

# 青いほすと

vol.778 2024年4月26日発行号

2024.5.12  
Mother's Day

## 母の日企画

今の2人 昔の2人

昔の2人

### 宮田商店の名を後世に

創業明治28年。日本の季節商品を扱う同店の5代目店主・宮田一人さんは、父親の病気をきっかけに店を引き継いだ。

最初は手探りだったが、パンフレットに載らない雛人形を仕入れるなど個性を出していった。毎年、年末には母子で力を合わせ、世界にひとつのしめ飾りも作る。「息子はセンスがいい」と啓子さん。「母の歳でよく頑張ってます」と話す一人さんは「宮田商店撮影部」も展開。「業種にとらわれず宮田商店の名を残したい」と2人は声をそろえた。

宮田商店  
●函館市若松町30-20  
☎0138-26-1000

母 宮田 啓子さん  
子 宮田 一人さん

今の2人

### 明るい笑顔と菓子への愛の深さは親子の証

素材と季節感を大切に和菓子一筋に歩む夫を支え、店を切り盛りするたづ子さん。体の弱かった娘・麻生さんの世話に明け暮れた専業主婦時代から一転、接客はゼロからのスタートだったとか。そんな両親の姿を見てきた娘は今、共に店に立つ。価値観の違いからぶつかることもあったが、菓子に対する思いが絆を深めた。「まだ母の弱った姿は見たくない。もう少し頼らせてほしい」と話す娘に、「もっと成長できる。私も仕事に育てられて今があるから」と母は笑う。

お菓子処ひとつ風  
●函館市松陰町8-1 ☎0138-54-8977

昔の2人

今の2人



母 吉川 たづ子さん  
子 吉川 麻生さん

### 母は今も戦力、うちの看板娘!

「母と会話するために来てくれる常連さんもいます。看板娘ですよ」とイトさんを評する貴志さんは、高校卒業後、調理師専門学校を経て家業である同店で働き始めた。「仲良くなかったら一緒に仕事はできない」と

話すイトさんに、貴志さんの働きぶりをたずねたところ「マルだよ」と一言。店では、イトさんは主に調理を担当。「母は今もうちの戦力。仕事をする手の早さは一生かかってもかなわないかもしれない」と貴志さんは話した。

そば処 江戸八  
●函館市万代町7-29  
☎0138-41-7664

昔の2人

今の2人



母 室谷 イトさん  
子 室谷 貴志さん

### 心あたたまる料理と2人の笑顔が並ぶ

「いつか隣同士でお店を持ちたいね」と、2人で語り合った夢が形を変え、現在は居酒屋「美笑」を2人で切り盛り。今から29年前、洋子さんから起業の相談を受けた麻美さんは全面的に賛成。お店を持つことに迷いはなく、勤めていた会社を辞めた。「この子は昔から決断力がある。ひとりなら決心できなかった」と洋子さん。麻美さんは持ち前のバイタリティを活かし、お店拡充のため現在も奔走し続ける。そして、「母には長く楽しくお店を続けて欲しい」と微笑んだ。

居酒屋 美笑  
●函館市松陰町27-15  
☎0138-76-9738

今の2人



母 三澤 洋子さん  
子 三澤 麻美さん

昔の2人



昔の2人

### いつまでもチャレンジングで パワフルな母でいて

美容師歴46年の幸子さん。妊娠中もがむしやりに働き難産で出産したのが新さんだ。母は「私、子不幸なの」と笑うが、「おかえり」を言いたいと、小学校入学と前後して店を構え、多忙な中

でも毎日の夕飯やお弁当作りは手を抜かなかった。同じ業界に飛び込んだ息子は、その背中から成長し続ける姿勢と義理人情の大切さを学んだ。成人式や卒業式などの衣装から撮影までトータルに手掛け、信頼を築いている堅実な仕事ぶりを、母は頼もしく見守っている。

母 柳館 幸子さん  
子 柳館 新さん

ノール・シュド・スクール  
●函館市桔梗5-14-51  
☎0138-46-8814  
振袖・袴だてや  
●函館市杉並町20-42  
☎0138-83-6524



今の2人



今の2人

### 見えるところも見えないところも心を込めて

かまぼこや惣菜を販売する店に立つ2人。創業は昭和20年で平成19年に1度閉業。当時、他の仕事をしていて寛人さんは、新たに事業を始め、閉めた店を倉庫として利用。ところが、かまぼこを求める人が後を絶たなかった。店の再開を考えたもののゼロからのスタートとなる。諦めかけたころ「一緒にやろう」と令子さん。再オープンからは10余年。「見えるところも見えないところもちゃんとやる」という令子さんの思いを寛人さんも受け継ぎ、美味しいかまぼこを提供している。

