

青いほすと

POST IN FREE PAPER

SINCE 1991

Issue.465 2011.3.29[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] aoi-post@aurora.ocn.ne.jp

手打ちパスタの限定ランチ

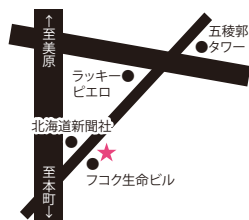
Cafereast axis(カフェレスト・アクシス)



本格イタリアンをカジュアルに楽しめる『カフェレスト・アクシス』では、この春から登場した手打ち生パスタのランチが好評です。限定メニューは「鯛と菜の花の生パスタ」(コーヒーor紅茶付き、1100円)。春の食材を使った季節感溢れる逸品で、4月いっぱいまで楽しめます。生パスタを使ったメニューは毎日数量限定。素材の風味を活かした春ならではの味わいと、生パスタのモチモチとした食感をぜひお試しあれ!

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、ディナーが午後5時～午後8時30分(LO)。毎週水曜日定休。駐車場有。

●五稜郭町35-1 ホーム企画ビル1階
☎56-5384



サクラマスのチリソース煮込みが美味しい!

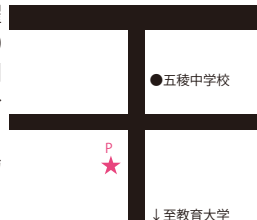
六花(りか)



市内田家町にある人気店『六花』が提供する青いほすと特別メニューは、「サクラマスのチリソース煮込みランチ」(980円)。サクラマスの味や食感とチリソースの相性が抜群で、これに、この店で評判のラーメン(ハーフ

サイズ)を塩味またはしょうゆ味からお好きな方を選び、さらにライス、サラダ、ザーサイ、杏仁豆腐付きという豪華版。ランチタイムは午前11時30分～午後2時。1日限定10食で、前日までの予約が必要(“青ぼ見た”と言って下さい)。日曜日の利用は不可。実施期間は3月30日～4月12日。ぜひ、この機会にご利用下さい。営業時間は午前11時30分～午後8時30分。毎週月曜日定休(月曜日が祝日の場合は営業)。駐車場有。

●田家町13-11 ☎43-5718



2011 SPRING LUNCH SPECIAL

青いほすと 特別メニュー

魅惑の春ランチ

春ですね! コートが必要なくなって身軽になったら、春の陽気を感じながら食べ歩きを楽しみませんか?

今回は、美味しいと評判の道南の飲食店10店舗にお願いして、青いほすと特別メニューのランチを作っていました。旬の素材や彩りなどなど、どれも春らしさを感じるものばかり。春は旅立ちや出会いの季節ですが、いつもよりちょっと大切にしたいランチタイムなどにぜひ、ご利用してはいかがでしょうか。

今回掲載したメニューの中からぜひあなたのお気に入りを見つけて、とびきり素敵なランチタイムをお過ごし下さい。ご利用の際には、「青ぼ見た」というひと言をお忘れなく…。

旬の和食、オススメのお膳は春爛漫

旬暦(しゅんごよみ) ひだか



味覚と視覚で春の訪れを感じるなら、『旬暦 ひだか』の3月29日～4月28日の期間限定「サクラ昼膳」(1575円)がおすすめ。菜の花が春らしい「辛子明太ポテト 木之子バター 菜の花」や、桜の香りが秀逸の「桜そば 甘

海老天麩羅のせ」、道南・上ノ国産のフルーツポーク使用の「焼き豚と春野菜のサラダ」など全9品がそろって、味はもとより彩りも豊かでまさに春爛漫。ご利用は午前11時30分～LO午後2時。青ぼ特別メニューは、この「サクラ昼膳」にソフトドリンクが付いて同価格。ご注文時に「青ぼ見た」と言って下さい。営業時間は午前11時30分～午後2時30分(LO/午後2時)、午後5時～午後9時(LO/午後8時30分)。毎月第3水曜日定休。駐車場有。

●中道1-2-5 ☎31-5077



春を味わうプチコシヨンの青ぼ限定ランチ

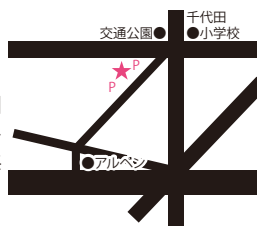
プチ・コシヨン



今年で8年目を迎えた市内梁川町の『プチコシヨン』の青ぼ限定春のランチはいかが? 前菜「仏産ホワイトアスパラのポーチドエッグ赤ワインビネグレットソース」は、ほろ苦いホワイトアスパラに卵をからませて、

酸味のきいたソースが合います。魚料理「さくら鱈・豆の香り」は春野菜の彩りが美しい一皿。メインの「和牛の頬肉の赤ワイン煮込み」は、1頭から1.5キロしかとれない貴重な頬肉を赤ワインでじっくり煮込みました。ワゴンのデザートにパン、コーヒーか紅茶がつきます。3675円で、前日までの予約が必要。期間は3月29日～4月30日。営業時間は午前11時30分～午後2時(LO)。午後5時30分～午後9時30分(LO)。毎週月曜日定休。

●梁川町12-13 ☎56-5600





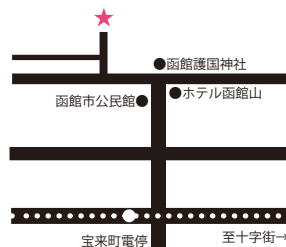
市街を見渡しながら至福の料理を…

スカイラウンジ パノラミック

歓送迎会や入学祝などの特別な日にこそ利用したい店『スカイラウンジ パノラミック』。函館山から市街が見渡せる場所で、至福の料理をいただきます。この店が青いぼすと限定で作るランチは、オードブル、本日のスープ、メイン、パン、デザート、コーヒーのセット。

期間は3月29日～4月30日。春の素材で旬を感じる料理です。料理はその日によって変わりますが一例として、オードブルがチーズカナッペ ケッカ添えなど3種、本日のスープ、若鳥のポルチゲーズ、姫鯛のムース パイ包み焼きグリーンソースです。料金は2000円。要予約。営業時間は午前11時30分～午後2時30分(LO)、午後5時30分～午後9時30分(LO)。

●青柳町10-3 ロイヤルシティ式番館 ☎26-8682



本紙コーナーでもおなじみ!

