

応援します! あなたの生き方

函館市、北斗市、七飯町 全125,000世帯無料配布
毎月2回(中旬・月末)発行

POST IN FREE PAPER SINCE 1991 青いほすと

●増刊号● 2010.3.23 [tue]

発行/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 [編集室] ☎(0138) 27-9210 [FAX] (0138) 23-5699 [URL] http://oceanplace.jp/aopos/ Eメール aoi-post@aurora.ocn.ne.jp



歓送迎会プランに本紙読者限定サービスあり!

ホテルリソル函館

くつろぎの空間を提供する『ホテルリソル函館』では、この時期「歓送迎会プラン」が大変好評。料金は4000円(全8品)〜で、和洋中バラエティーに富んだ料理が味わえる上、飲み放題(2時間)も付いてお得(10人〜、3日前まで要予約)。会場は宴会場(100人まで)のほか、ホテル最上階のレストランやラウンジ、和室も利用できます。貸し切りはレストラン35〜60人、ラウンジ15〜30人、和室26人までそれぞれ可能ですので、小宴会から団体まで幅広く利用できます。まだまだ楽しみたいなら、ラウンジの「2次会プラン」(飲み放題90分、2000円〜)をどうぞ。

飲み放題にカクテルも含まれているので、女性に好評です。

●若松町6-3 ☎23-9269



歓送迎会プラン予約の際、「青いほすと」で「手羽先黄金焼きとサツマイモスティックフライ添え」をサービス(3月23日〜4月末日)。



春のイメージチェン“思い切りショート”はいかが…

アトリエ・チセ

春です! 『アトリエ・チセ』が提案する「思い切りショート」でイメージチェンジしてみませんか? エア感を出しながらも軽さを強調しすぎずに、上品で大人らしさのあるスタイルを演出。日々のスタイリングが簡単な点も魅力です。カット3500円、カラー5000円、ヘナカラー6000円、ダブルカラー8000円、縮毛矯正14000円。新規利用各メニュー20%off。今回は、長さにメリハリをつけて目力をアップするチセ自慢の「まつ毛エクステ」を下記特典にて提供します。この機会をお見逃しなく!

営業時間は午前10時〜午後7時。毎週水・金曜日は午前10時〜午後10時。毎週木曜日、毎月第3日曜日定休。駐車場有。

●鍛冶2-13-15 ☎83-2222



ご予約時に「青いほすと」で、まつ毛エクステ40本9800円→5000円、つけ放題12000円→9800円。



スマイル特典は、大盛も同価格でOK!!

スカイラウンジ パノラミック

一面のガラス窓から街を一望できる絶景が好評、函館山麓の最上階レストラン『スカイラウンジ パノラミック』では、「3種の選べるパスタランチ」(980円)と「本日のピッツァランチ」(980円)が今、とてもお得! 通常、ランチにセットされるグリーンサラダが、魚介の旨味が味わえるシーフードサラダにグレードアップ。コーヒーまたは紅茶とデザート付。ドリンクはおかわりもでき、食後に眺めを楽しみながら、ゆったり語らうのに最適です。しかも、パスタランチは嬉しい特典あり! 営業時間は午前11時30分〜午後2時30分(LO)、午後5時30分〜午後9時(LO)。毎週水曜日定休。駐車場有。

●青柳町10-3 ロイヤルシティ式番館12階 ☎26-8682



「青いほすと見た」で、「3種の選べるパスタランチ」を、大盛も同価格の980円で提供。注文時にお申し付け下さい。

Smile

笑顔でいれば、みんなハッピー



笑顔は人と人とのコミュニケーションの原点。笑顔はハッピーのキーワード。笑顔あふれる明るい街で、毎日楽しく暮らしてゆきたいですね。

さて、今回の増刊号の特集は、思わずニッコリ笑顔がこぼれそうな、話題のお店のちょっとお得で楽しい話題を集めてみました。各店ともに、本紙の読者の皆様向けの「スマイル特典」が記事の下に掲載されておりますので、ぜひお見逃しなく!!

春はいろいろ、生活のイメージチェンジをしたくなる季節です。今号を上手に活用して、とびきりのハッピーライフを!!

P1~4 協賛店舗

☺ ←このマークが目印です!!

全店で利用特典・サービス付き



まつ毛カーリングキャンペーン!

ヘアーズベリー

最新の技術と機器で「綺麗になりたい」願いを叶えてくれる『ヘアーズベリー』では春に向け「まつ毛カーリングキャンペーン」を実施します。この店の「まつ毛カーリング」は講習を受け合格したスタッフのみが施術を行っており、「まつ毛エクステ」(60本4200円)も厚労省の指導のもとつき美容師の有資格者が講習を受け合格者のみ施術を行っている

ので、安心して目元のお洒落を楽しめます。まつ毛メニューは各フットマッサージ付。ヘアーズメニューは「パーマ」(8000円〜、カット込)、「カラー」(5500円〜)、「縮毛矯正」(9500円〜)。受付時間は午前9時〜午後7時。毎週火曜日定休。駐車場有。

●本通3-15-11 【フリーダイヤル】0120-980-830 <http://www.hairs-very.com>



「まつ毛カーリング」(通常2100円)20%オフ、ヘアーズメニューと同時利用で30%オフ(3月20日から3月26日まで)。



おしゃれなメガネがフレーム、レンズ、ケース付で3980円〜

メガネスマイル ポールスター店

おしゃれなメガネがセットで3980円〜という驚きの安さの『メガネスマイル ポールスター店』。ほかにも5000円〜のスリープライスで用意。近視、遠視、乱視、老眼用などがあり、フレームも豊富なのでTPOに応じてそろえたいですね。また、最短45分でお渡しできるスピーディーさも見逃せません。遠近両用メガネはセットで8980円〜。LIZ LISA、POLICE、

GUCCI など人気のブランドフレームも12000円〜と格安。自分のフレームを生かせるレンズ交換は4000円〜(2枚セット)。ポールスターズスプリングフェスタ(3月28日まで)では、メガネセット3980円が3500円になるセールを開催中。

●港町1-2-1 ポールスター内・マイクコさん向い ☎40-7004



メガネセット、レンズ購入の際「青いぼすと見た」で、犬の形に折ったメガネクロスを先着50人にプレゼント。



話題の餃子、もう食べましたか?