太田かまぼこ  
●函館市中島町25-16 中島れんばい内  
☎0138-31-0035

母 太田 令子さん  
子 太田 寛人さん



昔の2人



今の2人

### 今も昔も「歌いっぱなし」という2人

音楽ユニットカポの土橋アミさんが思う、母・明子さんは「昔から音楽の好きな人」。アミさんも子供のころは合唱団に所属し、また親子でカラオケを楽しむ機会も多く「母も私も昔から歌いっぱなし」と明るく笑う。「コミュニティカフェくあふおり」は普段は貸スペースで、月4回ほど歌声喫茶として営業。歌声喫茶は、2年前に

松風町から移転するまで明子さんが主催していた。現在は音楽ユニットカポが訪れる人を楽しませている。  
コミュニティカフェくあふおり  
●函館市豊川町22-16  
☎090-8371-5554

母 木村 明子さん  
子 土橋 アミさん



昔の2人

### お父さんの残した店を 守っていききたい

放課後はお店の開店準備の手伝いが終わらないと遊びに行けなかったという秀晃さんは、幼少のころから「将来は自分も一緒にお店に立つだろうと思っていた」と話す。

「千景」は2代目店主・弘子さんの亡き夫が立ち上げた店。「お父さんの残したお店を守っていききたい」と、同じ思いを持つ2人は、店の味を進化させながら、地域の人たちにさらに愛されるお店を目指して今日も共に店に立ち、「函館でもんじゃ焼きといえば」の看板を守っている。

もんじゃ焼き 千景  
●函館市時任町2-5  
☎0138-55-4155

母 吉岡 弘子さん  
子 吉岡 秀晃さん



昔の2人



昔の2人

### 小学校の卒業文集に書いた夢が現在進行形

「バラエティショップ あさひや」は現在、3代目店主・昭夫さんと、2代目店主だった母・明美さんが二人三脚で経営。明美さんは、年齢で差別することなく1人のお客さんとして

子供に接する昭夫さんの姿勢を評価。昭夫さんは「駄菓子屋は子供が社会を学ぶ場。ここの出来事1つひとつが経験」と話す明美さんの考えを尊重しながら、イベント出店など新しいことにも挑戦している。初代店主が始めた日用雑貨店が、時代やニーズに合わせて模型店や玩具店に顔を変えてきた同店は、きっとこれからの時代も子供達の憧れの店であり続けるはず。  
バラエティショップ あさひや  
●函館市千代台町31-1 ☎0138-51-4884

母 大坂 明美さん  
子 大坂 昭夫さん



今の2人

## ランチ

### 味・香り・食感、三拍子そろったシビれる旨さ 担々麺専門店sesami



中島れんばい中通りに面した担々麺の店。メニューは「汁無し担々麺」(1,100円)、「担々麺」(1,200円)、「汁無し黒胡麻担々麺」(1,200円・平日限定)の3種で、各15食限定。自家焙煎のゴマを練った芝麻醬や、数種の香辛料をブレンドしたラー油など、化学調味料不使用の旨味濃厚な自家製タレが自慢。香味野菜や旨辛の肉味噌、カシューナッツの食感と太麺の

相性も抜群で、花椒の痺れる辛さとゴマの香ばしさが後をひく。11時30分～L014時30分(売切れ次第終了)。日・月・火曜、祝日、他不定休。P無。

●函館市中島町26-17 【Instagram】@sesami\_hakodate

## 酒場

### 刺身と寿司のセットが人気!

#### 函館海鮮居酒屋 笑まる

15周年を迎えた同店は、リーズナブルで美味しい料理に笑いの輪が広がる1軒。新鮮な海鮮料理、肉料理、居酒屋料理、寿司など、メニューは豊富。中でも、鮮度にこだわる店主が仕入れた魚介類を、日替わりで楽しめる「海鮮盛り」(1,078円)は、刺身5点と寿司5貫がセットで満足度大! 肉派には「道産黒毛和牛のステーキ」(2,580円)が好評。店内にはカウンターとテーブル席のある1階席のほか2階席があり、個室宴会場も隣接。「宴会コース」(2時間飲み放題付き5,000円～)は、料理内容など応相談(要予約)。16時30分～23時30分。日曜休。P有。



