

# 青いほすと

発行/株式会社青いほすとHD  
〒040-8605 函館市弁天町20番3号

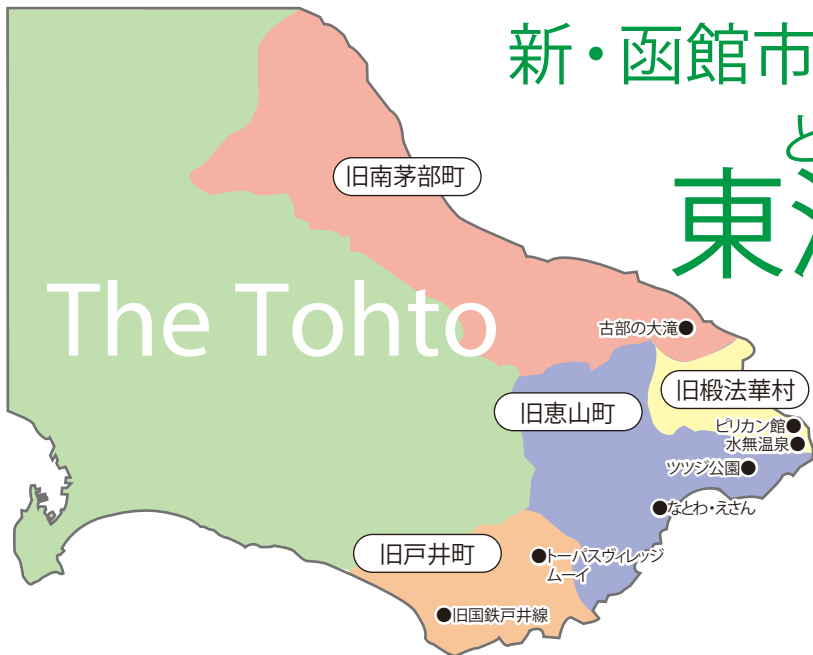
[編集室] ☎27-9210 [営業・折込業務] ☎23-5688  
[FAX] 23-5699 [E-mail] aoi-post@aurora.ocn.ne.jp  
[URL] http://oceanplace.jp/aopos/

応援します! あなたの生き方

## 新・函館市内名所巡り

本紙記者が行く

# と〜と 東渡島、ぶらり日帰り旅



昨年12月の、いわゆる「平成の大合併」で新しい函館市が誕生。大いなる海を望む渡島東部の美しい街並が、函館市となりました。渡島東部にある旧4町村のある地域は「東渡島(と〜と)」と呼ばれ、その自然や地域の味覚、温泉施設などが親しまれてきました。

本格的な行楽期を迎えた今回の特集はズバリ、「と〜と」のぶらり旅。体験取材は本紙記者としておなじみの鈴木麻代、花輪志保コンビ。やじうま根性たっぷりの2人が、美しい春の表情をみせる「と〜と」をご案内致します。



ASAYO SUZUKI

SHIHORI HANAWA



**などわ・えさん**  
国道278号線にある「などわ・えさん」は、鮮魚や特産品を販売する物産館や、海の幸をたっぷり味わえる海鮮レストラン『ドルフィンランド』があります。  
問/ ☎85,4010



ドルフィンランドでオススメの「帆立の稚貝と小海老のトマトクリームパスタ」(サラダ付、800円)



物産館では新鮮な魚介類がスラリ!  
いただきます!



ベッドに飛び込む花輪記者。「あ〜気持ちいい。このまま眠りたい」



室内にはキッチンも完備。これだけでも便利ですね。



セルフグリルへ…。「おいおい、ビール飲む気かよ」



**トーパスヴィレッジ ムーイ**  
「トーパスヴィレッジ ムーイ」は、美しい自然と触れ合っことのできるオアシスの施設。特に、森の中のスイートルームとして定評のコーテージは、家族連れからカップルまで様々な利用者のニーズに対応できる洋室、和室がそろう人気。食事は開放的な空間・セルフグリルをたっぷりどうぞ!  
問/ ☎82,2000



2人はさっそくコーテージの部屋に案内していただきました。



この日はあいにくの雨…。残念ながら本州は見えませんでした。天気の良い日に、絶対また来よう、と2人。

**北海道〜本州最短地点**  
2人が最初に立ち寄ったのは、津軽海峡を隔てて本道と本州の最短地点となる場所。その距離は17.5キロメートルで、夢の架け橋を実現しようという構想もあります。天気のいい日には青森県・大間町を一望できます。



次に見学したのは幻の鉄道といわれる旧国鉄戸井線。鉄道、汐首岬に海峡防備の目的で設置された要塞への兵員輸送などのため五稜郭駅〜戸井町浜町間に建設されましたが、戦況の悪化で着工が中止になりました。



鉄筋を使わないコンクリート製のアーチ橋は、芸術的な景観。

旧国鉄戸井線(アーチ橋)





この日はあいにくの天気と波のため、温泉は海の中。あ〜残念。「入りたかったあ。今度は天気のいい日に入ろう」と2人。でも、景色はよかった。

**水無温泉**  
 恵山岬灯台近くにある『水無温泉』は、全国でも珍しい渚にある天然の露天風呂。



公園内にある彫刻『潮騒の娘』の横で同じポーズ。



天気が悪くて、公園内をたっぷり散策できなかったのがちょっぴり残念。午前中の取材を終え、おいしい空気を吸ってひと休み。

まれています。5月29日午前1時から恒例の『第37回つじまつり』が開かれ、大正琴やソーラン踊り、吹奏楽演奏が行われます。  
 問／☎85 2 3 3 1



「滝を見ると自分にもパワーが付くんだよ」「へえ〜」。何のパワー？

**古部の大滝**  
 古部トンネル(旧南茅部町)を抜けてすぐ左手にある古部の大滝はまさに大迫力！ あいにくの雨が幸いしてか、その勢いに2人とも大感激。



館内にある大展望台は、本物の灯台の高さから大平洋、恵山岬周辺の四季を展望することができます。また、備えつけの望遠鏡を使えば、遙か遠くを見ることができます。「素敵〜」「できれば仕事じゃなくて、イイ男と来るべき場所だよな」。どうぞ、この次はデートで来て下さい。



灯台に灯がともる!!



