

# 青いほすと

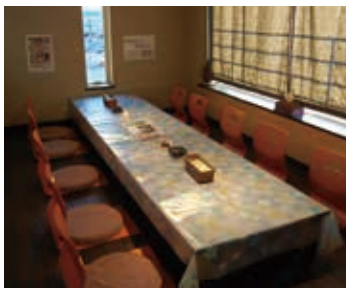
POST IN FREE PAPER

SINCE 1991

Issue.456 2010.11.16[ tue]

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] [aot-post@aurora.ocn.ne.jp](mailto:aot-post@aurora.ocn.ne.jp)



掘りごたつの個室で  
ゆったり、のんびり...。  
市内亀田本町・五稜郭  
駅隣の『カフェ&レスト  
ランあおき』で忘年会は  
いかが!

があり、落ち着いた雰囲気  
の中で宴会や小会合  
ができる。好評。職場や  
サークルなどの忘年会・  
納会にオススメです。  
宴会プランは1人  
3500円〜6000  
円と豊富にそろってお  
り、それぞれ2時間飲み  
放題。飲み放題の2時  
間が過ぎて、その  
のち会場でのんびり  
してOKという嬉しいと  
ころです。

また、ちよっと  
気軽、リーズナブル  
に宴会をしたい  
という人向けに  
は、「オールドブル宴  
会」がオススメです。  
1人2500円こ

●亀田本町 65 27  
42・4242

## 掘りごたつの個室でゆったり宴会はいかが? カフェ&レストランあおき

# 忘年会 新年会

2010 ▶ 2011

さあ、今年もいよいよ、宴会シーズンがやってきます。まだまだ厳しい話題が多い世の中  
はありますが、1年間頑張ってきた職場の仲間やサークル、趣味、各種活動の仲間と今年を振  
り返り、飲んで食べて来年へのエネルギーにしましょう。もちろん、頑張ってきた自分自身へ  
のご褒美の意味も含めて...。  
本紙では今回もまた、例年恒例の宴会情報企画『グルメ&宴会特集』を、今号と次回増刊号  
の2回連続でお届けします。幹事さんはもちろん、宴会場選びに意見を求められそうな人、い  
ろいろ相談されそうな人はぜひ、お見逃しなく!  
来年は明るい話題の多い1年であるといいですね。素敵な明日がやってくることを祈って  
元氣よく、乾杯!



落ち着いた雰囲気の  
心地良い空間で、気取ら  
ずに本格イタリアンが  
楽しめる『アクシス』で  
は、取り分けながらワイ  
ワイと楽しめるバーテ  
ィープランを用意して  
います。オススメは前菜  
4品、ピッツァ、パスタ、  
デザート。全7品に90  
分飲み放題が付いた  
4000円のプラン。野  
うことも可能。

肉、魚介をバランス  
よく取り入れ、彩りもよ  
く盛りつけられた料理  
は、ボリュームもたっぷ  
りで大満足間違いなし  
です! 料理が9品の  
5000円のプランも  
あります。パスタは予約  
時にお願いと好み  
のものに変更可。さら  
うことも可能。  
飲み放題は生ビール、  
ワイン(赤・白、焼酎、  
ソフトドリンク。プラス  
500円でウイスキー  
と日本酒も楽しめます。  
いずれのプランも4人  
以上で3日前までにご  
予約下さい。予算に応じ  
た宴会の相談も気軽に  
どうぞ。10人以上の予約  
にはワインを1本プレ

●五稜郭町 35・1  
ホーム企画ビル1階  
56・5384

## イタリア料理の宴会プラン! カフェレスト・アクシス

無料と特典もあり!  
営業時間はランチが  
午前11時30分〜午後2  
時30分(LO)、カフェが  
午後2時30分〜午後5  
時、テナーが午後5時  
〜午後8時30分(LO)。  
毎週水曜日定休。駐車場  
有。

# グルメ&宴会特集

vol. 1

## 今年のおしめくりは焼き肉で豪華に宴会!

黒へこ家

厳選されたお肉の美味しさ  
を、ゆっくりくつろいで味わう

「黒へこ家」の忘年会はいかに?  
全コース飲み放題付きの  
お得な「宴会コース」が  
おすすめです。セット料理  
+ 90分飲み放題で、お1  
人様 3150円、



