式会社丸善建設 株式会社丸善建設 松山郡上ノ国町字中須田 9154 ifo@hmaruzen.com ホームページ「函館ホームドクター」で検索 http://www.hmaruzen.com



理想を叶えてみましょう。美しい緑に囲まれた一軒家での暮らしを…。柔らかな光が窓から差し込む部屋で、小鳥の声を聞きながら過ごすひととき。日常のストレスなど感じることもない、居心地が良くてぬくもりある空間。現実的にはそんな場所でも、あなただけの暮らし空間をひと工夫することで、居心地の良い、ぬくもりある暮らしとコンタクトすることは可能です。市内港町1丁目・ポールスターショッピングセンターにオープンしたファッション・雑貨・インテリアの店「カメル」は、そんな素敵な暮らしのヒントが見つかるかも知れません。営業時間は午前10時午後9時。無休。

●港町1丁目2-1
ポールスターS.C.B棟
☎454406

まちの弁護士さん「暮らし相談室」

酒気帯び運転を繰り返して 服役中の夫との離婚

監修／植松法律事務所
弁護士 植松直
☎21-1005

問 夫は、3年前に酒気帯び運転で捕まり罰金30万円に処せられました。昨年暮れにも再び酒気帯び運転をして捕まり、懲役1年、3年間の執行猶予の刑が科せられ、その際、1年間の運転免許取消の行政処分もなされております。その後、私は夫が車を運転しないよう、車の鍵を私が管理しております。しかし、私が風邪をこじして入院している間、夫は車を運転して会社の飲み会に参加して、その帰りに事故を起こしてしまい、無免許運転、酒気帯び運転でまた捕まってしまいました。その刑事裁判で私は情状証人として出頭し、夫の社会復帰後は妻として夫をしっかり監督する旨誓約しております。夫は実刑判決となり服役しておりますが、夫は反省している様子もなく、私もさすがに愛想を尽かし、現在、離婚を考えております。服役中の夫との離婚はできますか。また、先の刑事裁判で、夫の出所後、妻としてしっかり監督していくと誓約していたことは離婚する上で影響はないのでしょうか。

答 まず、双方の話し合いで離婚をする場合は別として、こちらが離婚を望んでいるが、相手がこれに応じないという場合に離婚する為には一定の離婚原因が必要です。民法770条1項が列挙している離婚原因は、①相手の不貞、②相手から悪意で遺棄された、③相手の生死が3年以上分からない、④相手が強度の精神病にかかり回復の見込みが無い、⑤その他婚姻を継続しがたい重大な事由がある、という5つです。夫が酒気帯び運転を行って罰金に一度処せられただけでは、この離婚原因に該当するとは言えないですが、あなたの夫のように性懲りもなく何度も酒気帯び運転を繰り返して、実刑判決を受け、反省の様子もなくあなたの信頼を失った場合は、「婚姻を継続しがたい重大な事由」があるものとして離婚原因があるといえるでしょう。また、夫が刑務所に服役しているも裁判離婚手続きは可能です。仮に夫がどの刑務所に服役しているのか分からない場合でも、弁護士に依頼すればどの刑務所に服役しているのか弁護士が調査してくれます。尚、刑事裁判で情状証人として出頭して、夫の刑を少しでも軽くしたいとの気持ちから、裁判の時点で、社会復帰後は妻として監督すると証言したとしても、それは夫が反省しているということが当然の前提だったわけですから、反省の様子がない夫との離婚が否定される筋合いはありませんので、あまり心配されないほうが良いと思われます。服役中の夫から、あなたの生活を考えずに自分の都合ばかりを考え、反省している様子の無い手紙が送られてくるのであれば、それは後の離婚裁判での証拠となりますから捨てずに取っておいた方が良いでしょう。

(加) 記者の「発見! これは便利!!」

ナイフブロック

包丁差しといえば、日本では流し台の扉裏が定位置。皆さんのお宅ではうまく収まっていますか?