カフェ&レストラン AOKI

話題の餃子をあなたはもう食べましたか? JR五稜郭駅隣の『カフェ&レストラン AOKI』では、最近注目されている横須賀・前門飯店の餃子をメニューにラインナップ。「餃子セット」(=写真上、630円)は餃子6個にご飯、サラダ、スープ付。「水餃子」(=写真下、350円)もおススメです。いよいよ新年度。宴会、会合の増える時期ですが、宴会のご

利用もぜひこの店で! 5〜23人のご利用で2時間飲み放題付き1人3500円〜。個室貸切ではカラオケも利用可。詳細は直接お問い合わせ下さい。営業時間は午前11時〜午後11時(金・土曜日、祝前日は深夜0時迄)。毎週水曜日定休。駐車場有。

●亀田本町65-27 青木ビル2階 ☎42-4242



4月23日迄の期間中2時間飲み放題付きお1人様3500円〜の宴会をご利用の団体様、ご予約時に「青いぼすと」で30分延長致します。



人気の週替りランチ、バータイムも好評!!

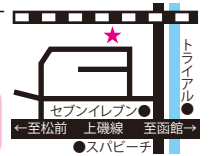
ジャンティ

北斗市七重浜の『ジャンティ』の週替りランチが大好評。週ごとに各3品、750〜1000円のメニューが午前11時30分〜午後2時限定でコーヒー、サラダ、デザート付(日曜日の利用可)。人気は、1週目の「ロコモコ」(850円)、2週目の「ハンバーグランタン」(1000円)、3週目の「オムカレー」(=写真、950円)、4週目のベーコンとほうれん草のクリームパスタ(950円)など。通常営業は午前11時〜午後6時だが、月・水・金曜日午後7時〜午後11時30分は15種類のフードメニューとビール、カクテル、焼酎がオール500円のバータイム。不定休で毎月1回日曜日が休み。駐車場有。

●七重浜8-2-81 ☎87-0242



4月23日までの期間中、「青いぼすと」でお昼はコーヒーお代わりまたはソフトドリンク1杯、夜はワンドリンク(アルコール可)1杯無料。



春です、新しいことを始めましょう! NBS新しい講座のご紹介

ナチュラルボディバランススタジオ

瞑想 気功 指導/沢谷進

◆朝のアナパーナ・サティ

アナパーナ・サティは坐禅の原形ともいわれ、座ってただ自分の呼吸をみつめるものです。20分座ってから5分歩き瞑想。再び20分座ります。指導は駒沢大学などで仏教を学んだ、太極拳講師の沢谷進先生。朝の瞑想は、新しいエネルギーを取り込むことで心身が活性化され、1日が快適に過ごせるようになります。講座は月曜日午前6時45分〜午前7時30分。月3回受講料3000円。

◆朝の気功(Xiang gon ・ジャンゴン)

朝の気功は、体のエネルギーの流れを順調に整え、1日の始まりをフレッシュにします。講座では、気功にダンスの要素を取り入れ、骨盤と背骨をゆるやかに動かします。深い呼吸で動きはゆったり。座ってもできるので、どなたにもおススメ。講座は木曜日午前6時45分〜午前7時30分。月3回受講料3000円。



バレエ 指導/酒井佳奈子

◆大人のバレエ

バレエはすべての動作の基本。美しく優雅なポーズが美容と健康に役立ちます。難しいイメージがありますが、イギリス留学もしている酒井佳奈子先生が優しくゆっくり教えてくれるので、どなたでもバレエの世界が楽しめます。講座は金曜日午前11時〜午前12時30分。月3回受講料5820円

◆新1年生のバレエ

小学校の新1年から対象のクラス。音楽に合わせてバレエの基礎訓練を行い、表現力やリズム感を養います。小学校に入学して初めてバレエを始める子でも、安心して受講できます。木曜日午後4時30分〜午後5時30分。月3回受講料5250円。



多彩なヨガのシリーズとルーシーダットン 指導/梶原陽子、三野直子、木村真奈美

「ゆったり夜ヨガ」は多忙で疲れ気味の女性にオススメ。全身を伸ばして緊張を取るポーズを中心に心と体の疲れを癒します。水曜日午後7時55分〜午後8時55分。月3回受講料4290円。「女性のた

めのヨガ」は肩凝り、腰痛、冷え症、むくみ、ダイエットなど、女性特有の悩み改善、解消を目指します。月・水曜日午後6時30分〜午後7時40分。月3回受講料4410円。「すっきり朝ヨガ」は朝にオススメのポーズを行うことで1日のエネルギーを充電し、はつづつ元気で心も体も頭もすっきり。水曜日午前10時50分〜午前12時。月3回受講料は4410円。「ルーシーダットン」はタイに古くから伝わる健康体操。正しい呼吸法で基礎代謝をアップ。「ルーシーダットン&アロマ」はルーシーダットンとヨガを融合させたクラス。アロマの香るスタジオで癒されます。



フラメンコ 指導/前田いおり

◆ジュニアクラス

子どものためのフラメンコ教室。子どもの頃からフラメンコを始めている前田いおり先生の経験を生かし、スポーツや遊びの感覚で楽しく基礎を身に付けます。月曜日午後4時〜午後5時。水曜日午後4時〜午後5時。各月3回受講料5250円

◆ストレッチフラメンコ

フラメンコの要素を取り入れ、リズム感を養いながら、全身のストレッチや普段使わない指先、手首、二の腕を強化。フラメンコシューズ着用でインナーマッスル効果もあります。月曜クラス午前12時30分〜午後1時30分、金曜クラス午後1時15分〜午後2時15分。各月3回受講料6300円。

◆入門・初級

フラメンコの振り付けに進むことを目標に、基礎をしっかりと学びます。火曜日午後8時15分〜午後9時15分。金曜日午後2時30分〜午後3時30分。月3回受講料6300円。

◆フラメンコスクール

フラメンコ経験者対象。ストレッチフラメンコ、入門・初級受講生のダブル受講可。金曜日午後3時45分〜午後4時45分。月3回受講料6300円。



【お申し込み・お問い合わせ】
ナチュラルボディバランススタジオ
●柏木町2-1 ☎83-6866 FAX83-6880
4月末日までの期間中に入会すると通常3150円の入会金が無料になります。



家庭にベビーマッサージを広めましょう 香りのショップ・スクール・サロン アロマセラピー香音

『香音』では、5月からベビーマッサージインストラクター養成講座を開講します。ベビーマッサージは赤ちゃんの心身の安定や発達を促し、愛情をしっかりと感じてのびのびと成長することの手助けになるといわれています。そんな愛情たっぷりのベビーマッサージをたくさんのご家庭に広めたくインストラクターを養成。内容はベビーマッサージのことはもちろん、胎児や赤ちゃんの心理学、バーストラウマ、アロマや自然療法などを織り交ぜたカリキュラム。

講師は正看護師の資格を持ち、セラピスト歴8年。どなたでも学べます。日程や受講料など詳しくはお問い合わせ下さい。不定休、駐車場有。

●中道1-3-17 ☎52-1780 <http://www.aroma-kaon.com>



ベビーマッサージインストラクター養成講座受講申し込み時に、「青ぼ見ました」で、ホホバオイルをプレゼント!



