

青いほすと

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.558 2015.2.13(fri)

毎月2回(中旬・月末)発行

バレンタインデー特別企画〜7章の物語〜

愛があふれる、ほのぼののエピソード

ハガキというわずかなスペースに綴られた小さなエピソード…。そこにはちよつと心に残る物語がありました。今回もまた、心がポカポカあったかくなるような素敵なエピソードがいくつも寄せられました。寒い日が続きますが、本稿の2ページに刻まれた7章のストーリーで、ちよつとだけ温まっていきませんか？

愛があふれる街角

老夫婦

函館に雪が降りはじめた日、あるお店から出ようとしていた老夫婦。重たいドアを開けるおじいちゃんは、おばあちゃんが出るまでドアを押さえ、すべる足を気にして手を引いていました。電車が来て席が1つだけあいていると、2人でゆずり合い、結局おばあちゃんを座らせる前におじいちゃんはおばあちゃんの前立ち、守っているように見えました。若い人ならありがちなシーンですが、老夫婦の姿をみて、ホッと、自分もそつやつて年を重ねていきたいと思いました。

(時任町、K・S)

函館つて、あつたかい街ですね
先日、赤ちゃんをあやしていたら、その子のママが「函館つて、あつたかい街ですね」とにっこり。何でも引越してきて日が浅いのに、もう3回もこんなふうにあやちゃんをあやしたり手を貸してもらったとのこと。それを聞き、なんだか市民の1人として嬉しかったです。
(桔梗3丁目、M・T)

譲り合い

先日の選挙の朝、投票に向かう雪道で、向かいから来た若い男性と道を譲り合い、2人共足首まで埋まっ



てしまいました。笑顔で「ありがとう」と、声をそろえました。
(本通1丁目、R・N)

電車に乗ろうとした時…

日曜日の午後、デパートでの買物を終えて電車で帰る時でした。杖と買物袋を持って電車に乗ろうとした時、ステップが高く困っていると、乗っていた女の子2人が手を貸してくれたんです。歳を聞いたら小学2年生でした。大変助かり、心がほんのり温かくなりました。
(松風町、R・S)

信号待ち

先日、拙宅から少し離れたところにある押しボタン式横断歩道で青信号になるのを待っていた時のこと。5歳くらいの女の子が「こんにちは」と笑顔で挨拶をしてくれました。このようなことをあまり経験したことがないので、少し慌てて笑顔を作り挨拶を返しました。知らない人に声をかけられたら逃げ出すことなどとしつけられている中、少しホッとした気持ちになりました。人と人との関係は挨拶から始まるものですが、最近はず下手に声もかけられないのが残念です。青信号になると、その女の子は走って行つてしまいました。なんとなく温かい気持ちになったひとこまで。
(中道2丁目、M・W)

ほのぼのした時間

お母さんに感謝する日

先日、長女が18才の誕生日をむかえました。いつものように「おめでとう♡」と言いました。すると長女から「ありがとう。そして産んでくれてありがとう。私の誕生日

は、お母さんに感謝する日でもあるネ!!」と、言ってくれました。そんな言葉が返ってくるとは思ってなかった私は、嬉しくて涙が出てきました。
(本通1丁目、H・K)

スマホ病

若者が所かまわずスマホをいじっている様子を見て苦々しく思っていた私でしたが、遠方の娘から、携帯電話からスマホに変更する様、再三にわたり云われていたので、今回、思いきって変更したら、孫から毎日動画が送られる様になり、私も若者同様、スマホ病になりつつあります。

(70代後半のババより)

「どれがあたたかいかねー」
ホームセンターで80代くらいのご夫婦が「どれがあたたかいかねー」と話し合いながら、ストープを選んでいたのがほのぼのしていました。レジのところを手をつないでいたのも、ほほえましかったです。
(松陰町、H・T)

小さなアイドル

あいがとつ…ごじゃつあつした
ある雨雪の日、バスの中の湿度が高く、乗客全員がどことなくイヤイラした雰囲気の中、お母さんと一緒の2歳くらいの男の子が、降車の際に大きな声で、「運転手さんに「あいがとつ…ごじゃつあつした」と挨拶をしていました。あまりの可愛さに、バス内が笑いに包まれた瞬間でした。
(本町、H・H)

弟子にしてください!!



先日、家族みんなでお気に入りのレストランにランチに行ったところ、8歳の息子が、料理のあまりのおいしさに感動し、「弟子にしてください!!」と、お店のマスターに言ったのですが、「跡継ぎがないので、ぜひお願いします」と優しく言ってくださいました。ちなみに弟子になったら屋根裏部屋に住ませてくださいとも、お願いしていました。
(亀田本町、H・T)

義母はイチコロ…

だいぶ昔の話ですが、息子が保育園に通っていた頃、おゆうぎ会がありました。夫の母が楽しみにしていたのに、当日体調が悪く行けなくなつて、後日息子に謝つた時のこと。義母「ばあちゃん見に行けなくなつたけど上手にできた?」「息子「ばあちゃんが出来なかったから上手にできなかった。この言葉に、義母はイチコロでした。
(宇賀浦町、A・K)

「さがしてんだよー」

先日、買物中にいなくなつた2歳の息子。大声で必死にさがす私のところへ、店員さんに連れられてニコニコ顔であられた息子が一言「さがしてんだよー」だつて、さがしてたのはこっちですよ。
(柏木町、S・F)

本稿で紹介したエピソードは、昨年12月16日発行分「クリスマスプレゼント特集」で、プレゼントの応募ハガキに添えていた読者の皆様からの寄稿文です。文章は読みやすいよう、主旨が変わらない範囲で若干手を加えているものもあります。

素敵な思い出

カチンコチンになった「肉まん」
現在大学生の息子が、小学3年生の冬休み、スケート場から帰ってくる時、「ママ、おみやげ」と言ってお腹につけたポシエットの中から小さく縮まってカチンコチンになった「肉まん」を差し出しました。ママはいつも留守番だったからと、少ないおこづかいの中から売店で買ってきてくれたのです。あの時の息子のまっかつかなホッペとニコニコ顔が忘れられません。今はもう何を話しかけても「あ〜」とか「はあ〜」とかしか言わない息子なんですけどねえ。毎年スケート場がオープンすると、思い出します。
(東山3丁目、K・K)