ハンドルを回すと…



夢中になって見学する2人



館内の見学開始!

灯台の記憶を詰め込んだ館内の展示テーマは「人と灯台と恵山岬周辺の自然」。楽しさいっぱい、そして大展望台から望む景色は最高です。  
 問／☎86 2 1 1 5

問／南茅部漁業組合直販加工センター ☎013727215574



白口浜真昆布は身が厚く、上品な味わいと澄んだダシ汁が豊富に取れることで有名。昔は「献上昆布」として珍重されたこの昆布を使った焼肉のタレや醤油、つゆは絶品!!

**白口浜真昆布製品**

問／函館市榎法華支所 ☎86 2 1 1 1



「おとひめ昆布」は、養殖昆布を成長する前に収穫したもの。1度乾燥した後でも水に入るとすぐ柔らかくなり、おでんや煮物に最適。波に漂う姿がおとひめの羽衣のようだと命名。

**おとひめ昆布**

問／なとわ・えさん ☎85 4 0 1 0



『なとわ・えさん』の物産館では、有名な「がごめ昆布」製品ほか、各種の昆布製品がズラリ。美容が気になる女性には、ビタミンたっぷりの「若造り昆布」がオススメ。

**若造り昆布ほか昆布製品**

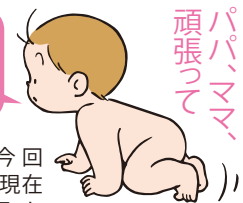
問／マルカ水産 ☎82 2 0 1 1



旧戸井町の特産品「ひっぱりだこ」は、津軽海峡で最も潮の流れの速い近海の大型ミズダコを主原料にしたタコのしゃぶしゃぶ。1度食べたたらやみつきに…。

**ひっぱりだこ**





## 子育て倶楽部

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、おしちゃん、おば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。

今回は、現在妊娠4か月のプレママ・(まめお)さんからのご意見を紹介します。

私は現在妊娠5か月です。待望の妊娠でバラ色の生活になるはずでしたが、つわりが苦しくてバラ色どころか妊娠って本当に大変だと痛感しています。バラ色じゃない理由は夫のこともあります。具合が悪いのに「化粧もしていない」「もう少しきちんとした服装をしよ」「おかずはこれだけか」と思いやりのないことを言い、自分は今まで通り飲みに行ったり、パチンコに行ったりしています。なので、お父さんとして大丈夫なのかと言う不安もあります。妊娠中に読む雑誌に載っている旦那さんは、お風呂掃除してくれるようになったとか、食事の支度をしてくれたとか羨ましい話ばかりで、ますます落ち込んでしまいます。青いぼすとの読者の方の場合はどうでしたか？ こういう夫にはどのようにしたら協力したり、父親になる自覚を持ってもらえるのでしょうか？ 教えてください。(まめお)

妊娠中は体調が悪かったり、精神的に不安定になったりすることもありますよね。ぜひ、先輩ママさん達から(まめお)さんへ良きアドバイスをお聞かせ下さい。

ご意見・ご感想は…  
〒040-8605  
函館どつく株式会社内  
株式会社青いぼすとHD  
『子育て倶楽部』係  
FAX 23-5699  
Eメール  
aoi-post@aurora.pcn.ne.jp



山辺優斗君 山辺大輝君  
平成13年7月18日生 平成10年6月25日生

妊娠中は、喜びと同時に心と体が不安定になることも…。そこで今回は、プレママの皆さんにオススメの店をプレゼント付きで紹介いたします。

『トータルサロンビューティー中島』より「フットマッサージ」(1575円)を3名様に

「フットマッサージ」は、フットバスの後、膝下から足先までのツボを刺激しながら血行を良くし、お肌を整えてくれます。個室でゆったりとマッサージを受けた後は、足下が軽くなるのでプレママにオススメ。なお、ハンドマッサージ(1050円)利用者にはハンドクリームをプレゼント。受付時間は午前9時～午後6時(毎週木曜日は午後7時まで)。毎週日曜日定休。  
●本通2-21-21 ☎55-9850  
<http://www1.ncv.ne.jp/~naka-8/>



『リラクゼーションサロン香音』より1000円分の利用券を5名様に

『リラクゼーションサロン香音』で行っている「マタニティーコース」(50分・4000円、安定期から可)は、プレママに大好評。背中や足、顔など、1人ひとりに合わせたオイルを使用し、心と体に働きかけてゆきます。もちろん、妊娠中でも安全なオイルですので安心してどうぞ。また、産後の人に合わせたコースもありますので、詳しくは電話でお問い合わせを…。受付時間は午前10時～午後7時。毎週月曜日と毎月第3日曜日定休。  
●中道1-3-15 ☎52-1780  
<http://homepage3.nifty.com/kaon-aroma/>

『タジマ寝具』より「ブラックシリカ健康ひざかけ」(10500円)を1名様に

「ブラックシリカ」の商品は、天然鉱石「ブラックシリカ」の微粒子シートを「もめんわた」で包むことによりそれぞれの良さが引き出されています。種類は「ブラックシリカ健康バット」「掛布団」「クッション」など。利用者からは「よく眠れる」「痛みが和らぐ」「気持ち安らぐ」と喜ばれているので、プレママの心と体も癒されること請け合いです。店頭でのお試しや資料請求も可。営業時間は午前9時～午後6時。毎週日曜日、祝日定休。  
●柏木町2-25 ☎51-1944



