

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 函館どつく株式会社内

[総務・営業・折込業務] ☎(0138) 23-5688 [編集室] ☎(0138) 27-9210 [FAX] (0138) 23-5699
[E-mail] aoi-post@aurora.ocn.ne.jp [URL] http://oceanplace.jp/aopos/



今回は道南にある老舗の和菓子店にスポットを当て、その伝統の技と、昔から親しまれてきた人気の逸品に着目してみました。和菓子が健康的で体にやさしい、というのはよく知られた話ですが、ほどよく甘い物を食べると思考が活性化することもいわれています。数ある老舗の逸品の中から貴方の舌に合う和菓子をつつけて、心地よい初夏の甘いひと時を満喫してはいかがでしょうか。――。

昨今の洋菓子ブームもあって、スイーツの表舞台に立つのは腕のいいパティシエによるケーキやデザートが主流ですが、やはり現在でも熱心な和菓子ファンは多く、数多くの和菓子職人が伝統を受け継ぎ、その味と文化を今に伝えていきます。特に最近、現代人の味覚に合わせて、甘さを控え目に行っている和菓子店も多くみられ、ヘルシーで上品な和菓子の魅力が再認識されているようです。

こうして受け継がれる和菓子文化を広く知ってもらおうと我が国では、昭和54年に6月16日の「和菓子の日」も作られました。平安時代、国内にまん延した疫病を除く意図で仁明天皇が6月16日に餅を神に供えて健康を祈ったことにちなんだものです。

時、唐菓子は大寺の供物などとして用いられ、一般庶民には縁遠い存在でしたが、唐菓子の中から団子や饅頭、煎餅が誕生し、普及しました。菓子作りが飛躍的に進歩したのは江戸時代頃といわれ、8代将軍・徳川吉宗の「甘藷栽培奨励」や茶の湯などによって、洗練された和菓子文化が継承されました。

古来、日本人は穀物などの不足を補うために果実を食べていましたが、その多くが甘味を持つものだったため、嗜好品としても親しまれてきました。そんな中、果実ではなく、穀物を主原料として加工する嗜好品「唐菓子(からくだもの)」の製法が中国から伝えられ、果実も嗜好品であるという点が共通していることから、果実も唐菓子も同じ「菓子」のたぐいとして扱われるようになったといわれています。唐菓子の由来当時、唐菓子は

「菓子」という言葉はもとも日本では、自然界の木の実を総称した「くだもの」にあてはめた漢字でした。和菓子の歴史を繙くと、米や麦で餡が作られはじめた古墳時代にまで遡るといわれています。

老舗より、甘い誘惑… 道南の有名老舗和菓子店総力特集

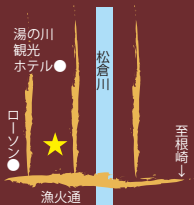


若竹

市内湯川2丁目にある『若竹』は明治38年の創業。現在は4代目となる竹内みよ子さんがすべて手作りしている。『若竹』といえば、何といつても「3色だんご」(5本入り720円)が有名。牛皮を十勝産の3色のあんまで包んだんごは見た目も鮮やかで、柔らかな食感が優しい味わい。粒ごまの入った白あん・抹茶あん・小豆あんの順に甘みが増すよう調整してある点にも納得！なお「3色だんご」は1日限定200本のため電話予約がオススメ。



また、「半月最中」(1個220円)も見逃せない逸品で、こちらは小豆、黒ごま、白あんの3種類。最中に描かれているのは、創業当時のこの店の前にあった橋。歴史を感じるそれぞれの味を、ぜひご賞味あれ。営業時間は午前9時から売り切れまで。毎週木曜日定休。駐車場有。
●湯川2-4-31
☎576245



市中屋

市内谷地頭町にある『市中屋』が現在地に店を構えたのは昭和9年。創業当時は青柳町で雑貨販売の傍ら和菓子を販売していました。が、次第に人気が出て本格的な和菓子店となりました。



当時から販売していたという「豆大福」(こしあん115円)は現在も根強いファンが多く、豆大福を購入するため来店する人も多いのだとか。柔らかな豆大福は上質の餅米を使用。最近では、黒豆を使った豆大福が多くなっている中、この店では赤エンドウを使い、本来の豆大福の味を守り続けています。もちろんあんこも自家製。「草大福」(つぶあん115円)も見逃せない逸品。なお、豆大福の販売は通常1日30~40個です。前日予約がオススメ。営業時間は午前7時30分~午後7時30分(大福の販売は午前10時前後)。毎週日曜日定休。
●谷地頭町26-11
☎233027

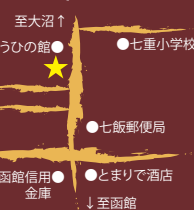


喜夢良菓子舗

七飯町本町にある『喜夢良菓子舗』は、創業から30年、函館に新しい和菓子を取り入れてきたことで有名。店内には、定番の和菓子と季節の和菓子が並び、この時期は夏菓子に人気。中でも「青竹水ようかん」(263円)は、見た目も涼しげに夏にピッタリ。箱入りの水ようかん(735円)もどうぞ。ほかには、道南で初めて販売された「くすきり」梅黒糖各210円や夏の景色を感じさせる「涼菓」(3種各263円)と、見た目にも美しい夏菓子がそろいます。また、冷たく口当たりが良いだけでなく、体を冷やさない寒天などを使用している点も魅力のひとつ。定番の和菓子では、全国的にも評判の「函館大三坂」がオススメ。営業時間は午前8時30分~午後7時不定休。駐車場有。
●七飯町本町438-3
☎653571