宴会コース 3150円

3675円、4200円、  
5250円の4コースが  
あります。ポリュームた  
っぷりのお肉に、さらに  
手を加えたサイドメニュー  
1が加わり充実したライ  
ンナップが好評です。写  
真は3150円コース  
で、牛カルビ、ロース、サ

ガリなどお肉9品にキムチ、焼  
き野菜、サラダなどがつきま  
す。要予約。宴会コースを年内予  
約すると「青は見たよ」で消費税  
をサービス。

全で個室なので、ご家族連れ  
や友人同士の集まりに、くつろ  
いだ雰囲気や気兼ねなく飲ん  
で、食べてゆっくり楽しい時を  
過ごしましょう。営業時間は月  
〜土曜日が午後5時〜深夜0  
時、日曜日と祝日は午後4時〜  
深夜0時。年内は12月30日まで  
営業、元旦は午後5時〜営業し  
ます。

●本通 21418  
☎ 329685

## おすすめの宴会コースは16人でお1人無料!

四季花菜

四季折々の旬の素材を使った  
美しく美味しい料理の数々が評  
判の『四季花菜』の宴会プランが  
好評です。おすすめの宴会コー  
ス5250円は飲み放題付き  
(瓶ビールは料理8品、生ビール  
は料理7品)で、

時間30分 付きの宴会4000  
円などもあります。10人以上で  
飲み物持ち込み自由。料理内容  
や予算など相談に応じていま  
す。昼はランチメニューや一品料  
理も色々そろっています。

16人以上の予約  
で1人無料にな  
ります(料理のみ  
5250円の場合  
合も16人以上で  
1人無料)。料理  
のみ3150円  
や、飲み放題(1

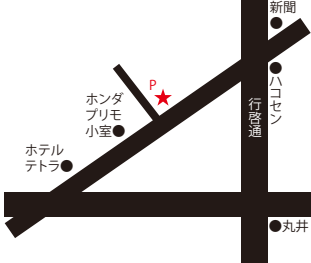


宴会コース 5250円

1階は1部掘りご  
たつの落ち着いた個  
室風の造りで、ゆっく  
り過ごせると評判で  
す。2階は36人用と24  
人用の宴会のできる  
部屋があります。  
例年好評の「おせち  
料理」、「オードブル

の予約を数量限定で12月25日迄  
受け付けています。営業時間は  
午前11時30分〜午後3時(L0  
/午後2時、午後5時〜午後10  
時30分(L0/午後10時)。不定  
休。店裏に駐車場有。

●梁川町 2118  
☎ 551515



## 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、同期生などで行う忘年会や納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!」と言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

当然のことですが、できるだけたくさんの方が参加できる日時を設定し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のではなく、先に候補日を何日か挙げて、都合を聞くことです。

### 会場の手配

雰囲気、料理、予算のことはもちろんですが、宴会の主旨や参加者の希望、年齢層などにも配慮した上で会場を選びましょう。宴会シーズンのこの時期は情報も多いので、早めに情報を収集しましょう。週末など、宴会が集中する日は人気店などすぐに予約でいっぱいになりますので、早めのお問い合わせ、お申し込みを心がけましょう。

### 事前確認が大切

会場が決まったら、宴会のスタート時刻や終了時刻、飲み放題の時間や飲み物の種類などについて事前確認をしっかりとっておきましょう。当日、遅れて来る人がいる場合はそうした確認もお店の人と打ち合わせておきましょう。







男40代、人生という旅の半ばで…



「尊敬する人は父親です」なんて、すごくカッコ悪い気がして、就職試験の面接では言えなかったなあ…。

この写真を見て、僕が子供の頃の父親のことをちょっと思い出した。夏休みの自由研究を手伝いはじめたと思ったら、いつの間にか夢中になって全部自分でやってしまった父。「絶対見に来るな」と念を押していたのに、こっそり木の陰から僕の野球の試合を見ていた父。そういえば家の前でキャッチボールも時々やったなあ…。気づけばいつの間にか、僕が投げるボールのほうが目が速くなっていたよね。

いつの間にか僕も、あの頃の父親と同じ歳になったんだなあ…。男40代、あの頃の父親の気持ちがちよっとだけ分かった気がした。

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

文/青山 慎司  
編集者。1965年函館生まれ。『青いばす』編集長。

(チョコ)記者の お手軽クッキング

押し麦のスープ

- 材料
- 押し麦…カップ1/2
  - ニンジン…1/2本
  - じゃがいも…1個
  - サツマイモ…1/2本
  - 玉ねぎ…1/4個
  - ベーコン…2枚
  - 水…2カップ
  - 塩・コショウ…適宜



