

POSTIN FREEPAPER 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 Email info@aopos.jp
1991年創刊 毎月2回(中旬・月末)発行

増刊
2018.6.15

毎月15日から3日間は、「黒割」です！

ブルーコンピューター



東京・秋葉原から直接仕入れた中古パソコンと、行き届いたアフターサービス、修理などで評判のパソコンショップ『ブルーコンピューター』では、毎月15日からおよそ3日間を「黒割」の日として、黒いノートパソコンを現金特価の9600円～29600円で提供しています。「ノートパソコンを格安で手に入れるチャンスです。ぜひ黒割をお見逃しなく！」とは、同社代表の田中勝也さん。自分に合った中古パソコン選びなら、知識と経験が豊富で親切丁寧な同店のスタッフにおまかせ！ 周辺機器やサプライ品も色々展示しているので来店する楽しさ



もあります。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

花火大会コースの先行予約開始!

ホテルリソル函館



『ホテルリソル函館』10階レストランでは、7月15日と8月1日に行われる花火大会に合わせた「花火大会コース」の予約を本紙読者限定で6月15日よりスタート! 7月15日は「ズワイガニのしゃぶしゃぶコース」(全6品)、8月1日は「花火会席コース」(全8品)と、どちらも豪華な料理と花火を堪能できるプラン。料金は各7560円(お子さまセット1620円)。利用時間は午後6時30分から花火大会終了まで(料理は来店時間に合わせて対応)。通常予約は6月23日からです。ご予約の際は、「青ほ見た」をお忘れなく。満席になり次第終了となりますので、お早めにご予約ください(順延日は7月16日と8月5日)。



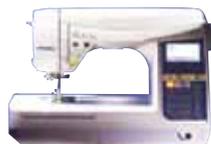
写真はイメージです

●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、「青ほ見た」で出張費5400円のところが3240円にサービス中。毎週日曜日、祝日定休。都合により6月23日は休業。



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

いよいよ季節は夏! 今年も道南に短い夏がやってきます。短い夏だからこそ、暑い季節をエンジョイしたいですね。

今回は本紙恒例の夏の増刊号をお届けします。夏にオススメの情報が満載の今号の記事の中からぜひ、あなたのお気に入りを発見し、ご家族やご夫婦、お友達同士で素敵なひと夏の思い出を作ってくださいね。

庭をつぶしても部屋をつぶしても駐車場! 株式会社コスモサポート



いまや一家に2台、3台が当たり前ともいえる自家用車。駐車場不足でお困りではありませんか? 『コスモサポート』では、自分達の車を停めるのはもちろん、来訪者のためにも、庭や家の一部を改良して駐車場を設けることを提案しています。「独立した子どもが孫を連れて遊びに来る」「訪問看護・介護の人が定期的に通ってくる」など、駐車場は車のない家でも必要になることが多くある上、冬には雪かきの除排雪スペースとしても活用できます。見積りは無料。お気軽にお問い合わせください。



●西枯梗町854-9 ☎49-0151 (担当/大野)

cosmo21@ms7.ncv.ne.jp 建設業許可北海道知事(般-29) 渡第03137号

痛くない施術で根本からスッキリ カイロプラクティック・フィノス。



五稜郭駅徒歩1分の『カイロプラクティック・フィノス』は、7月で10周年を迎えます。10周年の記念特別価格として、8月15日まで初回施術料5500円が2800円に。以前施術を受けた人も、通常4000円のところ同じく2800円で施術が受けられます。日常生活で生じた骨格の歪みを調整することで、肩こり・腰痛・頭痛・慢性疲労など、からだのつらい症状を根本から改善していきます。高齢者や女性、低学年でも安心の、痛くない施術です。詳しくはホームページ「函館フィノス」で検索をご覧ください。予約制。

●亀田本町65-24 ☎41-0299 <http://finocehiro.web.fc2.com/>



「夏期特訓」受講生募集中!

未来塾

小中学生の自立学習を支援する『未来塾』では、1人ひとりの課題に応じた個別指導の「夏期特訓」を実施します。

夏期特訓では、夏休みに克服する課題を明確にして成績アップを目指します。開講期間は、7月25日(水)から8月11日(土)まで。もちろん、夏期特訓のみの受講もOK。対象は、小学校低学年から中学3年生まで。申し込みは7月15日(日)までで、各コースとも定員は8人。定員になり次第募集を終了しますので、お早めにどうぞ。

なお、中学3年生には、数学と英語の2教科について、中1・2年生の全範囲を徹底復習する特別コースを併設。体験・相談は随時可。詳しくは、お気軽にお問い合わせください。

●田家町6-1 北斗ビル ☎050-1316-8134

【Eメール】miraijuku_hakodate@ybb.ne.jp 【URL】miraijuku2015.jp



「青ぼ見た」で、ヘナカラー20%引き! CLUB CUT E' (イーダッシュ)