ル・ヴァン

本紙『関川シェフの美味しいスロウスタイル』コーナーでおなじみの『ル・ヴァン』の青ぼ限定ランチは、「鮮魚のカルパッチョ 北斗産イチゴのソース」「サクラマスのポワレ 菜の花添え」「仔羊と筍のロースト」「北斗市・佐藤農園のイチゴのデザート3種」「コーヒーor紅茶」

のコースで2000円。関川裕哉シェフは、「お徳感たっぷりです!」とPR。ランチタイムは午前11時30分～LO午後2時。期間は3月30日～4月10日。前日までの要予約。ご予約時に「青ぼ見た」と言って下さい。営業時間は午前11時30分～午後2時30分(LO/午後2時)、午後5時～午後10時(LO/午後9時)。毎週火曜日定休。駐車場有。

●末広町3-5 ヴィラ・コンコルディアリゾート&スパ6階 ☎24-5300



ちょっとグレードの高いランチを…

ビストロ ボンザミ

お別れや新しい出会いのあるこの時期。歓送迎会では、ちょっとグレードの高いランチを楽しんでみませんか? 宝来町の『ビストロ ボンザミ』のこの時期だけのメニュー「青いぼすと限定ランチ」は、前菜がケーキサレ、鱈のパテ、豚肉のテリーヌ、タコのトマト煮、レバーペースト、

エビとアボガトのサラダ。メインは白身魚のチーズ焼き、鶏のもも肉のコンフィ、そして本日のパスタ。期間は3月29日～4月30日。大皿に盛り合わせた料理で、わいわい楽しく!

料理はその日によって変わります(写真は2人分)。料金は1人3000円。前日までに要予約。営業時間は午前11時30分～午後3時(LO/同2時30分)、午後6時～午後11時(LO/同10時30分)。毎週水曜日定休。

●宝来町7-19 ☎27-4530



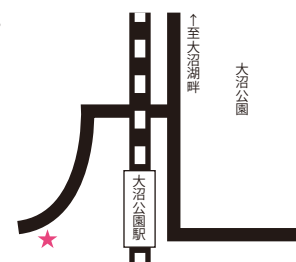
春の豪華ランチを特別なお値段で!

クロフォード・イン大沼

自然豊かな大沼にあるホテル『クロフォード・イン大沼』の本格的レストランで春のランチを頂きませんか。青ぼ限定春のおすすめランチは「フォアグラ・トリュフ入りハンバーグステーキセット」(1950円)。スープ、サラダ、ライスorパン、コーヒーor紅茶が付きます。

世界三大珍味のフォアグラとトリュフをぜいたくに使用し、ハンバーグと一緒に旨みを閉じ込めて焼き上げました。熱々のハンバーグと一緒に頂くフォアグラ・トリュフは絶品の味わいです。春の1日、豪華なランチでちょっとした贅沢気分を楽しんでみませんか? 4月28日まで。ほかに旬の地元食材にこだわった多彩なメニューがそろっています。

●七飯町字大沼85-9 【フリーダイヤル】0120-67-2964



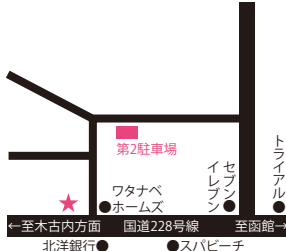
好評の夜メニューをランチで!

Azzip(アジップ)

今月リニューアルし、地産産の食材にこだわった夜の新しいメニューが好評の『アジップ』。限定ランチは、その夜メニューの中から「黒毛和牛の包み焼きハンバーグ」(通常1200円)を用意(1000円、サラダ・ドリンク付き)。期間は3月29日～4月15日、1日5組限定です。ハンバ

ーグは道産黒毛和牛を使用したこだわりの逸品。デミグラスソースは自家製。ピザ生地を使い、石窯でパイ包み焼き風に仕上げています。このランチに限り、利用の際は事前連絡が必要です(当日でも可)。ピザ・パスタが選べる人気の定番ランチセットは900円～。営業時間は午前11時30分～午後3時、午後5時30分～午後10時。毎週木曜日定休。駐車場有。

●北斗市七重浜8-6-2 ☎48-0202



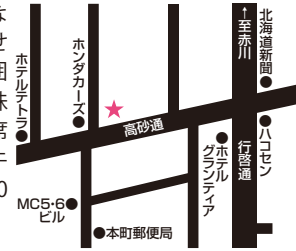
「おすすめセット」、いかが…

四季花菜

旬の素材を活かした和食料理が評判の『四季花菜』では、本紙読者特別メニューとして「おすすめセット」(1500円)が登場します。4月1日～5月31日の限定メニューで、ご利用は昼のみ。新鮮なお刺身に季節の天ぷら、魚貝類を包んだ桜餅のような春らしい煮物、サラダにデザートな

ど、繊細で見た目にも美しい料理が全9品とは見逃せません。個室風の掘りごたつ式小上がりなど、落ち着いた雰囲気でお食事を楽しまれるのも魅力。そのほかにも、昼夜共に味わえるセットメニューや一品料理が充実しています。満席の場合もありますので予約がオススメです。営業時間は午前11時半～午後2時半(LO/午後2時)、午後5時～午後10時半(LO/午後10時)。不定休。駐車場有。

●梁川町21-18 ☎55-1515



お話し下さい。

電話は正午～午後1時にお願い致します。のイチゴを使っておりますので、ぜひお試しください。



今回の料理
鮮魚のカルパッチョ

鮮魚のカルパッチョ

『ル・ヴァン』で3月30日(水)～4月10日(日)の期間中、今回の巻頭特集「青ぼ限定ランチ」の前菜として使います。要前日迄予約。予約時に「青ぼ見た」とお忘れなく!



