

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

青いほすと

POST IN FREE PAPER

SINCE 1991

Issue.454 2010.10.15 [fri]

発行元/株式会社青いほすとHD
発行人/佐々木喜美夫 編集人/青山慎司

〒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
[URL] http://oceanplace.jp/aopos/ [Eメール] aoi-post@aurora.ocn.ne.jp

*マロンクラフティーをいかが… ザ・ランド・オブ・ドリーミング

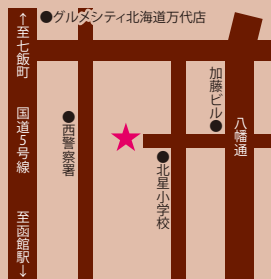
ショーケースに並ぶ色とりどりのスイーツが好評の『ザ・ランド・オブ・ドリーミング』では10月20日～10月30日の期間限定で「マロンクラフティー」(350円)を提供します。プリン種にアーモンドプードルを加えて独特の食感を実現した生地



に、煮込んだ栗のほどよい甘さとラム酒の上品な味が絶妙な逸品。 “大人のスイーツ”的感觉をぜひこの機会にご賞味あれ! また、11

月9日～11月13日は「アップルフェア」で、七飯町のリンゴを使ったこの店自慢の「アップルパイ」通常350円を300円で提供します。各イートイン、テイクアウト共に可。営業時間は午前10時半～午後7時。毎月第2、4、5日曜日と第2月曜日定休。

●大縄町24-16 ☎41-3006



*大好評のアップルパイ ふうげつどう

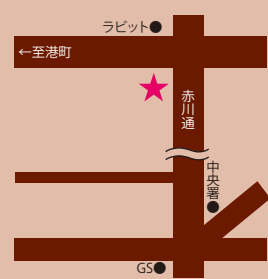
毎年秋に大好評の『ふうげつどう』の「アップルパイ」が、今年も10月中旬から登場します。サクサクで香ばしいパイと七飯産紅玉リンゴのさわやかな甘酸っぱさは抜群の相性で、焼きたては最高の味わい。料金は「ホール」(直径18センチ・1800円)、「カット」(1ピース250円)。ご自宅用はもちろん、お土産にもいいですね。同じく七飯産紅玉リンゴを使用し、リンゴの表面をカ



ラメル状にしたタルトタタン風の「タルトポム」(340円)も、10月中旬より販売開始。秋の味覚リンゴの美味しさを追求した2つのスイーツを、ぜひ1度

お試下さい。営業時間は午前9時半～午後7時半(毎週日曜日と祝日は午後6時迄)。不定休。駐車場有。

●田家町7-23 ☎40-9533



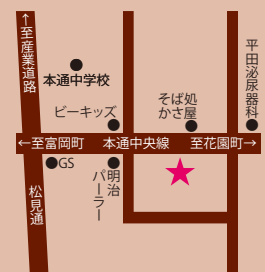
*例年好評、栗むし洋かん 函館千秋庵総本家本通店

150年の歴史を誇る伝統の味と新しい味、函館の風土に根差したお菓子作りで定評の『函館千秋庵総本家』は、どらやきや元祖山親翁をはじめ、毎月変わる上生菓子や季節毎のお菓子など品ぞろえ豊富。「栗むし洋かん」(189円)は、毎年秋の訪れとともに販売される人気商品。通常の洋かんとは異なり、あんど小麦粉、吉野の本くずを使用して仕上げるのが特徴。口当



たりの良い洋かん存在感のある栗のハーモニーが絶品(販売は10月末日頃まで)。昨年から登場した「函館林檎パイ」(150円)と「函館フィナンシェ」(140円)もおススメ。全て市内4店舗で販売中。営業時間は午前9時半～午後6時半。不定休(毎月1回の火曜日)。駐車場有。

●本通2-29-10 ☎31-1188



*大人気のモンブラン フランス菓子ペシェ・ミニヨン

乃木町にある人気店『フランス菓子ペシェ・ミニヨン』の「モンブラン」(450円)は、その年の秋、最初に収穫された栗のみを使用し、独自の配合により、ひと口食べると新鮮な栗の味と香りが広がる逸品。オープン以来のファンも多く、変わらぬ味わいを毎年実現している注目の秋のスイーツといえる。今年も9月11日より発売を開始し、来年2月末頃まで販売す



る。濃厚ながらすっきりとした生クリームとメレンゲの土台のサクサク感との絶妙なバランスをキープするため、注文が入ってからひとつずつ作る点にも注目したい。営業時間は午前10時～午後7時(サロンは午前11時～午後6時半LO)。毎週水曜日定休。駐車場有。

●乃木町1-2 ☎31-4301



2010
AUTUMN
SWEETS
SPECIAL

この秋限定

魅惑の スイーツ 特集

食欲の秋です。スイーツ好きにはたまらない季節の到来です。今年もまた、旬の味覚をふんだんに使ったこの時期ならではのスイーツをぜひ味わいたいという人も多いのではないのでしょうか。

そこで今回はズバリ、“秋限定のスイーツ”にスポットを当ててみました。秋は甘くてとびきり美味しい食材がいろいろです…。ぜひこの機会に、いましか味わえないスイートな気分になってはいかがでしょうか。

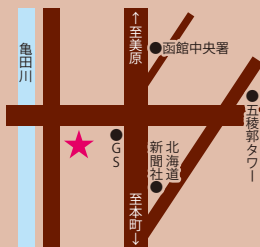
道産かぼちゃの濃厚プリン

シュウェット カカオ

チョコレートやケーキ、焼き菓子、ゼラートなど幅広い商品をそろえる人気洋菓子店『シュウェット カカオ』。道産の生クリームや小麦粉など厳選した素材を使い、専用オーブンで焼き上げるバウムクーヘンなどが好評。かぼちゃのお化けがデザインされたハロウィンカップ



