

青いほすと

応援します!あなたの生き方

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] aopos@alto.ocn.ne.jp

Issue.496 2012.7.17(tue)

毎月2回(中旬・月末)発行



■開設期間/平成24年7月21日～8月19日
■駐車場/有 ■トイレ/有

函館市七重浜にある「七重浜海水浴場」は、毎年数多くの海水浴客で賑わう人気の海水浴場。浴場として親しまれています。

函館市内からも近く、駐車場も完備されているので、とても身近な海水浴場として親しまれています。函館湾に面した砂浜の海水浴場で、温かいシャワーや更衣室も完備しているのを利用して、家族連れやカップルなど、さまざまな人達が



■開設期間/平成24年7月21日～8月14日
■駐車場/有 ■トイレ/有

かもめ島が作る天然の入り江が、波を穏やかにしてくれる江差町の『かもめ島海水浴場』。右側にはかもめ島、左側には開陽丸、前方には青い海が広がり、振り返ると白い砂浜...という最高のロケーションの中、夏の海を満喫できます。開設時間は午前10時から午後4時。砂浜にテントを張り、キャンプを楽しむ人も数多くいます。近

くにはマリナがあり、シャワー室と更衣室も完備しています。江差町のお土産といえば、創業1870年の老舗和菓子店「五勝手屋本舗」の五勝手屋羊羹がおすすめです。また、8月9～11日は北海道遺産にも指定されている「江差姥神大神宮渡御祭」が行われます。豪華な山車(ヤマ)が夜を徹して町を練り歩くエネルギーが華やかな姿、北海道最古のお祭りはこの夏も必見です!

数多くの人で賑わう人気の海水浴場

七重浜海水浴場



■開設期間/平成24年7月21日～8月19日
■駐車場/有 ■トイレ/有

函館市熱帯植物園裏にある「湯川海水浴場」は、ネット式海水浴場と呼ばれ市民に親しまれています。

湯川海水浴場 海中のネットは、事故防止の観点から設置された日本で初めての設備。また、波で動く大きな浮き島があり、子供も大人も楽しめるスポットです。そのほかの施設は、監視棟・更衣室・シャワー室があります。7月21日午前10時の海開きの前(午前9時半頃)には、救助訓練が行われる予定です。昨年は、消防本部や日赤水上安全法奉仕団さらには海上保安本部函館航空基地のヘリコプターも出動し行われました。今年の夏も湯川海水浴場で楽しみましょう。開設時間は午前10時から午後4時30分。近隣には温泉施設が充実しているため、泳いだ後には温泉で温まるのもいいですね。



■開設期間/平成24年7月26日～8月19日
■駐車場/有 ■トイレ/有

岩浜で磯遊びが楽しめる

入舟町前浜海水浴場 函館山の麓にある「入舟町前浜海水浴場」は、海水浴だけでなく、岩浜の自然海岸の海域にブイを設置して遊泳を楽しむことができます。また、目の前に広がる海や背景に広がるダイナミックな函館山の山肌など、自然の眺望は秀逸。付近には、絶景の夕陽を眺めながら飲み物を味わうことができます。※掲載写真は5月下旬に撮影したものです。

安全で楽しいネット海水浴場

湯川海水浴場

岩浜で磯遊びが楽しめる

入舟町前浜海水浴場

「ティーショップタ日」があり、こちらの利用もオススメ。

道南海水浴場ガイド

夏だ、海へ行こう！

夏ですね！夏といえば、やっぱり海。道南にはどれくらい海水浴場があるかご存じですか？今回は、道南の海水浴施設を中心に、その町のイベント情報や周辺のグルメ情報、楽しい話題などに注目してみました。もうすぐ海の日は、してお子さんにとっては夏休みがやってくるので、せっかく海が身近に感じられる場所で暮らしているのですから、この夏はぜひ、家族そろって海の思い出を作りましょう。各海水浴施設の情報につきましては、各自治体から提供いただいております。



シャワー・トイレ完備の安心して遊べる海水浴場

乙部町元和台海浜公園

日本海側の美しい海岸線を 229号線を、乙部町役場の眺めることの出来る国道 がある市街地から自動車で10分



■開設期間/平成24年7月21日～8月19日
■駐車場/有 ■トイレ/有

ほとり北上した場所にある『元和台海浜公園』。この公園の『海のブルー』は環境省の快水浴場百選に道内で唯一選ばれている海水浴場。施設自体が防波堤となつて

いるので波の大きな時も安全。大型駐車場から海のブルーへは大きならせんの通路「るー橋」を通るなど、子供の楽しめる施設で、温水シャワーや更衣室もあるので女性も安心。海水浴場は午前9時～午後4時30分。

同公園では、7月29日に「元和台マリンフェスティバル」が開催されます。親子スイカ割り大会、ウニ・ツブ・ホタテの手づかみ体験など様々な催しが行われる毎年人気のイベントなのでぜひ。イベントのお問い合わせは、元和台マリンフェスティバル実行委員会 ☎0139-62-2311。

福島町に昨年オープン

海峽横綱ビーチ

昨年オープンした『海峽横綱ビーチ』は安心して遊べる



■開設期間/平成24年7月21日～8月19日
■駐車場/有 ■トイレ/有

整備された人工海水浴場、東屋や更衣室などもあり、便利です。色々なイベントも予定されていて、今年も株式会社大步(タイプ)がボランティアで企画している「海の学習」体験ダイビングも無料で行います。きれいな海

