

POST IN FREE PAPER SINCE 1991 青いほすと

発行元/株式会社青いほすと 発行人/加藤 進 編集人/青山 慎司
〒040-0063 函館市若松町30-21 [URL]aapos.jp [Eメール]info@aapos.jp
【電話】(0138)84-6816 【FAX】(0138)27-5001
ISSUE.G13 2017.5.30[tue] 毎月2回(中旬・月末)発行



B



A

魅惑の ひんやり おいしい 冷スイーツ

すっかり暖かくなりましたね。これから夏に向けて、やっぱり気になるのは冷たいスイーツです。今回は地元で評判の和洋冷スイーツを、本紙記者が徹底チェックしました。

A 東京・赤坂プリンスホテルのパティシエとして活躍してきた店主の輪島美成子さんが作るスイーツが評判のザ・ランド・オブ・ドリーミングでは、オープン以来人気の「気まぐれパフェ」(260円)が自慢の逸品。フレッシュフルーツ4〜5種類と駒ヶ岳牛乳を使ったソフトクリームとしてフレッシュな生クリームのコラボが絶品で、スイーツ好きならきつと大満足のパフェといえそう。5〜10月の期間限定メニューなので、ぜひこの機会にご利用を! 10時30分〜18時、土・日曜 祝日休。
●大縄町24・16
☎41・30006



D



C

D 昭和7年創業の老舗「珈琲焙煎工房 函館美鈴大門店」の「珈琲屋さんのコーヒーソフトクリーム」は、風味豊かなコーヒーが味の決め手。使用している美鈴オリジナルコーヒーは、ソフトクリームにもコーヒーの深い味わいが出るようブレンド。さらに、表面にコーヒーパウダーをトッピングすることで、よりコーヒー感がアップしています。甘みの中にあるほんのりとした苦味が絶妙なソフトクリームを、お試しあれ。あっさりとした味わいの音懐かしバナナソフトも好評。各400円。持ち帰り可。コーヒーソフトはイオン上磯店でも販売中。10時〜19時。無休。
●松風町7・1
☎23・7676

C ややこやのアイスクリーム 茶房 菊泉 大正10年築の伝統的な日本家屋で、おしるこやせんざいなどの和スイーツを楽しめる「菊泉」。オアシメのひんやりスイーツは「とうふ白玉パフェ」(単品680円・お茶セット780円)です。水を使わず白玉粉と豆腐で練り上げた豆腐白玉、ごまのアイスクリーム、甘さを控えたつぶあん、白玉、アイス、つぶあんをこまめに組み合わせながら食べると、このメニューの良さをじんわり感じられます。また、味と食感のアクセントになる、中に隠れた冷凍パイナップルも◎。ひんやりやさしい和スイーツをぜひ。営業時間は10時〜17時。水曜休(祝日の場合は営業)。
●元町14・5
☎22・0306

B 刺激的な冷たいデザート「アイスミルクアイス」 トップス ポップコーン 冷たいスイーツといえば「トップスポップコーン」の「アイスミルクアイス」(378円)。マイナス40度で保存され、アイスクリームの倍以上の冷たさのアイスミルクアイス。つぶつぶさらさら食感の不思議なアイス。定番の4種類と週替わりの2種類の中でも、小さく砕いたココアクッキーが入った「パナラオレオ」は人気。刺激的でクセになるこの味をぜひ! ソフトクリームの上にアイスミルクアイス(410円)もお見逃しなく。10時〜17時。日曜、祝日休。P有。
●宮前町23・2
☎76・8885