カイロですっきり、身体の調整

カイロプラクティック・フィノス。

骨盤と背骨のゆがみをきちんと診てもらったことがありますか? 「日本カイロプラクティック連合会」優秀A級会員で、米国カイロプラクティック医師会会員で経験豊富な『カイロプラクティック・フィノス。』のカイロプラクターの横山聡先生は「背骨や骨盤の歪みは内臓にも影響して様々な体の不調を引き起こします。カイロプラクティックは痛くなく安全で、高齢者やお子さんでも安心して受けられます。歪みを整えて身体が本来持つ自然治癒力を高め、身体の調子を調えましょう」と話します。施術後には、よくなった身体を維持するためのアフターケアの指導もしています。営業時間午前10時～午後8時。

●亀田本町65-24 五稜郭駅徒歩1分 ☎41-0299 www.ncv.ne.jp/~jun2/



初回施術料は5500円で、2回目以降は2500円～4500円ですが、初回5500円のところ「青いぼすと見たよ」で3500円に! 期間は4月末迄。



テレビ番組「イチオシ」の人気コーナーで第1位獲得 ザ・ベリーベリービースト

平日の午後3時45分から放送中のHTBのテレビ番組、「イチオシ」の人気コーナー「世界にひとつだけの味」で、『ザ・ベリーベリービースト』の「ビーストオムライス」(840円)が函館ベイエリア地区第1位に選ばれました。深い味わいのチキンライス、それを包み込む絶妙なふわとろ玉子、手間のかかったデミグラスソースが一体となった味が紹介され、

放送直後はほとんどがオムライス目当てに来店する大変な反響。この味、未体験なら相当な損! 営業時間は正午～午後2時30分(LO/午後2時)、午後6時～午後11時(LO/午後10時30分)、毎週火曜日定休(祝日の場合は営業)。駐車場2台。

●末広町16-13 ☎26-7364



3月末日まで、お食事メニュー注文の際に「青いぼすと見たよ」と伝えると、ソフトドリンクをサービス!



おすすめメニューが、期間限定で嬉しい半額!! ミックコスメティック

『ミックコスメティック』の期間限定半額メニューのご紹介。季節の変わり目で肌の乾燥&ごわつきが気になる人におすすめの「バイオペールトリートメント」(60分、通常7350円)は、肌が弱く敏感な人でもケアできる新感覚の角質ケアトリートメント。「7年前の顔に戻れる」でおなじみの「顔筋フェイシャルケア」(45分、通常4200円)は速効で小顔になりたい人におすすめ。夏までに余分なお肉をスッキリさせたい人は「スリミングリフトupBODYトリートメント」(90分通常13650円)がおすすめ(※各下記特典参照)。完全予約制。受付時間は午前10時～午後7時。不定休。

●大森町22-2 ☎23-6071



4月30日迄「青ぼ見た」で、バイオペールトリートメント3675円、顔筋フェイシャルケア2100円、スリミングリフトupBODYトリートメント7350円。



加温効果の代謝改善トリートメントがオススメ ミックコスメティックプラザ函館本通り

『ミックコスメティックプラザ函館本通り』の「代謝改善トリートメント」は、マスクオイルを全身に塗布し、岩盤マットで体を温めながらフェイシャルトリートメントを行うもので、加温効果により、体の冷えや肩こりに悩む人などにオススメのコースです。また、新メニューの「バイオペール(フェイシャル)」は、顔の角質を刺激を少なく自然に除去することでターンオーバーを正常にし、キメを整えるものです。それぞれ下記キャンペーン料金で利用いただけます。完全予約制。サロンではフェイシャルやボディなどの講座の受講生を随時募集中。営業時間は午前10時～午後7時。毎週日曜日定休。駐車場有。

●本通2-4-14 Hair D-RAY2階 ☎33-5207



4月23日迄「青ぼ見た」で、代謝トリートメント7350円→3670円、バイオペール(フェイシャル)7350円→3670円。



断然お得な早春バイキング宿泊プラン!

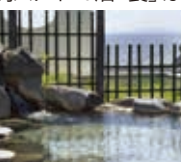
湯元 啄木亭

『湯元 啄木亭』の「早春バイキング宿泊プラン」は、函館市内や近郊の人にオススメ。料金は大人6500円(休前日は8500円)で、夕朝食は思う存分味わえるレストランバイキング。利用は2人～で、10人まで宿泊できる大部屋もあり、家族や気の合う仲間とのんびり過ごしたい人から、歓送迎会や入学・卒業のお祝いまで幅広く利用できます。4月23日までのプランとなりますので、お早めどうぞ。そのほか、大好評のゆっくり10時間ステイ「0泊2食」は「お手頃プラン」(大人3500円)と「堪能プラン」(大人4500円)があります。詳しくは、電話でお問い合わせを。「青いぼすと見た」でご予約下さい。

●湯川町1-17-22 ☎59-5355



上記の宿泊プラン予約の際、「青ぼ見た」で「ピンゴカード」(大人のみ1人1枚・各種景品有)をプレゼント。



体の外から中からデトックス リラクゼーションサロン 茉莉花 (ジャスミン)

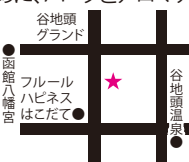
今春の『ジャスミン』は、たるんだ二の腕やセルライトの気になるお尻や太ももに効果的なマッサージオイルと、体の代謝を高め食欲を抑えるハーブティーで、より美しくなれるようにお手伝いします。アロママッサージ料金はご要望にお答えして、今年いっっぱい低料金。基本ボディ60分コース3000円～、フェイシャル45分2500円～。定期的に足を運んでい

ただきたいとのオーナーの考えからのうれしいサービス。美と健康的な体のために、ハーブとアロマセラピーであなたを応援します。谷地頭温泉から徒歩3分、赤い自動販売機がサロンの目印。営業時間は午前10時～午後6時30分。女性専用。要予約。

●谷地頭13-5 ☎26-5528



3月末までの予約電話で「青いぼすと見た」と伝えると「生活の木」のデトックスハーブティを1箱プレゼント!



春です! 心も体もリラックス&リフレッシュ!!

