

POSTIN FREEPAPER SINCE 1991 青いほすと

増刊
2019.11.15

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
phone (0138)84-6816 FAX (0138)27-5001 URL aopos.jp Email info@aopos.jp

辛い咳、痛みの季節に朗報



よねざわ薬品
前回の本紙で3種類の喉の症状について掲載した『よねざわ薬品』では、掲載後すぐに同じ悩みの方が来店。漢方顆粒薬(20日分8800円)と体質改善のための天然アミノ酸(20日分3960円)を試し、少しずつ回復して「これからも続けたい」との声が聞けたそうです。紹介したのは夜中も止まらない咳、喉にへばり付いて切れないタン、喉の奥に流れる鼻汁について、中

でも長年の悩みから少しずつ解放され「寝起きのタン出しが楽になった」と再来店した人もいます。寒くなるこれからは痛みに悩む人も増えるそう。病院では異常なしと言われても痛みはなかなか我慢できないもの。長く悩まずに1度相談してみてください。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



飲食店の厨房機器のことならお任せ！ 株式会社サンテクニカ函館



『株式会社サンテクニカ函館』は、飲食店厨房機器のメンテナンス、販売、リース、設備工事・改修、新規設置、修理をはじめ、家電修理や厨房レイアウト制作、省エネ化のお手伝いまで、オールマイティな会社です。「修理が難しいと言われた機器でも、諦めたらそこで試合終了だよと自分に喝を入れ、まずは機器と向き合っ、廃棄の淵から生還させてきました。何よりお客様が驚いて、喜んでくださる瞬間がたまらなく好きです」と笑顔で話すオーナーの宮城さん。緊急時にも柔軟に対応してくれます。故障かなと思ったら、まずは連絡してみてください。ホームページは、「サンテクニカ函館」で検索を。午前9時～午後6時。毎週土・日曜日、祝日定休。

●白鳥町19-22 ☎76-7887

12月20日まで道内送料無料でキャンペーン！ ギフトプラザ オスカー

『オスカー』のお歳暮におすすめのギフトを紹介。パッケージも中身もリニューアルした「スターボックス」のコーヒーセット(6箱入、5400円)や、缶切り不要の小分けタイプになった「五島軒」のカレー(8缶入、5400円)。スイーツでは、フィナンシェ(1080円～)がここ数年大人気(飲食料品は消費税8%)。



12月20日まで1個税別2500円(割引対象商品は割引後の価格)以上の商品は道内送料無料で、商品により道外も+300円で発送可能。メガドンキホーテ支店でも実施中。本店のみ、キャッシュレス決済5%還元。両店舗でプレミアム付商品券も利用可。お世話になった人へ、大切な人への贈り物に…ぜひ。営業時間は、午前9時～午後6時(祝日は午前10時～午後4時)。年末年始定休。駐車場有。

●万代町9-1 ☎41-8880

SEASONS +plus

2019
冬
Winter

いよいよ冬がやって来ますね…。寒い季節ですが、年末ならではの楽しみを見つけ、毎日を楽しく快適に過ごしたいものです。
今回は恒例の冬の増刊号をお届けします。年の瀬にふさわしい各種の情報を参考に、素敵な冬を迎えてくださいネ!

リラックスして日頃の疲れを解消しましょう 手もみのさとう



本格的に寒い季節がやってきます。季節の変わり目は体調を崩しやすいものです。

『手もみのさとう』は暖かい施術室の中で、1人ひとりに合わせた丁寧な施術を行っています。巧みな手技は評判で、リラックスしながら日頃の疲れを解消することができるでしょう。男性と女性のスタッフがいて、要望にあわせて対応しています。

コースは、「手もみコース」(60分3500円)など、良心的な料金設定で好評です。また、特定部位の施術にも対応しています。

さらに出張(施術料プラス1000円)も可能で、自宅ゆっくり施術したいという人から好評です。営業時間は午前9時～午後7時。予約制。不定休。

●大川町4-4 ☎40-8761



お洒落なブランドメガネが超格安!

メガネスマイル



おしゃれでリーズナブルなメガネがそろう『メガネスマイル』では11月15日～12月15日に期間限定セールを実施します。イタリアのファッションブランド「TRUSSARDI(トラサルディ)」のメガネが通常価格19800円～39600円(各税込)のところが、数量限定で6600円～8250円(各税込)の大特価!! 商品により70%以上の大幅値下げが提供します。おしゃれブランド「TRUSSARDI(トラサルディ)」のメガネを格安で手に入れるチャンス! もうすぐ年の瀬。新しいメガネで新年を迎えませんか? ぜひ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 ボールスター・SC棟1階 ☎40-7004