ル・ヴァン
11:30～14:30 (L.O./14:00)
17:00～22:00 (L.O./21:00)
毎週火曜日定休 駐車場有
函館市末広町3-5
ワイラ・コンコルディア
リゾート&スパ16階
TEL 24-5300

イチゴ
春といえばイチゴ。ピタミーンが豊富で、疲労回復やストレス対策におすすすめのイチゴは現在、促成栽培や品種改良により通年出荷のようになりました。今回は3月下旬から6月頃にかけて出回る「さがほのか」を使ったイチゴのヴィネグレットを紹介いたします。ヴィネグレットとはドレッシングのこと。爽やかな味が鮮魚にぴったりなので、カルパッチョのソースとしていかがでしょうか。当店は北斗市の『佐藤農園』(北斗市大工川116、☎73-6551)から電話で正午～午後1時にお願い致します。のイチゴを使っておりますので、ぜひお試しください。

- 材料(4人前)
- 鮮魚…300g
※ヒラメ、ソイ、ホタテなど お刺身用のもの
 - 季節野菜
※ペピーリーフ、トマト、菜の花 などお好みのもの
 - イチゴのヴィネグレット)
●イチゴ…約100g
※ミキサーにかけてピューレにする
 - レモン汁…1/2個分
 - 白ワインビネガー…約20cc
 - エキストラバージンオイル…50cc
 - 塩、こしょう
 - ハチミツ(甘さが足りない場合)

作り方

- ①Aをよく混ぜ合わせ、少量ずつエキストラバージンオイルを加える。塩、こしょう、ハチミツで調味する。
- ②皿にオイルをしき、その上に薄く切った鮮魚を並べる。その上に季節野菜を彩りよく盛りつける。全体にイチゴのヴィネグレットをかける。

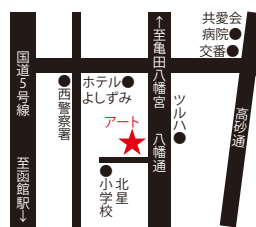
鮮魚以外にも、ゆでたエビや牛肉のタタキでも代用できます。牛肉のタタキの場合は、白ワインビネガーではなく、バルサミコ酢のほうが良いでしょう。



関川 裕哉さん
1977年生まれ。七飯町出身。道内各地やフランスで修業。2009年5月に『ル・ヴァン』シェフに就任。独特のセンスを活かした創作フレンチが好評。

HEADLINE

不動産の任意売却をご存じですか?
「任意売却」を存じですか? 住宅ローンの返済が困難になった人が、少しでも良い条件で不動産を売却する方法のこと。聞いたことがある人も少なくないのでは無いでしょうか。
住宅ローンの月々の返済が滞って一定の期間が過ぎると不動産の差し押さえが発生し、不動産は競売物件になります。競売よりも良い条件で不動産を売却し、売却後の無理のない生活を目標とする任意売却。市内松川町にある不動産会社「アート」は、不動産の売却に関する相談を受け付けています。特に任意売却には実績があり、弁護士や司法書士との連携などにより、住宅ローンの返済に困った人達の生活の再生に向けてのお手伝いをしていきます。
「債務者にとって少し



北海道知事渡島(2)1035号
●松川町6-1-1
☎44-3020
http://artnet.jp/



でも有利な条件で不動産を売却することで、債務の返済も無理のないものになります。社会的ストレスから解放されるためにも、ぜひお早めにご相談下さい」と、同社代表取締役の高島繁さん(写真)は話しています。これまで同社に相談して任意売却を成立させた依頼者からは、「最初は半信半疑だったが、相談して良かった」という声が寄せられています。
任意売却後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るのだそう。せっかくなので手放すのは辛

いものですが、少しでも早く困難から解放されて、新たに気持ちを取り替えて明るい未来を目指すのも大切なことかも知れません。
同社は任意売却のほかにも、不動産の売買に関することなどの相談を随時受け付けております。1人で悩まず、専門家に相談することでも道が開けることもあるのではないのでしょうか。

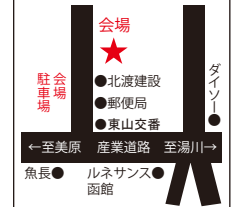
オープンハウスで1day講座 提供/北渡建設

押し花で節句の兜づくり

花材で作る華やかなアート
4月16日(土)①午前10時～正午②午後2時～午後4時
参加料/1000円 申込締切/4月14日(木)
会場/北渡建設オープンハウス(函館市東山2-1-37)
申し込み・問い合わせ/TEL56-4069 FAX56-4068



もうすぐ「こどもの日」。端午の節句にちなんで「兜(かぶと)」の押し花額を制作してみませんか。押し花額は生花を独特の方法でドライにした花材で、絵を描くように自由に制作するというもの。鮮やかな色合いから淡い色調まで多彩できれいな花びらを贅沢に使い、ひとつの絵にしてゆく華やかなアートです。指導は「ふしぎ花俱樂部」インストラクターの長嶋章代講師。経験豊富で数々の受賞歴をもつ長嶋さんが、花材、額などをすべて用意。初心者でもできるように指導していただけるので、気軽にチャレンジして下さい。当日は手ぶらで参加。作品はお持ち帰りいただけます。講座は午前と午後がありますので、どちらかご希望の時間をお申し込み下さい。
会場は広いリビングとスカイコートが、お洒落で開放的な北渡建設のモデルハウス。素敵な空間での制作が楽しいと好評です。見学は自由なので、モデルハウスもご覧ください。



http://www.kk-hokuto.com HPは[北渡建設]で検索可能!

