

青いほすと

POST IN FREE PAPER
SINCE 1991

Issue. 473 2011.7.29 [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 [青いほすと編集室] ☎(0138) 27-9210 [FAX] (0138) 23-5699
[URL] http://oceanplace.jp/aopos/ [Eメール] aoi-post@aurora.ocn.ne.jp

グリーンピア大沼の夏期イベント

7月16日(土)～8月21日(日) グリーンピア大沼

『グリーンピア大沼』の多彩なイベントの一部を紹介。広い敷地内を謎を解きながら推理ゲームで楽しむ「王家の秘宝のありかを探し出せ」は7月16日～8月21日。「真夏の演奏会」は8月2日が函館有斗高校マーチングバンド、7日は北斗市上磯小学校吹奏楽部、13日は函館ラサール高校合唱部。7日の「野外ダンス2011」は七飯町など近郊の若者が中心になり企画する音楽イベント。7日は「カボチャでボウリング大会」も行われます。ランチバイキングは8月6、7、12、13、14、15日午前11時30分～午後2時(LO/午後1時30分)。
問/グリーンピア大沼 ☎01374-5-2277



第4回 集まれ! ちびっ子水遊び広場

7月25日(月)～8月14日(日) 函館競輪場公園広場

函館競輪場公園広場では、『第4回 集まれ! ちびっ子水遊び広場』が開設されています。監視がきちんとついているので、安心してお子さんを遊ばせることができます。夏休みの思い出にぜひ! 時間は午前10時～午後4時。8月1、2、3、8、9日は休み。また、8月21日の第3日曜日には、フリーマーケットを屋外イベント広場で開催されます。時間は午後2時～午後4時30分。水遊び広場・フリーマーケットともに雨天の場合は中止となります。
問/函館競輪場 ☎51-3121



第6回函館駅前広場ビアガーデン

7月28日(木)～8月11日(木) 函館駅前広場中央口付近 ※8月1日(月)は花火のため休止

6年目を迎える『函館駅前広場ビアガーデン』が開催中です。海からの風に吹かれながら生ビール、ジンギスカン、焼き鳥、ツッ焼きなど豊富なメニューをどうぞ。生バンド演奏や日本ハムファイターズ野球中継等もあります。チケットは2000円で、ビール券5枚綴りとおつまみ券付。駅舎内の「P O P O」と「アット カフェ」で発売。当日売り有。月～土曜日は午後5時～午後8時30分、日曜日は午後3時30分～午後8時30分。
問/ジェイ・アールはこだて開発株式会社 ☎22-8826



JRA函館競馬場のイベント

7月30日(土)～ JRA函館競馬場

『JRA函館競馬場』の7月30日以降のイベントは、7月30日が「海賊戦隊ゴーカイジャーキャラクターショー」「こども場長」。31日はメジロライアンが来場し、メジロライアンオリジナルネックストラップ販売 & チャリティー撮影会が行われます。「こども場長」は8月6日にも行われます。函館競馬場グルメラリー、キッチンカー・テントによる実演販売は、7月30・31日、8月6・7日の開催期間中毎回行われます。ふわふわドーム、電動カー、電動遊具なども開催中(7月30・31日、8月6・7日)で、毎回利用可。
問/JRA函館競馬場 ☎53-1021



大沼湖水まつり

7月30日(土)～31日(日) 大沼公園広場

今年で102回目を迎える「大沼湖水まつり」。7月30日(土)はこどもよさこいや民謡、ダンスに吹奏楽のほか、午後7時からは水難者、新亡者、先祖供養のために行われる伝統の慰霊祭と灯ろう流しが行われます。7月31日(日)はフリーマーケットや陸上自衛隊音楽隊による演奏、キングレコード・近江亜矢さんのショーのほか、①午前10時～②午後1時～の「それいけ! アンパンマンショー」などイベントが盛りだくさん。ラストを飾る花火大会(午後8時～)まで見所満載。小雨程度は実行。イベント内容は変更の場合有。
問/七飯大沼国際観光コンベンション協会 ☎67-3020



写真/函館港まつり道新花火大会
毎年8月1日に、函館港内・緑の島から道内最大規模の花火が打ち上げられます。

第46回はこだて湯の川温泉いさり火まつり

8月20日(土) 湯の川温泉街

300年以上の歴史があり、北海道の三大温泉郷として地元の人や多くの観光客から親しまれている湯の川温泉では、日頃の感謝を込めた『はこだて湯の川温泉いさり火まつり』が盛大に行われます。イベントは、午後1時から『割烹旅館若松』前出発の「いさり火献湯行列」をはじめ、午後6時45分からは、松倉川より「灯籠流し」が行われ、午後7時40分からはメインイベントとなる「いさり火花火大会」が催されます。沿岸に近づいたイカ釣り船の漁り火の灯も、湯の川の夜空を華麗に彩る花火を演出しています。温泉街らしい情緒溢れるお祭りをご堪能下さい。雨天の場合は翌日に順延。
問/函館湯の川温泉旅館協同組合 ☎57-8988(平日午前9時～午後5時)



第30回しかべ海と温泉のまつり&花火大会

8月20日(土) 会場/鹿部漁港敷地内

鹿部町最大の夏イベント『しかべ海と温泉のまつり&花火大会』。今年はステージショーに演歌歌手のジェロが登場! ほかに大型液晶テレビや人気ゲーム機本体など、豪華景品が当たるビンゴ大会、魚などを見たり触れたりできる『ふれあい水族館』など、楽しい企画が盛りだくさん。祭りのクライマックスを飾る大花火大会では、約2,500発の多種多様な花火や超特大スターマインが夜空と漁港水面を鮮やかに彩ります。漁港のすぐ前で打ち上げられる花火は豪快! なお、花火大会は荒天の場合は翌日に順延、会場周辺は午後5時より交通規制があります。
問/しかべ海と温泉のまつり実行委員会(鹿部商工会内) ☎01372-7-3344



