

青いほすと

Issue.287
2003.10.31 [fri] **FREE!**

発行/函館どつく株式会社ミッド事業部
〒040-8605 函館市弁天町20番3号

【編集室】 ☎27-9210 【営業業務】 ☎23-5688
【FAX】 23-5699 【E-mail】 aoi-post@aurora.ocn.ne.jp
【URL】 http://oceanplace.jp/aopost/

1 JR函館駅

函館駅のはじまりは明治35年。当時は市内海岸町にありました。明治37年、2代目新設の時に現在の市内若松町に移転。その後、2度にわたって建て直し、今年6月に5代目『JR函館駅』がリニューアルオープンしました。駅舎1階にはミニコンビニエンスストア、お土産店、カフェ、ベーカリー、ブックショップ。2階には、函館山を眺望するレストラン、カレーショップ、シーフードレストラン、各種イベントに利用できる多目的フリースペースなどが併設。大きく生まれ変わりました。また、バリアフリー設計で乗車口まで階段がなく、スムーズに移動できるようになったのもうれしい点です。ガラス面を多く使用し、駅舎中央部に円筒系形のロンドナを配置するなど、光に恵まれた快適な空間であることをモットーとしています。旅の玄関口としてだけでなく、市民の憩いの場として利用できるようになったJR函館駅へ足を運んでみませんか。

●若松町12-13



青いほすと地域活性化応援企画 第10回記念特集

若松町界隈 ベスト10

大門——。JR函館駅前周辺・若松町界隈を函館っ子はそう呼ぶ……。ひと昔前、デパートが主催する催し物に子供達ははしゃぎ、若者達はとびきりのオシャレをしてウインドショッピングを楽しんだ。やがて夜のとぼりが降りる頃には、社用族がこぞって繁華街に繰り出し、難しいビジネスの後の心地よい一杯を酌み交わした。音羽通、柳小路、なんて美しい響きなのだろう。

昨今、JR函館駅前地区の活性化が強く望まれている。勘違いしたくないのは、新しい施設が整備され、画期的なイベントなどが催されれば活性化が実現できるのではないということ。この界隈が華やかなりし頃に思いついた夢や喜び、愉しみといったものをいま一度思い起こし、この界隈に愛着を持ち、足を運んで界隈の店などを利用することが最も大切なのではないだろうか。

本紙恒例の地域活性化応援企画の記念すべき第10回目は、JR函館駅を中心とした若松町界隈にスポットを当てた。本紙が「応援企画」と題するにはおこがましいほど、この界隈には歴史や文化があり、魅力的な場所が幾つも点在している。

今回もまた、ベストテンの順位はあくまで参考。紙面の都合により紹介できなかった場所がまだまだあるということを加筆しておきたい。

3 函館市総合福祉センター（あいよる21）

函館市総合福祉センターは障害者、老人、母子、寡婦、児童に対して総合的に福祉サービスを行うことを目的に作られた複合的な機能を持つ建物。平成6年の開館以来、多くの市民に親しまれている。公募で命名された『あいよる21』というニックネームは、21世紀に向けて福祉の精神である「愛」が集う場所、という意味。1階の障害者福祉センターには相談室、機能回復訓練室などがあり、地域共同作業所として運営される喫茶室がある。2階の老人福祉センターには健康相談室のほか、生きがいや社会参加、相互交流のためのカラオケ、囲碁などの設備などがあり、介護相談センターには相談室、介護浴室、介護用品展示コーナーなどがある。3階は母子福祉センター、福祉情報センター、ボランティア相談コーナー、ファミリーサポートセンター。4階は児童センターとおもちゃライブラリー。5階は、各種催しやスポーツに利用できる多目的ホールとなっている。会議室、多目的ホールは空いている場合のみ一般にも有料で貸し出しする。休館日は毎週月曜日（祝日の場合はその翌日）と年末年始。

●若松町33-6 ☎22-6262



2 函館市青函連絡船記念館摩周丸

明治41年から昭和63年までの80年間、函館～青森間を就航していた青函連絡船。この間に延べ約1億6千万人の旅客と2億5千万トンの貨物を輸送しました。青函連絡船は北海道民にとっては、本州とを結ぶ大切な交通手段でした。そのかつての雄姿を現在に伝えてくれるのが、函館港に係留されている『青函連絡船記念館摩周丸』なのです。船内には、青函連絡船の歩みや船のしくみ、歴代連絡船のミニチュア、歴史パネル、記念切符コレクションなどが展示され、青函連絡船の歴史はもとより、函館の成り立ちや繁栄も知ることができます。船乗り達が必ず覚えなければならなかったロープさばきの技術の実地指導のコーナーもあり、人気を集めています。開館時間は4月～10月が午前8時30分～午後6時。11月～3月は午前9時～午後5時。入館料は一般個人500円、団体（20人以上）400円、児童・生徒は個人250円、団体200円。駐車場は市営「棧橋駐車場」。

●若松町12番地先
☎27-2500



6 フィットネスホテル330函館『いちばん』

ダイナミックな眺望で気分も上々！ フィットネスホテル330函館10階の『展望居酒屋いちばん』は、家族連れや主婦などに人気のスカイラウンジバイキングと、ボリュームたっぷりの本格料理をリーズナブルに楽しめる宴会メニューが好評の居酒屋。午前11時30分～午後2時30分のバイキングは大人880円、小学生以下500円（各税別）、3歳以下無料で約18品が食べ放題。座敷も開放しているので、ランチタイムをゆったり過ごしたい人にぜひ、おすすめしたい。午後5時30分～午後10時30分の夜の営業は、安さとボリュームがウケてビジネスマンに超人気。炭火にこだわった串焼きをはじめ、静岡産の高級生そばびでいただく刺身やそばなど、安くてもひとつひとつのメニューにこだわりがあり、さらに宴会メニューは、飲み放題付1人3000円～（4人以上）というウレシイ安さが圧巻。これからの宴会シーズンに向けて、旬の味覚を詰め込んだ魅力たっぷりの鍋メニューをずらりラインナップしてゆくそうなので、幹事さんは要チェックです。

●若松町6-3 ☎23-0330



5 セントラルフィットネスクラブ330函館



プールからスタジオ、ジム、スカッシュ、カルチャーまで、多彩なメニューが魅力の「セントラルフィットネスクラブ330函館」は、函館駅前に位置する会員制スポーツクラブ。週100本以上の豊富な無料レッスンがそろっている点や、幼児から高齢者まで数々のプログラムが組まれているのが魅力です。サウナやジャグジーのあるプールでの、水中エアロビクスや格闘技系のアクアアタック。マシンの充実したジムでの、その人に合ったトレーニングメニュー。スタジオでのエアロビクスやバランスを鍛えるコアボーディングなど、楽しく充実したスポーツライフが満喫できると好評です。料金は利用時間や年齢、目的に合わせて色々選べるのも特徴。ほかに、2か月集中ダイエットコースやダイビングもあり、ジャズダンス、フラダンス、子供の空手などのカルチャー教室も開催中。随時見学自由。駐車場有。