と、コウモリをイメージしたトッピングがかわいい「ハロウィンプリン」(写真、380円)は、道産かぼちゃの美味しさがギュッと詰まった逸品。販売は10月下旬までの予定。ただしカップがなくなった場合はその時点で販売終了となりますのでご注意ください。営業時間は午前10時～午後9時。毎週木曜日定休。駐車場有。
●梁川町27-16 ☎33-5766
<http://www.chouette-cacao.com/>



しっとり食感、優しい味わい

菓匠 ゆめや

北斗市東浜にある『菓匠 ゆめや』は、地元・北斗市産の米の粉を使って、ひとつひとつ丁寧に作る「べこ餅」(110円)と「べこ団子」(9個入、500円)が人気の和菓子店。大福やどら焼きなどの定番菓子はもちろん、月替わりのお菓子や、春と秋には季節限定のお菓子も楽しめます。栗ま



ると1粒をこしあんで包み、さらに栗あんで覆って、練切りあんで栗のイガを表現した「栗きんとん」(写真、280円)は、秋限定の商品で10月31日までの提供。栗の風味としっとりとした食感が特徴的です。10月のお菓子「くるみ餅」(130円)もオススメ。営業時間は午前9時～午後8時。不定休。駐車場有。
●北斗市東浜2-22-7 ☎73-9620
<http://www.k-yumeya.com>



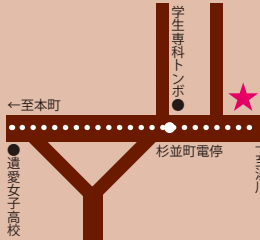
秋らしい「スパイシーじゃがまん」

ひとつ風

秋の北海道をイメージして作られた「スパイシーじゃがまん」(140円)は、ほくほくした皮と、大福豆がアクセントに入ったしっとりジャガイモ餡との出会いが新鮮です。新じゃがのほっこりした美味しさをスパシーな香り付け



でいただく味は、これまで味わったことのないもの。北海道らしいお土産にぴったりと喜ばれているそう。ほかに、生栗を使った「栗きんとん」(150円)、「栗むしようかん」(220円)は、この時期だけのスペシャル。季節を楽しむ「上生菓子」(170円)も、紅葉や栗など、ひとつひとつデザインされ、食べるのが惜しいような美しい形に仕上がっています。営業時間は午前9時～午後6時半。毎週水曜日定休。
●松陰町8-1 ☎54-8977



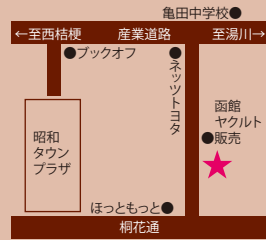
この秋初登場、「洋梨のタタン」

パティスリ ジョリ ジュワ ジョイス

『パティスリ ジョリ ジュワ ジョイス』での秋初めて登場するのは、「洋梨のタタン」(300円)。秋の味覚の洋梨をオープンでじっくり焼いてタタンを作ります。タタンの中には洋梨のコンポートが入り、さらに、表面には洋梨のチップをあしらった洋梨づくし。タタンは



バターと砂糖のみで味付けしているシンプルな作り方。洋梨の甘みがギュッと凝縮され、濃厚ななかにもフルーティーで爽やかな味わい。タタン、コンポート、チップと3種の味で楽しめる今までにない味です。そのほか店内には、可愛いケーキが多数並んでいます。ケーキが美味しくなる秋、存分に楽しんで下さい。営業時間は午前8時～午後8時。毎週火曜日定休。駐車場有。
●昭和1-24-20 ☎43-1005



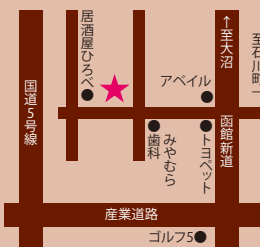
この秋登場、「かぼちゃのモンブラン」

ショートベリー

この秋、登場する『ショートベリー』の新しいケーキは「かぼちゃのモンブラン」(300円)。モンブランといえば、栗やサツマイモを材料に使うことが多いですが、この店ではかぼちゃでひと味違うモンブランを作りました。



山型にのったかぼちゃのクリームの下にはチョコスポンジをロールしたものにガナッシュを敷いて生クリームをしばらく、1番下にはビスケットを敷いています。かぼちゃのクリームは、あっさりとしたソフトな甘さ。鮮やかな黄色のきれいな色合いも、おいしさを感じさせ、何個でも食べられそう。秋限定の味をご賞味あれ! 営業時間は、午前10時～午後8時。不定休。
●桔梗町418-112 ☎87-0500



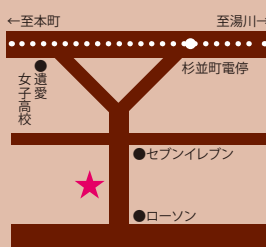
落ち葉が舞うような…「アヴェニュー」

パティスリー アキラ

パリのマロニエの並木通りにひとひらの落ち葉が舞う、そんなイメージがケーキになりました…。時任町にある『パティスリー アキラ』の「アヴェニュー」(360円)は、ビスキュイにのったカリカリのグラニテ、チョコクリーム、カラメル



のムースが重なって、ケーキを彩るカラメルソースが枯れ葉のよう。3つの味のハーモニーはまろやかで、最後に香ばしいカラメルが残ります。芳醇な味わいが口の中に広がり、実りの秋を食べているよう。チョコレートを楽しむ「ガトーショコラ」(230円)や、やさしく口の中で溶ける生クリームの「ショートケーキ」(320円)もあります。営業時間は午前10時～午後7時半。不定休。
●時任町34-23 ☎51-1187



「全国統一高校生テスト」に450人が挑戦!