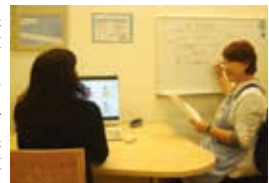
- 作り方
- ①野菜はそれぞれひと口大に切る。ベーコンは1cmに切る。厚手の鍋に材料を入れ、水を加えて弱火で煮込む。
  - ②野菜と押し麦が柔らかくなったら火を止めて塩とコショウで味を調える。

押し麦はビタミンやミネラルが豊富で、たくさんとりたい食材ですが、ここではスープにしてみました。野菜と一緒にスープにするとおなかに優しく、体の温まるスープになります。

Naruhodo Topics [なるほどトピックス]

特定の保険会社にかたよらない保険屋さん

ライフサロン函館五稜郭店



感覚で一緒に組み立ててくれます。  
「今の保険が自分に合っているのか知りたいたい」「数年後保険料が上がる」「病気がケガの備えをしたい」「教育資金の準備をしたい」「保険料を下げる」「保険の様々なことについて、無料で相談のしてもらいたい」と。ご希望に応じて、無料で行う「保険内容確認サービス」も無料で提供していますので、お気軽にご相談ください。キッズスペースが安心です。無理なセールスは一切ありません。あなたや家族の未来のために賢い保険を見つけてみませんか? 営業時間は午前10時~午後6時半。毎週火曜

厚生労働省は70歳が病院窓口で支払う医療費の負担割合を1割から2割に引き上げる方向で検討に入ったことを発表しました。増え続ける医療費や年々への不安を抱える人も少なくない近年、保険の見直しは高齢者のみならず若いうちから準備しておくのが最適。  
特定の保険会社にかたよらず、自分に合った保険や保障について一緒に考えてくれる「ライフサロン函館五稜郭店」では、4人の女性スタッフが保険の選び方や使い方を分かりやすく説明し、中立の立場で複数の保険会社からオーダーメイド



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

フルーティな香りやフレッシュな味わい、今年も人気の旬の味「ボジョレーヌーヴォー」の季節がやってきました。

1ヶ月ほど入荷が遅れますが、品質管理は万全で最高の商品が届きます。

予定は12月中旬ですので、クリスマスや年末年始の集まりを演出する一杯としてはもちろん、贈り物などにも最適。大好評の船便「ボジョレーヌーヴォー」は、毎年早い時期に予約完売となります。



天候に恵まれ評判も上々の2010年の「ボジョレーヌーヴォー」ですが、湯川1丁目の「イチマス本店」と目乃出町の「リカーランドイチマス」では、お徳な船便をオススメしています。船便は航空便に比べてアルペール・ピシヨール種類、どちらも予約価格は、税込1100円とリーズナブル。本以上から無料配達も行っていただけます。入荷

「昨年、ご予約のお電話を頂いた沢山のお客様にお断りをする事になりました。大変ご迷惑をおかけしました。今年もご予約はお早めにお願います」と、同店、リースナブルに「ボジョレーヌーヴォー」を味わいたい、あなたは、さっそくお電話を!



クリスマスとお正月は白い歯で過ごしましょう! ご自身の歯の色が気になるという人は、湯川3丁目の「ワロ」湯川歯科へどうぞ。  
コーヒー、お茶、煙草などによる変色や、加齢による変色、全身疾患由来する変色など、歯の色に悩んでいる人は、同歯科で行っている「ホワイトニング」(保険外)がオススメです。



クリスマスとお正月は白い歯で!

ジロー湯川歯科



「ホワイトニング」では、歯を削ることなく人体に安全な薬品を使用し、歯の表面から奥まで白くすることが可能です。1回の所用時間は10~15分程度で、料金は10500円。通常、4~5回の「ホワイトニング」で、満足できる白い歯を実感できます。

「ホワイトニング」では、歯を削ることなく人体に安全な薬品を使用し、歯の表面から奥まで白くすることが可能です。1回の所用時間は10~15分程度で、料金は10500円。通常、4~5回の「ホワイトニング」で、満足できる白い歯を実感できます。

水道局指定工事店「小野寺住設」の家計応援特価が大好評。今回もお得な商品2点を紹介します。  
「パナソニック ビューティワレ」は、雑が目がなく汚れが付きにくいステンレスノズル採用の温水洗浄便座。スイッチ操作でノズルが出てくるので定期的なお手入れが簡単。使用前後、立ち上がり後の

「TOTOTO」台所ワ  
ンホール混合栓は、温水が出るまでの無駄な捨て水を大幅に減らせる節水型蛇口。水のあたる面積が広いシャワーヘッドへの切り替えがいた蛇口は、お湯の使用時間が短くて済み、節水効果が高いと言われています。断熱性に優れ、長時間給湯しても金具が高温にならない安全設計も特筆すべき点です。価格は通常45885



好評につき “家計応援” 続中!