ミックコスメティックプラザ函館日吉

春、『ミックコスメティックプラザ函館日吉』でリフレッシュしましょう。「リラックスアロマボディ」は、リラックス効果の高いアロマオイルでつま先から全身をゆっくりとほぐしてゆきます。「リンパドレナージュ」は、デコルテ、肩、フェイスにかけてリンパの流れを促進させます。こちらはまつ毛カールとセットでお得。それぞれ下記キャンペーン料金でご利用いただけます。完全予約制。同サロンでは、フェイシャル、ボディなど、独立開業やスキルアップを目指す人達に向けて様々な技術を指導するマンツーマン講座も行っています。詳細はホームページで…。営業時間は午前10時～午後7時。不定休。駐車場有。

●日吉2-35-13 クオリティハウス1-202 ☎56-1513 <http://mic-cosmetic.net>



4月30日迄「青ぼ見た」で、リラックスアロマボディ70分7000円→3800円。リンパドレナージュ60分+まつ毛カール50分=9800円→5500円。





肌診断で春のキレイ計画、エステ・まつ毛カールもお得に！ メイクアップ

市内3店舗を展開する『メイクアップ』では、コンピュータ機器による肌診断を行っています。自分の肌に合う化粧品が分からない人、肌悩みを解決したい人におすすめ！肌状態に応じたスキンケアプランをアドバイスしてくれます。「肌の調子が良くなった」「肌悩みが改善された」という声もあるそう。お手入れの基本からしっかり教えてくれます。毎日のことだから自分の肌にあったお手入れ方法を知ってキレイを実感して下さい、お手入れがきつと楽しくなるはず。化粧品の販売は致しません。まずはサンプルでお試し下さい。

港店●港町1-23-16 ☎40-3543 本町店●本町32-29 ☎33-3543
テオー店●梁川町10-25 テオーデパート1階 ☎55-3543



各店で、ご予約時に「青いぼすと見た」で、エステ初回お試し2100円、まつ毛カールは3150円→1575円。



灯油を使わない水と電気の暖房機「エコム」 株式会社コスモサポート

暖房コストが従来の3分の1～4分の1に抑えられる画期的暖房、灯油不要の「スーパースチーム暖房機エコム」家庭用が登場。過熱水蒸気を利用したこの商品、単位体積あたりの熱量が高く燃費を大幅に軽減でき、空気を汚さないためハウス栽培で重宝されてきました。工事不要、一般的な家庭用コンセントでお部屋の好きな場所で使用できます。マイナスイオン効果で室内の空気を除菌、脱臭、殺菌。温風は湿度が50%弱あり、加湿器も不要。炎がなく人気のない場所や夜間の暖房にも安心安全。幼稚園や保育園、高齢者の家庭にも最適です。詳細は「株式会社コスモサポート」まで。

●西桔梗町854-9 ☎49-0151



木造16畳用エコム(M)税込178500円を、「青いぼすと見た」で、5月末日迄170000円に！4月中旬発売予定。



旬を味わう美しい料理をどうぞ

四季花菜

旬の素材を活かした美しい料理の数々が評判の『四季花菜』で、ゆったり過ごす美味しい時間はいかが…。おすすめは「花菜会食」で、うにとじ鍋、お刺身、茶碗蒸しなど7～8品がついて2650円とボリュームたっぷり。昼夜通しのメニューなので、昼の集まりから小さな宴会までどうぞ。女性グループ限定飲み放題、90分1300円で3人以上で実施しています。

単品のおすすめメニューもあります。1階は一部掘りごたつの個室風、2階は大人数の宴会に対応できる2室があります。営業時間は午前11時30分～午後2時30分(LO/午後2時)、午後5時～午後10時30分(LO/午後10時)。店裏に駐車場有。

●梁川町21-18 ☎55-1515



昼食時にお変わり自由のコーヒーをサービスします。夜は4月25日までソフトドリンクを1杯サービスします。



酢をかけて食べよう、「黒味噌あんかけラーメン」 中国料理 廣河

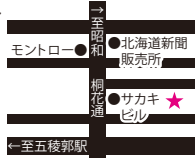
中国料理『廣河』の最新メニュー、「黒味噌あんかけラーメン」(780円)が、人気の汁なしラーメン第2弾として登場しました。あんかけ焼そばのラーメン版で、あんには中華料理でおなじみの黒味噌を使用。香ばしく炒めた豚肉と野菜たっぷり、酢をかけて食べると美味しいうえにヘルシー。このコクある美味さは、1度食べたらとりに너지そう…。あんかけパームの先がけとなりそうな期待のニューフェイス誕生です。

営業時間は午前11時30分～午後3時(LO/午後2時30分)、午後5時～午後10時(LO/午後9時30分)。毎月第1・3月曜日定休。

●富岡1-42-6 ☎42-9750



「黒味噌あんかけラーメン」注文時に「青いぼすと見ました」で、ウーロン茶を1杯サービス！3月末日迄。



春の味わい、「真鯛と菜の花の Pasta」 イタリアンフード&ドリンク axis (アクシス)

五稜郭タワーそばのイタリアンカフェレストラン『axis (アクシス)』では、春のオススメディナータイムメニュー「真鯛と菜の花の Pasta」(1400円)を4月11日までの期間、特別価格1200円で提供中です。苦味が出ないよう絶妙な加減で茹でたほんのりと甘い菜の花が真鯛の風味を引き立てる贅沢な味わい。あっさりしていて年配者にも好まれそう。選べるパスタ、前菜、ミニピッツァ、ドルチェ、珈琲か紅茶付1980円～のお得なセットもあり。営業時間はランチは午前11時30分～午後2時30分(LO)、ディナーは午後6時～9時30分(LO/午後9時)。毎週水曜日定休。駐車場有。

●五稜郭町35-1 ☎56-5384



ディナータイムにお食事注文の際、「青いぼすと見ました」と伝えると、ソフトドリンクサービス！4月11日迄。



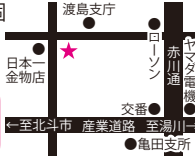
お得な歓送迎会プランは1200円 コースから！ お好み焼き こて屋

市内美原3丁目・アドマーニ2階の『お好み焼き こて屋』ではこの時期、「歓送迎会プラン」が人気。大好評の「1200円コース」は「牛スジ煮込み」「鉄板いろいろ焼き」「イカ焼き」「大根サラダ」「餃子」「ミックス玉・ハーフ」と、こんなに付いてこの料金は見逃せないところ。ほかに「1800円コース」と「2500円コース」もあり大好評。飲み放題(90分)は、宴会プラン+男性1200円・女性800円とリーズナブル。宴会プランの利用は4～85人で前日まで要予約。営業時間内ならいつでも利用できる、色々利用してみても…(個室有)。営業時間は正午～午後11時(LO/午後10時)。無休。駐車場有。

●美原3-13-15 アドマーニ2階 ☎34-7727



「1200円コース」予約の際、「青いぼすと見ました」で抹茶アイスクリームをサービス(4月7日迄)。



おすすめメニューの組み合わせでお得に!!