はこだてマリンラーニング～ふれあい～

8月28日(日) 旧シーポートプラザ周辺

北海道大学大学院水産科学研究所と函館市が「新水産・海洋都市はこだてを支える人材養成」事業の一環として行う『はこだてマリンラーニング～ふれあい～』。今年で2回目のこのイベントは、8月28日(日)午前10時～午後3時に旧シーポートプラザ周辺で行われます。陸の部はパネル展示、水の生き物タッチプール、折り紙、イカ墨画描き、イカめし作り、海を学ぶ体験型科学教育、陸上ヨット体験。海の部は函館湾内でクルーザー、ヨット、シーカヤック、ジェットスキーの乗船体験、ジェットスキーのショーなど。参加は自由。なお、イカめし作り、シーカヤックなどは要事前申込。
問/北海道大学大学院水産科学研究所 ☎40-5544



HAKODATE黒船2011

9月4日(日) 函館市緑の島

今年で3回目を迎える音楽とファッションの融合野外フェスティバル『HAKODATE黒船2011』は、緑の島で11時～20時(予定)で開催されます。今年もビッグアーティスト、モデルが来函。ET-KING、キマグレン、Milky Bunny(益若つばさ)らのLIVEや、小森純、道端アンジェリカ、青木伸輔らによるファッションショー。黒船オーディションで合格したボーカリスト&モデルも夢のステージに登場。雨天決行。チケットは前売5500円、駐車券付前売6500円、当日6500円。7月31日までサークルKサンクスで先行販売。詳細はウェブサイトです。
問/函館黒船地域活性化協議会 ☎35-7033 <http://www.kurofune-h.com/>



第6回北海道ユニバーサル上映映画祭

9月16日(金)～18日(日) 北斗市総合文化センターかなで～

障がい、健常の隔てなく誰でも同じ空間で映画を楽しめるようにユニバーサルな環境を用意した『第6回北海道ユニバーサル上映映画祭』。「アイ・コンタクト」、「大地の詩ー留岡幸助物語」、「きな子 見習い警察犬の物語」、「パートナーズ」、「武士の家計簿」を上映します。全ての映画に日本語字幕、音声ガイド、ミュージックサインが付きます。チケットは共通鑑賞券が一般800円(当日1000円)、ジュニア(小・中学生、高校生)は500円(当日同)です。チケット販売は松柏堂、ローソンチケット、かなで～等販売。ワークショップ、シアターフォーラムもあります。
問/函館保健企画内・橋本 ☎31-0010



開港152周年記念函館港まつり

8月1日(月)～8月5日(金) 函館市内一円

当市最大の夏のイベント『函館港まつり』の主な日程は、8月1日に緑の島から道内最大規模の花火が打ち上げられる第56回道新花火大会(雨天の場合は5日に順延)が行われます。2日と3日は、両日で約2万人の市民が参加するワッショイはこだてが行われます。コースは2日が十字街・松風コース(雨天の場合は4日に順延)、3日は堀川・五稜郭コース(雨天の場合は4日に順延)。両日中止の場合は4日に十字街・松風コースのみで実施します。5日は歩行者天国が行われ、祭り期間中は、市内一円が多彩なイベントで賑わいます。
問/函館港まつり実行委員会 ☎27-3535(社団法人函館国際観光コンベンション協会内)



はこだて国際民俗芸術祭

8月5日(金)～8月10日(水) 元町公園

元町公園の「フリーステージ」に今年も個性的なアーティストが続々登場。アラスカのチバック・チュビック・ダンサーズは、文化遺産の舞踊「ヨガック」を披露。ほか、ジンバブエのジャナグルジュニア、オーストラリアのマーガレット・ロードナイトら出演者多数。このフリーステージを支える「市民スポンサーパス」(1枚2000円)、市民会館の特別公演など有料イベントが無料になるクーポン付き。パスをさげ、うちわを片手に、夏の芸術祭に参加しよう。入場無料。詳細はウェブサイトどうぞ。
問/株式会社ヒトコチ ☎51-5727 <http://wmdf.org>



江差姥神大神宮渡御祭

8月9日(火)～8月11日(水) 姥神大神宮、江差町内

北海道遺産にも指定されている『姥神大神宮渡御祭』は、その起源を370有余年前にもさかのぼる北海道最古の祭り。武者人形や能楽人形、歌舞伎人形などを配した勇壮華麗な13台の山車(ヤマ)が、京都祇園祭りの流れをくむ祭りばやしの調べに乗って、御輿とともに町内を練り歩きます。山車は所有するそれぞれの町内で大切に受け継がれてきた由緒あるものばかり。宝暦年間(1751～1763)に作られた「神功山」や、唯一の船形山車「松寶丸」などは、北海道文化財にも指定されています。豪華な山車が夜を徹して町を練り歩く姿はエネルギーで華麗なもの。雨天決行。
問/江差観光コンベンション協会 ☎0139-52-4815



エゾ地の火まつり

8月14日(日) 上ノ国小学校グランド天の川

『エゾ地の火まつり』は、上ノ国町の一大イベント。上ノ国小学校グランドで、午後1時オープニング。宝探し・真夏のクイズまつり・ストラックアウトなどを実施。豪華景品や参加賞も有り。屋台村では、生ビール・焼き鳥・玩具など12店舗が出店。夕方からはアマチュアバンドの演奏。上ノ国音頭やフラダンスも見所。メインイベントは午後7時半位から、天の川沿いに設置された高さ5m・直径2mの大松明8本に一斉に火をつけ、それをバックにドラゴンファンタジーと題し天の川で約700発の花火大会。一部変更になる場合があります。雨天の場合翌日に順延。
問/エゾ地の火まつり実行委員会(上ノ国町商工会内) ☎0139-55-2121



第27回サマーカーニバルin知内

8月14日(日) 知内川河川敷特設会場

今年、自治制施行140周年を迎えた知内町の夏イベント『サマーカーニバルin知内』。注目は、特設ステージにて午後5時から行われる各種催し。今年は東北三県(福島県、宮城県、岩手県)の特産品チャリティオークションを予定。売上金の一部は東日本大震災の義援金として寄付されます。STVラジオのパーソナリティとしてもおなじみの「みのや雅彦」や、民謡歌手「Kazumi」のサマーライブ、知内高校の生徒による演劇「しりうち物語」などのステージショーや、打ち上げ花火も見もの。午前中はパークゴルフ大会とゲートボール大会も行われます。
問/サマーカーニバルin知内実行委員会事務局(知内商工会内) ☎01392-5-5340



エビテーゼで明るい笑顔を...