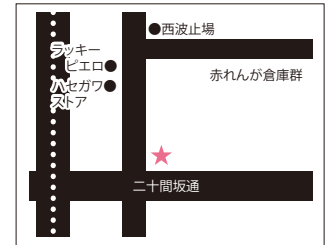
小野寺住設

3回、自動でノズルを洗浄。本体もワンタッチで着脱できるため、隅々までお掃除でき、キレイが続きます。価格は同社通常78000円のところ、先着30台に限り28000円(工事費込み)。

円のところ、先着80台に限り28000円(工事費込み)。アフターサービスは年中無休。申し込み、問い合わせは左記フリーダイヤルまで気軽にどうぞ。携帯電話、PHSからもかけられます。  
●美原1229(本社)フリーダイヤル01207750750

## いい店 食べ歩き

### カリヨン



ベイエリアに建つ9階建てマンションの1階にある『カリヨン』は、肩肘張らずにイタリアン&フレンチを楽しめるカジュアルなレストラン。

重厚な建物の外観と落ち着いたインテリアから一見高級店を思わせませんが、パスタやピザなどの単品は1000円以下が中心と価格設定はリーズナブル。前菜からデザートまでバリエーション豊富なグランドメニューのほか、季節や仕入れによって替わる黒板メニューも用意しています。

人気は常時20種類以上もあるパスタ。熱々で玉ねぎの甘みと旨みがたっぷりの「オニオングラタンスープ」(=写真手前、700円)も、寒い今の時期にぜひ味わって欲しい1品で

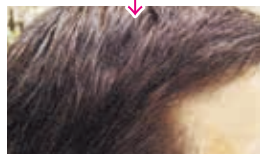
す。コースはランチが1500円〜、ディナーは2000円〜の設定。いろいろな料理を少しずつ、取り分けながら楽しむパーティーなどに最適な「季節のメニュー」(1人2500円、現在「秋のメニュー」を提供中)や、フリードリンクのプラン(90分、1人1800円)も有。タルトやアイスクリームなど自家製デザートも豊富なので、気軽にカフェとしても利用できます。デザートは700円〜。イチオシは「クリームブリュレ」(450円)。営業時間は午前11時30分〜午後9時(ランチは午後2時LO)。毎週水曜日定休。駐車場有。  
●末広町15-1  
ルネッサンス末広1階  
☎23-7737

## CLOSE UP

### 外出前につけるだけで染まる白髪染め

#### ニールミナマジック

全国的に人気沸騰中の、光で染まる白髪染め「ニールミナマジック」を、『コスメ・ド・イアス』『トータルビューティー花岡』『マルボー化粧品店』『おしゃれ館』の全4店が取り扱っています。



ニールミナマジックは、全体染めも部分染めもつけるだけで、光に当たると発色して自然な髪色にしてくれるヘアクリーム。

①外出前に塗るだけで簡単。②皮膚についても発色前にふき取るだけ。③染色後、洗い流す必要がありません。④1度染まるだけで、髪が伸びた部分にリタッチするだけで経済的。⑤髪や頭皮に優しく髪を健康に、以上の5大特徴があります。

価格は1本5250円、2本9500円とまとめ買いがお得。宅配も行っており、商品到着時に代金+500円(送料・手数料)をお支払い下さい。注文をお



- 松風町9-1-7 フリーダイヤル 0120-2352665
- トータルビューティー花岡 柏木町2515 ☎518070
- マルボー化粧品店 丸代町1440 ☎420895
- おしゃれ館なまぎ おしやれ館 北斗市七重浜1-530 ☎493040

## 老舗ふとんやタジマ社長の快眠話



提供 バンパシマ特約店 創業109年 タジマ寝具 第16話 おばあちゃんも軽々々4kg空気をふん!