障害がある人の仕事のことは今すぐお電話を! 障害者就労移行支援事業 ジョブシード

『障害者就労移行支援事業 ジョブシード』は、障害がある人が自分に合った仕事や職場環境でいきいきと働き続けられるよう就労支援を行う事業所です。自立安定した職業生活を実現するための準備訓練期間には、仕事に必要なスキルやコミュニケーション、作業訓練などを行う施設内訓練からはじまり、施設外訓練、就職活動、職場定着と、1つずつ無理のない体制でステップアップ。常勤の公認心理師とキャリアカウンセラーのサポート体制が充実しているのも特徴で、就職後も職場への定着などをサポート。開業から2年10カ月を迎えた今年10月末現在では、20人の利用者が一般企業などに就職しています。



本人はもちろん、家族からの相談もお気軽に! 障害者手帳、障害者基礎年金の証明書、自立支援医療受給者証を持っていない人もお問い合わせを。

●深堀町1-7 ☎83-8018 【携帯電話】080-1896-1077(担当/平野)

ミシンの修理、調整ならお気軽にご相談を!

越野ミシン商会



ミシンの修理、調整から新しいミシンの購入や買い替えまで、ミシンのことなら信頼と実績の『越野ミシン商会』へ! ミシンは長く使っていると、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不具合が出てきます。また、油切れや調整不足は故障の原因になります。まずはミシンのプロの越野さんにご自身のミシンを診断してもらい、必要に応じてメンテナンスをしてもらうことをおすすめします。利用者からは「諦めていたミシンの調子が良くなった」と喜びの声も多数。メーカーを問わずミシンの修理・修繕を行っています。現在、「青ば見た」で出張費5500円のところ3300円にサービス中。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



不用品の整理は今年のうちに

生前・遺品整理のマイマイ

『生前・遺品整理のマイマイ』は、依頼者の意向に寄り添う形で家財をひとつずつ丁寧に仕分けする親切な対応で評判です。

家電製品や骨董品などの値段が付く家財はできるだけ買い取りし、作業料から買取金額を相殺し、費用面の負担を軽減してくれるのもうれしいポイント。仏壇・神棚・人形などのお焚き上げ供養も引き受けてくれます(料金別途)。見積もりは無料で、整理作業終了後追加料金を請求することは一切ありません。女性スタッフが在籍しているので、事前に希望すれば見積もりや整理作業を女性スタッフだけに依頼することも可能です。家の中に溜まった不用品は今年のうちにさっぱりと整理して、新たな気持ちですがすがしく新年を迎えませんか? 受付時間は午前9時～午後6時。年中無休。

●北斗市七重浜1-10-40 【フリーダイヤル】0120-4652-65



～大切な思い出や品々を心を込めて丁寧に～

10周年を迎えた評判の中古パソコン専門店! ブルーコンピューター



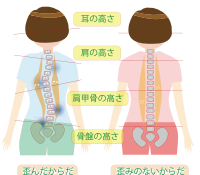
東京・秋葉原から直接仕入れた中古パソコンと、行き届いたアフターサービスで評判の『ブルーコンピューター』が、このほど10周年を迎えました。

田中代表は、「Windows7のパソコンのサポート期間が2020年1月14日に迫っています。サポートが終了するとセキュリティーのプログラムが更新されなくなるため、セキュリティーリスクが高まります。この機会にWindows10のパソコンに買い替えませんか?」と話しています。セキュリティーはもちろん、新機能により、快適なパソコンライフが実現できます。Windows10への買い替えならぜひ、同店へ! また、毎月15日から3日間は「黒割」の日で、黒いノートパソコンに限り現金特価の9600円～29600円で提供しています。

営業時間は午前11時～午後7時。無休。店舗前駐車場。
●大川町6-2 ☎87-0516



体の不調は体のゆがみが原因かも… カイロプラクティック・フィノス



頭痛、肩こり、腰痛、手足が冷える、よく眠れない、関節痛、生理痛がひどい、胃腸が弱い。そんな悩みはありませんか。「体の不調の原因は、背骨や骨盤のゆがみかもしれません。体のゆがみを1度チェックしてみませんか」と話すのは『カイロプラクティック・フィノス』の横山聡先生。カイロプラクティックは骨格の歪みを調整することで、体のつらい症状を改善してゆくという施術です。痛くないので高齢者や女性、お子さんでも安心。12月末日まで「青ば見た」で初回施術料4500円が3500円。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。ネット予約もできます。
●亀田町65-24 ☎41-0299 <http://www.fino.jp/finoce/>