我が家で新しい包丁を扉裏包丁差しに入れたところ、困った事態が発生。「ガツッ!」木柄が長くてつかえてしまい、扉が閉まらない…。包丁差しの位置を調整して何とか収めたのですが、よく見ると包丁差込口はキズだらけ。鋭い刃物を収納し、出し入れは毎日。へビーに使う物だから傷むのも当たり前かと思いつつ、買い換えるなら外国のキッチンにあるようなシンク上に出して置けるタイプが理想だなと、こまめに探しておりました。そして発見したのがコレ! さっと手に取れ、本数に関係なく収納でき、中が洗える。お洒落なデザインで機能も抜群。このタイプでは6000円~20000円代が主流な中、4200円というお値段も手頃。シンプルモダンなキッチンのお宅に超オススメ! お店の通販サイトでも購入できます。 問/フェイスリット ☎73-1340 <http://www.favorite-goods.biz>



オーダーつけまつ毛施術後

その中でも取れないオーダーつけまつ毛(オーダーラッシュ)は、特殊な見えないシートにより二重の幅も自由自在好みの目の形に合わせたつけまつ毛を作ってもらえます。

オーダーつけまつ毛	左右セット上下 各¥3500~
まつ毛カール	上下 各¥2100
まつ毛エクステ	1本¥105~、100本 ¥7350~ (スワロフスキー付エクステ新登場!)
耳つぼジュエリー	施術料無料 1粒 ¥840
もみ出し(お腹・脚・二の腕&背中)	各¥5250
フェイスチャリフトアップ	¥6300



太陽光発電システムにより発電した電気は家庭で消費される電気に充当され、余った電気を電力会社に売ることが出来ます。さらに、太陽光発電の新たな買い取り制度が今年11月からスタートします。

一般住宅は48/kWhで10年間。約10~15年で太陽光発電費用のコストを回収できるようになります。



また、エコキュートは空気の熱を電気力で取り込んでエネルギーを作り出す「ヒートポンプシステム」を活用した機器。深夜電力を使い経済的な上、CO2排出量も従来機器の2分の1以下に低減。太陽光発電とエコキュートの組み合わせで、光熱費を節約、そして環境にやさしい生活をはじめられますか? 見積無料。アフターサービスは年中無休。お問い合わせはお気軽にどうぞ。 ●花岡町28-3 ☎31-95000

圧倒的人気の理由は函館初のメニューが豊富! リラクゼーションエステ アリユール

市内本町の『リラクゼーションエステ アリユール』に、函館初の新メニューが続々登場!

●本町17-1 仲米店3階(玉光堂隣) ☎30-6588



生活状況によりありますが、4日~2週間装着可能です。また、人気のまつ毛カールは今までと変わらない仕上がりで、最短30分でかけることが可能に! まつ毛エクステも函館初の方法と装着グルーでさらに仕上がりがキレイで長持ちと大好評。ボテージュエリー(耳つぼ)はスワロフスキーが付いており、色、大きさも多数あり、年齢問わずオシャレとしても楽しめます。合わせてツボに装着します。仕入れJupiterもみ出しは、オールハンドで即効性があると好評です。営業時間は午前11時45分~午後11時30分。無休。

また、女性ひとりでの来店、お子様連れでも安心! ライフサロンは「女性と子供」にやさしいお店です。本日に家族を守りたい!と思われているなら「あなたにリッター」の保険がきつと見つけられます。自分のためのオリジナル保険を作ってみませんか? ●杉並町4-21 ☎53-48000

オリジナル保険を作りませんか?

やさしい年金と保険のお店 『ライフサロン函館五稜郭店』に行ってみませんか? 現在加入している保険の内容をきちんと分かっていない人は多くないそう。でもせっかく保険料を払っているのだから、内容をきちんと分かってもらいたい! そんな想いで私達は日々奮闘しています! とスタッフ代表談。

みごとでもお気軽にご相談下さい。通りすがりでも大歓迎のこと。保険の基礎を学び、そして保険の使い方をやさしく、分かりやすく説明する「クイックセミナー」も実施中。

ライフサロン函館五稜郭店

予約殺到! ボジョレーヌーヴォーは船便がお得

株式会社イチマス

フルーティーな香り、フレッシュな味わい。今年も待望の旬の味、「ボジョレーヌーヴォー」の季節がやってきました! 天候に恵まれて評判も上々の2009年の「ボジョレーヌーヴォー」ですが、市内湯川1丁目の「イチマス本店」と日乃出町の「リカーランドイチマス」では、お得な船便をオススメしています。