●支店
●本町29-23
ホテルンエナ1階
☎565808

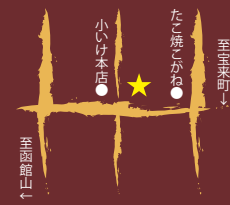


鶴乃餅

今年で開業55年を迎える市内宝来町の『鶴乃餅』の「玉来だんご」(1本90円)は、1977年に全国菓子大博覧会で名誉金賞を受賞したことがあるという味、人気ともに1番の品。



この「玉来だんご」は米粉の上等新粉が原料で、滑らかな舌ざわりと、もちもちとした触感が美味し。製造作業は、毎日朝6時30分頃からはじまり、およそ3時間かけて作ります。その日のうちに食べるように作っているのだから、作り置きはしません。また、だんごにつける「コマあん」しょうゆのタレもすべて店の手作り。特に人気のコマだんごは、また「コマだんご」が一般的ではない頃に売り出したというもので、タレは店秘伝の味。噂を聞いて、遠方から買いに来る人もいるのだとか。営業時間は午前8時~午後6時。毎週日曜日定休。
●宝来町22-4
☎231634



吉乃屋餅菓子店

市内松川町にある『吉乃屋餅菓子店』の創業は昭和初期。店を構えて70年以上になるというこの店では、へこ餅からわり切りまで材料は昔から決まっているもので製法も総へて手技。



「材料や製法を変えると、よいものが作れません」とは店主の坪谷隆由さん。オススメのねり切りは、昔から祝事や仏事には欠かせませんでした。作るものは、菊、松、竹、梅、柿、桃、鶴や亀、おしどりなど13種(大700円、小150円)おしどり200円。色をほかしたり、形を作ったりする技術は難しく、特に、菊の150個の花びらを入れるのは熟練の技。中は小豆あん、外は白あんで、あんは決まった分量で作らないときれいな形に作れない。そうねり切りは夏期は牛皮になります。営業時間は午前8時30分~午後8時。休日は元日のみ。
●松川町23-8
☎412377



石黒商店

市内昭和2丁目・国道5号線沿いにある有名甘納豆専門店「石黒商店」で昨年4月から発売している「花み餅」(1個126円)は、牛皮に白花生の蜜漬けが粒のまま入っているという一品。



豆のことを知り尽くしたこの店が選んだ白花生の美味しさを味わってみたい」と試行錯誤して、ようやく完成したもので、白花生の独特の風味と牛皮の柔らかさと甘さが絶妙にマッチした一品。材料は餅米、澱粉、白花生、砂糖、水飴で、添加物は一切使用していませんが、1週間程度なら日持ちします。少し固くなったら電子レンジで温めて食べる。また違った美味しさが味わえます。なお、旧函館市内近郊1000円以上で無料配達。地方発送も行っています。営業時間は午前9時~午後6時。定休日毎週水曜日。
●昭和2-11-2
☎410839



人気のホワイトレディプレゼント! ショップハーバー函館五稜郭店

無添加・通販化粧品で注目を集めています。お馴染みハーバーの店舗。ゆたかりとした店内には、ハーバー函館五稜郭店 スキンケア製品をはじめ、この5月にオープンし、メイクアップ、ヘアケア、ボ



ディケア製品、サプリメントまで勢ぞろい。そして何となくも、テスターが充実しているところが魅力で、実際に手に取って試してから購入できる、大好評。肌の悩みや製品についてなど様々なアドバイスも気軽に受けられるので、アナタにピッタリの化粧品がきっと見つかります。今なら、初めにハーバー製品を試す人を対象に



人気の高濃度ビタミンC配合美容液「ホワイトレディ」と化粧水「ローション」とオイル「スクワラン」がセットになった「ホワイトレディ美人肌セット」(約1週間分)をプレゼント。



「ホワイトレディ」(10ml 1470円)は、肌には倍増! 肌のダメージうるおいを与え、ハリや透明感、シミ、しわ、くすみ、ニキビ対策などマルチな活躍が期待できる「シャリ美容液」。リピーターも多々、2年で1000万本を越えるヒットとなりました。その「ホワイトレディ」に、さらに「Gローション」(60ml 1260円)と潤いを与え、「スクワラン」(15ml 1470円)と、その潤い(を)とじこめれば効果

「ホワイトレディ美人肌セット」引換券

お名前 _____
TEL () _____
ご住所 _____
生年月日 _____

●有効ショップ/函館五稜郭店
※数量がなくなり次第終了いたします。

FP ハマノの ●きつと役立つ● マネー講座

その1 貴方の人生の夢、目標を叶えるために必要なお金は、ライフステージとライフイベントを把握すれば、しっかりキープすることができます。

アドバイザー
ファイナンシャルプランナー
濱野 州喜司さん

日本ファイナンシャルプランナー協会会員
有限会社浜野代理店代表取締役
●函館市東山3-14-19 ☎52-0822

今回からこのコーナーでは、家計のムダを極力省いて、一定の収入の中からいかに多くのお金の「ゆとり」を作ってゆかについて、専門家の見解から説明してゆきます。
お金というと、とかく日本人は「嫌らしさ」を感じがちですが、私共ファイナンシャルプランナーが勧めるマネープランは、決してケチケチと貯蓄へ向かう暮らしではなく、それぞれの人生の夢や目標を達成するための「資金の作り方」です。人生、誰でも生きてゆく上でお金が必要な時期と金額が概ね決まっているものなのですが、それを我々は「ライフイベント」と呼んでいます。普通の人は自身のライフイベントについてただ漠然と考えがちですが、ムダのな

