

POSTIN 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
TEL (0138)84-6816 FAX (0138)27-5001 URL aopos.jp Eメール info@aopos.jp
増刊号 2017.9.15 [fri]
1991年創刊 毎月2回(中旬・月末)発行

食欲の秋、リソルのランチは牛肉がアツい! ホテルリソル函館



『ホテルリソル函館』10階レストランは、食欲の秋におすすめのランチメニューがそろっています。中でも「鉄鍋ローストビーフ丼」と「鉄鍋ステーキ丼」(各1000円)は、人気のツートップ。鉄鍋で調理し提供されるこのメニューは、熱々の牛肉を豪快に味わうのが醍醐味。ローストビーフには卵黄、ステーキには長芋が付いており、まろやかな味わいも楽しめます。また、ソースとご飯のおこげは、文句なしのハーモニー。そのほかにも「白老牛カキノミステーキ」(1980円)、「白老牛入りハンバーグ」(1500円)、「大海老天丼」(1000円)など見逃せないメニューが充実。ホテル最上階からの景色を眺めながら、満足のランチタイムを過ごしては…。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30分～午後9時(LO/午後8時)。ランチ無休、ディナー不定休。駐車場有。なお、9月16日のランチタイムは貸切営業のため休業。

●若松町6-3 ☎23-9269

ミシンは修理・調整でお得! 長持ち! 越野ミシン商会



「諦めていたミシンの調子が良くなった」と、利用者から評判の『越野ミシン商会』では、メーカー問わずミシンの修理・修繕を行っています。動かなくなったミシンはもちろん、糸がからむ、糸切れ、音が高い、針が折れやすい、目飛びする、厚ものが縫えない、布を送らないなどといったミシンの不調から、診断を受けたことがないミシンまで承っています。ミシンの故障原因のほとんどは、油切れや調整不足。壊れる前にメンテナンスを。現在、「青いほすと」で出張費5400円のところ3240円にサービス中。まずはお気軽にお問い合わせを。毎週日曜日、祝日定休。



●大手町12-5 カサドル駅前303号 ☎27-6105 【携帯電話】090-8638-9844

屋根の落雪・氷雪対策

落雪対策にも色々あります。屋根に雪を乗せたままにしておく方法(雪止め、フラットルーフ、ステイルーフ等)、積もった雪を軒先のヒーターで融かす方法、自然落雪させるが隣家まで雪が行かないようにする方法(防雪フェンス)等。現在の屋根形状や敷地スペースを考慮して対策を練る必要があります。上の写真は屋根の片側だけをステイルーフにして隣家まで雪を落下させないようにしたもの。下の写真は軒先にルーフヒーターを入れて、雪を融かすようにしたものです。『コスモサポート』では、状況に合わせた対策をご提案しています。見積もりは無料。お気軽にご連絡ください。



●西栲楸町854-9 ☎49-0151(担当/大野)

【メールアドレス】cosmo21@ms7.ncv.ne.jp 建設業許可北海道知事(般-24)渡第03137号

コスモサポート

5周年記念の大抽選会を実施中! 熊貓社中 洋食キッチンSato



『熊貓社中 洋食キッチンSato』の「贅沢ハンバーグ」(=写真)は、コース料理級の大人のハンバーグで10日以上かけた特製デミグラスソースがたまらない逸品。通常ライスが付いて1350円のところ、ランチタイムには自家製ドレッシングのサラダ、ドリンク、さらに、プレートデザートが付くのでお得!

現在、1グループ3000

円以上の利用につき1回の抽選でお食事券が当たる5周年記念の大抽選会を実施中なので、ぜひこの機会をお見逃しなく!

営業時間は午前11時30分～午後2時30分(LO/午後2時)、午後6時～午後9時30分(LO/午後8時30分)。毎週木曜日定休。駐車場有。

●山の手2-9-22 ☎080-6060-7193



道南の短い夏が終わると、季節はいよいよ秋…。美味しいものをたくさん食べたり、家の中でゆっくりと秋の夜長を過ごしたり、それぞれ素敵な過ごし方を楽しむ季節の到来です。

さて、今回は青いほすと恒例の秋の増刊号をお届けします。素敵な秋をさらに美味しく楽しくしてくれる情報が盛りだくさんです。ぜひ、本紙をご活用して、あなたらしい素敵な秋の日をお過ごしください。

安心の修理実績は4000台を突破!