敷布団が重く、干せない敷きはなしやフローリングへ直接敷くため湿気やカビで困っている。腰や体に負担のかからない寝心地の良い布団ないでしょうか?といった相談内容が最近多くなっています。今紹介する「エミール敷きマット」もともと介護用であまり寝返りをとつけない方でも床ずれなくお使い頂けるよう通気性と寝心地を考慮して作られたものです。私のおすすめの使い方は敷き布団(未綿布団・羊毛布団やキャメル敷き布団)の下にマットレスとして敷いて使う方法です。適度な弾力が特に薄めの敷き布団にぴったりで柔らかすぎず、硬すぎず寝心地も抜群です。フローリングの上だとかなり硬い感覚なので、厚めの和布団などがベストマッチです。さらに全体の96%が空気でできているので、し感が少なくとにかく軽く4層トラス構造内部で流動し、ほとんど汗を取る必要がありません。汗が逆にもたついても逆にもたついてもカビにくいのでフローリングの上に敷くマットレスの中で最適です。



タジマでは最高の寝心地の敷き寝具として、畳の部屋にはこのエミールマット+キャメル敷き布団、フローリングにはエミールマット+和布団をおすすめします。介護ベッドサイズ 29400cm 95x200cm 29400cm 83x195cm 26250cm 11月中にエミールマットご購入の方は綿100%のカバーをプレゼント致します。お気軽にお問い合わせ、ご相談下さい。あなたの眠りが変わります。いつも読んでくださり、ありがとうございます。バンパシマ特約店 創業109年 タジマ寝具 ●柏木町2515 ホリデイスポーツクラブ 向かい、P有 ☎511944 日・祝日休

## はこだて医療情報

つしま歯科クリニック院長 對馬哲郎



### ノンクラスデンチャーについて

審美性に対する要求は、年齢、性別に関係なく、入れ歯を使用している人においては、それを入れていることに気づかれたくないという思いを多かれ少なかれ持っています。そこで今回はその点を解消できる「ノンクラスデンチャー」についてお話してみようと思います。

「ノンクラスデンチャー」という言葉は全く耳慣れない言葉だと思いますが、一言で表現すれば、金具(クラスプと言います)のない部分入れ歯の事を言います。金具がないので見た目にも入れ歯と異なり、審美性に優れており、インプラントの様に手術を必要とせず、年齢や患者さんの全身状態にかかわらず作ることができます。

日本国内で薬事認可を受けている「ノンクラスデンチャー」は4種類ありますが、当院での金属床(特にチタンという金属アレルギーが少ないといわれる金属)との併用を考慮して作製している「ノンクラスデンチャー」(商品名スマートデンチャー)について、少し説明いたします。床(歯ぐきに相当する部分)は、ポリカーボネート樹脂を使用し、生体適合性に優れた樹脂として安全性を求められる様々な分野で利用されていて、特徴として、柔軟性があり、吸水性が低いので、飲食物からの吸水による着色、変色がほとんど起こらない清潔な材料と言えます。保険での入れ歯では設計にも制限がありますが、述べた材料を使い、適切な設計をし、実際に使っていただいている患者さんを見ると、見た目もさながら(審美的にも美しい)、よく食事ができている様に思います。患者さんの満足度も高い様に思います。保険がきかない入れ歯ですが、こういう付加価値をもった入れ歯もどんどん出てきているという事でした。

## ドクター講座

協立消化器循環器病院副院長 能戸久哉



### アルコールも癌の原因

飲酒の機会が増える季節です。たばこほど知られていませんが、アルコールも癌の原因になります。アルコールによって、口腔癌、咽喉頭癌、食道癌、肝臓癌、大腸癌、女性の乳癌のリスクが高まります。喫煙が加わると相乗効果でリスクが大幅に増加します。アルコールは肝臓で発癌性のあるアセトアルデヒドに分解され、アセトアルデヒドは、アセトアルデヒド脱水素酵素(ALDH2)により分解されます。このALDH2は、普通に働くタイプ(活性型)、分解が遅いタイプ(低活性型)、全く働かないタイプ(非活性型)の3つのタイプが存在します。非活性型は、日本人の約5%にみられ、アルコールがまったく飲めない下戸の人です。活性型は、白人や黒人の大半がこのタイプで、飲みすぎによるアルコール依存症が問題になります。低活性型は、顔が赤くなるものの、ある程度飲めるタイプで、日本人の40%を占めます。ビールコップ1杯で顔が赤くなる体質が、現在または飲酒を始めた最初の1~2年のいずれかにあった人は低活性型と思われる。こういう人が職場やサークルなどで飲まされ、多量のアルコールを飲むようになると、癌の危険が高まるのです。たとえば、飲酒で顔が赤くなりやすい人や飲酒量の多い人、さらに喫煙もする人は、積極的に癌検診や内視鏡検査を受けるべきです。アルコールは適量であれば、人を楽しくさせて人間関係の潤滑油となり、抗動脈硬化作用や血圧降下作用などの良い効果もあります。厚生労働省の報告によると、日本人の場合、全くアルコールを飲まない場合より、少量のアルコールを習慣的に摂取した場合に最も死亡率が低くなり、適量を超えると途端に死亡率が高くなるとしています。適量は、通常のアセトアルデヒド代謝能を有する日本人において、1日平均純アルコール20g程度としています。20gとは大体、ビール中ビン1本、日本酒1合、チューハイ(7%)350ml缶1本、ウィスキーダブル1杯などに相当します。女性は男性に比べてアルコール分解速度が遅いため、男性の1/2~2/3程度が適量と考えられます。