世帯主の年代	20代	30代	40代	50代	60代	70代
ライフステージ	独身・結婚期	家族形成期	家族成長期	家族充実期	家族円熟期	老齢期
夫	独身	結婚	マイホーム取得		定年	
妻	独身	結婚	パート			
長女		誕生	小学 中学 高校 大学 就職 結婚			
長男		誕生	小学 中学 高校 大学 就職 結婚			
ライフプラン	独身・結婚期	出産子育て・住宅購入時期	教育負担増時期	老後準備期		
教育資金設計		教育プラン	教育資金積立	奨学金・教育ローン		
住宅資金設計		住宅資金積立	マイホーム購入	住宅ローンの繰り上げ返済・借り換え		
老後生活設計			私的年金加入	遺族年金	老後の資金設計	公的年金受給
医療・保障設計	自動車保険	医療保障	死亡保障	住宅総合保険	生命保険見直し	退職医療制度
家計の管理	家計の管理		家計の資産配分			
資産運用設計	投資信託	株式投資	外貨預金	退職金運用設計		
税金・相続等	配偶者のパート収入		贈与税	退職金・年金の税金	任意後見制度	

HOTほっと スープ

野村保子のうちのごはん

角切りにした野菜をバターで炒め、水を加えて「コトコト」煮るだけのスープです。野菜のうまみがスープに溶けあい、ホッと優しくなるスープです。疲れた時や風邪気味の時に、体にも心にも優しいスープで元気を付けてネ!

材料

- 玉ねぎ...1個
- 人参...5cm
- セロリ...5cm
- ねぎ...5cm
- じゃが芋...小1個
- トマト...小1個
- ピーマン...1個
- きゅうり...5cm
- ニンニク...1片
- ベイリーフ...1枚
- バター...大1
- 塩・コショウ...少々
- 水...4カップ

作り方

- ①野菜は全て角切りにする。
- ②鍋にバターを溶かしニンニクのうす切りをさっと炒め、トマト、ピーマン、きゅうり以外の野菜を炒め、野菜が透き通ったら残りの野菜を入れベイリーフと水を加えて煮る。
- ③野菜に火が通ったら塩、コショウで味を調え、できあがり。

血液をサラサラにする玉ねぎやセロリ、体の調子を調える人参など野菜のパワーを、スープでひたひたにまきました。スープに卵を割り入れて半熟にし、簡単朝ごはんもいけますね。

青ぼの目

▼「ブルーアイ」に、久しぶりに「おたる水族館」に足を運んだ。予想通り、水族館は多くの親子連れで大賑わいだったが、その中でちょっと変わった男子の姿を目にした。屋外で行われている海獣ショーには目もくれず、自分の足元に見つけたリリの果に夢中になっているのである。両親は「何やってるの!」とその子の手を引くが、男子は果を出入りするたくさんのアリがよほど気に入ったらしく、全く動こうとしない。男子の多くは、一度は自然の生態に興味を持つ...、そういえば自分にもそんな頃があったことを思い出した。▼昨年の当市の平成の大合併。そのキーワードが何故「海」なのかは、旧戸井町から南茅部方面にかけての海岸沿いに足を運ばよく分かる。景色を眺めているだけでも心癒されるが、海岸に降りて岩礁を観察してみると実に楽しい。小磯の潮だまりにも大洋の神秘と生命のスペクタクルがある。▼函館市水族館建設基本構想、いわゆる「海の生体科学館」についての賛否をめぐる議論は続く。特に「図書館と同様、教育施設には赤字でも目に見えない効果がある」という意見と「図書館とは緒にできない」という意見が交錯する。入館料収入によって収支が左右する水族館を図書館同様に考えにくいであろうし、また、自然を学ぶには自然と触れ合うことが最も大切である。世界的な生物学者の多くが、幼少の頃の自然体験をきっかけに、その道を志しているのも事実である。▼もちろん、水族館構想の中には館外学習事業も組み込まれているが、問題はその優先順位。国際的遺産・海洋都市としてこの街で海を学ぶ環境を整えるなら、まずは館外学習事業に着目し、新函館市のダイナミックな自然環境を教育環境としてどう活かしてゆくかを優先的に考えなくてはならないだろうか。

Naruhodo Topics [なるほどトピックス]

子育て倶楽部

4月15日号で掲載になった妊娠6か月のプレママ(T・H)さんからの質問「赤ちゃんが産まれたら絶対必要なグッズ」に届いた意見を紹介します。

元気の今月の元氣印

下本陽介くん(左)
平成13年4月8日生
下本裕介くん
平成11年5月26日生



現在9か月の子供を持つ母です。初めて赤ちゃんを産む方の参考になればいいのですが…

- おんぶヒモの新しいものは接続部がたくさんあって面倒で、私は昔からあるものが良かったです。
- 鼻吸器(ドラッグストアで売ってます)。
- マザーズバック。オスズメはコムサイズムの商品です。
- 果汁用哺乳ビン。新生児から水分補給に使えます。
- 遠足に持って行くような小さめの水筒があると、外出時や夜のミルク作りに便利です。

続いては、5月17日号掲載の妊娠4か月のプレママ(まめお)さんの「どのようにしたら夫に協力してもらったり、父親になる自覚を持ってもらえるのでしょうか…」という悩みに(まめちゃんママ)さんから届いた意見を紹介します。

