

青いほすと

毎月2回(中旬・月末)発行
函館市、上磯町、七飯町
全12万6千世帯無料配布

FREE

発行/函館どつく株式会社ミッド事業部 [編集室] ☎27-9210 [営業・折込業務] ☎23-5688
[FAX] 23-5699 [E-mail] aoi-post@aurora.ocn.ne.jp
☎040-8605 函館市弁天町20番3号 [URL] http://oceanplace.jp/aopos/

応援します! あなたの生き方

☎56-0041
●杉並町22-19

「冬のソナタ」にも登場した
本格的韓国鍋を食べよう
韓KAN



ヘルムチヨンゴル

で、おいしいものがたくさんあります。

人気ドラマ『冬のソナタ』にも登場したこ

れからの寒い時期にぴったりの鍋物が、市内

杉並町にある『韓KAN』で評判の韓国鍋

中でもイチオシは「ヘルムチヨンゴル」とい

う韓国鍋で、「ヘルム」は海産物、「チヨンゴル

」は寄せ鍋の意味。イカやエビ、貝類などたく

さんの魚介類や、大根などの野菜がたっぷり

入った辛味が効いた鍋。ダシのしみ込んだ大

根と辛いスープはお酒にもご飯にもぴったり

で、この冬ぜひ一度食べてみたい逸品です。

韓国では食事に
は必ず汁物が付き
スープの中にご飯
を入れて食べたり
します。スープが
なければご飯が喉
を通らないという
食生活だけあって、
鍋物の種類も豊富

韓KAN

そんなに ヨン様がいいですか?



巷では「ヨン様変身グッズ」なんてモノも売れているという
ウワサ…。そこで今回は本紙スタッフの青山記者がヨン様
に変身してみました。さあ、アナタもヨン様に変身して、忘年
会で主役の座をゲットしましょう!!

忘年会でも使える!!
“ヨン様”変身術
これでご主人もヨン様に!

今回準備した小道具



ウィッグ(かつら)
髪の長い人は必要ない。



マフラー
ロングマフラーが
いい。

メガネ

今回は『銀座メガネセンター』
が提供してくれました。

銀座メガネセンター五稜郭店
●本町24-13 ダイエー五稜郭店4階
☎31-2128

今回の変身に協力して下さったのは、市
内千代台町にある『うえだ美容室』。まずは用意していただ
いたウィッグを装着。



ウィッグ装着後、ワ
ックスを使って髪の毛
をセット。ヨン様は色
白なので、ファンデ
ーションで肌色を合
わせませす。



『うえだ美容室』
では、髪の長い
男性向けの「ヨ
ン様カット」を行
っています。イメ
ージチェンジに
いかがですか?

うえだ美容室

カット/3,150円～

営業時間/午前9時～午後7時

定休日/毎週日曜日、毎月第4日曜日(毎月第1日曜日は営業)

●千代台町31-11 ☎52-3526 http://ueda3111.fc2web.com



Before



After

今さらこんな 韓国特集を やるうと 言い出したのは 冬のドナタ?

青いほすと流
韓国ドラマブームにみる
韓国の魅力再発見特集



大場 小夜子 おおば さよこ
青いばすて編集室 記者

今から14年前に日本軍慰安婦問題を知り、それまで一面的にしか知らなかった韓国の歴史に関心を持つようになった。以来、韓国・朝鮮と名の付く本を目にするのと読むようになり、10年前からハンゲルの勉強もはじめる。6年前からはCS放送のスカパーフェクトで韓国のテレビ番組を受信し、ドラマは常時10本以上観ている。

は期待しています。

以来ではないかと思えます。者が多く演技の基礎を身につけていくのが普通ですから、ドラマの質が高いのではないで

は14年ほど前のこと。その頃韓国といえば焼肉、キムチなどといった食べ物や、エスプレッソの話題がほとんどでしたから、最近の「韓流ブーム」とは隔世の感があります。日本人が韓国文化に憧れる魅力があります。

また、映画は国が力を入れていく国内では自国の映画を数多く上映し、輸出にも力を入れています。質の良い映画が作れるよう国がバックアップしているのです。私が初めて観た映画は『西便制』、次は『シユリ』で、タイプの全く違う映画でしたが、どちらもとても面白いものでした。

何故、韓国ブームが訪れ 韓国ドラマがヒットしたのか？

韓国通 本紙スタッフに聞く！

また、映画は国が力を入れていく国内では自国の映画を数多く上映し、輸出にも力を入れています。質の良い映画が作れるよう国がバックアップしているのです。私が初めて観た映画は『西便制』、次は『シユリ』で、タイプの全く違う映画でしたが、どちらもとても面白いものでした。

「韓国ドラマの何がそんなにいいの?」。そんな風に思っている人にお答えします!!