●若松町6-3
フィットネスホテル330函館2 F
☎23-2121

4 函館駅前交番

函館駅前交番は昭和23年に開設されて以来、北の玄関口・函館の安全を守ってきました。場所柄、他県から訪れる人の地理案内や困り事相談を受けることも多いほか、かつては函館一の繁華街である大門地区の交番として、様々な事件の解決にあたってきました。現在この境界は、早朝から往来するJR利用者や、夜の繁華街を行き交う人などがあり、24時間体制で対応が要求されます。また、他県ナンバーの車による交通事故も他地域よりも多いため、様々な事件や事故への対応で、最近では出動の要請が増加傾向にあるそうです。交番では常時2人の警察官がいますが、パトロール中のこともあり、その時のために交番設置の電話で本署と連絡ができるようになっています。日中はOB職員が常駐し、人員配置を十分にトラブルに早急に対応しています。また、駅前再開発に伴って駅前交番は現在、改築の準備に入り、従前の場所から駅寄りに移転。平成17年には新しい交番が北洋銀行向いに誕生する予定です。



若松町境界 ベストテン



JR函館駅のリニューアルを筆頭に新しい店や若手起業家、そして古くからこの境界に店を開いている人達の努力とアイデアで、駅前周辺のイメージは徐々に若返りをみせ、お洒落な街並みが形成されつつある。

10 街頭放送



「信州信濃のそばよりも、わたしゃかさ屋のそばがおいしい」「大門弁慶おいなりさ〜ん」。函館っ子にとっては懐メロよりも懐かしい響き——。繁華街・若松町を語る上で街頭放送は欠かせない。函館市内で街頭放送を提供している『有限会社函館時事放送社』の設立は昭和23年。街頭放送を通じ、戦後まもなくから今まで、繁華街の活気を盛り上げてきた。企業や商店のCMだけでなく、以前は迷子の案内や火災の情報など、街角のコミュニティとして市民に親しまれてきたという。CM・チャール放送は10秒10回で1日1000円〜。「料金の安さと親しみやすさから、長年利用して下さるスポンサーも多い」とは森田雅樹代表取締役。1日の放送回数が多い場合で40回程度。20年以上も同じ内容が使われることがあるというインパクトの強いナレーションは社内の放送室で作られる。現在も続いている放送の中で最も古いものは、昭和20年代に作られた十字街の眼鏡店「有泉堂」のCM。全編紹介するので、分かる人はぜひ口ずさんでみて——。♪おしゃれなメガネこんにちわ〜、メガネはやっぱり有泉堂。有泉堂のメガネで頭もすっきり心も軽く、メガネの似合う素敵あなたに〜。メガネはやっぱり有泉堂〜♪

●本町8-20 ☎55-1030

9 甘太郎

創業昭和33年に東京からスタートした「甘太郎」は、当時まだ珍しかったおやきのフランチャイズ店でした。創業以来45年間、今も変わらない味は、庶民のおやつとして函館市民に愛されています。小豆あん・白あんに、近年クリーム・ごまあんが加わって、どれも80円という買いやすい値段も人気の秘密。豆の味が生きている小豆あん、上品な甘さの白あん、若い人に人気のクリーム、ヘルシーなごまあんとそれぞれの美味しさがあります。薄い皮に甘いあんがたっぷり入ったボリュームいっぱい甘太郎をひと口食べると、何ともいえないなつかしさが口の中に広がります。店内で食べる人のために縁台も用意されており、お茶とお水がサービスされます。函館駅を利用する人が昼食代わりに立ち寄ることも多いそう。店は駅前再開発に伴い、駅から海岸町に向かって60m程進んだ場所に移転。営業時間は午前9時30分～午後8時

●若松町21-15 ☎26-5308



8 函館ハーバービューホテル『エステラード』

夜のハーバーを眺めながらカクテルを——。函館ハーバービューホテル13階『エステラード』は、この境界ではダントツの高さに位置するスカイバー。窓の外に広がるダイナミックな夜景を眺めながら、チーフバーテンダーの川端礼仁さんが作る定評のカクテルが楽しめる心地よいスポットだ。自慢のカクテルは、1杯700円から豊富にそろっており人気は「ソルティドッグ」(1000円)、「ドライマティニー」(800円)など。ウォッカをベースに、パインジュースがほどよい甘さを引き立てるオリジナルカクテル「エステラードスペシャル」(700円)も見逃せない逸品。そのほか、旬の果実などを使って季節のイメージを出す季節限定のオリジナルカクテルには川端チーフの遊び心がたっぷり。チャージは500円。ウイスキー1ショットはシングル650円〜。飲み放題プランも2000円からあるので、これからの時期は宴会の二次会にもぜひオススメ。カウンター10席、4人掛けテーブル3卓、ボックスに25人。営業は午後6時～深夜1時(ラストオーダー0時30分)。

●若松町14-10 ☎27-8236 (直通)

7 ドトールコーヒー



WAKOビル1階に5月2日にオープンした『ドトールコーヒー』は、世界14ヶ国の産地から厳選された豆を輸入し自家焙煎した新鮮なコーヒーを提供しています。全国1000店舗を誇るこの店の魅力は、コーヒー1杯180円という低価格と豊富なサンドイッチメニュー。こんがりローストチキンとゆで卵、レタスをはさんだヘルシーな「ベークルサンド」(240円 = 写真)はオススメの1品。オレンジ3個をそのまま絞った「フレッシュオレンジジュース」(Mサイズ400円)や、コーヒーとジャーマンドッグがセットになった「モーニングセット」(300円 = 午前10時まで)も人気がある。そのほか、ミルクレープやチーズケーキなどのデザートメニューも豊富。すべてのメニューはテイクアウトでき、テレフォンオーダーもOK。営業時間は午前7時～午後9時(土・日曜日、祝日は午前8時〜)。年中無休。

●若松町20-1 WAKOビル1F
☎23-1151

地域活性化の原点とは、地域発の素晴らしいモノを地域の人が買うこと！ 使うこと！ 広げること！

It's Local Power!