応募方法/ハガキに郵便番号・住所・氏名・電話番号、希望プレゼント名を明記し、今後、子育て倶楽部で取り上げて欲しいことなどをお書きの上、〒040-8605、函館どつく株式会社内、株式会社青いぼすとHD「子育て倶楽部プレゼント」係まで。当選者には引換券をお送りします。締切は5月27日。

## 道南在住の頑張る人紹介

### マイウェイ全力投球

# この街の人、誰もがができる環境にやさしい宣言

シルクロードグループ代表

王 一郎さん



「ノーブレス・オブリージユ(高貴なる者の義務)」という言葉がある。成功者にはそれに伴う責任があるという、英国貴族の伝統的な考え方だ。一。環境問題に着目するようになったのは今から7、8年前。店が繁盛すればそれだけゴミが出る…。つまり、ビジネスが成功するほどに環境破壊の加害者にもなるという現実と矛盾を感じたことがきっかけです」

今や道南に11店舗のチェーンを展開し、全国的にも大人気のファーストフード店「フッキーピエロ」。その経営母体であるシルクロードグループの王一郎社長はこの4月18日から、道南のサイクル業者と連携し、「フッキーピエロ松陰店」に「エコステーション」を設置。同店の利用客はもとより、周辺の家庭から出る空き缶やペットボトルをそこにに入れてもらうという、草の根的なリサイクル運動を開始した。

「最初に環境に取り組んだのは非木材紙のナフキンを店舗で使用すること。今ほど環境について注目されていませんでしたが、それでも共感して下さるお客様がいて、手応えを感じました。企業として「環境にやさしい宣言」をして以来、スタッフあけの海の清掃ボランティアや、利用客に箸の持参を呼びかけて割箸の消費を減らし、その節約分で道南の大野町・きじひき高原にフナの木植えようという「マイ箸運動」、さらに各店舗から排出されるリサイクル可能な「ゴミ」を資源化するなどの取り組みなどを積極的に展開。また、環境問題に取り組む異業種経営者と環境フォーラムを実施するなど、率先してこの街に環境への意識高揚を呼びかけている。

「企業人として環境と向き合うて気づいたことは、一般生活者に比べて企業の環境に対する関心はまだまだ高くないということ

と。環境に関心がないのでは済まされな時代が、まさにここまで来ていると思います」

独自の発想による飲食店経営者として知られる王さんのものには、道内の企業から多くの講演依頼が寄せられているが、最近ではほとんどの講演で、経営論に加えて環境についての持論も述べているそう。

「何故、環境問題は難しいのかと考えると、そこには原因や解決策が不透明であったり、それらが身近に感じられなかったりする点があるからだと思います。ラッキーピエロを利用するだけで簡単に、環境にやさしい行動を自分もすることが出来る。そんな点から、地域の環境の輪をつなげてゆけたらいいですね」

この街に住む人の誰もが、決して難しいことはせず、環境にやさしい行動ができる仕組み作り…。それが王さんのノーブレス・オブリージユなのかも知れない。

青いぼすの心  
手紙など、必要があつて文章を書く際に、その時はこんなことを書いたのかと後悔することはありませんか。

教育評論家の松尾つよしさんは、原稿は何日か時間を置いて読み直し、客観的に他人の視点で見直すようにしているそうです。つまり、ワンクッション置くのです。

松尾さんはまた、人間関係でもこのワンクッションは大切だといいます。「いまは、社会という公的空間と、家という私的空間の間にワンクッションの場がなくなつたが、昔はお互いの共有の空間があり、子どもたちはそこで育てました」と…。

社会と家との間に存在していた中間地帯というワンクッション、それは例えば空き地や路地裏、縁側など。昔は近所のおじさんやおばさんかどの家の子にも目配りをしてくれたものでした。親からではなく、少し距離を置いた他人の口から聞く言葉は、案外素直に聞けたりもするものです。

松尾さんはいいます。「人が育つには時間的にも空間的にもワンクッションが必要なのだ」と。それはいかえれば、余裕

## ワンクッション

とか心のゆとりといったものかも知れません。いまは大人社会に、このワンクッションがなくなってきたのではないのでしょうか。子供の問題はかりでなく、大人がゆとりをなくしていることが子供の世界にも影響しているとするは、効率第1、能率優先の発想が、結果として人々から心のゆとりを奪っているということなのかも知れません。

昔、ある生命保険会社のこんな「マイチャル」がありました。

安楽椅子に座った縫いぐるみの熊が、ゆったりパイプをくゆらせてこういっています。「疲れたら休め。彼らも遠くは行くまい」。

これはロシアの文豪、トルゲエネフの言葉だそう。

疲れても休むことができない、ほとんどの何かに追われる暮らし、そんな日々を送る人は多いのかも知れません。それでもほんの少し立ち止まって深呼吸をしてみればいかがでしょうか。

仕事のこと、人間関係のこと、さまざまなことに対して、心の中にクッションをひとつ置いて…。そうすることで気持ちのゆとりが生まれ、明日の力が湧いてくるかも知れません。(無)



# Naruhodo Topics [なるほどトピックス]

詩人の願い

Voice

森越 智子

好きな詩人のひとりに茨木のり子さんがある。茨木さんの『倚りかからず』は数年前ベストセラーになり、知らない人こそ少ないが、ずっと以前から本棚の片隅で眠っていた古い彼女の作品集に久し振りに目が留まった。

落ちこぼれ／和菓子の名につけたいようなやさしさ／落ちこぼれないために／ばかばかしくも切ない修行／落ちこぼれてこそ／魅力も風合いも薫るのに／落ちこぼれに旨い包容できるのが豊かな大地(中略)／落ちこぼれに旨い包容に成って／むざむざ食われてなるものか／落ちこぼれ／結果ではなく／華々しい意志であれ