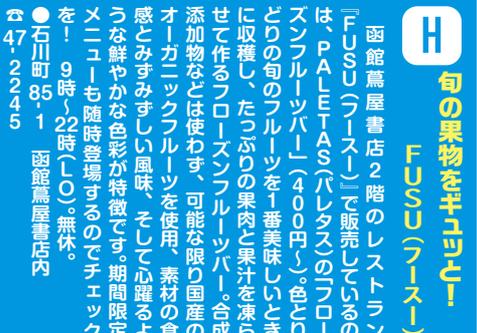
E



F



G



H



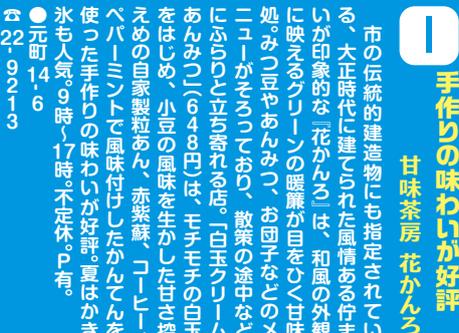
H



I



J



I

E 濃厚！メモロチはびら

プリエール

『プリエール』は、沖縄の米軍基地内で誕生したアイスクリーム専門店「プリエール」のアイスクリームを扱うお店。濃厚ながらも口溶けが良くさっぱりとした風味が特徴で、バナナやストロベリー、チーズケーキなどの定番から、紅いモヤ塩ちんすこうなど20種類ほどのバラエティ豊かなフレーバーを楽しめます。価格はシングル350円、小学生以下200円。ほかに「ヨーロッパフรายドポテト」が人気で、ティップはキャラメルなども有。Sサイズ400円、小学生以下200円。11時～23時。月曜休。

●湯浅町2-13
☎5505057

F 雪のようなかき氷

グラシエセシユエット!

アイスキャンディーの店「グラシエセ・シユエット」の「かき氷」は、薄く削った氷に空気が含まれていて、ふわふわとした雪のよう。人気の「苺ミルク」は写真、600円をほいしシロップは全6種類あり、どれもオリジナルのもの。姉妹店「シユエットカカオ」で使用しているケーキと同じ原材料から作る特別なシロップの味をお楽しみください。ほかにも、「アイスPOP」や「シヨコソソクリーム」などひんやりスイーツがそろった夏季限定ショップをお見逃しなく。10時～19時。毎週木曜日定休。駐車場有。

●五稜郭町7-8
☎329767

G ピカワの森アイス工房姉妹店

アンジェラートピカタ

新鮮な駒ヶ岳牛乳から作るジェラートなどを販売する「アンジェラートピカタ」店頭には20種類のジェラートから好きなものを選ぶのも楽しい。ひとつひとつでも甘すぎずスッパリした味わいなのが特徴で、毎年人気の和のフレーバーや新登場のラッシーベースのものにも注目。シングルサイズ350円、ダブルサイズ500円があり、それぞれジュニアサイズが今年から始まった移動販売にも注目。10時～17時。毎週火・水曜日定休。

●松川町40-16
TOSEIBLDOR階
(フイタル図書館函館店内)
☎406605

J 餡とクリームが溶け合ふ

菓子処 菓々子(かかし)

鍛冶1丁目にある「菓々子」は、丁寧に作られる和菓子が評判の1軒で大福などの餅菓子が人気。わたもち(1個140円)は、生クリームが入った餡を柔らかくなめらかな生地で包んだ自然解凍でいただく冷凍大福で、ひんやりとした食感と、餡の風味とクリームのコクが溶け合う美味しさを楽しめる逸品です。味は小倉餡と生クリームを使った「コマ」、香ばしいコマ餡を使った「コマ」、紅茶風味の餡が特徴的な「抹茶」、小倉餡に抹茶クリームを合わせた「抹茶」の4種類。溶け具合はお好みでどうぞ。8時～20時。日曜休。

●鍛冶1-33-2
☎535449

H 旬の果物をキユツト!

FUSU(フースー)

函館篇屋書店2階のレストラン「FUSU(フースー)」で販売しているのは、PALETAS(パレタス)の「フーズンフルーツバー」(400円)。色どりの旬のフルーツを1番美味しいときに収穫し、たつぶりの果肉と果汁を凍らせて作るフーズンフルーツバー。合成添加物などは使わず、可能な限り国産のオーガニックフルーツを使用、素材の食感とみずみずしい風味、そして心躍るような鮮やかな色彩が特徴です。期間限定メニューも随時登場するのでチェックを! 9時～22時(LO)。無休。