東進・函館杉並校(石田清塾長 主催)の「全国統一高校生テスト」が去る9月20日に教育大・函館校で行われ、高3・高2・高1・浪人生約450人が受験しました。同じ日に、全国10万人の高校生が同じセンターレベルの問題に挑戦することとなり、受験生達の顔にも十分な気合と闘志がみなぎっていました。早くも

1週間後に返却された成績データによれば、順当に得点をあげた高3・浪人生が多かった他、高1生で英語170点(得点率85%)以上を得点する生徒がいるなど、高3生を凌ぐ高得点の高2生、高1生が数多く見られました。

今回のテストを通して、函館市内には北海道大学、東北大学を志望する生徒が多数いることが確認できました。合格者数は長期低迷が続きつつあるのが現状です。函館よりも学力レベルの高



全国統一高校生テストの様子

望する生徒が多数いることが確認できました。合格者数は長期低迷が続きつつあるのが現状です。函館よりも学力レベルの高

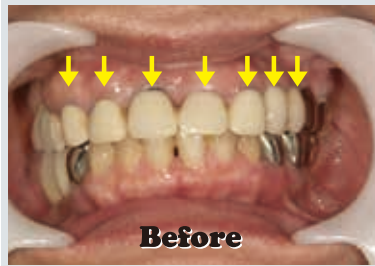


「前歯の治療」市民講座 ビフォー／アフター

「オール・セラミック」の自然感(12)



保険の前歯を入れた当初はそこそこきれいですが、数年もたつと「変色して黄ばんでくる」ことが大きな欠点です。縁が黒ずんでくることもよくあります。今回の患者さんもそのようなケースです。5年前に被せた前歯をオール・セラミックに取り換えたいというご希望でした。治療した歯は7本です。色合わせではブリーチングホワイトと呼ばれる女性に人気の色調を選択されました。とても良い出来具合で気に入っていた「出っ歯」も修正されています。前歯を6本以上治療した場合、下の歯とのバランスを気にしないで白い歯にできます。患者さんは「あこがれの白い歯」でとても満足そうでした。お友達からの評判も上々とのことです。



オール・セラミック 10万円×7本 計70万円

インプラントとセラミックなら

吉田歯科口腔外科



函館市湯川町1丁目30-8 TEL 59-3918

青ほの心

新聞を読んで

新聞の時評で、ある大学の先生がこんなことを言っていました。最近の社会は、その時々だけの話題に飛びつき、盛り上がるだけ盛り上がったら急速に冷めるという傾向が強い。政治に対しても内閣支持率が急激に高くなったりまた数カ月で急落したりを繰り返す。政治や社会に対する失望から救世主を待望し、ずばつと断言する人物がもてはやされるが、しかしその延長線上には、過激な言葉を発し、誰かをバッシングすることで熱狂をおおりの人気を得ようとする発想がある。

最近ネットの書き込みにも熱狂ともいえるバッシングが見られますが、気になるのは次のくだりです。

「熱狂は理性を奪い暴力につながりやすい。国民が熱狂とバッシングに浮かれる構図は戦争前の雰囲気似ている」。ひと頃よく言われたことですが、子ども達に、「どうして戦争を止められなかったか」と聞かれた大人達が異口同音にいう言葉があります。「知らないうちにいつのまにかそうなっていた」「気が付いた時にはもう反対など言えない状態になっていた」というもの。何故そうなったのか、愚を繰り返さないために考えることが必要ではないかと思えます。「この状況を避けるにはどうすればいいか。それは、まず熱狂を疑い自らを客観的にみる視線を持つこと」と時評は結ばれています。異なる様々な意見にも、偏見や作られたイメージで判断するのではなく、冷静に、謙虚に耳を傾けることが大切と、いつことでしょうか。

今、世の中全体が、漠然とした不安や閉塞感を、誰か他の人や事柄のせいにして安心しようとしている。そんな気がします。でも、例えば政治も私たち市民が1票を投じた結果だし、社会の様々な現象も、めぐりめぐって一人ひとりの意志の反映といえます。どこか関係の無いところで起こっているのではなく私たちも責任の一端を担っているのです。様々な事柄について「何故」という視点を持ち、立ち止まって考えること。そうすることで、沖繩の痛みやイラクやアフガニスタンの窮状も私達とどこかで繋がる問題だということがみえてくるかもしれません。

元気日和

街を元気にする元気の横顔!!

人と人をつなぐ...

「函館市地域交流まちづくりセンター」副センター長 齊藤貴美恵さん

「音大に進学。しかし、で、いろいろな経験して大学に入ってみると、周りが楽しかった」という齊藤さん。

よく通る声、きれいな話し方。それが、「函館市地域交流まちづくりセンター」の副センター長、齊藤貴美恵さんから受けた第一印象。それも、そのはず、齊藤さんは、音楽大学出身で音楽を専攻していました。子どもの頃からきれいな声といわれていた齊藤さんは、歌手を志してもこなしていたそう。



その後、「函館市地域交流まちづくりセンター」の開設を機に、こちらに移り、現在に至ります。同センターでは、市民活動のサポート、さらには、函館を訪れる人に向けての街の案内役「ユースター作り」などを行っています。人と人をつなぎ、街を元気にする仕事は、人と人をつなぐ仕事から仲間が増え、いったい何があります。『まちのチカラ』サポートデスクというボランティア登録もできます。分らないこともサポート。たら、いつでもサポート。します」と齊藤さんは、元気に話してくれました。

子ども、高齢者、移住者、旅行者など様々な人が、思い思いのスタイルで、ここを訪れています。まだ、行ったことがなかったら、ぜひ訪ねてみて下さい。同センターは ☎ 229700。

教えてヒヨちゃん!

