

# POST IN FREE PAPER SINCE 1991 青いほすと

発行元/株式会社青いほすとHD 発行人/三熊 秀明 編集人/青山 横司

〒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 【青いほすと編集部】☎(0138)27-9210 【FAX】(0138)23-5699  
【URL】http://oceanplace.jp/aopos/ 【Eメール】aopos@atto.ocn.ne.jp

Issue.591 2016.6.28[tue]

毎月2回(中旬・月末)発行

## 夏の醍醐味、ビアガーデン!

ホテルテトラ

夏といえば『ホテルテトラ』のビアガーデンがおすす。ホテル4階の開放的な場所で味わうビールは、格別。屋根付きスペースもありますので、天候を気にせず楽しめます。ビールは、サッポロクラシックで1杯626円。ビアガーデンにははずせない「ジンギスカン食べ放題」(1人前2160円)は、鋳物鍋で味わう厚めの特製ラムを提供。これに、ビール、焼酎、サワー、ソフトドリンクの飲み放題付きで大人4000円、中高生3240円、小学生2160円(利用は2時間)。ほかに、枝豆、唐揚げ、ワイン(ボトル1620円)などもあります。営業時間は午後5時~午後10時(LO/午後9時30分)。事前予約で早めの時間からの利用可。週末は予約が確実。



●梁川町17-16 ☎55-1818

## この夏は、老舗のうなぎを味わいましょう

鯉之助

昭和28年創業のうなぎ料理の老舗「鯉之助」。この夏こそぜひ、創業以来受け継がれる秘伝のタレと、熟練の技で焼いた絶品のうなぎを味わいましょう。人気の「並重セット」(味噌汁、漬物、デザート付き2200円)は、ランチタイムは小鉢とコーヒー付き。ランチタイム1日5~6食限定の「ミニうなぎ」(小鉢、コーヒー、デザート付1500円)も好評。うなぎのひれを焼いた「ひれ焼き」(1本100円)、うなぎの頭をじっくり煮込んだ「かぶと煮」(300円)、ひれ焼き、かぶと煮、肝焼きの「3種盛り」(1080円)は、この店自慢の「西の関」などの日本酒にぴったりです。営業時間は午前11時30分~午後2時、午後5時~午後8時30分。不定休。



●本町32-11 ☎51-5982

## 夏はカレー! という人にオススメ

スープカレー NINE

夏はやっぱりカレーが食べたい! そんな人達におすすめなのが、こだわりのスープで仕上げたスープカレーが評判の「スープカレー NINE」。7月1~31日の期間限定メニューの「エビワンタンと春雨のスープカレー」(=写真上、980円)は、自慢のスープカレーに中華料理のテイストが見事にマッチした逸品。ぜひこの機会にご賞味ください。また、チャイにタピオカが入った夏期限定の「タピオカドリンク」(400円)もオススメ。カレーと一緒にいかがでしょう。毎月9日に店主さんが選んだ1品が999円で食べられる「NINEの日」も好評です。営業時間は午前11時~午後3時、午後5時30分~午後9時。毎週月曜日定休。駐車場有。



●亀田港町38-10 ☎84-8528

## 雪のようなかき氷

グラシエ セ・シュウェット!

冷たいものが恋しくなるこの季節には、アイスクャンディーの店「グラシエ セ・シュウェット!」の「かき氷」がオススメ。薄く削った氷には空気が含まれていて、ふわふわとした雪のよう。食べた時に頭がキーンとならないのも特徴のひとつ。人気の「莓ミルク」(=写真上、600円)をはじめ、全6種類あるシロップはどれもオリジナルのものを使用。また、20種類以上も店頭に並び、カラフルなアイスクャンディー「アイスPOP」や、「ショコラソフトクリーム」などひんやりスイーツがそろっている同店は夏季限定ショップとなっているのでお見逃しなく。営業時間は午前10時~午後7時。毎週木曜日定休。駐車場有。



●五稜郭町7-8 ☎32-9767

# 2016年 夏の特別企画 夏に食べたい この一品

うなぎを土用の丑の日に食べる習慣は、実は江戸時代にうなぎを売るために考えられたのがその始まりなのだとか。しかし、栄養あるうなぎを食べて夏の暑さを乗り切ろうという理にはなっていますし、やはり夏になるとうなぎが恋しくなりますよね。今回は、夏になると食べたくなるものを編集スタッフの視点から選んでみました。暑いと食欲も減退しがちですが、美味しいものをたくさん食べて、素敵な夏を過ごしましょう!



表紙写真協力/鯉之助

## 夏のオススメ、「ジャージャー麺」

張家口



あんかけ焼きそばなどが人気の、メニュー豊富な「張家口」では、「ハマる人は本当にハマる」という「ジャージャー麺」(=写真上、900円)が夏のオススメ。キンキンに冷えた涼しげな皿に乗ったコシのあるもっちりとした冷たい麺上に、熱々の肉みそがたっぷり。この肉みそはシンプルな見た目ですが、椎茸や干し海老など豊富な素材がぎっしりの濃厚な旨味が後を引く美味しさ。特別に挽いてもらっている超粗びきの肉はボリューム感たっぷり。「肉を食べた」という満足感がとてもあります。優しい辛さが後からじわっとくるのもたまりません。営業時間は午前11時～午後3時(LO/午後2時半)、午後5時～午後9時(LO/午後8時半)。不定休。



●石川町314-4 ☎47-7570

## ヘルシーながら旨さ全開!

塩ホルモン いちりき



繁華街本町の中心部、多くの飲食店が入居する第一LC館と和民の間に入った場所にあるのが、新鮮なホルモンで多くの人を楽しませる専門店「いちりき」。ホルモンの品ぞろえは同店ならではの、定番の豚ホルモン(480円)のほか、コリコリ(480円)、ほっぺ(500円)などなど、リーズナブルな価格帯で多彩なホルモンを味わえます。また、絶妙なさっぱり加減の塩ダレ、この店だけの特製梅ダレというホルモンの旨みをしっかり感じられるタレもポイント。メの「カレーうどん」(500円)は、わざわざ食べに来る人もいるという隠れ名物メニュー。魅力ある小さな人気店へぜひ。営業時間は午後5時30分～午後11時。無休。