函館市内在住の 韓国ドラマファンに聞いた

私が 韓国ドラマにハマった理由…



娘の影響で韓国ドラマは以前から観ていましたが、5年前に映画『シユリ』を観た時、韓国について、いかに知らないかを痛感し、それから雑誌やビデオなど積極的に観るようになりました。

韓国ドラマのよさは本音と建前の区別がなく、感情表現がストレートなところ。一見相手に配慮を欠くようですが、反面率直で情が濃く家族の絆も強いのです。今の日本は関係が壊れることを恐れて、人間関係が希薄になっていると思います。その点、韓国ドラマは、青臭い正義感といわれようと道理に合わないことははっきり否定する…そこが魅力ですね。

好きなドラマは『初恋』『秘密』『オールイン』『花よりも美しく』。好きな俳優は断然、チャン・ドンゴンです。

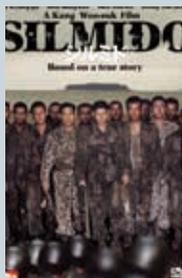
もともと韓国の陶磁器が好きで、韓国にも行ってきました。そんなことから、NHKのBS放送で『冬のソナタ』が放送された時、興味を持って観はじめたのです。

『冬のソナタ』は放送された3回とも観ました。韓国ドラマのよさは、登場人物や物語にメリハリがあって、くっきりしていること。感情表現がストレートで、ちょうどキムチのような味わいがあります。そこが日本のドラマにない魅力で、つつい引き込まれます。ストーリーがよいのと、俳優に演技力があり、意地悪い脇役にも魅力があります。それに音楽もいいですね。

好きなドラマは『ホテル』『初恋』『ローズマリー』。好きな俳優は、やっぱりペ・ヨンジュンです。



秋の童話 発売/株式会社JTB
人気上昇中のソンスンホン主演の悲恋物語。
DVD/全6巻3話収録 ¥5,040円(税込)
ビデオ/全6巻3話収録 ¥8,190円(税込)



SILMIDO 発売/エニックス
金日成暗殺計画のため訓練を受けた男達の実話を映画化。
DVD/3巻 ¥3,990円(税込)



初恋 発売/マナム
韓国で最高視聴率を記録。
DVD/BOX①10枚組 ¥3,150円
BOX②6枚組 ¥1,880円
BOX③6枚組 ¥1,880円
BOX④6枚組 ¥1,880円(各税込)

韓国ドラマ、おすすめビデオ紹介

NHKにズバリ聞く! 韓国ドラマのヒットの裏側と今後の放送予定

韓国ドラマの人気の秘密
『冬のソナタ』には、俳優に清潔感と透明感があり、映像と音楽には端正な美しさがあります。セリフの美しさや心に残るセリフに、多くの方々から感動したという声を頂きました。

ストーリーは、かつて日本に多くあったメロドラマを思い起こさせますが、“古くさい”という感じは全くなく、むしろ新鮮に感じられているのでは…。

また、「母娘で観ている」「お姑さんがお嫁さんと一緒にハマっている」など、超異世代と一緒に共感できるストーリーであったことも人気の秘密ではないかと思えます。

NHK 韓国ドラマの今後の予定	
美しき日々	毎週土曜日、総合テレビで午後11時10分～深夜0時30分に放送中。
宮廷女官 チャングムの誓い	毎週木曜日、衛星第2で午後10時～11時に放送中。
冬のソナタ	ノーカット版を12月20日～30日の午後10時～深夜0時10分に2話ずつ(土・日曜日は1話)で、11夜連続放送します。

近くて安くて行きやすいのが魅力。この際、韓国に行っちゃおう!!

JTB 函館支店
お手軽 韓国旅行プラン 2泊3日 39,800円より

千歳発ソウル直行便で、およそ3時間。時差もなく、気候も日本に近い韓国は、数ある海外旅行の中でも非常に行きやすいところ。旅に慣れてきたら、自由に楽しむフリープランもいいけれど、最初は現地で、空港からホテルまでの送迎が付いていたり、食事が用意されているようなツアーが安心です。



JTBのツアーなら、ホテルのグレードを重視するか、ショッピングや観光を中心に楽しむ旅にするかなど、目的や経験、料金にあわせて選ぶことができます。旅行代金は2泊3日 39800円～。

人気があるのはオプションで楽しむ『ペ・ヨンジュン主演ドラマソウル市内ロケツアー』や、『冬のソナタロケ地ツアー』など。また、女性には、現地で選ぶことが可能な『エステプラン』も好評です。

●本町6-7 第一生命 ビル1階
☎56-1714



子育て倶楽部

このコーナーには、子供を居酒屋などに連れて行くことや、ブランドものなどのファッションについて、また、髪を染めることについてと、様々な意見が寄せられています。今回は茶髪のお子さんを待つお母さんからの意見を紹介します。

1歳7か月と小学1年生の娘のママです。勇気を出して書きますが、うちの子は茶髪です。パーマもかけています。体にいいか、悪いかわからない。いや、もちろん悪いに決まっています。「じゃあ、なんでそんなことするんだあ!!」とお叱りの声が聞こえてきそうですが「可愛くなるかなあ」くらいの軽い気持ちでやったことです。今は、学校で禁止されているので黒に戻りつつあります。嫌がる子供を押さえつけたり、かぶれたりしても染め続けたいわけではありません。甥や姪も染めたいパーマをかけてあげたので「じゃあうちも…」くらいの感覚です。そんなにいけないことですかねえ? それでもお怒りになる方には「すみません」としかいいようがないです。それから居酒屋ですが、子供の時間と大人の時間をわきまえて、6時～9時位の時間なら連れて行っていいんじゃないですか?