●石川町85-1 函館篇屋書店内
☎472245

I 手作りの味わいが好評

甘味茶房 花かんろ

市の伝統的建造物にも指定されている、大正時代に建てられた風情ある住まいが印象的な「花かんろ」は、和風の外観に映えるクリーンの暖簾が目目をひく甘味処。みつ豆やあんみつ、お団子などのメニューがそろっており、散策の途中などにふらりと立ち寄れる店。「白玉クリームあんみつ」(648円)は、モチモチの白玉をはじめ、小豆の風味を生かした甘さ控えめの自家製粒あん、赤紫蘇、コーヒ、ペパーミントで風味付けしたかんてんを使用した手作りの味わいが好評。夏はかき氷も人気。9時～17時。不定休。P有。

●元町14-6
☎229213

(SS)記者の麺道

しっかり旨い、それ以上に辛い!

ラーメン響本店



辛いラーメンが好きな僕が「ラーメン響」に登場した「響流タンメン」(800円)を見逃す訳にはいきません。メニューボードには「辛いのが苦手な方はご注意ください」と注意書きが踊り、

1段階100円で最大レベル3まで辛さを増すことができる一杯。まず激辛レベル1制覇を目論んだ訳ですが、これが一口目から容赦なし。食べると口の中のヒリヒリ感が限界へ近づきます。で、それを緩和させるべく煮玉子を一口「か、辛い...」。そう、激辛スープに浸っていた煮玉子は、いつの間にか激辛をまもっていたとき。しっかりした旨味も特徴の激辛麺、辛いのが好きな方はぜひ挑戦を。乃木店でも提供中。営業時間は午前11時~午後3時、午後5時~午後9時。無休。

●北浜町2-12
☎43-6699



来春入学の新1年生向けの学校見学会



道南で唯一の私立小学校「函館三育小学校」では、来春の新1年生および転入生(現3・5年生)に向けた学校見学会を開催します。

函館三育小学校



キリスト教教育を軸とする同校は、特徴的な学校運営を行っています。個性を伸ばし、きめ細やかな教師とのコミュニケーションを実現する「1学年8人の少人数制」。ネイティブスピーカーによる聞く力・話す力を身につける「1年生からはじめる」週3日の英語教育。放課後や夏休みなどの長期休暇中、学校内で安全に楽しめる環境をつくる「夜7時までの学童保育」など、長年の経験と創意工夫を基礎に、子ども達をしっかりと育てる体制を整えています。

同校学校見学会は、6月18日(日)午前10時~12時30分に実施します。

☎34-2115

家作りガイドブックを本紙読者17人にプレゼント

生きてゆくということ、丸善建設の久末守代表は、未来への希望と不安の両方があるものです。そして生きてゆく中の大きなイベントのひとつが、マイホームを建てるということ。家族が安心して楽しく暮らせるマイホームは未来への夢が広がります。さらに、無理のない予算でマイホームが建てられれば、無理のないローソンの返済計画により老後の不安も解消するのではないか? これからマイホームを建てようと思っただけで、人にぜひ読んでいただきたい1冊が、道南の上ノ国町に本社を持つ株式会社

丸善建設の久末守代表が、自費出版した「知らないで後悔する家作りの意所(II 写真)」です。

同社は昭和40年の創業以来、長持ちする家作りが評判の建設会社。同書は、住宅建築のプロである久末守がこれまでの経験から、適正価格で欠陥のない家を建てる方法が書かれたガイドブック。実際に読んだ読者からは「現場での経験が書かれていて参考になった」などという感想が寄せられています。

今回はこのガイドブックを本紙読者先着17人に無料で配布します(送料73円を負担)。送付先は「丸善建設」宛に送付してください。

●丸善建設 株式会社丸善建設
〒991-5404 山形県上ノ国町中須田1-1-1
☎011-341-1115

(BP)記者のパン道

甘みがあって香ばしい長時間パケット

手づくりパンの家ムックル



はちみつを練り込んだやさしい甘さの「角食」(1斤290円)が評判の「手づくりパンの家ムックル」では、この2月に登場した道産小麦100%

使用の「長時間パケット」(280円)が人気急上昇中! 20時間発酵させることにより甘みと香ばしさが引き立っているこのパケットは、外側はパリッと固めで中はしっとり。噛みしめるほどに広がる奥深い味わいや小麦の香りをそのまま楽しんだ後は、軽くトーストしてオリーブオイルと岩塩をかけて食べるのもおすすめです。長時間パケットの販売は土・日曜日、祝日限定(平日は2日前まで要予約)。営業時間は午前6時30分~午後5時30分。毎週火曜日休、毎月第3水曜日休。駐車場有。

●千代田町12-25
☎84-5758



洋裁教室生徒募集!