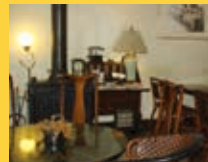
●本町18-23 新五稜街1階 ☎55-3600

## アンティークな空間で味わう夏の甘味

茶房ひし伊



大正10年建造の土蔵を改造した「茶房ひし伊」は、アンティークな空間とゆったりとした雰囲気魅力。店内は、洋アンティークな1階と和骨董などの座敷で靴を脱いでくつろげる2階があり、どちらも風情を感じながら夏のひと時を過ごすことができます。ティータイムにおすすめの「クリームあんみつと抹茶のセット」(860円、あんみつのみ710円)は、手作りの寒天と黒蜜が幅広い層に人気。フルーツや小倉あん、アイスクリームも入って、和洋の甘味を楽しめます。そのほか、「あずき白玉パフェ」や「パフェッセン珈琲ゼリー入り」(各810円)など、パフェも充実。



営業時間は午前10時～午後6時。無休。駐車場有。  
●宝来町9-4 ☎27-3300

## 夏野菜がたっぷり

ブアノーレジャー



本町にある「ブアノーレジャー」は、身近な食材を美味しく提供してくれる人気の店。同店では、旬の野菜をふんだんに使った「夏野菜と小えびのパスタ」(サラダ、スープ、ドリンク付き1250円)をランチタイムに味わえます。3種類の北海道産小麦で作られる生パスタを、ズッキーニやパプリカ、アスパラ、ナスなど、夏野菜たっぷりのトマトソースでいただく逸品。使われる野菜はその日の仕入れによって変わります。店内のカジュアルな雰囲気も魅力。野菜の水分だけで煮込むカレーもおすすめ。



営業時間は午前11時30分～午後3時(LO)、午後5時30分～午後9時(LO)。毎週月曜日定休。日曜日はランチタイムのみ営業(LO/午後2時)。  
●本町31-10 ☎54-8899

## 旬のイカの薄造りが楽しめます

旬味 鹿六



本町・丸井今井函館店の裏手にある「旬味 鹿六」は、昼はランチスポットとして、夜は和食を中心に、気の利いたメニューを味わえるお店として評判の1軒。同店では夏が旬のスルメイカを、香ばしい焼き目を付け、薄造りにした「イカの叩き」(1026円)で楽しめます。盛りつけた皿が透けて見えるほど薄切ったイカの身は、素材の甘みが最大限に引き出されているのが特徴。これを柑橘の風味爽やかな自家製のポン酢で楽しむ同店の1番人気メニューです。夜のメニューですがランチタイムもオーダー可。営業時間は午前11時30分～午後2時(LO)、午後5時～午後10時30分(LO)。毎週日曜日定休(月曜日が祝日の場合は営業、翌日休)。



●本町31-8 ☎33-4488

## 素材の味で楽しむ夏のピッツァ

トラットリア ピアッティ



富岡3丁目・赤川通沿い、メガネのワコー赤川店向かいにある「ピアッティ」は、本格的なイタリアンをカジュアルに楽しめる人気店です。この夏のオススメは「生ハム・とうもろこし・ルッコラのピッツァ」(1480円)。クリームソースとチーズをベースに、生ハムの旨味を伴った塩味、旬のとうもろこしの優しい甘み、豊かな風味とピリッとした刺激がアクセントになる肉厚な葉のルッコラをたっぷり乗せた一品です。クリスピーとモチモチの中間に仕上げたピザ生地



との相性も◎。単品もいいですが、ピッツァ中心のお得なコースもあるので、そちらもぜひ。営業時間は午前11時30分～午後3時、午後6時～午後11時。毎週火曜日、毎月第1月曜日定休。  
●富岡3-23-22 ☎40-6866

### 日本ギフト大賞に選ばれた特別な贈り物 能戸フーズ

本当に良いものを贈りたい…。数多くのギフト商品があふれる中、こんな声に後押しされて「日本ギフト大賞」は誕生しました。

多くの著名人や有識者らで構成される審査員が「北海道賞」に選んだのは、南茅部地区尾布町の「能戸フーズ」が作り上げた「天然がこめ昆布」でした。

この商品は、南茅部地区で採れる天然がこめ昆布と、道産の丸大豆や小麦を使って、最も昆布の味が芳醇に感じられるよう、塩分を微細に調



●尾札部町784  
●ご注文・お問い合わせ  
お客様ダイヤル  
033211  
通販サイト「昆布村」  
http://www.konbumura.co.jp



味と健康効果を両立させた、北海道一のギフトをぜひ！

### 手作り料理とワインを愉しむ 素敵なひと時を… ～プロ編～

#### イカと焼き野菜のマリネ

今回からこのコーナーでは、ご自宅で気軽にワインを味わいながら楽しめる料理レシピを紹介します。さて、いよいよ夏ですね。ご家庭の冷蔵庫にある一般的な食材を使って、彩りも鮮やかでさっぱりとした味わいのマリネを作ってみませんか？ 素敵な料理とワインを開いて素敵な夏のひと時を…。

#### 【材料】4人前

- イカ(ツボ抜き・大)…1杯
- なす…1本 ●トマト…1個
- ジャガイモ…1個 ●パプリカ…1/2個
- バジル…10枚 ●にんにく…1片
- 砂糖…小さじ1 ●塩・コショウ…適量
- 白ワインビネガー…大さじ2
- オリーブオイル…適量