開かずピンちゃん
「開かずピンちゃん」は、服に付けた名札を付けたり外したりして、入りの服に穴が開いてしまつた…そんな経験ありませんか?
「開かずピンちゃん」は、服に穴を開けずピンを刺さずに名札を付けられます。使い方は、服を挟みながら本体にストッパーをはめ込むだけ。簡単に装着できるので、自分のお子さんでもすぐになれます。本体に名札を付けたままにしておけば指に針を刺す心配もありません。取り付け部分が回転するため、名札をクルリと裏返せるのもポイント。登下校時に不必要に名前を見せずに済みます。写真右の「開かずピンちゃん」(750円)は、ストッパーが本体のポケットに入る「開かずピンちゃん」(315円)は、ストッパーがポケットに入らないので、代用できるほか、服に付いているボタンに本体を直接被せて使うこともできます。写真以外のカラーも有。コサージュなどを付ける時にもぜひどうぞ。
問/クラフトパーク
ダイエー上磯店
☎50-8505

「(ヒ)記者の発見、これは便利!」
開かずピンちゃん
名札を付けた外したりして、入りの服に穴が開いてしまつた…そんな経験ありませんか?
「開かずピンちゃん」は、服に穴を開けずピンを刺さずに名札を付けられます。使い方は、服を挟みながら本体にストッパーをはめ込むだけ。簡単に装着できるので、自分のお子さんでもすぐになれます。本体に名札を付けたままにしておけば指に針を刺す心配もありません。取り付け部分が回転するため、名札をクルリと裏返せるのもポイント。登下校時に不必要に名前を見せずに済みます。写真右の「開かずピンちゃん」(750円)は、ストッパーが本体のポケットに入る「開かずピンちゃん」(315円)は、ストッパーがポケットに入らないので、代用できるほか、服に付いているボタンに本体を直接被せて使うこともできます。写真以外のカラーも有。コサージュなどを付ける時にもぜひどうぞ。
問/クラフトパーク
ダイエー上磯店
☎50-8505



「(慎) 初めての彼を見た時は、とても奇妙な男だと思った。彼は1週間近くの間、誰とも話さず、毎日毎日過ごしていた。いつまでも彼を見たい。2人が好きだから、彼はいつまでも思いつくことがあるのだろうか?」
「(慎) 初めての彼を見た時は、とても奇妙な男だと思った。彼は1週間近くの間、誰とも話さず、毎日毎日過ごしていた。いつまでも彼を見たい。2人が好きだから、彼はいつまでも思いつくことがあるのだろうか?」

「(慎) 初めての彼を見た時は、とても奇妙な男だと思った。彼は1週間近くの間、誰とも話さず、毎日毎日過ごしていた。いつまでも彼を見たい。2人が好きだから、彼はいつまでも思いつくことがあるのだろうか?」
「(慎) 初めての彼を見た時は、とても奇妙な男だと思った。彼は1週間近くの間、誰とも話さず、毎日毎日過ごしていた。いつまでも彼を見たい。2人が好きだから、彼はいつまでも思いつくことがあるのだろうか?」

築立ちの春 TWO PINKS
「(慎) 初めての彼を見た時は、とても奇妙な男だと思った。彼は1週間近くの間、誰とも話さず、毎日毎日過ごしていた。いつまでも彼を見たい。2人が好きだから、彼はいつまでも思いつくことがあるのだろうか?」
「(慎) 初めての彼を見た時は、とても奇妙な男だと思った。彼は1週間近くの間、誰とも話さず、毎日毎日過ごしていた。いつまでも彼を見たい。2人が好きだから、彼はいつまでも思いつくことがあるのだろうか?」

青ぼの目

「(慎) 初めての彼を見た時は、とても奇妙な男だと思った。彼は1週間近くの間、誰とも話さず、毎日毎日過ごしていた。いつまでも彼を見たい。2人が好きだから、彼はいつまでも思いつくことがあるのだろうか?」
「(慎) 初めての彼を見た時は、とても奇妙な男だと思った。彼は1週間近くの間、誰とも話さず、毎日毎日過ごしていた。いつまでも彼を見たい。2人が好きだから、彼はいつまでも思いつくことがあるのだろうか?」

音楽
ドラゴン
ゲート

白井和也店長
玉光堂五稜郭店
●本町17-2
☎32-8525



売れ線は悪くない

年々少なくなっている100万枚を越えるヒット曲、いわゆるミリオンヒット。その理由として、聴きやすい、覚えやすい、すぐ歌えると3拍子揃った曲、いわゆる売れ線の曲が無くなってきているからではないかとオモイマス。

日本の音楽は世界の中でも非常にレベルが高いとは思いますが、それ故に単純に音楽を楽しむことを忘れてしまっているのかもしれない。最近売れている韓国歌手たちの歌には、日本の音楽業界が忘れてしまっている。わかりやすく、覚えやすく、つ



森麻季「アヴェ・マリア」(3000円)

い口ずさんでしまうという売れ線の要素がうまく取り入れられています。いま思えば、安室奈美恵やtrfなどを次々とヒ

ットさせた小室哲哉の凄さがわかります。今月のオススメCD1枚目は、森麻季「アヴェ・マリア」。5枚目のアルバムとなる本作は、多くの作曲家が手がけている様々な聖なる曲「アヴェ・マリア」を、彼女の美しいソプラノヴォイスで歌いあげた魂のこもった作品



になっていきます。もう1枚のオススメCDは、待ち遠しい春に向けてちょっと変わったアレンジで桜ソングを味わえる「桜ジャズ」。NEWSの「さくらガール」、北乃きいの「サクラサク」など、卒業ソング、桜ソングをピアノトリオでJAZZアレンジした、ありそうで無かった好企画! オススメは、坂本冬美の「夜桜お七」です。