●函館市深堀町30-29 ☎0138-83-7515

## HEAD LINE -ヘッドライン

### ソファ大特価セール開催!

#### スイートデコレーション函館上磯店

ソファをお得に購入できるアウトレット大特価セールを開催中! 各メーカーから驚きプライスの商品が大量入荷しているほか、同店オリジナルソファも数多くそろい、写真の①本革張り3人掛けソファ(税込55,000円)や、②本革張りカウチソファ(税込110,000円)など、目玉商品も多数! さらに、4月27日(土)～5月6日(月・振休)の期間限定で、この記事を持参した人に税込55,000円以上の購入で配送料と設置料が無料、税込110,000円以上の購入で配送料、設置料、処分料無料のサービスも実施。フェア開催中は商品の入れ替わりが早くなることが予想されるため、一期一会の出会いを求めるならこまめに足を運んでみるのがオススメです。



①本革張り3人掛けソファ

ソファのほかにもオリジナル家具を豊富に用意しているので、リビングを自分好みのテイストでそろえたい人や、昨今の値上げの影響で家具買い替えを悩んでいる人は、この



②本革張りカウチソファ

お得なチャンスにお気に入りの家具を探してみたいか? 10時～20時。無休。P有。

●北斗市七重浜7-14-1

トライアル上磯店内

☎0138-49-9555

### ドクターの健康コラム

#### がじんしんち 雅人深致 ～ふれあって優しさ～



### Tu たんだ泌尿器科

理事長 函館市宮前町30番17号  
田崎 雅敬 ☎0138-45-7366



### 1,000円分の食事券を5名様に

応募方法は P6

#### 元祖 焙煎粗挽十割蕎麦 北匠庵

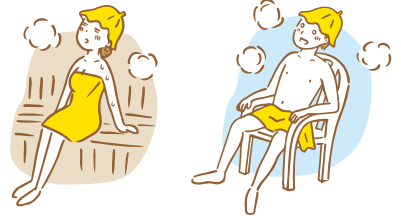
風味豊かなそばと、心のこもった温かい接客が評判。そばは幌加内産の「キタワセ」を使った十割そばで、焙煎して粗挽きにしたそば粉をブレンドすることで、香ばしさがプラスされた深い味わいを堪能できます。写真の「ひこま豚天ぶらそば」は、この春の新メニュー! 通常1,550円のところ、この記事を持参すると5月末日まで、1,350円で提供してくれます。自慢のそばとともに楽しめるひこま豚のロース肉を使った天ぶらは、薄衣で熱々ジュシー。タルタルソース、カレー塩、そばつゆで味変しながら楽しむのがオススメです。11時～14時、17時30分～20時。月曜休。P有。



●北斗市七重浜8-12-9 ☎090-1309-3146

### サウナでととのう

サウナブームが続いています。サウナーと呼ばれるサウナ愛好者も増えているといえます。サウナで汗を出して心も体もすっきり「ととのう」訳です。しかし、高温のサウナに入りその後は水風呂に飛び込む。危険はないのでしょうか。サウナの本場フィンランドではたくさんの調査がなされ健康被害は最小限であり、むしろ健康へのメリットがあることも示されています。しかし、日本で一般的な乾式サウナは、異常な高温状態となっていることがあり急な体温上昇、血管拡張による低血圧、発汗による脱水、そしてサウナ後の水風呂による急激な高血圧。様々な危険が考えられます。特にサウナを始めたばかりの方は、短い時間から始めて、水風呂前には一段めろめのお湯をかぶるなど用心してととのいましょう。



## 街の歯医者さんで、気軽に歯の相談を!

### 五稜郭デンタルクリニック

「地域に根ざした歯科医院」を目指す「五稜郭デンタルクリニック」は、開業当初から衛生管理にも力を入れていると評判の歯医者さんです。診療室は全て半個室型なので、他の患者さんと近距離で診療を受けることはありません。

また、治療や診察などに関する相談がしやすいと好評です。痛いときはもちろん、定期的な診察やインプラント(保険診療外)など、歯にまつわることは何でも相談できるので、大切な歯の健康を維持するために、まずは相談から始めてみませんか。

診療時間は9時~13時、15時~19時(土曜日は18時まで)。毎週水・日曜、祝日休診(祝日のある週は水曜診療有)。P有。

●函館市本通1-37-7  
☎0138-83-7553



## スプリング&サマーコレクションin函館蔦屋書店

### huit un sept

コーデに爽やかな初夏のイメージをプラスしたいこの時期は、エイジレスな服がそろそろセレクトショップ「huit un sept(ユイトアンセトゥー)」で、春夏に活躍するアイテムを見つけませんか?