#### ワインアドバイザーが選ぶ この料理に合う1本

ソアーヴェ ¥1,717

ヴェネト州で造られるイタリアを代表するワインのひとつ。白い花や柑橘系のフレッシュなアロマが印象的。フルーティな味わいの中に、ナッツのような風味としっかりとした酸があるので、魚介類のマリネなどの相性が抜群です！



**地酒・ワイン屋 みのや**  
日本ソムリエ協会認定ワインアドバイザーの資格を取得するスタッフがいます。  
10:00～20:00、水曜休、P有  
●昭和1-26-23、0343-0020  
ワインアドバイザー・本林 万里子さん

#### 【作り方】

- ①イカとなすは1cmの輪切り、パプリカは乱切りにして、トマトはひと口大の乱切りに、ジャガイモは皮付きのままよく洗い、厚さ1cmの輪切りにする。
- ②フライパンにオリーブオイルと潰したにんにくを弱火で熱し、オイルににんにくの香りを移したら弱火～中火にしてジャガイモに火を通す。
- ③ジャガイモにまだ芯が少し残っているところでオイルを足し、なす、パプリカも入れて火を通し、焼き色をしっかりとつける。
- ④ジャガイモ、なす、パプリカを片側に寄せ、空いた所でイカをさっと炒め全体に少し強めに塩・コショウをする。
- ⑤トマト、砂糖、白ワインビネガーを入れてひと混ぜし、火を止めバジルを入れてざっくり味をみて調整する。

※すぐ食べてもいいが、冷蔵庫で味をなじませてから食べた方がより美味しいです。

#### レシピ提供/湯澤 香名美 (ハーブ教室主宰)

市内西旭岡でハーブ教室「Sweet as a Rose」(スイート・アズ・ア・ローズ、0350-2101)を主宰。手が込んでいるような料理を一般的な食材を使って気軽に作る料理やハーブティーなどが好評で、受講生も多数。受講生は随時募集中(女性のみ)。



### 介護高齢者が安心して暮らせる住まい



「エテルナ函館石川」 一人暮らし高齢者が石川町は、介護高齢者が永く暮らせる理想の住環境と、1人ひとりに合わせた介護サービスの質にこだわった安心と快適な暮らしを実現させたいという思いで、夜間も介護職員が常駐し、予測できない体調の変化などに対応します。その人に合わせた介護サービスを受けながら、個人のプライバシーを最大限に尊重した居住環境を確保しているの、在宅での介護生活を希望する人の理想の住まいとなりました。

●石川町457・4 (石川) ショッピングタウン内・コープさっぽろ石川店隣  
入居担当/佐々木

### エテルナ函館石川

店舗、整形外科、眼科などの診療所や雑貨店などが隣接し、利便性が高く賑わいのある場所です。敷地内の各施設には、歩行者や車イスでも利用できます。

### 道南イベントガイド

掲載内容は天候など諸事情により変更になる場合があります。詳細は各問い合わせ先までお問い合わせください。

- 蝶博 ～ 井本暢正コレクション展**  
7月2日(土)～8月21日(日) 午前9時～午後5時  
日本の蝶全種類と、海外の彩鮮やかな蝶の標本を展示。7月22日から生体展示有(予定) 入場無料 場・間/七飯町歴史館 0366-2181
- 青函交流 シャンソンフェスティバル 函館/パリ祭**  
7月10日(日) 午後3時30分開場、午後4時開演  
場/金森赤レンガ倉庫金森ホール 入場料1000円(1ドリンク付き) 主催/長谷川典子 シャンソン教室 間/090-1523-5550(梅木)
- 第14回 大門ジャズフェスティバル**  
7月16日(土)、17日(日) 正午～出/かれいどすけ～ぶ(東京)、Jazzドラマー中村達也トリオ、高野正幹他 場/大門グリーンプラザ 入場無料 間/ジャズスポット リーフ 0327-4122

- 北海道新幹線開業記念**  
第20回 函館新聞社 函館港花火大会  
7月17日(日) 午後7時45分～ 場/豊川ふ頭～青函連絡船記念館摩周丸前岸壁 荒たの場合は翌18日に順延 間/函館新聞社 0340-5151
- 第107回 大沼湖水まつり&北海道新幹線開業記念「第1回千の風音楽祭in大沼」～イランカラブテ～**  
7月23日(土) 大沼湖水まつり、24日(日) 千の風音楽祭 場/大沼国定公園広場 間/七飯大沼国際観光コンベンション協会 0367-3020
- 第11回北斗市夏まつり**  
7月24日(日) 午前9時～午後9時30分 ステージイベント(清水良太郎、木下さんと「愛と哀しみの黒汁楽団」)他 場/上磯駅前・エイド03特設会場 間/北斗市商工会 0373-2408

### 青ほの目

ビートルズに夢中だった 入学が決まった高校は公立の普通高校だったので、そんなに怖そうな不良はいないだろう。32年前の春、僕はそんなふうに高を括って教室のドアを開けた。1人いた！ 自分の席で腕組みをして、じっと黒板の方を睨みつけている男は、服装が自由な高校なのに、この長い学生服を着て、髪はポマードで輝くりーゼントだった。青ほはそれほど高くないが、とにかく体格がいい。こういうヤツとはなるべく早く友達になったほうがいい。入学から1週間が過ぎる頃、僕達は何となく共通の話題がきっかけで親友になったその話題とは、「ビートルズ」。6月20日は「ビートルズ記念日」。昭和41年のその日、ビートルズが日本にやって来た。当時の僕はまだ1歳本として、僕達が5歳の時にビートルズは解散した。そんな世代の僕達だが、2人とも音楽に興味を持ち始めた頃からビートルズに夢中になった。▼学校のトイレで煙草を吸いながら、あるいは放課後にお互いの家で、ずっとビートルズについて語り合った。2人ともギターを弾いていたので、ビートルズの曲のフレーズを弾きあったりもした。親友はビートルズに関する知識が僕よりずっと豊富で、ギターのテクニックも僕よりずっと上だった。ビートルズを通じて僕は、親友から実に多くのことを学んだ。▼ビートルズのことを思う時に僕は、いまでも神様は本当にいるのだと考えてしまう。例えばパールの教会でジョンとポールという2つの才能が出会ったというところ。右側でジョンが歌い、左側でポールとジョンが一本のマイクを挟んでコーラスをするという、あまりにカッコいいステージが出来上がったというところ。▼遊び心あふれるようなレコードの作り方も素敵で、レコードなのにワン・ワン、スリー・フォーというカウントではじまる「アイソ・ハースタン・ディンクゼア」や、クラブ(手拍子)が入る、抱きしめたい「なんかは、めっちゃめちゃカッコいい」。▼50歳になったいまも自分の部屋や車の中でたまにビートルズを聴く。本当にいい音楽はいつまでも色褪せないと感じる。もちろん、高時代の親友との思い出も色褪せない。神様、本当にいるならお願いします。20歳の時に来音不通になった親友ともう一度だけ、酒を飲みながらひと晩じゅうビートルズの話をしてください。(慎)