同時交換でさらにお得

洗い物や入浴の際、蛇口をひねってからお湯が出るまでに時間がかかり、無駄を感じている人も少なくないはず。

水道局指定工事店「小野寺住設」では、無駄な捨て水をカットできる節水型蛇口をお得に提供中。「TOTO台所用ホール混合栓」(II写真上)は、水のある面積が広いシャワーヘッドへの切り替え付き。お湯が出るまでの無駄水を減らせるだけなく、使用時間が短く、省水効果はさらにアップ。軽いレバー操作で水量や湯温を調節できる使い勝手の良さも人気です。価格は工事費込み、通常4万5885円のところ2万8000円。



浴室用には「TOTO浴室サモシヤワー」(II写真下)を用意。メーカー独自のSMA(形状記憶合金)が、出したり止めたりの繰り返しの湯温の変化を最小限に抑えてくれます。価格は工事費込み、通常50400円のところ35000円。台所用・浴室用いずれも断熱性に優れ、長時間使用しても金具が高温にならない安全設計。



同時交換した場合に限り工事費を割引き中。合計金額から5000円引きを提供しています。この機会をぜひお見逃しなく。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。

●美原1229(本社)
●フリーダイヤル
01207750750

小野寺住設

疲れた髪と頭皮に田口式ヘッドスパ

ヘアクリニク TAGUCHI

ようやく暖かい春がやってきました。この時期、髪は寒い冬の影響でダメージを受けています。さらに頭首、肩のこりも頭皮に影響を与え、抜け毛のもと。まずはみなさんの頭皮と髪がどういった状態か「一気に髪を抜く状態」をしてみましよう。

田口式ヘッドスパはそれらを解消して、髪と頭皮を健康にしてくれます。シャンプー方法など日常の手入れ法も教え、あなたの髪の状態をチェックする髪診断やカウンセリングも無料で行っています。

田口式ヘッドスパの料金は今ならスペシャルコース60分4500円が3500円、お手軽コース40分3000円が2500円にサレています。また、抜け毛脱毛が気になるなら田口式温熱発毛療法を受けてみませんか? 温熱療法もお試し4000円で実施中。いずれも期間は4月15日まで。



●宝来町3110
☎229482

「手」に職で不況に勝つ!

就職難やリストラなど不況の時代を乗り越え、「手」に職を付けて不況に打ち勝つ技術を身に付けませんか?。

全日本つば療法師協会の認定南京総医研総本部公認の『東洋医学研究学院函館校』では、つば療法師、総合整体師、つば、レイキヒーリングなどの資格取得が可能です。資格取得後のアフターフォローも万全で、就職支援制度により昨年7月期卒業生の就職率は、なんと! 100%と資格の強さを証明しています。

就職はもちろん、本格的な開業や主婦が空き時間自宅の一室を利用しての開業介護関係の仕事の人などが現在の仕事に生かすためなど、自分のライフスタイルや目標に合った道を選んでいきます。授業は



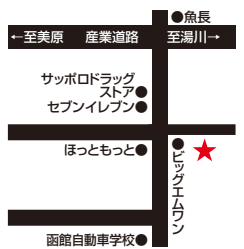
都合に合わせて無理なく選べる「フリースタイル制」ですので、10~60代の幅広い年代の人が学んでおり、半数以上の人が働きながら資格を取得しているのだとか。

自分や家族の将来に不安を抱えている人、何かはじめたいと思っている人、まずは「無料

東洋医学研究学院函館校

説明会体験会に参加してみたいかがですか? 詳しくは、お気軽にお電話下さい。平日は午前10時~午後8時、毎週土・日曜日と祝日は午後1時~午後5時、毎週木曜日と第3水曜日休校。駐車場有。

●花園町2315
OMビル2階
☎329540
http://www.jstst.jp/7188895
直営店/「手のみ工房らくちん」癒し空間「フアン」



今年は何かがおきる...

函館公園内にある『こどもくに』がオープンします。今年はお子さんにも楽しめる乗り物が8年ぶりに登場します。どんな乗り物なのかは、来てからのお楽しみ(イラスト)。「なにやら、すごい事がおこりそうです...」ぜひ、春の1日

に「家族で出かけませんか?」日本最古の現役観覧車をはじめ、メリーランドや飛行塔など、小さなお子さんも安心して遊べ、またレトロな雰囲気を楽しめる大人の人にも「こどもくに」で遊びましょう。

4月10日(日)には、函館市住宅都市施設公社主催のイベントがあります。楽しい企画が盛りだくさんのイベントで家族そろってどうぞ。



営業時間は平日が午前11時~午後4時、土・日曜日、祝日は午前10時~午後5時。営業期間は3月下旬からですが、天候にもよりますので、ホームページhttp://www.danhi.aspx

また電話でお問い合わせ下さい。
入園料は無料ですが、遊技施設が1回250円からあります。
●青柳町17-4
☎225039
http://kids.parks.officive.com/danhi.aspx

平成23年度函館市民体育館 第1期スポーツ教室

新年度から子供にスポーツをさせたい…と考えているお父さんとお母さん『函館市民体育館』で行われているスポーツ教室はいかがですか。申込受付日はすべて4月4日(月)、函館市民体育館第1会議室にて各受付時間に行われます。定員を超えた場合は抽選(兄弟一緒に申し込みを除き申込者1人につき1件の申し込み)。教室は全て、全10回です。

- ①【親子体育】(午前)「対象」平成19年4月2日～平成20年10月14日生まれの幼児と保護者(定員30組)。「教室実施日時」4月14日～(全て木曜日開催)、午前9時半～午前10時半。「申込み受付時間」午前9時半～。
- ②【親子体育】(午後)「対象」平成17年4月2日～平成19年4月13日生まれの未就学児と保護者(定員30組)。「教室実施日時」4月13日～(全て水曜日開催)、午後4時～午後5時。「申込み受付時間」午前10時半～。
- ③【ジュニア室内サッカー】「対象」小学生男女(定員70人)。「教室実施日」4月11日～(全て月曜日開催)。「申込み受付時間」午後1時半～。
- ④【わんぱく】「対象」小学生男女(定員60人)。「教室実施日」4月15日～(全て金曜日開催)。「申込み受付時間」午後3時～。
- ⑤【ミニバスケット】「対象」4年生以上の小学生(定員30人)。「教室実施日」4月14日～(全て木曜日)。「申込み受付時間」午後4時半～。