最後まで良い思い出を作りたい
単身赴任で函館に来て、もう少しで2年になります。初めに手にした情報紙は「青いぼすと」でした。函館の食べ物の特集は大変参考になりました。紹介されたお店は毎週のように行きました。函館のお店は安くておいしい。来年は定年退職で函館を離れるでしょう。最後まで良い思い出を作りたいです。
(富岡町1丁目、Y・H)

大好きな場所になりました！
夫と付き合うきっかけが函館旅館行ったり、プロポーズを受けたのも函館、初めての転勤先も函館、沢山の思い出がこの地で作られていて、私たち夫婦にとって函館は特別な場所になっています。温かい人が多く、食べ物も美味いし、老後はこちらで暮らしたいねと話しているくらい大好きな場所になりました！
(桔梗町、M・S)

友人の名前がない!!
友人の父親が携帯に「(友人の名前がない!!)」と大騒ぎ。友人と一緒に「そんな事は無いでしょー(笑)」と、父親のアドレス帳の「は行」を何度見ても名前の「ひとみ」の3文字が無い!!! 「ありえない!!」と友人と2人で「あ行」から探し始めて数分…。「ひとみ」が「しとみ」で登録

されてしまいました。さすが浜言葉!!
何も間違っていないッツ!! 笑。その時は大爆笑でしたが、十数年経ってもいまだに思い出しては可愛さなほのぼのします!
(北美原2丁目、N・S)

あんな素敵な夫婦になりたい
私のおじいちゃんとおばあちゃんは今もう亡くなったのですが、生前、92歳と88歳のおじいちゃんとおばあちゃんは2人とも歩くのがやつの感じでした。そんな2人が手をつなぎ、お互い助けあって歩いている後ろ姿にほのぼのしました。私もあんな素敵な夫婦になりたいです。
(港町2丁目、M・H)

毛糸のくつ下いっぱいに…
幼い頃、お菓子の入った「ザンタの靴」が欲しかったけど、買ってもらえなかつたかわりに、母が毛糸のくつ下いっぱいにお菓子をに入れてくれた。
(北斗市追分、S・T)

親子3人で泣いた思い出
家族で数年前に「キッサニア」という職業体験施設に行った時の事。当時4歳だった息子が一生懸命働いて貯めた初めてのお給料(施設内でしか使えません)でキッサニア内のショップに買い物に出かけました。親は入れないので外で待つていると、息子が「ハイ、コレ」としましまのフィギュアを私に渡すんです。てっきり自分の欲しい物を買ったかと思つたのに、パパとママが喜ぶようにとプレゼントしてくれたのです。あまりに嬉しくて私も夫もその場で号泣。それを見た息子ももらい泣きで号泣。親子3人で泣いているという一見おかしい光景ですが、そのしましまフィギュアは今も

なお、我が家の宝物として飾っています。
(湯川町3丁目、I・A)

家族がいるから…

みんなの家族になれて良かった
只今、2人の子育て真最中!! フルタイムの仕事もしているの毎日があつたという間。年に1度、高校の同級生との忘年会に参加しています。毎年、子供達にうる髪をひかれつつの参加でしたが、今年、下の子が年中になったら、「ゆつくりしてきてイイヨ〜」先にねてるから♡、小4のお兄ちゃんは、「妹のこと、まかせとけ〜」、ダンナ、「たまになんだから、ゆつくりしておいで♡」。ありがたう。すごくありがたう。みんなの家族になれて良かった。ありがたう。
(ペンネーム、らんらん♡♡)

来年からもがんばります
食事のしたく時間もなく、なべ↓ジンギスカン↓すきやきetc、くり返していたところ、ダンナが一言…「家族だんらんの時間が増えて良かったね♡」。ありがたうの言葉しか出ないですよ。私の全てを受け入れてくれてありがたう…。
来年からもがんばります。笑。
(松川町、K・M)

赤カブの甘酢つけ
主人のことなんです…赤カブの甘酢つけを作る際に、私を手伝ってくれたのがとても嬉しかった。それというのも、赤カブ約120個程を全部薄くスライスしてくれたんです。涙が出ましたよ。勿論のことおいしく出来上がり、味わいしかったです♡
(ペンネーム、ブルウーマン)

とつてもうれしかった
先日、夫が偶然見つけたらしいケーキ店(新店へ連れて行ってくれました。ちよつと落ち込んでいた私を喜ばせようと思つたらしいです(私は甘い物が大好きです)。とつてもうれしかったです。
(北斗市七重浜、T・I)

夢に向かつて進む人生

今年の夏に孫が1歳の誕生日を迎えました。健やかな成長に感謝し、お祝いをしました。また、「升旗」に挑戦し、転びながらも一歩、一生懸命に歩く姿は、これからの夢に向かつて進む人生と重なって、胸熱くなりました。
(ペンネーム、神山の農業夫人)

小さな幸せに思わずほっこり…
結婚1周年を迎えた日にカゼをひいてしまった私。外出が好きな夫がその週末、私につきあって一緒に自宅DVD鑑賞。小さな幸せに思わずほっこりした出来事でした。
(中島町、W・M)

動物達に癒されて…

親心に感動…
羽根を傷めた野鳥のヒナがあり、猫が近づくのを見て、助けてカゴに入れ、親鳥がさがしているのではと、思い、窓辺に置いておくと、鳴いているヒナを見つけ、せつせとエサを運んで食べさせている親心に感動しました。3日位で元気になり、親と飛びたつて行きました。
(東山1丁目、T・N)

鼻も口も真白に…
冬本番になりました。うちの犬は雪のある時に戸外へ出たことがありません。いたずらで戸外へ。震えながらも、雪のニオイを嗅ぎ、鼻も口も真白に…♡
(東山3丁目、A・O)

旦那の横のチワワ
朝起きてリビングへ行くと、うたた寝している旦那の横で我が家のかわいいチワワ2匹がべつたりくっついて寝ていたのを見て、そつと私は仕事へ行きました♡ ほのぼのしました。
(千代台町、M・S)