### ビートルズに夢中だった

シンプルな旨みに感じる中華の深遠

中国料理 東春



創業44年、大門から本町に移転して8年。今や函館中華料理の代名詞的存在の「東春」ですが、個人的なオススメは「あんかけ焼そば」です。

五目、カニとあの中「エビあんかけ焼そば」(886円)。シンプルでありながらストレートな旨みを感じさせる。鶏ガラベースの塩あんかけには、絶妙な火の通し方でプリプリに仕上がるエビがたっぷり入ります。これに、たっぷりの酢をかけて食べるのが暑い季節のオススメ。酢は「まじかよ」というレベルの量でも大丈夫。さっぱりした旨みが際立ち、夏バテなんてどこへやら。中華の深さを教えてくれる名店へぜひ。午前11時～午後3時、午後5時～午後10時。毎週月曜日定休(月曜日が祝日の場合は翌火曜日休)。



●本町22-4  
☎31-3666

(BP)記者のパン道

虜になるクロワッサン

パティスリー アキラ



吟味された素材を使ったフランス菓子を中心に、生菓子や焼き菓子にも定評がある『パティスリー アキラ』ですが、今回紹介する「クロワッサン」(180円)も絶品です! 特殊な発酵方法で作られているため、一般的なクロワッサンとはひと味違う仕上がりがですが、ひと口食べたらこのクロワッサンの虜になるはず。発酵バター風味も豊かで、外はサクサク中はしっとり。一気に2つは、余裕で食べられます。味の変化を楽しみたいなら、スクランブルエッグなどを挟んで少し温めてお召し上がり。焼き上がりは正午。売り切れる場合が多いので、前日までの予約が確実です。営業時間は午前10時30分～午後7時。毎週月曜日定休。駐車場有。



●時任町34-23 ☎51-1187

サマーセールが7月1日から! ティーオーデパート1階 アクセサリーコーナー

トレンドアクセサリーがそろそろ「ティーオーデパート1階アクセサリーコーナー」では、全品20%オフとなる「サマーセール」を7月1日(金)から15日(金)まで開催します。



さらに期間中は1000円購入ごとに、7月16日から抽選できる「ラッキーチケット」を1枚プレゼント。アクセサリーコーナーで使える商品券が最大5000円相当たるチャンスがあります。普段使いはもちろんイベントに合わせて、友人とおそろいコーデインナーもオススメです。

営業時間は午前10時～午後9時。駐車場有。  
●梁川町10-25  
ティーオーデパート1階  
アクセサリーコーナー  
☎3200001(代表)

地元企業で安心リフォーム

創業91年という長年の実績と知識にもとづいた信頼の技術で広く支持される、テレビCMでもおなじみの



after

「小野寺住設建設部は、水まわりなどの小さな工事から、家まるごとリフォームまでまかせられる地元企業です。日常生活で小さな不満はありませんか? 小野寺住設は、生活のちょっとした課題をリーズナブルな価格で的確に改善して暮らしの質を上げてくれます。手軽にしっかりと取り付けられる「トイレ手すり取替」は7000円。そのほか、気分を一新できるお部屋の「クロス張替えは平米あたり700円、冷気の流れ込みを劇的に少なくできる「窓サッシ交換」は普通窓なら8000円から対応できます。以上は一例ですが、少しでも気になる部分がある

れば一度ご相談を。そのほか、介護リフォームの介護保険や助成金の申請も代行してくれるので、さらにお得な価格になる可能性もあるほか、低金利ローンも用意しています。まずは無料のお見積りを。営業時間は午前7時～午後10時。年中無休。建築業許可北海道知事許可(般20) 渡第2426号 建築士事務所登録北海道知事許可(発)1033(本社) ●美原1-22-9(本支) ●フリーダイヤル 0120-7501750

小野寺住設建設部

術後のナチュラルバスターケア&医療用ウィッグ

株式会社バサージュ

「株式会社バサージュ」の「アピアランスサロン」は、下着デザインナーのコレクションにより設計・製造され、安全性が証明されている上に体に負担のかからないデザインも特徴。乳がん術後で自分に合う下着が見つけられない人や美しく矯正できる製品をお探しの方はもちろん、下着選びについてなどお気軽にご相談を。



「美容室バサージュ」では、セミオーダーの医療用ウィッグを取り扱っており、専門知識と技術を持ち

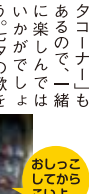


美美容師が1人ひとりに合わせてカットし制作しています。また、国内の卸会社から直接仕入れを行っていることで、高品質なウィッグのコストダウンを実現。主に取り扱っている人毛ウィッグと人毛&化繊ミックスウィッグは、人工皮膚を使用しているので自然な印象。さらに、術前、術後のヘアケアや自宅デビューまでをサポートします。個室有。電話受付時間は午前10時～午後6時。駐車場有。  
アピアランスサロン  
●田家町12-16  
美美容室バサージュ  
●石川町350-21  
☎予約・相談 46-8026  
http://www.passage1987.net

「こどもく」に夏祭り開催中!