●美原3-2-16 ☎46-1300 <http://www.hakodate-kyouritsu-medical.jp/>

## 新店舗&リニューアル

## Naomiバレエスタジオ



市内花園町に『Naomiバレエスタジオ』がオープンしました。主宰の北村尚美さんは、海外で10年間プロのバレエダンサーとして活躍。帰国してからも指導者とダンサーを兼ね活躍してきました。函館でもそのキャリアを生かし、技術から精神まで、バレエの真髄に触れる指導をしてくれます。スタジオはバレエ専用で作られた床質と十分な広さを持ち、バレエを学ぶ最高の環境。

レッスンは、ベビー科(3~5歳)、小学校1・2・3年生クラス、小学校4・5・6年生クラス、中・高生クラス、大学生と社会人が対象の大人クラスがあります。高校生までのクラスは入会金10500円、1日体験無料。大人クラスは入会金なし、レッスン1回2000円、1日体験は1500円。

●花園町21-12 ☎31-6295



## 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 宅配税込 **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

11月30日号  
**ママ達の忘年会特集**  
11月23日号  
**グルメ&宴会特集 vol.2**

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	Yuka Hirai
DTP & WEB	武越 史幸	Fumiyuki Takekoshi
通販事業	本間 尚子	Naoko Honma

## 編集後記

テレビで東京スカイツリーを見た。迫力あるなあ〜。昔、上京したばかりの頃の思い出といえば東京タワー。職場のビルの窓からぼ〜っと東京タワーを眺めながら、新しい生活環境になじめず悩んでいたあの頃を思い出す。自分はあれから少しは成長したんだらうか? (慎)

テレビを見ていたら映画『雷桜』上映のCMが流れた。雷桜の原作者は函館在住で小説を書いている宇江佐真理さん。宇江佐さんの小説が映画化されるなんてすごい! さらに、韓国で行われた釜山映画祭にも参加されたということだし。ということで早速映画館に行くことにした。(345)

岩手県花巻郊外の鉛温泉の立ち湯を初体験。1786年創業で、縁戚にあたる宮澤賢治の作品「なめとこ山の熊」にも鉛温泉が出てくる。また文豪田宮虎彦が長逗留し「銀心中」を書いた宿。由緒と伝統の宿で滝が見える部屋からの眺めは絶景。立ち湯はふわふわ浮いて思わず歩いてしまおう不思議体験。(チョコ)

今年は平城京遷都1300年の節目の年。学生時代のクラスメートたちと奈良の山辺の道を歩く計画が持ち上がり、秋の大和路に集うこととなった。古都の趣を満喫しながら、年を重ねずっかり貴族のついた旧友たちと山道を歩く。楽しみながら心配なような…。(画)

早起きをして朝食の仕度をしたり、仕事をしたり、太陽の光を浴びたり、コーヒーを飲みながらぼ〜っとしてみたり…。「無駄に早起きじゃない?」娘に言われようとも、静かな朝のひとときは私にとって貴重な時間。皆さんも好きな時間帯てありますか?