現在予約承り中の船便ボジョレーヌーヴォーは、伝統と情熱の深い味わいに加え、人気がコミック「神の雫」とのコラボレーションでも話題の「アールベール」。



予約完了となりますので、予約の電話はお早めにとどうぞ。 ●湯川1-26-29 ☎57-32551 ●日乃出町12-18 ☎56-2204

太陽光発電とエコキュートで光熱費節約

小野寺機器

体が楽になる丁寧なみほぐしが評判の『手もみのたこ』に、「頭と肩のつらさを解消するコース」が新しくできまして、腕が重く上に乗ってこない、お客様のそんな声を聞いて頭と肩が楽になるようにこのコースを作りましてと佐藤さん。

施術は、肩から首にかけてコリのもとを、専用の器具で表面をなだらかにして心地よく吸引します。筆者も体験しましたが、疲れのものが吸い出されるようで終わった後、心地よさがじわりと伝わります。体全体をもみほぐした後、「頭と肩のつらさを解消するコース」をさらに施術して、60分4500円です。施術後は目が大きくなったような感じがして、周りも明るく見えてくる感じです。



●立正佼正会
●GS
●NIビル

老舗ふとんやタジマ社長の快眠話

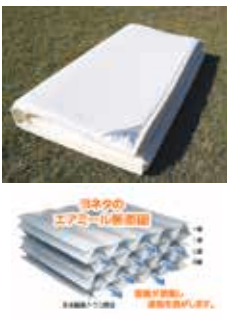
提供/創業108年 タジマ寝具

第6話 ついにみつけた空気ふとん

自分に合った寝具を使っていたらいいという思いから始めた私の連載も6回となり、みなさんに読んでもらうべく「ふとん」の声をかけられるようになり、本当にうれしく思っております。最近のご相談内容では、枕と同様に敷きふとんの悩みが多く、重い、干せない、湿気やカビの問題、腰や体に負担のかからないふとんはないでしょうか? など、手入れ、機能性、寝心地といった内容が多くなっています。

私自身も、打ち直しや納品などの肉体的労働が多く、腰痛に悩んでいるひとり。仕事柄色々敷きふとんの試し寝はしてきましたが、ようやく納得のふとんと出会いました。以前のコーナーでご紹介したカミールの敷きふとんの上に、ガーゼと脱脂綿で作られた「トシソソニール」を重ね、エアミールを使ってみました。すると体が軽くなってまるで空に浮かんだ雲の上に寝てるかのような感覚になりました。長時間の使用でもきちんと体を支え体圧分散してくれるので信じてられない使用感に驚いてしまいました。

●柏木町2-25
●ホリテイスホリ斜向が
●駐車場有
●【相談電話】
☎5119444
☎平日 祝日定休



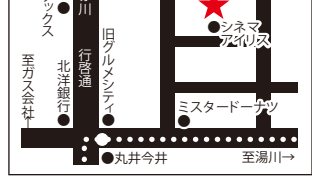
CLOSE UP

頭と肩のつらさを始めました
手もみのたこ



いい店みつけた

焼鳥DINING TEN



本格的な炭火焼鳥から創作料理まで幅広い層に人気の居酒屋、市内本町の『焼鳥DINING TEN (テン)』。現在イチオシのメニュー「ちりとり鍋」(2~3人前1780円)は、鍋の形が掃除に使うチリトリに似ていることから付いたネーミング。オリジナリティーあふれるネーミングに負けないその味は、自家製の特製味噌ダレが、たっぷりの野菜とモツの旨味を引き出しています。辛いものが好きな人は、別添えの辛味噌を混ぜて召し上げられ。