ブルーコンピューター



パソコン職人がそろった『ブルーコンピューター』は、修理実績4000台以上! いざという時に安心できるパソコンショップです。この時期は、夏バテ状態で不調になったパソコンの修理が増えており、不具合がある場合は早めのメンテナンスが必要です。店頭では簡易診断と修理見積りを無料で行っていきますので、まずは点検してもらってはいかがですか。また、これから起業する人や会社などのパソコン追加導入の際には、経費を抑えられる中古パソコンがおすす。もちろん、安いだけではなく、部品の選定やメンテナンスを厳しく行った良品を販売しているので安心。設置や設定など、サポート体制も万全。予算などお気軽にご相談を。営業時間は午前11時～午後7時。無休。店舗前駐車場有。



●大川町6-2 ☎87-0516

簡単、リーズナブル! 除雪機レンタル

バイクプラザ函館マジマ国産館

除雪機の販売、点検・修理を行っている『バイクプラザ函館マジマ国産館』では、今年から除雪機のレンタルを開始。降雪量にバラつきのある函館の気候に合わせ、必要に応じてリーズナブルに除雪機を利用できる嬉しいレンタルサービスです。保管場所もメンテナンスも不要なので面倒がなく、操作に不安があっても実際に体験しながら丁寧に教えてもらえます。レンタル期間も7日間から選べるので要望に応じた除雪機を必要な期間だけ使用可能。レンタルプランに迷っても親切なアドバイスを受けられます。詳しくはお気軽にご相談を。営業時間は午前10時～午後7時。毎週水曜日定休。

●松陰町17-12 ☎32-8192

小学6年生必見「中学入学準備コース」が始まります

未来塾

中学校入学前にすべきこと。それは、「わからないまま」を放置しないことです。中学校での勉強は、小学校で身に付けた知識を前提としているので、「わからないまま」では、中学校でも「わからないまま」になってしまうかもしれません。まずは、無料の学習診断テストで現状を把握していませんか?

学習診断テストは、国語、算数、社会、理科の4教科。9月30日(土)、または10月7日(土)の2日間、いずれも午前9時30分から正午まで、それぞれ定員5人で実施します。後日、送られてくる学習診断結果と今後の学習プランをもとに、「中学入学準備コース」をぜひ、検討してみてください。

学習診断テストの申し込みは、実施日前日の午後8時まで。メールか電話で申し込みください。

●田家町6-1北斗ビル3階 ☎050-1316-8134

[Eメール]miraijuku_hakodate@ybb.ne.jp [URL]miraijuku2015.jp

頭皮の健康に着目した自然発毛法

ヘアークリニックタグチ

健康な髪は健康な頭皮から育ちます。髪の毛の量が少なくなると頭皮を保護できなくなり、その結果脱毛がさらに進んだり、湿疹、乾燥などの頭皮トラブルの原因となり悪循環です。健康な髪は細くても固く、重さがあるので、ふわふわの柔らかい髪は本来の力を失っているのだそう。『ヘアークリニックタグチ』の「田口式温熱発毛療法」は、頭皮の健康に着目した薬剤を使わない自然発毛法。毛穴を広げて血行を良くし、老廃物を出させることで頭皮を元気にして自然な発毛を促します。



9月30日までは「青は見た」でこの「田口式温熱発毛療法」が1回お試し4000円になります。また頭皮の毛穴詰まりをもみだす「ヘッドスパ」も通常4000円のところ3000円に。送迎、出張応相談。

●宝来町31-10 ☎22-9482

懐かしさを感じる「支那そば」が好評!