青山慎司の

素材と手作りへのこだわり 創業昭和41年の和菓子の老舗

いなふね菓子舗
函館市花園町37-34
☎51-5313

大手企業の進出や昨今の生活の多様化などから、昔ながらの手作りにこだわりの菓子店が減少傾向にあるという。市内花園町にある『いなふね菓子舗』は昭和41年創業の老舗。創業以来、手作りにこだわりの『べこもち』『大福』『中華まんじゅう』『ちもきまんじゅう』などが、今も根強い人気の軒だ。評判の味の秘密は、天然素材と機械を使わない独自の製法にある。店の看板商品である『草べこもち』『草大福』『草もち』(各1000円)『ちもきまんじゅう』(80円)に使われるももぎは年に1度、近郊から1年分を揃えくる。



かぼちゃにこだわった「花舞」と「かぼちゃパイ」

「最近では業務用で粉末になったものもあり、作業的にはその方が随分手間が省けるのですが、天然のものにはやはり風味が全然違います」。二代目の稲船雄さんは言う。最近、若者に人気上昇中という「かぼちゃパイ」(1200円)に使ったかぼ

「暖簾を受け継ぐ稲船雄さん」
「常連客は近所の住民はもとより、遠方からわざわざ買い求めに来る人も多し。創業以来の控え目の甘さは、女性客だけでなく男性にも人気があり、熱心な来客の中には、大手企業が贈る男性高校生の姿も」。稲船雄さんが贈る昨今、生き残りのために天然素材と手作りにこだわって続けている。

「伝統の味は若い世代に着実に受け継がれている。営業時間は午前8時30分〜午後7時30分。無休。」



根強い人気の「べこもち」「草べこもち」(上)と、花園商店街にある店舗



連載企画 健康と美しさのために

美容と化粧の心に動き

美容医療研究所 所長 村山 良介

楽しさ、安らぎを与える 真剣でほればれとさせる女性の姿がそこにあります。美容化粧。画題によく化粧をしている女の子が選ばれます。化粧の世界に入り込んでいる、化粧によって、それをする女性

性の心の安らかさ、美しくなること、食へること、同じくらい大切なことなのです。

西洋医学が心身医学を生み出した。東洋医学の復活を望んだりするのは、ただの心と心と言いつつものを忘れてしまった時代があったからです。科学は必要ありません。科学自体が同時に1つのものしか正確に計れないという量子の理論を造りだしたのです。心は今では安心して科学で研究され、美しく生きるのに大切なものとなったのです。

美しくなるには、体と心に心の科学が必要です。心の科学で求めるものは安定と楽しさです。これに最も適した方法は、美容と化粧ではないでしょうか。自分に適し、好みに合った美容や化粧を一緒に見つけましょう。

現在、健康と美しさのために『美しい健康の会』の会員を募集しています。
● 梁川町6-6-303
☎31-797
FAX 31-2798



— 今も昔も

後の昭和 終戦直

20年代、大阪の焼け野原の中にぼつんと残った土蔵の中で人が働いているのに出逢いました。食、物がなく、空腹をかかえた時代ですが、素朴な駄菓子でも造っているのかもしれないが、造っていたのはお肌のクリームだったのです。女性にとって、美しくなることは、食へることと同じくらい大切なことなのです。

道南くらしの豆事典 函館駅

函館駅に新しい駅舎が完成し、昭和17年建設以来の旧駅舎に代わって「函館の顔」となりました。函館駅の歴史を振り返ると、駅舎が現在の場所に建てられたのは明治37年のこと。同39年に函館、札幌間の直通列車が運転を開始しましたが、当時は函館を午前7時に出発して札幌に着くのが午後8時。所要時間は何と13時間だったそうです。大正14年には連絡船による貨車航送、つまり貨物列車ごと乗船できるようになり、本州との物流が盛んになりました。昭和9年の大火の際には、焼失を免れた函館駅は貨物列車で全国から送られてくる救援物資でごったがえしたとのこと。また、戦争中は出征した男子職員にかわって女子職員が多く就業しました。昭和20年には350名もの女子職員が働いていたそうです。

旅の手荷物にはチッキと呼ばれて親しまれ、人力車や赤帽が活躍した時期もありましたが、今はいずれも姿を消しました。明治の頃、半日がかりだった函館〜札幌間は、現在では振り子式特急列車スーパー北斗が3時間あまりで運行しています。



お母さんの腕自慢
我が家のお手軽メニュー

材料
鶏肉…200g ジャガイモ…3個 人参…1本
タマネギ…1個 長ネギ(斜め切り)…1/2本
にんにく(みじん切り)…1かけ
はるさめ(韓国のもの)…適量 炒りごま…少々
牛肉だしの素…少々 醤油…大2 砂糖…大2
ごま油…少々 サラダ油…少々 とうがらしの粉…大2

作り方
①鍋にサラダ油をひき、大きめの乱切りにしたじゃがいもと人参を炒める。次に大きく切ったタマネギを炒める。一口大に切った鶏肉を加えて炒め、水をひたひたに入れて煮込み、アクをとる。
②野菜が柔らかくなったら、醤油・砂糖・牛肉だしの素・とうがらしの粉を入れてさらに煮込む。はるさめを洗って適当に切って、鍋に加える。
③火からおろす前に、にんにく、長ネギ、ごま油、炒りごまを加える。

韓国のとうがらしは辛みと旨味のバランスがよく、できれば韓国の物を使って下さい。韓国の食材は『ギャラリー・サラン』(市内西桔梗町850-33、☎49-2340)で扱っています。

タツドリタン
(韓国風肉じゃが)
市内杉並町在住
林美蘭(ハク・ミラン)さん

重要なものは雇用形態？
▼先月末、ある新聞で「フリーター」が特集されていた。解りやすくて的確な特集だったが、その中にある専門家の「フリーターは、少し違和感を感じた。フリーターは昨今の産業界の要請と、働く側の都合の双方にあった働き方で、社会になくてはならない存在だが、若い時に技能や技術を覚える機会が限られるため人材が育たない。正社員で雇われると様々な形のトレーニングが仕事の中に組み込まれ、研修を受ける機会も多い。フリーターは、誰も将来に責任を持たない、将来につながらずに働いていく」という内容。▼看板屋バーテンダー、催進商法の布団屋、テレビ番組制作タツフ、新聞記者…、ざっと僕の経歴である。雇用形態は正社員アルバイト等様々だが、過去に1度も仕事のトレーニングや研修を受けた記憶はない。仕事は教わるのではなく先輩から盗むものであり、技術は仕事の中に組み込まれたトレーニングで身につけるのではなく、人を見ていない時に磨くものだと僕は思う。「出版の仕事に就くにはどんな勉強をすればよいか？」とよく聞かれるが、明確な答えは出せない。看板屋で覚えたデザインと布団屋で学んだ説得力ある言葉を活かして図太く生きてゆく場は、そこしかなかったのだ。▼失業率の上昇やフリーターの増加は確かに深刻な問題だが、そういう社会を作ってきたのも、企業の一員となるのが最も確かな将来につながると思ってきた世代である。重要なものは雇用形態だけではない。私達はそのころの気づくべきではないだろうか。厳しい局面でもそこで何かを学び、環境の変化に対応し、それらを活かしてゆける逞しい人間こそが、将来の責任を担ってゆくのだと僕は信じた。(慎