洋服のリフォーム・お直し・オーダーの「リフォーム松永」では、初心者から来た、タンズに販つている洋裁や和服をリメイクして、新しいアイテムに作り変えることもできます。もちろん、お子さんに手作りの洋服を作りたい人や子供服をリメイクしたい人も歓迎です。詳しくは、電話でお問い合わせください。

●川原町11-11
☎54-6396



ブラウスは和服をリメイク



6月1日に「省エネリフォーム相談会」

ほくでんエネ推進協力は、電化に関する豊富な知識と経験に基づいた的確なアドバイスをしてくれる専門店。小野寺機器では「省エネ生活家電相談会」を開催します。この相談会は、給湯器やエアコン等、省エネ機器の特徴や種類、選び方や節電方法など、数多くの省エネ家電への疑問をプロのアドバイザーが分かりやすく解説してくれます。また、体験できる各メーカーのIHクッキングヒーターを10台展示するので、実際に試し

ながら使い勝手を比較することが可能。さらに、省エネになるLED照明器具への取り換え相談なども受け付けるほか、日立製エアコンが44800円(取り付け工事費別・5台限定)など、特価品も取りそろえています。

相談会の開催日は6月1日(木) 午前10時~午後3時。開催場所は「ほくでんブリエ」千歳町25-15 北海道電力函館支店1階となつております。当日ご都合が悪い場合は、希望日に相談を受けられるので、お気軽にお問い合わせを。

●花園町28-3
「フリーダイヤル」
0120-0330-660

ほくでんブリエ



小野寺機器

白井店長の音楽ドラゴンゲート

あだ名で呼ぼう

あだ名で呼ばれている人って、ここ最近見ませんか。悲しいことに世の中では大人になると、あだ名で呼び合うことを快く思わないらしい。ミュージシャンや芸能人のように、本名は知らないけどあだ名はみんなが知ってる。そんなパターンの人、昔はけっこういました。ちょっと普通じゃない感じがなんかかっこいい。なにかと人間関係が難しい職場でも、お互いをあだ名で呼びあった方が距離が縮まっていいんじゃないかと思うんです。そう!

いまこそ「太陽にほえろ」ですよ。「山さん」「長さん」「ゴリさん」「殿下」「マカロニ」「ジーパン」「テキサス」「ボン」「スコッチ」「ロッキー」「スニーカー」「ドック」「ラガー」「ジブシー」「ボギー」とても刑事さんの呼び名ではないですが、なんか親しみ味がわきます。昼間から酔っばらっているような、しょうがないおじさんでも、周りの人から「けんちゃん」とか「しげちゃん」とか、ちゃんづけで呼ばれてたらなんか許しちゃうじゃないですか? なんかも可愛いじゃないですか? (そうでもない?)

今月のオススメ1枚目は、寺井尚子「ピアノラモール」。今年、没後25年となるアルゼンチンの作曲家でバンドネオン奏者アストル・ピアノラのことを「自分にとって最も重要な作曲家」と話すヴァイオリニスト寺井尚子が、満を持して発表するこの作品はピアノラの代表曲のほか、ベテランジャズピアニストの佐山雅弘や北島直樹による今作のためのオリジナル曲も収録した思い入れの強い作品。

もう1枚は、ダイアナ・クラール「ターン・アップ・ザ・クワイエット」。米ジャズ・ボーカル界の女王の最新作は、彼女を擁護したジャズ界の重鎮で名プロデューサーのトミー・リビューマが最後に手がけたトミーの遺作となる作品で、ダイアナ自身11年振りとなるジャズ・スタンダードアルバム。ダイアナのボーカルで味わうナット・キング・コールやフレッド・アステアなどのスタンダードナンバーは、まるでブランデーを飲んでいるような酔い心地になれます。ノンアル派にもぜひ。