伝えたい感謝の気持ち

財布を届けてくださった方へ
昨年、財布を落とし、困っていたら、近くの交番に届けてくださった優しい女の方、どうもありがたうございます。
(深堀町、M・N)



回り道
夫が他界した時の事です。火葬場へ行く途中、回り道をして元の職場を回ってくれた霊柩車の運転手さんの好意をいづまでも嬉しく思っております。
(的場町、M・H)

女4代でデイナー
今夏、米寿を迎えた母と女4代でウイニングホテルでデイナーを楽しみました。今年一番のホッポリ出来事でした。長生きしてくれている母に感謝の毎日です。
(湯川町3丁目、Y・H)

送られてきたお菓子
母が亡くなった時に友達からお菓子が送られてきました。てっきり仏様に供えてくださいということだと思つたら、これはあなたが食べて元気になつてくださいという手紙が入っていました。ありがたかったです。私もいつか誰かにしようと思いました。
(桔梗町3丁目、K・S)

杖を使い出してから…
杖を使い出してから人々の親切を深く感じています。ドアの開閉などにみなさん手を貸してくれます。
(湯川町3丁目、K・T)

布団をあたためてくれていたこと
結婚前に勤めていた私は、忘年会や職場の先輩との付き合いで、夜遅く帰った時、「女の子なんだから夜遅くならないうちに帰ってきなさい。不良娘」って叱られた時、「付き合いたから自分だけ早く帰るわけにはいかなんです!」って少し反発したこともあったけれど、私にはそれが勉強でもあったのです。母の気持ちも十分にわかっていました。でも毎日湯たんぽで布団をあたためてくれていたことがとつてもありがたくて、私にとっては本当にありがたい。「ほのぼのの工ピッド」なんです。現在私は結婚し、3人の子供も成長し、主人と二人暮らしでほのぼのと生きています。
(高丘町、M・I)

HEAD LINE

東京、札幌の予備校には負けない!

第一ゼミナール

『第一ゼミナール』(石田清塾長は、函館市杉並町にある高卒生のための創立34年の予備校です。地方都市函館市にある予備校ながら東京、札幌などの大手予備校に引けを取ることはない。北大、札幌大、教育大などの道内大学はもちろん、東大、一橋大、早大、慶大、国立大学医学部などに1900人の合格者を輩出しています。

定期面談を通じた学習指導(コーチング)その3 学力と志望大学に合わせた個別に進める東進本科総合コースの導入

その4 スカラー割引・早期申し込み割引による格安な費用

東大、北大、医学部などどんな大学、学部を目指そうとも、札幌などの大手予備校に行く必要は全くありません!

努力はもうろんですが、食事を含めた受験生活には保護者の温かいバックアップが必要です。今年のセンター試験は数学が大幅に難化しました

この1年間、函館で頑張ってみてはどうでしょうか!

●杉並町4-12-31, 5577
http://daichizemin.jp
office@daichizemin.jp

第一ゼミナールの高い合格実績は全国から注目される第一ゼミナールの「4つの柱」で支えられています。

石田塾長と専任講師による情熱・明解・懇切丁寧な「授業」担任による定期面談、不



石田塾長によるセンター直前講義の様子

Face

美味い昆布を世界へ! マイナスからの挑戦

『能戸フーズ株式会社』代表取締役

能戸 圭恵(たまえ) さん



能戸圭恵さんは昨年6月2日に『能戸フーズ株式会社』を創業し、現在はインターネットを介した小売のほか、函館市内などの販売店にガコモ昆布を使った加工品などを販売しています。しかし、今の状況を作り出すためには大きな紆余曲折がありました。10年ほど前、義父が営んでいた水産加工会社の製品販売のためにインターネットに販売サイトを作り、南茅部産のガコモ昆布や真昆布などを使った加工品の販売を始めました。事業が軌道に乗り始めた

「取引会社や漁業者の皆さんにお詫びに伺いませし、後母として、食材・昆布としての挑戦が続きました。応援するからがんは癒やしです。子供達と昆布って、という温か布に関われる幸せをかみ言葉でした。どしどし、私共々成長している状況になりました。美容や健康への効果が意を尽くす大事期待されるガコモ昆布。女性目線での製品開発やブライモーションに今後も目がはなせません。『能戸フーズ』は尾札町784、63・3211、ホームページに併う慢性的な[昆布村]で検索。

平成25年に会社が倒産。人手不足が課題になっていた。高品質な製品で解決。海産物や、これまで漁業者が培ってきた生産技術など様々な要因があり、南茅部のガコモ昆布は高品質で本当に味が違います。それを国内にも広げたい。地域の社を立ち上げる前はお詫。ちろん世界へ広め、地域の雇用を増やす。それが私の仕事だと思っています。4人の女の子の母親。今も母として、食材・昆布の課題に悩んでいます。

歯医者の料理

美味しく食べることをアンチエイジング

★今晚のお惣菜★

今月のオススメ!! タコとゴボウの柔らか煮

OPEN



おてごろなタコを日本酒でじっくり煮込んだお惣菜。ゴボウのだしでどこが落ち着いた美味しさです。

吉田歯科口腔外科

函館市湯川町1丁目30-8 ☎59-3918
楽天レシビ 歯医者の料理 検索!!