子育てひろば

あるお母さんからこんなお便りが届きました。

息子2人を連れて公園に行った時のことです。遊具場で5歳の長男は友達と遊び、私は離れた所で2歳の次男を見ていました。その時、2歳位の子を連れて見知らぬ母親がやって来て「お宅の子が滑り台の上でうちの子の頭を押さえて落とそうとした」と言ったのでびっくりして長男を呼び問いただすと、最初は否定しました。すると側にいた相手の母親の友人らしき方が「その前にも滑り台の上でかたまってたから他の子が滑れないと注意したばかりだった」と言いました。長男は半泣きになって「遊ばせようと思って」と故意でないがやったことを認めました。私が「その子の為にとでも押すのは危ないからいけないよね」というと長男は「あやまったよ」といい涙目になってきたのですが「小さい子だから謝ってもわからないよね」とその子の母親に謝罪させました。ところがベそをかきながら「ごめんなさい」と言った長男に相手の仲間の方は「もうやったらダメだよ!」と結構きつい口調で言ったのです。それが心ない言葉に聞こえてショックでした。何分にもこちらが加害者(とされる)なので私も謝罪しました。確かに長男は危ない事をしたし相手の子にも悪い思いをさせて申し訳なく思っています。でも長男が謝った事に関しては認めてもらえると思っていました。それから何日かは「自分が見ていなかったばかりに長男を不必要に傷つけた」と落ち込み「被害者とされるからって何言ってもいいの!」と感情的にもなりました。幸い長男は、それ以外はとて楽しかったらしく「また行こうね」と言いましたが、落ち込んでいる間は「子どもに付いていない」と言われるか…」と悪い恐怖を感じてました。今はようやく少し落ち着き「相手も子どもが危ない目に遭い気が動転して言ったんだろう」と思えるようになりましたが…。(T・M)

皆さんはどう思われますか?
ご意見、ご感想をお待ちしています。

〒040-8605
函館どつくミッド事業部『子育てひろば』係 FAX/23-5699
E-mail/aoi-post@aurora.ocn.ne.jp

我が家のワンパク盛り



キレイなお花を覗にきたの

佐々木 杏実ちゃん 平成13年11月 3日生

横浜中華街で評判の焼きそば登場

中国料理 廣河

中国料理といえば味ボリウムとも定評のある市内富岡一丁目の『廣河』。定番から新しい味まで、いつも美味しさを提供してくる廣河ではこの10月に新メニューが登場し人気を集めています。新メニューはその名も『廣河焼きそば』(800円)。



この焼きそばは最近、横浜中華街で行列ができるほどの人気メニューで、廣河ではその人気メニューをいち早く取り入れ、廣河流にグレードアップし作り上げたもの。函館ではどこでしか味わえない逸品です。貝型の白いお皿に円形の焼きそばが乗っていて見た目は普通の焼きそばのように見えますが、麺をほぐしてみると、中から卵焼きとアツアツのあんかけが出てきます。麺をほぐしながら、湯気のたつたあんかけと卵焼きをからめて食べます。麺のバリッとした食感とあんかけのトロツ

とした食感そして卵焼きの味が絶妙のコンビネーション! 普通のあんかけ焼きそばにはない味を醸し出しています。少しずつほぐしながら、あんかけと麺をかき混ぜて食べると、温かくて麺も食わずに最後まで美味しく食べられるのだとか。麺の中に隠れているような宝物を見つけているような楽しい一品。今年の冬は、廣河焼きそばでキマリです。

● 営業時間は午前11時30分〜午後2時30分、午後5時〜午後10時、定休日は毎月第2、4月曜日。
● 富岡1-42-6
☎ 42-9750

親身になってサポート

ねむの家保育所

子供を安心して預けて歩になりたいというお父さん、事を探る人も、今、仕事を働きたいというお父さん、28年の実績と経験のある、市内富岡1丁目の『ねむの家保育所』へ相談してみませんか。子育てと仕事を両立させたいお父さん、お母さんの相談に親身になって応じ、サポートしてくれるところ。働きたいと思ったらまずはお母さんの預け先を確保することが第1



担っている人も気持ちの負担になることを少しでも手放して、子育てと仕事を両立ができるように応援させていただければ」と、ベテランスタッフ、また、1日数時間だけ働きたいけれど、保育料が高くてあきらめていたという人も、ご相談下さい。保育料は一般2、3歳児で1か月33000円のところ、ピジター16500円と預けやすい料金となっています。産休明けからOK。随時入園可能です。

● 富岡1-32-13
☎ 42-0017

脳専門医院が梁川町に:

脳神経セントラルクリニック

高齢化社会に伴い、生活習慣病のひとつである脳梗塞を代表とする脳血管の疾患が増えています。脳の血管の病気が治療に緊急性を要するのは同時に、後遺症が残りにくいなど長期の治療が必要なことが多いといえます。

函館でも脳専門医療の必要性が高まっていますが、市内で脳専門医院は極めて少なく、通院することでも大変でした。そうしたニーズに応えるべく、市内中心部の梁川町に『脳神経セントラルクリニック』がこのほどオープンし注目を集めています。



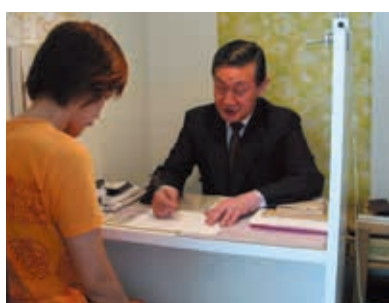
院長の松崎隆幸先生は、函館赤十字病院に16年間勤務し、脳専門医として高い評価を得ている医師。同クリニックでは、総合病院と同レベルの最新機器を導入しているのが、最先端医療が受けられます。開業に際して院長が大切にしているモットーは、ホスピタリティ、オラステイ意識。入院施設は設けていませんが、市内の各病院とも連携し、必要があれば希望の病院にすみやかに紹介します。脳神経セントラルクリニックは、安心で高度な医療が受けられるクリニックです。

● 梁川町16-5
☎ 35-33355
http://www.brn-cl.com/

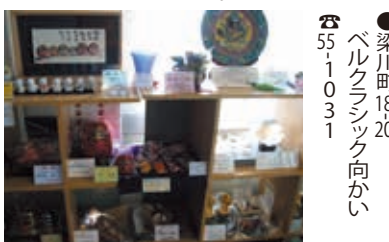
全国から訪れる人気の占い

占い専科21

この10月に3周年を迎えた市内梁川町の『占い専科21』。ここでは25年の経験と実績のあるベテラン占い師による総合鑑定が人気です。



OLや主婦、学生、経営者、有名スポーツ選手など全国から様々な好評や鑑定依頼を受け好評を得ています。料金は四柱推命五行易、姓名判断、手相数秘術などで総合的に鑑定し、相談内容、時間に制限なく20000円とリーズナブル。2回目以降は10000円、学割有。気軽に利用できる」と好評です。「遠方に暮らしていたけど、道が開けた」など、喜びの声も多数寄せられています。自分のリズムや運と



● 梁川町18-20
ベルクラシック向かい
☎ 55-11031



あなたも賢い消費者に

電子レンジの 安全な使い方

毎日の暮らしにすっかり定着した電子レンジですが、使い方によっては思わぬ事故につながることもあります。そこで安全な使い方をおさらいしてみます。

液体の加熱…少量ならヤカンでお湯を沸かすよりカップで加熱の方が簡単なのですが、電子レンジで沸かしたカップのお湯に粉末の昆布茶やコーヒーなどを入れると、お湯が激しく吹きこぼれることがあります。液体を温めるときは加熱し過ぎないようにし、お湯に粉末を加える場合はひと呼吸おいて、沸騰がおさまってからにします。