市内弁天町にある『タナカ技研』で、道南では初めてというエビテーゼの製作を行っています。



明るく前向きに生きてゆく力になればと思います。まずは気軽にご相談下さい」と話しています。なお、エビテーゼは医療保険適応外です。詳しくはお問い合わせ下さい。

●弁天町115
☎26-5908
tanaka1giken@yahoo.co.jp

タナカ技研

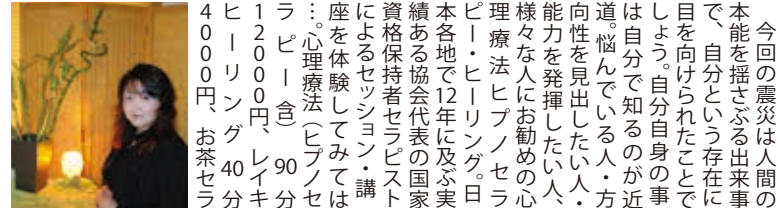
『タナカ技研』の田中雅典代表がエビテーゼに取り組んだきっかけは、6年ほど前、知人の女性が乳がんて乳房を切除し相談を受けたことからでした。技術は、東京まで出向き講習会に参加するなどして習得しました。

製作工程は、まずカウンスリングを行い、患者さんが納得するまで話し合います。次に石膏で型を作り、患者さんと合うかどうかをチェック、シリコンで製作、着色、完成となります。型は、本人の要望に応じて本物そっくりに作れるそうです。製作品は3年保証付きで、メンテナンスも行ないます。

エビテーゼ料金表

Table with 2 columns: Treatment type and Price. Includes items like 指(1指), 耳・鼻, 胸のエビテーゼフルオーダー, 胸のシリコンパット.

本当の自分に会ってみませんか? 日本心理療法セラピスト協会



今回の震災は人間の本能を揺さぶる出来事で、自分という存在に目を向けられたことで、自分自身の事は自分で知る人が近道。悩んでいる人、方向性を見出したい人、能力を発揮したい人、様々な人にお勧めの心理療法セラピスト養成講座(8月20、21日)ヒブノセラピー・ゲシュタルト療法・フーカリング等を学ぶ上級心理療法講座。講師養成講座も有他、白井式レイキ療法等のレイキ法を網羅している講座も毎月平日と土日にて開講します。レイキヒーリング養成講座(8月18、28日、9月3、5日)と指導者養成講座であなためヒーラーに!

Advertisement for a seminar with a map showing the location in Shibuya, Tokyo. Includes contact info for JPSA.

地元の食材を食べよう! 関川シェフの美味しいスロウスタイル Delicious Slow Style

ズッキーニ 夏野菜を代表するズッキーニは南仏やイタリアなど地中海料理の定番食材です。ビタミンA、ビタミンCが豊富で特にカロチンが多いのが特徴。今回はズッキーニのオープン焼きを紹介します。

シェフのこだわり食材 当店では「大沼カボチャガーデン」のズッキーニを使っています。農業や化学肥料を使わず、湧き水を使って育てる限り自然な状態で作られる野菜が自慢。ここで作られたズッキーニはMEGAドン・キホーテ函館店地階の「八百ねつ」と販売しています。



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3月にル・ヴァンに就任。独特のセンスを活かした創作料理が好評。

今回の料理 「ズッキーニのオープン焼き」

- 材料(4人前) ●ズッキーニ...2本 ●タブナード(※)...大さじ4~5 ●パルメザンチーズ(粉チーズでも可)...適量 ●オリーブオイル...適量 ●塩、こしょう...適量

- ※タブナード (仏プロヴァンス地方の代表的なオリーブを使ったソース) ●黒オリーブ(種なし)...約20粒 ●アンチョビ(フィレ)...3枚 ●ケッパー...大さじ1 ●ニンニク(皮をむき芽を取る)...1/2片 ●エキストラバージンオイル...大さじ5



ズッキーニのオープン焼き 『ル・ヴァン』で7月29日(金)~8月12日(金)の間、ディナーの魚料理の付け合わせとして使っています。

Advertisement for 'ル・ヴァン' restaurant, including address and hours.

- 作り方 ①タブナードを作る(黄色枠内)。全ての材料をミキサーの中に入れ、全体がなめらかな状態になるまで、よく混ぜ合わせる。 ②ズッキーニの両端のへたを取って、縦半分に分ける。軽く塩、こしょうをする。フライパンにオリーブオイルを入れ中火にかけ、ズッキーニが両面きつね色になる程度まで焼く。 ③耐熱皿に②の切り口を上にして並べ、タブナードを塗り、パルメザンチーズをふりかけ180度のオープンで約10分、チーズが香ばしくなるように焼き上げる。

ズッキーニはカボチャの一種。カボチャよりも水分が多くて糖質が少なく、自然な甘みと淡い苦み特徴です。

物を束ねるときなどに使う輪ゴムは、色も形もシンプルで、事務的に使われることが多い。ところがほとんどがほとんど味な存在。そんな輪ゴムがキュートなアイテムに! 市内末広町の『ミ・カーサ』では、カラフルな動物型の輪ゴム「シリコンバンド(愉快なアニマル)」(24本入り、420円)を取り扱っています。素材はどちらもシリコン製。こんなかわいい輪ゴム、もったいなくて使えない!! ●ミ・カーサ ●末広町20-6 ●もとい坂フラット1階 ●石田文具 ●北斗市七重浜2-45-5 ●石田文具 ●北斗市七重浜2-45-5

Advertisement for colorful silicone bands (シリコンバンド) with images of the products and contact info for Nagomu.