寺井尚子
「ピアノラモール」
(3240円)



ダイアナ・クラール
「ターン・アップ・ザ・クワイエット」
(2808円)



【筆者】
白井和也店長
玉光堂棒二森屋店
●若松町17-12
棒二アネックス6階
☎23-3611



「自分の老後はどうなるんだろ?」と考えることはありませんか? 平均寿命が伸び、死亡率は低下。未婚や晩婚が増え、離婚率は上昇。子供がいない世帯も増えていきます。世帯の形が大きく変わる中、自らの老後をしっかりと考える必要があります。

道南に住む70代の男性は、兄弟とは疎遠で生涯未婚。年金で生活していましたが、去年、がんを患いました。入院するために保証人などが必要となりましたが、男性の助けを通じ、行政を通じて相談を受けた「スターライフ」が支援することとなり、男性は入院し手術を受けることができました。息を引き取りました。

火葬場には、男性の身内や知人がひとりも訪れませんでした。お骨を拾い納骨を終えた「スターライフ」代表の星さんは、「最近では誰にも骨を拾われないケースが度々ある」と話す。火葬場職員は「言葉を重く感じています」。

「死後の面倒をみる、転じて他人の後始末をする意味」

「死後の面倒をみる、転じて他人の後始末をする意味」

「死後の面倒をみる、転じて他人の後始末をする意味」

「骨を拾ってくれる人はいますか? 一般社団法人スターライフ」

「骨を拾う」という言葉があります。「天丈夫、骨は拾ってあげるから安心して」と言ってくれる人はいますか? 身内でも、近所の人などでも、周りの人との良い関係を築くことは、より良い人生の築きかけとなります。

「スターライフ」は、一般社団法人「スターライフ」は、頼れる身寄りがない人を支援しています。ひとりでの不安を抱える方も、まずは相談してみませんか? 契約までの費用は無料。面談は自宅まで訪問可能です。ホームページは「函館スターライフ」で検索を。

「山の手」2,444円
「23」2,312円

「青ば見たで焼きたてポテト! テイクアウトピザ500(こーまる)」

毎日店内でしっかり発酵させてつくり上げる生地は、表面はパリッと中はもちりした食感で、良い香りや芳醇な旨味が特徴。そして、ヨーロッパ産ナチュラルチーズを数種類ブレンドした「500(こーまる)」オリジナルのチーズをたっぷり乗せるのも人気のポイント。豊かなコクのあるチーズは、美味しさのほかに疲労回復や美肌も期待できる健康食品でもあります。

同店のメニューは、どれもこだわりの生地とたっぷりのチーズが使われています。お得な価格で美味さと健康

●新川町11-11
☎23-5811

お陰さまで9周年



「放課後等デイサービスボラリスひろば」



「処方箋(せん)がなくて「医療用医薬品」が買えない形勢の薬局」が買える珍しい形勢の薬局が、さみ園薬局。まだまだ浸透していない形勢なので「病院の薬を直接買えるなんて大丈夫なの？」と疑問に思っている方もいらっしゃる。薬といってもドラッグストアなどで購入できる「一般用医薬品」と、病院や医院などで医師が処方する「医療用医薬品」があります。この「医療用医薬品」のうち半分ほどは「処方箋医薬品」と呼ばれ、医師からの処方が必要ですが、ほかは処方箋なしで買える薬となつています。この処方箋なしで買える薬と「一般用医薬品」が同薬局では購入することができます。もちろん処方

処方箋(せん)がなくて「医療用医薬品」が買えない形勢の薬局が、さみ園薬局。まだまだ浸透していない形勢なので「病院の薬を直接買えるなんて大丈夫なの？」と疑問に思っている方もいらっしゃる。薬といってもドラッグストアなどで購入できる「一般用医薬品」と、病院や医院などで医師が処方する「医療用医薬品」があります。この「医療用医薬品」のうち半分ほどは「処方箋医薬品」と呼ばれ、医師からの処方が必要ですが、ほかは処方箋なしで買える薬となつています。この処方箋なしで買える薬と「一般用医薬品」が同薬局では購入することができます。もちろん処方