函館公園こどもく

「函館公園こどもく」では6月15日から9月15日まで、お祭りコーナーを用意。ヨーヨー釣り、わなげ、かたぬきがあり、こどもくへの切符1枚で3つとも体験できちゃいます。スタンプが浴衣やハッピを着てお祭りモード満点! とは、スタンプの音など。



また、七夕までの期間は書いた願い事を飾れる「七夕」もあるなど楽しい企画が盛りだくさんで目が離せません! この春、新幹線はやぶさ号が新しく登場し人気急上昇中。この時期には欠かせない「おはげのくに」にチャレンジしてみよう! 可愛い動物達と出会う動物園。知識が広がる博物館。

●青柳町17-4  
☎22-50039

いまだに贅沢だと思っている

今では当たり前となったセットメニュー。「ラーメン&チャーハン」「そば&丼もの」「カレーライス&ラーメン」「カレーライス&そば」。種類は、何でも合います。ご飯もの同士では「カレーライス&牛丼」。子供の頃、家で出前を注文する時、もしくはたま〜に行った外食の時、二者択一、またはそれ以上の選択に悩み、悩みに悩み過ぎて本当に自分の食べたいものを見失ってしまい、さらに料理が出てくると、他の人が注文したものがスゴク旨そうに見える、なんでこれを注文しちゃったんだろう...と、何ともやるせない気持ちになったことを思い出します。せめて2つ同時に注文できたらなあ〜と、贅沢過ぎて叶わぬ夢を妄想してしまいましたが、今まで生きてきて何十回とありました。単品で「最高」なものが組み合わさると「最強」になります。別に、ミックスしたわけではありません。ただ、好きなものを同時に食べたいだけ。しかし、たったコレだけのことが、どれほど幸せな気持ちにさせてくれるのでしょうか。音楽の世界での夢の共演というやつも、同じ気持ちにさせてくれます。が、是非でも見たい夢の共演って、今は思いつきません。単品で最高のものがない、ということなのでしょうか...

今月のオススメ1枚目は、UA「JaPo」。90年代後半「情熱」や「悲しみジョニー」などでチャートを賑わした個性的で中性的で、野性的な女性ヴォーカリスト「UA」(ウーア)。約7年ぶりの新作で、タイトルは「ヤボ」。jaはアイヌ語で陸、poは子を表し、反原発、食の安全を訴えているUA。俗っぽい意味ではない人間愛に満ちた歌です。全10曲。

もう1枚は、手嶌葵「Aoi Works〜best collection 2011-2016〜」。2005年にスタジオジブリのアニメ映画「ゲド戦記」の主題歌に抜擢され、主人公の声優も務めた彼女は、悪いものを浄化してくれるような崇高な、でも気さくな優しさを持っています。これまで、ドラマやCMで起用された楽曲を集めた全17曲+ライブ2曲。月9のあの曲「明日への手紙」も収録。



UA「JaPo」(3240円)



手嶌葵「Aoi Works〜best collection 2011-2016〜」(3240円)



【筆者】  
白井和也店長  
玉光堂五稜郭店  
●本町17-2  
☎32-8525



〜シェフからシェフへ〜 美食の輪・2016  
北ガスッキングングススクールでは7月28日(木)午前10時から午後1時に「シェフからシェフへ」美食の輪・2016(第1回)を開催します。内容は、帆立と夏野菜のチリソース(実習)、がごめ昆布のせとろみ冷やしラーメン(実習)、はちみつレモンゼリーのせとろみプリン(実演のみ)。

北ガスッキングングススクール 定員は12人。受講料は3000円。講師は函館国際ホテル総料理長の木村史郎さん。会場は北ガス図書館支店1階のクッキングスペース。申込締切は7月5日(火)。申し込みは電話で受付。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いたします。

ランチメニューがリニューアル! 函館鳥屋書店レストランFUSU  
「函館鳥屋書店レストランFUSU(フースー)」は、5月よりランチメニューをリニューアル。新しくなった薬膳テイストの料理などはもう味わいましたか? 「選べるランチプレート」のメイン料理は8種類あり1080円〜(千150円)。



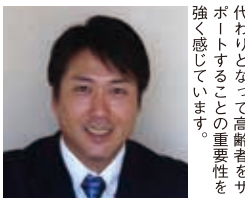
大盛にできます。お惣菜2品、本日のデザート、ドリンクがセットになって、それぞれ好きなものを選べるのがポイント。2種のゴマのポークカツレツ(II号)も、1080円は、オーブンで焼き上げることで油を抑制し、ゴマの香ばしさを際立たせた一品。

ランチタイムは午前11時〜午後3時(L.O)。ただし土・日曜日、祝日は午後2時30分(L.O)。ランチタイムは個室のみ予約可能。キッズメニューやメキシコのピザ「ゲササイダー」などもあります。アルコール類の提供は午後6時〜。現在、会計時に「言いはずと見た」で10%OFF(他クーポンとの併用不可。7



夏休み自由研究・親子でキャンドル作り&料理教室  
北ガスッキングングススクールの8月のテーマは「夏休み自由研究・親子でキャンドル作り&料理教室」。8月9日(火)午前10時から午後1時に開催します。内容は、ふわとろオムライス、のびのび野菜ジュース、白玉とアイスクリームの水あそび。対象は小学生のお子さまと保護者の2人1組。定員は6組(12人)。受講料は10000円。講師は輪島美穂先生。会場は北ガス図書館支店1階のクッキングスペース。お子さま用の上履きをご持参ください。申込締切は7月5日(火)。申し込みは電話で受付。応募多数の場合は抽選とさせていただきます。