水浴場をみんなが気持ちよく使えるように、砂浜での火器は使用不可でベットの立ち入りは禁止。小さな子供連れには禁止事項も安心材料のひとつになりますね。毎週日曜日はツブ・ホタテの無料つかみ取り体験、7月22日はイベントパフォーマーによるステージ、翌週29日はビーチバレー大会が開催され、あのプロビーチバレープレイヤーの浅尾美和選手がやってきます。福島町にはお楽しみが盛りだくさん! 詳細はホームページ「福島町観光協会」で検索をご覧ください。

水質の良さと広い砂浜が魅力

二本杉海水浴場



■開設期間/平成24年7月22日～8月19日
■駐車場/有 ■トイレ/有

『二本杉海水浴場』は、カントリーサインにもなっているせた目の前にそびえ、マリンスポーツの体験施設も隣接している、広い砂浜と水質の良さが自慢の海水浴場。7月22日の海開きには餅まきなどのイベントが行われます。午前10時～。魅力的な近隣ス

ポットも多く、なかでも「立象山」は展望台から遊楽部岳や狩場岳、奥尻の島影も望め、夜には沖合に漁火が浮かぶ幻想的な眺めが楽しめるおすすめのポイントです。道内最大級の広さを誇るパークゴルフ場のほか、多目的広場などもある町民憩いのスポット「北檜山グリーンパーク」もわりと近くにあります。

8月4日(土)、5日(日)には瀬棚港・漁火公園にて恒例の夏祭り「せたな漁火まつり」も開催されます。今年度は「KAZUMI」「武田組」がステージゲストとして出演予定。4日の夜には花火大会も有。

水質最高評価の海で夏を満喫

ふとろ海水浴場



■開設期間/平成24年7月22日～8月19日
■駐車場/有 ■トイレ/有

日本海に面し、北は島牧村、東は今金町、南は八雲町に隣接し、日本海を挟んで奥尻島を望むせたな町。平成17年に北檜山町、瀬棚町、大成町が合併し誕生したこの町の北檜山区太櫓にあるのが『ふとろ海水浴場』。環境省から水質最高ランクの「AA」と評価され、そのなかでも特

に優れた水質を誇る、全国で19しかない海水浴場のひとつと発表されたこともある海水浴場です。道内でのこの19の海水浴場に数えられるのは、ここ「ふとろ」と「二本杉」「平浜」のせたな町にある3つの海水浴場のみ。近くの海岸線には釣りのポイントも多く、シーズン中は多くの釣り客で賑わっています。海水浴場から少し足をのばした場所にはパークゴルフ場をメインに多目的広場や野鳥の森、ほたるの里などを整備した自然豊かな「北檜山グリーンパーク」もあり。立ち寄ってみてはいかがでしょうか。

きれいな海でのんびり泳ぐ

平浜海水浴場



■開設期間/平成24年7月21日～8月19日
■駐車場/有 ■トイレ/有

水質の良さと知られるせたな町・大成区に位置する『平浜海水浴場』は、海水浴や海浜散歩を楽しむ人なく、毎年多くの人でにぎわう海水浴場。監視塔と「つっ平・ひらら交流館」には休憩室と食堂が完備されているほか、国道をはさんだ真向かいにある「道の駅てつくらいん

ど大成」では、コインシャワーも利用できます。7月28日(土)には道の駅敷地内で、ウニやアワビなど、大成区の新鮮な海の幸を堪能できる「がっばり海の幸フェスタ」があったため、8月4日(土)には海水浴場にて餅まきならぬ貝まきなどのイベントも実施予定。せたな町は奇岩・怪石が連なる変化に富んだ海岸線の景観も魅力。なかでも自然の造形美ともいえる「親子熊岩」は必見です。北海道最古の山岳霊場「太田神社」も外せない立ち寄りスポット。

美しく豊かな奥尻島の海を満喫

東風泊(やませどまり)海水浴適地



■開設期間/7月中旬～8月中旬くらい
■駐車場/有 ■トイレ/有

透明度の高い美しい海は奥尻島の大きな魅力のひとつ。可能な砂浜が「東風泊(やませどまり)海水浴適地」。ここでは海水浴のほかにも、奥尻島の豊かな海で釣りをするなど様々な遊びで楽しむことが可能。さらに、水道、トイレ、簡易シャ

ワーなどの施設が整っている上、テントサイトも用意されているので、キャンプ場としての利用も可能。地区内には商店などもあるので、最低限の物はそろつというのもポイントです。奥尻島では毎年「奥尻三大祭」として、6月に「賽の河原祭」、7月に「室津祭」が行われ、今後は奥尻三大祭のフィナーレを飾る「なべつる祭」が8月25日に開催されます。この祭りは奥尻島最大のイベントで、歌謡ステージや、島の味を堪能できる屋台をはじめとした様々な催しが予定されています。この夏は奥尻島へぜひ。

自由な保険選びに安心もプラスして Hosta(ホスタ)函館

「不意な訪問に家事の手を休めて玄関に出ると保険の勧誘。あまり気持ちのいいものではありませぬね親戚などから保険契約を頼まれるのも困ったもの。」

「Hosta(ホスタ)函館」のファイナンシャル・プランナー高梨しのぶさんがCFPと1級ファイナンシャル・プランニング技能士の資格を取得して保険の仕事をはじめたきっかけは、「しつこい勧誘」や



ファイナンシャルプランナーの高梨しのぶさん



募集代理店 MS保険サービス北海道株式会社 事務委託会社 三井住友海上火災保険株式会社 北海道支店 函館支店 ●梁川町5-8 三井生命函館ビル6階 ☎55-7111 引受保険会社 三井住友海上あいおい生命保険株式会社 登2012-C-100(2012.6.11-2014.3.31)