その道のプロに技を伝授されたヒヨちゃん(性格)まじめ・キレイ好き)が、しみ抜きや洗濯の裏ワザを教えてください。このコーナー。衣類の寿命を長持ちさせ、グリーンング代も減らせるかも!! 節約したいあなた、必見です!

(ヒヨ)「ウールの製品は洗濯すると、濡れた繊維が絡まって伸びたり縮んだりします。なのでエマールなどシリコン入りの洗剤を使い、ネットに入れてドライコースで洗います。ゴワゴワした風合いになってしまったりスチームアイロンを少し浮かせてかけてあげると毛が整って再びふんわりしますよ。ポリエステルやキュプラなどの化学繊維は縮みませんが、シワをアイロンで伸ばす時に注意が必要です。熱

(ヒヨ)「そうです。洗濯後のアイロンが難しいので、故に水洗い禁止な場合が多いです。なので、いかに型崩れやシワをつけずに洗うかが大事なのです。協力/しみぬきや本舗 東川町79 837715



ミニコミ『サンボ』を発行

『サンボ』代表 細川桜さん



『サンボ』は、北海道教育大学函館校マスコミ研究会・通称「マス研」が、大学内および一般の市民に向けて発行しているミニコミ誌。現在、同大学3年で代表を務める細川桜さんは、雑誌の発行時からスタッフとしてかかわっている。

最初の原稿は「WE LOVE チャリ旅」～なっちゃんと桜の体当たりレポート～。体を使った体験記を書きたいと考え、メンバー2人の札幌までの自転車旅を企画した。ママチャリに乗り、ひたすら国道を走る旅は様々な出会いとアクシデントがあったという。ライブ感覚の2人のコメントが面白く、その後、「桜の体当たりスペインひとり旅」、女4人・鈍行列車de稚内「思いついて最果て」と体験レポートが続く。

自分の書きたいことを書こうと参加した細川桜さんだが、編集に関わり、1人でできないことが何人かが集まるとできるというのが面白く、編集にも興味がわいてきたそう。「自分達書いたものを読んでもらえるのはうれしいです。反響は怖いと思うこともあるけれど、発信しなければ聞けなかったことなのでうれしいことが多いです。サンボの編集をしながら、多くの出会いがあり、また活動が形になって残ることもうれしいこと」と話す細川さん。

11月発行号のテーマは「働くということ」。新社会人と長く仕事をしてきた人を取材する予定なのだとか…。仕事の現場を体験するインターンシップなども人気があり、学生にとって仕事をするは大変興味のあることだという。これからは体験取材を後輩に譲って、新しいサンボにどんどん変えていってほしいと、今後の抱負を話す。

<http://ameblo.jp/masmas2> マス研ブログ

Lunch Time

蕎麦だいにんぐCOCOLO

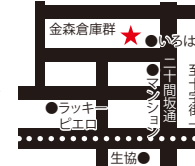
市内末広町にある『蕎麦だいにんぐCOCOLO』のランチは、蕎麦と野菜料理がメイン。体に優しいメニューがトレイいっぱいに並びます。



料理は、豆腐とおからのコロッケ、寄せ豆腐さのこあんかけ、季節の煮物、食養生で味付けたおひたし、玄米おむすび、蕎麦(温または冷)、豆乳プリンです。この店で使う食材は、「築城農園」の有機玄米、季節の有機野菜、日本の海水から作った海の精、蕎麦は丸南本店からの取り寄せなどと食材がどのものかを明記しています。手をかけて作った安心メニューの心もほっとする優しい味わい。心を込めて作った味をご賞味あれ!

営業時間は午前11時半～午後6時半(LO)。ランチはなくなり次第終了。毎週火曜日定休。駐車場有。

●末広町14-3 ☎26-2333



腰痛に断然オススめのタジマ寝具!

「朝起きると腰が痛くてさっと動けない」「上向きに寝られない」「背中や腰の痛みで何度も目が覚める」「寝返りにくい」。本紙読者におなじみの『タジマ寝具』には、このような相談が少なくはないのだと…。中には「腰痛で病院へ行ったけれど腰因不明と言われた」と悩んでいる人もいるそう。「そのような場合は、一度敷きふとんのチェックをして下さい」と田島社長。



古くより真ん中がへこんでいたり、低反発などの寝返りのうちにくいマットも問題。良い敷きふとんの条件は、支持性があり良い姿勢が保たれること。つまりへたりやすいものは腰を痛める原因になるのです。また、体温を貯え冷えを予防するには保温性も必要。背中をしつかり温めるには、植物性繊維よりも獸毛繊維の方がパワーがあります。さらに汗を吸う吸湿力、吸った汗を放湿する放湿力、それら全てを備え、長く快適に使用できる敷きふとん「タジマ寝具」は、敷き寝具の三つ星。オススめは、モンゴル産らくだ約1頭分の冬毛のみで作った「イワタキヤメル」の敷きふとん。シングル100×200で①2キロ4

万3050円②3キロ4万9350円③4キロ6万9000円。厚さは、体型やベッド、ふとんにより調整。

なお、店内での体験、無料1週間貸し出しは予約制です。で、電話または店頭でお問い合わせ下さい。営業時間は午前9時～午後6時。毎週日曜日、祝日定休。駐車場有。

●柏木町225 ☎511944

至本町
久保田内科
タジマ寝具
ニシムラ
柏木町電停
ホリテ
タポラップ
クラフツ

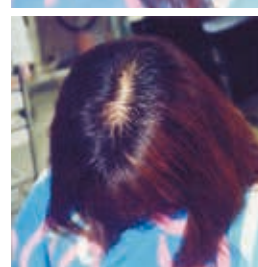
タジマ寝具

今年の暑さは髪にも影響

市内宝来町の「ヘアクリニーク タグチ」のオーナーによる「今年、異常な暑さで髪と頭皮は相当のダメージを受けている」とのこと。

紫外線の害が頭皮に直接影響し、抜け毛、脱毛、頭皮のトラブルが増えるということです。抜け毛、脱毛、頭皮のケアは早め早めに行うことがおすすめ。また、抜け毛の原因のひとつである毛穴の詰まりは自分で