方箋があれば「処方箋医薬品」にも対応。営業時間が午後8時までと仕事帰りにも利用しやすい点や、休日を利用してやる点もポイント。また、日頃の通院時間に負担を感じていた人ももちろん、付き添う家族にも「負担が減って良かった」と好評だそう。相談が多いのは、鎮痛剤、湿布薬、軟膏、目薬、保湿剤、下剤、痔薬、水虫薬、ピオチン(ピタミンH)についてなど。気になる症状がある人は気軽に相談してみてください。

同薬局は入会金(500円)と年会費(1000円)の1500円がかりです。6月末日までの入会で500円引きとなるキャンペーン実施中とのこと。「青いす」と見たよ」1000円引きとなりますのでお見逃しなく！

営業時間は、正午～午後8時。毎週木曜日定休。駐車場有。LINE(左記)でも対応しています。

①kesumi.ne.jp
●柏木町10-6
☎51,3700
ホームページは「かすみ園薬局」で検索

オープンイベント実施中！
かすみ園薬局

いい店食べ歩き

熊貓社中 洋食キッチンSato
11:30~14:30 (LO/14:00)
18:00~21:30 (LO/20:30)
木曜休 P有
●山の手2-9-22
☎080-6060-7193
☆
函館白百合学園 中学校・高等学校
至美原 産業道路 至湯川

「手作り料理と素敵な時間」をテーマにソースやドレッシングまで全て手作りしている「熊貓社中 洋食キッチンSato」。歐風料理を主体としており、子供から大人まで人気のあるお店です。

ハンバーグと海老フライが楽しめる「スペシャル」(=写真、1790円)は、ランチタイムには、ライス、ドリンク、自家製ドレッシングのサラダ、プレートデザート付いてお得！コース料理に出せるレベルのハンバーグがコンセプトの同店のハンバーグと、生パン粉を使用した海老フライがお得に食べられるこちらのセットは1番人気！シェフが1番好きなメニューでもあり「洋食の調理技術を全て詰めた」というこだわりの王道コンビをぜひ、ご賞味ください。

また、「プレミアムコース料理」は、料理の要望や金額に対応するのはもちろん、テーブルセットもコース仕様となるので、特別な日を演出するのにピッタリ。誕生日や記念日など大切な人と素敵な時間を過ごすにはいかがでしょうか。コースの一例として、前菜、スープ、魚料理、肉料理、デザートというフルコースで1人5400円~21600円(内容や金額は応相談)。3日前まで要予約。利用は2人~。そのほか、「手作りオードブル」(2~3人前、4590円、4~5人前は6750円)は、お店の味をおうちで味わえるので自宅でのパーティーなどに好評です。

(まい) 記者の WAKUWAKUセクション

サルサダンスを楽しもう！

ダンスうんどう塾

6月11日(日)と7月23日(日)に、ピラ・ミカエル1階「ピラホール」(戸倉町33-16)で、サルサダンスの体験会が行われます。午前の部は3歳から小学生までが対象で午前10時30分~午前11時30分。参加料1人500円(保護者参加無料)。定員10人。午後の部は中学生以上が対象で午後1時30分~午後2時30分。1人1000円。定員10人。講師は各コースとも、2014年にキューバでの留学経験がある赤石嘉寿貴さん。

サルサダンスといえばダイナミックでスピード感のある踊りで、「難しそう」と思う人が多いかもしれませんが、体験会なので心配なく楽しめます。「リズム感がないから…」と消極的にならずに、サルサダンスを楽しんでみてはいかがでしょうか。お問い合わせ・お申し込みは☎090-3392-0138(松倉)まで。



講師・赤石嘉寿貴さん

松田 心の代書屋

マジ本気談

本気で書いてマジ
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
函館市神山町245-21 ☎33-4675

行政書士の松田です。今年、桜の開花が早く良い連休を過ごすことができました。新年度に入りあつという間に二ヶ月が過ぎようとしています。新入学児童達は随分と学校に慣れたことでしょう。今年に入ってから、当事務所付近で死亡事故や物損事故を目にしています。昨年1年間の函館方面管内の交通事故発生状況を見ると、交通事故の発生件数は減少しているものの、死者数は増加していることが目につきました。