「保険は愛する人や大切な物を守るための手段です」と話す高梨さん。大切な保険選びは「難しい年金などの知識がなければ根拠あるアドバイスはできない」と資格を取得。現在は誠心誠意を基本理念に1人1人のニーズに合った保険選びに当たっています。0120-174-373

注目の顔 face

今年も7月29日に海のイベント

北海道大学大学院水産科研究院 申東煥さん



函館市民にとって身近な海について学び、愛着を持つという北海道大学大学院水産科研究院主催の『はこだてマリナーニングくふれあい』が7月29日午前10時から旧シーポートプラザ周辺で開催される。

「海はとても魅力的です。そんな海が身近にある函館はいい街だと思います。だからこそ、地元の人達による手作りの海のイベントの必要性を感じました」

海の科学や文化、各種体験などと各種のマリンスポーツを融合させるなど斬新な発想を実現するために、企画の段階では随分苦労もあつたそうだが、周囲

「インプラント&セラミック」市民講座

「60代からのアンチエイジング」～なぜ『老けて見えるか』～

「皆さんももっと積極的に自分の口元を若々しくして、ハツラツとした笑顔で人生を楽しみませんか？」は前回のメでした。では、なぜ老けて見えるか考えてみましょう。これには「咬み合わせ」が大きく関係します。歯が健康だと咬み合わせはほぼ一生同じで、口元の張りも変わりません。ところが、奥歯が抜けて義歯になったりすると咬み合わせが低くなり口元がたるんでしまいます。また、上顎の前歯を抜いて義歯にした場合、アーチが小さくなると唇がしぼんでしまったりやはり老け顔になります。最近話題の「ほうれい線」も実はこれらが大きく関係しています。

インプラントとセラミックなら

インプラントとセラミックは保険外診療です
インプラント 15～30万円
セラミック 3～10万円

吉田歯科口腔外科

函館市湯川町1丁目30-8 TEL.59-3918

くらし豆知識

夏の冷えに「お日さまセラピー」

夏は冷房の影響や冷たい物のとり過ぎで、気温は高いのに冷えも気になる季節。また、慢性化した冷え症で「夏でも手足が冷たい」なんて人も多いのでは。夏の冷え対策に、今年はお日さまセラピーを取り入れてみてはいかがでしょうか。

人は長く夜明けとともに起き、日暮れとともに眠り、当たり前のようにお日さまに当たって暮らしてきました。「お日さまセラピー」は、そんな当たり前の生活を取り戻すことで健康を促すというものです。体の深部を温める効果も期待できるという健康法で、陽のあたる場所なら室内でもできます。「お日



【協力】
富岡町2-45-8
41-1017

青ほの心

風に吹かれて

「風に吹かれて」は1960年代のフォークソングを語る時、外すことのできないポプテイランの名曲です。昔聴いたこの曲の訳詞を検索する機会があり、自分なりに意識しながら最近よく聴いています。

「どれだけ弾が飛べば戦いは終わるのだらう。どれだけ生きれば本当の自由が得られるのだらう。それは風だけが知っている」

未曾有の原発事故の後、その怖さは嫌というほど身に染みたまはずなのに、今また原発再稼働に向け船が切られています。国の経済発展のためというのがその主たる理由なのですが、未来のことを思えばもっと違った答えが出るはず。目先の利害で未来を暗くして良いのかと思います。

金環日食で日本中が沸いた時、私達は目の前の閉塞感をひと時だけ忘れ、大きな宇宙に思いを馳せました。でもその時、遠く宇宙の時間から考えれば今の豊かさを守ることが未来の地球にどんな影響を及ぼすか、未来に付けを回すことがどんな結果をもたらすか、想像してみることが本当は必要ではなかったかと思えます。

あまり報道されないことですが、福島でボランティアをしている人になんか話を聞きました。

今、被災地ではキャンブルや酒におぼれたり、将来を絶望して自死に至る人が増えているのだそうです。放射能汚染のせいで家や職を失い、やむを得ず生活保護を受けて暮らす人達が、明日の希望が持てずに一時の気晴らしから深みに嵌(はま)ってしまつて例が少なくないのだとか。未来を展望できない辛い現実言葉に言葉が失うと、その人は言っていました。原発事故は直接間接に目に見えない不幸をも生むのだと気づかされます。

『風に吹かれて』の詞の中にこんなフレーズがあります。

「どれだけ人は見てみないふりをして顔をそむけるのだらう」
今の状況を言い当てているように感じさせられます。今起こっていることを目先にこだわらず、大きな視野から見なくてはと、『風に吹かれて』を聴きながら思っています。(亜)

ヨシヤ

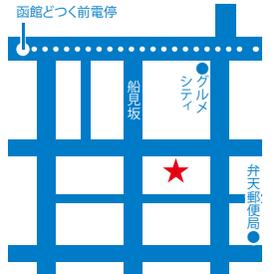


特大エビフライで有名な『ヨシヤ』。初めて行った時、エビの大きさにびっくりした割にはペロッと完食した思い出。昔の思い出と一緒に

『ヨシヤ』も変わらず“昔なつかし”の洋食屋さんなのがうれしい。

『ヨシヤ』の7月のランチは「ヒレカツランチ」（1000円）と人気の「ビーフシチューセット」（2390円）。ランチメニューは月替わり。ランチタイムは平日限定午前11時～午後2時ですが2時を過ぎてもお店は閉まらず、ゆっくり過ごしててもOK! ほとんどのメニューは持ち帰りもできます。