●タコの頭...80g ●日本酒...2カップ
●ゴボウ...30cm程度 ●ほんだし...小さじ1/2
●砂糖...大さじ2 ●塩...少々
●濃口醤油...大さじ1

材料 2人分

- ①タコは塩で揉(も)み洗いしてヌメリを取ったら一口大に切ります。
- ②ゴボウはタワシで表面を軽くこすって汚れを落とし3~4cmにぶつ切り。
- ③鍋に酒を入れて火にかけ沸騰させてアルコールを飛ばしたらタコとゴボウ、ほんだしを入れて蓋を被せ弱火で1時間煮ます。
- ④砂糖と塩、醤油を加えて中火で3分ほど煮詰めて火を止めます。
- ⑤そのまま冷まして味を含ませたら出来上がりです。

ちよつとしたコリ

タコはみりんを煮ると硬くなるそうです。日本酒だけでじっくり煮込んで最後に味付けするのがコツです。厚手の鉄鍋がオススメ。

カルチャー navi

函館浪漫館の体験工房

丸くてカラフルなとんぼ玉を作ってみませんか。金森赤レンガ倉庫内にあるガラス製品のショップ『函館浪漫館』に製作の体験工房があります。好きな色のガラスの棒をバーナーの火で溶かし、ステンレスの棒に巻き付けて火の中でクルクルと回しなら形作ってゆきます。体験料は1個1080円。模様は1個につき2色まで使えます。製作時間15分、冷却時間40分ほどで完成。出来

上がつたとんぼ玉はその場でキーホルダーやストラップ、ネックレスにすることもできます(料金別途)。ジェルの中にガラス細工などを閉じ込めるキャンドル作りも人気(基本料1404円、ガラス細工代別途)。いずれも混雑時には待ち時間が発生することがあるので利用の際は予約がスムーズです。

函館浪漫館
体験工房受付時間/午前9時30分~午後5時45分(ショップは午後7時閉店※季節により変動有)
●末広町14-16
●金森赤レンガ倉庫
ヒストリープラザ内
☎24・8811



青ほの心

精神科医の香山リカさんの文章を読む機会がありました。『ささやかな幸せを大切に』というタイトルです。職業柄、心を病んでしまった人々と日々接している香山さんは、診療室の外では有名人との交際の機会もあります。両者を比較すると、意外なことに診療室では昨年を振り返ってまあまあ幸せだったという人が多かったのだそうです。その内容は、家族が大きな病気やけががなく1年すごせたり、第一希望ではなかったけれど子どもが高校に入学できたなどというものの。一方、診療室の外では、あまり良くない1年だったという声が多く聞かれたとのこと。支店増計画の達成率が8割止まりだったとか、昨年はハワイの別荘にあまり行けず不満などという会社経営者やバストセラapist作家の声です。

後者に比べると前者の幸せ感とはささやかな。もちろん今の自分に満足せず夢をもって上を目指して頑張るのは悪いことでなく成長につながることもありますが、しかし、病気や不幸を経験した人達がささやかな幸せを感じて笑顔になるのは素敵なことだと思えます。香山さんは言います。「生きていれば楽しいことも苦しいこともあるもの。それでも毎日の暮らしで、たとえ道ばたにきれいな花を見つけたら、いつものお茶がおいしく感じられる時など、幸せを感じる瞬間は誰にでもあるはずだ。

病気になるって初めて健康のありがたさを感じるとはよくいわれることですが、社会が複雑化している今は様々な理由で弱者になってしまつて例がとて多多いといわれます。健康だけでなく何かのきっかけで差別されたり経済的に破綻したりなどとして、社会的に弱い立場に置かれたとしたら...。そう考えると香山さんの言葉にも深い意味を感じ取れる気がします。

自分もいつ病気や怪我や思わぬ不幸に見舞われるかもしれないと思えば、困っている人々に少しでも心を添わせようという気持ちになるのではないのでしょうか。人の身になって考えることの大切さを改めて感じさせられる機会になりました。

(亜)

月夜のうさぎ



湯の川から旭丘に向かう道路沿いにある『月夜のうさぎ』は、昼はのんびりとランチを楽しめ、夜

は一品料理などとお酒を愉しめる郊外の人気店です。

ランチは同店のオーナー自ら、「看板メニュー」と胸を張る、日替わりの「うさぎ膳」(9~10品、デザート、コーヒー付、1200円)がオススメ。小鉢には色とりどりの料理が盛りつけられ、味はもちろん多菜で栄養面も抜群。取材日はサンマの煮付け、煮しめ、卵焼きなど薄味ですが素材感を味わえる彩り豊かな9品のおかずが並びました。手作り料理とゆっくりした時間を愉しめる空間で、やすらぐランチタイムを。

営業時間は午前11時~午後3時、午後5時30分~午後10時30分。毎週日曜日、毎月第3月曜日定休。

●戸倉町34-5
☎87-5839



(まい) 記者のお気に入りスイーツ

maido (まいど)



デザートも美味しいラーメン屋さんとして定評の『まいど』。

こちらの「アメリカンワッフル」(=写真、500円)は、たっぷりの生クリームとアイスクリーム、季節によって変わるフルーツが彩りを添えていて見た目も華やか。甘くないのが特徴のワッフルなのでポリューミーでも食べられちゃいます。プラス200円でコーヒーか紅茶が選べるセットにできるのも嬉しいところ。「デザートとコーヒーだけでもぜひどうぞ」という店主さんに甘えてデザートだけ食べに行くのはもちろん、ラーメンの後のデザートにもオススメ!

営業時間は午前11時30分~午後3時、午後5時~スープがなくなるまで。毎週火曜日定休。駐車場有。

●湯川町1-26-34
☎85-8870



親として子どもの夢を応援したい! ライフサロン函館五稜郭店



お子さんの将来のことを改めて考えてみませんか? 来店型保険ショップ「ライフサロン函館五稜郭店」では毎月第4日曜日の午前10時から「函館萬屋書店」で参加型セミナー「おとな予備校」のおとなのお金学」を開催しています。セミナーは、生命保険や年金、貯蓄についてなど知っているようで知らないことが分かる大切な学び場として大好評。大きな特徴は、聞いているだけのセミナーではないという点。具体的に電卓で計算しながら必要な数字が明確になり、まさに予備校の感覚! この1月に開催されたセミナー「親として子どもの夢を応援したい」では、「学費保険や子供の成長に合わせたかかるお金のことがすんなり入ってくる」と好評です。2月22日と3月22日のセミナーも引き続き同テーマで開催します。ママ友と一緒に参加してみたい。また、貯蓄を意識した内容での夜講座「学ぼう! 保険だからできること」は、仕事帰りに立ち寄れると評判。日時は2月14日と3月7日の午後7時半~。詳しくは、電話またはホームページ「ライフサロン函館五稜郭店」で検索を。

