

青いほすと

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

FREE

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/

石川町	
函館新道	
界隈	gourmet

グルメ通り特集

巷でウワサの「旨い店」が集まった注目のグルメな街、石川町・函館新道界隈。今回はこの界隈にスポットを当て、評判の店の人気の秘密を探ってみました。



絶品、アメリカヌオムライス
話ダイニング月華

鮭ダイニング月華が新たに『話ダイニング月華』となり、ファミリー向けのリーズナブルな創作料理が中心となった。ランチは「週替りプレート」(819円)や和・洋・中華9品の味が楽しめる「華プレート」(924円)など。「デザート盛り合わせ」は通常690円のところ、ランチタイムは399円。ディナーは1品料理、ご飯もの、デザートと充実。中でも、こだわりの卵と海老の頭でだしをとったソースが絶品の「アメリカヌオムライス」(810円)や「本格石焼きピザ」(750円)は人気。各席が仕切られていて、パーティールームもあるので様々な場面で活躍してくれそう。営業時間は午前11時～午後3時(LO/午後2時30分)、午後5時～午後11時(LO/午後10時30分)。無休。駐車場有。

●石川町52-16 ☎47-0102



石窯ピZZアの香り漂う
ピアンキ

石窯でこんがり焼いたピZZアの美味しそうな香りが漂う『ピアンキ』。

オリジナルメニューの「菜園風ピZZア」(1400円)はキャベツ、パプリカ、バジルと春らしい彩りの野菜に、豚の背脂を生ハム風に仕上げたラルドを味のアクセントにした1品。薪が作り出す400度の高温が素材の旨味を逃さず焼き上げ、しっとり感と香ばしさ、カリッとした食感が口の中に広がります。シンプルモダンな店内は段差がなく、ベビーカーや車椅子もOKのやさしい作りです。

営業時間は午前11時30分～午後3時30分、午後6時～午後10時30分。日曜日と祝日は午後10時まで。LOはそれぞれ閉店の1時間前。毎週月曜日、毎月第1火曜日定休。

●石川町316-4 ☎47-0077



ネタの良さが評判

回転ずし函太郎ジュニア サムズ



『回転ずし函太郎ジュニア サムズ』のお寿司は、ネタの良さが評判。通年味わえるホッキやホタテも新鮮。

レーンを流れる約40種類のお寿司は全て110円で、メニューにはその日のオススメ200円(1貫)寿司、汁物、揚げ物、デザート類などがある。また、通常の半分くらいのお子様寿司(110円)は、子供連れの人にオススメ。生寿司以外にも、生ハム、生ベーコン、スモークサーモン、カルビなどのオリジナル寿司は人気。150席ある店内は広々としているので、週末も待ち時間が短くてすむのが嬉しい。ぜひ一度足を運んでみては…。営業時間は午前11時～午後10時(LO/午後9時30分)。無休。駐車場有。

●桔梗町418 ☎47-6262

おしゃれなケーキが人気!!

チッチョ・パスティッチョ



イタリア菓子の店『チッチョ・パスティッチョ』は、季節の果物やナッツをふんだんに使ったおしゃれなケーキが人気の店。

イタリア南部原産の野生のさくらんぼと、生チョコクリームを合わせた「フォレストネーラ」(360円)など、生ケーキは毎日25種類ほど並びます。とうきびの粉やナッツを焼き込んだものなど、イタリアで学んだ伝統的な焼き菓子は30種類以上あり、「紅茶といちじく」など3種類のパウンドケーキも好評です。

また、カフェコーナーではお好きなケーキ2個と飲み物がついた「ケーキセット」(945円)も楽しめます。

営業時間は午前10時～午後8時。カフェは午後7時30分まで。毎週水曜日定休。

●石川町316-5 ☎34-7020

お好み焼から牛ステーキまで

鉄板焼 いまけん



函館新道出口近くにある『いまけん』は、お好み焼(600円～)から牛ステーキまで、リーズナブルに鉄板焼が楽しめる店。特にブラックタイガーが4本入った「エビ玉」(750円)は圧巻。オリジナルの「お好みロールAmerican」(650円)は、薄めの生地にとマトソース、チーズ、ソーセージ、千切りキャベツをのせ鉄板で焼いてロールしたもので、ピザ風のカジュアル風味が女性に人気。お酒は本場鹿児島島の薩摩白波や霧島、吉兆宝山まで芋焼酎が50種類、リキュールの柚子小町や泡盛、マッコリなど種類豊富。焼酎は1杯450円～。昼食時にはご飯・みそ汁おかわり自由のランチ(800円)もあります。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～午後10時30分(LO)。毎週水曜日定休。

●石川町323-3 ☎47-9176

辛みそねぎカルビがオススメ

焼肉あがれや



『焼肉あがれや』は、オリジナルメニューが豊富で肉のバリエーションを楽しめる店。

人気の「味サガリ」(630円)は、醤油ベースの味噌ダレにからめたサガリを卵で食べる逸品。辛いもの好きな人には、辛味噌とネギを肉で巻いて食べる「辛みそねぎカルビ」(630円)がオススメ。小さな子供や年配の人に好評の「月見つくね」(420円)は、豆腐の入った柔らかいつくねと卵がまるやか。

セットメニューでは「ファミリーセット」(3人前、2625円)がお得! カルビ、サガリ、生ラム、豚トロ、ホルモン(塩or味噌)を、醤油ダレとおろしダレ2種類でどうぞ。

営業時間は午後5時～午後11時。毎週木曜日定休(最終週の木曜日は営業)。駐車場有。

●石川町349-26 ☎46-1147

本格派中国料理を手軽に!!