営業時間は午前10時から午後9時（LO/午後8時半）。毎週水曜日定休（祝日の場合は営業）。
●弁天町5-6
☎22-1365



（まい）記者のお気に入りスイーツ

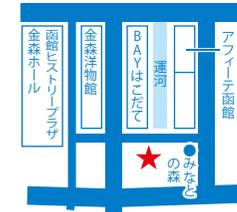
はこだてミルク工房

夏になると一段とソフトクリームが恋しくなりますね。金森赤レンガ倉庫「みなとの森」の隣にある『はこだてミルク工房』には、もう行きましたか？



ソフトクリームは全6種（各350円）あり、写真の「パニラ」は函館牛乳を使用していて、濃厚な味わい特徴です。また、「赤レンガ」は同店だけの味わいなので、どんな味が気になる人はぜひ食べてみましょう。同店では、車内などで手軽に食べられるフード類も充実なのですが、中でも「手作りポテトチップス」（350円）をソフトクリームと一緒に買ってディップして食べるのも個人的におススメです!

営業時間午前9時30分～午後7時。無休。駐車場有。
●豊川町11-5
☎22-2228（直通）



アクセサリーリフォーム&買い取りフェア

壊れたアクセサリーや万年筆のペン先などの不要になった金銀プラチナを買い取ってくれるフェアが7月25日（水）～7月30日（月）午前10時～午後7時（最終日午後4時終了、リフォーム受付午後3時まで）に、丸井今井函館店で行われます。



当日地金買い取り価格×純度×減り×加工手数料率×重量の計算式で買い取り（写真内相場数字は5月29日現在。相場は日々変動します）



丸井今井函館店7階催事場

好きなデザインに作り替えるリフォームや、新品仕上げなどのジュエリーケアメンテナンスもしてくれます。修繕内容によっては、できない場合もあるのが係員に相談ください。問い合わせは丸井今井函館店までどうぞ。
北海道公安委員会許可
112010000927号
●本町3215
☎321151

暮らしに役立つ情報がいっぱい! 応援します、あなたの生き方!

白い歯を実現しましょう

夏は白い歯がよく似合う季節です。市内湯川3丁目の「ジロー湯川歯科」のホワイトニング（保険外）をいかがですか？



従来のホワイトニング法は、白くなくてもその後、歯肉が痛くなったり、冷たい水等がしみる等の症状を訴えるケースがありました。①歯の表面の再石灰化を促す作用で知覚過敏を防ぎ歯の健康を維持します。②歯肉に有害作用がなく逆に歯肉の健康維持にも役立ちます。③色が元に戻るケースは少なく、何度かホワイトニングを行わなくても白い歯を維持できます。
1回10500円。ご相談・お問い合わせも受け付けております。
診療時間は、毎週月・水・金曜日が午前9時～午後8時、毎週火・木曜日は午前9時～午後7時30分、毎週土曜日は午前9時～午後4時。毎週日曜日休診。予約制。駐車場有。
●湯川3-32-7
☎5926000
http://www.jiro-yuzawadental.com/

ジロー湯川歯科

快適な生活の必需品、夏こそボイラー点検を



創業87年という長年の実績と知識に基づいた信頼の技術と、豊富な経験に裏付けられた確かなアドバイスで多くの支持を得ている水道局指定工事店「小野寺住設」から、給湯ボイラー点検のお得な情報のお知らせです。気温が低く長かった今年の冬は、知らず知らずのうちにボイラーにも負担がかかっていきます。夏を迎え、シャワーやお風呂など、日々の快適な生活に欠かせない給湯ボイラーの定期的な点検・整備をオススメします。
「小野寺住設」では、長年の経験に基づいた高い技術と幅広い知識を持つ専門スタッフが石油ボイラーの点検・整備を行います。正しく整備したボイラーは、燃費が改善され、ボイラー自体の寿命も伸びますため、長期的な目線で見ると大きな節約にもつながります。
点検は3000円、バーナー清掃は5000円から承りますので、お気軽にご相談下さい。
ボイラーの調子を見直すなら今がチャンス! 地元の専門店「小野寺住設」まで、お気軽にお電話を!
●美原1-22-9（本社）
「フリーダイヤル」
0120-7500-7500

小野寺住設



楽しい日常会話やアートをを通して英会話を学べること。人気の「アクトタイプ英会話」では、夏休み期間中の8月14・15日の2日間、子供達に大人気のクラス、「英語 de アート」のサマークラスを加えて工作や絵画などを英語で教える人気のクラスです。子供の創造力、表現力を伸ばしながら、同時に英語の環境にいることで英会話の能力も自然に伸ばすことができます。
2日間のクラスで作り上げるアート作品は夏休みの自由研究にもうってつけ。さらに、親子参加もOKなので、お子さんと一緒に楽しくアートと英会話を学ぶことも可能です。
●大手町5-8
アクトタイプアカデミー2階
☎234515

「英語 de アート」サマークラスは、大学で造形美術を学び、ニューヨークでアートデザインナートとして活躍していた外国人講師が、英会話レッスンに加えて工作や絵画などを英語で教える人気のクラスです。子供の創造力、表現力を伸ばしながら、同時に英語の環境にいることで英会話の能力も自然に伸ばすことができます。