五稜郭公園裏門近くにある『E' (イーダッシュ)』は、髪に優しいカラーリング「ヘナカラー」を、高い技術で施すことで人気のお店です。植物性の天然染料を使うヘナカラーは、トリートメント効果が高く、通常のカラーとは逆に回数を重ねるごとに、ハリとツヤのある髪になっていきます。このヘナカラーを「青ぼ見た」で通常価格7500円への20%引きで提供(7月15日まで)。また、更に上質になったハイクオリティなヘナカラーも入荷中! 美しく質の良い髪になる「ヘナカラー」を1度お試しあれ。営業時間は午前9時30分～午後7時。毎週月曜日、毎月第2・3日曜日定休。完全予約制。

●中道1-3-15 ☎52-6964



「青ぼ見た」特典実施中!

メガネスマイル

プレミアムブランドから機能性フレームまで、多彩なメガネをお得な価格で選べることで人気の『メガネスマイル』。

同店では、フレーム、レンズ、ケースがセットになって5400円(税込)という価格からメガネが作れます。これからの季節活躍するUVカットレンズ、カラーレンズ、またPC、スマホから出るブルーライトをカットするレンズをはじめ、お仕事やライフスタイルなどさまざまなシーンに合わせた機能性レンズもそろっています。今なら「青ぼ見た」で嬉しい読者限定特典も用意しているので、この機会をお見逃しなく!

営業時間は午前10時～午後9時。無休。

●港町1-2-1 ポールスターSC・B棟1階 ☎40-7004



ヘッドスパで変わります!

hair&spa affection



頭皮や毛髪の悩みにおすすしたいのが『hair&spa affection(アフエクション)』の「ヘッドスパ」(3780円)。オーナーは、東京をはじめ各地で講師活動を行ってきたスパニスト。ヘッドスパでは、ストレスや疲れなどでコリが溜まった頭部に深部まで圧をかけコリを緩和。血流やリンパの流れを活発にし、頭皮を整え丈夫な毛髪が成長しやすい状態に近づけてゆきます。顔のたるみが気になる人やリフレッシュしたい人にも好評。個室スペースもあります。

ので、周りを気にせず施術を受けられます。7月30日までは、そのほかのメニュー利用の際「青ぼ見た」で、ヘッドスパを3240円で提供。営業時間は午前9時～午後7時。予約優先。毎週火曜日定休。駐車場有。

●本町13-4 キャレットビル1階 ☎83-1194



夏期限定! 「冷やしカレーラーメン」 ラーメン専科 麵次郎田家店



『ラーメン専科 麵次郎田家店』からこのほど、夏期限定で「冷やしカレーラーメン」(780円)が登場した。夏場の名物メニューになるような逸品を考えていた魂のラーメン職人・中山武久店主が試行錯誤の上で完成させたこの1杯は、スパイスが効いたカレースープに千切りにした揚げジャガイモと中太ちぢれ麺、夏野菜、鶏肉が絶妙にマッチした注目メニュー。鶏ガラとかつおだしを使ったスープは冷やした後に丁寧に脂分を取り除くことでさらさらした味わいを実現。真夏の食欲減退期でも美味しく味わえそう。1杯だ! 営業時間は午前11時～午後9時。不定休。駐車場有。

●田家町5-19 ☎40-1663



夏場にオススメ、「汁なし冷やし担々麺」 麵次郎石川店



『麵次郎石川店』から夏期限定の「汁なし冷やし担々麺」(850円)が登場しました。コシの強い太麺に花山椒の辛さが効いた麻婆あんがかかって、それにキュウリと水菜、トマトのトッピングが絶妙にマッチした逸品。これなら暑さで食欲がなくなる夏場でもどどんと食べられそう。6月15日から7月13日までの期間中、この記事を切り取って持参した1グループ全員、600円

以上のラーメンメニューに限り100円引きになります。必ずご注文時に記事持参の旨をスタッフにお伝えください。営業時間は午前11時～午後9時(L0/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



本場仕込みのスペイン料理専門店が誕生

マル モンターニャ

バルセロナで6年間修業した塩田シェフが3月に開いたスペイン料理専門店『マル モンターニャ』。スペイン語で「海と山の幸」を意味する店名の通り、道南のおいしい肉・魚・野菜と現地から取り寄せた調味料で作る本格スペイン料理が楽しめます。昼は、評判のパエリアランチセット(1280円)をはじめ、3種類のランチを用意。夜は、常時10種類以上のピンチョス(200～230円)がカウンターに並ぶ本場のバルスタイルに変わります。その他アラカルトやディナーセットメニューもあり、チョイ飲みから本格ディナーまで幅広く対応。4人から宴会(5000円～)可、10人以上で貸切も可。営業時間は正午～午後2時、午後6時～L0午後8時30分。毎週火曜日定休。駐車場有。