スローティー・ラテ

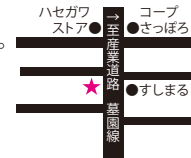
札幌への店舗オープンなど、最近ますます注目のエステサロン『スローティー・ラテ』より、嬉しい春のスペシャル企画のご案内。サロンおすすめの4つのメニューを選んで組み合わせると、下記特典のお得な料金となります。癒されてキレイになりたいという人は、この機会にぜひ！

①むくみ、疲れを解消する「ボディリンパドレナージュ」(60分)、②究極の保湿トリートメント「イドラフェイシャルトリートメント」(60分)、③まつ毛エクステのお試しに「アイラッシュ」(両目合計40本)、④たるみかちな肌を一気に引き上げる「フォトフェイシャル」(40分)。完全予約制。受付時間は午前10時～午後8時。不定休。

●中道2-12-9 ☎56-8868 www.slowtea-ratte.com



4月23日迄「青いぼすと見た」で、上記メニュー①～④より2つ選んで¥6,800、3つ選んで¥8,800。1人1回限りのご利用となります。



1周年記念、新メニュー登場!

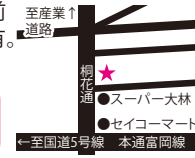
麺屋 狼煙 (のろし)

黒の外観が印象的なラーメン店、市内富岡1丁目の『狼煙』が1周年を迎えます。これを記念し、1周年となる4月16日より新メニュー「狼系・塩ラーメン」が登場します。とんこつスープの「狼系」と、とりからスープの「煙系」の2種類ある点が特徴。多くの要望に応え登場するこのラーメンは、黒マー油に背脂をミックスした自家製の香味油を浮かべた香ばしい逸品。風味抜群、パンチのきいた狼系の塩ラーメンをぜひ、ご賞味あれ! 営業時間は平日午前11時30分～午後3時、午後5時～午後9時、毎週土・日曜日、祝日は午前11時30分～午後9時(各LO/閉店15分前)。毎週火曜日定休。駐車場有。

●富岡1-55-1 ☎42-5054



「青いぼすと見た」でラーメン全品100引き(他の割引券との併用不可、5月末日まで)。



春のオススメ インフォメーション

エコタイヤフェア開催中!

あなたの
夏タイヤは
大丈夫?

エコプレミアムタイヤ

エコピアイービーヒック
**ECOPIA
EP100**
ブリヂストン史上
No.1*の低燃費性能。

エコスタンダードタイヤ

エコピアイーエックスプラス
**ECOPIA
EX10**
低燃費と安全性を
高次元で両立!!

NEW

夏タイヤ、格安にて販売中!!

*ブリヂストン国内乗用車向け補修用タイヤにおいて史上No.1。詳しくは製品カタログをご参照下さい。

保管もおまかせで安心! 便利! **タイヤお預かり**

外したタイヤの保管場所にお困りの方は、当店の倉庫にて適切に保管致します。

料金(4本・最大8ヶ月)
軽自動車 **3,150円**
乗用車 **4,200円**
RV車 **5,250円**

迅速作業でお待たせしません! **エンジンオイル交換**



車種に合わせた多種多様なオイルをそろえております。お待たせしません!!



専門店ならではの確かな技術力! **タイヤ交換**



安全、確実、丁寧に作業します。持ち込み作業もOKです。ランフラットタイヤもOK!



予告 **4/2金▷6火**
春の大感謝祭

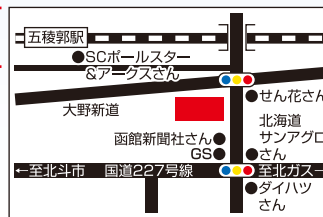
ミスター タイヤマン 函館港店

株式会社横内タイヤサービス

営業時間 / AM8:30~PM7:00

(3月、4月は無休で営業します。日曜日は午前9時~午後6時)

函館市港町1-15-4 ☎43-3710



春 ミ・カーサの生活新提案グッズ。

kitchen

Joseph Joseph
エベレート 各¥1,260

置いた時に先端が浮き上がるデザインをしているので、テーブルなどに置いた時に汚れないスグレモノ!!

スロットターナー
(フライ返し)



レードル
(お玉)

stationery

エセルテ ソーテッド A4
¥1,995

壁に掛けて書類を整理。持ち運びもできます!!

エクスパANDING
ファイル ¥819

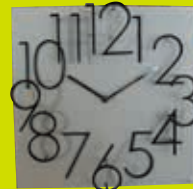
領収書、保証書、伝票類の整理に便利なインデックスファイル。



clock

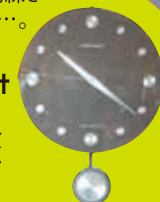
IDEA アラビックダンスウォールクロック
¥5,250

毎日見るものだから洗練されたデザインのもの...



振り子電波時計
¥5,250

お洒落な電波時計がこのプライス!!



新作エプロンも入荷!!
春からの新生活にオススメの雑貨がせいぞろい!!

Mi-Casa

Mi-Casa de Bambino

毎週水曜日定休
駐車場有

若手デザイナーによる雑貨等、道内では珍しい物を取り揃え、日常生活に楽しさと喜びを提案。

キッズにやさしい、ぬくもりあふれる衣類、玩具、生活雑貨を提案。

営業時間 AM10:00▶PM6:00(4月よりPM6:30迄)

phone 27-8188



質屋は人に優しい、不況時の強い味方。質屋を賢く利用しませんか?

金、プラチナ、新品家電
ROLEX、ルイ・ヴィトン **高価買取**

安心と信頼! 納得査定!
その場で現金!



他店と比較して、ご購入の上でお売り下さい。ご相談は電話でお気軽にどうぞ!

質屋には毎日、FAXやメールで金やプラチナの相場情報が入ってきますので、その日の相場で購入取らせて頂きます。例えば**3月5日現在の買取価格は18金1gあたり2100円**で、査定料、手数料などは一切頂きません。「電話ではお答えできません」というお店もございますが、当店は大丈夫。お気軽にお電話を!!

品物は手放したくない。でも、お金が必要...
そんな人は...

質 品物を査定し、評価に見合うお金を貸します。品物はお預かりしますが期限内に利息と元金をお支払い頂ければ、いつでも品物はおお客様にお返しします。期限を延ばすこともできます。取り立てのない、安心システムです。



品物を手放しても大丈夫。買い消費者に...
そんな人は...