5月6日(月・振休)~19日(日)は「函館蔦屋書店」に出店! 出店場所の南側入口特設ブースには、今季はずせない商品が充実。注目のカーブパンツは、カラフルなTシャツと合わせたり、きれいなトップスで品良くまとめたりと、トップスや小物で印象を変えられます。コットン素材で着心地のいいカットソーは、カラフルな春夏バージョンが登場。ほかにも、1枚あると重宝するカーディガン、人気継続中のデニムなど豊富にそろっています。商品のほとんどは1点物なので、お早めに。期間中は函館蔦屋書店内でのみ営業。10時~19時(5月6日は11時~、5月19日は18時迄)。通常営業は5月21日(火)~。11時~19時。不定休(5月5日、5月20日休)。P有。

●函館市昭和3-36-4  
☎080-3268-9573



## サービス付き高齢者向け住宅と提携!

### フィットアップ



1人ひとりに合ったりハビリや運動を指導する「フィットアップ」が、高松町にあるサービス付き高齢者向け住宅「コラソン」と提携しました。

「コラソン」は高齢者が暮らしやすい居住環境で、自宅と同じような生活を送りながら、安心して暮らせる住宅です。もちろん、必要なサービスを受けることも可能で、自費型リハビリや

介護サービスも利用できます。さらに、代表・森田拓也さんが完全マンツーマンで行う「自費型訪問リハビリ」(初回体験4,000円)と「自費型デイサービス」(入浴+リハビリ付き初回体験8,000円)は、入居者に限り初回体験無料。2回目以降も1,000円オフで利用できるの

で、健康的に自立した生活を送るためのサポートを効率良く、お得に受けられるのがメリット。「身体の状態や目的に合わせて、完全オーダーメイドでサポートします」と森田さん。自費型リハビリとコラソンについては、気軽に問い合わせを。

☎090-1644-5880



Webサイト

## エアコン取付・取替キャンペーンの第2弾!!

### 第一住宅設備

早期エアコン取付・取替キャンペーンが大好評につき、第2弾を実施。「ダイキンコンパクトエアコンEシリーズ(S223ATES-W)6畳~10畳用」など、昨年のモデルを先着10台に限り、特別価格で提供します。去年夏の猛暑の辛さから、エアコンの導入を検討している人はこの機会をお見逃しなく!

風が直接体に当たらない「風ないス運転」や、ワンタッチ入切タイマーなど、基本機能が充実。0.5℃単位での細かい温度コントロールが可能なこちらの商品は、シンプル&コンパクトでベーシックなエアコン。前期モデルから搭載している水内部クリーンで熱交換器を洗浄・乾燥し、ホコリやカビ菌の抑制効果も期待できます。気になる価格は、標準工事費込み198,000円のところ99,000円(設置場所の状況によって追加料金が発生する場合あり)。このほかにも特売品が多数! 見積もり・点検無料なので、お気軽に問い合わせを!



8時~19時。各種クレジットカード利用可。リフォーム低金利ローン利用可。年中無休。

●函館市千代台町29-15

☎0120-222-592



Webサイト

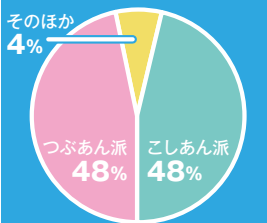
## 不定期企画

### どっち?どっち?

突如二択を迫るこの企画。

第4回目のお題は、

つぶあん派? こしあん派?



つぶあん派とこしあん派が同票!! 年齢で好みが変わった人や、「どちらも好き」という人も。

こしあんがやっぱり、好き!こしあんはサラサラして美味しいから。

こしあん派 亀山雪花

こしあんが好きだけど、ハイまんや函館口マネスク、五勝手屋ロールは食べてしまっ。おいしい。

こしあん派 みちる13

ものによっては粒あんもありますが舌触りが滑らかなものもいいですね白あんやつくしあんも好きな穏健こしあん派です。

こしあん派 サメライド先輩

大沼だんご、銀月のだんご、お正月に実家で作るあんこ餅(中身はいなふねさんから買ってくるあんこ)、どれも大好きなこしあん派です。

こしあん派 とも

甘くないならかのが好き

こしあん派 そりや銀頭宮丸子ですw

こしあんが好きなのに気づいたきっかけは中華まんじゅうが他のお菓子より好きだったこと、他のお菓子はつぶあんが多かったのと子供のときに餡子につぶあんこしあんの違いがあることに中々気づけなかったため、なぜ中華まんじゅうが好きなのかずっと謎だった。