中国料理 張家口



手軽に本格派の中国料理を楽しめるのが『中国料理 張家口』。

エビチリソースなどの1品料理やデザート、ラーメン、焼きそばの麺料理から、コース料理など豪華料理までとにかく種類豊富。また、お得なランチメニューもいろいろあって、どれも見逃せません。

「焼そばランチ」(920円)と「日替わりランチ」(920円)はお客さんも大満足のメニュー。

この2月2日、夜景がきれいに見える元町にロマンティックなロケーションの支店がオープン、こちらにもご注目!

石川町店の営業時間は午前11時～午後3時(LO/午後2時30分)、午後5時～午後9時(LO/午後8時30分)・毎週火曜日定休。

●石川町2-34 ☎47-7570

受け継がれる秘伝のつゆ

そば処大阪屋



市内桔梗町の『花の湯』横にある『大阪屋』は、蕎麦好きが訪れる知る人ぞ知る名店。本店は開業32年を迎えた市内昭和3丁目の『大阪屋』で、桔梗店は3年前にオープンしました。蕎麦の本場・東京で修行を積んだ店主が毎朝6時から蕎麦を打ちはじめ、その日を準備します。

つゆは、創業当時から受け継がれている本店の「かえし」を譲り受けて使用。蕎麦の味とつゆがじっくり味わえる「もりそば」(525円)が店の1番人気。意外なのは、自家製の「大福」(1個125円)があること。これは先代から伝わるものだから、本店でも販売しています。蕎麦を食べ、デザートに大福”というのがこの店をひいきにするお客さんの楽しみのよう…。営業時間は午前11時～午後8時30分。毎週木曜日定休。

●桔梗町418-487 ☎47-3800

味とボリュームで大人気!!

廣河ヌードルたくま



北米原温泉向かいに、昨年6月にオープンしたばかりの『廣河ヌードルたくま』。おしゃれな空間で、天井が高く梁とライトが印象的なやさしい雰囲気。女性同士でも利用しやすい、清潔感あふれるオープンキッチンのラーメン店です。

どのメニューも野菜たっぷり、ボリューム満点で後味がいいのがポイント。今回は「あんかけやさそば」(800円)をチョイス。ど〜んと具がたっぷりのあんかけは、しょうゆ味のほかに塩味もあります。

本格中華の味を気軽に楽しめるメニューがいろいろ。塩ラーメンや12種類あるつけ麺もぜひお試しあれ! 営業時間は午前11時～午後3時、午後5時～午後10時(LO/午後9時30分)。毎月第2第4月曜日定休。

●石川町338-12 ☎47-6022

何度も食べたくなるラーメン

ラーメン専科麺次郎 石川店



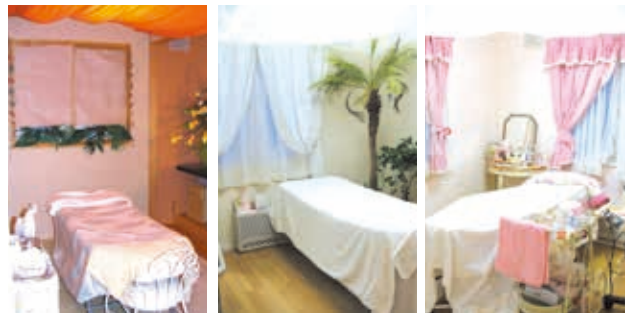
函館の美味しいみそラーメンの代表格が『ラーメン専科麺次郎石川店』。「合わせみそラーメン」(650円)は、いつもにぎわっているこのお店の7割の人が注文する人気No.1メニュー。赤みそ、白みそ、合わせみそという3本柱のみそ味中心のラーメン店だけに、味の決め手は熟成させたみそ。濃厚な赤みそ、さっぱり白みそ、八丁みそなどが、こだわりのブレンドで醸し出すコクのある魅惑の奥深い味わい。舌の上でとろけるチャーシューもたまらない。つけ麺やゴマ辛みそラーメン、カレーラーメンもオススメ。