事故原因は定かではありませんが、正面衝突や出会い頭による事故が目立っているように見えます。正面衝突は前方を見ていることが考えられ、出会い頭は来ないだろうという「さうだろう運転」が考えられます。いすれにしても、人命を奪うような事故を起こしてしまつては一生を棒に振ると言つても過言ではないで

交通安全防犯マップ

今年に入り、ある小学校の危険マップの製作をお手伝いしました。以前に増して危険箇所が増えていることに気づかされたのです。交通安全や犯罪の温床になりかねないような場所などを地図上にチェックしてゆきます。私が住んでいる地域ではないからこそ見えてくることのあるのも事実なのです。

その危険マップを親と子で、他の危険箇所の有無を実際に歩き、地図上に落とし込んでもらえたら、独自の危険マップが完成するでしょう。このことがきっかけで私の新たなやるごとが見えてきました。地図が全てではありませんが、自分の命は自分で守るというそもその本能をしっかり伸ばし、働かせるきっかけになれば嬉しい限りです。

先月、横浜へ日帰り出張したときに遭遇した踏切内で人を助けようとして2人の命が失われた人身事故現場は騒然としており言葉も出てきませんでした。

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 ☎47-9811 http://www.ohmura.or.jp/

私達が普段何気なく取っている食事ですが、高齢者にとつては健康を維持するうえで特に重要な役割を持っています。

高齢になると歯が自分の歯ではなくなると、義歯をつけている人も多く、噛む力が弱くなると、食べ物を噛む、そして飲み込むことも当たり前のことではなくなり、高年齢者の「食」について

味付けについては味覚の低下により濃い味を好むことも多いですが、塩分の取りすぎになり腎臓を悪くしたり、血圧が高くなることで脳梗塞等身体への影響も出てきます。だからといって、ただ薄味にしても美味しくありません。このような場合、だしをきかせることで塩や醤油を抑えることができます。また、味つけだけでなく、盛り付けや彩りによつても食欲に違いが出ます。食事は目でも美味しく味わうことができます。

ですから、盛り付け方や明るい彩りの良い料理が出てくることで、食欲が湧いてくるのです。

食欲が湧くことで唾液の分泌も良くなり、飲み込みやすくなります。また、高齢の方は1度に必要量を取ることが難しい方もおられます。その場合は少量であっても回数を増やして食べさせていただくなど、状況に合わせて対応することが大切だと思います。

食事を取る環境も大切です。室内の適度な明るさ、家族や友人と一緒に会話をしながら食事を取ることで、さらに美味しく感じるものです。

健康を維持するためにも、また生活しているうえで楽しむのひととして「食」は誰にとっても大切なものだと思います。

高齢になつても毎日の食事を楽しみに過ごせたら幸せなことですね。





テオスポーツクラブ
海浜町のテオスポーツクラブが新装オープンしました。



こて屋
美原3丁目のスパー「ビッグハウス」ドマーニの2階で営業してました。

6月16日号
復活！ 函館は住めば都なのか？
6月30日号
テラスのあるお店特集

発行元/株式会社青いぼすと
〒040-0063 函館市若松町30-21
【電話】☎(0138)84-6816 【FAX】(0138)27-5001
【E-mail】info@aopos.jp 【URL】aopos.jp

Staff list table with columns for staff name and role (e.g., 加藤 進 Publisher, 青山 慎司 Editor in chief).

テオスポーツクラブ
海浜町のテオスポーツクラブが新装オープンしました。乳幼児から高齢者までたくさんの方が健康作りを同じくクラブを楽しめるスポーツクラブを実現しました。