目から鱗とはこのことである。そんな風に考えても見なかった。「1人1人みんな違っていい」なんていいながら、やっぱり「みんなと同じ」であることをこぞって子どもに強い、落ちこぼれてはなるまいと親も必死に子どもの背を押し続ける。親心だ。髪の色はどこまでも黒くなければならず、靴は、靴はと、今や社会全体は、私たちの内心の自由まで同じ色に染めようとしている。私たちの個性や自由をむざむざ食われてまで、一体全体どういう「世界」から落ちこぼれまいと、いや落ちこぼれさせまいとしているのか。

この春、4人の我が子が同時に新入学を向かえ、6つの祝いの式に出席した。ひとつの旗の下に大人も子どももみんな同じ思いであることを、より強く求められていると感じた。それが必要であるのかなのか、もっと深く考え議論しなければならぬが、「同じであること」を求めずと向こうに、何かの意志が蠢いているようなそんな肌寒さを覚えてしまうのは、私だけだろうか。

落ちこぼれの実をいっぱい包容できるのが豊かな大地。

私たちの国が、そういう大地になること。きっとそれが詩人の願いではないのだろうか。  
(子どもの権利ネットワーク運営委員)

LUNCH BOX 葦路 チキンチーズ焼ランチ 800円



市内大町にある『葦路』のランチの種類は、定番の煮込みハンバーグランチやポーク生姜焼ランチなど4〜5種類で全て800円。今ご紹介するチキンチーズ焼ランチは、ポリウムのあるメイソンに野菜がたっぷり入ったサラダがちょうど良いバランス。ほかにスープとつけ合わせ2品が必ず付き、飲み物はコーヒーまたは紅茶。どちらもホットとアイスがあり、ホットコーヒーはおかわり自由。店内全面禁煙。

営業時間／ランチ：午前11時30分～午後2時30分頃、ディナー：午後5時～午後9時頃  
定休日／毎週日曜日(毎週水曜日はランチのみ)  
●大町9-3 電車通扱い  
☎22-5466

## 手作りの味、ランチなら600円！

## 居酒屋ひろこ

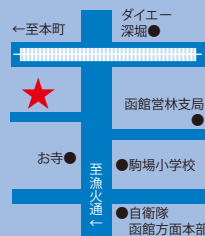


豚汁ランチ 600円

市内柏木町にある居酒屋『ひろこ』は、今年でオープン27年目を迎える。おふくろの味で評判の1軒。カウンターの大皿に並んだ日替りのおかずの中から好きな物を選べる家庭的な居酒屋で、どれもひと手誰かが気軽に足を運んでくつろげる店。この店の存在をより多くの人に知ってほしいという思いから、この4月より、600円の「豚汁ランチ」をスタートし、早くも注目を集めているのでぜひご利用を！ビール中ジョッキ500円、焼酎ボトル2000円。

●柏木町241  
☎530995

営業時間はランチが午前11時30分～午後2時、夜は午後5時～深夜0時。不定休。5月28日まで、夜の営業のみ「青いぼすと」を見たで初回に限り1組に鏡月ボトル700円または1人ワンドリンク無料。



## キッチン、浴室はここで決まり タカラシヨールーム

市内桔梗2丁目にある『タカラスタンダード株式会社』は、シニアキッチン・シニアバス・洗面化粧台・給湯機のシヨールームとしては道南最大規模。



同社の製品は、材質がホーローという点が大きな特徴。ホーローの製品は掃除が楽で長持ち。油污れも簡単に掃除ができ、傷つきにくい丈夫。特に新製品の「アイラック」(II写真)は、吊戸棚の下にラックの設置が可能な製品。大容量の収納スペースが目線の高さにあるこの製品は「作業しやすく片づけやすい」。

主婦の味方。もうひとつのオスメ「フリーサイゼンス」は、既存浴室に合わせた奥行や間口などのサイズオーダーが可能。そのほか、機能も「サイオン」も充実した製品が豊富にそろっていますので、ぜひ一度、貴方の目で確かめてみてはいかがか。なお、来場時に「青いぼすとを見た」といつか記念品をプレゼント(6月末日まで)。営業時間は午前10時～午後6時。無休。駐車場有。

●桔梗2-33-32  
☎469077  
http://www.takara-standard.co.jp



## 山田院長時帰国、予約受付開始！カイロバランスやまだ



海外からの評価も高い「カイロバランス」やまだの山田清隆院長が、約3か月ぶりに在住中のロサンゼルスから帰国しています。整体に気功などを取り入れた独特の施術スタイルは多くのスポーツ選手などからの支持も多く、また、自律神経のバランスを重視した施術は日頃ストレスを感じている人々に大好評。体重の気になる人には独自のダイエットプランのほか、人気の「耳ツボダイエット」がオスメ。今回の滞在は6月までです。身体どこかに痛みがあったり体調がすぐれない人、ダイエットをした人は、早めにご予約を電話予約をどうぞ。もし、施術期間がかかるとしても、副院長やスタッフのレベルが高いので安心です。

●人見町20-6  
☎326305  
●美原分院  
●美原3-21-25  
☎477200

料金は初回6500円、2回目以降4500円。  
●人見町20-6  
☎326305  
●美原分院  
●美原3-21-25  
☎477200

後8時(要予約)。毎週日曜日休診。駐車場有。

## ブランド品を委託販売しませんか？ リサイクルブティックかぐや姫

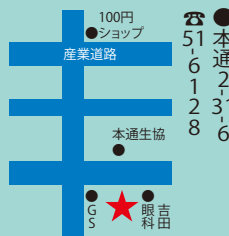


あなたのお部屋に眠っているブランド品を委託販売しませんか？

市内本通2丁目、吉田眼科隣にあるリサイクルブティック「かぐや姫」は、ルイ・ヴィトン、クリスチャン・ディオールなど、海外ブランドのバッグ、小物、洋服などが多数そろった評判の店。人気モデルはもとより、稀少価値の高いクラシックモデルまで、リサイクルブティックならではの品揃えで人気を集めています。この店ではブランド品の高価買取のほか、金額的にお得な委託販売を行っています。あなたにとってはもう使わない物も、ほかの人にとっては宝物になるかも知れません。賢く売って、次に欲しい物を格安ゲット！ブランド好きななら「売る」も「買う」もリサイクルブティック「かぐや姫」へどうぞ。営業時間は午前11時～午後5時。年中無休。駐車場有。