私は妊娠8か月です。私もつわりがひどく、6か月になっても嘔吐が続き体力的にも精神的にも限界を感じるがありました。今もあまり調子は良くなく「安定期」って何なの? という感じです。妊娠は本当に心が敏感になりますよね。男の人は体で体験できないので私達の辛さを理解できないと思います。(まめお)さんの家庭状況は分からないのですが、私の場合は旦那に自分の体の状態や気持ちなどを話しています。旦那は忙しいので家のことをしてもらおうとは思っていませんが、ゴミ捨てなど上手に頼んでいます。また、家庭のために一生懸命働いて疲れて帰ってくるので、私も感謝の言葉や心を大事にしています。父親としての自覚は、子供が誕生してから少しずつ芽生えるのではないのでしょうか。心配は尽きないと思いますが、問い詰める形ではなく自然な形で色々話合うのが大事だと思います。(まめお)さんの悩み、よくわかります。今後の見えない不安もたくさんありますが、1つひとつ乗り越えてお互い素敵なママになりましょうね。(まめちゃんママ)

ご意見・ご感想は…

〒040-8605 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

もうすぐ夏休み、「今年は何にしよう…」と、小学生の我ががいる家庭では、夏休みの宿題に何をやるか相談する親子も多いはず。そこで、この夏は「親子で楽しく簡単に」手作りしてみたいかがでしよう。

市内本通3丁目にある『サニープレイス』は、パッチワーク生地やパッチワーク製品を中心に、手作りのための商品が豊富に揃っている店。また、講師資格取得コースや趣味としての教室も充実。

今回は『青いぼすと』の「子育て倶楽部」の読者のために「夏休み親子教室」を開講します。対象は小学生の親子(その他応相談)。日時は7月30日と8月6日の午前10時～正午と午後2時～午後4時の計4回の中から申し込み下さい(要予約)。

- 作品(手縫い)
&料金(材料費、講習料込)
- ランチョマット 2100円
 - シューズキーパー 2100円
 - コインケース 1890円



なお、数点作る場合は追加料金としてランチョマット・シューズキーパー(各840円)、コインケース(525円)。手ブラの参加もOK。なお、大人用にその他の手作りの講習も可。予約及び詳細は、電話でお問い合わせ下さい。

●本通3-2-18 ☎56-6457
http://www.sunny-place.biz

恒例、激安着物の展示会!

若し人達に人気の和服。今年こそ和服を着ようと思っているなら、夏のお祭りシーズンに、ゆかた(はか)がおすすめです。

市内柏木町にある『京呉服 徳保』では、恒例の着物の展示会を行います。日時は7月2日土曜日の午前10時～午後7時、3日曜日午前10時～午後3時で、場所は函館駅前の北洋ビル。



展示会では、あらゆる種類の着物や小物がそろい、中でもゆかたは何と980円。そのほか、半幅帯980円など、小物まで激安価格。値段が安いだけでなく、品質も保証付。良質な物をこれだけ安く種類も豊富に展示できるのは、創業32年の実績と



独自の仕入れルートを持っているから、豊富な品揃えだから、あなたに似合うものが必ず見つかるはず。展示会では「青いぼすと」を見たとっぴつて入場して下さい。

●柏木町26-13
☎510799
【携帯電話】090-38982824

京呉服 徳保

格安チケット店がNEWオープン

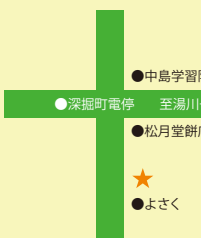
市内深堀町電停そばにこの6月10日、格安チケット店『スカイチケツ』がオープン。定価より間違いなく安い値段で、各種チケットが手に入ります。

商品券、ギフト券、旅行券、切手、印紙、プリペイドカードなどの高価買取、格安販売は身近になつてきました。近くはチケットショップ



また、使われていないチケット、金券の買取も大歓迎。多少にかかわらずお気軽にとんどんお持ち込み下さい。

●駒場町7-5
☎521700
●フリーダイヤル
0120-521702



海を見ながら旬の味を!

海産物の卸問屋「福田海産」がこの4月にオープンさせた『遊膳 ふくすけ』の活きのよい海鮮料理が評判です。注文を受けてから生け簀に取りに行つてさばくという魚介類はまさに魚河岸のような味わい。これからの季節は、毎日直送される奥尻産のウニなど、旬の味がおすすすめ。写真は「海鮮バルパチヨ」(850円)で、鮮度抜群の海鮮と野菜の取り合わせが見た目も味も満足の逸品



ほかには、刺身、焼き物など時期に合わせた魚介がそろっています。

また、大森浜に面した広い窓からは、波の音とも心に癒される風景が広がります。夜になれば漁火を眺めながらのひとときをゆつくりと過ごすことができます。

ランチのおすすすめは「ふくすけ丼」(1200円)で、マグロ、カンパチ、エビ、

●宇賀浦町15-6
☎30-8833



夏こそ、眉が大切!

メイクなしでも、どんな場面でもキレイでいたい…。そんな女性の願いを叶えてくれるのが、市内戸倉町の「エステサロンローズ」。

特にこの時期は、汗や海などでメイクが落ちる心配のない「アイアート」で差をつけたいところです。この店の3~5年落ちない眉毛「アイアート」は、豊富な色

を混ぜ合わせることで好みの色合いになり、自然な仕上がりに。重要なデザインも大好評。「眉は、肌を綺麗に見せたり若く見せたりできる大切な部分。眉を変えただけで驚くほどキレイ



●上野郵便局
●サンクス
●NTT



エステサロンローズ

修正したい眉もどうぞ。なお、サロン内『マツゲ工房』では、7月1日から7月31日までマツゲパーマ初回無料(担当) 高井 ☎090-76555942。営業時間は午前10時～午後5時(マツゲ工房は午後5時まで、各予約制)。