明るく綺麗な店内は、1人でも家族連れでも利用しやすいお店です。営業時間は午前11時～午後9時(LO/午後8時50分)。毎週水曜日定休。

●石川町349-17 ☎47-8633

リニューアルオープン! もと素顔美人へ
ビューティートリートメントサロン ローズ

アートメイクが一般的
気後れしてしまう人も
少なくなっています。

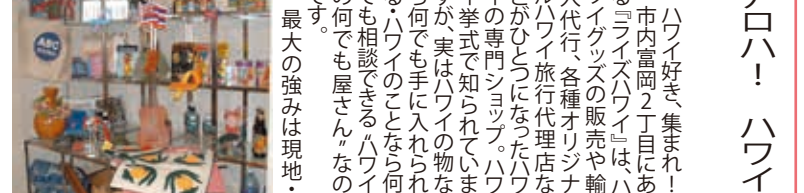


Asian Room Resort Room Rose Room

この3月1日から全室個別になり、ライブラリーを守りながらゆったりとくつろぎたいお客様に、アートメイクがおすすめです。料金はお得です。この3月1日から全室個別になり、ライブラリーを守りながらゆったりとくつろぎたいお客様に、アートメイクがおすすめです。料金はお得です。

上香さんは、アートメイクの先進国、韓国国際ライセンスと講師ライセンスを取得し、周り、技術やデザイン、肩の自然な仕上がり、評判、ここを綺麗にしたい、これがあたら喜ばれるなど、女性のキレイに手を抜かない村上さんなら、貴女をもっと綺麗に演出してくれます。

アロハ! ハワイの何でも屋さん

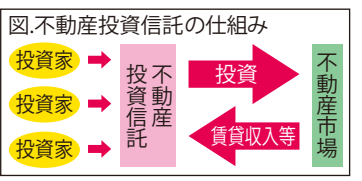


ハワイ好き、集まれ! 市内富岡2丁目にある『ライスハワイ』は、ハワイグッズの販売や輸入代行、各種オリジナルハワイ旅行代理店など、ハワイの何でも屋さん。最大の見込みは現地、ハワイの逸品、輸入代行、各種オリジナルハワイ旅行代理店など、ハワイの何でも屋さん。最大の見込みは現地、ハワイの逸品、輸入代行、各種オリジナルハワイ旅行代理店など、ハワイの何でも屋さん。

http://idol.from.co.jp/ 428802

地域活性化という言葉をよく聞きます。様々な分野で活躍する人達が「街の元気」について話し合い、そのグランドデザインを描くことは素晴らしいことだと思います。

前回までは、株や債券に投資したい人達から少しずつお金を集め、ファンドマネージャーと呼ばれる資金運用の専門家にそのお金の運用を任せる投資信託という「共同投資」について説明してきました。投資信託の運用対象は投資信託法の改正により、有価証券だけでなく不動産もその対象となりました。不動産投資信託は証券取引所に上場されれば、証券会社を通じて株式のように売買することができます。不動産投資信託(REIT)とも呼ばれています。



簡単にその仕組みを説明すると、図のようになります。不特定多数の投資家から集められた資金を、運用のプロがオフィスビルやショッピングセンター、マンションなどの不動産を取得・保有・運用して、賃貸料や売却益を投資家に分配する仕組みになっています。

例えば繁華街などに土地を所有している人にとっては、その土地を駐車場にするよりもビルを建てたほうが利益が増えますが、その建築費は膨大で、テナントが入らないなどのリスクも大きくなります。しかし、不動産投資信託の投資法人がビルの建築費を捻出し、土地の所有者に対してテナントの有無に関係なく賃貸料を保障すれば、土地の所有者のリスクは回避できます。

お金の話というと、そのイメージは現実的で夢のないもの...と思われがちですが、ファイナンシャルプランナーの立場から言わせていただくと、「お金は人の暮らしや社会を活性化させる血液である」と私は思っています。実際に、今回説明したような不動産投資信託により、街に魅力的なショッピングセンターが完成して街が潤い、建築業界にも活気が生まれたという例もあります。ファイナンシャルプランナーとは本来、お金というものが、暮らしや社会を活性化させる血液になるべく流れてゆくような様々な見解から分析し、提案し、地域の人達や地域社会に貢献すべきものだと思っております。ファイナンシャルプランナーとは決して、お金の儲けのアイデアや節約を提案するだけの職業ではないということを知り、ご理解いただきたいと願っております。私も函館在住のファイナンシャルプランナーの1人として、私共の分野から地域活性化に貢献できればと、願っております。

ファイナンシャルプランナー
FP ハマノの
●きっと役立つ●
マネー講座

その9
投資信託法の改正により登場した不動産投資信託。そこには、**地域活性化のヒントとなる仕組み**があるのではないのでしょうか。

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



ピーマン、ゴボウ、ブロッコリー、ネギ、きのこなど野菜なら何でもOK。まとめて作って、小分けして冷凍すると便利です。

野菜スープによるデトックスは、野菜の食物繊維が腸を掃除して、体に蓄積した有害物質を外に出し、体調を整えます。便秘解消やダイエットにもなり、体の掃除と冷蔵庫整理もできるうれしいレシピを試してみませんか。