●本通2-31-6  
☎516128

100円 ●ショップ  
産業道路  
●本通生協  
●眼科  
●GS



法律講座

まちの弁護士さん暮らし相談室

監修/植松法律事務所  
弁護士 植松直  
☎43-0519

野生のフクロウって、捕まえて家で飼えるの？

**問** 春の季節感を感じるため、大沼公園に遊びに行ったら、湖畔沿いの道路で野生のフクロウを発見しました。珍しいので家で飼いたいと思いました。野生のフクロウを飼育する目的で捕まえることはできるのでしょうか。仮に怪我をしたフクロウを発見した場合はどうすればよいのでしょうか？

**答** 平成15年4月より施行された「鳥獣の保護及び狩猟の適正化に関する法律」によれば、鳥類又は哺乳類に属する野生動物の捕獲は、学術研究や有害鳥獣駆除等一部の例外を除いて禁止されています。違反すると、1年以下の懲役又は100万円以下の罰金という刑罰が科されてしまいますので、飼育目的で野生のフクロウを捕まえることはできません。

それでは発見したフクロウが怪我をしている場合はどうすればよいのでしょうか。北海道では「傷病鳥獣保護ネットワークシステム」という事故等で怪我したり弱ったりした野生動物に適切な治療を行って、自然に帰すというシステムがあります。軽い怪我程度であれば、野生動物の自然の回復力に任せてなるべくそのまま放置の方が良いと思いますが、重傷の場合は、渡島支庁の地域政策部環境生活課に直ちに連絡して下さい。指定の獣医さんが治療にあたることになります。夜間、休日の場合は警察等の公共機関に連絡するのもひとつの手段だと思います。

面白雑学

敬語編2

今回も敬語の使い方のおさらいです。間違いやすい表現ですが、正しい使い方はどちらでしょう。

- ①あなたはどんな話を…  
A.お聞きになりたいですか。 B.お聞きしたいですか。
- ②この書類はあなたが会社に…  
A.お持ちになりますか。B.お持ちしますか。
- ③この品物は当パートで…  
A.お求めできます。B.お求めに出来ます。
- ④案内があるまでしばらくここで…  
A.お待ちして下さい。B.お待ち下さい。
- ⑤あなたはどなたに…  
A.お会いしたいのですか。 B.お会いになりたいのですか。

ヒント…「お～する(したい)」は謙譲語なので尊敬表現には使えません。自分の行為の表現に「(私が)お会いしたい」のように使います。

答え

- ①A ②A ③B ④B ⑤B

good taste



札幌市ではアロマセラピーの草分け「アロマセラピーデザイン香屋」の出張施術が、函館市内でも受けられることになりました。丁寧なカウンセリングで心を解きほぐし、オリジナルアロマで気持ちをゆったりさせ、体の内と外から美しくなるお手伝いをします。「まつげハート」はまつげを傷めないトリートメントつきでカウンセリングもします。「フレイシャルトリートメント」は香りに包まれ、くつろいだ雰囲気の中で気持ちまで癒されそう…。6月末までに予約した人限り、まつげパーマとフェイシャルトリートメント通常30000円のところを20000円でサービスしています。また「アロマイク」は眉毛40000円、「アライイン(上下別)200000円。じっくり相談してから行うので、仕上がり満足度がアップします。

●札幌市中央区南14条西7丁目3-40  
☎&FAX 011-561-6947

good shop

アロマでトータルビューティー

アロマセラピーデザイン香屋

親子で遊んだ思い出のシーンや運動会、学芸会など、子供達の晴れ姿を撮影したビデオテープはどこに保管してありますか。それらは世界でひとつしかないホームビデオですが、ビデオテープは整理しにくく、湿気やほこりにも弱いので、長い間に劣化し、音声がかたかたなくなったり映像が映らなくなることがあります。貴重なビデオがそんなことになったら大変！



そこで市内桔梗町の『思い出編集局』で行っているDVD変換を利用すれば劣化することもなく長期保存ができて、しかもコンパクトになるので整理しやすくなります。また、何よりも、家族で上映会を行って家族みんなで感動したとか、誕生日や結婚するたか、誕生日や結婚する子供達にプレゼントをしてとても喜ばれるなど、利用料金は1本のテープを丸ごとDVDにするシンブルテープが60分3500円、カット編集や複数テープの合成ができるレギュラーテープは60分8500円。預かり可能なテープはVHS、ベータ、Hi8、MiniDVなど。DVD変換の場合、旧函館市内引取配達無料。見積も無料なので、まずはご相談を…。なお、昔の8ミリ、オープンリールテープの交換も行っています。

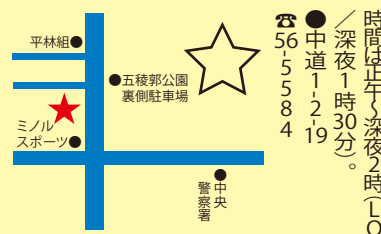
●桔梗町379-32  
☎3425668

世界でひとつしかないテープだから…

思い出編集局

深夜2時まで営業

五稜郭公園裏側駐車場斜め向かいにこの4月にオープンした『函館ラーメン』。蝦蔵(えびぞう)。「天然素材を使用した体にやさしいラーメン」をモットーにしており、スープは海産物のみでだしをとったもの、麺は天然カンスイと道産小麦100%のもの、具はメンマ、昆布、チャーシューなども保存料防腐剤の入っていないオリジナルのものを使用しているのが特徴。油分が少なく、カロリー控えめで女性にも人気のラーメンです。