●杉並町4-21
(電車道路沿い)
☎53-4800

春のお祝いパーティーにいかが? 北ガスクッキングスクール

北ガスクッキングスクールの3月のテーマは、「春のお祝いパーティーに」。3月25日(水)午後6時30分~午後9時30分と26日(木)午前10時~午後1時で、内容はブルで作るきのこのキッシュ、牛サイコロステーキと香草野菜のサラダ、トマト



とモッツアレラチーズのホットスープ、キャラメルバナナブラウニー。定員は15人。受講料は2500円。講師は輪島美哉子先生。会場は北ガス函館支店1階のクッキングスペース。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。申込締切は2月18日(水)。申し込みは電話で受け付け。応募多数の場合は抽選とさせていただきます。締切後、詳細のご案内を送付します。



カーテン専門店のオープンングセール! ひとつ口にカーテンと言っても多くの種類があります。一般的なものは厚手のドレープカーテンと、光をやりわらかくするレースカーテン。ほかにも多くのスタイルがあり、部屋の雰囲気や日当たり、風通しなどに

ハミングテール

よって適したカーテンは違います。オーダーカーテン専門店の「ハミングテール」は、難しいカーテン選びに最適なアドバイスをしてくれるブル口ショップです。同店では、専門スタッフが直接自宅に行き、意外と難しい窓の採寸を正確に行い、お部屋のカラーコーディネート、日当たり、周辺環境などを考慮した上で、最適なカーテンを提案します。同店ではオープンングセールを実施中です。3月未だの期間中、CMでおなじみの「サンゲツ」製品が全品4割引。市内2ヶ所にあるショールームで、新たな生活を見つけてみませんか。見積り相談無料なので、まずはお問い合わせを。営業時間は午前10時~午後5時。無休。

☎83-11116
http://hummingtail.com
フェイスブックページもあるので、詳しくは「ハミングテール」で検索

早期のボイラー点検で安心で快適な冬を



創業90年という長年の実績と知識に基づいた信頼の技術と、豊富な経験に裏打ちされた的確なアドバイスで多くの支持を得ている、テレビCMでもおなじみの『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。本格的な冬が到来して、ボイラーを使う機会が多くなってきました。我が家のボイラーの調子がどうですか? 使用頻度の高い冬はボイラーのトラブルが起きると大変です。日々の快適な生活を支えるボイラーの点検整備をおススメします。『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、長期的に見ると大きな節約にもつながります。点検は3000円、ボイラー清掃は5000円から承りますので、お気軽にご相談ください。ボイラーの調子を見直すなら今がチャンス! 地元専門店の『小野寺住設』までお気軽にお電話を! ●美原1-22-9「フリーダイヤル」0120-7501750

小野寺住設

魚さんこのザンギ



どことなく昭和のムードが漂う若松町の大衆居酒屋『魚さん』。店名に“魚”の字を付けているから、自慢は海鮮なのだろうが、僕はこの店の「ザンギ」(1皿580円)がお気に入り。「インパクトにこだわった」という1個は大きめで、1皿にはそれが5個盛られている。アツアツのうちにひと口いただくと、口の中に広がる独特の味わい…「これは旨い!」。

美味しさの秘密は、野菜をふんだんに使った自家製のジンギスカンのタレを使っているからだそう。この店の肉料理の中では1番人気、全メニューの中でも海鮮類に負けず劣らず上位なのだ。テーブルにザンギが届くと店員さんが、「アツアツのうちにどうぞ」みたいなことを言うので、素直に従って熱いうちにひと口でも味わってみるのがオススメ。

気取らない店内は、1人でふらりと暖簾をくぐっても安心な雰囲気。ぜひ1度、足を運んでみてはいかがか…。

営業時間は午後4時30分～深夜1時(LO/深夜0時)。無休。

●若松町19-3 ☎22-0008

(SS) 記者の「サ店めし」

良質な音楽と時間を味わう住宅街の喫茶店
♪カフェ・ウォルフガング



産業道路沿い、セブンイレブン函館東山店の脇道に入った住宅街に位置する『ウォルフガング』は、ネルドリップ抽出のコーヒーと良質な音楽を愉しめる大人のカフェ。アナログレコード、4トラックオープンリール、CDなどのほか、最新のハイレゾ音源も聴くことができるので、様々なパターンでの聴き比べが可能。そしてフードメニューは、グラタン、ドリア、スパゲティ、サンドイッチなど喫茶店らしいものがならびますが、今回紹介するのはオムライス(サラダ、コーヒー付、1200円)。トロトロ系としっかり系の中間にあたる仕上がりで、デミソースとの相性も◎。ゆっくりしたい午後にぴったりの良店です。営業時間は午前10時～午後7時。毎週火曜日定休。

●東山2-5-8 ☎33-1143



なるほどトピックス

きっと見つかる、あなたにとってのお役立ち情報!!

「タジマ寝具」の田島社長がおすすめる「素肌毛布」は、冷え性の人や高齢者、病後で寒さがこたえ寝つきが悪い人などに大好評。「軽くて暖かく柔らかな風合いで電気毛布がいらないくなりました」という喜びの声も多数。シルクより細いマイクロマテイクという繊維にサイ



バーフィット加工を施し、吸水、吸汗性に加え静電気防止効果もある上、重さは約1000グラムのスーパー「素肌毛布」。また、家庭で洗えて乾きが早く、耐久性にも優れています。通常1枚34560円

●相談フリーダイヤル 0120-846-843
布団のことなら「やすらぎ ショップタジマ」で検索
●柏木町2-25
ホリデイスポーツクラブ 向かい

たった1000グラムのあつたか素肌毛布

タジマ寝具



「くすりの元気」は、現代医学の知識を学んで、しっかりとしたカウンセリಂಗのもと販売が許される全国約

「その不調は血行不良が原因かもしれません」とは、本誌広告でおなじみの現代中国医学略して中医学の漢方専門店「くすりの元気」のカウンセラー石田悦子さん。石田さんによると、血液は職場のストレスや家族の悩み、緊張、不安、怖れ、怒りといった感情だけでも粘性があがり、いわゆる「ドロドロ血液」になるのだそうです。

漢方専門店の「くすりの元気」のカウンセラー石田悦子さんは職場のストレスや家族の悩み、緊張、不安、怖れ、怒りといった感情だけでも粘性があがり、いわゆる「ドロドロ血液」になるのだそうです。営業時間は午前9時～午後8時。不定休。駐車場有。ホームページは「くすりの元気函館」で検索。●富岡町2-45-8 ☎41-1017



パンダの漢方をご存知ですか?