買取

品物を手放しても大丈夫という方には買取システムをおすすめします。品物を査定し、その場で評価に見合う買取代金をお客様にお支払いします。



ただし、このシステムは品物の所有権が移るため、お客様の手元に品物は戻りません。

井口質店

午前9時~午後8時
日曜・祝日定休

販売も致しております

五稜郭店
☎52-6000

堀川店
☎51-4055



My Home Doctor 健康通信

歯科

人間の体に近いインプラント 前多歯科クリニック院長 前多 壯晃



歯の健康とインプラント治療について、今回も『前多歯科クリニック』の前多 壯晃先生にお話をうかがいました。

Q. 歯の健康とインプラント治療の関係について教えてください

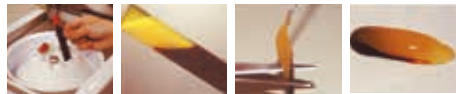
A. “歯医者に通っていても、歯はだんだん弱くなる”というイメージを持たれる方が多いかと思いますが、歯が抜ける原因は、1本の歯に過度の力がかかることと細菌感染によるものです。特に歯の健康で重要なのは、ものを噛んだ時に複数の歯にかかる「力の分散」です。入れ歯やブリッジの場合は健康な歯に負担がかかってしまいます。そういう意味でインプラント治療は、歯の健康にとってもよい治療法といえるわけです。

Q. インプラント治療をする上で大切なことは？

A. 歯周病菌の除去です。当院では「除菌ルーム」を設置し、対応しております。まず治療前に歯周病菌の除去を行うことでお口中の感染を防ぎます。また、インプラント治療後はおよそ半年に1度メンテナンスに足を運んでいただき除菌することで、当院でのインプラント歯周炎の発症は0%となっております。

Q. ほかに、前多歯科クリニックのインプラント治療の特徴は？

A. 現在、インプラント体の多くはチタン製が使われており、当院もチタン製を使用していますが、HA加工という人工の歯をコーティングしたインプラント体を使うことで、あごの骨とインプラントの生物学的結合を実現した点が特徴です。また、あごの骨がやせていてインプラント治療が困難な人のために、患者さんの血液から骨の材料を作り出して増骨するという画期的な機械を北海道で初導入しました。ご自身の血液から作るので安全です。



歯周病やインプラント治療など、詳しくはホームページをぜひ、ご覧下さい。

<http://www.maetasika.com/> 現在インプラント無料相談、矯正無料相談受付中

前多 壯晃先生プロフィール／インディアナ大学歯学部フェロー、サ・フォーラム歯科研修センター「咬み合わせ学」主任講師、バイオインプラントセンター講師、アビメディカル株式会社「健康と口臭セミナー」講師、日本顎咬合学会「咬み合わせ」認定医、国際歯周内科学会・アクティブ会員、日本矯正歯科学会、日本歯周病学会、日本小児歯科学会、日本歯科医療管理学会各会員
診療時間／月・火・木・金＝午前9時30分～午後9時、水・土＝午前9時30分～午後1時 日・祝休診
●函館市千歳町11-2 ☎23-5000

形成外科

ホク口（色素細胞性母斑）のここと すどう スキンクリニック院長 須藤 聡



ホク口というのは色素細胞性母斑といって良性の皮膚腫瘍です。ホク口の手術法ですが、ホク口といっても、形、大きさ、場所でのいろいろあります。その手術法も大きさ、場所が変わってきます。通常は局所麻酔の注射をして、紡錘形（木の葉のような形）に切除して縫い縮めます。

手術時間は、大きさにもよりますが、普通は20～30分くらいです。翌日か翌々日からは濡らしたりできます。抜糸は通常は1週間ほどです。抜糸するとしばらくは赤みがあったり、硬かったり盛り上がったりにありますが、徐々に落ち着いてきます。落ち着くのは3～6カ月くらいかかります。最終的には白い線のキズになり、目立たなくなってきました。また、場所や大きさによっては縫い縮める事ができないものもあります。その場合は皮膚をずらしたり（皮弁といいます）皮膚を植えたり（植皮といいます）することもあります。

直径3ミリ以下の小さなものに関しては、くり抜いたり、焼いたりする方法もあります。大きなものをくり抜いたり、焼いたりすると盛り上がったりにして、かえって目立つキズになることもあります。

ホク口の悪性化（癌化）については、ごまかれとされています。ホク口が癌になるのか、はじめから癌として出てきているのかははっきりしません。一般的には、足の裏、手のひらにあるもの、形がイビツなもの、色むらがあるもの、急に大きくなるもの、出血したり潰瘍化するものなどは要注意です。

須藤聡先生プロフィール／昭和大学医学部卒業、昭和大学医学部形成外科入局、沼津市立病院、前橋赤十字病院、太田熱海病院などを経て平成7年より函館に在住。大村病院形成外科に勤務。形成外科学会、皮膚科学会、美容外科学会、褥瘡学会会員。

診療時間／月・水・木・金＝午前10時～午後2時 午後3時30分～午後7時30分 土＝午前10時～午後2時 日＝午後1時～午後5時 休診／毎週火曜日・祝日

●五稜郭町34-16 2F ☎33-0865

美容外科

クリニックのシミシワ治療 美肌クリニック



五稜郭大村美容形成クリニック院長 大村 勇二

一夜にしてシミシワがなくなるとはあなたには思っていないでしょう。しかし、心ではそうなってほしいと願っています。クリニックの美肌治療の目標はできるだけ早く、人目に付かないように、きれいな肌・美肌・若返りになるよう努めることです。美肌・若返りするためには『フォトフェイシャル（光治療）』、『レーザーピーリングなど（ピーリング）』、『セルリバイブ・ジータ（皮膚再生療法）』、直接細胞にビタミンやミネラルを細胞に供給する『点滴療法』、毎日の『メディカルスキンケア（ドクターズメイド化粧品）』、そしてあなたの血液検査結果に基づきアミノ酸・ビタミン・ヘム鉄などあなたに必要な栄養素を信頼のある最適な形のサプリメントで提案する『サプリメント外来』を行い、短い期間に信頼のある濃厚な美肌治療を行うことです。

美肌・若返り治療の①フォトフェイシャル（フォトRF・フォトST）は高出力の光束にて、2～3週間の間隔で1クール5回の治療を行うシミ・シワ・クスマの治療機器で痛みが少なく、すぐ化粧もできる治療法。