（慎）



野菜スープでデトックス

野村保子の「うちのごはん」

青ぼの目
忘れてならぬ「地の利」
▼「デマーク」は「省エネ先進国」といわれている。そんな同国のエネルギー自給率も、昔はわずか2%だったそうだ。▼国内で消費するエネルギーの多くを輸入石油に頼っていた同国は、1970年代のオイルショックで国内経済が混乱。以来限られた条件の中で再生可能エネルギーを活用するための技術開発など、エネルギー自給率向上への取り組みがなされ、今日に至ったという。▼興味深いのは、街で売られる電化製品に「エネルギースペル」というものを貼り、各製品の電力消費量を表示して「国民の省エネ意識を高めた」という取り組み。導入当初は、電力消費量の少ない製品の量産体制が整っていなかったため、そうでない製品に比べてやや高価で、省エネ効果の高い製品が売れるということもなかった。しかし、連帯を尊重する国民性も手伝って、「価格が少し高くても、省エネ効果が高くて自国のためにもなるようなものを買う」消費者が増え、やがて電力消費量の少ない製品の量産体制が整い、価格の引き下げにつながった。▼「極化の時代」といわれている。都心と地方都市の場合も然り。地域で作られた製品や地域の小売店などが、低価格の量産品や大手量販店と市場競争力を肩を並べることが現実的に厳しい。実際、市場競争力に勝る低価格の商品は我々消費者にとりて何よりありがたいものである。しかし、昔から地域で作られてきたものや、地域の小売店で売られてきたものが必ずしも「値段が高いから、もう不要なもの」ばかりではない。目先の低価格だけで選んでしまえば後々都合が生じてしまうものや、地域の小売店ならではのアフターフォローがあった方が生活を豊かにしてくれるものも少なくない。▼地域活性化の基本は「地産地消」とよくいうが、そうしたことを推進するために不可欠なことは、地域で作られた製品や地域の小売店の「必要性」を、地元の消費者にどう伝えてゆくかではないだろうか。▼道産食品の地域ブランドの確立が活発化しているの頃だが、食品以外にも、地域で作られた製品や地域の小売店ならではの「地の利」は、探せば幾つもあるはず。市場競争力に勝る量産・低価格品は、最初にコスト計算ありきで流通に乗る。しかし、地域の消費者が地域で暮らす上で本当にいいものを選んだ結果が、市場競争力の向上につながることもあつたのではないだろうか。

（慎）

Naruhodo Topics [なるほどトピックス]

もうすぐ春一一。そろそろお家の中も、明るく華やかにコーディネートしたくなる季節です。

市内元町の『イリュージョン デコール』では、春のテーマブルウエアやバス、トイレ周辺のグッズ、家具がたくさんそろっています。フランスで直接買い付けた品々はどれも洗練されていていながら実用的で温かみたっぷり。プロバンス地方の雰囲気や伝わるタオルや水周りのグッズ。フランス北部からの家具はやさしい白のカップボード、テーブル、チェストなど…。初お目見

壁掛けの噴水や、素材、形

また、この時期注目なのが、ガーデングッズ各種。こちらのヨーロッパから買い付けたグッズを中心に、デコレーションが素敵なものばかり。



や大きさがいろいろな鉢、アイアン製のアーチや鉢受けなど、今年はこちらとワンランク上のガーデンングにトライしてみてもいい。数に限りのある春物グッズばかり。早めのチェックがおすすめです。営業時間は午前10時～午後8時。

●元町3025
☎22-1978

ヨーロッパの春風を感じるグッズがそろった イリュージョン デコール

抜け毛や脱毛に悩んでいた。市内山の手1丁目「カット&クリニク」たかすぎへ！

おすすめは本格的ケア、「快感ヘッドマッサージ」(2625円)。皮脂を取り除き、毛穴のクリアニング後、薬液をつけてマッサージ。リラクゼーション効果抜群。お得な8回分で18900円の「育毛本気コース」もあります。厚生労働省認可の日本毛髪科学協会の毛髪診断士による集中ケアと、在宅ケアの適切なアドバイスを受けて地肌と髪を元気に！

また、メンズのヘアークットとフェイスエステがセットになっている。3675円でいうオリジナルメニューが大人気。定評のある美容技術に「スツキリする」「気持ちいい」と幅広い年齢層に大好評のフェイスエステ。肌の角質と汚れを取り除いてくれる。口周りではのシエービングが受けられます。営業時間は平日・土曜日が午前9時～午後7時30分、日曜日は午前8時～午後7時。



毎週月曜日、毎月第3日曜日定休。

●山の手1丁目14
☎55-6755



抜け毛を減らしませんか 毛髪診断士の店カット&クリニクたかすぎ

子育て倶楽部

今回も、離婚を考えている(たつくんママ)さんに届いたお便りをご紹介します。

今月の元気印



小村真生ちゃん
H15.11.4生

私は、10歳の男の子と4歳の女の子がいるバツ2の38歳です。母子家庭は世間から厳しいです。母親は父親代わりでもあるので、仕事をしなければ生活できません。

離婚した時は子供が小さかったので、働くためには両親と暮らし、協力が必要でした。児童扶養手当も10年前と比べものにならないくらい安いし、医療費も市内在住だと楽ではありません。子供は父親がいないことで、他の子を羨ましいと思ったり寂しいと思うこともあると思いましたが、母親が笑って幸せでない子供が幸せになれないと思いました。言い争ったりイライラしたりした中で育つよりも、私が充実した毎日を送って頑張っている姿を見せることの方がマシだと思って決断しました。