夏休みの自由研究といえば朝顔の観察のほかに、カイコの飼育をしたことも。桑の葉しか食べないカイコが成長し、厚紙で作ったたたくさんの小屋の中でそれぞれのカイコが繭を作り、やがて蛾になってゆく過程を観察することで、命の存在というものをリアルに感じた。▼真夏の太陽の下、ハンドタオルで顔の汗をぬぐいながら取材や広告営業をしている時々「子供みたいに夏休みがあればいいのになあ...」なんて思うことがある。しかし、よくよく考えてみれば夏休みには先生から宿題が出される。自由研究もやらなければならぬ。学校が休みだからといって毎日遊んでばかりもいられない。きつと小学生もそれなりに大変なのだろう。▼夏は命の存在をリアルに感じることが出来る季節といえるのではないだろうか。急成長する緑、たわわに実る夏野菜、森林から聞こえる蝉の声...夏休みのない私達大人も、せめて心の夏休みをいただいで、日常の悩みごとやストレスの原因となるものからしばし解放され、心静かに命の素晴らしさをあらためて感じてみるのもいいかもしれない。▼そして、朝顔に水をやらせたら水をもらいにいくくらゐの心のゆとりを持ってもらうこと...それが僕の夏休みの宿題かな。(慎)

青ぼの目

夏休み 朝顔に つるべ取られて もらい水(加賀千代女)。▼井戸で水を汲もうとしたら、つるべ(水を汲むための、縄が付いた桶)に朝顔のつるが巻きついて

いたので水を汲むのをやめて、隣の家に水をもらいにいったら、隣の家に水をもらいにいくのが面倒なので、朝顔のつるを外してしまっただろう。▼朝顔は美しい。よく手入れされた立派な庭の朝顔でなくとも、アパートや一軒家の玄関前にぽつんと置かれた鉢植えの朝顔もとても可愛らしい。そんな鉢植えの朝顔を夏に見ると、「この家には小学生がいるに違いない」という先入観を持つてしまう。そう、朝顔の観察日記は今も昔も小学生の夏休みの自由研究としてよく知られている。僕も小学校低学年の時に朝顔を育てたことがある。観察内容はあまり覚えていないが、黒くて小さな種を土に植えて水やりをしていると、やがて土の中から芽が出てきた喜びを今もよく覚えていて。人生で初めて、自ら手で命を誕生させた感動を味わった瞬間だ。▼夏休みの自由研究といえは朝顔の観察のほかに、カイコの飼育をしたことも。桑の葉しか食べないカイコが成長し、厚紙で作ったたたくさんの小屋の中でそれぞれのカイコが繭を作り、やがて蛾になってゆく過程を観察することで、命の存在というものをリアルに感じた。▼真夏の太陽の下、ハンドタオルで顔の汗をぬぐいながら取材や広告営業をしている時々「子供みたいに夏休みがあればいいのになあ...」なんて思うことがある。しかし、よくよく考えてみれば夏休みには先生から宿題が出される。自由研究もやらなければならぬ。学校が休みだからといって毎日遊んでばかりもいられない。きつと小学生もそれなりに大変なのだろう。▼夏は命の存在をリアルに感じることが出来る季節といえるのではないだろうか。急成長する緑、たわわに実る夏野菜、森林から聞こえる蝉の声...夏休みのない私達大人も、せめて心の夏休みをいただいで、日常の悩みごとやストレスの原因となるものからしばし解放され、心静かに命の素晴らしさをあらためて感じてみるのもいいかもしれない。▼そして、朝顔に水をやらせたら水をもらいにいくくらゐの心のゆとりを持ってもらうこと...それが僕の夏休みの宿題かな。(慎)

自分で選曲したい!

人間はなぜ結婚するのでしょうか? 血の繋がらない2人の男女が1つ屋根の下で生活してたりしてなかったり。子供ができたから流れでするひと。結婚することへの憧れでするひと。人それぞれですが、血の繋がっていない2人が共に人生を歩んでいく上で、2人を繋ぐ「証」として必要なかなあ〜と、僕的には思います。でも、そんなに深く考えられていないようなこの世の中の風潮が、スピード離婚などを増やしているのかもしれない。でも、純粋に結婚式への憧れ、女性ならウエディングドレスへの憧れ、教会での挙式などイベント的なものは、そんな難しい結婚の意味なんて吹っ飛ばしてしまうのではないかと思います。実際の話し、たくさんの親類や友人などと呼んで披露宴でその主役になるというのは、ものすごい感動とカタルシスを覚えます。その会場で流すBGMを自分の好みで選ぶと、まるで自分プロデュースのパーティー(そんな軽いものではないですが)のような錯覚にとらわれてしまいます。入場時はこの曲で、花束を両親に渡す時はこの曲で、などと考えると単純に楽しいものです。なので、結婚式に限らず、自分のお葬式に流すBGMも生きている間に決めておいたら楽しいかな〜と思います。死んじゃったら、自分で選曲できないので。

今月のオススメCD1枚目は、トレインチャ「ニューヨークの日曜日」。マイケル・ジャクソンのカバーアルバムが日本でも大ヒットしたオランダの国民的女性歌手トレインチャのこのアルバム。今作ではアメリカに渡り、アメリカを代表するビックバンド「クレイトン=ハミルトン・ジャズ・オーケストラ」をバックに従え、オリジナル曲のほか、自身が影響を受けていたソウルやジャズの名曲をゴージャスに歌いあげています。「ピープル・ゲット・レディ」「トライ・ア・リトル・テンダネス」他全15曲。



トレインチャ
「ニューヨークの日曜日」
(2300円)

もう一枚は、みのや雅彦「みのや雅彦thebest〜いい歌づくし〜」北海道を歌い、北海道と共に歩んできた彼の30年間を刻み込んだ究極のベストアルバムがついに完成! デビューシングル「白い嵐」ヒット曲「笑えないピエロ」はもちろんのこと、名曲「夢しかなかった」他、本人とラジオリスナーで選曲された必聴の1枚です。



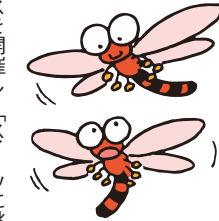
みのや雅彦
「みのや雅彦thebest〜いい歌づくし〜」
(3000円)



【筆者】
白井和也店長
白井和也店長
白井和也店長
●本町17-2
☎32-8525

夏が終わると食欲の秋:

夏が終わると、
いよいよ食欲の秋
ですね!