はなかなかわかりません。まずは、頭皮がどういう状態か診断してみませんか。ハリやコシ、ボリュームがなくなるという人も1度診断することをおすすめします。ここでは小学生から90歳まで利用者は幅広く、髪の悩みで年齢は関係ありません。この施術法「田口式温熱療法」は、薬剤を一切使用しない自然発毛療法。頭皮を改善し、抜け毛、脱毛のケア



●サンリフレ
●旧イタリアンレストラン
●魚長

至宝来川
漁火通

☎229482
☎229482

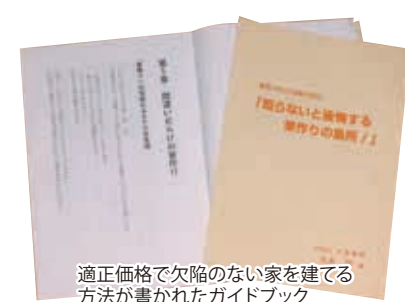
宝来町3110

夢のマイホーム作りが分かる本、読者27人にプレゼント

「夢のマイホーム」という言葉があります。誰しも、我が家を持つことを願っていますが、今の時代、夢の実現の厳しさに直面している人も多いのではないのでしょうか。また、せつかく手

に入れても、家を手放さざるを得ない人が急増しているともいいます。

道南の上ノ国町に本社をもつ「株式会社丸善建設の久未守代表は、住環境アドバイザーとして「知らないと後悔する家作りの急所」(A5判115ページ)を自費出版。この本は、読者がとて業界のからく「現場で経験したこと」が書かれていて参考になる」と評判になっており、マスコミからも高い評価を得ている家作りのガイドブックです。のガイドブックを読むこと、マイホーム取得のコツが見えてくるのではないでしょう。



「夢のマイホーム」という言葉があります。誰しも、我が家を持つことを願っていますが、今の時代、夢の実現の厳しさに直面している人も多いのではないのでしょうか。また、せつかく手

今回はこのガイドブックを本紙読者先着 27人に無料で配布します。申し込みはフリーダイヤル0120-0537、444(受付時間)午前9時～午後5時以降4時間受付け、FAX0139551-2688または左記Eメール「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おりませんので安心してお申し込み下さい。

●建築相談調査会・株式会社丸善建設
●松山郡上ノ国町字中須田9154
info@hdmaruzen.com
ホームページ「函館ホームドクター」で検索
<http://www.hdmaruzen.com>

探していた1台に出会うなら...

キャリア20年以上の経験豊富なスタッフによる確かな技術と、きめ細かなサービスが評判の「道南車検整備センター」では、新車・中古車・中古車の販売にも力を入れています。

販売する車はオークション会場で取り引き。全国各地から出品された何万台の中から、評価点、走行距離、装備などをチェックし、希望にあった1台を探し出し、売りに出されています。



	エコノミーコース	一般コース
軽自動車	34480円	44180円
1トン以下	50470円	60170円
1.5トン以下	60470円	70170円
2トン以下	70470円	80170円
2.5トン以下	80470円	90170円
小型貨物	26450円	36150円

※3ナンバーは+100円。指定整備以外の整備・修理が必要な場合は、部品代・整備料が別途発生します。

道南車検整備センター

工場 ●昭和234
国道5号線陣屋裏
☎40808
事務局 ●高松52648
☎577338



プロ野球選手になるのが夢だった。サウスポーだったので王選手に憧れた。ジャイアンツの一塁手になったかった僕は、母親に無理を言ってファーストミットを買ってもらった。

学校のグラウンドで友達と日が暮れるまで野球をやった。家の壁を使って毎日

捕球の練習をした。野球選手になる夢を忘れたのは、いつの間にかだったのだろうか？

この写真を見て、ふと思った。いまの自分に、あの頃思い描いていたような夢はあるかなって…。あるワケないよな、もう人生の先が見えてきた40代なんだから…。精一杯、毎日を生きてゆけただけだよ、これからは…。

そんなふうに考えていた時、あの頃の自分が目の前に舞い降りてきて、僕に聞いてきた。「でもそんな人生、つまらないと思わないかい？」

写真/谷杉アキラ
プロフォトグラファー。1968年函館生まれ。『フォトスタジオ オタニシギ写楽館』(美原 3-58-3、☎46-4554)代表。道内最古の写真館『旧小林寫真館』プロデューサー。

文/青山慎司
編集者。1965年函館生まれ。『青いぼすと』編集長。

(チョコ)記者の お手軽クッキング

ナスのクツパ

材料

- ナス…1本
- ニンジン…1/2本
- モヤシ…1/3袋
- ピーマン…1個
- ネギ…10cm
- ミョウガ…適宜
- 豚ひき肉…150g
- 塩・コショウ…適宜
- 水…カップ1
- 調味料
醤油・塩・ゴマ油
…それぞれ大1
- ご飯…2膳