日光湿疹が出るのでお日様が苦手。夏場は日焼け止めから帽子、手袋、長袖、マスク、マフラー、日傘、全部必需品でした。涼しくなると、お日様も元気いっぱいという感じではなくなりましたが秋や冬も実は油断大敵。でも長袖やマフラーを身につけていても暑くないので幸せ!(七)

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。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

**青ぼの心に同感**  
資生堂のブラシレゼントなんて大感激です。店頭では品切れで買えずどうしても欲しかったです。どうかあたること、私もドキドキメンタリを観ました。青ぼの心に同感です。世間からブライイング、非

「そろそろ届いている頃かな?」  
「そろそろ届いている頃かな?」ワクワクしながら、ポストを開けています。函館に転勤になって数ヶ月。はじめの頃は、見知らぬ土地で、さみしく不安でしたが、今は、ご近所で仲良くした奥さんと、青いぼすとに掲載されたお店にランチに行ったり、会った時の話のネタになったりと、大変役に立っています。また、結婚したばかりの私には、「教えてヒヨコちゃん!」のコーナーが、とても役立つ! クリーニング代を浮かせてお友達とのランチ代にあててます!(笑)。これからも期待

「そろそろ届いている頃かな?」  
「そろそろ届いている頃かな?」ワクワクしながら、ポストを開けています。函館に転勤になって数ヶ月。はじめの頃は、見知らぬ土地で、さみしく不安でしたが、今は、ご近所で仲良くした奥さんと、青いぼすとに掲載されたお店にランチに行ったり、会った時の話のネタになったりと、大変役に立っています。また、結婚したばかりの私には、「教えてヒヨコちゃん!」のコーナーが、とても役立つ! クリーニング代を浮かせてお友達とのランチ代にあててます!(笑)。これからも期待

「そろそろ届いている頃かな?」  
「そろそろ届いている頃かな?」ワクワクしながら、ポストを開けています。函館に転勤になって数ヶ月。はじめの頃は、見知らぬ土地で、さみしく不安でしたが、今は、ご近所で仲良くした奥さんと、青いぼすとに掲載されたお店にランチに行ったり、会った時の話のネタになったりと、大変役に立っています。また、結婚したばかりの私には、「教えてヒヨコちゃん!」のコーナーが、とても役立つ! クリーニング代を浮かせてお友達とのランチ代にあててます!(笑)。これからも期待

「そろそろ届いている頃かな?」  
「そろそろ届いている頃かな?」ワクワクしながら、ポストを開けています。函館に転勤になって数ヶ月。はじめの頃は、見知らぬ土地で、さみしく不安でしたが、今は、ご近所で仲良くした奥さんと、青いぼすとに掲載されたお店にランチに行ったり、会った時の話のネタになったりと、大変役に立っています。また、結婚したばかりの私には、「教えてヒヨコちゃん!」のコーナーが、とても役立つ! クリーニング代を浮かせてお友達とのランチ代にあててます!(笑)。これからも期待

「そろそろ届いている頃かな?」  
「そろそろ届いている頃かな?」ワクワクしながら、ポストを開けています。函館に転勤になって数ヶ月。はじめの頃は、見知らぬ土地で、さみしく不安でしたが、今は、ご近所で仲良くした奥さんと、青いぼすとに掲載されたお店にランチに行ったり、会った時の話のネタになったりと、大変役に立っています。また、結婚したばかりの私には、「教えてヒヨコちゃん!」のコーナーが、とても役立つ! クリーニング代を浮かせてお友達とのランチ代にあててます!(笑)。これからも期待

**家族の会話の輪が広がります**  
最近、小学生の子供2人も「青いぼすと」の事を覚えて、私が読んでいるとなりに座り一緒に読んでいたり、見たり楽しんでます。自分だけでなく、家族の会話の輪も広がります。(白鳥町K.O.)

**街角情報**  
函館市中央図書館開館5周年記念事業『まんが・マンガ・漫画』が11月19日から  
函館市中央図書館開館5周年記念事業『まんが・マンガ・漫画』が11月19日から

**青いぼすと活用派**  
毎回来しみにしています。友達と会う時に、青いぼすとに載っていたあのお店に行かない?、それでOKの返事。私達は青いぼすと活用派です。これからも、新しいお店の紹介よろしくお願ひします。街角情報、こういうの待っていました。これからもズット続けて下さい。(美原4丁目、H.S.)

**街角情報**  
函館市中央図書館開館5周年記念事業『まんが・マンガ・漫画』が11月19日から  
函館市中央図書館開館5周年記念事業『まんが・マンガ・漫画』が11月19日から

**青いぼすと活用派**  
毎回来しみにしています。友達と会う時に、青いぼすとに載っていたあのお店に行かない?、それでOKの返事。私達は青いぼすと活用派です。これからも、新しいお店の紹介よろしくお願ひします。街角情報、こういうの待っていました。これからもズット続けて下さい。(美原4丁目、H.S.)