「北ガスッキングスクール」の9月のテーマは、「夏の疲れをとりながら秋に向けて...」と題してA、B2つのコースを開催します。Aコースは9月14日(水)午後6時30分〜午後9時30分、9月15日(木)午前10時〜午後1時、内容は豆腐と山いものグラタン、アサリのはと麦茶飯、チヨコさんつばほか。Bコースは9月28日(水)午後6時30分〜午後9時30分、9月29日(木)午前10時〜午後1時、内容はサーモンのタルタルレハンバーグ、人参とかぼ

夏が終わると、いよいよ食欲の秋ですね! 「北ガスッキングスクール」の9月のテーマは、「夏の疲れをとりながら秋に向けて...」と題してA、B2つのコースを開催します。Aコースは9月14日(水)午後6時30分〜午後9時30分、9月15日(木)午前10時〜午後1時、内容は豆腐と山いものグラタン、アサリのはと麦茶飯、チヨコさんつばほか。Bコースは9月28日(水)午後6時30分〜午後9時30分、9月29日(木)午前10時〜午後1時、内容はサーモンのタルタルレハンバーグ、人参とかぼ

北ガスッキングスクール

夏のボタージュ、洋なしのタルトフランほか。A、Bコース屋夜ともに定員は各15人。受講料は各1500円。そして、秋の「スイーツに挑戦」がいよいよスタートします。1回目は9月8日(木)で、内容はライチシャーベット、バナナカスタードパイ。2回目は10月20日(木)で、内容はパンキーンチーズケーキ、洋なしのクレムフラン、りんごのムース。3回目は11月24日(木)で、内容はスノーボールクッキー、黒ごま汁粉、ブルシユ・ド・ノエル。時間はそれぞれ午前10時〜午後1時

「昼の部のみ。定員は15人。受講料は3000円(材料費・消費税込み)で初回にお支払いとなります。講師は二口美哉子先生。会場は北ガス関館支店1階のクッキングスペース。申込締切は8月4日(木)。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。受付は午後5時。キャンセルは3日前までとなっております(3日を過ぎるとキャンセル料がかかります)。なお、受講料には材料費、消費税が含まれます。1グループのお申し込みは4人までとさせていただきます。

●万代町8・1
42・6505

楽しい情報、暮らしに役立つ情報がいっぱい! ぜひ、あなたのお気に入りを見つけ下さい...

夏休みは、旧小林寫真館に遊びに行こう!

旧小林寫真館

夏休みの思い出に、歴史ある写真館で、モダンでハイカラな一枚をいかが...

8月1〜5日の函館港まつりの期間中、市内大町にある「旧小林寫真館」(フオロス)タジオタニキ写真楽館姉妹店)が特別営業します。レトロでモダンな雰囲気

「函館ハイカラ写真」(葉書判・フレーム付、3000円)

中は、とても縁起が良いと評判になっている。

「最古の写真館で写す婚礼写真」(通常60000円)が、超特価の30000円(衣装代込、特製写真帖仕上げ)となります。函館らしい、素敵な記念写真を残しましょう。



なお、「旧小林寫真

●大町2・9
090・1386・4840



館の売り上げは、建物(函館市歴史的景観指定建物)の維持費に充てています。この写真館で記念写真を撮ることで街の景観も守られます。期間中、本店フオロスタジオタニキ写真楽館は休館



●桔梗町418・99
46・7700

小学生絵画コンクール「わたしの好きな場所」

TOTORIモデルクラブ道南店会

「TOTORIモデルクラブ道南店会」主催の「第3回小学生絵画コンクール」が行われます。

今回のテーマは「わたしの好きな場所」。つい行ってしまおうお気に入りの場所、私だけが知っている穴場、思い出の場所など、自分が住んでいる町の好きな場所を絵にして下さい。絵の裏面には、その場所の好きな理由、タイトル、氏名、学年、住所を明記。応募は1人1作品、作画方法は自由、サイズは八つ切り画用紙。応募のミズから最優秀賞、優秀賞、リモデルクラブ賞、道南店会各店賞を選び、それぞれ副賞を、そのほか応募者には参加賞が授与されます。応募資格は函館市、北斗市、七飯町及び渡

島・松山の小学生。応募締切は8月29日(日)必着。作品は9月12日(月)〜19日(敬老の日)、市内桔梗町の「TOTORI函館ショールーム」に展示されます。期間中の17、18日には同会場にて「リモデルフェア」が同時開催されます。コンクールの表彰式は18日に行います。

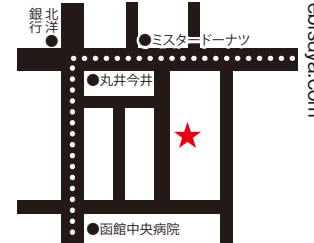
このほか、金・銀・プラチナなどの貴金属から、時計などのブランド品、切手、商品券、携帯電話まで買い取り品目は幅広く、女性スタッフが親切丁寧に対応。明るい店内で真心の査定を行うので安心です。不要と思っ



お客様には生活応援グッズをプ

たものでも処分する前に一度査定してみませんか。思わぬお宝があるかもしれません。今なら「青いぼすと見た」といって来店したお客様には、貴金属の買い取り価格がなんと15%アップ。

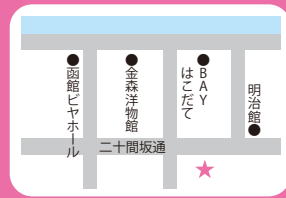
「フリーダイヤル」0800-800-0776
http://www.otakarano-ebisuya.com





いい店食べ歩き

キッチンパー ボーダー



市内西部地区・明治館向かいにある『キッチンパーボーダー』。レトロな町並みにしっとりなじむこの店は、今の時期なら、店前のオープンテラスで、ゆっくりワインを傾ければ楽しい時間がすごせそう。

築70～80年になるという古民家を改装した店は、中に入ると板張りの床、木製のテーブル、透かしガラスからは灯籠が見え、昔懐かしいオルガンや蓄音機がさりげなく飾られた和風モダンで落ち着いた雰囲気。その空間で、イタリアンやフレンチの流れを汲む創作料理が見事にマッチしています。

料理は、中華風冷奴、ニョッキ、パスタ、ピッツァなど多種多彩。どれもがこの店

ならではの味に仕上がっています。ビールやワインはもちろんのこと、種類豊富なカクテルを飲みながらゆっくり味わいたいものです。

メニューは昼、夜共通。掲載写真は人気の「鶏レバーのムーストースト添え」(800円)。「馬刺しのカルパッチョ」などメニューは30～40種。定番から季節の素材で替わるメニューまで、いろいろに楽しめます。

営業時間は、正午～午後3時、午後6時～午後11時(昼は休業の場合があるので注意下さい)。毎週日曜日定休。

●豊川町10-6
☎27-6630

close up

肉巻きおにぎりが大人気!