こて屋
美原3丁目のスパー「ビッグハウス」ドマーニの2階で営業してました。焼きかたが分らない場合はスタッフが焼きまして安心です。

編集後記
料理好きが高じて始めた本紙3ページ「手作り料理とワインを楽しむ素敵なお店」のコーナーは今回が最終回となります。

この春から七重浜に開通した新しい道路を通して通勤しています。この道は子供の時に自転車の練習をした場所。当時は車がほとんど通らない静かなところでした。

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。

お申し込み
お問い合わせ
TEL (0138) 84-6816 FAX (0138) 27-5001
【Eメール】info@aopos.jp

読者の声
大好きな見ました！
今号も内容ですな！「みなと函館春のカフェめぐり」は、行ってみたいと思います。

家族ですてきなお店に
高校まで函館に住んでおり、今では年に数回の帰省先となりました。

お店にも行くとういばすて探しています。
（東京都 M・Y）
*東京からお便りありがとうございます。

お知らせ
健康づくりキャンペーン
6月17日、18日に「健康づくりキャンペーン」が開催されます。

家族ですてきなお店に
高校まで函館に住んでおり、今では年に数回の帰省先となりました。

お知らせ
健康づくりキャンペーン
6月17日、18日に「健康づくりキャンペーン」が開催されます。



プレゼント
熊猫社中洋食キッチン
Satoより1000円分の食事券を10名様にご紹介いたします。

SPOTLIGHT

笑顔相続の道先案内人

株式会社道南ライフ

「株式会社道南ライフ」相続と家族の問題に向きでは、一般社団法人相続診断協会認定の相続診断士による相続相談を行っています。

「誰に相談したらいいのかわからない」という声が少ないのが、相続に関する問題。相続の知識を身につけた相続診断士は、相談者と一緒に



「相続に関する見直しが必要な方が増えています」と話す横山さん(写真奥)

「相続と家族の問題に向き合い、円滑に笑顔で相続を迎えるお手伝いをしていきます。」

具体的には、「相続問題で争いたくない」「遺産をきれいに残したい」「節税したい」「相続対策をしたい」「相続について知りたいたい」といった相談に、相続診断士が応じてく

ます。

「税制改正により、相続に関する準備や見直しが必要な方が増えてい

ます。相続を争族にしないため、まずはお気軽にご相談ください」とは、代表の横山満さん。1人ひとり異なる相続について、笑顔相続の道先案内人、相続診断士にぜひお問い合わせください。

相談料は1時間3000円。なお、具体的な相続税の算出や訴訟代理など、税理士法および弁護士法に抵触するおそれのある場合は、相談者同意の上で提携先の税理士または弁護士に紹介し、保険についてのご相談も承ります。

●東山町181-5
【フリーダイヤル】
0120-913-609
【携帯電話】
090-7514-7345

不動産の相続、日頃から心構えも大切です

有限会社アート

「亡くなられた親御さんが所有していた不動産の売却のことで相談を受けることが多くなりましてね」と話すのは、松川町の不動産会社「有限会社アート」の高島繁社長(写真)。

親が所有して住んでいた土地・建物は、親の死去の際は相続権がある子供が相続します。その際、子供に兄弟がいる場合には相続を分け合うのですが、土地・建物はひとつしかないで、売却したお金を分け合うといったケースがあります。そうした場合、相続権のある

兄弟が同じ地域に住んでいれば特に問題なくても、それぞれ離れて暮らしていた場合や、なかなか連絡がつきにくい場合などには稀に遺産相続が困難になる時があります。また、遺産を相続する人が死亡などを理由に相続権を失った場合には、「代襲相続」という相続者が、そのようなケースでも、遺産相続が困難になる時があります。

「不動産の相続の際によくあるのが、代襲相続の問題です。相続する人が代襲相続のことを知らなかった場合や、代襲相続ができる人が遠方に住んでいる場合などは不動産の相続に時間がかかり、専門的な知識も必要です」と、高島繁社長。代襲相続を



高島繁社長

はじめ、不動産所有者が高齢や認知症になった場合など、不動産の遺産相続が難しいケースに関する相談が年々増えているのだそうです。

このように、不動産の遺産相続には専門的な知識が必要な場合や、時間がかかってしまう場合もあります。高島社長は、「日頃から将来的なことも考えて心構えや知識を身につけておくなどの準備が必要だと思います。不明な点があれば、ぜひご相談ください。」「と、アドバイスしています。アートでは、必要に応じて弁護士や司法書士と連携しながら解決の道を模索しています。不動産に関する相談はお気軽にどうぞ。

●松川町6-1
☎44-3020
http://art.biz.co.jp/
北海道知事渡島(3)1035号