売れ筋は「えびぞう」ラーメン(900円)、「写真」。り韓国塩ラーメン(680円)や「特製ギョーザ」といったのよみゆラーメン(750円)もオススメです。営業時間は正午～深夜2時(LO)深夜1時30分。  
●中道1-2-19  
☎5615584

函館ラーメン蝦蔵

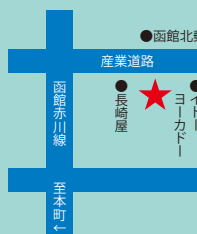
2人だけのオリジナルリングをどうぞ

アイプリモ函館店



『アイプリモ函館店』は市内美原にある日本最大のダイヤモンドリング専門店。リングの種類は500種類以上、フュージョンリング、ヒュース、ネックレスなど、アクセサリも充実。全

国に50店舗を誇るアイプリモだからこそ、高品質、サイズ直し、クリーニングのアフターも万全。専門店独自のルートにより、リーズナブルな価格も人気の秘密。結婚指輪は30000円(ヌーカールPT)、婚約指輪は150000円。セミオーダーで、専属デザイナーが付け心地、品質にこだわって作る世界にひとつだけのオリジナルリングを作ることができます。また、毎月先着にはなりますが、エンゲージリングをご購入された方には「アハサリーブック」(2人の出会いまでなどを物語にした本)がプレゼントされます。お早めどうぞ。営業時間は午前11時30分～午後7時30分。年中無休。●美原1-4  
イトーヨーカドー隣  
☎4447111  
http://www.iprimo.jp





## 想い出の ランチヨンマット



材料  
●木綿の布27cm×40cm(台布)…1枚  
●着古したシャツやハンカチなど…適宜



小さくなって着られなくなった子供服やお気に入りのシャツなど、想い出のつままったランチヨンマット。使い古した布は手触りもよく、気持ちいい使い心地です。

小さくなって着られなくなったシャツや、色の褪せたハンカチ、シミのついたスカートなど、想い出のつままった布でランチヨンマットを作りましょう。  
台布の真中に布を置き、ステッチで止めます。配色を考えた周りには布を置いてゆきます。サクサクとステッチをかけて、ラフな感じに仕上げましょう。

### 作り方

- ①台布の真中に長方形の布を置き、ステッチで縫い止める。
- ②下の布を縫い代を合わせて縫い、表に返してステッチで縫い止める。
- ③左の布、上の布を順番に縫い代を合わせて縫い、表に返し縫い止める。
- ④最後の布は2枚を中表にはぎ、縫い代を合わせて縫い止め、上からステッチで縫い止める。
- ⑤縁を中に折り込んで縫い止め、上からステッチをかける。

市内本町にある『粋匠』は、割烹の味を居酒屋料金で味わえると評判の1軒です。

「工夫のある丁寧な料理法と味に喜びと癒しあり」と、女性を中心に人気。「家庭ではなかなか作れない料理を提供することで、地域の食文化活性化につなげたい」とは、店主の信田年広さん。「とももろこし天(580円)や「スビ」のフランス揚げ(700円)など、意外性がある、楽しい料理がスリリとそろっています。食材は米や野菜は上ノ国町の農家から、魚介類は川波の漁師から…と、いろいろな、信田さんが直接生産者とコミュニケーションを取りながら仕入れているのが特徴。

厳選したアルコール類も人気で、函館ではなかなか手に入らない焼酎も品揃え豊富。「柚子小町」など、女性もお洒落に楽しめる焼酎もあるのがうれしいところ。

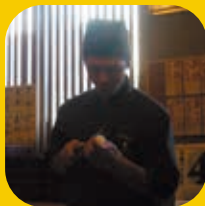
さらに、ランチタイムも大好評で、メニューは500円〜1500円の6種類があります。中でも人気があるのは、「花園膳」(1200円)。こちらもぜひ一度、ご堪能下さい。営業時間は午前11時30分〜午後2時、午後5時30分〜午後10時30分。毎週水曜日定休。



いい店  
みつけた

粋匠

担当/鈴木麻代



●本町23-5  
マルゼンビル1階

☎52-5569



## はこだて医療情報

### あなたの動脈硬化はどれくらい進んでいますか？

日本病理学会認定病理医  
細胞診指導医

飯田内科クリニック院長 飯田善樹



高血圧症、高脂質血症、糖尿病、肥満、喫煙などが動脈硬化を進展させ、その結果、脳血管障害、虚血性心疾患、閉塞性動脈硬化症などの生命にかかわる重篤な疾患を引き起こすことは以前の連載に書きましたが、自分の動脈硬化がどの程度進んでいるか検査を受けたことはありますか？ 動脈にカテーテルを挿入し造影剤を注入して血管造影をすると、体のいろいろな部位の動脈の狭窄(きょうさく)や閉塞などを正確に調べることはできますが、入院が必要で時間と費用がかかり、また多少なりともリスク(動脈にカテーテルを挿入するので、出血、感染、造影剤のアレルギーなどの合併症)が伴います。しかし、最近の医療機器や診断技術の進歩で、短時間の外来検査で動脈硬化の診断がかなり正確にできるようになりました。1つは脈波解析と脈波伝播速度測定です。これは、心電図を検査する時と同じような状態で四肢に血圧を測る時に腕に巻くマシンセットをつけ測定するもので痛みも無く5分ぐらいで検査できます。