●松陰町31-13 プレジオ函館松陰町1階 ☎83-5993



健やかで楽しい毎を送るための健康通信

歯科

口内の健康と全身の健康との密接な関係

前多歯科クリニック院長 前多壯晃



今回は歯の健康状態と、全身の健康状態との密接な関係について話します。人間の歯は臓器的な役割を果たしています。日本人の35歳以上の80%が感染しているといわれる歯周病は、臓器的な役割を果たしている大切な歯が失われる原因の第1位であり、糖尿病や心筋梗塞、認知症といった全身疾患へのリスクが高まる感染症です。さらに、歯の噛み合わせが頭痛や肩こり、腰痛の原因になることもあります。そのほか、歯の治療で使用する有害金属のことも含めると、歯の健康状態が、体全体の健康と密接な関係があることは明らかです。

医科、歯科、薬科の各分野が連携して治療に取り組む「医歯薬連携」が目目されていますが、内科の標榜を取得している当院でも、こうした医歯薬連携に注目して、歯の健康と、全身の健康との相互関係に注目。歯周病菌死滅の内科的アプローチや歯科医療による口内の金属の材料の変更、内科医療による体内からの排出といった治療を行っています。

臓器的な役割を果たしてくれている自然無垢な歯が失われ、やがて歯周病が原因となって全身疾患になった時に後悔しないためにも、歯科医にも「かかりつけ医」を見つけることが大事ではないでしょうか?

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

鍼灸院

施術環境の大切さについて

本通藤本針灸院 藤本泰司・夕起子



痛みなど辛い症状を訴え来院された方を施術するとき、症状へのアプローチ方法や技術とともに、患者さんが負担の少ない楽な姿勢で施術が受けられることも大切と考えています。

例えば当院では五十肩の場合、患部だけをみるのではなく、横になったときの寝姿勢も確認しながら1人ひとりの体型などに合わせて枕の高さを調節し、力を抜いて楽に施術を受けられるように最適な大きさの抱き枕を用意します。また、腰痛の方にはただうつ伏せになってもらうのではなく、お腹の下に枕を敷きます。そうすることで施術時の患者さんの腰への負担が軽減できます。うつ伏せの施術では足の枕を使用することもあります。

坐骨神経痛の場合は、横向きになって股関節と膝を90度にするのと施術される側も楽なうえ、脚がまっすぐなままだと隠れている施術ポイントに、より効果的にアプローチすることができます。施術ベッドもそのまま使用せずに、独自でスポンジを重ねて肌に柔かく感じるよう工夫しています。

コリをほぐしたい、痛みを何とかしたいと来院された方々に負担のない施術姿勢や環境を提供することは、技術はもとより症状改善のお手伝いをするうえでとても重要です。

藤本泰司さんプロフィール/鍼灸士、明治鍼灸大学(現明治国際医療大学)卒業。東京、神奈川、広島で実績を重ねた後、自身と同じく国家資格を有する夕起子夫人とともに同院開業。プロ野球・プロテニス選手などの施術実績も多数。厚生労働省 北海道厚生局長認可「北海道鍼灸マッサージ柔整協同組合」、厚生労働省認可「日本保健鍼灸マッサージ協同組合連合会」会員。

10周年記念、全ヘアーズメニュー半額!



「綺麗になりたい」「格好よくなりしたい」などの希望を叶えてくれる技術と機器を持ち合わせている『ヘアーズベリー』が、7月8日に10周年を迎えます。そこで、日頃の感謝を込めて「10周年記念キャンペーン」を実施します。キャンペーンの利用は、すべて「青ぼ見た」をお忘れなく。6月16日～30日は、サロントリートメントをサービス。7月1日～6日は、新規30%オフ。7月7日～9日は、全ヘアーズメニュー半額。7月11日は、メンバー限定1メニューに限り50%オフ。なお、早期に予約が埋まることが予想されますので、予約はお早めに。浴衣の着付けやセットの予約承り中。営業時間は午前9時～午後7時。毎週火曜日定休。7月17日(火)は営業。予約優先。駐車場有。

●本通3-15-11 【フリーダイヤル】0120-980-830

ヘアーズベリー



便利で安心、健康管理食を始めませんか?