北ガスッキングングススクール いただきます。締切後、詳細のご案内を送付いたします。受付は月〜金曜日の午前9時〜午後5時。キャンセルは3日前まで(3日を過ぎるとキャンセル料がかかります)。



1周年を迎えて  
道南で唯一、家族の代わりとなって身元保証を引き受ける事業を始めた「スタートライフ」は設立1周年を迎えました。近年、急激に増加している孤独死を防止したいという目的で設立した法人ですが、行政や医療機関からの相談や紹介が多かったことから、家族の代わりとなることの高齢者をサポートすることの重要性を強く感じています。

高齡化や核家族化に伴い、孤立してしまう人は増え続けています。それでも、病院や施設などで求められる身元保証。血縁者がいない場合、責任もリスクも増えるという目的で設立した「スタートライフ」は営利を目的としない一般社団法人です。より理解者として不安を少しでも軽減できるよう、これからも活動を続けてゆきます。

ひとりでは頼むことが難しくなります。万が一の時に安心して考えることは大切なこと。問題点があれば解決策を見出すことで、充実した人生を過ごすべく、準備とります。本来は身近に頼れる家族が

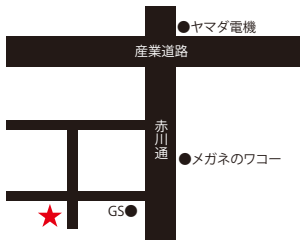
一般社団法人スタートライフ  
族がいることが大事なことです。が、孤立した場合でも安心して過ごしてほしい、人生を笑顔で仕上げたいという願いを込めて設立した「スタートライフ」は営利を目的としない一般社団法人です。より理解者として不安を少しでも軽減できるよう、これからも活動を続けてゆきます。

ひとりで悩まず、お気軽にご相談ください。プロにご相談することもたくさんあります。契約までの費用は無料です。面談は自宅まで訪問可能。ホームページは「函館スタートライフ」で検索を。

●山の手2・44  
83・2312



卒業式の  
年々人気の  
高まる袴姿。  
140セン  
チから対応  
できるジュニ  
アサイズの  
袴も豊富に  
そろえる市  
内富岡町の『フォトスタジ  
オいわなみ』では、「華美に  
ならないように」との学校  
からの指導に沿った衣装  
選び、ヘアメイクの相談も  
多く受けています。また、  
普段着慣れない袴を着用  
するため、車の乗り降りや  
お手洗いで気をつけるこ  
となど、式当日に困らない  
振舞い方の指導もしてい  
ます。同店のレンタルプラ  
ンは衣装選びから着付け、  
ヘアメイク、返却までフル  
サポートで、写真撮影も別  
途承っており、後撮りとの



●ヤマダ電機  
産業道路  
赤川通  
●メガネのフコー  
GS  
●富岡町3・28・12  
848500  
●富岡町3・28・12  
848500

きには希望すれば華やか  
なヘアメイクにも対応。来  
年春の予約もすでにス  
タートしています。衣装  
は、店主が年に数回京都ま  
で足を運び、直接手にと  
りて品質、デザインを吟味  
選りすぐって仕入れてい  
るのが特徴です。見学、試  
着は随時受け付け中です  
が、混み合つので事前予約  
がおすすめ。平日の夕方も  
対応してくれま。営業時  
間は午前10時〜午後7時。  
電話 848500

私の自分史3  
行政書士の松田です。  
今年も後半戦を迎えよう  
としてます。  
どうしてこんなに時間が  
経つのが速いのだろうか  
常々思っています。  
幼少の頃、毎日どんな時間  
の過ごし方をしていたのだ  
ろうかと思ひ返すのですが  
それがなかなか蘇ってきま  
せん。  
小学校の頃は、毎日早朝に  
起床して少年野球の朝練習  
学校が終わってからも少年  
野球の練習の印象が強く  
残っています。  
先日、突然当時のコーチが  
事務所にお見えになりました  
た。よく覚えていて下さった  
ものだと感激したと同時に  
当時にタイムスリップした  
感じがさすられました。  
コーチから「随分歳をとっ  
たね」と言われましたが、  
「コーチも私に輪をかけて歳  
をとりましたね」などと束  
の間のほっとしたひととき  
を過ごすことが出来まし  
た。  
あの頃、公園で野球をし  
場外へボールが飛んでゆく

と、1個のボールがチームに  
とって大切な財産でしたか  
ら、練習をそつちのけにして  
ボールを探しに行きました。  
道路は砂利道が多かつた  
ので、道路の深い凹みにボ  
ールが転がり佇んでいるの  
を見つけると手柄を取ったよ  
うに意気揚々とグラウンド  
へ戻ってゆくのでした。  
野球が終わると遊具で遊  
んだり鬼ごっこをしたりと  
夕方までの時間をフルに活  
用し、ドロドロになるまで動  
き回っていました。  
その遊びの中で、隠れ鬼や  
缶蹴りでは隠れることが重  
要でしたから、いかに見つ  
かない場所を探し出すかあ  
るいは、隠れ場所が無ければ  
け出すに身を隠す方法を見  
つけたかに気持ちに向いて  
いたように思います。  
当然、危険を伴つことも  
あるのですが、何故か危険で  
あることを察知できたよう  
に思えます。察知できる前提  
として、近所の大人から叱  
られ怒鳴られて身についた  
のかも知れません。近所の大  
人が叱り怒鳴ることの意味  
として、好き嫌いはなく命  
に関わるような理由からだと  
いう大きな理由からだと  
たと思えます。それくらい  
「愛があったのです」  
その中で成長させられた  
この実感をコーチとの会  
話から想い出させていただ  
きました。「コーチにはこれか  
らもう元気で過ぎて欲しい  
と願うばかりです」

心への代書屋  
松田聡がズバリ！  
マズ本気  
本気と書いてマズ  
困りごと、悩みごと  
各種相談  
60分3,240円〜  
電話でご予約下さい  
行政書士 松田聡 事務所  
函館市神山245-21 ☎33-4675