申込受付は各開始時間から15分間。受講料は①②3000円、③④⑤1500円(申込みの際、お支払い下さい)。③④⑤の「教室実施時間」は午後4時15分～午後5時15分。
お問い合わせは『函館市民体育館』(湯川1丁目32-2) ☎57-3141まで。

Sweets Time

ショートベリー

市内桔梗町の『ショートベリー』のおすすめは「カタラーナ」。イタリアの家庭で作られているデザートで、クリーム・プリュレの原型といえるもの。濃厚な味わいが特徴で、香り高いキャラメルをカリッと割って頂きます。新発売の「チョコエクレア」



カタラーナ (330円)
チョコエクレア (200円)

もチョコ好きにはこたえられません。チョコ味のシュー皮にチョコカスタード、上にはチョコレートがたっぷりかかってチョコを堪能する1品です。小さなケーキ屋さんやケーキ類がそれぞれ20種類以上そろいます。営業時間は午前10時～午後8時。不定休。

●桔梗町418-112

☎87-0500



Naruhodo Topics [なるほどトピックス]

初夏の食卓を賑やかに：

日に日に暖かくなっていますね。この春は、食卓を彩る素敵な料理にチャレンジしましょう。北ガスクッキングスクールの5月のテーマは「初夏の食卓」。A、B2つのコースを開催します。

Aコースは5月11日(水)午後6時半～午後9時半と5月12日(木)午前10時～午後1時で、内容は手羽先と野菜のグリル、アスパラのカルボナーラ、ダークチェリーのババロアほか。

Bコースは5月25日(水)午後6時半～午後9時半と5月26日(木)午前10時～午後1時で、内容は太刀魚のロール飯、日本酒のケーキほか。それぞれ昼夜ともに同じメニューで、定員は各15人。受講

お得に楽しむ春の極上フレンチ

白鳥町のフレンチレストラン『イリュージョン』では、大変お得な春の特別メニューをご用意しています。

豪華パーティープランとして、通常6000円のフルコースを50%OFFの3000円で提供します。メインはこま風味のソースが香ばしいエゾ鹿肉の



ステーキと、帆立貝のフラン。さらに春のスペシャルオードブル盛り合わせ、シラオおすすめスープ、豪華デザートという春を満喫する贅沢なコース内容です。新入学のお祝いや歓迎会のほか、特別な記念日、自分へのご褒美を演出してくれる華やかな料理と楽しいひととき。もちろん気軽な会食としてもぜひどうぞ。

また、定番の人気メニュー「パエリア&牛ステーキコース(スープ、デザート付き)」も通常6000円を50%OFFの3000円でご利用。海鮮パエリアは、テレビ番組でも紹介された評判となった本格フレンチ風パエリア。ほかでは決して味わえない逸品です。

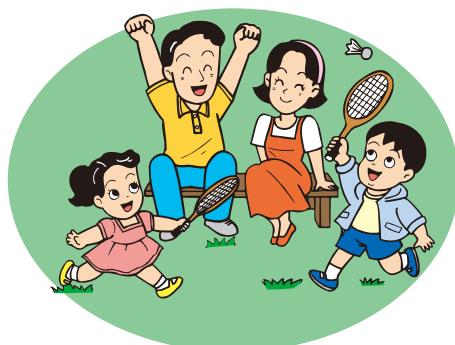
両コースともに5月いっぱいまでの期間限定メニューで、昼



夜共通で予約受付中です。営業時間は午前11時～午後2時、午後5時～午後10時。毎週水曜日定休(5月4日の水曜日は営業します)。3月25日(金)～4月6日(水)は海外出張のためお休みです。

●白鳥町 17 14
☎40-3588

北ガスクッキングスクール



受付は月～金曜日の午前9時～午後5時。1グループのお申し込みは4人まで。キャンセルは3日前までとなっております。

料は各1500円。受講料には材料費、消費税が含まれます。講師は二口美哉子先生。会場は北ガス函館支店1階のクッキングスペース。申込締切はそれぞれ4月1日(金)。申し込みは電話で受け付けし、定員を越えた場合は抽選。締切後、詳細のご案内を送付します。

イリュージョン

おかげさまで7周年を迎えました

ビリーブ&リラックスの「ビリーブ」が7周年を迎え、春から新メニュー「パワーストセラピー」が登場しました。あなたに合わせたパワーストーンで心と体の不調とチャクラのパラン

スを調べます。また、痩せたい人、健康になりたい人、綺麗になりたい人のための「耳つぼダイエツト」が新しく加わりました。調理師でフードマイスターの資格を持つセラピスト石垣日菜さんがサポートします。カウンセリ

ングは無料なのでご相談下さい。ほか、筋肉のコリやハリをほぐし血行やリンパの流れをスムーズにして辛い症状を和ら



びる「整体」(60分3150円)や、リンパの流れを促し艶やかな肌を導く「エイシャルエステ」、足の反射区を刺激して全身の不調を調える「ツツエステ」など様々なメニューが揃っています。ホームサロンに気軽にどうぞ。

3周年記念、おいしいイベント盛りだくさん！

『ロワジュールホテル函館』が4月24日で3周年を迎え「アパ1サリイイベント」が4月1日、30日に盛りだくさんの内容で開催されます。

注目のグルメイベントは、4月1日～7日の期間中、午前11時～午後2時に「喜楽里(きらり)」で開かれる「大皿おぼんざい」(ツツエ)Ⅱ写真上で、料理長おまかせの和総菜が日替りです。