●戸倉町5-12
☎577772

消費者 相談室

あなたも賢い消費者に 架空請求の文書

ある日突然送られてきた有料サイトなどの利用料金請求の文書について…。

今回は、届いた郵便物が明らかに架空のもので無視していいという例でしたが、裁判所から「支払い督促状」が来た場合放置しておくことになる場合があります。支払い督促を無視することで相手の主張を認めたことになるからです。これは支払い督促、少額訴訟手続きを悪用したものです。

もし「支払い督促状」が届いたら、まず本物の文書かどうか確かめる必要がありますが、この場合でも、あわてて記載されている業者に電話しないようにしましょう。裁判所からの文書であれば、郵便局員が直接手渡しをして本人の署名か押印を求めるのが原則なので、郵便受けに投げ入れられているということはありません。

もし上記の文書が本物の督促状だった場合、身に覚えがないことであれば「督促異議申し立て」をします。放置してはいけません。

不明な点や不安がある場合は実際の裁判所に問い合わせるか、消費生活センターに相談するとよいでしょう(函館市消費生活センター ☎26-4646)。

なお、国民生活センターや法務省など、インターネットのホームページでも、このことに関して調べることができます。

面白 雑学

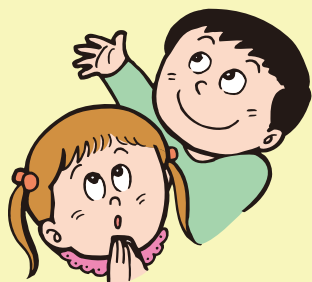
食べ物の科学編

パンと電子レンジ…堅くなったパンや冷凍したパンを電子レンジにかけると、その時はホカホカに柔らかくなりますが、しばらくすると堅く縮んでしまいます。これは加熱の際に、水の分子が勢いよく動き回って組織から抜け出してしまったためと蒸発が盛んなため起こること。堅くなったパンは霧吹きでしめらせて、冷凍パンは凍ったまま、それぞれオーブントースターで焼く方がおいしく食べられるようです。

ちなみに、パンは冷蔵庫で保存するより冷凍庫で保存した方が、味も変わらずおいしく食べられます。

マヨネーズと冷蔵庫…調味料は何でも冷蔵庫へ…というお宅は多いようですが、冷蔵しない方がよい物もあります。マヨネーズもそのひとつ。マヨネーズは卵黄に酢と塩、植物油を加えて乳化させて作りますが、室温が10度から30度位が1番乳化状態が安定していて、それ以上でもそれ以下でも不安定になって分離しやすくなります。分離すると油、酢、卵が別々になって酢の殺菌力が全体に行き渡らなくなり、油が酸化されて傷みが早まってしまうのです。マヨネーズは直接日が当たらない場所に保存するのがよいようです。夏場など冷蔵庫に入れる場合も、冷え過ぎない場所にしましょう。

nice taste! nice shop! nice job!



もうすぐ夏休みです。この機会を通じて、お子さんに楽しい料理体験をさせてみてはいかがでしょうか。毎回好評の『北ガスツッキングスクール』ではこの8月8日、小学生限定(3年生以上)の手作りピザの講習会を実施します。小学生でも簡単に作れるけれど味は本格派! お子さんの夏の素敵な思い出にぜひ、いかがでしょうか。時間は午前10時~午後1時。お子さんのみの参加となります。受講料は1000円。また、8月のお菓子の日は、8月9日①午前10時~午後1時②午後6時30分~午後9時30分まで、チョコレートパウンドケーキと冷たいデザートを作ります。真夏に、あま〜

小学生向けの料理講習会 北ガスツッキングスクール
いスイーツはいかが?。受講料は1000円。各講習会とも、会場は市内万代町の北ガス函館支店1階・ツッキングスペース。講師は和田徳子先生。定員は各15人で申込締切は7月4日。電話でお申し込み下さい。

講料は1000円。

また、8月のお菓子の日は、8月9日①午前10時~午後1時②午後6時30分~午後9時30分まで、チョコレートパウンドケーキと冷たいデザートを作ります。真夏に、あま〜

●万代町8-1
☎426505

なお、北ガス函館支店ではサークルや団体向けにツッキングスペースの貸し出しを行っていますので、詳細は電話でお問い合わせ下さい。

小学生向けの料理講習会 北ガスツッキングスクール



進化した縮毛矯正で髪フリースタイル カルチャークラブ
市内宮前町の『カルチャークラブ』では現在、全く新しくなった縮毛矯正『アミノ酸ストレート』が大好評。髪を痛めるアルカリに代わり、髪にもともとあるアルギニン(アミノ酸)を配合しているのが髪にやさしく、ダメージが少ないのが特徴です。

みずみずしさのある仕上がりでまとまりのある自然なストレートが実現します。「従前の縮毛矯正と違って、傷んだりチリチリ感もなく、しっとりつややかな仕上がりでとても満足」とは体験者の声。アミノ酸ストレートはショートで13650円(カット別)。営業時間は午前9時30分~午後7時(予約優先)。毎週火曜日、毎月第3水曜日定休。

●宮前町1-16
フリーダイヤル
0120-453907

その後に

また、

5周年記念キャンペーン

この7月で開業5周年を迎える市内柳町の『美容室ヨコハマ』では、感謝の気持ちをこめてキャンペーンを行います。

7月1~30日に来店されるお客様に、先着100人に粗品をプレゼント。さらに全メニュー10%OFF。第2弾は8月1~31日に夏の日射しでダメージを受けた髪にオアシスのトリートメント2500円を2000円に、2100円を1500円にサービス。お得なこの機会に、トリートメントをしてみませんか。トリートメントを行うと髪は見違えるようになります。そしてさらに、ヘアカラーの技術をより充