日程
8月14日（火）
8月15日（水）
時間
幼稚園児/午前10時～正午
小学生/午後1時～同3時
料金
5000円
（教材・おやつ・ジュース込み）



ガルシア先生とコラボの絵画展

アクトタイプ英会話

世界にひとつの贈り物

今回は、誕生日や記念日の贈り物にオススメの1品を紹介します。

- ① 写真を用意(写メでもOK)。
 - ② 写真を持って『金森 赤レンガ倉庫 BAY はこだて』内、筆文字アーティスト・夢蔵さんのところへGo!
 - ③ 写真を預け「書き下ろし&似顔絵のコラボ」で依頼。名前のほか、好きな言葉も入れられます(取材時の作品は、名前以外お任せ)。
 - ④ 似顔絵を描くのは似顔絵師・度会正美さん。下書きの段階で確認が出来ますので、詳しくはお問い合わせを。
 - ⑤ 似顔絵に書き下ろしが入り、世界でひとつだけの素敵な作品が完成! コラボ作品の料金は3500円(制作日数10日前後)。書き下ろしのみ学生・子供ちゃん500円〜、大人1000円〜。似顔絵のみ1人2000円。
- 【取材協力・お問い合わせ先】
筆文字アーティスト・夢蔵
☎090-7655-8915
[Eメール] yumezo0913@yahoo.co.jp
似顔絵師・度会正美
[Eメール] amayadori007@gmail.com



マイクロスコプによる正確な審美治療

暗・狭い・小さいと悪条件で行われる口の中の治療ですが「川瀬デンタルクリニック」では、より正確な診断・検査、治療を行うため「マイクロスコプ」(歯科用顕微鏡)を使用しています。主な用途は、審美治療(セラミッククラウン、保険外)、神経の根の治療、修復治療(虫歯の治療、歯周治療、インプラント治療(保険外)ですが、中でも審美治療「セラミッククラウン」の分野で、その能力を発揮しています。一般の治療と比較して多時間がかかりますが、肉眼では見つけられない部分も確認できる正確性や、歯や歯茎など周囲の組織を守る安全性、トラブルが少なく精密な治療で美しさを長持ちさせたい人へ、お勧めの審美治療法です。

ご相談、お問い合わせはお気軽どうぞ。診療時間は毎週月〜金曜日午前9時〜午後7時半、毎週土曜日は午後2時まで。毎週日曜日、祝日休診。

●田家町 18・9
84・1831

●北海道歯科大学
●函館シティホール
●セブンイレブン田家町店 至五稜郭→

川瀬デンタルクリニック

夏のお出かけは肌も目元も若く美しく! ビューティトリートメントサロン ローズ

お盆に夏休みと、久しぶりの友人に逢う場面が増える時期ですね。「お手入れした分、応えてくれるのがお肌です」とは「ビューティトリートメントサロンローズ」の店長・南敬子さん。「パワーライトフェイシャル」初回50発7875円また

パワーライトフェイシャル



before



after

痩せたのではなくリフトアップ効果です!

は100発15750円に「まつげカール」(通常2100円・初回980円)をサレビス(8月10日まで)。肌を透明感、目元ツツリのあなたへ、夏のお出かけを満喫しては...
●戸倉町5・12
●フリーダイヤル 0120・916・722

温熱発毛療法で頭皮を健康に! ヘアクリニーク タグチ

髪の毛に最適な水分、油というわけではなく、また、正しくケアをすれば発毛は年齢に関係なく期待できます。お話し1回でも効果大と評判のこの自然発毛法で、元気な髪が再生復活できる健康な頭皮に! カウンセリングは無料です! まずは頭皮と髪の健康度チェックを。

汗をかき夏、頭皮のベタつきが気になるならヘッドスパもおすすすめ。同店のヘッドスパ

7月31日までは温熱発毛療法初回限定4000円。ヘッドスパ60分4500円が3500円、40分3000円が2500円。完全予約制。

●宝来町 3110
22・9482



夏にも会える可愛い雪だるまが新登場

豊富な種類の手作りパンとケーキのお店として人気の「ジョリジュジョイス」では、おしく可愛らしい新商品が登場しています。

「雪だるまカロン(チーズ)」
「写真右手前、158円」
はその名の通り、雪だるまの型をしたマカロンで、中には「雪だるまのパン(チーズ)」
「道産小麦まるごとトラス」
「写真左上前、662円」
は、同店で人気のパン「道産小麦ミルクハース」をラスクにしたという手の込んだ逸品。発酵バターと深い味わいのあるフランス産の高級砂糖、カノンードがふんだんに振り掛けられていて手土産にも喜ばれるこちらは、ギフト用もあり、1個入り812円(写真左上奥)、2個入り1504円のものがあります。どちらも全店で購入可

濃厚なチーズクリームがサンドされています。北海道ならではの見た目にも涼しいこちらは、ギフトにもピッタリで6個入り1050円(写真真右奥のものもあります。また、道産小麦を使った「道産小麦まるごとトラス」)
「写真左上前、662円」
は、同店で人気のパン「道産小麦ミルクハース」をラスクにしたという手の込んだ逸品。発酵バターと深い味わいのあるフランス産の高級砂糖、カノンードがふんだんに振り掛けられていて手土産にも喜ばれるこちらは、ギフト用もあり、1個入り812円(写真左上奥)、2個入り1504円のものがあります。どちらも全店で購入可

さらに、3周年をお祝いして昭和店では7月25〜30日の期間中、一部商品が割引になりますので、この機会にぜひ来店ください!
全店毎週火曜日定休。
七重浜本店
【営業時間】
午前7時〜午後7時
●北斗市七重浜4・327
48・8666
昭和店
【営業時間】
午前9時〜午後8時
●昭和1・2420
43・10005
柏木店
【営業時間】
午前9時〜午後7時
●柏木店3・38
51・2522