作り方

- ①ナスとニンジンは7cmの長さに切り、太めの千切り。ピーマンは縦に太めの千切り。ネギはあらみじん、ミョウガは薄く切る。それぞれの野菜を別々に炒め、軽く塩で味付ける。モヤシはざっと炒め塩で味付ける。
- ②ネギとひき肉を炒め、調味料1で味付ける。肉を少し残してとりわけ、水を加えてスープにする。塩・コショウでスープの味を調える。
- ③器にごはんを盛り、炒めた野菜を載せて、スープをかけ、ミョウガの千切りを添える。

ニラやわかめ、卵焼きもよく合います。大人には、スープに豆板醤などちょっと辛目の調味料を入れてもいいですね。

Naruhodo Topics [なるほどトピックス]

知っていますか？ 高齢者の安心住宅を…

有限会社プライムオブライフ

1人暮らしの人やご夫婦が安全に安心して生涯を過ごす「終身高齢者専用住宅」が誕生しました。老人ホームや施設と違い、自宅と同じように自由に自分らしく暮らしながら、介護予防をし、健康で元気に暮らせるようサポート体制を整えられています。入居は60歳以上が対象で、配偶者や親族との同居もできます。将来、介護生活になっても住み続けることができ、1フリー住宅を一生賃貸でき、死亡時に終了します。

24時間対応(夜間は警備保障会社)、耐火構造省エネ住宅で車いすにも対応しています。また、共用のバリアックスベイスも充実、ベットと隣に暮らせる居室があるタイプもあり、介護生活になる原因の多くは、自宅内での転倒による骨折事故、健康管理不足による病気などです。転ばぬ先の杖、「高齢者専用賃貸住宅」に住み、安心して老後をゆつたり過ごしませんか？

湯川町2丁目の松倉川沿いの温泉街に、足湯を備えた「リストランテ・カフェ・ラ・フェスタ」が10月22日にオープンします。高松町にある輸入パンと本場、ルキアの製法で作る手作りワッフルが評判の「リストカフエ・チャオ」の姉妹店。パンやワッフルの販売のほか、ドリンクや和食中心の食事メニューを提供。「チャオ」でも人気の「輸入パンセト」写真上、1000円や日替わりランチ(800円)のほか、軽い食事とデザートが楽しめる「コーヒール・紅茶がおいり自由の「アフタヌーンティーセット」(1500円)なども用意。店内は全席ソファテーブル。2時間でも3時間でも、時間を気にせずゆっくり過ごしていただきたいので、高松や座り心地にこだわっているのが特徴。足湯は6人ほどが入れる別室に備えられており、足湯に浸かりながら食事やお茶を楽しむことが可能。人気スイーツも揃っています。

ツルの販売のほか、ドリンクや和食中心の食事メニューを提供。「チャオ」でも人気の「輸入パンセト」写真上、1000円や日替わりランチ(800円)のほか、軽い食事とデザートが楽しめる「コーヒール・紅茶がおいり自由の「アフタヌーンティーセット」(1500円)なども用意。店内は全席ソファテーブル。2時間でも3時間でも、時間を気にせずゆっくり過ごしていただきたいので、高松や座り心地にこだわっているのが特徴。足湯は6人ほどが入れる別室に備えられており、足湯に浸かりながら食事やお茶を楽しむことが可能。人気スイーツも揃っています。



●北浜町1-5
●44-0335

生きた英語に触れながら、楽しく英会話

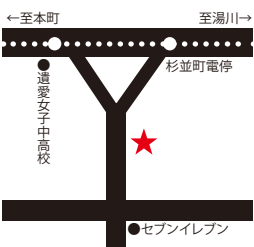
函館YWCA 英会話クラス

ある新聞社の調査によると、日本人の80%の人が習っていた英語に英語を上げています。この4月からリア・ティンバレン、シア世代でも旅行などで気軽に英会話ができたらと思

英語学習で定評のある市内松陰町の「函館YWCA」では、この4月からリア・ティンバレンさんを講師に迎え、初級、中級、上級、こどもクラスのレッスンをしています。リア・ティンバレンさんはアメリカのミネソタ州ミネアポリス生まれ。明るく聡明で、フレンドリーな人柄の魅力的な先生です。授業は、会話、文法、歴史などを学び、歌やゲームで楽しくレッスン。生きた英語に触れることで楽しみながら自然に話すコツが身につくようにしていきます。この機会に憧れの英語を習ってみませんか。授業は火曜日から金曜日の昼間から夜間まで各クラスを設けていま



そのほか、日本人の先生による「こども英語」(小学生のクラス)もあります。10月は入学金が通常6300円のところ、半額の3150円(別途施設光熱費がかかります)。見学や体験レッスンを随時受け付けていますので、詳しくはお問い合わせ下さい。



●松陰町1-12
☎51-5262

J・R函館駅内商業施設「ピアポ」に多彩なショップな続々オープンしました。8月1日に函館駅利用者から要望の多かったドラッグストアがオープン。ドラッグストア「アミダ」は、薬や化粧品、生活雑貨など豊富で多彩な品揃えが自慢です。セールの品を除く全商品5%オフとなるメンバーズカードの会員募集も行っています。同じく8月1日にオープンした書店「北文館」は、列車内で手軽に楽しめるようにと、ベストセラー文庫ビジネス書コミックの品揃えにこだわりました。雑誌も数多く取りそろえ

ているので、普段使いにもピッタリ。駅周辺に来た際に気軽に立ち寄りいただけます。10月1日には、亀田本町にある昭和4年創業の地元老舗ベーカリー「キングベーク」がオープンしました。「一体に安心で安全なパンを提供し、地域の皆様に愛される店作り」をモットーに、道産小麦など素材にこだわったパンをお届けします。