離婚に至るには様々な理由があるでしょう。今我慢すれば、いつか笑い話にできるかもしれない。でも、子供のために離婚せず自分自身が幸せでいられるかどうか…。私は、ストレスで胃ケイレンを起こし身体がポロポロになると思いました。資格を持った仕事をしていると子供の幸せは守ると決心しましたが、男に頼らなくても自分と子供の幸せは守ると決心しました。子供を言い訳に形だけの夫婦を演じて、子供は幸せでいられますか？ (バツがなんだママ)

(バツがなんだママ)さんからのお便りの続きは次回掲載します。皆さんのご意見もお聞かせ下さい。

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.ocn.ne.jp

離乳食だけを作るのは大変ですが、ちょっとした工夫で家族みんなのメニューも完成！ 離乳食は、無理せず楽しく作りましょう。

ポイント [赤ちゃんは薄味で] 大人の料理の味付け前に取り分けましょう。
[月齢に合った硬さで] つぶす・とろみをつける・ダシやスープでのばすなど、食べやすく工夫しましょう。

豆腐のそぼろあん

絹ごし豆腐1丁を茹でて水を切る。鶏挽肉をダシ1/2カップ、醤油大1、みりん大1で煮る。片栗粉大1を水大2で溶き、とろみをつけて豆腐にかける。



茶巾カボチャ

ひと口大に切ったカボチャ400gを牛乳100ccで煮る。柔らかいうちにスプーンの背でつぶし、ラップに大2を包んでひねり、形を作る。※ラップに包んだままフリーザーパックに入れて冷凍できる。



子供が喜ぶ、可愛いケーキでひな祭り！

ひな祭りは、ケーキでお祝いを楽しんで！ 『五島軒』なら、かわいらしくて美味しいケーキが充実しています。人気の「ミルクレープ」(21センチ、2940円)は、15層のクレープの間にカスタード

また、今年の「生クリーム2段」(5250円)は、形がひな壇風で雰囲気もアップ。そのほか、「レアチーズ」や、「生クリームと生チョコ」の両方が楽しめる「ツインデコ」など全8種類、どのケーキにしようか迷ってしまうほど…。引換期間は3月1～3日(五稜郭



子供が喜ぶ、可愛いケーキでひな祭り！ 五島軒



この時期は、入園や入学の記念写真をどこで撮るか迷っている人も少なくありません。『フォトスタジオオタニスキ 写楽館』で撮影した写真は、声が聞こえてきそうなたたかなもの。まるで、映画のワンシーンのようにも見え、生きている写真」という印象を受けます。スタジオの雰囲気やギャラ自然な笑顔が、その人が撮った写真の良さを引き出してくれます。

●美原3583
☎46-4554
www.tanisugi.com

入園、入学記念にとっておきの1枚を！ フォトスタジオオタニスキ 写楽館

市内本町から市内美原3丁目の附属小・中学校、北美原小学校側に移転し、リニューアルオープンしたラオトスタジオオタニスキ 写楽館。

「また、こんな写真を撮って欲しい」というリクエストにこたえながら、楽しく撮影している点も魅力。本当に心に残る1枚を…と思っているアナタ！ まずは、電話でお問い合わせ下さい。なお見字は自由ですので、お気軽にどうぞです。

●未広町4-5
☎23-1106

消費者
相談室

あなたも賢い消費者に

消費者契約法(2)

消費者契約法について、今回は契約を解約できる不適切な勧誘について考えました。今回は不当な条項を無効にできる場合についてです。

不当な契約条項

消費者に不利な条項が書かれている場合その条項を無効にできます。

●事業者の損害賠償責任の免除・制限

例:スポーツジムのマシンの故障でケガをしたが、条項に「事業者は一切責任を負わない」とあった。

●不当に高額な解約料

例:1年も前に申し出た結婚式のキャンセル料として、式費用の8割も請求された。

●不当に高額な遅延損害金

例:家賃納入が1週間遅れただけなのに、遅延損害金を35000円も上乗せして請求された。

不適切な勧誘で契約した場合、その内容が嘘だと気づいたり、誤認していると分かった時から、6か月の間は取り消しができます。また、不当な契約条項もその部分を無効にできます。

消費者契約法は、「事業者は契約の内容を分かりやすく説明するよう努めなければならない」と定めています。契約について不明な点は、納得ゆくまで説明を求めようしましょう。

(参考資料/国民生活センター発行『たしかな目』)

面白
雑学

同音異義語(2)

前回に続き、同音異義語です。カッコの中から、当てはまる記号を選んで下さい。

(1) 階段をあがる (2) 動かぬ証拠があがる (3) 旗があがる
(a.揚がる b.上がる c.挙がる)

(4) 学問をおさめる (5) 品物をおさめる (6) 不満をおさめる
(d.納める e.収める f.修める)

(7) 傘をさす (8) 北をさす (9) 蜂がさす
(g.指す h.差す i.刺す)

(10) 手にとる (11) 魚をとる (12) 写真をとる
(j.撮る k.取る l.捕る)

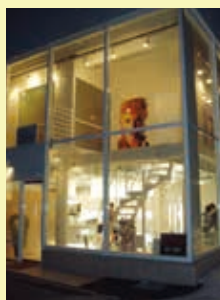
(13) 体重をはかる (14) 合理化をはかる (15) 時間をはかる
(m.図る n.計る o.量る)

(16) 旗のもと (17) もとにもどる (18) もとを築く
(p.基 q.元 r.下)

答え

- (1)b (2)c (3)a (4)f (5)d (6)e
(7)h (8)g (9)i (10)k (11)l (12)j
(13)o (14)m (15)n (16)r (17)q (18)p

nice taste! nice shop! nice job!