また、4月8日～14日には「1プルラウンジ」で10種類のケーキから選ぶ「お徳ケーキ3個セット」が680円で販売されます(Ⅱ写真上、イートインテイクアウトどちらでも可)。ほかには、「四季」の「春のさくらピュフェ」(4月1日～30日、デイナー2100円)が、4月22日～24日の3日間、一部の料理がグレードアップして提供、生演奏も楽しめます。さらに4月16、17日の2日間は、バー「エスタード」で「アフタヌーンデザートピュフェ」(午後2時～午後4時30

分)が開かれ、ホテルメイドのケーキに加え、サンドイッチ、パスタも合わせたピュフェが1260円で楽しめます。春の食べ歩きは、ロワジュールホテル函館をお見逃しなく！その他のイベントなど、詳細はホテルのホームページをご覧ください。

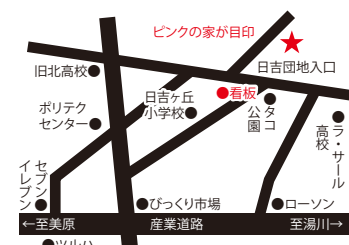
●若松町14 10
☎22 01 11
www.loisr-hakodate.com



ビリーブ

現在、初回の人に限り全メニューが500円引きのサリイ実施中です。予約制。営業時間は平日午前9時30分～午後6時、土日曜日、祝日は午前9時30分～午後3時。駐車場有。

●日吉町2-21 12
☎55-6800



ロワジュールホテル函館

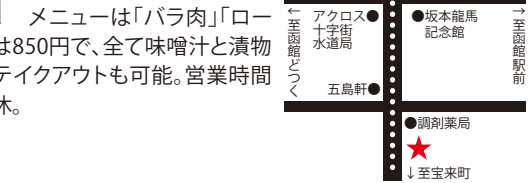
新店舗&リニューアル

豚丼のいずみ



豚丼といえば、北海道のB級グルメの中でも1、2を争う名物メニュー。函館ではなかなかお目にかかれませんが、ついに専門店ができました。市内末広町の『豚丼のいずみ』がその店。肉を上火で焼くので焦げがない上に余分な脂が取れて、コクがあるけれど脂っぽくなくて旨みが凝縮。さらに、甘辛のタレが脂分の多いバラ肉、ロースのどちらにもぴったりの絶妙な味わいです。

メニューは「バラ肉」「ロース」が各700円。数量限定の「黒豚丼」は850円で、全て味噌汁と漬物がセットになります。黒豚丼を除いてテイクアウトも可能。営業時間は午前11時～午後8時。毎週月曜日休。●末広町7-6 ☎22-2220



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 宅配料込 **3,700円** (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

4月15日号
賢い消費者を目指しましょう
おかげさまで、青いぼすとは5月31日発行分まで、創刊20周年となります。

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
いよいよ春…。この号が読者の皆様のご家庭に届く頃には、もうだいぶ暖かくなっているだろうか? カレイ釣り、自転車通勤、家庭菜園…。春の楽しみは実にたくさん、爽やかな風が土の香りを運んでくる季節がやってくる。冬物のコートもクリーニングに出さなくちゃ。(慎)

北大水産学部韓国人留学生との会話。お腹は韓国語で「ペ」、お腹がすいたことを日本語で「べこべこ」。なんか似ている。言葉がスラスラのスラスラは韓国語で「スルスル」。とても似ているので、びっくり。隣の国だから似ているのは当然といえはそうだけれど、あらためて知ると面白い。(345)

一早く春の味を頂いた。仏産のホワイトアスパラはほろ苦く春そのもの。白いお皿に緑と赤とサーモンピンクで描いた絵のようなお魚のプレート。マッシュポテトの上に乗っているのはとろける和牛の頬肉の赤ワイン煮込み。うーん幸せ! はちみつアイスにタルトのデザートも満足。(チヨコ)

インターネットの普及で、生活は飛躍的に便利になった。一方で、学校裏サイト等で陰湿ないじめが横行したり、大学入試にも携帯を使った不正が発覚したり等、相変わらずの負のイメージも。便利な道具を使いこなすには、技術だけではなくもっと大切なものがあることを認識していきたい。(亜)

この号が発行される頃、息子のサッカーも卒団を迎えている。休日ほとんど休みなく続いた練習や試合の送迎に「覆坊したいなあ〜」と思うこともあったが、試合の合間の笑えるトークタイムに眠気も吹き飛んだ。これからも、卒団のない「女神の会」にて盛り上がりましょう!! (BP)

先日パワーストーンのお店で素敵なプレスレットを発見。ひと目で「欲しい!」と思ったのですが購入しませんでした。理由は完成品だったからです。趣味でピースを楽しんでいるので、完成品だと作る楽しみがなくて嬉しさ半分。パーツばら売りしてなかったしなあ…。(七)

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
これからも楽しみにしていますよ!
青いぼすとスタッフの皆様さん、こんにちは! 今回は港街拉麵物語の特集でしたね。表紙がとてもインパクトがあつて、今からでも食べた気が持ちになりました。また、お店の場所とてもわかりやすく、よかったです。そして「青ぼの目」、人生のテストでは、まるで自分の事のように

なにかと忙しい日常生活の中、私達を癒してくれるのが、心安らぐランチタイムではないでしょうか。今回は、道南の評判店にお願いして青ぼ特別メニューを用意していただきました。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、このコーナーにてご所在地の町名、インシャル入りで「読者の声」として掲載させていただきます。お申し込みは、こちらをご覧ください。

いつも楽しみにしています
青いぼすとでステキな店を見つけて出掛けするのが楽しみです。これからもステキなお店の紹介、宜しくお願いします。(宮前町、E.S.)
*次号もお楽しみに! (柏木町、M.K.)

に感じました。人生のテストは中学や高校のテストではないと同感しました。文面に「実は最初から道など一本もない」という言葉に、カンゲキしました! また話は変わりますが、スイツタイルのコーナーで紹介されていた草餅、白大福、豆餅がこんなにボリュームがあつて1155円とは驚きました。ぜひ一度食べてみたいと思います。なるほどトピックスでは、まつ毛エクステのビフォー・アフターが全然違つてビックリしました。これからも「青いぼすと」が来るのを楽しみにしていますよ!