こしあん派 揚げたていもてん

つぶあんはあんことは認められません。

こしあん派 108

マイナンバーワンは、銀月の串団子最高、2位は千秋庵のどらやき  
2位はつぶあん

こしあん派 函館一人旅

## どっち?どっち?

おばあちゃんが作ってくれるおはぎはいつも粒あんでした。

つぶあん派 キック

東京から引っ越してきましたが東京のパン屋のあんぱんよりセコマHOT CHEFの十勝小豆の粒あんぱん(本体価格148円)の方が美味しい。毎日食べてる。トラヒストバターをはさんであんバターパンにするとうらに最高。

つぶあん派 林

JR野幌駅北口にあるほっぺぱん(コッペパンのお店)のつぶあんバターコッペパンが大好きです。

つぶあん派 ネコ大好き

地域的につぶあん少数派なので生きづらいです。

つぶあん派 いとう

あんこはぜんぶ好きです♥粒あんも、こしあんも、白餡も好きです。で…恋人は粒あんなんです。

つぶあん派 由紀子

あんこ大好きです♥函館千秋庵のどら焼きサイコー! 銀月の焼きだんごも然り自分へのご褒美は、ほほあんご菓子。

つぶあん派 蒼

つぶあんの大福食べたいのに、こしあんの大福が無いお店多いですよね つぶあんあったら思ったらヨモギとか…

つぶあん派 チロ

おいしいあんこに出会うと幸せ♥地元どら焼きなら千秋庵総本家と一福 青森のフライボールや埼玉の十万石饅頭もあんこがおいしい代表です。あんこチャージャージ。

つぶあん派 ビール大好きおやじ

昔駅前にあった千秋庵に、あんこ泥棒が入ったという話があった。都市伝説かも。

つぶあん派 ぼんまり

最近あんぱん見つけたと即買い! あんこクリームチーズも最高。

つぶあん派 薔花

昭和にあった、甘納豆が有名な石黒さんのこしあんを使って作ってくれた母のおはぎが大好きでした。つぶあんは、五稜郭にある餅の北屋さんで「草しんご」を食べたから好きになりました。他には、室蘭の草太郎も美味しいですね!

~10代後半代→こしあん

30代~現在40代→つぶあん まつもと

“甘い”っておいしいですよ。今回は、Xで呼びかけました。皆さんからの「二択で迫りたい」お題も募集!

## この春水まわりを一新しませんか

### パナソニックリフォームクラブ

美原交差点前にある、創業98年の「小野寺住設」が運営する「パナソニックリフォームクラブ」から、お得な洗面化粧台の紹介です。「パナソニック洗面化粧台Mライン三面鏡」は、人造大理石採用の衝撃に強い洗面ボール、水はねしにくい水栓、奥行き420mmのコンパクト設計ながら、三面鏡タイプで収納たっぷり。使いやすく、すっきりとしたデザインのこの洗面台を取付工事費込み88,000円で提供します。また、かんたなお手入れでキレイが長持ちし、快適に使えると評判のパナソニックの温水洗浄便座「ビューティー・トワレ」を10,780円(取付工事費別途)の特別価格で用意。この便座はメーカー問わずほとんどの便器に装着できる人気機種なので、便座の交換を検討中の人はこの機会をお見逃しなく。ほかに同店は、外壁塗装や屋根塗装、屋根改修などの相談にも対応。水まわりリフォームから外壁、屋根の相談まで、住まいに関することなら気軽に相談を。



●函館市美原3-1-5

☎0120-750-750



YouTube Webサイト

## 終身にわたる身元保証と家族代わりの支援

### 一般社団法人スターライフ

頼れる身寄りがない高齢者や障がい者に「終身家族代行支援」を行う「スターライフ」。

未婚で身寄りのない70代の女性は、長年、転居することなく同じアパートで暮らしていましたが、数年前から近隣の状況が変わってきたことで、引っ越しを考えるようになりました。しかし、アパートなど賃貸物件の契約には保証人が必要となる場合がほとんどで、保証人を頼める人がいない女性は、金銭的には問題がないのに、引っ越すことができずにいました。

このようなときに思い出してほしいのが、終身で家族代行支援を行う「スターライフ」です。賃貸住宅の契約をはじめ、福祉施設への入居や入院などのときも、終身にわたり何度でも保証人として対応してくれます。また、名前だけの保証人ではなく、24時間365日の連絡体制、緊急時対応など、家族代わりの支援を行います。「保証人を頼める人がいないなど、困っている方が安心して毎日を過ごせるようサポートします」と代表の星さん。相談は無料。自宅まで訪問可能。支援内容などが分かるパンフレットは電話で請求、または函館市役所、亀田支所、湯川支所の広告モニター付近に常備。