ゆで卵を含む料理の加熱…ゆで卵など、殻や膜がある食品は、加熱により内部で発生した水蒸気の逃げ場がないため破裂しやすいので、殻付きでも殻をむいてあっても電子レンジの使用は危険です。ゆで卵を含むおでんなどの温め直しも、長時間の加熱ではやはり破裂がおこることがありますので気をつけましょう。

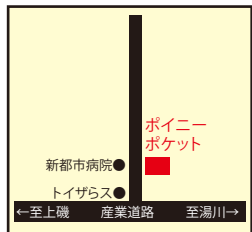
容器について…コンビニエンスストアやスーパーマーケットの弁当、総菜の容器はプラスチック製ですので、そのままレンジすると容器が変形することがあります。有害物質が溶け出す恐れもありますので、レンジ使用が可能な容器に移してから温めるようにしましょう。

good taste



市内石川町に今年6月にオープンした「カフェ＆ランチポニーポケット」は、癒し系の空間で味わる美味しいうちが人気の1軒。

人気の「替わりランチ」は680円。「Aランチ」はおにぎりアラカルトと軽食やおつまみと一緒にごうぞ。なお、11月15日まで「青いぼすと」として、次回利用できる生ビールがソフトドリンク1杯無料券をプレゼント。営業時間は午前9時30分～午後3時、午後5時～9時。毎週日曜日、



good shop

癒しの空間で人気のランチを カフェ＆ランチポニーポケット

小鉢種類。「Bランチ」は天然酵母パンを使用したトーストサンドアラカルトとスープ。各680円(サラダ、ドリンク付で楽しめます。ケーキやあんみつ、モーニングセットもあり、メニューはどれもリーズナブル。

●石川町2-34
●4615925

明るい雰囲気にリニユーアル!

手もみのさとう

手のぬくもりで疲れた体を癒してくれる、市内大川町の『手もみのさとう』がリニユーアルオープンしました! 明るくくつろいだ雰囲気の室内で、体も心も生き返るのを実感しませんか。



●大川町4-4
●408761

女性ならではのリラックとした雰囲気の中でその人にあつたもみ方で体のこりをほぐしてくれ点が好評。また、新たに加わった男性スタッフの力強い手もみが、スポーツや仕事で筋肉を使う人や体格のよい人などの体の奥まで届くと評判です。

目の周囲を中心に首から上、耳から頭、顔面にかけて。青いぼすとを見たという人には11月いっぱい、初回料1000円をサービスします。出張はプラス0176

●大川町4-4
●408761

電話予約制。電話受付は午前8時～午後7時。毎月第3金曜日定休。

大場小夜子の 素朴なギモン調査隊

Q 函館市内の道路は、1車線なのに2台並んで走っていて非常に怖いのですが、私の通勤経路の函館工業高校グランド側道路(深堀町交差点～地雷也前)など、行ってみて下さい。

(山の手、T・T)

A 指摘については2つの問題点があると思います。1つは1車線にもかかわらず車が併走すること。2つ目は函館工業高校グランド前から本通・産業道路方面の道路が、ローソン前の交差点を境に2車線から1車線になり、運転しにくいということです。この2点について道路管理者の函館市に尋ねました。1車線にもかかわらず車が併走することに関してですが、車道を片側2車線にするには最低6m幅と停車帯幅が必要です。しかしその幅に満たない道路もあります。その場合は停車帯と片側1車線となり、1車線でも併走できるだけの幅になるので、結果的に併走することが多くなると思いますが、本来の使われ方ではありません。なお、交差点で信号待ちの時に1車線でも2台並行して停止するのは、交差点付近は停車の需要が低いので、停車帯を削除して右折専用線を設け、車の流れをスムーズにするためということでした。函館工業高校グランド付近から産業道路方面の道路ですが、この交差点にはセンター寄りレーンに直進の標示、左側歩道寄りレーンに左折の標示があります。直進する場合はこの標示に従ってセンター寄りレーンにあらかじめ入った方がスムーズに直進できます。道路のつながりが変則的なので運転しにくいと思いますが、左側歩道寄りレーンからの直進や、交差点付近での車線変更は交通違反となるので気をつけて下さい。(調査/本紙記者:大場小夜子)

good job

クリスマス、お正月向けの料理を学ぼう 北方スクッキングスクール

お正月の準備も万全!



貴女の料理が
ホームパーティーを演出!

クリスマス、お正月を美味しく演出する料理を短期間で学びませんか。毎回好評の『北方スクッキングスクール』では、12月2日と16日の2日にわたって入塾講習会を実施します。今回のテーマはクリスマスとお正月。1回目は、ケーキの作り方を、2回目はお正月に向けた「和」を中心としたメニューをそれぞれ学びます。各回とも、場所は市内万代町・北方ス函館支社1階のスクッキングスペースで、時間は午前10時～午後1時。時間内で楽しい試食会も行われます。講師は北村喜恵子先生。



受講料は3000円(材料費・税込)。申し込みは電話受付で、定員15人を超えた場合は抽選。受付は月々金曜日の午前9時～午後5時。申込みは11月12日。また、北方ス函館支社では、町内会やPTA、サークルなどの団体にスクッキングスペースの貸し出しを行っています。詳細は電話でお問い合わせ下さい。

●万代町8-1
●4216505

子どもの心が見えますか? 『子どもの今を語る集い』実行委員会

事務局の武田茂東子さん



子どもをめぐって、さまざまな問題が起きています。子どものよりよい明日のために、まわりの大人たちが子どもに寄り添い、どうサポートしていくのかについて具体的な提案を話そう! 『子どもの今を語る集い』が11月24日午後1時から午後4時30分まで市内大森町のサンリフレで開かれます。主催は「子どもの今を語る集い」実行委員会。

お母さん、お父さん、子どもにかかわる人、今の子どもがどう見えるかな? たまに感じている人、子育てに悩む若いお母さんなど、ぜひこの機会に集まって話に参加しましょう。

当日は資料代として3000円がかかります。同会では現在、実行委員を募集しています。連絡は子どもの権利ネットワーク南北海道事務局まで。

●458899

レストランテ ラ・ステラ

いい店みつけた

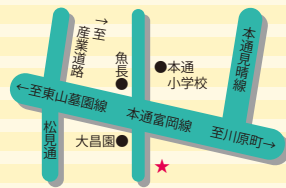
本紙記者が
オススメ!