にくまき番長 函館店

テレビや雑誌など、各メディアでも取り上げられ話題沸騰中の注目フード、肉巻きおにぎりの人気専門店「にくまき番長」の道内1号店が6月17日、産業道路沿い・トイザラス向かいにオープンし、函館でもその味わいが早くも評判になっています。独自開発の秘伝のタレに漬け込んだ豚肉で、美味しく炊いたご飯をひとつひとつ手巻きにし、オープンでじっくりと焼いた手作りの逸品。丸く小ぶりに見えて、見た目以上にボリュームがあるのが特徴です。

メニューはタレの旨みをご飯とお肉にたっぷり染み込ませた定番人気の「旨しよつゆ」(280円)、「ごま油の風味が食欲をそそる」(280円)、女性に人気の「チーズ」(320円)、「こつりとした味わいの「テリヤキ」(300円)、「ニラと生姜たっぷりの「スタミナ」(300円)、「味のコンヒネーションが抜群の「みそチヂャン」(300円)の6種類。好評のオープンングキャンペーンも引き続き実施しており、8月31日まで「青いぼすとを見た」という5個お買い上げて1個サービス。営業時間は午前11時～午後7時。無休。駐車場有。

●昭和3・3123
☎47・2100



“心の代書屋”松田聡がズバリ!

マジ本気 本気(マジ)で語ります!!

困りごと・悩みごと・各種相談
1時間半5,250円～
電話でご予約下さい。

行政書士 松田聡 事務所
●山の手2-38-18 ☎33-4675



行政書士の松田です。ある知人からここ最近の青いぼすと文を見て「お前も歳をとってきたねえ。昔のことが多しよな」と冷かされてしまいました。

ところで、今年も夏がやってきました。私は大門界隈の育ちだったためか、夏といえば真先に、港まつり、朝市が思い浮かびます。

小学生の頃の夏休みは、毎日のように朝市へ行き、親の仕入れの手伝いにならぬ手伝いしたものです。

当時の朝市や駅前周辺は、賑やかそのものでした。自動車や人の往来もそうですが、朝市付近の「音が活気そのものでした。

朝市へ行けば、私のその日の「夢」がほほ叶う、そんな夢ある場所でもありました。

朝市には新鮮な食材はもちろん、日用品や衣類に至るまで無いものは無いほどです。

また、朝市では地元の商品客や観光客がひしめき合い、路上では黄や赤などカラフルな大きなバラソルが連なっており、毛がやたらバガなどが売られており、視覚的にも賑やかでした。それに加えて、店先からの「いらっしゃい、いらっしゃい。これ旨いよ」といった大きな声が随所から聞こえてきました。

先日、花と緑のフェスティバルの帰りに久しぶりに朝市へ行ってきました。

そこでは、偶然にも昔からお世話になっている商店主とお会いして、しばし立ち話をしてみました。今年3月の大震災の影響も相まって観光客が激減したそうです。「嘆いてばかりもいられない。地元朝市としてこれからは頑張っていくしかない」と力強く話されていたのが印象的で、心に響きました。

函館市内には市場、販売などの地域に根ざしたお店が連なる場所がいっぱいあります。

そこでは、お店の方とお客様が短時間にコミュニケーションが図れるのです。合理的、時間短縮といった風潮があり、朝市や市場へ行くと、どことなく懐かしい空気や音を肌身に感じることが出来ます。

たまには朝市や市場へ出かけ、函館の市と出合い新鮮な食材を手にとってみませんか。

Health & Wellness 210



●京町27-16 ☎23-5165
http://www.ohmura.or.jp/

医療法人社団 健和会
大村病院
院長 大村 健久

腰椎椎間板ヘルニア

【原因と病態】

背骨は首からお尻まで椎骨という骨と椎間板というクッションがつながって出来ています。椎間板は軟骨で出来ていますが、構造は周囲が繊維輪という硬い軟骨で囲い、その中に柔らかい髄核という軟骨が入っており、ちょうどタイヤのゴムと空気のようになっています。その髄核が繊維輪を破って飛び出した状態が椎間板ヘルニアです。

椎間板ヘルニアは首にも腰にも出来ますが、上半身を支える腰椎は5個あり、特にL4・5、L5・S1間によく出来ます。悪い姿勢での動作や作業、中腰や腰をねじる作業、喫煙などでヘルニアが起りやすくなること知られています。

【治療】

痛みが強い時期には、安静を心がけ、「コルセツト」をつけたりします。また、消炎鎮痛剤の内服や坐薬、神経ブロック(神経の周りに痛みや炎症を抑える薬を注射する)を行い、痛みをやわらげます。腰を温めるのも良いでしょう。痛みが軽くなれば、牽引を行うなど運動療法を行うこともあります。これらの方法でよくならない場合や下肢の脱力、排尿障害があるときには更に詳しい検査(造影剤など)を用いた検査をし、手術をお勧めすることがあります。

ご心配なことがありましたら、また、詳しい治療方法などを知りたい方は脊椎の整形外科医にご相談ください。

【診断】

下肢伸展挙上試験(膝を持って立ち上がると痛みが強くなる)があります。症状が悪化した場合、足に麻痺が出現したり、排尿・排便が困難になることもあります。

星占い

7月29日～8月29日
★提供★
占い専科21
函館市梁川町18-20
TEL 55-1031

牡羊座 3月21日～4月20日生
誘惑に負けやすいが気がかり、無意味な浪費、お酒や煙草依存などに陥れやすい。強い意欲で乗り切ろうと恋愛は愛憎紙・重傷車に。

牡牛座 4月21日～5月21日生
通り雨の様相。順調だった状況突然暗雲が立ちこめ計画中断など窮地に失敗続きは自分を省みる好機。社会的マナーや基礎業務力アップを。

双子座 5月22日～6月21日生
双子性を狂わせ、仕事をさぼって遊びに興じたり友達を陥れたり。謂へば自分に戻りたくない時が現状維持も勝ち。望まぬ妊娠注意。

蟹座 6月22日～7月22日生
地道に働いてきた仕事や培ってきた実力が高く評価される予感。他に興味が湧いたり不満も出やすい時が現状維持も勝ち。頑張りで大勝利。

獅子座 7月23日～8月22日生
野望や夢実現に向けて追い風。個性と魅力が際立つ時。着・浴衣・サングラスなど夏の装いは情熱のひ水旅行。バカンスはオーシャンリゾートで。