列車を利用する時だけでなく、日々のお買い物にもぜひ「ピアポ」をご利用下さい。

●若松町12-13
ドラッグストアアミダ
☎2733838

北文館
☎2350223
キングベーク
☎2203030

いまハコエキ(函館駅)が面白い！ 新規3店舗オープン！ 函館駅ピアポ

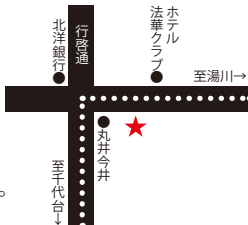


新店舗&リニューアル

はあ〜と鯛焼総本店



市内本町にオープンした『はあ〜と鯛焼総本店』は、できたてはカリッとした食感を楽しみ、時間が経って生地が柔らかくなるとまた違った味わいで楽しめる2度美味しい鯛焼き。店内ではできたてを楽しんでもらいたいと、席を作りお茶の無料サービスもあります。人気上昇中の「お好み焼きの鯛焼き」(150円)は、中にキャベツ、ペコーン、自家製ソース入り。注文制なので電話予約がおすすめ。北海道産



小豆使用の「つぶあん」(120円)、パティシエが作る「クリーム」(150円)などの鯛焼各種。ソフトクリームの上に鯛焼がのった「穴があったら入りたい」(320円)などオリジナルも豊富。2000円以上から宅配可。営業時間は午前10時〜午後7時。毎週火曜日定休。駐車場有。

●本町31-19 ☎52-8100

通信販売コーナー



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、エバメールゲルクリームを!!

エバメールゲルクリーム
180g入 宅配送料込 **3,700円**

お申し込み
お問い合わせ (株) 青いぼすとHD

TEL (0138) 23-5688 (担当:本間)
ご注文受付/月〜金曜日午前9時〜午後6時

次号予告

10月29日号
「いい夫婦の日」の
素敵なお過ごし方特集

発行元/株式会社青いぼすとHD

〒040-8605 北海道函館市弁天町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	Kimio Sasaki
編集長	青山 慎司	Shinji Aoyama
副編集長	大場 小夜子	Sayoko Ohba
ライター	野村 保子	Yasuko Nomura
	由井 亜紀	Aki Yoshii
	花輪 志保里	Shihori Hanawa
	平井 由佳	Fuka Hirai
DTP & WEB	武越 史幸	Fumiyuki Takekoshi
通販事業	本間 尚子	Naoko Honma

編集後記

連日の猛暑がウソのように、朝晩の自転車通勤も快適な秋がやってきた。この原稿を書いている頃は、家の近くの岸壁でアジ釣りをしたが、こちらますます好調だった。「秋がやってきたんだなあ〜」と実感。夏が過ぎ去るのはちょっと淋しいけれど、涼感でも飲みながら秋の夜長を楽しもうかな…。(慎)

スカイパーフェクトのチューナーが壊れた件の続き。チューナーは無事取り替え終了。しかし、新しい問題が…。いつも録画してDVDにダビングしていたのですが、それが全然できないことが判明。HDで放送のテレビ番組の録画は1回限定になっているようです。(345)

ケーキの取材は幸せ。「パティスリーアキラ」ではムースを作るところから見せて頂いた。真剣な手つきと無駄のない動きが美しく美味しいものは美しく作られると納得。ひとつひとつのケーキは宝石のようで口に入れるのをためらってしまふ。でも食べた時の幸福感はお菓子の持つ特権かも…。(チョコ)

夏の暑さと残暑の影響が、湿疹がなかなか治らず、おまけにコンタクトトラブルで眼球が傷つき、救急病院のお世話になった。1年ぶりに会った友人に、いつも病院と縁があるのね、といわれてしまった。なるべくお世話にはなりたくないけれど…。(画)

引越越しを控えたタイムマシーンで引越後の世界へ行きたいなあ〜などと、現実逃避している場合ではない。しかし、荷物を整理しながらついでに思い出に浸っている。流行遅れの服を発見し、笑いをとろうと着てしまう。この号の発行日には、すべて無事に済んでいることを祈って。(BP)

先日、友人の家を訪ねようとした時のこと。住宅街を車で徐行していたら、小さな子供を連れれたお母さんらしき人が私の顔をジロリ、一瞬「何? 感じ悪いわね!」と思ったのですが、原因は多分私がつけていた日よけ用の大きなマスク。顔を隠し、車でうろつく不審者と思われた!? (ヒ)

- voice
- information
- present

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イベント情報、サークルのメンバー募集などをお待ちしております。営利目的の情報(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。各情報の掲載につきましては、掲載日が限定される場合や、内容によって掲載できない場合もございますので、FAXをお寄せいただく際には、事前にまずは電話でご一報下さい。

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

ストレス発散したいな
この暑さで本当にバテバテなのでリフレッシュ特集(8月20日号)良かったです。まだ行ってもいいのに何だかリフレッシュ気分。エステに行つてストレス発散したいなと思ってます。ヴィラコンコルディアが気になりました。(松川町C・T)

さわやかな空気のおかげで...
涼しい秋風の吹く朝、あれもう青ぼきた! さわやかな空気のおかげで頭もさえて、いーらんさ〜と見つけた。あれ1ページ目、広くなった? と2ページ目もあれ広いです。と気づいたら、宣伝のせいだった。宣伝が上の内容の続きみたいになっていていつも半分の中味が、全面に広がって見えた。黄色もいいね。(チヨコ)さん、ウインナー入った夏野菜スープ、介護している母にも作つてあげようと思。元気でぞう!! でもこれ

秋はスイーツが美味しい
季節。旬の素材を使った魅惑のスイーツをぜひこの季節にたつぷりと味わいたいものです。さて今回は、スイーツ好き必見の秋のスイーツ特集をお届けしました。編集室では、読者の皆様からのお便りを募集しています。お寄せいただいたお便りやプレゼント応募に添えていただいたご感想は、このコーナーにて所在地の町名、イニシャル入りで「読者の声」として掲載させていただきます。