実させるために、カラースタイリストの三浦浩さんがスタッフに加わりました。カラースタイリストは髪の色や、肌の色、普段よく着る服などに合わせたカラーをアドバイスしてくれます。自分にぴったりのヘアカラーを見つけてるのは意外と難しいもの。三浦さんと一緒に素敵になる自分色をみつけてみませんか。受付時間は午前9時30分~午後6時30分。毎週火曜日、毎月第3水曜日定休。8月は定休日の変更。予約優先。

●柳町3-4
☎544435

美容室ヨコハマ

おトクなグラスイズムの新作続々入荷中



『銀座メガネセンター』市内各店ではレンズフレーム、眼鏡ケースに1年間の保証付で、税込5000円と8000円のツープライスで購入できる「グラスイズム」が大好評。フレームは4800種類の中から選ぶことができます。レンズは国内一流メーカーのプラスチックハードマルチコートレンズを使用。新作も続々入荷しており、夏らしいカラフルなフレームにも注目! シニア遠近両用眼鏡も、形状記憶合金フレーム、遠近両用レンズに1年間の保証付きで、おトクな眼

税込14000円とおトク。こちらは全てホヤレンズで遠近両用・室内専用。デスクワーク専用・ニュー近用専用などから選べます。今なら青いぼすと見たといつて一式購入すると全商品1000円引(7月末日まで)。おトクな眼

●アトマー美原店1階
☎460515

●湯ノ川生協店3階
☎577350

●ダイエー五稜郭店4階
☎312128

●ダイエー東野店4階
☎577350



銀座メガネセンター

鏡だから、様々な場面に合わせて眼鏡を替えることができます。この機会をぜひ、お見逃しなく。



いい店みつけた!

*当番 野村 保子

BAY BERRY

函館山へ向かって大きく開いた開口部から海の広がりを感じ、風景を望み、函館らしさを満喫できる絶好のビューポイントといえそう。海に張り出したテラスからの眺めも開放感にあふれ、訪れる人をまるで旅人の気分です。1年振りのコロナ復活です。いきなり幼稚園の先生です。まずはコストから...と昨年のヨソ様に続いて、また々々にだまされました。この夏で40歳。やっぱりオールドは、もう似合わないです。僥です。...

市内若松町の函館駅や函館朝市に隣接している函館の新名所・クイーンズポイントの3階にある「BAY BERRY」は、ベイエリアの中心に位置している。函館山へ向かって大きく開いた開口部から海の広がりを感じ、風景を望み、函館らしさを満喫できる絶好のビューポイントといえそう。海に張り出したテラスからの眺めも開放感にあふれ、訪れる人をまるで旅人の気分です。1年振りのコロナ復活です。いきなり幼稚園の先生です。まずはコストから...と昨年のヨソ様に続いて、また々々にだまされました。この夏で40歳。やっぱりオールドは、もう似合わないです。僥です。...

若松町12-13 ☎23-7500

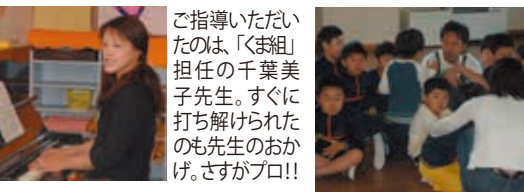
- 青函連絡船埠頭丸
- 函館駅
- 和光デパート
- 至十字街

無休。駐車場有。

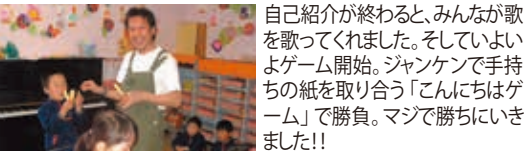
青山 慎司の 復活! 炎のチャレンジ



幼稚園の先生に挑戦!



さて今回は、市内富岡1丁目の『太陽の子幼稚園』のご協力をいただき、幼稚園の先生に挑戦しました。



自己紹介が終わると、みんなが歌を歌ってくれました。そしていよいよゲーム開始。ジャンケンで手持ちの紙を取り合う「こんにちにはゲーム」で勝負。マジで勝ちにいきました!!

子供れし自然、当然、僕は男の子チームで参加。

最後は円になりボールを回し、先生のピアノが止まった人が罰ゲームの「ごろごろどんゲーム」。



大切なのは「子供の目線で見ること」。今回「ま組」のみんなの元気な姿を見て、僕もとっても元気になりました!!

345記者が貴方に代わって直撃取材! 素朴なギモン調査隊

「とー」とは、その資料からつかわせたいただきました。その資料によると「渡島東部に位置する戸井町、恵山町、榎法華村、南茅部町が、恵山道立自然公園を中心に優れた自然環境・豊富な温泉資源を核にしたまちおこしをテーマに、町の活性化を図るため平成6年12月に設立された『東渡島温泉地協議会』のことをいいます」となっています。

A 確かに、「東渡島(とーと)」とは、編集室でも初めて耳にした名称でした。新函館方面取材にあたって旧戸井町、恵山町、榎法華村、南茅部町の各方面に資料をいただき、それをもとに、それぞれの町取材しました。

Healness & Wealness 137



●若松町27-16 ☎23-5165
http://www.ohmura.or.jp/

転ばぬ先の杖①: 転ぶとどうなる?