今年の夏祭りは浴衣で行きましょ！
『レンタル衣装のおおき』主催の「浴衣無料着付け教室」が7月26日(木)午後6時から午後9時まで、
亀田本町・JR五稜郭駅隣の青木ビル(亀田本町65-27)で行われます。着付けの技術を広めてゆきたいという青木幸子代表の思いから開催することになったもの。

参加者は浴衣を持参。自分で浴衣を着る「自装」と、お子さんや彼氏、お友達など他の人に着付けができる「他装」の技術を中心に、美容とエチケットも含めて3時間の教室が行われます。1人での参加はもちろん、親子や夫婦、カップル、友達同士での参加も歓迎。着る人と着させられる人に分かれての受講も可能です。青木代表は、「最近是他装を覚えたいという人が増えているようです。娘さんにとって、お母さんから浴衣を着せてもらうこと

影するサービスもありません。詳細は電話でお問い合わせください。

CLOSE UP

いい店 食へ歩き

ザ・ランド・オブ・ドリーミング



大縄町にある『ザ・ランド・オブ・ドリーミング』の夏限定メニュー「気まぐれパフェ」(700円、10月31日迄)が見逃せません。軽い生クリームと駒ヶ岳牛乳のソフトクリーム、アイスクリームの3層になっており、それぞれの食感の変化が楽しく、その上には季節のフルーツが4~5種類。自家製ブルーベリージャムの味も秀逸で、女性はもちろん、男性からも注目されているスイーツです。東京の有名ホテルで腕をふるい、故郷の函館に戻ってからは料理教室の講師としても活躍している店主の二口美哉子さんの味が評判のこの店は、午前11時30分~LO午後2時のランチタイムに日替りで提供される「Dreaming弁当」(肉系1種、魚系1種、パスタ2種、各780円)や、営業時間内ならいつでも注文できる「いつでもモーニング」(トースト、サラダ、オムレツ、コーヒー付、660円)などのイートインメニューはもとより、店頭で販売されているケーキも人気を集めています。「Dreaming弁当」を注文した人は、+400円で小さめのパフェがセットになるサービスもあります。営業時間は午前10時30分~午後7時。毎週日曜日定休。



●大縄町24-16 ☎41-3006

港まつりに間に合う、浴衣着付け教室

レンタル衣装のおおき

第26話 体験ルームへどうぞ！



老舗ふとんや タジマ社長の快眠話

提供/パシマ特約店 創業110年 タジマ寝具

今日もお客様から枕のご相談があった。なぜこんなに枕や眠りに不満を持つている方が多いのだろうか。体調不良？ 年齢のせい？ 寝室の環境？ ふとん選びの失敗？ ふとんの汚れや傷み？ ふとんは、かつてお母さんが選び与え、日干しし、打ち直しや手入れをしてくれた。そんな時代に、枕やふとん、眠りに関した不満がこんなにもあつたのだろうか！

近年の日本人は、食生活から来る体型の変化やストレスからの不眠など、睡眠に不満を持つ人は40%ともいわれる。

今、ふとん選びや手入れ方法、使い方にも多くの問題点があり、そうなる気かしてならない。とりわけ大量生産されている敷きふとんはポリエステル50%以上の汗を吸わない化学繊維でできている。

『タジマ寢具』では、枕をはじめ、身体にストレスのかからない脱脂綿とガーゼで作られた「パシマ」や脱脂加工で洗える羽毛ふとん、好評のラクダの毛で作られた「キヤメルド」などの取り扱いをしております。

お気軽にご相談のうえ、当店体験ルームにて見てさわつてお確かめください。なお、体験ルームはご予約下さいませ。



パシマ特約店 創業110年 タジマ寝具
柏木町2-25(ホリデイスポーツクラブ斜め向い、Pあり)
【相談電話】
0120-8446-843
日曜日、祝日休

はこだて医療情報

(医)秀真会 藤岡眼科副院長 藤岡聖子



間違ったコンタクトレンズの使い方

最近では多種多様なコンタクトレンズ(CL)が発売され、装用開始する年齢も若くなりました。CLはメガネに比べて視界も広く、見た目も自然で大変便利な物ですが、使い方を間違えると大変重症な感染をおこし、失明につながる怖い一面もあります。以下のNG項目をチェックして安全に装用しましょう。

- NG①: 装用時間は適当、使い捨てタイプも期限を守らず使っている
1日10時間位で外しましょう。CLに覆われている角膜は、酸素不足になりやすいのです。ましてや期限を過ぎたCLは汚れがいっぱい！ 汚れが原因で角膜に傷がついたり、アレルギー性結膜炎になったり、病気になることばかりです。
- NG②: 外れたハードCLは、ちょっとなめて目に入れる
口内には色々な雑菌が存在しています。それを目に入れてしまうことになり、感染のもとです。
- NG③: 外すのが面倒でつけっぱなしで寝ている
角膜の酸素不足が続くと角膜がはげたりします。本当に痛いです。その傷から感染すると重症な眼内炎となり、急激な視力低下を引き起こします。失明の危険性もあります。絶対にやめましょう！
- NG④: 外してすぐにケースに入れている
洗った清潔な手で、ケースの保存液も取替え、CLもよく洗ってからケースにいれます。つける時に洗うのではなく、外した時に洗うのです。外した時に洗わないとケースの中は細菌だらけ。細菌まみれの液に浸されたCLをつけていることになり、感染の元になります。
- NG⑤: 使い捨てコンタクトはもっぱらネットで購入している
CLは心臓に埋め込むペースメーカーと同じ「高度管理医療機器」です。CL購入時には毎回必ず医師の診察後の処方が必要とされています。眼鏡との大きな違いは直接目の表面に触れるので色々な危険性も伴います。眼科医の診察を定期的に受け、自分の目の形、サイズ、度数など適したものを選んでもらって下さい。