うちは、下の子が歩きはじめた頃から外食はしていません。自分達も落ち着かない周りの方にも迷惑かと…。上の子は「食べに行きたいなあ」といい、可哀想だと思いますが仕方ありません。そういえば、上の子が2～3歳の頃、自分だけ飲みに行く旦那が許せなくて、娘と12時くらいまで飲んだことありました。すいません。今は我慢、我慢の日々です。今の若いお母さんを批判ばかりしないで下さい。「今の若い母親は…」なんてフレーズ、昭和初期の雑誌にも書かれているんですよ。今の若い母親だけ我慢が足りないわけじゃないと思います。(私は茶髪)

皆さんはどう思われますか?

ご意見・ご感想は…
〒040-8605
函館どつく株式会社ミッド事業部
青いぼすと編集室『子育て倶楽部』係
FAX 23-5699
Eメール aoi-post@aurora.pcn.ne.jp

このコーナーでは、子育てに関する意見交換や、ベビーやキッズのカワイイ商品・便利なグッズをはじめ、パパ、ママ、おしーちゃん、おはあちゃんにもオススメの情報を紹介します。読者の皆様もオススメの商品や場所などがありましたら、ぜひお知らせ下さい。

今月の元氣印



犬亦桃々(ももちゃん)
平成12年3月12日生
出演キッズ募集中!
写真をお送り下さい
(返却不可)

このコーナーには、子供を居酒屋などに連れて行くことや、ブランドものなどのファッションについて、また、髪を染めることについてと、様々な意見が寄せられています。今回は茶髪のお子さんを待つお母さんからの意見を紹介します。

1歳7か月と小学1年生の娘のママです。勇気を出して書きますが、うちの子は茶髪です。パーマもかけています。体にいいか、悪いかわからない。いや、もちろん悪いに決まっています。「じゃあ、なんでそんなことするんだあ!!」とお叱りの声が聞こえてきそうですが「可愛くなるかなあ」くらいの軽い気持ちでやったことです。今は、学校で禁止されているので黒に戻りつつあります。嫌がる子供を押さえつけたり、かぶれたりしても染め続けたいわけではありません。甥や姪も染めたいパーマをかけてあげたので「じゃあうちも…」くらいの感覚です。そんなにいけないことですかねえ? それでもお怒りになる方には「すみません」としかいいようがないです。それから居酒屋ですが、子供の時間と大人の時間をわきまえて、6時～9時位の時間なら連れて行っていいんじゃないですか?

うちは、下の子が歩きはじめた頃から外食はしていません。自分達も落ち着かない周りの方にも迷惑かと…。上の子は「食べに行きたいなあ」といい、可哀想だと思いますが仕方ありません。そういえば、上の子が2～3歳の頃、自分だけ飲みに行く旦那が許せなくて、娘と12時くらいまで飲んだことありました。すいません。今は我慢、我慢の日々です。今の若いお母さんを批判ばかりしないで下さい。「今の若い母親は…」なんてフレーズ、昭和初期の雑誌にも書かれているんですよ。今の若い母親だけ我慢が足りないわけじゃないと思います。(私は茶髪)

皆さんはどう思われますか?

ご意見・ご感想は…
〒040-8605
函館どつく株式会社ミッド事業部
青いぼすと編集室『子育て倶楽部』係
FAX 23-5699
Eメール aoi-post@aurora.pcn.ne.jp



CD

「ほーら、泣きやんだ」
(2548円、全10曲入)
医学博士によって企画された両親と子供のためのヒーリング音楽。特許認定の本格的な作品です。



CD

「ファムレウタ〜子守歌」
(夏川りみ、2000円、全7曲入)
夏川りみが歌う子守歌として話題を集めた「童神」のほかアジアの子守歌を収録。透明感溢れる歌声には母の想いがこめられています。



CD

「エンジェルリッシュモ〜カノン〜」
(2520円、2枚組全38曲入)
ストレスの多いプレママやお腹の赤ちゃんに聴いて欲しいクラシック。



DVD

「きれいなおかあさん」
(2940円)
聴覚障害の息子と母が精一杯生きる姿を描いた感動のストーリー。子供にとって母親は世界一美しく輝く存在なのです。



ほん

「ベイビーちゃん」
(924円、堀川波著、株式会社ソブラ社)
うちの子と同じ…と思わず微笑んでしまうベイビーちゃんの1日を可愛らしく描いたこの絵本には、ベイビーちゃんが小さな体で教えてくれる大きな愛がみついています。

取材協力/玉光堂函館松風店 担当主任:白井和也さん
営業時間/午前10時～午後8時 年中無休
●松風町2-11 ☎27-0888

道南在住の頑張る人紹介

マイウェイイ全力投球

世界にひとつだけの 素敵なグラス作りを

アトリエグラスアート代表
内藤 洋子さん



美しいグラスに天使が舞う…。市内末広町にある「アトリエグラスアート」では今年も、天使をモチーフに年に1度だけ作られるオリジナルのイヤースタグラスが完成。熱心なファンが早速買い求めている。内藤洋子さんは「アトリエグラスアート」の代表グラスなどのガラス製品や鏡などに文字や画像を彫り込むサンドブラストという技術を大阪でマスターし、平成12年から市内桔梗町で同アトリエを開業。アトリエ内に体験工房を設けたいという思いから、同14年に現在地に移転した。