●当番/大場 小夜子

は毎週月曜日(月曜日が祝日の場合は火曜日に振替)。駐車場有。

●本通1-4-1

☎31-2372



- 市内本通1丁目の住宅街に、函館の住宅街としては珍しい、緑が生い茂る林がある。その美しい緑を望む場所に建つイタリア料理店が『レストランテ・ラ・ステラ』。
- 函館にイタリア料理店が数えるほどしかなかった11年前にオープン。函館人にイタリアンの楽しさを教えてくれた1軒だ。
- イタリアで修行したシェフのモットーは、「熱いものは熱く冷たいものは冷たく」。イタリアでは当たり前な食文化を頑に守る味作りに、常連客からは「毎日食べてもあきない、また食べたくなる味」と好評。
- 開業後も、シェフはイタリアに研修に出向き、料理の研究を怠らない。イタリアでおいしい料理に出会うとすぐに店で再現。お客さんもそれを心待ちにしているという。
- ワインはイタリアでおいしいと思ったものの中から厳選し、独自の仕入れで店に出している。料理は、スパゲティ、ピッツァ、アンティパストなどの定番と本日のおすすり料理、コース料理がある。コースはディナーのみで、2000円コース、3000円コース、5000円コースの3種類。ちなみに右の写真は、前菜、パスタ、肉料理、パン、デザート、コーヒーの3000円コース。店内には20人まで収容のパーティールームがあり、3~4人のミニパーティーから受付。営業時間は午前11時30分~午後3時、午後5時30分~午後10時。 定休日

妻のチャレンジャー

ココロ静かに、小鉢作り... チャレンジャー・青山慎司

芸術の秋一。昔、プロ野球の西武ライオンズに所属していた石毛選手が試合での集中力を高めるためにシーズンオフに陶芸をしていたのをテレビで観て以来、陶芸は一度やってみたかった憧れのカルチャー。今回は市内万代町の『公窯(こうがま)』で憧れの陶芸に初挑戦した。



今回は小鉢作りに挑戦。土台の周囲に粘度の紐を何度も加えながら整形してゆくのが基本。「動きがせわしないわね」と富成先生。『公窯』は茶碗や皿、カップなど、日常で使える比較的身近な作品作りが学べる陶芸教室。テレビや新聞にも登場した教室だ。



制作中、作品イメージを丸い小鉢から片口に変更。芸術っぽい。最初は思うように形が作れない。「そっか、目線を変えて角度をチェックすれば修正しやすいのか」。焼いた時にひび割れないよう、つなぎはしっかりとチェックしてもらう。



窯に入れる前までの作品が完成。今回の体験では富成先生に高台を付けてもらい、7時間の素焼きと12時間の本焼きをしてもらう。約1か月半で完成。あく、楽しみ...

協力 公窯 ●万代町19-29
TEL 520-652 (富成)

主宰/富成公子さん

入会金	2,000円
月謝	4,000円
光熱費	1,000円(9ヶ月分)
材料費	1,000円~

●体験コース/1,800円(±1kg)

最近気になるスポーツ、カルチャー、レジャーなど。本紙記者が貴方に代わって体当たりレポート!

秋とスポーツ

大村病院院長 大村 和久

「天高く馬肥ゆる秋」。一口に上がった秋刀魚の焼いた香り、大根おしに蕎麦み添えの食卓に思わず箸が進みます。今年も豊漁。値段も手ごろ、恵玉コレスアール退治にも大いに効果絶大。庶民の懐にも身体にもよく、和食の永遠のヒット・メニューです。熟年を悩ませる肥満と高血圧の制圧には、血中コレステロールなどの血中脂質のコントロールが必要で、この克服には食事のコントロールとスポーツが欠かせません。

さて、健康的な和食をとって、さあ、スポーツを始めようと考えると、「トレーニング」を考えたが、軽く走ることは「ジョギング」。一時は熟年世代に健康維持のシンボルと見られましたが、スポーツから無縁な熟年には、充

ている状態があり、衝撃力が増大するからです。循環器の負担を抑えたいだけでなく、膝や腰も弱い熟年には無理な負荷のかけないスポーツが必要です。熟年に適した運動は、1、安全性が高い。2、心臓や肺の予備力を高める。3、持続力が増す。4、脂肪やカロリー消費量が多い。5、長時間続けられる。6、精神的なストレスから開放される。この様な身体にやさしいスポーツが望まれますがこれらの条件を満たしているのが「ウォーキング」なのです。

欧米には「本の足は入の医者」と言う格言があります。脚の筋肉は、身体の筋肉の8割を占めています。下肢の筋肉を使う事で身体全体の血流量を増やし、その結果脳の血流量も増

HEALTH & WEALNESS

vol.117



分な準備がなくては安全なスポーツとはいえません。

最近の東京都監察医務院の報告でも、スポーツ中の突然死の次にタンシヤスタニス等、コレステロールと続きます。驚く方も多いと思いますが、熟年にはランニングやゴルフなどと呼びはなりません。

「ウォーキングは、心臓にも一定のルルを守れば、心臓にも身体にもやさしい有酸素運動の立派なスポーツ。やや速歩の5.5km/hの速さで、隣の人と話ができる1分間に110~130の脈拍を目安に、1日40~50分を週2~3回を目標に行くと体脂肪燃焼に極めて効果的。また、膝や足の関節にかかる衝撃力の1/3~1/4に軽減されます。これはウォーキングでは、必ず片方の脚が地面に着いています。ジョギングでは両方の足が宙に浮

大い代謝を促して、身体や脳の老化を防ぐことができます。また、筋肉量の増加は基礎代謝量の増加(安静時代謝)の増加をさせるため、安静時の脂肪消費をも期待できます。

熟年になって体力の過信はいけません。60歳では1/3の方が高血圧といわれます。運動に夢中になつて、隣の素敵な人に格好を良く見せようとして汗ばかると、オーバーストとなつて思わぬ落とし穴が待っています。熟年には運動時に自分のペースを守ることが大切です。既にこれらの生活習慣病になつていられる方は、必ず主治医の先生か、スポーツ医の先生に相談し、ランニングやウォーキングを受けたい。秋は、高い空と山々の稜線を遠望して、ウォーキングを楽しみ、健康に年を重ねてください。