●石川町162-1 ☎34-5550

ドクター講座 前多歯科クリニック院長 前多壯晃



いつまでも自分の歯で健康的に食事するために…

昨今、インプラント治療が注目されています。ではなぜ、インプラント治療を行うのでしょうか？

人間の口の中は本来、とても精巧にできています。ものを噛んだ時には全部で28本のそれぞれの歯にバランスよく力が分散されるような構造になっています。ところが、歯が1本でも欠損した時からそのバランスは崩れはじめます。それが「歯の欠損の連鎖」のはじまりです。ブリッジや入れ歯で失われた歯の補填をする方法が一般的ですが、これらは周囲の自分の歯に負担をかけてしまいます。負担がかかった歯は、ものを噛んだ時の過度の力や歯周病菌の感染により高い確率で欠損していききます。こうして「歯の欠損の連鎖」はどんどん深刻になっていくわけです。

インプラント治療は、周囲の自分の歯にほとんど負担をかけないという点が特徴です。ですから自分の歯が欠損する確率も低くなります。インプラント治療を行う大きな理由のひとつは「歯の欠損の連鎖を断ち切ること」にあります。ですから、1本の歯が失われた時点でインプラント治療を行うことが望ましい場合もあります。

インプラント治療を望んでも、インプラントを打ち込む部分の骨が少なくてもあきらめるといったケースも以前はありましたが、最近では、再生医療の機械を使って自分の血液から骨になる材料を作り出して、インプラントを打ち込むために必要な部分に増骨する方法もあります。

いつまでも自分の歯で健康的に美味しく食事することをあきらめてはいけません。インプラント治療については、専門医に相談されることをおすすめします。

●千歳町11-2 ☎23-5000

新店舗&リニューアル

だてびと



がごめ昆布や行者にんにく醤油などを加えた生地に、イカを入れて丸く焼いたオリジナルの「だてやき」を提供。そのほか居酒屋メニューなどもそろえる店、『だてびと』が、五稜郭公園そばに登場。小ぢんまりとした店内はどこかホッとくつろげる空間。ポン酢であっさりとした「だてやき」(4個250円〜)はビールにもよく合います。常時30種類以上をそろえる居酒屋メニュー(250円〜)は昼から味わえる点が好評で、なかでも「カニみそ甲羅焼」(525円)や「三平汁」(250円)などが人気。午前11時30分〜午後3時までは日替わりランチも用意(平日はランチプレート600円〜、土・日曜日は海鮮丼750円〜)。営業時間は午前11時〜午後10時。不定休。

●五稜郭町36-5 ☎090-6443-3160



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ください。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。FAXをお寄せいただく際には、事前に必ず電話でご一報ください。なお、Eメールでのお申し込みは原則として受け付けておりませんので、予めご了承ください。

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

読者の声
楽しみにしていますよ！
エスポワールに行ったことがありません。夫がパンが大好きなので買物券がほしいです！ よろしくお願いします！ 毎号「青ぼ」楽しく読んでいます。その時々でいろいろな情報があつたらうれいす！
次回号も楽しみにしています！

「読者の声」コーナーは、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ください。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。FAXをお寄せいただく際には、事前に必ず電話でご一報ください。なお、Eメールでのお申し込みは原則として受け付けておりませんので、予めご了承ください。

紙上ショッピングコーナー

エバメールゲルクリーム



大切なのは水分です…。肌の乾燥を防ぎ、常にみずみずしいお肌の実現に！

180g入 メーカー希望小売価格3,675円を… 宅配料込3,700円

●お申し込み・お問い合わせ●

株式会社青いぼすとHD TEL(0138)23-5688

ご注文受付/月〜金曜日午前9時〜午後6時(担当/本間)

次号予告

6月29日号 食べ放題・バイキング特集

6月22日号増刊 スマイル特集

●おかげさまで、もうすぐ500号●

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] aopos@alto.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	平井 由佳	Yuka Hirai
	由井 亜紀	Aki Yoshii
	花輪 志保里	Shihori Hanawa
	品川 真一郎	Shinichiro Shinagawa
	高松 郁子	Ikuko Takamatsu
	坂本 麻衣	Mai Sakamoto
DTP & WEB	武越 史幸	Fumiyuki Takekoshi
通販事業	本間 尚子	Naoko Honma

編集後記

休日を利用して市電に乗り、あちこちをぶらぶらした。西部地区、大門、競馬場…どこも見慣れた風景なはずなのに、クルマで行くのととはちょっと違う風景に見えたのは、市電に乗ってノスタルジーを感じたから？ いやいや、昼からビール飲んでたからでしょ。(慎)

今回の特集テーマは海水浴場。日光温泉おんなの私は、お日さまの下でのびのびと海水浴を楽しめちゃう人がうらやましいなどと思いつつ原稿を書きました。子どもの頃は海水浴場まで裸足&徒歩圏内に住んでいたので毎日泳ぎに行っていた真黒に日焼けしてたんですが…。(ヒ)