場所が観光メッカとあって、体験工房を訪れるのはその多くが観光客。「グラスアート体験を通して、函館に来てほしい思い出ができたと感じてほしい。必ず笑顔で体験者を送り出そう」というのが、私をはじめスタッフの思いです」

体験した観光客からはたくさんのお礼の手紙がアトリエに届く。そんな観光客の口から「全国からオリジナルグラスの注文も増えていく」といふ。内藤さん「函館発、世界にたったひとつだけの素敵なグラスを作ることができ、それを函館の人達にももっと分かってもらいたい」。年に1度の集大成として毎年秋にイヤースタグラスを制作。天使を配したそのデザインには、平和や夢や希望など、内藤さんの願いがイメージされている。また、クリスマスに合わせてドイツの白ワインのボトルに「函館らしい」オリジナルデザインをしたワインを制作。毎年買い求めてコレクションにしているファンも少なくない。

「グラスやフォトフレームなど、オリジナル製品を注文する人の多くがそれを贈り物にしています。贈る側から贈られる側の心が通じる物を作り上げるのが大切だと思います」

「オリジナル作品には必ず注文した人の思いがあります。教科書で学ぶ技術的なことよりも、人との出会いで感じる「心」という目に見えないものを、これからも追求してゆきたいですね」

天使が好き…と笑顔で答える内藤さん。まるで透き通ったグラスのように素敵な女性だった。イヤースタグラス(ペアで7350円)、クリスマスワイン(5500円)は現在、アトリエ内で発売中。☎2277355。

青ほの心

韓国ドラマがヒットした影響で、韓国語をはじめ

韓国に関わる文化や風習に関心を持つ人が増えてきているようです。テレビでも最近韓国を紹介する番組が多くなっています。でも少し前まで韓国・朝鮮といえば遅れている国という印象があり、何となく暗いイメージを持っていた人も多いうです。かつて日本の植民地だったことから、一段低く見る習慣が何となく残っているからでしょうか。

今から10数年前、ユン・ジョンオクさんという、ひとりの韓国女性にお会いしました。当時韓国の梨花女子大学教授で、戦争中慰安婦にさせられた韓国女性のその後を調査するため来日していた女性でした。

戦時中、労働力としてタコ部屋に強制連行されたり、慰安婦として日本軍の慰安所に送り込まれた韓国朝鮮の人々は8万人とも20万人ともいわれ、はるばるした数字は分かっています。ユンさんは戦時中、日本語や日本名を強制され、日本人より一段低く扱われて悔しい思いを味わったことを話してくれました。日本に対する様々な恨みから、戦後ずっと

韓国と日本

日本語を使わなかったそうです。でも、日本にも歴史の事実をきちんとみつめようとする人達がいると分かると、やうやく日本語を話すようになった、というのでした。考えてみると、仏教や儒教をはじめ、陶器などの生活品も朝鮮半島を経て日本に伝わったもの。日本と朝鮮半島の過去の経緯や歴史の事実をあまりに知らなすぎた…と、その時に反省しました。その体験から、負の歴史も含めて事実を直視することの大切さを痛感します。事実の上にならなくて、初めて真にお互いの理解も生まれるものだと思うからです。

ドラマにみる韓国人は、とても人間関係が濃く、熱く、人生を語り、父母や祖父母を大切にします。そこには私達と同じ等身大の人々の生活や人生があります。一方、日本でのドラマ人気を韓国人の人々も好意的に受け止めているといえます。

韓国ドラマの数々は、近くて遠い国だった韓国をより身近で親しい国として思い起こさせてくれたようです。同じアジアの隣りの国同士、お互いを理解する努力を重ね、こだわりなくつきあってゆきたいものです。

法律講座

まちの弁護士さん暮らし相談室

保証契約と根保証契約との違い

監修/植松法律事務所

弁護士 植松 直 ☎43-0519

問 会社を経営している友人から事業資金の融資を受けるので保証人になって欲しいと頼まれました。この友人は、高校時代からの付き合いでこれまで大変お世話になっておりますし、「この融資さえ受けられれば、会社は持ちこたえられる。絶対、迷惑をかけない。」と言われたので、引き受けるかどうか検討しようと思いい、とりあえず契約書を見せてもらったところ、「根保証契約書」と書いてありました。普通の保証と根保証とは、どのように違うのでしょうか。

答 借金を単に保証した場合は、借りた日や保証する金額が特定された借金を保証します。従って、保証人としては、もし主債務者（お金を借りた本人）が借金の返済できなかつた場合、債権者（お金を貸した側）からいくら位の請求をされるか、予め心づもりしておくことができます。

これに対し、根保証では、将来にわたり、何回も発生する借金について保証することになります。保証限度額、保証期間の定めがある場合もあります（限度根保証）が、全くそのような定めが無い場合もあります（包括根保証）。包括根保証の場合、保証人は、一体、いつまで、いくら負担するのか全く予測ができません。例えば、主債務者が最初に借りた金額が100万円でも、主債務者がその後、何回も借入を繰り返し、最終的に借金が1000万円に膨れた場合、その全額を保証することになってしまうのです。