乙女座 8月23日～9月22日生
何事も真面目に出やすい。不注意発言や行動も多かったが胸は手をあきらめ振り返りてみて。宴会等で目をはずさぬよう注意。恋愛不協和音。不眠注意。

天秤座 9月23日～10月22日生
順調だった物事にブレーキがかり方針や姿勢の見直しを余儀なくされそう。仕事対人面とも高ぶらずに嘘と手ごたえは裏穴を掘る。浮気発覚。

蠍座 10月23日～11月22日生
努力が実を結ぶ時。才に備わらずに溺れず熱心と本分を全する。昇格格期待。災特に注意。恋愛は不満やストレスをぶつけるのは×。体調注意。

射手座 11月23日～12月22日生
何事も多少の苦勞は伴う。状況不利でも最後まで諦めないで。起死回生チャンスあり。趣味の面は良い結果。恋愛は口論がこじれがち。意地を張らずに。

山羊座 12月23日～1月20日生
交渉商談話し合いを日々刻々と状況が変わりやうしが粘り強い対応が必要。外出先での事故や怪我に注意。恋愛は分裂。辛くても未練を断ち切て。

水瓶座 1月21日～2月18日生
順調に進んでいる物事が滞りたり組織変更などで行動や進路の修正を余儀なくされそう。これは流れに従って勝算を算定しと我慢。別れは後悔必至。

魚座 2月19日～3月20日生
飲食の機会が増えるので交際範囲を考え、付き合わないが故に必至。カルチャー教室や短期セミナーへ参加しスキルアップを。時間厳守が信頼のもと。

新店舗&リニューアル

中華食彩 水蓮花



居心地の良い空間で、バラエティに富んだメニューを味わえる中華料理店『中華食彩 水蓮花』が、港町・大野新道沿いにオープンしました。店内は半個室風のテーブル席や個室の小さがり、1人客に配慮したカウンター席などが設けられた“プライベート感”を大切にしたり。料理はエビ、カニ、ホタテなどの海鮮類を惜しみなく使っているのが特徴で、中でも「紅花あんかけチャーハン」(写真、1050円)や「フカヒレあんかけチャーハン」(1200円)がおすすめ。仕入れによって変わる黒板メニューもぜひチェックを！ 営業時間は午前11時30分～午後3時(LO/午後2時30分)、午後5時～午後9時(LO/午後8時30分)。毎週月曜日定休。駐車場有。

●港町1-15-26 ☎83-2505



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、角質層に上っていく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！

お申し込み (株) 青いぼすとHD
お問い合わせ 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

エバメールゲルクリーム 180g入 宅配料込 **3,700円**

次号予告 8月19日号 美味しい野菜、食べていますか？

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
ライター	野村 保子	Yasuko Nomura
	平井 由佳	Yuka Hirai
	大場 小夜子	Sayoko Ohba
	由井 亜紀	Aki Yoshii
	花輪 志保里	Shihori Hanawa
DTP & WEB	武越 史幸	Fumiyuki Takekoshi
通販事業	本間 尚子	Naoko Honma

震災からの復興に加え、原発事故の収拾も未だ目処がたない状況に、地元福島はもろもろ首都圏に住む小さい子どもをもつお母さんたちの心情を思うと胸が痛みます。目にみえないものにおびえる暮らしはストレスを呼び心理的な影響も心配です。(雑草も含め底いっはの緑に囲まれながら、思いをはせる日々です。)

下の息子も保育園に入り、ひと段落……とはいかないように、ずっと目標にしていたことに向かおうと歩きはじめた。だから、そして、そのタイミングで届いたキレイなお花畑は一粒の種から大きな夢は小さな一歩からという友人からの言葉に、ますますやる気がみなぎる。叶えたいという言葉を胸に小さな一歩を重ねてゆこう！ (B.P.)

編集後記

さあ、いよいよ夏祭りの季節ですね。子供の頃からのお祭り好きなので、この季節がくるにつもワクワクします。今回の巻頭特集を参考に、ぜひ皆様も道南の夏から秋にかけてのお祭りイベントを楽しんで下さい。ちなみに僕は、はてさて「アノ」に「アノ」ふれあいのお手伝いをしてあげたいです。

本大好き人間でたまたまの読んでもない本に開かれていた時の幸せ感には言葉にならない。でも震災以来読みたい本、読まなければいけない本が積み重なっていく。これからは本の下になる夢を見よう。本屋さんに足を踏み入れた時のワクワクドキドキは競馬好きの競馬場、アル中の酒屋、ランド好きの免税店に行くと気分でしょうか。(チヨコ)

家のまわりの草がどんどん伸びるでも草取りは大変。そこで、考え方を変えてみた。雑草が伸びていると、思うから印象が悪い。緑がなくて、草は伸びないんだ！と雑草なんて呼ぶ方も、そもそも草を生かさないで、私いって言ったけど、言ったけど、きつと誰にも共感してもらえない。だって草ボーボーなんて私も嫌なもの。(E)

被災地に行ってきた人の話を聞いた。被災地の状況は、復興している地域と瓦礫がそのままのところが、自治体によって格差が大きく、仮設住宅は山の中にぽつんとあがり、救済物資はなかなか届かず、地域や人によって違うとか、それを知らずに送ったからといって迷惑とか、話を聞いて被災地の実態を再確認した。(345)

みなとまち市民プラザ

読者の声
お知らせ
プレゼント

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]