麵次郎石川店



昭和のラーメンって、こんなだったかなあ...と思わせるような懐かしラーメン「支那そば」(650円、1日30食限定)が、『麵次郎石川店』で好評です。鶏ガラ、豚骨、昆布、鰹を使ったスープをベースにシンプルな醤油味で仕上げ、麺は懐かしさを感じる細麺ストレート。それに少し硬めのチャーシューとメンマ、ナルトのトッピング。この秋までの限定メニューだが、売れ行き次第で

は冬もメニューに加えるかもしれないとのこと。ぜひこの機会に賞味あれ! この記事特参(ご注文時にお渡しください)の1グループ全員、支那そばが1杯500円になります(10月31日まで)。営業時間は午前11時～午後9時(LO/午後8時30分、ただしスープがなくなり次第終了)。不定休。駐車場有。

●石川町349-17 ☎47-8633



腎臓病をサポート「低たんぱく食」新登場!

けんたくん

宅配弁当の『けんたくん』から、お手頃価格の「低たんぱく食」(2970円、5食、おかずのみ)が新登場。栄養価は1食あたり、たんぱく質8.3～12.1g、カリウム600mg以下。管理が難しいため価格が高めになる傾向がある腎臓病や人工透析中の健康管理食を、自信品質そのままに、持続しやすい価格でサポートします。

人気のバランス健康食「多幸源」(5食2700円)や朝食メニュー、糖尿病や高血圧向けの病態食など種類は豊富。日替わりメニューを冷凍状態でお届けするので約6カ月保存でき、電子レンジで温めるだけで便利に食べることができます。宅配エリアは旧函館市内のみ。詳しくはお問い合わせを。

●中道1-25-15 【フリーダイヤル】0120-098-156



「21周年特別コース」を味わいませんか?

四季 花菜



写真は一例です

『四季 花菜』ではオープン21年目を記念して「21周年特別コース」を用意しました(=写真、3500円)。コースは全部で9品目あるうち、焼き物、揚げ物、前菜、蒸し物、鍋は数種類ある中から好きなものを選ぶことができるのが嬉しいところ。予約がオススメ。期間は10月末日まで(宴会への使用不可)。ほかに、セットメニュー、一品料理、各種宴会も承っておりますので、詳しくはお問い合わせを。店内は座敷、掘りごたつ席、椅子席、カウンターがあるのでさまざまなシーンに合わせて利用できます。営業時間は午前11時30分～午後2時30分(LO/午後1時50分)、午後5時～午後10時30分(LO/午後9時40分)。宴会の場合は午後11時まで利用可能。不定休。駐車場有。

●梁川町21-18 ☎55-1515

体に元気を巡らせるアミノ酸

よねざわ薬品



「大きな手術の後、食事はできるようになったものの体調が思わしくなく、手術のために休んでいたアミノ酸をまた飲み始めたら元気が戻ってきたと知らせてくださったお客様がいました。その方に『命を助けられました』と言われた時は、本当にうれしく思いました」と話すのは、『よねざわ薬品』の米澤弘美先生。肉を食べない生活をしてきた人の減量相談には、長年の偏食で代謝が悪い「カツオエキスの天然アミノ酸」をプラス。結果はダイエットで疲れるどころか停滞期もなく、体は温まり、仕事も快適に動けるほど効果を感じたとか。目標体重までもうすぐだそうです。「減量はつらいだけでは続けられません。楽しいのが1番」と教えてくれました。営業時間は午前10時～午後6時30分。毎週日曜日、祝日定休。9月16日はお休みします。

●富岡町2-20-8 ☎84-5339



My Home Doctor [マイ・ホームドクター] 健康通信

歯科

歯の健康と体全体の健康

前多歯科クリニック院長 前多壯晃



日本人の35歳以上の80%以上が感染しているといわれる歯周病は、歯を失う原因の第1位であるとともに、糖尿病をはじめ動脈硬化や冠動脈疾患、認知症といった体全体の健康と密接な関係があります。

特に、歯周病と糖尿病の相互関係はよくわかっており、「歯周病は糖尿病の第6番目の合併症」といわれています。具体的には歯周病の細菌が、インスリンが血糖中の糖の濃度をコントロールする働きを阻害する「TNF-α」という物質を作り、血液中に流れ込むのです。

歯周病は痛みなどの自覚症状がないまま進行してゆく病気です。痛みが出た時は抜歯しなければならぬような状況になるほか、糖尿病をはじめとした体全体の疾患のリスクが高まる時期でもあります。