昨年秋に東京へ転居した345記者が、近々函館にやってくる。仕事で札幌へ出向く折函館に足を伸ばすとのことで、長くは滞在できずゆつくり会うのは難しそう。再会は楽しみだが、しばらく会わないうちは「東京の人」になってしまったのでは、とちょっと心配。(亜)

朝のTVの再放送といえば、アルプスの少女ハイジ、フランダースの犬、小公女セーラあたりが定番ですが、エースをねらえ！ が放映されている現在、朝のモチベーションが上がっています。「コートでは〜」しつこく歌いながら、家事もはかどります。(BP)

歳を重ねるとなかなか新しい友達というのは出来ないモノですが「久しぶりに仲良くなれそうだな」と思える友人が出来て嬉しかったのですが、その彼は転勤することに…。まあと転勤だそうなのでめでたい話ではあるのですが、少々寂しいですね。さらば長谷川くん。(SS)

最近色々な野菜があつてとっても楽しい。去年は「ししじり」にハマった。ししじりみたいなビーマンみたいなこの野菜。味噌マヨネーズとチーズを乗せてトースターで焼くだけでとっても美味しい！ そろそろあるかな？ 近所の産直のお店に行ってみよう。(力)

和太鼓を習っている甥のデビュー演奏を聴いてきました。独特の大きな音の響きと、ビリビリと伝わってくる振動が堪りませんね。待っている間もビシッと決まっていた。そして一緒に演奏してた高校生の大人かと思うくらい力強い演奏に惚れ惚れ。(まい)

読者の声
楽しみにしていますよ！
エスポワールに行ったことがありません。夫がパンが大好きなので買物券がほしいです！ よろしくお願いします！ 毎号「青ぼ」楽しく読んでいます。その時々でいろいろな情報があつたらうれいす！
次回号も楽しみにしています！

「読者の声」コーナーは、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ください。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。FAXをお寄せいただく際には、事前に必ず電話でご一報ください。なお、Eメールでのお申し込みは原則として受け付けておりませんので、予めご了承ください。

読者の声
楽しみにしていますよ！
エスポワールに行ったことがありません。夫がパンが大好きなので買物券がほしいです！ よろしくお願いします！ 毎号「青ぼ」楽しく読んでいます。その時々でいろいろな情報があつたらうれいす！
次回号も楽しみにしています！

「読者の声」コーナーは、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ください。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。FAXをお寄せいただく際には、事前に必ず電話でご一報ください。なお、Eメールでのお申し込みは原則として受け付けておりませんので、予めご了承ください。



プレゼント

今回の『いい店食べ歩き』コーナーで紹介した『ザ・ランド・オブ・ドリーミンズ』より、1000円の食事券を5名様様に。

SPOTLIGHT

先生に聞いてみよう！

今回で7回目となる『生活習慣病フォーラム』が8月4日(土)、昼12時半〜午後4時半に函館市民会館で開かれます。

今回のテーマは「先生に聞いてみよう！」タバコと禁煙」です。総合座長は北美原クリニック院長・遠藤明太先生。第1部の講演「食生活を見直しませんか」は国立函館病院、北海道栄養士会管理栄養士・木幡恵子先生、「禁煙補助薬について」喫煙習慣からの脱却」はアカサキ薬局薬剤師・赤崎佐恵子先生「タバコ」銭と家計のふか〜い関係」たかがタバコ銭だらうか」は函館新都市病院院長・青野允先



タバコと禁煙

第7回生活習慣病フォーラム 先生。第2部は先生方によるパネルディスカッション。参加者からの質問にもお答えします。また、健康相談や血圧・呼吸・酸化素値測定コーナーも設けています。フォーラム開催を推進してきた函館五稜郭病院院長・老松寛先生(写真)は、「近年は禁煙への意識が高まっていますが、喫煙者もまだまだ多いのが現状です。特に、函館では20〜40歳の母親世代で23%前後の喫煙率と、全国平均よりも10%高い結果となっています。子供の健康、周りの方々への受動喫煙の影響を考えても喫煙は避けるべきです。喫煙と関わりのある病気が肺癌だけではなく、多くの病気と関わりがあります。禁煙をしたいと考えている方はもちろん、禁煙を勧めたいご家族や同僚の方々、また、生活習慣

病に関心がある方にもご参加いただきたいです。先生方に直接質問できる健康相談コーナーでは、タバコに限らず生活習慣病に関するご相談もお答えします。元気で健やかな未来のために、フォーラムをお役立て下さい」と話しています。

参加は無料。事前の申し込みが必要です。生活習慣病・禁煙などに関する質問も受け付けます。住所氏名、年齢性別、電話番号を明記の上、ハガキまたはFAXでお申し込みください(担当/大野)。

【送り先】
〒040-0011、函館市本町3-12、カーニープレイス函館5階「生活習慣病フォーラム」事務局
☎ 31-9800
FAX 31-9802
takodate_seikatsu@ahno.co.jp

便利で親切的な保険屋さん

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、便利で親切的な保険屋さん『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きます。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、相談や見積りは全て無料で行っています。これまで、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



持病のある方でも申し込める生命保険もあります(写真は病院の待合室に訪問した時のもの)。

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、

ありますので、お気軽にお問い合わせください。

よりお得に、あなたにとって一番良い保険を選びたいなら、さっそく相談してみたいかがですか。なお、85歳まで加入できる保険も

「募集代理店」
横山 満代理店
●東山町181-5
【フリーダイヤル】
0120-913-609
【携帯電話】
090-7514-7345
「取扱(引受)保険会社」
アブラック
オリックス生命
メットライフアlico
三井住友海上あいおい生命
【募文番号】
AF218-2011-0009 10月7日