夏です。皆さんはどの夏、どうやって過ごされる予定でしょうか？ 夏といえば夏祭りや夏のイベント。この道南でも盛りだくさんのお祭りや各種イベントをたつぷりと楽しんで下さい。今回は夏のお祭り・イベントガイドの特集です。

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、読者プレゼントに添えていただけたらご感想などは、ご住所の町名とイニシャル入りで『読者の声』として掲載させていただきます。掲載がございませぬ。

【読者の声】

青いぼすと創刊20周年おめでとうございませぬ！ 心に残る言葉(5月31日号)の「函館はもつと元気な街になる」の「フンチはチャンス」期待を裏切らないことなど、とてもいい言葉と

青いぼすと創刊20周年おめでとうございませぬ！ (松陰町 M・Y)
*了解です。

函館に住んで2年……青いぼすと創刊20周年おめでとうございませぬ！

ばかりで、よかったです。また、なるほどトピックスでは、新鮮な野菜が紹介されていて私も食べてみたいと思いました。スイーツタイムのコーナーでも美味しそうな「オレンジソノワゼット」のついで、こんなにボリュームがあったので、低価格でうれしにしていますよ！ (柏木町 M・K)
*ありがとうございます。これからも頑張りませぬ。

毎号楽しみにしています。青いぼすとの情報生活を役立てています。お店情報、病院、インテリア商品、毎号楽しみにしています。これからも盛りだくさんの情報、よろしくお願ひませぬ。

前を向いて……いつも楽しく読ませてもらっています。特に今月(6月)は私生活で落ち込んで悩む日々を過ごしている私にとつて勇気づけられる企画でした。心に残る言葉……1人1人の言葉が重く心にひびきます。私もおいつか成功者になり、人に堂々と自信をもって、自分の言葉で話せる人間になりたいと思ひました。前を向いて歩いていこうと思ひさせてくれた企画です。ありがとうございます。心穏やかに子供2人とコンサートに行つてみたいと応募しました。これから

【お知らせ】

平成23年度男女平等参画関係地域法律相談事業「無料法律相談」が9月9日午後1時30分～午後4時30分に、市内美原4丁目の渡島総合振興局で行われます。相談は1人30分。相談内容はドメスティック・バイオレンス、セクシャル・ハラスメント、スティーカ、雇用、離婚など様々な法律問題に関する。相談員は函館弁護士会所属の荒木知恵弁護士。申し込みは電話での予約(先着6人まで)。予約受付は8月9日から開始(午前9時～午後5時、日曜日は除く)。お問い合わせは、財団法人北海道女性協会 ☎011-251-6349まで。

【プレゼント】

『オリブサロン山川』より、紫紺やオリブオイルで注目の化粧品1週間分を5名様にプレゼント。オリブ化粧品専門店『オリブサロン山川』より、今注目されている紫紺含有のシコリーブスキンローション・スキんクリーク化粧用オリブオイル1週間分を5名様にプレゼントします。応募はハガキに、「シコリーブ化粧品プレゼント希望」と記入し、郵便番号、住所、氏名、電話番号を明記の上、電話番号を明記の上、〒041-0811、函館

市富岡町3-40-4、オリブサロン山川までお送り下さい。締切は8月10日。

『キッチンバー ボーダー』より、ご利用券1000円分を3名様にプレゼントします。ご紹介の『いい店食べ歩き』で紹介した『キッチンバー ボーダー』より、ご利用券1000円分を3名様にプレゼントします。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「ボーダープレゼント」係まで、締切は8月10日。



SPOTLIGHT

我が家は小さな発電所

(3)

シュガーホーム函館店

『シュガーホーム函館店』より、引き続き「太陽光発電」について伺いました。

いな」とか、お天気の話がとても気になります。そして同時に「発電している」ことを



函館市の補助金は9月1日から先着順で募集され、1キロワットあたり7万円で、最高21万円まで支給。約30戸程を想定しているようです(詳細は8月初旬に決定するそうです)。太陽光についての相談は、いつでもお気軽にシュガーホームまでお越し下さい。営業時間は午前10時〜午後5時。毎週火・水曜日定休。

太陽光発電システムの実物パネルの他に「ソーラーのおもちゃ」の「かもめ」と「モンキー」を飾ってあります。ソーラーなので当然のことですが、そのおもちゃに太陽が当たるとかもめは羽ばたき、モンキーは綱渡りを始めます。おもちゃの動き方で「今日はお天気が良いな」とか「今日は曇りだから鈍動きが鈍



とところで、気になるのは当然で

すよね。

き方で「今日はお天気が良いな」とか「今日は曇りだから鈍動きが鈍



の情報ですが、今年度は国からの補助金が1キロワットあたり4万8千円支給、売電価格は10年間固定で1キロワットあたり42円となっております。

●富岡町1-55-4
43-4371



豊かな老後を送るために:

ベーネ函館 和楽

老後の生活に欲しいもの:それは「安心」。介護が必要になっても安心して暮らせる場所をご紹介します。

市内東山の小高い場所に建つ『ベーネ函館 和楽』は、介護、看護職員が24時間常勤の介護付有料老人ホーム。行き届いた生活支援、栄養士監督による食事、機能訓練指導員によるリハビリなど、多種多様な専門スタッフが快適で安心な生活をきめ細かくサ

以下のようなご相談に対応しております。

- 認知症
- 気管切開
- 胃ろう
- バルンカテーテル
- 吸引(サクション)
- インシュリン
- 在宅酸素

ポートしてくれます。介護職員は、要支援・要介護者2・5人に対し常勤1人以上という介護保険基準を上回る手厚い体制。認知症はじめ、胃ろう、気管切開などの方でも受け入れ可能です。定期的な健康診断や通院、往診の対応など、協力医療機関との連携により健康管理も万全。緊急時には24時間いつでも迅速な対応

花見や夏祭などの季節に合わせたレクリエーションや、ホーム内での居酒屋、買い物ツアー、外食ツアーなど楽しい行事もたくさん用意されています。ゆったりとした居室、展望風呂など設備も充実。石川町には住宅型の提携ホーム『ベーネ函館 悠楽』もあります。見学はいずれも随時受付中。



●東山町144-52
35-3333
http://www.idanakagroup.com/bene/