シメの雑炊(200円)も、絶品です。大きなエビで食べ応えも十分の「プリアエビマヨ」(780円)は、オープン当初からファンの多い1品。串焼きメニューの中では、玉葱を挟んだ室蘭の味、「室蘭風豚精」(160円)と、じっくり煮込んでとろけるほど柔らかい「やわらかホルモン」(130円)は、はずせない逸品。ほかにも、前菜、揚げ物、サラダ、麺、ご飯、焼き物、煮物、デザートと充実。

この時期は、リーズナブルでボリューム満点の宴会プランもオススメ。料金は、飲み放題2時間付きで1人4000円~(7品



午後6時~深夜3時 (フードLO/深夜2時)
毎週日曜日定休 駐車場/無
●本町22-11 ☎31-2346

はこだて医療情報

歯科金属アレルギーについて

今回は、歯科金属アレルギーについてお話したいと思います。通常、金属自体は体に対して無害なものです。汗や唾液などの体液によってイオン化した金属が体内に取り込まれ、体内のタンパク質と結合し、異常と認識した生体が抗原性をもつようになり、再び同じ金属が体内に入った時に皮膚や粘膜を破壊することが金属アレルギーのメカニズムと言われてます。歯科で使用される金属を見てみると、金はイオン化しにくいという点で安全性が高いのですが、パラジウム、銀、銅、ニッケルなど多様な元素を含んだ合金が使用されています。口の中の金属はイオン化して溶け出しやすく、唾液、口腔細菌、血液などのタンパク質と結合して抗原性を持つようになります。その結果、皮膚炎や肌のシミなどを生じるようになっていきます。また口の中の金属は帯電しやすく、ガルバニ電流と呼ばれる微弱な電流を生じて頭痛や関節痛を悪化させたりするとも言われています。溶出度の高い金属とは、アマルガム(水銀)、銀合金、ニッケル合金、金銀パラジウム合金などで、症状としては、口内炎、口角炎、舌炎、口腔扁平苔癬、全身疾患としては、全身性接触皮膚炎、掌蹠膿疱症(ようせきのうほうしょう)、扁平苔癬、偽アトピー性皮膚炎、顔面湿疹などです。これらの症状が慢性的に続いた場合は、金属アレルギーをも疑い、調べてもらう必要があります。検査としては口腔内検査、パッチテスト、毛髪ミネラル検査、リンパ球刺激試験などがありますが、一般的なパッチテストは内科や皮膚科、また金属アレルギーをみる専門の歯科病院で実施されています。

次に治療についてですが、原因除去が基本で、検査で特定された金属を除去し、安全性の高い材料に取り替える治療(ノンメタル治療)を行います。セラミックは最も安全性の高い材料で、チタンという金属も安全性の高いものです。また、部分入れ歯やブリッジでは金属を使用せざるを得ないのですが、最近ファイバー素材やジルコニアを使用したブリッジやプラスチックのツメを使用した部分入れ歯もできています。いずれのものも一般には保険が適用されず価格も高価なものが多いため、かかりつけの歯科医院に相談の上治療を行って下さい。

●時任町3-3 ☎55-4618



つしま歯科クリニック院長 對馬哲郎

ドクター講座

インフルエンザに有効な漢方薬

新型インフルエンザが猛威をふるっています。新型・季節性を問わず、治療薬としてはウィルス自体に作用し、効果を示す経口薬のタミフル、吸入薬のリレンザなどが主役です。いずれもインフルエンザ発症後の48時間以内に使用しないと効果が落ちること、これらの治療薬を小児、未成年者に処方する場合には異常行動の発現のおそれがあるので、自宅で療養する場合、少なくとも2日間は小児・未成年者が1人にならないよう注意することが必要です。これらの治療薬はインフルエンザのすべての患者様に対して必須というわけではありませんので、本剤を処方する際には慎重な検討が必要となります。