屋根の落雪・氷雪対策

コスモサポート



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。お気軽にお問い合わせください。

●西枯根町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-29)渡第03137号



健やかで楽しい毎を送るための健康通信

歯科

歯周病の内科的治療について

前多歯科クリニック院長 前多壯児



歯周病が様々な全身疾患につながることはよく知られており、本欄でも何度か解説してきました。糖尿病や心筋梗塞、さらには認知症にもつながることが明らかになっています。歯周病の怖いところは、初期の段階ではほとんど自覚症状がないということです。歯周病は風邪と同じように感染症で、日常生活の中で歯周病菌を持った人から感染することにより歯周病になります。歯周病菌に感染すると自覚症状がなくても進行して、やがて歯肉の出血、腫れといった症状になり、最終的には歯を失ってしまうこととなります。

歯周病菌は歯と歯茎の境目の溝である歯周ポケットで繁殖します。そのため、歯周病の進行を防ぐためには日常的に歯周ポケットをブラッシングする治療法が一般的に知られています。しかし実際には日常的なブラッシングで歯周ポケットで繁殖する歯周病菌を完全に除去することは難しいため、薬によって歯周病菌を死滅させるという内科的治療が注目されています。具体的には「位相干渉顕微鏡」という顕微鏡で歯周病菌の感染状態を確認して、薬によって菌を死滅させます。その後は、日常的なブラッシングや歯科医でのクリーニングを行います。再び歯周病に感染する場合もあるので、顕微鏡で歯周病菌の状態を確認して再発、悪化を防いでゆくこともおすすめです。

口臭や歯茎の腫れなどが気になっている人、または糖尿病や心筋梗塞などの疾患の不安がある人はぜひ一度、ご自身の口内の歯周病菌の感染状態を確認してみたいかがでしょう。

本欄は前多先生に取材し、本紙記者が執筆しました。
前多壯児先生プロフィール/ (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

冷えは万病のもと

本通藤本針灸院 藤本泰司・夕起子



もうすぐ年の瀬…。これからどんどん寒くなってゆきますね。「冷えは万病のもと」という言葉があります。寒くなって体が冷えると、酸素や養分を運ぶ血液の循環が悪くなります。そんな寒い時期に関節や筋肉の痛みがあって私どものところに行っちゃう方も少なくありません。そうした痛みや苦痛の多くは、やはり適度の温かさで温めることが回復への早道である場合が多いです。

私どもの鍼灸治療の分野では、よもぎを原材料にした「ねりもぐさ」と呼ばれる棒状の灸を用いた温灸を行っています。心地よい室温を保った院内で、心地よい温かさの温灸で患部をゆっくり温めて痛みの原因であるコリをほぐしてゆきます。「お灸」というと、とても熱いというイメージを抱く方も多いようですが、心地よい温かさでリラックスしながら回復を目指すのが温灸です。

体の痛みや苦痛があっても私どもの元を訪れる方々の患部のほとんどは冷たくなっています。「冷えは万病のもと」という言葉を実感します。

これからはますます寒くなる時期は、できるだけ心地よい適温での生活環境を保つことが大切です。さらに適度に体を動かして体が冷えないようにすることも健康の秘訣といえるのではないのでしょうか。なお、医療保険療養費支給申請については医師の同意が必要な旨を明示する場合があります。藤本泰司さんプロフィール/ 鍼灸学士。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業協同組合」、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。

11月16日からクリスマスキャンペーン!

ヘアーズベリー



「綺麗になりたい」「格好よくなりたいたい」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』では、11月16日から12月31日まで「クリスマスキャンペーン」を実施します。期間中は「青ぼ見た」で、新規の利用はヘアーズメニューが20%オフ、メンバーはポイントが2倍になります。さらに12月が誕生月の人には、サロントリートメントをサービス。お得なこの機会を、お見逃しなく!

なお、キャンペーン中は、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。成人式と卒業式の着付けやセットの予約受付中。

営業時間は午前9時～午後6時。毎週火曜日定休。予約優先。駐車場有。

12月の休みは、3日、10日、17日と31日の午後。新年は1月4日～通常営業。

●本通3-15-11 【フリーダイヤル】0120-980-830



食事療法をサポートします!

けんたくん

食事療法食や健康管理食などのお弁当を冷凍で宅配する『けんたくん』。糖尿病や糖尿病予備軍、肥満などでエネルギーコントロール食を考えている人には「すみれ御前」(1食810円、注文は3食〜)が、おすすめです。エネルギー量や塩分をコントロールした食事を用意するのは難しい…という人でも、電子レンジで温めるだけで食事療法を継続できます。そのほかにも、塩分コントロール食、たんぱくコントロール食、バランス健康食などを用意しており、医師の指導を受けている人はもちろん、健康な生活を維持したい人の食事をサポート。詳しくは、お気軽にお問い合わせを。お弁当は冷凍庫で約6カ月保存可。宅配エリアは旧函館市のみ。

●中道1-25-15 【フリーダイヤル】0120-098-156