ただでさえ、人の借金の保証人となることは出来る限り断るべきなのですが、根保証契約は一度引き受けると、非常に重い責任を負うことになるので、どんな仲の良い友人であっても必ず断った方が良いでしょう。なお、保証人が借金の肩代わりするため、破産や自殺に追い込まれるケースが、ブル崩壊後に多発して社会問題化したため、現在、包括根保証を法律で無効とする等、根保証制度見直しの立法化作業が進められています。

面白雑学

言葉の常識編

日頃よく耳にする表現の中で、間違っ使われているものが意外と多くあります。あなたは正しく使っていますか？

- ① 的を得る発言…正しくは「的を射る発言」。的に矢を当てる事から「核心をつく」という意味。「当（とう）を得る」との混同。
- ② 期待倒れの成績…「看板倒れ（看板が立派で実質が伴わない）」と「期待外れ」を混同したもの。
- ③ 身を惜しまず働く…正しくは「骨身を惜しまず働く」。「身を粉にして働く」ともいいます。
- ④ 愛想をふりまく…正しくは「愛嬌をふりまく」。「愛想を言う」とを混同したもの。
- ⑤ 波紋を投げかける…波紋は広がるものなので、正しくは「波紋が広がる」もしくは「問題を投げかける」。
- ⑥ 二の舞いを踏む…「二の足を踏む（進むのをためらう）」と「二の舞いを演ずる（前者と同じ失敗を繰り返す）」とを混同したもの。
- ⑦ 脚光を集める…「脚光を浴びる」、もしくは「注目を集める」が正しい使い方。
- ⑧ 汚名挽回…「汚名返上」と「名誉挽回」とを混同したもの。それぞれ、汚名（悪い評判）を返す意と、名誉（良い評判）を取り戻す意。「汚名」を「挽回」するのでは、悪い評判を取り戻すと言う意味になり、恥の上塗りになってしまいます。

good taste



市内梁川町・ベルクラシック函館向かいにある『占い専科21』は、的中率の高さとリーズナブルな料金、じっくり納得ゆくまで占ってもらえる点などから、幅広い層に人気の多い占い店として有名。その人気は、函館市内や近郊にとどまらず、全国各地から様々な人が悩みを解決するため訪れるほどだといえます。

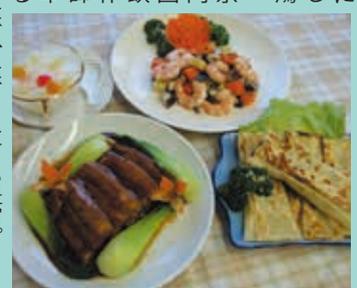
占いははじめて27年の易源洲鶴さんは、易学古来の原点「四柱推命」を中心に五行易や姓名判断、手相などを合わせた総合的に鑑定するための中率が高いのです。ちなみに、四柱推命の占いは全国的にも少ないのが現状なのだから…。

占うのは、年運や月運をはじめ、恋愛や結婚、夫婦や子供の悩み、引越、事業の相談、開店の方位や日付、店名、会社名、命名など、どんな悩みにも対応。占いの結果や資料ももらえるので、後から参考になります。

● 梁川町18-20
☎55-11031

市内神山1丁目にあるこの10月にオープンした中華レストラン「鴻運閣」。

横浜中華街や東京池袋の中華料理専門店に経験のある中国人シェフ、そして、飲茶や点心を専門に作る上海出身の点心師がいるなど、中国本場の味を食べられる1軒です。北京ダックなど、メニューも豊富。コース料理ではなかなかお目にかかれな素材を使った中華料理をリーズナブルに楽しめるのがうれしいところ。



点心のセットを食べられます。ランチタイムは午前11時〜午後2時、飲茶タイムは午後2時〜午後5時。ディナータイムは午後5時〜午後10時。
● 神山1-22-19
☎52-1770



good shop

ズバリの中！ 迷わず相談を…

占い専科21

市がそろっています。その日本フェリーターミナル内2階レストラン『が』は、今年最後のランチバイキングを開催します。毎回大盛況のこのバイキング、今年を締めくくるとは11月17日水曜日〜11月19日金曜日の3日間。和食は豚の角煮、刺身の盛り合わせ、おでんなど。洋食はエビフライ、ミハンバーグ、スハゲチキ、カレーライスをなど。中華は海老のチリソース煮、酢豚、ソース焼きそば、サンギ、ミラーメンなどで、和洋中人気のメニューがそろっています。そのほかにも、サラダやフルーツ、デザートなど全20品のゴージャスな料理がズバリ。飲み物はホットコーヒー、オレンジジュース、ウーロン茶が飲み放題。絶好のロケーションを眺めながら、好きな料理を思う存分召し上がれ。

料金は大人1200円、3歳〜小学生600円、3歳以下無料（各60分食べ飲み放題）。ランチバイキングの時間は午前11時〜午後2時。営業時間は午前11時〜午後7時（オードブルストップ午後6時40分）。年中無休。1階の軽食コーナーと売店は24時間営業。年中無休。駐車場有。東日本観光サービス株式会社
● 港町3-19-2
☎42-2524