この短時間の検査で動脈の硬さ(動脈硬化の程度)と四肢に血液を送る比較的大い動脈の詰まりの有無を検査することができます。もう1つは超音波(エコー)法を用いて動脈硬化病変部を直接観察する方法です。腹部や胸部の大動脈(心臓から出る太い動脈)の状態を観察できます。また頸動脈をエコーで直接観察できます。今では1ミリ以下の計測も可能ですので、頸動脈の内膜や中膜の厚さの測定もできます。特に頸動脈の動脈硬化病変は心臓に酸素を運ぶ冠動脈病変と相関があり虚血性心疾患の可能性を、また局所の動脈硬化病変や狭窄は脳血管障害の可能性を予想できます。脈波、エコー共に短時間で痛みやリスクなく検査できます。1度動脈硬化の進み具合を検査してみたいかがでしょうか(当院では検査の予約の必要もありません)。

●松陰町1-6 ☎32-7000

## ドクター講座

### 寝起きや寝返りでめまいがする

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

白戸耳鼻咽喉科  
めまいクリニック院長 白戸勝



寝たり起きたりする動作や寝返りをうった時に発作性に回転性めまいを生じる疾患があり、「良性発作性頭位めまい症」といいます。めまいを起こす病気のなかでもメニエール病とともに多くみられる病気で、めまい症例全体の10数%を占めるといった報告があります。女性にやや多く、50歳代から70歳代の高齢層に多い病気です。比較的治りの良い病気といわれており、1週間以内に半数以上の人が治るといった報告もあります。当院の集計では半分の人が3週以内に、9割の人が3ヶ月以内に治っております。しかし、1年以上続く人も少数みられました。再発も3人に1人くらいみられます。原因や誘因のはっきりしないことが多いのですが、内耳の卵形嚢(らんぐいのう)というところにある耳石由来の極く小さい結石が剥がれて半規管内に迷い込み、頭位の動きに伴って結石が内リンパ腔を落下することにより、めまいが引き起こされるといわれています。

一般的な治療の第1は運動療法です。頭を動かすとめまいを起こすために、安静にしていたり、出来るだけ動かないようにしているとめまいは長引き、治りにくくなる場合があります。そのため、めまいが起こる頭の位置を無理にとり、めまいを起こすつもりで、動かすことが早くに良くなること知られています。普段も、積極的に頭を動かす運動を行うことが再発の予防になります。

なお、似たようなめまいを起こす病気は他にもありますので、きちんと専門医の診察を受けてください。

●東山2-1-28 ☎31-3387



# 港まち 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。営利目的の情報提供は本紙広告をご利用下さい。

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

—担当/青山—

平成の大合併で新函館市が誕生してから、もうすぐ半年になります。意外と知っているようで知らない合併後の函館の新たな魅力。今回は本紙記者が、新しく函館になった街に足を運んでみました。編集室では読者の皆様からのお便りをお待ちしております。

## 「読者の声」

函館がすこおお気に入りです。

私が函館に引越してきたのは3年前。夫の転勤で2〜3年のペースであちこちに住んでいます。函館に来て『青いぼすと』に会い、色々勉強になる記事や、参考になる記事、楽しい記事など、毎回来るのが楽しみにしています。特に美味しい物特集や読者の声が大好きです。医療情報も気になるところです。また、『読者の声』で函館のモラルが悪いような感じで書かれていま

すが、私はすこおお気に入って、今アパートなので家を探しています。(美原1丁目、Y.M)

☆ありがとうございます。函館での暮らしをエンジョイして下さい。

## 「読者の声」

我が家では『面白雑学』のことわざを結構楽しんでます。前回の動物では1問だけ分からず、パーフェクトを逃した主人。今回の身体のことわざでベジです。また、防災特集にあった防災グッズの中に、お金とかも入れておいた方がいいのでしょうか。いざという時冷静でいられる自信はありませんか。最後に、函館は大好きなので、いい街にしてゆきたいです。

(人見町、A.N)

☆防災グッズにお金：どうなんでしょう？ でも、お金も大事ですよ。

○△□魂熱血劇場が1番好きです！

『青いぼすと』は入る日が待ち遠しくてたまりません。私が一番好きなコーナーはハルオさんの○△□魂熱血劇場です。男と女の話の記事は、大事にしまっています。時々出してみて「なるほど」と納得して、また、しまっ私です。店が偶然、宮前町ということで、探して行ってみました。いまいましいました。本物のハルオさんが料理をしてみました。私思わず言いました。「とても素敵考え方ですね。感心していますよ。ハルオさんは言いました。「編集が上手ですから」。謙虚ですね。

## 「読者の声」

宮前町、Y.N

☆いました、本物の... ってなんかハルオは動物園のライオンみたいですね(笑)。美味しかったですよ。

○△□魂熱血劇場も次号が最終回です。最後もバシッと決めます！

## 「読者の声」

これから載せてほしいのは、パン屋さん、パスタの店、雑貨屋、低料金で食べられるフレンチのお店... 『青いぼすと』は私の楽しみにのびのびと待っています。特に『なるほどトピックス』や『いい店みつけた』は目が離せません！年齢がせいで『ドクター講座』もこれからは、ハルオさん、バス

## 「インフォ」

バンドテニス初心者講習会、参加者募集

『ハインクラフ』では、歩くことができる人なら誰でも気軽に楽しめる、ハウンドテニスの初心者講習会をこの5月11日より実施中。現在、参加者を募集しています。日程は5月18、25日、6月1、8、15、22、31日。いずれも時間は午前10時〜正午で、会場は市内大町のハインクラフ屋内コート。参加費用など詳しい内容は中村 ☎457340 または松原 ☎231652 まで。

## 「プレゼント」

市芸術ホールで開かれます。入場料は一般2500円(当日3000円)、小学生1500円。託児所有。チケットは松栢堂ブライヤード、函館市芸術ホールなどで発売中。詳細は同実行委員会 ☎423277 まで。

『春号』を30名様に、東京出版の関連スクール『フローラ・アミ』より、女性雑誌『ハフエ』春号を30名様にプレゼント。特集は「春だかつ心と身体にエクスサイズ」。応募はハガキに郵便番号・住所・氏名・年齢・職業・電話番号・フラワーアレンジについてコメントを明記の上、〒

6月9日、函館市芸術ホールで

国内をはじめ、ベトナム

南アフリカ、ニカラガなどを訪問し、世界各地の歌を日本に紹介してきた

横井久美子さんのコンサート「新たな旅立ち」が6月9日午後7時から函館

☆ありがとうございます。前号ではちよっとリッチな「セレンのランチ」を紹介しましたが、いかがでしたか？ やつぱり安いほうがいいかな？ 1番嬉しかったのは試食させていただいた記者たちのかも...