●若松町27-16
☎235165

星占い
(10月31日~11月27日)
—提供—
占い専科21
函館市梁川町18-20
☎55-1031

- 牡羊座** 3月21日~4月19日 生運気良好。周りにいることが気になるが、深入りするとか争いに巻き込まれる。ラッキーフード/炊き込みご飯
- 牡牛座** 4月20日~5月20日 生運気平穏。甘い誘惑や魔の手が多く対人面で意外と裏目に出やすいので言動は慎重に。ラッキーフード/とろろそば
- 双子座** 5月21日~6月21日 生運気穏やか。苦手な事から逃げず勝負すると運気UP。恋愛はライブル出現で窮地。ラッキーフード/鮭料理
- 蟹座** 6月22日~7月22日 生運気は前半絶好調。後半絶不調。何事も準備不足や自信の無いものはパス。ラッキーフード/おでん
- 獅子座** 7月23日~8月22日 生運気好調。迷惑をかけた友人、親戚に謝罪や恩返しすると親交を修復するチャンス。ラッキーフード/ロールケーキ
- 乙女座** 8月23日~9月22日 生運気好調。ファッション、旅行、趣味など、今まで経験のないことにチャレンジするチャンス。ラッキーフード/豚キムチ鍋
- 天秤座** 9月23日~10月23日 生運気低調。何事も一生懸命やると周囲の評価も上がり運気UP。風邪は早めの治療を。ラッキーフード/あさりパスタ
- 蠍座** 10月24日~11月23日 生運気好調。人運、実力、時の運が噛みあつて夢を達成のチャンス。反対があつても大丈夫。ラッキーフード/野菜サラダ
- 射手座** 11月24日~12月21日 生運気良好。相談事が多く持ち込まれる。重荷になるものは断つて人脈と情報の整理を。ラッキーフード/秋刀魚塩焼
- 山羊座** 12月22日~1月19日 生運気急下降。仕事、恋愛とも嵐が吹き荒れそう。味方の裏切りや暴言にショック。ラッキーフード/カレーうどん
- 水瓶座** 1月20日~2月18日 生運気低迷。一度解決したはずの課題やトラブルが再発。焦らざ問題を練つて決断対処。ラッキーフード/豆乳
- 魚座** 2月19日~3月20日 生運気好調。仕事で独立、転職の誘いや恋愛で複数の恋人出現と何かと忙しい。ラッキーフード/海鮮天丼

みなとまち市民プラザ

このコーナーでは、読者の皆様からの便りや情報をお待ちしております。営利目的の情報は本紙広告をご利用下さい。

TEL (0138) 27-9210 FAX (0138) 23-5699

—担当/青山—

平成12年6月30日号の『花園町界隈へストレン』からスタートした、本紙の地域活性化応援企画も早いもので10回目。節目となる今回は、JR函館駅前のリニューアルなどで話題を集めている若松町界隈にスポットを当ててみました。今後さまざまな地域の魅力にふれてゆきたいと思っています。

読者の声

●車上狙いには気がつけません
●毎回、青いほすとが家に届くのを楽しみにしています

とくでこの前、私の車が車上狙いの被害に遭ってしまいました。運転席のドアのカギ穴を壊され、車の中にあったCDを盗まれてしまいました。盗まれた物はCD1枚ですが、それよりも車の修理代のほうが高くついでしまいました。犯人はまだ捕まっていますが本当に腹が立つて許せない気がします。

持ちです。犯人はもし自分と同じ事をされたらどう思うのでしょうか。みなさんも気をつけて下さい。車の中に目につくような物は置かない、金目の物は置かない、オーディオ関係も気をつけたほうがいいですよ。今度防犯などの記事を取り上げてほしいです。これからも暮らして役立つ情報を教えてください。がんばって下さい。
（上磯町、あらいぐま）

●『読者の声』のスタッフのコメントに同感！
以前の青いほすとに、道東から転勤してきた方の意見を讀んで、同感のメールを送った匿名希望の者です。8月29日号の『読者の声』のスタッフのコメントが的を得ているお答えなのでとても感激しました。「大好きな函館の街がいつまでもいい街であるために間違っていないことには市民が発言することも大切なことだと思えます」のところです。私も今は函館市民なので同じ思いです。ありがたうございます。これからも、青いほすとを愛読させて頂きます。スタッフの方頑張ってください。
（バルモ）

本紙厳選 商品ガイド ●取扱先 熱帯魚センター 55-6001

地球を浄化する バイオの力で強力消臭 きえる酪農王国

地球を浄化している有用微生物群の力で消臭する「きえる酪農王国」。

●ペット ●生ゴミ臭 ●洗濯トイレ ●介護施設 ●靴や足臭に ●草花のエキスとして

●汲み取り式便槽 ●食堂レストランなどの業務用厨房 ●畜舎・堆肥の悪臭に

「バイオ」は切り抜きして、たまには我が家の一品にすることもあります。アゼノスルリ、アソープ、使っていますよ。友人と共に…。これからは、どんなよい情報、楽しいニュースを期待しております。
（青柳町、F・I）

●『いい店みつめた』が1番毎回楽しく読ませていただいております。『いい店みつめた』は1番目にしています。仕事上行けないのですが、『我が家のお手軽メニュー』は切り抜きして、たまには我が家の一品にすることもあります。アゼノスルリ、アソープ、使っていますよ。友人と共に…。これからは、どんなよい情報、楽しいニュースを期待しております。
（青柳町、F・I）

読者の声

●思い出します！

青いほすとに、函館のコミ収集の人達のことについて掲載されていました。息子が2歳くらいの時、コミ収集の日が楽しみでした。あの音楽が聞こえるとすぐペラペラに行き、ハイハイと手を振っていました。コミ収集の方達も、笑顔でいつも手を振り返してくれました。朝からとてすがすがしい気持ちになりました。息子ももう小学校6年生になりましたが、今でも収集の音楽が聞こえると、その時の光景を思い出します。

無料。入退会自由ですので、お気軽にどうぞ。宛先は〒3550003、埼玉県松山市殿山町16、レオパレス殿山町203号、柴田田浩。

●『読者の声』のスタッフのコメントに同感！
以前の青いほすとに、道東から転勤してきた方の意見を讀んで、同感のメールを送った匿名希望の者です。8月29日号の『読者の声』のスタッフのコメントが的を得ているお答えなのでとても感激しました。「大好きな函館の街がいつまでもいい街であるために間違っていないことには市民が発言することも大切なことだと思えます」のところです。私も今は函館市民なので同じ思いです。これからも、青いほすとを愛読させて頂きます。スタッフの方頑張ってください。
（バルモ）

●『いい店みつめた』が1番毎回楽しく読ませていただいております。『いい店みつめた』は1番目にしています。仕事上行けないのですが、『我が家のお手軽メニュー』は切り抜きして、たまには我が家の一品にすることもあります。アゼノスルリ、アソープ、使っていますよ。友人と共に…。これからは、どんなよい情報、楽しいニュースを期待しております。
（青柳町、F・I）

●思い出します！
青いほすとに、函館のコミ収集の人達のことについて掲載されていました。息子が2歳くらいの時、コミ収集の日が楽しみでした。あの音楽が聞こえるとすぐペラペラに行き、ハイハイと手を振っていました。コミ収集の方達も、笑顔でいつも手を振り返してくれました。朝からとてすがすがしい気持ちになりました。息子ももう小学校6年生になりましたが、今でも収集の音楽が聞こえると、その時の光景を思い出します。

無料。入退会自由ですので、お気軽にどうぞ。宛先は〒3550003、埼玉県松山市殿山町16、レオパレス殿山町203号、柴田田浩。

●『読者の声』のスタッフのコメントに同感！
以前の青いほすとに、道東から転勤してきた方の意見を讀んで、同感のメールを送った匿名希望の者です。8月29日号の『読者の声』のスタッフのコメントが的を得ているお答えなのでとても感激しました。「大好きな函館の街がいつまでもいい街であるために間違っていないことには市民が発言することも大切なことだと思えます」のところです。私も今は函館市民なので同じ思いです。これからも、青いほすとを愛読させて頂きます。スタッフの方頑張ってください。
（バルモ）