この店は市内神山3丁目の美容室「Page1ページワン」の2号店。ゆつたりしたスペースでくろ

7665円、パーマ17140円、パーマとカラーにはシャンプー、カット、ブロー、まつ毛、パーマも受け付けます。

●美原2,2811
●神山3,118
●追分町7,18

開放感溢れる新店舗にも注目!

美容室LOOP

昨年12月10日にオープンした市内美原2丁目の「LOOP(ループ)」。心落ち着く白をベースに、ガラス張りである開放的な店内。

2階は着付けスペースもあり、広々とした駐車場も。幅広の年齢層が利用しやすい。リラクセスできると評判です。

この店は市内神山3丁目の美容室「Page1ページワン」の2号店。ゆつたりしたスペースでくろ

7665円、パーマ17140円、パーマとカラーにはシャンプー、カット、ブロー、まつ毛、パーマも受け付けます。

●美原2,2811
●神山3,118
●追分町7,18

ヤッコマリカルドで春を着る

タランティーネ

市内豊川町の「タランティーネ」では、大人のおしゃれなカジュアルが評判の「YACCOMARICARD」や「ツヨリカルド」の春物がそろいました。綿や麻、シルクなど天然繊維が主体の着心地の良さ、豊富なカラー、ルースフィットの自由なデザインが体にやさしくなっています。年齢や体型を選ばない都会的なデザインは、普段着からフォーマルまでオールマイティーの魅力です。特徴的なピンタック目見え、新しい靴で春を歩きましょう。



●豊川町21,3
●22,164

合併記念にハードトースト「北斗」誕生

ジョリ ジョワ ジョイス

フランスパンからサンドイッチまで、いつ行っても美味しいそうなお餅が並んでいる北斗市七重浜4丁目の「ジョリ ジョワ ジョイス」では、またまた美味しいパンを作りました。



そのパンの名は「北斗」(2斤462円、限定9個。「北斗」は上磯町と大野町の合併を記念して作ったハードトースト。原料にこだわって、道産小麦で作りました。ハードトーストは糖分を使わず、油脂も少量のヘルシーなパン。山が2つの形で、フランスパンのようなカリカリ、サクサクとした食感と独特の香りがやみつきになる味。焼き上がりは正午頃です。また、ミネラルや食物繊維を多く含んだライ麦とうもろこし、きび、ひまわり、ゴマなど12種類もの穀物が入ってとてもヘルシーな「12穀物とくるみの食パン」もお目見え。ほどよい固さで、噛めば噛む程味が出る大好評。これほど穀物たっぷりのパンはほかにはないのでは? 焼き上がりは午前7時30分。発売を記念して、「北斗」お買い上げで、人気の「ジョリジョリジョワプリン」1個をプレゼント。期間は3月12日まで。営業時間は午前7時〜午後7時。毎週火曜日定休。

●北斗市七重浜4,32,27
●48,8666

花を贈る…、心を贈る…

花の館 せん花



春は巣立ちの季節です。卒業式やお別れ会、歓送迎会など、感謝の気持ちをこめて、花を贈りませんか。大切な人に気持ちをこめて贈る花は、いつまでも心に残る贈り物。一輪ずつ気持ちをこめて渡したり、贈られる人の好きな色の花束にしたりと、デザインも含めて相談に乗ります。会場や学校、お店などに日時指定でお届け

●弁天町2,15
●追分町7,18
http://www.eflora.co.jp/shop/hananyakata/



フラッシュユフラッシュ

市内本町・丸井今井・パートから立体駐車場に向かう通り沿いにある「フラッシュユフラッシュ」は、食事でもできるカフェスタイルの店。

和洋2種類のランチ、本格派ネルドリップの香り高いコーヒーと充実したカフェメニューで、お買い物帰りや友達とお昼のひとときを過ごしませんか。

ランチは週替わりで、「和定食」は例えば魚沼産コシヒカリを使った天むす、前菜、サラダ、お吸

円。スムージーやカフェエタなど多彩なカフェメニューもそろっています。食事の後のコーヒー、ソフトドリンクは+200円、カフェオレやココアは+300円になるサービスもあります。

営業時間は午前11時30分〜午後4時、午後6時〜翌朝4時。毎週月曜日定休。

いい店みつけた!