一方、漢方薬にもインフルエンザに有効なものがあることをご存知でしょうか。麻黄湯(まおうとう)という漢方薬がありますが、この薬は抗インフルエンザ薬が開発される以前から、当院においても効果が確認されております。麻黄湯の適応になるのは、風邪やインフルエンザの初期で、寒け、発熱、関節痛、喘鳴(ゼイゼイ)があり、発汗がない場合です。麻黄湯の主成分である「麻黄」には、発汗作用、抗炎症作用、鎮咳作用のほか、抗ウィルス作用があることが確認されています。この薬は実証(普段から体力があり胃腸が丈夫)の人へのみ処方します。虚弱な人や体力がかなり消耗している場合には処方しません。服用すると病状を悪化させる場合があるからです。しかし小児や未成年者の多くは実証ですから、インフルエンザの初期は麻黄湯は処方できそうです。もし患者様が抗インフルエンザ薬の治療を拒否された場合、当院では麻黄湯を処方しております。また、この漢方薬と抗インフルエンザ薬との併用も可能ですし、インフルエンザの回復が早いことを当院にて確認しております。

いずれにしても小児・未成年者がインフルエンザと診断された場合、いかなる治療をするにせよ、少なくとも2日間は異常行動の発現に十分注意することが大切です。

●七飯町大沼258 ☎67-3032

大沼公園クリニック院長 深山明義



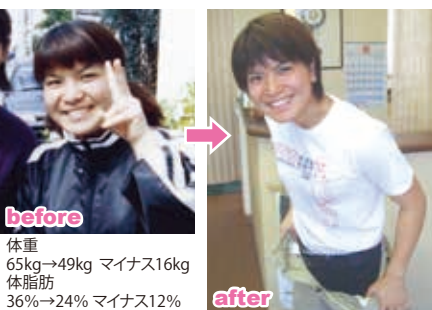
SPOT LIGHT

街で話題の最新情報、お得な情報に、スポットをあて、青いほすと記者が徹底チェック！
あなたの快適ライフにお役立て下さいネ。

全額返金キャンペーン！

ホロニック函館

「選べるダイエットシステム」が大好評の市内美原2丁目にある『ホロニック函館』では、「全額返金キャンペーン」として「選べるダイエットシステム」の中から11月13日から18日までに「骨盤ダイエット」(4725円)を予約の人に、次回利用できる4725円分の利用券をプレゼントとします(全支払い利用可)。ウエストやお腹、お尻など部分的にサイズダウンしたい人から、バストアップしたい人までオススメのメニューが100%還元となるこの機会を、ぜひお見逃しなく！



「選べるダイエットシステム」のメニューは、体組み合わせも可能。中でも、人気急上昇の「小顔矯正」は、骨格や筋肉を矯正すること

「美脚コース」をはじめ、「美脚コース」を「むくみ解消スパーデトックスコース」通常6300円、初回お試し各3150円、「小顔矯正」(通常6825円・初回お試し4500円)と充実しており、各コースの



「無料カウンセリング」で、お気軽にご相談下さい。営業時間は午前10時～午後8時(毎週月曜日は午後1時～)。予約制。毎週木曜日定休。駐車場有。
●美原2619
フリーダイヤル
0120085066

足のむくみ 気になりませんか 静脈瘤とリンパ浮腫

テルモ株式会社

下肢静脈瘤を知っていますか？ 脚の血管が浮き出てむくみやだるさ、痛みを覚える病気で、30歳以上の人や長時間立ち仕事をする人に多いといわれています。日常生活にも支障をきたすなど、多くの人が悩みを抱えている静脈瘤についての市民セミナー『足のむくみ 気になりませんか 静脈瘤とリンパ浮腫』が行われます。

無料。講演は市立函館病院心臓血管外科長、森下清文先生(兼任・札幌医科大学臨床准教授)。また、外来の現場で親身になって対応してくれる弾性ストッキングコンダクター(看護師)の菅原留美先生からは、正しいストッキングの履き方についてのお話と、参加者からの質問に答えます。静脈瘤は、足のふくらはぎなどにできやすく、見た目は皮膚かぼこぼこした感です。痛みを感じないという人もいます。



日時は12月5日午後2時～午後4時。会場は函館市民会館3階大会議室。入場料なし。

定員は200人。定員になり次第締切です。お問い合わせはテルモ株式会社函館オフィス 080100057617(担当/萩原まで)。