●『いい店みつめた』が1番毎回楽しく読ませていただいております。『いい店みつめた』は1番目にしています。仕事上行けないのですが、『我が家のお手軽メニュー』は切り抜きして、たまには我が家の一品にすることもあります。アゼノスルリ、アソープ、使っていますよ。友人と共に…。これからは、どんなよい情報、楽しいニュースを期待しております。
（青柳町、F・I）

インフォ

●日本文通の会(会員募集)

●日本文通の会(J.F.C)では会員を募集しています。文通から出会いを探してみませんか。興味のある人はハガキにてご連絡下さい。案内書内書を郵送します。案内書まで。

●素敵な思い出ですね。
●素敵な思い出ですね。
●素敵な思い出ですね。

●素敵な思い出ですね。
●素敵な思い出ですね。
●素敵な思い出ですね。

●素敵な思い出ですね。
●素敵な思い出ですね。
●素敵な思い出ですね。



●素敵な思い出ですね。
●素敵な思い出ですね。
●素敵な思い出ですね。

●素敵な思い出ですね。
●素敵な思い出ですね。
●素敵な思い出ですね。

●素敵な思い出ですね。
●素敵な思い出ですね。
●素敵な思い出ですね。

Marketing Information Delivery

青いほすと 広告掲載のご案内

スペース	サイズ(縦×横)	掲載料金
1段1/2	31mm × 119mm	30000円
全1段	31mm × 240mm	60000円
2段1/2	65mm × 119mm	60000円

※上記は凡例。ご予算により各種サイズを用意しております。また、記事広告等もござりますので詳細は電話にてお問い合わせ下さい。なお、当方で広告版下を制作する場合は1段あたり5000円が版下制作費用として別途かかります。また、求人広告の掲載料金は上記とは異なります。ご案内は全て税別です。

函館どづく(株)ミッド事業部 ☎23-5688

透明タイプ 280ml 980円

詰替用 1リットル 2300円

きえる酪農王国 1リットル 780円

4リットル 1980円 (各消費税別)

●編集後記

●編集後記

●編集後記

●編集後記

●編集後記

●編集後記

そして、舞台は感動のファイナルへ…

11月 **7** **8** **9** 日 第13回後節 (F I) スポーツニッポン新聞社杯

■主な出場選手■

- S1 斉藤 正剛 (北海道)
- S1 高谷 雅彦 (青森)
- S1 加藤 慎平 (岐阜)
- S1 十文字 貴信 (茨城)
- S1 高橋 光宏 (群馬)
- S1 安福 洋一 (奈良)
- S2 大橋 秀人 (北海道)
- S1 山内 大作 (静岡)
- S1 宮倉 勇 (千葉)
- S1 郡 英治 (広島)
- S1 神開 将暢 (福岡)
- S2 山口 雅弘 (北海道)

※出場選手は変更になる場合もあります。

商品券10万円分 を2名様に!!

優勝者当てクイズ

〒042-0944 函館市金堀町10-8 函館市競輪事業部 「優勝者当てクイズ」係

ハガキに、第13回後節の予想するS級の優勝者名(フルネーム)、応募者の郵便番号・住所・氏名・年齢・職業・電話番号を明記の上ご応募下さい。応募はお1人様1枚とします。

締切 平成15年11月7日(金)必着。

発表 正解者多数の場合、決勝戦終了後、抽選を行います。

出場選手の詳細はホームページ等でご確認下さい。



最終回 ファンサービス

11月8日 ラッキー7プレゼント
先着入場者に抽選券を配布。当日第7レースの3連単払戻し金額の下2桁と抽選券の下2桁が合致したら当選。当選者には函館競輪オリジナルクオカードを進呈。

11月9日 競輪カレンダー配布 (2004年版)

函館競輪場(各主要バス停) 無料バスの運行時間 毎開催日 無料運行

迎えバス 競輪場以外での降車はできません。

函館駅前発～競輪場行(的場町まで函バス5系統)

	函館駅前	松風町	千歳町	堀川町中通	的場町	東消防署	警察学校	競輪場
市函・場外	9:45	9:47	9:49	9:52	9:53	9:54	9:55	9:58
	12:45	12:47	12:49	12:52	12:53	12:54	12:55	12:58

昭和営業所前発～競輪場行(深堀町まで函バス41系統)

	昭和営業所	亀田病院	五稜郭駅	ガス会社	テオー前	五稜郭①	深堀町	競輪場
市函・場外	9:30	9:35	9:39	9:44	9:47	9:49	9:54	10:00
	12:30	12:35	12:39	12:44	12:47	12:49	12:54	13:00

日吉営業所前発～競輪場行(深堀町まで函バス41系統)

	日吉営業所	花園町	学園前	湯倉神社	市民会館	競馬場前	深堀町	競輪場
市函・場外	9:40	9:45	9:47	9:50	9:53	9:55	9:57	10:00
	12:40	12:45	12:47	12:50	12:53	12:55	12:57	13:00

お帰りのバス

函館競輪場バスレーンからの発車となります。

乗り場	行き先	経由	回数	発車予定時刻
①		国道278号線		
②	函館駅前	競輪場行と同経路	1日1便	最終レース発走15分後
③	日吉営業所前	湯川温泉、花園町		
④	昭和営業所前	競輪場行と同経路		

11月	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	1	2		
開催日程	土	日	祝	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	祝	火	水	木	金	土	日	月	火		
● 函館市営競輪																																		
○ 特別競輪等場外																																		
□ 他場記念競輪等場外																																		

特観席 5回で1回 無料 キャンペーン

来年3月末日まで、特別観覧席を5回利用した方に次回無料で特別観覧席が利用できる招待入場券を1枚進呈いたします(特別観覧席入場券を5枚集めて、特別観覧席売り場にご持参下さい)。※函館競輪場のみ。

HBC ラジオ番組 週刊函館けいりん

毎週土曜日 PM5:05～ 5:30
メインパーソナリティー/山内 要一 (HBC)
ゲストパーソナリティー/元競輪選手・西村 康弘

お問い合わせ

〒042-0944 函館市金堀町10-8
函館競輪場(函館市競輪事業部) TEL (0138) 51-3121
松風町サービスセンター TEL (0138) 22-6600
ホームページ <http://keirin.hakodate.jp>

テレホンサービス<テレドーム>

■レース実況中継 0180-991-222
■レース結果・開催案内
2枠複・2車単・3連単 0180-991-333
2枠単・2車複・3連複・ワイド 0180-991-444

		開場/特別観覧席券・発売開始	前売発売開始	一般入場料	特別観覧席入場料
函館競輪場	市函	10:00	7:30	100円	800円
	場外	10:00	7:30	無料	300円
松風町SC	市函	9:50	10:00	無料	500円
	場外				