中国本場の味、いかが！

鴻運閣



肩こりや目の疲れで悩む人に朗報！ 市内美原1丁目にある『株式会社ハマン商事』で取扱中の「ネグアイマスク」は、ネグ陶器（常温遠赤外線放射体陶器）を内包（特許取得）。ネグ陶器は、人の体温に反応して遠赤外線を効率よく放射し、人線から寒くなる季節に最適なです。価格は15750円。「ネグアイマスク」は、遠赤外線共振作用を起し、保温・蓄熱効果により細胞の新陳代謝を活発にし、血液循環を促してくれます。「ネグパット」は、首元から肩にかけて温まり、さらに胸元もほんのりと温まるので、気持よくなる。就寝時にも使用できるので、これからの季節に最適なです。価格は29400円。製造元である『ネグ産業』は各製品の発売から15年。主な医療に携わる団体に参加。国が定める介護用品認定製品も製造しています。
● 美原1-45-10
☎0120-307878

今年最後のランチバイキング 東日本フェリーターミナル

首元から肩にかけて、ほんのり温まるスグレモノ

株式会社ハマン商事

いい店
みつけた

四季味庵 よしかわ

担当/鈴木 麻代



●若松町18-18
☎23-2354



市内若松町にある『四季味庵 よしかわ』は和の調度品を配した落ち着いた雰囲気のある店内で、美味しい和食を味わえる一軒です。
店のメニューは全てコース料理になっており、ゆっくりとくつろぐことができる各席で、気の合う仲間と会話を楽しみながら、ゆっくりと美味しい和食を味わえるのが特徴。
好評のランチタイムで人気があるのは「すみれコース」(1575円)で、これは、お通し、お刺身(3点盛り)、えびのかき揚げ、鶏と山芋の和風グラタン、焼きおにぎりのお茶漬け、季節の果物、コーヒーがついてます。

また夜のコースは、2100円からとなっています。昼も夜も、上質な味わいとくつろぎの空間で優雅なひとときを楽しむことができる市内でも評判の味処。和食発はもちろんです。たまにはゆったり食事を楽しみたいという人はぜひ、足を運んでみてはいかがでしょうか。
営業時間は午前11時30分〜午後2時、午後5時〜午後9時。定休日は、毎週水曜日と毎月第3水・木曜日。駐車場有。

今回は、シャツをブルーベリーで染めてみました。
ブルーベリーの濃い紫が染めると淡いピンクに。色がくすんだり、シミがついたシャツが生まれ変わります。ブルーベリーは冷凍のものでもOK。薔薇や菊の花びらを集めて絞ったり、100%のジュースでもできるので試してみたい方がでしょう。



- 材料
●シャツ…1枚 ●ブルーベリー…100g
●酢…500cc ●湯…500cc
道具
●洗面器またはバケツ ●ゴム手袋
●不織布のゴミ用ネット ●箸

- 作り方
①不織布のゴミ用ネットにブルーベリーを入れ口をゴムでしばる。洗面器に入れ酢を加える。
②ゴム手袋をして洗面器の中でブルーベリーをすりつぶすようにして色を出す。湯を加えて染色液の出来上がり。
③シャツを水で濡らして絞り染色液に浸し、ひと晩置く。色ムラが出来ないように箸で時々、裏返す。
④シャツを取り出し流水で洗う。水の色が透き通り酢の匂いがなくなるまでよく洗う。形を整えて日陰に干す。



手染めの物は色落ちするので、手洗いをしましょう。シルクやナイロンの布はよく染まり、木綿は淡く染まります。

はこだて医療情報

ストレスと付き合い

飯田内科クリニック院長 飯田 善樹

日本病理学会認定病理医
細胞診指導医



生活習慣が健康の維持に重要であり、正しい生活習慣が高血圧症、高脂血症、糖尿病の発病を予防したり、病気の進行を避けられる事からこれらの病気は生活習慣病と呼ばれています。

この生活習慣には食事、運動、睡眠時間などが含まれますが、もう一つ大切なものがあります。それは、ストレスです。現代社会には我々の健康に影響するストレスがいっぱいあります。公害(騒音・排気ガス・悪臭等)、気候の変化(猛暑・寒波)、学校や会社における人間関係、勉強や仕事の成績、競争…挙げたらきりがありません。ストレスから逃げることは不可能です。ストレスが解消できないと自律神経失調や抑うつなどの症状が出てきて体調の不調につながります。

ではストレスは諸悪の根源なのでしょうか? ストレスがなければ人生はスパイスの無い料理になってしまいます。解決・解消のできるストレスは、努力の甲斐あって解決したときには大きな喜びや満足感が得られます。また解決に向けて前向きに努力している時には充実感や生きがいを感じられます。健康に生きてゆくには多くのストレスも必要なのです。

そこで、ストレスとの付き合いが重要になってゆきます。何事にも「適度・適切・適時」の考え方でストレスを解消・解決してゆきましょう。数多くの患者さんから私自身が学んだストレスとの付き合い方(ストレスから病気にならない心得)をご紹介します。① 永続できる趣味を持つ。② 気の合った友人を持つ。③ よい環境を作る。④ 音楽・映画・読書などから経験を得る。⑤ 旅をしよう。⑥ 日々の体力作り。⑦ プラス思考の習慣を持つ。⑧ 感謝の気持ちを持つ。⑨ 他人を許せるようになる。⑩ 日常生活に余裕を持つ。⑪ 良い生活習慣を持つ。