*当番 野村 保子

店長の大本哲也さんは、札幌市の「宮越屋珈琲」での店長経験からコーヒーの味にはこだわりがあり、「コクと深みのあるネルドリップの味を堪能してもらいたい」とのこと。コーヒーはお好みの味に注文できるので、どうぞ。日替わりの手作りケーキとコーヒーのセットは700



炎のチャレンジャー

青山 慎司の

復活!

で、こんな感じに…。どう考えてもバレエという雰囲気じゃないよね。



クラシック・バレエに挑戦



(慎です)。今回は王子様になりました。若い頃、『ホワイトナイト』という映画を観てバレエをやってみようと思った時もありましたが、この体の硬さではミハイルバリシニコフのようにはなれんぞす。(慎です)。

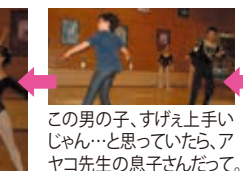
今回は、英国ロイヤルバレエ団出身のアカヨ・ピーグリー先生が主宰する名門『インターナショナルバレエスタジオ』に行ってきました。まずはアカヨ先生と一緒に衣裳の色を決めました。

スペシャルクラスの生徒さん達。やっぱりみんなキマってるネ〜。とっても礼儀正しく姿勢もよくて、みんなホントに素敵でした。

アカヨ先生から基本を教わりました。体は硬いし緊張してるので、いや〜、ぎこちない。



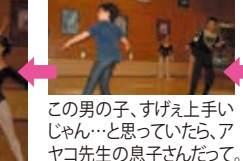
オレはというと、こんな感じ。これでも一応、王子様ですから〜(笑)。



あれ、何でオレが後向きになっちゃったんたろ?



この男の子、すげえ上手いじゃん…と見ていたら、アカヨ先生の息子さんだつて。「プロになるの?」って聞いたら「どうかな?」とニヤリ。



あれ、何でオレが後向きになっちゃったんたろ?

取材協力/インターナショナルバレエスタジオ ●函館市花園町21-12 ☎31-6295
ビギナーズクラスからスペシャルクラスまで、目的やレベルに応じて各クラスを用意。プロを目指す子供達はもちろん、趣味や健康のためにバレエをやりたいという大人にもオススメ。もちろん、大人の男性のビギナーも大歓迎とのこと。レッスン時間、月謝などについては、直接お問い合わせ下さい。

345記者が貴方に代わって直撃取材! 素朴なギモン調査隊 函館市の除雪について

Q 今年には雪が多くて除雪も大変かと思いますが、ちよと疑問に思うことがあります。大きい道路は除雪されていますが、裏道はされてないことが多いと思います。どうして裏道は除雪されないのですか。北斗市は裏道でも除雪されているようです。(市内のドライバー)

A 今冬は大雪の日が続く、自宅周辺の除雪に苦労されている人も多かったかと思えます。この質問について『函館市土木部維持課』に回答をいただきました。

「幹線道路は交通量が多く、地域と地域を結び、人流や物流を支える重要な役割を担っている道路であり、安定した市民生活を守るためには、除雪のみならず維持管理業務全般につ

いて、道路の重要性に応じた作業を行っています。市と致しましては、今冬も直営作業班及び委託業者もフル稼働し、市民皆様のご要望に応じてできるだけ早く急にお応えできるよう作業を行っています。ですが、予想をはるかに超える大雪といったこともあり、順次除雪作業を生活道路の方にも進めておりますので、多少の時間を要する場合がありますが、ご理解をいただきますようお願い申し上げます」

除雪作業は主に住民の活動を妨げない深夜から朝の時間に行われますが、路上駐車の問題など道路状況により作業が制限されることもあります。また、函館市は区域が広いという点も、除雪が進みにくい要因の一つです。

Healness & Wealness 145



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

大雪と腰の痛み

大村病院院長 大村和久

2月に入る前からの大雪、路肩の雪は身の丈を超えてしまった。今年の雪がき腰にこたえる。整形外科には多くの腰痛の患者さんが来院されるが、特に今年は老若男女に関わらず、寒さと雪のために腰痛を訴える人が多い。

腰痛は様々な原因で生じる。腰に無理がかかると腰の骨(腰椎)の関節や筋肉(筋腹)に炎症を生じて「ぎっくり腰」を生じる。腰の筋肉に負担がかかる。筋繊維性腰痛症という限局した腰の強い痛みを生じ、骨髄(椎)の関節、異常な外力が加わると「腰椎捻挫」を生じる。更に強い外力が腰に加わると椎間板が破綻し、腰椎椎間板ヘルニアが生じて、激しい腰痛と、併に足(下肢)へのしびれを伴う痛が生じて感覚が鈍くなり脱力感が生じる。

高齢者に多い「腰部脊柱管狭窄症」では、歩いていると腰から足への痛みやだるさのため歩くことが困難になり、しばらく前屈みの姿勢を保つことがむづかしい。再び歩くことがむづかしい「間欠性跛行」が生じることが知られている。この病気で知られている。この病気で知られている。この病気で知られている。