今後は歯科と内科など、それぞれの診療科目の医療機関が連携してゆくことが重要視されていますが、当クリニックでは内科の標榜科目を取得して内科医と連携しながら、これからの時代に必要とされている医療機関の連携を目指しています。

また、健康の秘訣は自身の体のことをよく把握している「かかりつけ医」がいることと昔からいわれてきましたが、これからは歯科についても、「かかりつけ医」を持つことが大切だと言えるのではないのでしょうか。

本欄は前多先生に取材し、本紙記者が執筆しました。

前多壯晃先生プロフィール/(医)前多歯科クリニック代表理事、インディアナ大学歯学部非常勤講師、歯科医療情報推進機構(IDI)理事、院内感染防止対策促進協議会理事

形成外科

血管拡張性肉芽腫

すどうスキンクリニック院長 須藤聡



良性の皮膚の腫瘍です。体に急いでできる赤い皮膚の腫瘍で、よく血管のかたまりなどと言われることもあります。あまり大きくはなりません。直径は5mm～2cmくらいで、色は赤色か暗赤色で、柔らかくて盛り上がっています。基部がくびれていることもあります。

発生に男女差はなく、子どもや若年者に多いようです。子どもでは顔に多く、大人では四肢や体幹に多いようです。急にできて大きくなりますが、だいたい2～3週間で大きさは一定になります。痛みやかゆみなどの症状はありませんが、血管のかたまりですので傷つけると出血しやすく、出血するとなかなか止まりません。腫瘍の表面にカサツタが付いたり、ジクジクしたりしていることもあります。悪性の皮膚腫瘍との鑑別が必要なることもあります。

原因としては、細かいキズや感染が引き金となって毛細血管が反応性に拡張してきたものです。エストロゲンによる血管の拡張が原因と考えられています。血管拡張性肉芽腫であれば、自然に治ることはほとんどない。腫瘍の表面に何かの治療が必要になります。

治療は小さいものは電気メスなどで焼いてしまいます。大きなものは切って取るようになります。十分に取らないと再発することもあります。電気メスで焼いたり、切除したりすると局所麻酔が必要になります。ごく小さいものであれば液体窒素で凍らせて治すこともあります。数回の治療が必要だったり、確実ではありません。

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、瘻瘻学会会員。

社交ダンス用アクセサリコーナー開設 ファッション雑貨のお店 エマール

亀田本町・五稜郭駅隣のAOKIビル1階の『エマール』は、レディース&メンズのファッション雑貨の店。お洒落なバッグや雑貨、アクセサリがリーズナブルに手に入れられる店です。このほど店内に、社交ダンス用のアクセサリのコーナーを設置。道南の社交ダンス愛好家のニーズに応える素敵なアイテムがそろっています。「ご来店感謝プレゼント」として9月15日より来店者に、「Bianca」のピアス、イヤリング、イヤークロ、「Cris」のストールのいずれか1点をプレゼント。買い物を楽しんでももらえます。営業時間は午前10時～午後7時。毎週水曜日定休。駐車場有。



ご来店感謝プレゼントも充実

●亀田本町65-27 ☎83-7310



今年もやります! タイヤ交換1台1000円 カーサービス 黒の兄弟



大縄町にある『カーサービス 黒の兄弟』では、毎シーズン大好評の「タイヤ交換1台1000円の予約を承り中です。破格の安さに加えインパクトのある店名のため、オープン当初は予約をためらう人もいたそうですが、徐々に「安いだけじゃない!」と評判が広がり、リピーターも増えています。そのため、混み合う場合がありますので、早めの予約がおすすめです。ほかにも「オイル交換」軽自動車2000円～、「車検」軽自動車50000円～や、整備、板金塗装なども行っています。さらに、新車・中古車販売、車両の任意保険、生命保険も取り扱っておりますので、詳しくは電話でお問い合わせください。営業時間は午前10時～午後6時。毎週日曜日定休。駐車場有。

●大縄町7-27 ☎86-9460 <http://www.kuronokyo>

リニューアルオープンします!