## 本紙厳選 商品情報

水虫は「おつきあひするもの」ではありません！

ホタテ貝殻パウダー水虫の悩み解消 家族も安心！

### 毎日満足

刺身に、バター焼に... 美味しい海の幸「ホタテ」。日本人に大人気のホタテ貝殻は年間およそ21万トンにのぼるといわれ、特産地である本道でも、その貝殻の処理が深刻な問題になっているのだとか。

そんな中、研究が進められてきたのが、ホタテ貝殻の殺菌パウダー。水虫菌、食中毒菌をはじめ、シツクハウス症候群の原因であるホルムアルデヒドも吸収分解してしまいう驚異のパワーが注目され、各業界ですでに活用されています。

今回紹介する『毎日満足』は、このホタテ貝殻を高温で焼成したホタテ貝殻セラミックの強力な除菌効果により、水虫の原因となる白癬菌を退治するもの。長年、水虫に悩まされた人に朗報です。

特に、靴の中の温度、湿度が上昇しやすくなるこれからの季節は水虫菌にとっては絶好の居場所となり、水虫の人だけでなく、スリッパや湯上りマットなどから同居する家族に感染するケースも少なくありません。

『毎日満足』は、靴の中や靴下、スリッパ、湯上りマットなどに毎日シッとひと吹きするだけでOK。嫌な臭いの元となるバクテリアも除菌してくれます。



毎日満足 200ml入 2,100円

●送料  
旧函館市内 300円  
旧函館市外 400円  
※各5本まで送料一律

お申し込み  
お問い合わせ

株式会社青いぼすとHD  
☎23-5688 (本間)  
配達までにお時間をいただく場合もあります。

エバメール  
ゲルクリーム  
180g 宅配税込  
3,700円

お申し込み・お問い合わせ  
株式会社青いぼすとHD  
☎23-5688 (本間)

配達までにお時間をいただく場合もあります。

## 編集後記

「あじくの雨で運転も大変でした」と鈴木記者。「すみません、私が雨女です」と花輪記者。いよいよ2人の笑顔と、雨でハサバサになった髪で頑張る姿をフライングで見たら、雨の取材でも元気が出ました。お疲れ様。今思えば、あの時の雷は春雷、春を感じたんだね。(慎)

般法華という町名が函館市との合併でなくなってしまう。語感がとてもユークで、1度聞いたら忘れられない。名前の由来も面白くて歴史がある。いわれもあり、名前を聞いたらすぐその場所を連想できるような個性的な町名が消えてゆくのには惜しい気がする。(345)

札幌で開かれた子ども権利条約関連の会議に出席。記念講演の中の「子どもは未来からのあかり」との言葉に感動。今生まれた子どもは私の知らない多くの時間を生きる。その可能性を信じ保証するものが94年に結ばれた「子どもの権利条約」。大人が未来と結ぶ約束。(子三)

東京の息子から「今年の花粉は強烈です」とメールが来たのは2か月前。その1か月後、まるで計ったように私の目と鼻にも花粉が降ってきた。函館山から白い粉が飛んだと聞いた翌日の事。それからは抗ヒスタミン剤の助けを借り、季節の過ぎ行くのをじと待つのみの1か月。(亜)

近頃、松の実とかクコの実をよく使っています。特に松の実の味が大好きで、サラダや朝のお粥に入れたりして食べているのですが、こんな食べ方もあるよと、使い方を教えて下さった人がいた。その情報を教えて下さいます。楽しみに待っています。(Aちゃん)

今回の特集の取材は雨風雷の中決行。そんな訳で見苦しい顔もあることと思いますが、ご勘弁下さいという感じですが、それよりも写してきた写真に、これから良いことがあると言った光がたくさん写っていたらいい。天気は悪かったが、取材に行ったらメンバーの未来は明るい。(Bちゃん)

## 訂正とお詫び

4月22日発行『青いぼすと別冊増刊号・LIFE』8ページのスタンブラリープレゼント賞品にて誤りがありましたので下記の通り訂正します。

- ⑩ ディレクションレフィアムービングヴェール (誤) ×1名様 → (正) ×5名様
- ⑫ 観葉植物 (小) (誤) ×1名様 → (正) ×3名様

ご迷惑をおかけしました関係者の方々ならびに読者の皆様にお詫び申し上げます。

## 【次号予告】

5月31日 (火) 「スープカレー特集」

発行/株式会社青いぼすとHD  
〒040-8605 函館市弁天町20番3号  
[編集室] ☎27-9210 [営業・折込業務] ☎23-5688  
[FAX] 23-5699 [E-mail] aoi-post@aurora.ocn.ne.jp  
[URL] http://oceanplace.jp/aoos/

発行者 佐々木 喜美夫  
編集長 青山 慎司  
副編集長 大場 小夜子  
ライター 由井 亜紀 野村 保子 花輪 志保里  
DTP 武越 史幸  
マーケティング 本間 尚子

## 訂正とお詫び

4月22日発行『青いぼすと別冊増刊号・LIFE』8ページのスタンブラリープレゼント賞品にて誤りがありましたので下記の通り訂正します。

- ⑩ ディレクションレフィアムービングヴェール (誤) ×1名様 → (正) ×5名様
- ⑫ 観葉植物 (小) (誤) ×1名様 → (正) ×3名様

ご迷惑をおかけしました関係者の方々ならびに読者の皆様にお詫び申し上げます。