『潮ハンドボールクラブ』、小生ハンドボール部員を募集中
『潮ハンドボールクラブ』は、この春から一緒に活動する部員を募集しています。小学校1〜3年が対象の週2回低学年コースは月額1500円、小学校3〜6年が対象の週4回高学年コースは月額2000円。函

街角情報
『函館バイナークラブ』では、バウンドテニス講習会の参加者を募集しています。5月11、18、25日、6月1、8、15、22、29日、市内大町のバイナークラブ屋内コートで実施します。時間はそれぞれ午前10時〜正午。募集は30人。講習料は8回で1000円。用具は主催者側で用意。申込締切は5月4日。お申し込みお問い合わせには、松原☎231652、または中村☎457340まで。

『箱館歴史散歩の会』の郷土の歴史再発見ウォークが4月8日に、
同会代表者の中尾仁彦氏著『箱館はじめて物語』を3名様にプレゼント
『箱館歴史散歩の会』による

館市内または近郊在住の小生男女児童が対象。今回青いぼすとを見ての入会希望者全員に、オリジナルスポートタオルをプレゼントします。詳細は渡辺☎080-60945901まで。
『函館フォークダンス研究会』の「ミセスのためのフォークダンス無料体験教室」が4月4日から
『函館フォークダンス研究会』の「ミセスのためのフォークダンス無料体験教室」が4月4、11、18、25日の4回、鍛冶児童館で開かれます。時間は各午後6時30分〜午後8時。運動靴、タオル持参。申し込みは随時受付。詳細は前田☎732702まで。

『箱館歴史散歩の会』の代表者である中尾仁彦さんの著書『箱館はじめて物語』を本紙読者3名様にプレゼント。応募はハガキに郵便番号、住所、使命、電話番号を明記し、〒040-8605、函館どつく内、株式会社青いぼすとHD『箱館はじめて物語』プレゼント係まで。締切は4月7日。『箱館はじめて物語』は

「郷土の歴史再発見ウォーク」が4月8日午前10時から12時30分まで行われます。西部地区の旧町名「恵比須町」「相生町」「船場町」などの由来・歴史を学びながら町並みを巡るもの。事前の参加申込は不要で、参加希望者は当日午前10時までに函館市地域交流まちづくりセンターに集合。参加費は1000円。小雨決行。詳しいことは中尾☎559809まで。また、『箱館歴史散歩の会』の代表者である中尾仁彦さんの著書『箱館はじめて物語』を本紙読者3名様にプレゼント。応募はハガキに郵便番号、住所、使命、電話番号を明記の上、〒040-8605、函館どつく内、株式会社青いぼすとHD『銅鍋』より1000円分の食事券を3名様にプレゼント。



『銅鍋』より1000円分の食事券を3名様に
今回の「いい店食へ歩き」コーナーで紹介した「銅鍋」より、10000円分の食事券を3名様にプレゼント。応募はハガキに郵便番号、住所、使命、電話番号を明記の上、〒040-8605、函館どつく内、株式会社青いぼすとHD『銅鍋』より1000円分の食事券を3名様にプレゼント。

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ください！

便利で親切な保険屋さん発見！

横山満代理店

年々多様化している様々な保険を活用して、あなたにとってピッタリな保障内容を備えることが可能です。そこでオススメしたいのは、便利で親切な保険屋さん「横山満代理店」。

「横山満代理店」では、1社の保険会社にかたよらず、中立の立場から1人ひとりに合った保険を

選んでいます。また、様々な情報が溢れている保険について、わかりやすく説明してくれる点も大変好評。これから保険に入りたい人はもちろん、保障内容の見直しや確認、各種手続きなどを含め、相談や見積りはすべて無料で行っています。これまでも、保障内容はそのままでも保険料が安くなったというケースは



少なくないのだとか。しかも、相談や見積りは、都合の良い時間や場所に合わせて訪問してもらえるので、忙しい人や、車のない人も保険を考えるチャンスといえます。より賢く、よりお得に、あなたにとって1番良い保険を選びたいなら、さっそく相談



してみてもいいか。見積りは、都合の良い時間や場所に合わせ訪問してもらえるので、忙しい人や、車のない人も保険を考えるチャンスといえます。より賢く、よりお得に、あなたにとって1番良い保険を選びたいなら、さっそく相談

【募集代理店】
横山満代理店
●東山町1811・5
【フリーダイヤル】
0120・913・609
【携帯電話】
090・7514・7345
【取扱保険会社】
アフラック、オリックス生命、アリコジャパン

ご利用がやすくなりました！ 通所リハビリテーションがわ

天然温泉付きのデイケア『通所リハビリテーションいしかわ』が利用時間のバリエーションを増やし、生活スタイルに合わせて時間を選べる新たなシステムを導入しました。

天然温泉入浴などで利用者の皆さんをサポートします。



いう場合は午前11時15分までの設定。「リハビリを必要とされる皆様に、それぞれの生活スタイルに合わせてご利用いただきたい」と、それ以外の時間帯での利用希望も可能な限り対応してきます。

同施設は、在宅療養支援診療所「飯田内科クリニックいしかわ」に併設。敷地内に医師が常駐する万全の体制のもと、理学療法士による個々に合わせたリハビリメニューや専門器具によるパワーリハビリ、管理栄養士監修の昼食、

お食事会として鍋や鉄板焼きなども好評。新たに設定された利用時間は午前9時30分からで、1日ゆったり満喫するなら午後4時15分まで、昼食は楽しみたいけれど帰宅は早めに、という人は午後2時まで、リハビリと温泉だけを利用したい、と

随時受付中です。気軽にお問い合わせ下さい。
●石川町149・22
☎34・33351
<http://www.tidanaikagroup.com/tida/>