けんたくん

宅配弁当の『けんたくん』では、健康管理食を美味しさそのまま約6カ月保存できる冷凍状態でお届けします。好きな時間に電子レンジで温めるだけで食べることができるので便利で安全。続けることが大切な毎日の食生活をしっかりサポートします。



栄養バランスの良い「多幸源Ⅱ」(5食セット、2700円)や、生活習慣病予防やダイエットにおすすめの「ひまわり御膳」(7食3750円)などメニューは豊富。腎臓病や人工透析中の健康管理食を自品質そのままに、持続しやすい価格で提供している「低たんぱく食」(2970円、5食)も好評です。

全ておかずのみの価格で、宅配エリアは旧函館市内のみとなっています。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

眠らずして疲労は取れない

よねざわ薬品



眠りに悩みながら、富岡町にある『よねざわ薬品』に相談してみませんか。漢方の修業を長く積んだ米澤弘美先生が「不眠の改善に…」と紹介するのは、バナナ、イカ、ワインに多く含まれる成分・アミノレプリン酸ドリンク(30本16200円)。「この成分は体内でも作られるものの17歳ころをピークに減り始め、60代で半減。ストレス、過労、運動不足でも減少が加速します。ぐっすり眠れず夜間尿の回数が増えたり、朝起きてもぼーっとしていませんか。アミノレプリン酸を若い頃のように体に蓄えて細胞内に行き渡らせてあげてください。普段お使いの眠剤は急に離さず、ゆっくりと様子をみながら減らしていきます」と話します。営業時間は午前10時～午後6時30分。毎週日曜日、祝日定休。

●富岡町2-20-8 ☎84-5339



落ち着いた空間でスタイルチェンジ

ヴィーナス オブ バング



杉並交番向かいに、美容室『ヴィーナス オブ バング』がオープン。2階サロンから見える校庭の緑、時折聞こえる電車の音。そんな、ゆったりとした落ち着いた空間で、お気に入りの本を読みながらスタイルチェンジができます。階段にはチャイルドガード、トイレにはおむつ台を設置し、お子様連れにも好評です。「お客様のニーズにお応えできるよう、お1人でゆっくり、ご家族と一緒になど、ご希望に合わせてご利用時間に余裕をもって予約いたしますので、ご相談ください」と同店。着付・衣裳レンタルも受け付けているので、成人・卒業などの相談もぜひ同店へ。「皆様のセカンドハウスのようなサロン『ヴィーナス オブ バング』でお待ちしております」と同店はPRしています。

●杉並町20-42 ☎83-6514(美容部) ☎83-6524(衣装部)

注目の増毛、「エアリーエクステ」

Beauty Salon Pirica

日吉町にある『Beauty Salon Pirica』(ビューティサロンピリカ)の増毛技術「エアリーエクステ」が注目を集めています。

「エアリーエクステ」とは、今生えている髪の毛の根元に直接、「エアエクファイバー毛」と呼ばれる人工毛を結びつけていく増毛技術のことで「エアエク」の愛称で呼ばれています。液剤や接着剤を使用せずに行っていく施術なので頭皮にかかる負担が少ないと好評です。施術時間は100本で15分程度。

人工毛の色は何種類もあり地毛に合わせて選ぶことができます。施術後は、普段通りの洗髪、ドライヤー、ブラッシングができることはもちろん、カットやパーマ、カラーリングなどオシャレなヘアアレンジを楽しむこともできます。

施術後、地毛が伸びることによって根元に結んだ人工毛が根元から離れ不自然になってしまうので、2ヶ月に1回ほど来店して根元から離れてしまった結び目を再び根元に戻すメンテナンス(1本につき20円)を行うことで効果を持続させる事ができます。毛髪を切らずに済むのは、人工毛を薬剤や



接着剤を使わず結んで行う施術ならではの「オススメは500本の施術(税込21600円、施術時間2時間程度)ですが1000本の施術(税込43200円)だと劇的に変わります。男性の来店も大歓迎です」とオーナー。

デリケートな髪に関する悩みはあまり人には知られたくないという人も多いのではないのでしょうか? 同店は美容室なので、エアエクのほかカットやカラーに通っている人も大勢いて、他人の目を気にせずに通うことができる点や、施術を個室で行う点も嬉しいポイント。

年齢や性別を問わず「頭髪のボリュームがなくなってきた」「つむじ部分の髪や前髪がいつも同じところで割れてしまう」「頭頂部が薄くなってきた」という悩みのほか「額がM字に薄くなった」という男性も、悩む前にはまずはお問い合わせください。

カウンセリングは無料。今なら新規に限りエアエク500本を行うと100本サービスとなるお得なキャンペーンを実施中なのでこの機会をお見逃しなく!

また、当店は「エアリーエクステ」の技術を学ぶ事もできます。その際の受講資格はなく、臨時説明会も行っているので詳細は下記電話番号までお電話を。

営業時間は午前9時30分～午後6時30分(エアエクのみ午後5時まで受付)。毎週水曜日、毎月第2、3火曜日定休。駐車場有。

●日吉町1-16-2 ☎56-7555



Before



After ▶ 300本



After ▶ 600本



After ▶ 800本



After ▶ 1000本