ストレスの受け止め方で、同じストレスが健康増進にも、病気にも変わってしまうのです。また体調不調で受診する時には抱えているストレスもお話しくださることが診断・治療にも大切です。

●松陰町1-6 ☎32-7000

ドクター講座

メニエール病

白戸耳鼻咽喉科 めまいクリニック院長 白戸 勝

日本耳鼻咽喉科学会認定専門医
日本めまい平衡医学会評議員



メニエール病はめまいを起こす病気なかで、一番よく知られている病気です。めまいが内耳の病気で起こるということを最初に発表した人の名前をとって、この病名がつけられています。

内耳は、骨と膜の二重構造になっていて、膜の内側はリンパ液で満たされています。このなかの内リンパ液の調整が何らかの原因でくずれて過剰になると、内耳のむくみ(内リンパ水腫)となり、めまい、耳鳴り、難聴などの症状が現れます。

突然、回転性の激しいめまいに襲われ、吐き気や嘔吐を伴います。めまい発作時には耳の閉塞感、耳鳴り、難聴を伴い、初期のうちめまい発作が治まれば難聴も回復しますが、めまい発作を繰り返すうちに耳鳴りや難聴が残るようになります。これが典型的なメニエール病です。

メニエール病のなかにも、めまい発作を起こさないタイプがあります。つまり難聴だけが良くなった悪くなったりを繰り返します。これを蝸牛型メニエール病といいます。ただし、蝸牛型メニエール病の80%は将来、めまいを起こすと言われておりますので注意が必要です。また、最初は良くなっていた聴力は、経過が長くなると元に戻らなくなり、次第に悪化することもあります。

耳鳴りや難聴を伴わないでめまいだけを反復する前庭型メニエール病、最初に難聴だけが出現し、5〜10年以上もたつてからめまいが出現する遅発性内リンパ水腫という病気もメニエール病の一種です。

何が原因でメニエール病になるかはまだわかっておりません。しかし、過労やストレスが症状をひき起こします。ですから、過労や睡眠不足を避け、規則正しい生活を送る。ストレスを解消し、ゆとりのある生活を心がける。適度な運動をして健康なからだを保つ。趣味をもち気分転換する、などの心得が大切です。

●東山2-1-28 ☎31-3387

港まちなみ市民プラザ

このコーナーでは、読者の皆様からのお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—

この紙面が皆様のお手元に届く頃、「ヨソ様ヨソ様」と世の中の女性の多くが一生懸命になった韓国ドラマブームはどうなっているのでしょうか？ ドラマ人気はさておき、こうしたブームが残したものは日本から近い国なのに、意外に知られていなかった韓国という国への関心がより高まったこと、素晴らしい文化を持ち、おいしい食べ物もいっぱい、韓国ドラマにも興味のない人も、ぜひこの機会に身近な韓国の魅力にふれてみませんか？

「読者の声」

広告が多いのもいいな〜 広告が多いので私ほそもいいな〜と思つていまさらなせなら、いろんなお店が分かるからです。行ってみたいお店もあつたし、実際に食べに行ったりも

しました。青いぼすとにはそんな大切な情報もあるのです。次号も楽しみですね。(深堀町 Y.U.)
☆広告はお店の人が勧める最強のオトク情報です！
これだから、青いぼすとから目が離せない
青いぼすとはいつも楽しみに読んでいます。9月28日号はじっくり心をつむいで読みました。心をつかむ、いい記事を見つけたからです。それは「青いぼの目」。すぐ上の「ハルオの人生観」もよかったです。慎さんのあつたか心の持ち様がすごく嬉しかったです。こんな若者達がいるならまだまだ世の中、希望があるなと思えました。「ウオーキングのすすめ」もよかったです。五稜郭公園、2キロもあるんです。やる気です。これだから、青いぼすとから目が離せないんですよ。(亀田本町 E.T.)

9月28日号の「青いぼの目」を読んで
前略、9月28日号の「青いぼの目」を拝読し子供の頃の思い出が再生されて胸がつまり、涙がこぼれまわりました。旧樺太の小学校の運動会、学芸会などでの情景が目につきました。貧富の差のある時代でした。あの頃の友人達は何処で何をしているやら、世の中すっかり様変わり。今日、賢沢が当たり前の今日、これでよいのかと思うばかりでございます。貴社と慎様のご健勝をお祈りします。(西旭岡町 Y.S.)
☆9月28日号の「青いぼの目」に対しては何通もお便りをいただきました。ありがとうございます。本紙ホームページ内の僕のメッセージ「ライオン通りのブラザー」の11月16日分にて、お便りを下さった皆様へのお礼の気持ちを含めた内容のものを執筆しましたのでよかったです。(亀田本町 E.T.)

「読者の声」

私は中学生、母がよく読んでいます
青いぼすとこの広告の部分は、少しカフル過ぎるような気がします。でもそのほかは見やすいです。実は私は今、中学1年生なんですけれど、母が、青いぼすとが届くたび、楽しみに見ていて、今回初めて見ました。私が知らなかったお店の情報や○△□魂熱血劇場...など、読んで母が読むのも分かりました。8月31日号の「お母さんの腕自慢〜」のコーナーの「かんたん天むす」は作ってみました。おもしろかったです。これからも楽しい紙面を期待しています。(亀田本町 A.C.)