くすりの元気

申告に心強い無料相談会が2月22日に
中小企業者の要求や悩みなどの解決のために力を貸してくれる「函館民主商工会」では、確定申告の時期になると「申告書の書き方が分からない」「消費税の申告で悩んでいる」など、申告や消費税、経理改善の知恵や情報が知りたいという相談が多いそうです。

より多くの人の相談をうけて助けたいと、今年も無料相談会を実施することになりました。「函館民主商工会」の役員や、税理士が親身になって相談のつてくれるので「何をすればいいのかわからない」「何か必要なのか」という疑問を解決して、決算や報告を自分でできるように教えてもらえます。また、自分で申告書を書いて申告す



ることによって税務調査にも安心して対応する事が出来るようになるので安心です。個人も法人も相談可。無料相談会日時/2月22日(日)午後1時～午後5時
会場/函館市亀田福祉センター(美原1-2612)2階。●中島町18-15 ☎52-3185

函館民主商工会

技術と信頼、安心の車検
車検は費用も気になるポイントですが、安心・安全が大前提。大切な車は信頼できる整備工場へ任せたいですね。長年の実績を持つ『道南車検整備センター』では、国家資格を持つプロの整備士が責任を持ってメンテナンスを行っています。近年、急速に進歩している電子制御による新自動車技術にも対応できるように、最新のコンピュータ・システム診断機を導入。ベテラン整備士の持つ高い技術と豊富な経験に加え、年に数回受ける技術講習により先進テクノロジーを取り入れていきます。もちろん車検の費用も安心。エコノミーコースでは、軽自動車7020円から2・5トン

以下11340円、一般コースでは軽自動車15120円から2・5トン以下20520円(別途法定諸費用。修理調整代金が追加になる場合有。各種カード・ローンに対応。「お客様の大切な車を、責任を持って真剣に整備をしています」という整備士歴40年、30年の2人の自動車整備士がプロとしての自信を持ってオススめる車検です。詳しくはお気軽にお問合わせを。北海道運輸局認証工場。板金塗装、保

●昭和2-23-4 ☎40-0808
限有会社道南車検整備センター
以下11340円、一般コースでは軽自動車15120円から2・5トン以下20520円(別途法定諸費用。修理調整代金が追加になる場合有。各種カード・ローンに対応。「お客様の大切な車を、責任を持って真剣に整備をしています」という整備士歴40年、30年の2人の自動車整備士がプロとしての自信を持ってオススめる車検です。詳しくはお気軽にお問合わせを。北海道運輸局認証工場。板金塗装、保
●昭和2-23-4 ☎40-0808
限有会社道南車検整備センター
以下11340円、一般コースでは軽自動車15120円から2・5トン以下20520円(別途法定諸費用。修理調整代金が追加になる場合有。各種カード・ローンに対応。「お客様の大切な車を、責任を持って真剣に整備をしています」という整備士歴40年、30年の2人の自動車整備士がプロとしての自信を持ってオススめる車検です。詳しくはお気軽にお問合わせを。北海道運輸局認証工場。板金塗装、保



ブレーキ等のデスターライン完備

ファイナンシャルプランナーがご相談に応じます

- 保険が満期をむかえてしまう
- 更新時期で保険料が上がってしまう
- 持病があつて加入できなかった
- 相続対策をしたい
- テレビコマーシャルの商品を知りたい

【募集代理店】横山満 ●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】
アフラック
オリックス生命
メットライフアロコ
三井住友海上あいおい生命
AF218-2014-0002 2月10日(140810)

年々多様化している様々な保険を活用して、より賢くよりお得に、あなたにとって1番良い保険を選ぶことができます。

「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も、分かりやすく説明してもらえます。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



CLOSE UP

便利で親切な保険屋さんにご相談を

横山満代理店

いい店 食べ歩き

旬菜食健ひな野

11:30~16:00 (15:00入店ストップ)
17:00~22:00 (21:00入店ストップ)
無休、P有
●港町1-2-1 ☎62-6600

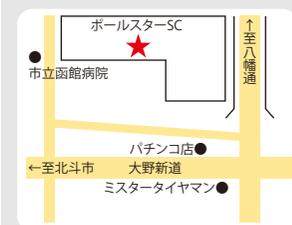


『旬菜食健ひな野』は、市内港町のポールスター内にあるバイキングレストラン。季節によって地元産の野菜を使うなど、素材の良さと鮮度を大切に、旬と手作りにこだわった料理を提供しています。

メニューは和洋中間な構成で、いろいろな料理を入れ替えながら常時60種類以上を用意。肉料理、魚料理、野菜を使った料理とハラシムもそろっているの、子どもから年配の人まで幅広い層が楽しめます。しっかり食べたい派はもちろん、ヘルシーに楽しみたい人にもおすすめなのがポイント。

杏の種の中にある「仁」を使うって作っているというオーブン時から不動の人気の本格派杏仁豆腐はじめ、スイーツも豊富。ドリンクは15種類ほどを常時そろえているほか、別料金でビール、日本酒も用意しています。料金はランチが大人1696円、小学生940円。ディナーは大人1944円、小学生1026円。小学生未満はいずれも無料。ランチもディナーも時間無制限なので、後ゆくり過ごせる点も好評です。

また、65歳以上の人は次回以降200円引きになる「シルバーサービス券」がもらえる。



らえます。ディナータイムには実演コーナーもあります。実演コーナーは午後5時45分、午後6時45分、午後7時45分の3回、各30分間、握り寿司と季節替わりのメニューを提供しています。季節替わりのメニューは2・3月はラーメンの予定です。