美肌・若返り治療の②レーザーピーリングは従来のケミカルピーリングより強く、ニキビはもちろん、ニキビ跡、毛穴治療に最適な治療です。従来のケミカルピーリングと同様1クール5回程度の治療を行います。

美肌・若返り治療の③セルリバイブ・ジータ（皮膚再生療法）は自分の血液を採取し、その血液の中の細胞成長因子を皮膚に注入して目の下のクマやたるみ、口周囲のシワやたるみを迅速に改善させます。今までの注入物と異なり、長時間（2～3年）持続し、自分の血液なので安全です。

美肌・若返り治療の④毎日のメディカルスキンケア（ドクターズメイド化粧品）はマイルドなAHAピーリングを利用してビタミンA・ビタミンCの肌からの吸収率を高め、細胞分裂を活発にさせて、肌自体の血行代謝を高めて、シミシワの改善美白治療に働きます。

美肌・若返り治療の⑤定期的の高濃度のビタミンB群、ビタミンC、ミネラルを直接細胞に供給することで、同時に行うフォトフェイシャル、レーザーピーリングの効果をより実感できます。

美肌・若返り治療の⑥サプリメント外来は今まで自己診断していた栄養状態を血液検査結果に基づき科学的に解析して、あなたに必要な栄養素（高濃度高吸収率で信頼度の高いドクターズメイドサプリメント）を提供し、栄養面から健康をサポートするアンチエイジング治療です。

このような濃厚なシミシワタルミの美肌若返り治療を選択することで、手術でしかできなかった目の下のクマや輪郭の改善が可能になってきました。治療内容、経過等は責任のある医師から納得のできる説明を受けた上で治療をお受け下さい。

大村勇二先生プロフィール／昭和57年昭和大学医学部卒業、昭和大学形成外科へ入局、昭和61年大村病院副院長、平成15年10月五稜郭大村美容形成クリニック院長。医学博士・昭和大学兼任講師・日本形成外科学会認定医・日本美容外科学会正会員、日本抗加齢学会専門医。

診療時間／月・火・木・土曜日＝午前11時～午後3時、午後4時～午後8時 日曜日＝午後1時～午後5時 毎週水曜日・祝日休診

●本町8-18 五稜郭本町ビル7階 ☎35-4874 <http://www.5biyou.com>

小児科／小児神経科

ステロイドを上手に使う はるこどもクリニック院長 高柳 滋治



アトピー性皮膚炎の治療には、ステロイド軟膏が有効です。アトピーの患者さんの皮膚は、とても敏感になっています。少しの刺激にたいして過剰に反応したり、1度おこった炎症（赤くなったり、つゆがたりする）がなかなかおさまらなかつたりします。ステロイド軟膏が効果的なのは、この炎症を抑える働きを持っているからです。つまり炎症を散らす火消しの役です。皮膚の敏感な状態をしずめ、炎症をおこしにくくします。そのため今までと同じ刺激が加わっても、悪化しなくなります。炎症のなりにくさ＝皮膚の強さを高めるのがアトピー性皮膚炎の治療の重要なポイントです。

ステロイド軟膏にも副作用があります。全身の副作用（脂肪がつく、骨が弱くなる、背が伸びなくなる、感染しやすい）は、強い軟膏をかなり長い期間続けた場合です。小児科では、比較的弱い軟膏を使うのでそれほどおそれることはありません。局所（ぬけている場所）の副作用は、ステロイドを長く続けることで、かえって赤みが強くなったり、皮膚が薄くなったり、にきびが増えたり、感染を起こしやすくなったりします。皮膚が黒くなるのは、皮膚の炎症が繰り返されたためで、ステロイド軟膏のせいではありません。アトピー性皮膚炎が治るとよくなります。

ステロイド軟膏は5段階の強さに分かれています。皮膚の状態にあわせて強さを調節します。強い軟膏を使ったあとやめると、急に炎症が悪化することがあります。状態がよくなったなら、順次弱い軟膏に変えていき、最後はステロイドの入っていない軟膏や保湿の軟膏を使って皮膚の状態をうまくコントロールしていきます。

ステロイドだけでアトピーが治るのではなく、ステロイドは皮膚の炎症をおこりやすさをおさえて、皮膚の自己治療力を高める手助けをしているのだと考えてください。ステロイド以外の軟膏をうまく使ったり、スキンケア、食事療法、環境調整など総合的な治療を考える必要があります。アトピーの治療は長くなります。治療に関して疑問を感じたら、遠慮せずに医師や薬剤師に相談して下さい。

高柳滋治先生プロフィール／東京生まれ、昭和59年北海道大学医学部卒業、北海道勤医協札幌病院小児科勤務、平成4年静岡てんかん・神経医療センター小児科、平成6年道南勤医協札幌病院小児科医長、平成21年9月はるこどもクリニック開院。日本小児科学会専門医、日本小児神経学会専門医、日本アドラー心理学学会認定カウンセラー。著書／「いといと探しののびのび子育て」（合同出版）

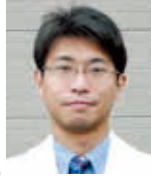
診療時間／月・水・金＝午前9時～正午、午後2時半～午後6時、火曜日＝午前9時～正午、午後4時～午後7時、木＝午前9時～正午、土＝午前9時～正午（4月から午後3時まで延長） 日・祝日休診

●七飯町本町6-7-42 本町保育園向かい ☎65-0500 <http://haru-kodomori.com>

整形外科

ロコモティブシンドロームについて

たき整形外科クリニック院長 滝 健児



みなさんは「ロコモティブシンドローム」という言葉を聞いたことはありますか？ 近年、介護を必要とする人や寝たきりになる人が増えていますが、その原因で多いのは「脳卒中」や「高齢による衰弱」などと並び、関節の痛みや骨折など、骨・関節・筋肉といったいわゆる「運動器」の障害があります。

ロコモティブシンドローム（運動器症候群）とは運動器の機能が衰えることにより日常生活での自立度が低下し、介護が必要になったり、寝たきりになる可能性の高い状態を指す言葉として新たに提唱されたものです。健康寿命を延ばす大切な要素であり、「メタボ」の運動器版として略して「ロコモ」と呼ばれ最近注目されています。

ロコモティブシンドロームかどうかを確認するためには「ロコチェック」があり、以下の7項目のうち1項目でも当てはまればロコモである心配があります。

- ◎片脚立ちで靴下がはけない
- ◎家の中でつまずいたり滑ったりする
- ◎階段を上るのに手すりが必要
- ◎横断歩道を青信号で渡りきれない
- ◎15分くらい続けて歩けない
- ◎2kg程度の買い物をして持ち帰るのが困難（1リットルの牛乳1パック2個程度）
- ◎家のやや重い仕事が困難（掃除機の使用、布団の上げ下ろしなど）