「インフォ」

北海道教育大学モダンダンスクラブ発表会
11月27日に
北海道教育大学モダンダンスクラブ発表会が11月27日午後6時から市民会館大ホールで開催されます。入場料は一般前売900円(当日1000円)ほかチケットは松柏堂プレイガイドで発売中。詳細は080-118819831(堀井)まで。

「プレゼント」

古い専科21より「吉祥 開運だるま」を3名様に
今回の『なるほどピックス』コーナーで紹介した



「占い専科21」より、「吉祥 開運だるま」(3350円相当)を3名様にプレゼント。ハガキに郵便番号・住所・氏名・電話番号を明記し、青いぼすとに送る。締切は11月26日。

「四季味噌 よしかわ」より1000円分の食事券を2名様にプレゼント。ハガキに郵便番号・住所・氏名・電話番号を明記し、青いぼすとに送る。締切は11月26日。

横内ふさ子先生の珠玉のエッセイ集「この子らにはこだてを」
青いぼすと編集室より好評発売中!!

平成5年に『青いぼすと』に連載され、この6月のリニューアルで復活した人気エッセイ『横内マジック あなたも華麗に変身』で綴られた珠玉の46編をまとめたエッセイ集「この子らにはこだてを」が、このほど発売となりました。

■全136 ページ
■発行元/青いぼすと編集室
■価格/980円 (税込)

市内書店で発売中
発売先などのお問い合わせは ☎27-9210 (大場)

お詫びと訂正
10月22日発行分・別冊増刊号「LIFE」にて誤りがありましたので、下記の通り訂正し、関係者の方々にお願い申し上げます。
p2...プラスリー・ハーブ・ムーン様
●SYSTEM 3,150円 コースに「ビール村」
●クーポン特典 宴会使用時、金券10%バックまたはお一人様2杯目がサービス
以上の内容に変更させていただきます。

好評発売中
エバメールゲルクリーム
180g 宅配料込 3,700円
お申し込み・お問い合わせ 函館どつく(株)ミッド事業部 ☎23-5688 (本間)

おいしさ追求! 嗜好品の健康酢
マスカット風味 Su (酢)
720ml入り 3,150円
●送料:525円 ●代引手数料:300円
12本セット 34,650円
●送料:525円 ●代引手数料:無料
お申し込み 函館どつく(株)ミッド事業部 ☎23-5688

本紙厳選 商品情報
イカのマリネ
天然醸造酢にマスカット果汁・ブドウ酢・ハチミツ・ピロエキス・核酸などをブレンドした美味しい健康酢「Su」。今回は本紙料理記者・野村保子が「Su」を使ったオーストラリア料理を紹介します。

イカと野菜のソレです。Suの旨み・酸味が、イカの旨み・酸味をまろやかにし、マスカットの香りがさわやかな風味を作り出します。サラダの代わりに食卓にどうぞ。

材料
●Su...大3 ●イカ...1杯 ●セロリ...1本
●きゅうり...1本 ●赤ピーマン...1/2個
●オリーブオイル...大3 ●塩・コショウ...少々

作り方
①イカは洗って皮をむき、さつと湯に通し(3秒)、ひと口大のそぎ切り。
②セロリときゅうりは5cmの長さに切り、縦に薄切り。赤ピーマンも縦に薄切り。
③野菜にSuと塩・コショウをかけてしんなりさせ、イカを加えてオリーブオイルを混ぜる。

編 集 後 記

例年になく暑い夏の後、台風18号が道南を襲い、塩害による枯れ葉がいつもより早い秋を連れてきた。季節の訪れがいつもと違うのは地球の悲鳴か、なんて大げさな事を考えず、まっ。この100年の科学の進歩は目覚ましいが人間は本当に幸せに近づいているのだろうか。(チエ)

今回の特集は韓国フリークの私には最高のテーマでした。私は日本の歴史にも興味があり、百濟から来た百濟観音をいつもきれいな顔だと思つていましたが、ペニンシユンの顔はそれに似ていると思つたのです。貴族顔というのが光源氏様はこんな顔かもと思つたので。(345)

母と2人で、京都の天橋立へ泊3日で行ってきました。天の橋立神社やお寺など、公共の交通機関と歩きで、観光。旅行靴の中、私は必要最低限のもの(モンカ冊)母にはおにぎりやおやつなど、飲み物と食べ物(アチャ)

良い子と悪い子。つい使ってしまう言葉だけれど、良い子の手のかからない子、悪い子の手のかかる子。だいたい大人にして都合の良い子、悪い子で判断しているようなものだとふと思つた。これからは良い事、悪い事と言おう。イタズラも間違いない子供にとっては勉強だもね。(B)

お詫びと訂正
10月22日発行分・別冊増刊号「LIFE」にて誤りがありましたので、下記の通り訂正し、関係者の方々にお願い申し上げます。
p2...プラスリー・ハーブ・ムーン様
●SYSTEM 3,150円 コースに「ビール村」
●クーポン特典 宴会使用時、金券10%バックまたはお一人様2杯目がサービス
以上の内容に変更させていただきます。