●函館市山の手2-44-4

☎0138-83-2312



## 持病や既往歴のある人も安心して運動を!

### arch gym(アーチジム)



理学療法士の資格を持つスタッフが、マンツーマンで運動を指導するパーソナルジム。

代表の小田航平さんは、病院や通所介護施設での勤務歴があり、医学的な専門知識も豊富なので、「安心して運動できる」と好評。「無理のない自分に合った運動を行い、健やかな毎日を送りましょう」と小田さん。5月19日(日)まで、2周年記念の特別割引を実施しているので、お得に始めたいなら今がチャンス! 健康な身体を目指している人、運動の仕方が分からない人、痛みや持病があって運動を諦めていた人など、まずは「初回サービス体験」(3,000円)から試してみたいかどうですか。Webサイトまたは電話で予約を。問い合わせ・相談もお気軽にどうぞ。平日11時~20時、土曜10時~18時、日曜10時~15時(各受付は閉店の1時間前まで)。水曜休。P有。

●函館市北美原1-11-19

☎050-3188-8818



Webサイト

## シーズン終わりの暖房機器をしまう前に

### 住まいのホームドクター KlaFit

暖かくなり、毎日稼働していた暖房器具をしまうころ。シーズン終わりの暖房器具の清掃は、来シーズン以降も清潔に故障なく使用するために不可欠。こまめにメンテナンスすることで、結果的に修理費用が抑えられ、長く使用できるようになります。

「クラフィット」ではガス・石油ストーブ、ファンヒーターの点検・分解クリーニングにも対応。クリーニングをすると、不完全燃焼の予防や機器の長寿命化につながり、ランニングコストが低減。ファンヒーターの点検・分解クリーニングは税込20,000円~。金額は作業料金の目安であり、状況や依頼内容によって異なるので、まずは気軽にお問い合わせ・相談を。

「ほかにも水まわり、ガス機器の取り付けなど、住宅設備のことならどんなことでも対応いたします」と同店。不明な点や困りごとを、気軽にパソコンやスマートフォンから問い合わせできたり、具体的な故障の症例や、修理金額の目安などを予めWebサイトで確認できるのも安心ポイント。相談はお気軽に。

9時~17時。見積もり無料。

●函館市桔梗町695-5

☎0138-86-5828



函館市近郊の「住まいのホームドクター」 Webサイト

# BACK YARD SKATE PARK

青ぼの★ 勝手に応援!!

切磋琢磨しながら挑戦!



2歳から大人まで所属するスケートボードスクール。日本人選手の活躍もあって注目を集めたスケボーは、体幹、スピード、集中力などが必要とされる競技。「できる技が増えると楽しい」と話す川村さん(小5)は、男子ストリートの初代金メダリスト・堀米雄斗さんを目標に、持ち前のチャレンジ精神で「キックフリップ」の練習に励んでいる。川村さんは、兄妹でスケートボーダー。根気強く技に取り組む妹の舞穂さん(小3)は「いっぱい練習して新しい技ができると嬉しい」と、セクションの1つ「ランプ」で上手く滑ることを目指している。オーナーの松倉さんは、サーフィンの全日本チャンピオンという経歴を持ち、松倉さんに憧れ、サーフィンの練習の一環として習い始めた佐々木さん(中1)は「体力がついて、体の使い方も良くなった」と話す。メンバーの年齢や目標は異なるが、「励まし合う仲間がいる」と黒田さん(中1)が話すように、切磋琢磨しながら挑戦を続けている。

から、その要因となることを予め予防することが大切な気がします。  
例えば、交通事故はほんの少しの気の緩みから発生することもあり、また、「だるう運転」ではなく、「かもしれない事故」を心がけることで少しは事故を避けられるかも知れません。  
先日、札幌を往復する道路上で対向車線の車が、瞬間フラットしたのが分り、急遽退避できるまで速度を落としました。センターラインを割り込んだきた自動車の運転手はスマホに気をとられていたようでした。  
運転時は、常に前方側方後方で何が起きているかの情報収集の必要性を改めて思い知らされた場面でした。  
そう考えると、自分の考え方次第で物事もいかににも変わるという過言ではないかも知れません。また、陳言になりがちな身体づくりと健康の要となる食事は、今こそ意識してしっかりと食べるのが大切ですね。  
まずは身体が資本ですから身体状況を自ら十分に知ることで、しっかりと守ることを怠りません。