編集後記もなかなか面白い
今までもあまり編集後記に気が付いていなかったんですが、今回じっくり読んでみるとなかなか面白いですね。記者の方も結構おられるようですよ。これからの楽しみにして。(桔梗2丁目Y・N)

街角情報

『1日合同行政相談所』が10月18日にイトーヨーカドー函館店で
総務省の「1日合同行政相談所」が10月18日(月)にイトーヨーカドー函館店で開かれます。時間は午前10時〜午後4時。各行政機関が参加します。1箇所です。

『潮ハンドボールクラブ』、小学生ハンドボール部員、無料体験参加者募集
『潮ハンドボールクラブ』では、5周年を迎えるこの10月11日に無料体験を行います。ハンドボールをやってみよう小学生、やらせてみたい保護

準備登記年金、税金、道路など様々な相談ができるほか、弁護士による無料法律相談も開設します。相談は無料、秘密は守ります。詳しくは、総務省函館行政評価分室☎23-0909まで。
『函館YWCA』の「ワインの夕べ」が10月30日に
『函館YWCA』の「ワインの夕べ」が10月30日午後6時から函館YWCA内で開催されます。「ほこたてわいん」の方によるワインにまつわるあれこれ聞きながら、秋の夜長を楽しみましょう。参加費は2500円(試飲・ピンチョ付き)。お申し込み・お問い合わせは、函館YWCA☎51-5262まで。

奥様アルバイト募集

◆毎週2回程度、青いぼすとやチラシを配布するお仕事です。◆収入は月額1〜2万円程度ですが、配布地域によって異なります。◆原則として配布地域または配布地域周辺にお住まいの方が対象となります。

募集地域

- 入舟町 東川町 栄町
- 若松町 大手町 湯川2丁目
- 上野町 山の手 本通2丁目

お申し込み・お問い合わせ

(株) 青いぼすとHD

TEL 23-5688

プレゼント

『大衆酒場 棚からぼたもち』より、3000円分の食事券を3名様にプレゼント
今回の「いい店みつけた」のコーナーで紹介した「大衆酒場 棚からぼたもち」より、天八グループ全店で利用できる3000円分の食事券を3名様にプレゼント。応募は



者(は)ぜひこの機会にどうぞ。ただしスポーツ保険料737円(手数料込み)がかかります。また、新規入会者にはオリジナルスポーツタオルをプレゼント。詳細は渡辺☎080-6094-5901まで。

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つぷりとお書きの上、〒040-8605、函館どつく内・株式会社青いぼすとHD「棚からぼたもち」係までどうぞ。締切は10月26日。

SPOT LIGHT

街で話題のお役立ち情報を青いほすと記者が徹底チェック！ 快適で潤いある暮らしのヒントにして下さいネ！

ツールペイント&花で飾るクリスマス 工藤澄子ツールペイント教室ウエル花夢

ツールペイントとフラワールペイントの「コラボ」によるクリスマスグッズを見るに來ませんか？

日吉町の「工藤澄子ツールペイント教室ウエル花夢（カム）」主催の作品展が11月10〜12日の3日間、中島町の「ガーデンシヨップ きこうえん」（パポツツ函館向かい、☎51・3014）で開催されます。



「図案をもとに様々な素材に何かを描いてゆくツールペイントとフラワールペイントには共通する部分が多く、さまざまアイデアを駆使した楽しい展示会になると思います」とPRする工藤さん。また、桜木さんは「工藤先生の作品に合ったアレンジをしてゆきたいです」と話しています。



「図案をもとに様々な素材に何かを描いてゆくツールペイントとフラワールペイントには共通する部分が多く、さまざまアイデアを駆使した楽しい展示会になると思います」とPRする工藤さん。また、桜木さんは「工藤先生の作品に合ったアレンジをしてゆきたいです」と話しています。

同教室では月々金曜日（好きな曜日を選ぶ）の午前10時〜正午に教室を開いており、1レッスンを1600円〜。受講生を随時受け付けています。

●日吉町4・29 15
☎31・6556

不動産の任意売却、お気軽にご相談を！

有限会社アート

市内松川町にある不動産会社『有限会社アート』では、不動産の売買などに関する相談を随時受け付けています。

同社で特に実績あるのが、不動産の「任意売却」です。通常、住宅ローンの支払いが滞って一定期間が経過すると不動産の差し押さえが発生し、やがて競売物件となります。不動産が競売に移行する前に、債務者に少しでも有利な条件で不動産を売却するのが任意売却です。

同社では任意売却の相談を随時受け付けています。弁護士や司法書士との連携なども行っています。



任意売却を成立させた依頼主からは「最初は半信半疑だったが、相談してみてもよかった」という声が寄せられているそうです。同社代表取締役の高島繁さん（写真）は、「債務者の生活の再生に向けて、少しでも有利な条件で不動産を売却するのが任意売却という方法です。残債務の返済については債務者の生活が考慮され、月々の返済額が無理のないものになります。大切なマイホームを手放すことを悩む時期は辛いものですが、社会的ストレスから解放され、明るい未来を目指すことが第一ではないでしょうか。苦しんでいる人がよりよい形で人生の再スタートを迎えられるようお手伝い致します。1人で悩まずに、できるだけお早めに私共にご相談下さい」と

話しています。また、高島代表は、「不動産のことに興味ある方はぜひ、宅地建物取引主任者の資格を取得することをオススメします」と、ご自身の経験から宅建主任者の資格取得についても奨めています。不動産に関する各種の相談、お問い合せはお気軽にごどうぞ。

●松川町6・1
☎44・3020
http://artbnei.jp/
北海道知事渡島（S）1035号