**青いぼすと活用派**  
毎回来しみにしています。友達と会う時に、青いぼすとに載っていたあのお店に行かない?、それでOKの返事。私達は青いぼすと活用派です。これからも、新しいお店の紹介よろしくお願ひします。街角情報、こういうの待っていました。これからもズット続けて下さい。(美原4丁目、H.S.)

**プレゼント**  
『カリヨン』より、1000円分の食事券を5名様に  
今回の『いい店食べ歩き』コーナーで紹介した『カリヨン』より、1000円分の食事券を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

**プレゼント**  
『カリヨン』より、1000円分の食事券を5名様に  
今回の『いい店食べ歩き』コーナーで紹介した『カリヨン』より、1000円分の食事券を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

**プレゼント**  
『カリヨン』より、1000円分の食事券を5名様に  
今回の『いい店食べ歩き』コーナーで紹介した『カリヨン』より、1000円分の食事券を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

## 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 ●西旭岡3丁目  
●鍛冶2丁目 ●神山2丁目  
☎ 株式会社青いぼすとHD ☎23-5688



ぼすとに対するご感想もたっぷりとお書きの上、〒040-8605、函館どつく内、株式会社青いぼすとHD「カリヨンプレゼント」係まで。締切は11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！

ランチにエステ、雑貨のお店誕生

WIND ハナレイムン

市内美原2丁目にオープンした「ハナレイムン」。ハナレイはハワイ語で島、ムーンは英語で月の意味。ハワイの風を感じ、心も体もゆったりできる店として名付けたそう。ここではカフェ、エステ、雑貨のスペースがあります。



品、クリスマスグッズまで多彩にそろっています。  
営業時間は午前10時～午後5時(ランチは午前11時30分～午後3時30分)。不定休。  
●美原2・9・38  
二トリ裏  
☎46・8706(ハナレムン)

カフェでおすすめのランチは、弁当、丼物、カレーライス、ビーフシチューなどから日替わりで1種類が登場。1品1品工夫を凝らしポリウムも満点な料理が並び、さらに「飯とコーヒ」はお代わり自由で価格



格はなんと525円。エステはハワイにいるような雰囲気の中、かぐわしい花香りで代謝を促し、オイルハンドでいいねいにオイルマッサージを行います。メニューはフェイス20分2100円、フット30分2625円、デコルテ10分1050円、全身1000分8000円。まっげカールはオーブン特価で1575円。ポイントカード、紹介カード持参で特典あり。雑貨では年代物の抹茶茶碗や火鉢、茶、香入れなどから、ハワイアンジュエリー、手作り作家の手工芸



お値段が手頃でお手入れもカンタン！

「函館市内在住で『青いほすと』の読者である中村ハルエさんは、紙面で発売している「エバメールゲルクリーム」を長い間使っています。

「エバメールゲルクリームは値段が手頃で、毎日のお手入れも簡単なのがいいですね。洗顔は大事と思いながらも、ついつい簡単に済ませてしまいう時があるんですが、そんな時はいつもよりたっぷりクリームを使います。ぶるぶるの肌が甦ったように、とても気持ちいいで



エバメールゲルクリーム

肌を保つためにいろいろお金をかけた時もありましたが、いまはいろいろ考えずにエバメールゲルクリームを安心して使っています」と話す、若々しく元気いっぴいの64歳です。

「以前は函館駅前で喫茶店を経営していたという中村さんは、つるつるの肌の秘訣を喫茶店のお客さんに聞かれることもよくあったといいます。喫茶店をやめた現在は、時間がある時に自転車で自宅から片道30分ほどかけて函館駅前の喫茶店に行つてコーヒを味わうのが日常の楽しみになつているのだそう。昔は健康な



は、時間がある時に自転車で自宅から片道30分ほどかけて函館駅前の喫茶店に行つてコーヒを味わうのが日常の楽しみになつているのだそう。昔は健康な

エバメールゲルクリームは『株式会社青いほすとHD』で販売中です。180g入り宅配料込みで3700円です。お申し込み・お問い合わせは ☎23・5688(月～金曜日午前9時～午後6時、担当/本間)までどうぞ。配達時間は月～金曜日の午前9時半～午後6時となります。なお、配達等で担当者不在の場合もございますので、予めご了承下さい。