むくみ①

女性は、顔や手足のむくみに悩んでいる方が多いようです。当エステサロンにご来店される方にも、むくみのお悩みが増えています。むくみの原因は、むくみは、水分代謝が低下しているため。また、むくみを放っておくと脂肪になつてしまつので、注意が必要です。

むくみの原因について幾つかの例を紹介いたします。まずは塩分の取り過ぎ。塩分を取り過ぎると、血液中の水分が血管やリンパ管の外にはみ出し、間質液がたまり、それによって体にむく

連載 最先端美容を追い続けて 村上有香



筆者プロフィール
村上有香さん。『株式会社MORE ROSE』代表取締役。美容部員を経て化粧品では補えない部分をエステに求め、平成11年に『ROSE』を設立し、平成18年に株式会社となる。

平成19年上磯ダイエー店内に『La Petit Rose』を設立。いち早く最先端美容機器を導入し常に最高の美を提供している。

ビューティートリートメントサロンローズ

□戸倉町5-12
無料相談・ご予約
【フリーダイヤル】0120-916-722

ラ・ブティットローズ

□北斗市七重浜4-44-1
ダイエー上磯店内
無料相談・ご予約
【フリーダイヤル】0120-916-512

はこだて医療情報 ふるた矯正歯科院長 古田樹己



マウスピースで歯並びは治せるの?

マウスピースを用いた歯列矯正が注目を集めつつあります。これは、透明で取り外し可能なマウスピースを定期的に交換しながら歯を動かす治療法です。ワイヤーを用いた矯正の時にみられるような痛み、違和感がきわめて少なく、見た目気にせず歯並びを治すことができます。また、お口のケアもしやすく、虫歯や歯周病のリスクが抑えられます。

しかし、「マウスピースで歯並びを治せるの?」「軽いデコボコしか治せないんじゃないの?」と、疑問を抱く方々(歯科医を含めて)も多いのが実情です。

そう思われるのは仕方がないことです。なぜなら、マウスピース矯正といっても数多くの治療法があり、そのほとんどが軽い症状にしか対応していないからです。しかし、重い症状にも対応できる唯一の治療法が「インビザライン」です。

「インビザライン」とは、3D画像処理、3Dプリンターなど最先端技術を活用し、歯の移動をシミュレーションして、治療計画を決定、治療の最終段階のマウスピースまでデザイン、製造を行い、治療を進める画期的な歯列矯正法です。軽度の症状にしか対応できない他のマウスピース矯正とは大きく異なります。

「インビザライン」は、今現在、全世界で250万人以上の方々が治療を受けられており、日本でも全国的に広がりをみせつつあります。東京、大阪など大都市にはインビザライン専門矯正歯科があるほどです。

以前は、マウスピース矯正は、ワイヤーを用いた矯正と比べて治療期間がかかりすぎる、仕上がりが良くない、治せる症状が少ないなどといわれておりましたが、「インビザライン」は日々改善、改良がなされており、治療期間、仕上がりに差がなくなってきており、抜歯が必要なほどの重い症状でも対応できます。症状が重い場合、マウスピースのみで対応しづらいこともありますので、詳しくは「インビザライン」に詳しい矯正歯科医にご相談ください。

●北斗市追分2-62-11 ☎48-1118

ドクター講座 うめき皮膚科院長 梅木薫



ニキビは早めに治しましょう

ニキビで病院を受診してくれる人が多くなりましたが、その中には、もう少し早く受診してくれればニキビ痕が残らなかったのに、と思ってしまう人が結構いらっしゃいます。ニキビは体質にもよりますが、早く治療を開始しないと皮膚が陥凹するニキビ痕になり、長く放置すればするほど治ることは難しくなってしまいます。ある海外の統計では、12週間て炎症性のニキビの8%が陥凹するニキビ痕になってしまうことが明らかにされています。

以前は病院でもニキビに対して効果的な薬はほとんどありませんでした。しかし最近ではニキビによく効く薬がいろいろと発売されて、かなりの人がニキビをコントロールできるようになりました。現在使用できる薬は、保険診療では白ニキビ用と赤ニキビ用の外用剤、漢方薬や抗生剤の内服がありますが、保険診療で効果が出ない場合には、自由診療のケミカルピーリングや高濃度ビタミンCのイオン導入、光治療などをお勧めすることもあります。もちろん、肌に触れないなど日常生活の改善も必要になります。

また、せっかく病院を受診しても効果が出ないとすぐに薬を止めてしまう人がいます。いずれの治療も、最低でも2~3カ月は治療を継続しないと効果が出ないと考えてください。効果が出ない時には他の治療に変更したり、日常生活の問題点を再検討したりします。もし、薬で刺激感や不快感が出た時は、再度病院を受診して相談してほしいと思います。

今年の早い時期に、以前より海外でニキビ治療に使用されている過酸化ベンゾイルという外用剤が保険診療の適応になる予定です。これは、肌に塗ると酸素を発生し、空気を嫌うニキビ菌を強力に殺菌することで効果が出るのですが、肌を乾燥させたり、刺激したりすることがありますので、その使用方は皮膚科専門医にお任せください。でも、現在でもよい薬がありますので、ニキビ痕を残さないためにも早めに病院を受診してください。

●石川町350-17 ☎34-3311

新店舗&リニューアル

TAILORED COFFEE (テーラードコーヒー)



本町・行啓通沿いの『テーラードコーヒー』は、スペシャルティコーヒーを提供するコーヒー豆の販売店。スペシャルティコーヒーとは、生産された国、エリア、農園などが特定でき、さらにコーヒーを格付けする品質チェックで特に風味が優れていると評価されたもののことを言います。オーナーご夫妻はともに「日本スペシャルティコーヒー協会」認定のコーヒーマイスターで、「定番」と「季節」のコーヒー豆を、合わせて常時10種類ほど用意しています。淹れたてのコーヒーをテイクアウト(1杯220円〜)できるのもポイント。

コーヒー豆は旧函館市内宅配OK。各種ギフトにも対応しています(地方発送可)。ドリップ教室や飲み比べなどのコーヒー教室も定期的に開催中。詳しくは気軽にお問い合わせください。営業時間は午前9時〜午後8時。