(まい)記者の WAKUWAKUセレクション

### 函館のおいしい肉が大集合！ 肉フェスタ 2016

『肉フェスタ』が7月9日(土)と10日(日)の2日間、港町・津軽海峡フェリー隣の特設会場で開かれます。年に1度の中古車の祭典「オールディーラー大中古車博」と同会場でのイベント。昨年も大人気だった「炭火焼肉 泉味亭」「和風とんかつ専門店 とん悦」「焼肉物語 牛若」をはじめ、初出店の「ジョニーの手羽先」「スモークBAR EN」、コラボ組の「どどり鶏&スター飯店」など、厳選された飲食店10店(予定)が絶品の肉料理を500円〜700円で特別提供(ただしサイドメニューは除く)。「肉」好きにはたまらない、肉汁が溢れ出す2日間となるのでお見逃しなく。開催時間は両日とも午前11時〜午後4時。イベントに関するお問い合わせは、一般社団法人日本自動車販売協会連合会函館支部 ☎49-6106まで。

269

HAKODATE OHMURA  
Healness & Wealness  
医療法人社団健和会 函館おおむら整形外科病院  
●石川町125-1 ☎47-3232 http://www.ohmura.or.jp/

平成27年7月に「訪  
問リハビリテーション  
ンおおむら」が開設さ  
れ、早1年がたとうと  
しております。  
「訪問リハビリテー  
ション」では、医師の  
指示のもと利用者様のご自宅に  
お伺いし、普段の生活環境の中で  
困っていることを減らすお手伝  
いをさせて  
いただいで  
います。身  
体機能の向  
上、日常生  
活で行えることを増やし、ご自身  
でより自立した生活を取り戻す  
ことで、ご家族の介護負担軽減  
や、家庭や社会への参加を行える  
ようにすることを目的としてい  
ます。  
では、どのような方が対象にな  
るかと言いますと、1人暮らしで  
通院が困難な方や在宅生活に多  
くの介助を必要としている方、何  
らかの理由によりデイサービス  
やデイケアの利用が困難な方で、  
可能な限り自宅での生活を長く  
続けるため、そして自分らしい生  
活を続けていただくため、医師や  
ケアマネージャーと連携を図りな  
がら介護保険サービスを提供し  
ます。  
訪問リハビリテーションではど  
のようなことを行うのかとい  
ますと、例えばベッドからの起き  
上がりや移動が困難な方、歩  
きにくい移動が困難な方、歩  
きに不安があったり大変な方  
に、関節の曲げ伸ばしや筋力ト  
レーニングを行いながら運動を  
行うことで、今までできなかった  
ことをご自身でできるよう  
にリハビリしてゆきます。また、身の  
回りのことが大変な方、例えばト  
イレや着替  
えに手伝い  
を必要とし  
ている方に  
対し、普段の  
環境での練習や安全に行うため  
の方法をアドバイスして、ご自身  
で行えるように支援してゆきま  
す。  
ケガや病気などで外出される  
ことが少なくなっている方、趣味  
を行いたいけどできなくなっ  
てきた方など、何か悩みや不安に  
思っていることがあれば気軽に  
ご相談ください。

訪問リハビリテーションについて  
理学療法士 横川 登俊  
を必要とし  
ている方に  
対し、普段の  
環境での練習や安全に行うため  
の方法をアドバイスして、ご自身  
で行えるように支援してゆきま  
す。

### いい店食べ歩き

辺見旅館  
問い合わせ時間  
9:00~15:30  
無休 P有  
●若松町4-6 ☎23-2709

創業昭和34年、2代目女将の長谷川千鶴子さんが経営する『辺見旅館』は昭和の面影を残す純和風旅館。創業当時の木造建築の風情を残しつつリフォームされたモダンな館内は、日常から離れてくつろげる空間となっています。  
旅館なので宿泊が基本ですが、もてなしの心溢れる、道南ならではの食材を活かした料理が評判で、食事だけでも『辺見旅館』で味わいたいとの問い合わせが多いため、前もって予約をすると食事だけの利用でも可能。ほかにも、毎週水・金曜日は「和食ランチ」(750円、正午〜午後2時)の提供もしています。奥尻出身の女将が熟知する近海の海の幸を使った料理は高評を得ており、今が旬の真イカの料理は特に人気。朝食でのみ出される「イカ刺し」は、朝揚がりの活イカを最高の状態で味わうことができます。夕食として予約できる「会食コース」で楽しめる、茹でたての「活毛ガニ」や「いか飯」の美味しさは折り紙付き。奥尻のウニ漁が解禁となる7・8月は「塩水ウニ」がイチオシ。女性に人気の「きりたんぼ鍋」は契約農家から仕入れたなつぼしを使った手作りの逸品。目利きの女将が厳選した四季折々の食材を楽しめる料理自慢の宿での食事は、常連客に長く愛され続けています。  
宿泊は1泊2食付10584円。食事のみ利用は要予約。詳しくはお問い合わせください。

# 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またはEメールをお寄せいただく際には、事前に必ず電話でご確認ください。FAXまたはEメールのみでの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 TEL (0138) 27-9210 FAX (0138) 23-5699  
お問い合わせ [Eメール] aoi-post@aurora.ocn.ne.jp [担当/坂本]