誰でも自宅で行える簡単な運動でロコモの予防や進行防止が可能です。お心当たりのある方はお気軽にお近くの運動器リハビリテーションの専門医にご相談ください。

滝健児先生のプロフィール／平成4年札幌医科大学医学部卒業、同年札幌医科大学麻酔科入局、平成8年北海道大学医学部整形外科入局、市立旭川病院、釧路労災病院など道内関連病院に勤務、平成20年函館中央病院に勤務後、現在に至る。平成22年4月12日たき整形外科クリニック開業予定。日本整形外科学会専門医、麻酔科標榜医、日整会リハビリテーション医、日整会リウマチ医、日整会スポーツ医。平成22年4月4日（日）院内内覧会開催予定（午前11時～午後3時）。

診療受付時間／月・火・木・金＝午前9時～午前12時30分、午後2時～午後5時30分（リハビリは、昼休みも受付いたします） 水・土＝午前9時～午前12時30分 日・祝日休診

●深堀町1-3 ☎30-8282

歯科／口腔外科

当院のインプラント治療におけるお約束

川瀬デンタルクリニック院長 川瀬 敬



①治療計画書のご提供

お口の中の状態は人さまざまです。個人個人のお口全体を把握し最も快適に過ごせるための治療計画書を作製しご本人にお渡し致します。

②コンピームCTによる分析

歯科用のCTを導入している当院ではインプラント手術に際しCT撮影し精密な分析を行い、その結果を患者様にご提示しより納得のできる安心安全な治療を行います。

③長期的に安定のするインプラント治療

当院では植立されたインプラントが長期間安定する治療を提案し、治療終了後も個々にあったメンテナンスでお口の健康をサポート致します。

④明確な料金設定、保証制度を設けております。

当院ではインプラントにかかる費用の内訳をわかりやすくご提示し、使用するインプラントや材料等を詳しく説明し、治療後の納得のいく保証制度を設けております。

インプラント無料個別相談致します。

3月27日（土）午後2時～ 4月3日（土）午後2時～

詳しくは問い合わせ下さい。

川瀬敬先生プロフィール／1999年3月岩手医科大学歯学部卒、1999年4月岩手医科大学・第2口腔外科研究生・函館協会病院歯科口腔外科勤務、2002年10月～吉田歯科口腔外科勤務、2010年3月川瀬デンタルクリニック開業

診療時間／月～金曜日＝午前9時～午後7時30分

土曜日＝午前9時～午後2時。

休診／日曜日・祝日

●田家町18-9 ☎84-1831 <http://www.kawase-dental.jp>

痩せやすいカラダへ！ 大注目の美容整体

クリアーボディ



骨が歪むと筋肉が硬くなり代謝を下げ、太りやすい体質になってしまふことを知っていますか？ 皮下脂肪は筋肉の隙間に溜まりやすいため老廃物を出しにくく、身体は様々なトラブルも引き起こすのだとか。それを防ぐには「美容整体」で、骨格を整え筋肉を柔らかくし老廃物を体の外へ出しやすくするのがオススメ。痩せやすい体質に変わりたい人、

肌の調子や冷え、肩こりなどのトラブルを改善したい人は、ぜひ1度試してみても…。「スタイルアップトレーニングコース」は3600円～。カウンセリング無料。営業時間は午前10時～午後9時（受付は午後8時まで）。要予約。毎週日曜日、祝日定休。

●本通2-33-33 ☎32-8856

☺「青ぼ見た」で「骨盤引き締め&美脚コース」通常4800円を3250円。「小顔整体」通常4200円を2990円。「リンパ整体」通常5000円を3990円。



応答いたします！
わんぱくに痩せたいあなたを
本当に応援します！

多彩なそばと甘味、新メニューも登場

花こよみ



「丸井今井」6階のそばと甘味の店『花こよみ』で、春の新メニュー「桜エビと枝豆のかき揚げおろしそば」（882円）が登場。香ばしい桜エビと食感のいい枝豆のかき揚げに、おろしを加えたあっさりとした味わいのそばです。冷と温のどちらもあるのでお好みでどうぞ。そのほか、「日替わりサービス」（20食限定、1050円）、そばにカツ丼や親子丼などのミニ丼がセットになる「そばセット」（819円）など、麺類とご飯物、甘味が同時に楽しめるメニューが多彩に揃っています。午後2時からのティータイムサービスセットも充実しており、お買い物の休憩にほっとするひと時…。ぜひお立ち寄り下さい。

●本町32-15 ☎32-6675

☺あんみつ通常577円、クリームあんみつ通常620円を3月23日～4月6日の期間中30%OFF。



季節を感じる本格フレンチを洗練された空間で…

センティール・ラ・セゾン函館山



市内元町で本格フレンチを味わえるレストラン『センティール・ラ・セゾン函館山』がオープン。函館近郊でとれた旬の食材が織りなすハコダテモダンフレンチをどうぞ。フランスの三ツ星レストランで修業したこだわりの料理人が作る料理は、広い世代に楽しんでいただける新しいスタイルのフレンチです。ランチは正午～L0午後2時。ディナーは午後6時～L0午後9時。要予約となっております。料理内容などのご希望があれば対応しておりますので電話予約時にどうぞ。レストランは函館山の麓、聖ヨハネ教会の隣。絶好のロケーションを楽しみながら至福のひと時を！ プライダルも受け付けています。

●元町3-29 【フリーダイヤル】0120-961-668

☺4月23日までの期間中、ご予約時に「青ぼ見たよ」で、ソフトドリンク1杯をサービス致します。



入学、就職祝いはお寿司で

お持ち帰り寿司 和（かず）



入学・就職などの門出をお寿司で祝いませんか？ 『お持ち帰り寿司 和』では、おめでたい席にぴったりの祝い寿司を用意。ネタはあわび、鯛、海老、ウニなどで1人前11貫2050円。これを4月11日まで青いぼすと限定で1500円にサービス。盛り合わせは蘭1人前11貫1300円、楓1人前10貫1000円、特選盛り込み和1人前10貫1900円など。寿司8貫のり巻き2コのランチセットは550円。日替わりのネタとお手頃価格で人気の本日のおすすめもありません。営業時間は午前11時～午後8時（ランチは午前11時30分～午後2時）、毎週水曜日定休（4月から毎週月曜日定休、月曜日が祝日の場合は営業）。

●北美原1-8-3 北美原小学校隣り ☎46-9710

☺「祝い寿司」2050円を、青いぼすと読者限定で1500円にサービス。期間は3月23日～4月11日。