## 世の代書屋 松田聡がスバリ!



**マシ本気談**  
— 本気と書いてマシ —  
困りごと、悩みごと、各種相談 60分投げ銭 電話にてご予約ください。  
チームマツダ行政書士法人 社員 松田 聡  
函館市杉並町13-12 ☎0138-33-4675

**「健康」**  
行政書士の松田です。今年も桜の花が咲きはじり、頬を撫でる風は爽やかで麗しい春の季節を迎えました。  
私事ですが、ついに還暦となり複雑な心境で過しています。今のところ、病院へ通うことなく薬を飲むことなく生活できています。  
健康で生活費の節約につながることは、ただ、日常生活の中でケガはつきものです。場合によっては、通院することもあり得ます。何かの要因がなければ、不具合は生じないわけでは

**Present** プレゼント  
このマークが目印!▶

**プレゼント**  
元祖 焙煎粗挽十割蕎麦 北匠庵 提供  
1,000円分の食事券.....5名様

**ハガキで応募**  
郵便番号、住所、氏名、年齢、電話番号を明記し、紙面に対する感想などを書き添えてご応募ください。

**送付先** 〒041-0801 函館市桔梗町379-27  
株式会社青いぼすと 4-26プレゼント係

**Webで応募**  
右の2次元コードからご応募ください。

**応募締切** 5月7日(火)必着  
※当選者の発表は発送をもってかえさせていただきます。  
いただいた個人情報はプレゼントの発送と、個人を特定できない記述で紙面作りに使用場合があります。

医療法人社団健和会 函館おおむら整形外科病院  
●函館市石川町125-1 ☎0138-47-3300 <http://www.ohmura.or.jp/>

HAKODATE OOHURA **Healness & Wealness** 363

**神経伝導速度検査**  
吉見 綾子  
臨床検査技師

今回は上肢の検査についてご説明します。  
まず時計やアフセサリーなどを外し、肘が衣服から出る状態でベッドに仰向けに寝ていただきます。手のひら上に電極をつけ、手首と肘関節近くの神経に沿った2点以上を皮膚の上から電気刺激していきます。刺激は弱い強さから始め、筋肉や神経の反応が出るまで刺激の強度を少しずつ上げていきます。刺激の感じ方は個人差があり、強めの刺激でも大丈夫という方もいれば、弱い刺激でも痛くて我慢できない方もいますので、その都度確認をとりながら行います。検査時間は神経の種類や患者様の症状により20〜60分近くかかります。また、心臓ペースメーカーを装着されている患者様は検査できません。  
検査結果は電気刺激した手首と肘から、手のひらに貼った電極に刺激が伝わる速さや、刺激が伝わった際の筋肉の反応や神経が出す電位の大きさなどにより判断します。神経に何らかの異常がありますと、正常な人に比べ電気刺激の伝わるスピードが遅くなったり、筋肉や神経の反応が小さくなります。  
冒頭のような症状があり、原因がわからず心配な方は、まずはかかりつけ医に相談してみましよう。

神経伝導速度検査について  
手指のしびれや痛みが続いていた、動かしづらなどの症状は続いていませんか? これらの症状の原因を調べる検査のひとつに神経伝導検査があります。  
手や足には体の動きをつかさどる運動神経と、熱さ冷たさなどを感知する感覚神経があり、これらの神経に異常があると、手や足が動かしづらかったり、痛み、しびれ、脱力などの症状が現れます。頸椎や腰椎に異常があったり、脳梗塞などでも同様の症状が出ることもあり、レントゲンやCT、MRIなどの画像診断で鑑別します。また糖尿病や痛風などもしびれなどの症状がでることがありますので、血液検査での確認も重要です。脳からの症状が疑われる場合には早めに専門機関を受診しましょう。

## Orchestre D' Harmonie 函館ドルフィンズ 第24回定期演奏会 催し

今回は結成30周年記念事業として開催。「ユース・ミュージックフェスタ2024」と題し、函館市内の高校吹奏楽部も出演する。ドルフィンズステージ、高校生ステージ、合同ステージの3部構成。

日時:5月19日(日)  
17時30分開場  
18時開演

会場:函館市民会館大ホール

入場:指定席 1,000円

自由席 800円 (小学生以下無料)

【問い合わせ】☎090-7646-8493(島田)