今回のシリーズの過去3回のチサクで転倒の大きな原因は「下肢の筋力の低下」と「バランス能力の低下」にあり、「日常生活でいかに身体を動かすか」「鍵: キーポイント」である事をお伝えしました。

さて、転んでしまった時、骨が脆いと骨折を生じます。その転ぶ方向によって骨折の部位が特徴づけられ、前方では「膝と手首の骨折」、後方では「脊椎(背骨)と足首」、側方では「股関節」不足など。東京都の調査では、不慮の救急事故で救急車が呼ばれた45%が「転倒」、10%が「転落」。高齢者の家庭内事故の70%が「転倒」であり、その70%が「居室」での事故。そして日本での寝たきりの第1の原因は「脳血管障害」、第2位は「骨折」、また、その大きな原因に大腿骨の股関節部での「大腿骨頸部骨折」があります。

星占い

6月28日~7月28日 提供 占い専科21
函館市梁川町18-20 phone 55-1031

- 牡羊座 3月21日~4月19日生 普段を通用する強気がマイナスに出る暗示。過激な禁物。金運・恋愛は良好、胃腸はたわて。ラッキーポイント/赤ワイン
- 牡牛座 4月20日~5月20日生 入り出足快調。徐々に運気降へ。人々との繋がり大切さを身をもって知る。期会大切に。忘れ物注意。ラッキーポイント/三親縁セツン
- 双子座 5月21日~6月21日生 安定した運気。精神的に余裕が持てる。手がけているこのヘルプを。金運は使い過ぎ心配。恋愛急激。ラッキーポイント/季節の浅漬
- 蟹座 6月22日~7月22日生 やる気満々。ツギに恵まれるか? タンドラレは控え周囲の意向を合わせ。恋愛。積極的。ラッキーポイント/ベストセラ一本
- 獅子座 7月23日~8月22日生 獅子座 7月23日~8月22日生 獅子座 7月23日~8月22日生 獅子座 7月23日~8月22日生 獅子座 7月23日~8月22日生
- 天枰座 9月23日~10月23日生 運気大荒れ。荷の重い仕事か回てく。金運安定。事故や我の暗示。ラッキーポイント/スノーカレ
- 蠍座 10月24日~11月23日生 好調仕事でアップ。新しい場所人アイテムにツキ。積極的に行動を買い物。ラッキーポイント/フリーマーケット
- 射手座 11月24日~12月21日生 自分を信じた行動や発言。思い通りに。上質で料なマナーが運気アップ。金運アップ。貧血注意。ラッキーポイント/ホテルテナ
- 山羊座 12月22日~1月19日生 吉運混合。引越。転動。出逢いに別れを予想外なことが起る。早く新しい流れをキャッチして。ラッキーポイント/針水壺/レソット
- 水瓶座 1月20日~2月18日生 ライバルとの競争などで重圧負けそう。理屈を並べると負けに。根気がな。疲れやすい。ラッキーポイント/針水壺/レソット
- 魚座 2月19日~3月20日生 活潑の時。浮かれすぎ禁物。サボリ癖や浪費を引き起こす。恋愛。手及上々。お強運も本気で。ラッキーポイント/海開き

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。掲載日は編集室にお任せ下さい。

●お申し込み・お問い合わせ●
TEL (0138) 27-9210 FAX (0138) 23-5699 (担当/青山)

●読者の声●

甘党の皆様必見！ 今回は長年この街のロングセラーとして親しまれてきた伝統の和菓子に注目してみました。新しいお店探しも楽しいですが、たまには老舗のあま〜い味巡りはいかがですか？ 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。

HDって何？
株式会社青いぼすとHDの「HD」って、何の略ですか？ 前はミッド事業部でしたよね。(市内海岸町S.O.)
*青いぼすとこの発行業務とチラシ・ダイレクトメールの配布業務を行うミッドシステムはこの4月より、函館とつく株式会社出資の子会社となりました。HDは親会社である函館とつく株式会社「函館どつく」の略です。どうぞよろしくお願ひ致します。

青ぼの保存方法ですが？
青ぼ、毎回来しみに読ませて頂いています。食欲な私はずみからすみまで読み、おトクになるものは全て取り入れようとして

場所となり、水虫の人だけでなく、スリッパや湯上がりマットなどから同居する家族に感染するケースもあります。『毎日満足』は、靴の中や靴下、スリッパ、湯上がりマットなどに毎日シット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ます。本格的な夏を迎え、お宅にもぜひ1本常備しておいてはいかがですか。

●インフォ●

2005年函館ベンチャークラブチャリティー講演会が7月16日、函館国際ホテルで。
『2005年函館ベンチャークラブチャリティー講演会』が7月16日、函館国際ホテルで。

『みなとまち市民プラザ』が大好きなので初参加！いつも楽しんで読んでいます。特に『みなとまち市民プラザ』がとっても好きで、青ぼが届くと一番最初に目を通すのが『こい、読んでるだけではない』と、読んで思い、今回初めてハガキを書いてみることにしました。5月1日に函館の桜が開花したその日に、姪っ子の「サクラちゃん」が誕生しました。生まれたてのサクラちゃんを見た時は正直複雑な気持ち。妹が娘のサクラちゃんを抱いていると、これもまた複雑な気持ちと、これまた複雑な気持ちで、それでも「あつ、家族が増えたんだあ」と気持ちよく切り替え、写真を撮りまくりました。お陰様で桜の花に負けないくらい、写メの量がケータイへ保存されていきます。こんなことってよくある話ですよ。(湯川1丁目、M.Y.)
*あるある！

●プレゼント●

サッポロビールより「サッポロスリム」350ミリリットル缶1ケース24本入を5名様に。サッポロビールでは、すっきり美味しい健康系アルコール飲料「サッポロスリム」の新発売を記念し、同製品1ケース24本入を5名様にプレゼント。応募はハガキに郵便番号・住所・氏名・電話番号を明記の上、〒040-8605、函館とつく内、株式会社青いぼすとHD「サッポロスリム」係まで。締切は7月8日。