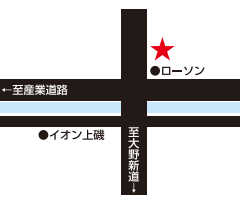
## 新店舗・リニューアル情報

### 和創菓ひとひら



9時～午後7時無休。駐車場有。  
西桔梗町85-1-13  
0138-66668

「ヨシダのお菓子」の呼び名で親しまれている株式会社吉田食品が西桔梗町に移転。その工場併設の直営店としてオープンしたのが「和創菓ひとひら」。生菓子からお遣い物まで、和・洋菓子を種類豊富にそろえています。カリッととした食感の「はんどくるへん」と、しっとりソフトな「ひとめぐりバウム」の2種類のバウムクーヘン(各バフサイズ648円)や、焼き立てのどら焼き(ひとあわせ)129円)などが人気。水ようかんや冷やして食べる生クリーム大福、かき氷など、夏のお菓子も登場しています。店内にはイトインスペースがあり、お茶とスイーツドリンクを無料サービスしているほか、「コーヒー」(2000円)なども用意。営業時間は午前



### 紙上通販

## 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**

## ひばの湯

天然ヒバ精油、ヒノキチオール、シソの葉エキス、天然乳化剤を原料にした乳白色の入浴液。お肌がすべすべになり、体がポカポカに温まります。

1000cc入り本、メーカー小売価格4320円を… **宅配料込4,350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)

予告 7月15日号 この夏行きたい、道南新スポット 7月29日号 夏休み特別企画 大人の自由研究  
発行元/株式会社青いぼすとHD 〒040-8605 北海道函館市弁天町2番3号 函館どつく株式会社内  
[総務・営業・通販・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 三熊 秀明  
Publisher Hideaki Mikuma  
編集長 青山 慎司  
Editor in chief Shinji Aoyama  
副編集長 平井 由佳  
Assistant editor Yuka Hirai  
ライター 花輪 志保里  
Reporter Shihori Hanawa  
品川 真一郎  
Shinichiro Shinagawa  
高松 郁子  
Ikuko Takamatsu  
坂本 麻衣  
Mai Sakamoto  
制作 武越 史幸  
DTP & WEB Fumiyuki Takekoshi  
通販事業 本間 尚子  
Mail order Naoko Honma

毎週マリンスポーツをやっている。夏場は顔が真っ黒で、ウェットスーツを着ているので首からは真っ白という状態。普段は別に何でもないが、温泉に行った時が何だかちょっと恥ずかしい感じがする。例えるなら色黒の人が白い服を着ているような…(笑)。(慎)

地域貢献のお手伝いでストレッチ&ヨガの講師をしています。まだまだ経験不足なので、不安もありましたが「うちの家系には教えるという遺伝子が組み込まれているから大丈夫!」という姉の一言で不安は吹き飛び、楽しんでます。私って単純。(BP)

先日、社内で仕事に(まい)記者がティッシュペーパーを片手に「動かないでください」と言いながら近づいて来ました。何事かと思ったら、頭に芋虫(?)が付いていました。いつから付けていたのか、どこから連れてきたのか不明。でも面白かったからよし!(七)

「出張行ったら走ろう!」と思うんです。でも、少し喉が痛いのだ、前の日飲み過ぎただの、まあまあ理由で走らない訳です。で、最終的な言い訳は「走る分の荷物を持って歩いているので、若干のトレーニングには…」の。何の足しにもならないのは承知しています。(SS)

暑い日の運転中は、信号で停車するときに影に入れたら1回復。日向だったら1ダメージという遊びをします(HP10からスタート)。車内は1人ですけど意外と盛り上がり。騙されたと思ってぜひ!ちなみに冬は日向で1回復という逆パターンがオススメ。(まい)

### 読者の声

#### 楽しみに読んでおります

郵便受箱に青いぼすとが入っている日は受け取った朝から夜遅くまで楽しみに読んでおります。私たちがのような高齢者になりましては色々な面で参考になることばかりが書かれております。特に食べ歩きが好きなので青いぼすとに載っている店

今回の特集では夏にピッタリな食べ物を集めてみました。暑さに負けずに食べ歩きを楽しんでみてはいかがですか?  
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。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。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。

#### もつと函館を知りたい

いつも青いぼすとをメールボックスに入れていただきありがとうございます。まだまだ函館は分からないお店ばかりです。毎回楽しみにしております。もつと函館を知りたいので情報をお待ちしています。

を参考にしているところが多いです。これからは高齢者の行きやすさをどのようにつけていくかを考えていきたいと思います。また、母の「特集」として、でもおもしろいそうでおしゃれなお店がたくさんありました。甘いものが大好きなので次回カフェ特集もとても楽しみにしています。

### お知らせ

平成28年度男女平等参画関係法律相談「無料法律相談」が8月5日に、平成28年度男女平等参画関係法律相談「無料法律相談」が8月5日午後1時30分～午後4時30分に函館市地域交流まちづくりセンターで行われます。

も役に立ちました。子供がいると毎週末、どこに連れて行くかと悩んでいるのでイベント紹介はなくてはならないものです。また「母の日」特集として、でもおもしろいそうでおしゃれなお店がたくさんありました。甘いものが大好きなので次回カフェ特集もとても楽しみにしています。

### プレゼント

5000円分の食事券を5名様にご紹介ください。今回の『いい店食べ歩き』コーナーで紹介した「辺見旅館」より、5000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、電話番号を明記の上、青いぼすとに送ってください。感想もたつぷりとお書きの上、

す。相談は1人30分。内容はドメスティック・パイルハラスメント、ストーカー、雇用など法律問題に関する事。相談員は函館弁護士会所属の伊藤詠子弁護士。電話予約制で先着6人。予約開始は7月5日(午前9時)午後5時、日曜日、祝日を除く。お問い合わせ・お申し込みは公益財団法人北海道女性協会 ☎011-251-6349まで。



### アルバイト募集

原則としてご自宅のご近所のエリアに週2回(火・金曜日)、1日2～3時間ほど、青いぼすとやチラシを配るお仕事です。収入は月額1～2万円(地域によって異なります)。

大縄町、新川町 港町2、3丁目  
日吉町1～3丁目  
本通1、2、4丁目  
昭和4丁目、湯浜町  
富岡町3丁目  
美原2丁目、亀田港町 山の手1～3丁目

株式会社青いぼすと HD ☎23-5688