## 第三十回記念大会 北海道女だけの相撲大会 催し

「千代の山」「千代の富士」の2人の横綱を輩出した福島町で、毎年母の日に行われている女性限定の相撲大会。国内外から女性たちが集い、熱い戦いを繰り広げる。賞金付き写真コンテストも実施。

日時:5月12日(日)  
10時~15時

会場:福島大神宮境内相撲場  
(雨天・福島町総合体育館)

【問い合わせ】

福島町観光協会 ☎0139-47-3070



## はこだてわいん ゴールデンウィークフェア 催し

屋外特設会場でお買い得ワインの販売会を実施。地域還元ワインに「りんごワイン」も登場する。また、両日とも14時30分から福袋(5,000円、各日50セット限定)を販売(14時~整理券配布)。直営店の「葡萄館」でも10~20%オフのセールを実施。

日時:5月3日(金・祝)~4日(土・祝) 10時~16時  
(葡萄館は17時30分迄)

【会場・問い合わせ】

株式会社はこだてわいん ☎0138-65-8170



## 第30回 熊石あわびの里フェスティバル 催し

新鮮なあわびを中心に、町自慢の特産品を使ったグルメを堪能できる。活あわびの販売のほか、ピンゴゲーム大会や、演歌歌手・和田青児さんの歌謡ショーなど、各種ステージイベントも実施。

日時:5月19日(日)  
9時30分~

会場:熊石漁港ふれあい広場

【問い合わせ】実行委員会

☎01398-2-3111

(八雲町役場熊石総合支所産業課内)



## サラキ岬チューリップフェア 催し

恒例のチューリップ販売のほか、キッチンカーも出店! 会場となるサラキ岬など町内の観光スポットをめぐる、特産品プレゼント付きの「春のきこないスタンプラリー」も同時開催。4月27日(土)~5月6日(月・振休)は「道の駅みそぎの郷きこない」でグルメ販売も実施。

日時:5月3日(金・祝)~6日(月・振休)

会場:サラキ岬

【問い合わせ】木古内町産業経済課

☎01392-2-3131



## しりうち春のカキまつり 催し

殻付き牡蠣や町の特産品の販売のほか、炭火で焼く「焼く牡蠣コーナー」や、農協女性部が調理する大鍋料理コーナーなどが用意される。ステージショーも実施。

日時:5月3日(金・祝)  
10時~14時

会場:知内町役場駐車場

【問い合わせ】

知内町役場商工林業振興課商工観光係

☎01392-5-6161



## 発行/株式会社青いぼすと

〒041-0801

函館市桔梗町379-17

TEL 0138-84-1002

FAX 0138-84-1728

MAIL info@aopos.jp

URL aopos.jp

発行人・編集人 熊谷貴典

副編集長 平井由佳

副編集長 坂本麻衣

編集 土田葉月

ライター 花輪志保里

ライター 安沢ともこ

配布管理 小野大樹

本紙掲載の記事、写真等の無断転載を禁じます。

掲載内容は2024年4月11日現在のものです。

次号予告 5月17日号 ONE HAND FOOD!

## 編集後記

今回のどっちどっちのお題は「あんこ」。私はこしあんが好きなのですが、これは多分子供のころに食べていた今は亡き父の手作り大福がこしあんだったから。年一回、年末の餅つきどきにだけ作っていて、大量に作って冷凍。それを焼いて食べるのが好きでした。(じ)

昔は模型店だったという、あさひやさんでの取材の日。最後に写真撮影するタイミングで店主さんがエフロンを付け替えて「AMYA」と書かれたものにお色直しをして登場。その心意気にグッときました。興奮もしたし、目頭も熱くなった。(まじ)

油断している時に出る自分の咳払いが、マリオシリーズに登場する敵キャラクタ「ドッスン」の声に似ていることに気づき、誰かの咳払いが聞こえた時には、ドッスンか、ドッスン以外かで判断してしまう脳になってしまいました。父もドッスンでした。(ツチ)

携帯の動画撮影は、見ることだけに集中できないのが残念なので、携帯を片手に画面は見ず、肉眼で見たいわけです。結果、我が子の一生に一度の場面は、前方にいた人の後頭部にヒントが合えば、ぼやけた背景の中に見えるであろう息子の動画となりました。ちーん。(B.P.)

7月の推しの東京公演。母に代わってチケットとホテルを押さえ、交通手段のプランまで立ててくれた娘。何度も連絡をくれたにも気づかず母はどうしていたかといえは、二日酔いでダウン。「ダメ母を反面教師に子は育つ。子育て成功ってこといいですか。(ヤス)