●本町7-13(行啓通) ☎83-8306



紙上ショッピング ルイボスティー

南アフリカの原住民が不老長寿の飲み物として語り伝えてきた飲み物。南アフリカの限られた一帯に自生する野生のルイボス。

175g入 メーカー希望小売価格3,240円を… 宅配料込3,290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5時(担当/本間)



次号予告 2月27日号 道南・温泉プラン特集

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・通販業務・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/

発行者	佐々木 喜美夫	Kimio Sasaki
編集長	青山 慎司	Shinji Aoyama
副編集長	平井 由佳	Yuka Hirai
ライター	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

いかがでしたか? 今回の「ほのぼの」も、何年もの編集の集大成です。ハガキを一枚一枚読みながら、素敵なエピソードを入力してゆく時間。一番ほのぼのしているのは、僕自身かも知れません。僕が、いざ見てもみようと、思ったと、見られぬ。失敗して、眼くのは、気がかりです。(E)

真冬日のある日、雪が降り、雪かきまで、思っていた。札幌の友人から、毎日3回の雪かきで、腰痛になったという電話が。道北の盆地に住む弟からは、今朝はマイナス29度と携帯メールがきて、函館の冬とは、ヘルが違ふと思ひ知らされた。(画)

娘と息子2人の4人で温泉へ行く。男湯も女湯も誰も入っていない最高の状態。私は娘と2人きりの女湯も誰も常を忘れ、心身ともに癒されるひととき。…も束の間、男湯から聞こえてきた6歳の息子の大笑。一気に現実に引き戻され、家のお風呂のようでした。(B)

1月は雪が少なかつたのと、春先に発行される印刷物の仕事を、して桜や新緑の写真を、いじって、いたせいで、冷静に考える。まだ2月…。まだ何度か大雪が降りたりするんだらうなと、考えるだけで、腰が痛いです。(S)

この冬、編み物を覚えた娘。幼稚園に、いじくマフラーも自作して、大満足の様子。また、細く小さな指なので、太い糸を使うと、指編みでも編みがキツイです。手際よく、く、く、く、と、間に編み上げていく娘の姿に、嬉し成長を感じた冬でした。もうすぐ1年生。(カ)

突然ですが、猛禽類が好きです。鷹を見つけたと、トンシヨンが上がり。この時期は大沼に行く。近々見たいけれど、雪道と距離が問題。そして、付き合われる子供たちの反応が、そつでも、ない、ううわ…。(ま)

編集後記

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。掲載日は編集室にお任せ下さい。営利目的の情報は本紙広告をご利用ください。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
今度どんな記事が…
いつも楽しみに待っております。今度どんな記事が載ってくるかな?
(港町3丁目、H・U)

読者の声
今度も変わらぬご愛読を、よろしくお願ひします。
母といっしょに…
*夫婦で食べ歩き…いいですね。
(昭和町3丁目、H・H)

プレゼント
『旬菜食健ひな野』より1000円分の食事券を5名様に
今回の『いい店食べ歩き』で紹介した『旬菜食健ひな野』より、1000円分の食事券を5名様にプレゼント。応募はハガキに郵便番号、住所、氏名、電話番号を明記し、青いぼすとに送ってください。お書きの上、〒040-8605、函館どつく内、株式会社青いぼすとHD「ひな野プレゼント」係まで。締切は2月24日。



Spotlight

カルチャーコミュニケーションサロンに参加しませんか？

亀田本町・JR五稜郭駅隣のAOKIビルにある『ビューティーコンシェルジュAOKI』で毎回好評のカルチャーコミュニケーションサロンに参加してみませんか？次回開催は2月19日(木)午後6時〜午後9時で、卒業式や卒業式にお子様に着せたい親御さんに向けての着付教室を実施します。親御さんの参加はもちろん、親子そろっての参加も大歓迎のこと。衣裳を持ち込み自由で、衣裳を持っていない人もお気軽にご相談ください。見学だけでもOK。



人気の衣裳は予約も殺到しますので、早めに選んで早めに予約することがオススメです。予約は1

男性講師による日本伝統文化のおもしろ豆知識も行われます。キーセット付きで500円。お気軽にお申し込み、お問い合わせください。要予約。

また、AOKIビル2階の『レンタル衣裳のAOKI』では現在、卒業式の申し込みを受け付けています。3月1、18日の両日は、湯川町の「雨宮館」で卒業式のお支度を行います。着物の持ち込みもOKで、着物の持ち込みの小物などを用意します。「レンタル衣裳のAOKI」は毎日が展示の豊富なレンタル衣裳の中からぴったりのものを選ぶことができます。人気の衣裳は予約も殺到しますので、早めに選んで早めに予約することがオススメです。予約は1

●亀田本町 65・27
【フリーダイヤル】
0120・42・3295
【携帯電話】
090・2055・5540

退職後も無理なく続けられる保険選び

人生設計をトータルで相談できる『Hosta函館』では、経験豊富なアドバイザーが無料相談を行っています。今回は、相談のあった50代の女性Aさんのお話しを紹介しま

す。相談時、Aさんの加入している生命保険は更新時期が近付いていました。Aさんの希望は、一生継続く医療保障と退職後も安心して続けられる保険料。さらに、できることなら子供に残すための保障も準備しておきたい。というものでした。相談を受けたのは、住宅ローンア



ドバイザーの資格を持ちライフプランをトータルでサポートしている成迫賢太さん(II写真右)。成迫さんはAさんの希望を引き出し、求めている保障などをオーダーメイドで提案。その結果、Aさんは希望通りの生涯安心し

て続けられる保険を選ぶことができました。無料相談は、電話またはホームページ「Hosta函館」からご予約ください。

●若松町 14・10
函館ツインタワー3階・MS保険サービス北海道株式会社
【フリーダイヤル】
0120・12・9018

募集代理店
MS保険サービス北海道株式会社 (Hosta函館)
引受保険会社
三井住友海上火災保険株式会社
三井住友海上あいおい生命保険株式会社
登2014-C-629 (2015.1.15-2017.1.31)