JR五稜郭駅前にある、ハチマキを締めたタコをデザインした赤い外観のお店「たこ8」が、9月15日から『亀田茶屋』としてリニューアルオープンします。近海産のタコを使い、カツオ、昆布、煮干しの和風だしにこだわったたこ焼きが評判。その自慢のたこ焼きが、リニューアルを機に味はそのままに10個500円から420円になります。また閉店時間が午後7時30分から午後9時50分に延長となり、夜も楽しめるようになります。メニューはほかに、変わり具メニューのたこ焼きや、新登場のたい焼き、夜限定のおつまみメニューなどが用意されます。たい焼き(120円～)は

定番の小倉、クリームのほか、チーズ味、お好み焼き味も登場予定。生ビール(400円)、ハイボール(350円)、ソフトドリンク(150円)なども提供しており、店内のベンチいただくこともできます。店舗裏に5台駐車できる専用駐車場もあるので、気軽に立ち寄り、店内で出来たて評判のたこ焼きを味わってみませんか。夜は立ち飲み感覚で楽しむのもオススメです。駅から歩いて1分の好立地でもあるので、帰宅途中に立ち寄り一杯飲む、そんな楽しみ方もできそうです。営業時間は正午～午後9時50分。毎週水曜日定休。駐車場5台。

●亀田本町65-25 ☎76-8531



亀田茶屋

6年生が中学入学後に最高のスタートを切る方法 ヒルズ学習塾

「かなりの確率で中学校入学後に走り出す秘訣がある」と、ヒルズ学習塾塾長は話します。

「それは、とてもかんたんなことで、中1の数学と英語の教科書を6年生のうち一度やっておくことなのです。6年生は小学校6年間の復習をするより、中学校の学習をさせる方が数倍有益。塾では中学校の学習内容をおおまかに、スピーディーにカタチづけていきます。その過程で現時点での弱点は解消することが多いのです。過去を振り返るより未来を向いた方がやる気が出ることは子どもも同じ。何よりも入学後の授業の理解度が格段に高まるアドバンテージは計り知れない」と、塾長。

中学校の予習に特化した小学生のコースは週2回10000円。入会金と初月月謝は無料。詳しくはお問い合わせを。

●山の手1-1-12 アシスト函館ヒルズA館305 ☎85-6266(担当/野田)



外出困難でも、身体が不自由でもおしゃれを 訪問美容ハート

『訪問美容ハート』は、一般家庭はもちろん、高齢者施設や病院など、さまざまな場所でおしゃれを楽しんでもらう、出張専門の理美容室です。ハートの特徴は、気になる出張料金は無料(旧函館市内および近郊)。さらに、後片付けを入念に行うので、自宅の床を汚したり散らかしたりなどの心配もありません。自宅で気軽にオシャレを楽しめる訪問美容ハートをぜひ一度。

料金は「カット」(顔そり・ブロー込)3240円、「パーマ」(カット・顔そり・セット込)6480円～、「毛染め」(カット・顔そり・セット込)6480円～。料金は在宅訪問の場合。

営業時間は午前8時30分～午後7時。無休。

●昭和2-24-18 ☎83-2575(予約直通)



本通店オープン記念特別セール!

メガネスマイル

プレミアムブランドから、話題の機能性フレームまで、さまざまなメガネがそろった『メガネスマイル』では、「本通店オープン記念特別セール」を2店舗合同で実施します。

GUCCI、FENDI、Cazal、フェラガモなど、世界的なプレミアムブランドのフレームが10%～最大60%OFF! さらに国内一流メーカー製のレンズ(近視、遠視、乱視、老眼)が無料でセットになります。

レンズは、薄型レンズ2052円～、遠近両用レンズ5400円～、カラーおよびブルーライトカットレンズはそれぞれ3240円～など、多彩なオプションレンズも超特価で提供(価格は各2枚1組)するほか、レンズとケースがセットになった54000円、7560円、9720円のレギュラーセットも幅広く取りそろえています。

メガネスマイルは、認定眼鏡士の資格を持ったメガネのプロをはじめ、経験豊かなスタッフが、1人ひとりに合わせたメガネを提供しています。大切な眼のために、まずは近くのお店へぜひ!

ポールスター店

●港町1-2-1 ポールスターSC・B棟1階 ☎40-7004 無休

本通店

●本通2-53-22 ☎84-5433 木曜休