※編集室では、本紙4ページ「子育て倶楽部」の「今月の元氣印」に登場するお子さんの写真を募集しております。お子さんのナップ写真1枚にお名前と生年月日を添えて、〒040-8605、函館とつく内、株式会社青いぼすとHD「今月の元氣印」係までどうぞ。なお、お寄せいただいた写真は返却できませんので、予めご了承下さい。

ホタテ貝殻パウダーで水虫退治！

これ一本で感染者の家族も安心！

美味しい海の幸としてよく知られるホタテの貝殻は、我が国において年間およそ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そうです。

そんな中、研究が進められてきたのが、ホタテ貝殻の殺菌力。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ルンデヒドも吸収分解してしまうという驚異のパワーが注目されはじめました。

本紙の通販コーナーでお馴染みの『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メント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、水虫に悩まされてきた人に朗報です。特に靴の中の湿度・湿度が上昇しやすくなる夏場は、水虫菌にとっては絶好の居

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

株式会社青いぼすとHD
お申し込み **☎23-5688**

配達までにお時間をいいただく場合もあります。

エバメールゲルクリーム

180g 宅配料込 **3,700円**

好評発売中

株式会社青いぼすとHD
お申し込み **☎23-5688 (本間)**

配達までにお時間をいいただく場合もあります。

■編集後記

カレイの季節だというのに、ジエトスキーの季節だというのに、嗚呼！左手の小指を複雑骨折。花曇りの空を見るたびに、悲しくてやりきれない懐かしのフオク。「あなたか噛んだ、小指が痛く」は昭和の名曲。「残念！」はギター侍。(真)

取材をした和菓子屋さんと、取材した和菓子屋さんと、撮影で函館の魅力再発見の日没に合わせて、瞬の光の変化が函館山の表情を変えていく。広がる風景を前に海からの風の吹かされて、目の前の風景に同化するような不思議な感じ。癒される(ちん)

「今年は農業に挑戦！」と意気込む夫。農業なんて大げさな心で思う私。苗や土壌のほだ木やらをゲットして楽しんでも、何だかそこから進まない。やっぱり私の出番か。(た)

拒食症、過食症と呼ばれる摂食障害は、きまじめな性格に多いという。東京の大学に通う姪も、親思いの優しい性格で、がんばりやだが体重30キロを切り、肝機能低下で入院した。親の期待を裏切るまいと頑張り過ぎたか、と思つと不憫。(垂)

「携帯電話をやめたら、しからみから解放されてスッキリした」と、友人。携帯電話やパソコンは気軽に連絡を取れるが、その気軽さが複雑にしている人間関係もあるのかな。私にとっては仕事をやる上で便利な物だが、便利だからこゝろ切使つた心持。(B)

次号発行は7月15日(金)

ふるさとの海を知る大特集

あなたは故郷の海のことを、どれだけ知っていますか？

発行/株式会社青いぼすとHD
〒040-8605 函館市弁天町20番3号 函館 どんく株式会社内

【総務・営業・折込業務】 ☎(0138) 23-5688 【編集室】 ☎(0138) 27-9210
【FAX】 ☎(0138) 23-5699 【E-mail】 aoi-post@aurora.ocn.ne.jp
【URL】 http://oceanplace.jp/aopos/

規格(縦×横)	掲載料金
31×119 (mm)	31,500円
65×119 (mm)	63,000円

●上記は凡例。ご予算により各種の規格を用意しています。
●当編集室にて広告版下を制作する場合には別途、版下制作費が加算されます。

お申し込み・お問い合わせ **☎23-5688**

STAFF 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 野村 保子 由井 亜紀 花輪 志保里 太田 陽子
DTP 武越 史幸
マーケティング 本間 尚子



健康的にダイエット！ 夕ハラ健康企画

あなたはどのタイプ？

上半身肥満 下半身肥満 全身肥満

体重(kg)÷身長(m)÷身長(m)=25からが「肥満体型」

これから肌の露出が多い季節になりますが、体へのきつかけづくりを手についたせいで、肉、気にならなくても、健康を損なわれないように、ダイエット出来るのがこの店の特徴です。料金毎月15000円から25000円位(30日間で失敗された人、健康を損なわれた人は1度相談してみたいかみてはどうか。悩みもきつと解決して行くはず。自分はもちろん、市内宮前町の夕ハラ健康企画は、気軽に相談できて、実際の体験談や楽しい会話で貴方の快適な生活

●宮前町28-10
夕ハラ健康企画
0120-313079



スポットライト

街で話題の最新情報・マルトク情報にスポットをあて、青いほすと記者が徹底チェック！

温泉も！ 宴会も！ 果物狩りも！ 天然温泉ゆうひの館

良質の温泉と美味しい宴会料理を楽しめるのが、七飯町本町の『ゆうひの館』。温泉+宴会料理+部屋利用+送迎がセットで1人2000円と1400〜1500円という格安プランが人気です。そのほか、飲み放題プランなどをご用意。各コース5人より受け付けます。また、この季節は何となく、果物狩りをプラスするのがオススメです。7月初旬までは6000円プランで、7月下旬までは8000円プランで、写真2000円のコース。季節によって内容が変わります。



写真2000円のコース。季節によって内容が変わります。



●七飯町本町442
64-1126

で持ち帰ることが出来ます。友人同士、サークル、町内会の行事などにピッタリ。温泉、食事、旬の果物を満喫してゆったり過ごすことができます。温泉のみ、またはお食事のみでも大歓迎。営業時間は午前10時〜午後10時。年中無休。