腰の骨(腰椎)は通常5個。運動では左右の側屈と捻れ運動は上位腰椎が、前後屈は下位腰椎が行う。腰椎椎間板ヘルニアは、第4/5腰椎椎間板で発生することが多い。

腰の骨(腰椎)は通常5個。運動では左右の側屈と捻れ運動は上位腰椎が、前後屈は下位腰椎が行う。腰椎椎間板ヘルニアは、第4/5腰椎椎間板で発生することが多い。

腰の骨(腰椎)は通常5個。運動では左右の側屈と捻れ運動は上位腰椎が、前後屈は下位腰椎が行う。腰椎椎間板ヘルニアは、第4/5腰椎椎間板で発生することが多い。

腰の骨(腰椎)は通常5個。運動では左右の側屈と捻れ運動は上位腰椎が、前後屈は下位腰椎が行う。腰椎椎間板ヘルニアは、第4/5腰椎椎間板で発生することが多い。

星占い

2月28日~3月30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 運気低迷。すべてにおいて手厳しい。周りに助けや協力を得て必死に頑張る。メレス大敵。ラッキーワード/カレイの煮付け
- 牡牛座 4月20日~5月20日生 運気低調。多忙から体調を崩す恐れあり。睡眠と栄養たっぷりの生活を心がけて。外周より内面の充実度で勝負。ラッキーワード/中華丼
- 双子座 5月21日~6月21日生 運気好調。うぬぼれと自信過剰な言動には注意が必要。安請け合いは禁物。ラッキーワード/スバツと梅干。ラッキーワード/牛肉コロッケ
- 蟹座 6月22日~7月22日生 運気快調。仕事に遊びに大忙し。対人面の気遣いはあっても未体験の分野への進出も可能。恋愛話も含めてラッキーワード/五目ひじき煮
- 獅子座 7月23日~8月22日生 運気低調。積極的な姿勢はストップ。他人の言動に喜ませず、即断即決を避けて。腹にたまえてと好転する。ラッキーワード/ハンバーグ
- 乙女座 8月23日~9月22日生 運気平穩。背伸びしなれば順調に運が上がる。仕事や社交面では肩力をぬいて自然体で行動を。ラッキーワード/イカ墨汁
- 天秤座 9月23日~10月23日生 運気好調。多少無理な願いも頭張れば実現可能。リターンシップを呼ぶ。ラッキーワード/サバの味噌煮
- 蠍座 10月24日~11月23日生 上昇運気。未知の分野に挑戦したり知識人と交流するなど自分になりたがる。身なり落ち込んで無気力にならな。自己中心的な態度は失点に。ラッキーワード/黄金松前漬
- 射手座 11月24日~12月21日生 運気低迷。万事現状維持。周囲が冷たくなった。落ち込んで無気力にならな。自己中心的な態度は失点に。ラッキーワード/黄金松前漬
- 山羊座 12月22日~1月19日生 運気低迷。目の誘惑に惑わされた。自分な事柄は、ラッキーワード/麻婆豆腐
- 水瓶座 1月20日~2月18日生 運気下降。緊張感が緩みやる事が中途半端に。気分転換必要。スポーツやシャワーの養生注意。ラッキーワード/肉じゃが
- 魚座 2月19日~3月20日生 運気好調。強引さがアタに。リカシーや思いやりに欠ける言動は運気を乱すも。ラッキーワード/おぼろ布

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)

近頃、石川町界隈が元気づけが広がり、閑静な住宅街が広がるこの界隈には、市内でも評判の美味しい店がたくさんあります。そんな今回は入り、石川町・函館新道界隈のグルメスポットに注目してみました。

読者の声

『青ほの心』『青ほの目』について

本年も沢山楽しませて頂き、ありがとうございます。『青ほの心』『青ほの目』は私さけびたいような同感の部分があり、これはもろもろの意見で、これからは若い主婦の方々も子供達を育ててゆく上で勉強になることが多いと思います。何か本物のなにかを教えてあげて下さい。来年も楽しみにしています。(おせうかいオムさん)

＊昨年の暮れに頂いたお便りでした。ありがとうございます。

でした！いつも届くのが楽しみです。プレゼントコーナーにハガキを出すのちよとした楽しみにしています。2006年も函館のおもしろい所情報待つてます。特集もいつも勉強になってGooodです。(日吉町3丁目 R・E)

＊今年もどんどん、お便りをお寄せ下さい！

赤いほすとにしては、毎回「青いほすとを楽しく読んでいます。特にプレゼントコーナーの品を増やして欲しい」と思っています。青いほすとではなくて、ポストは赤いので、赤いほすとにしては、と思います。自分は2歳の時からてんかんがあり、さらに統合失調症の病があるけれど、青いほすとが届くとホッとします。てんかんや統合失調症の特集をしてもらおうと嬉しいです。

(昭和3丁目 H・H)

＊お体を大事に、病気に負けず頑張ってください。私共もH・Hさんに楽しんで頂けるように頑張ります。確かにポストは普通、赤です。ね笑。ちなみに、ハワイの郵便ポストは青なんですよ...

楽しめることをたくさん書いて下さいます。いつも届くのを楽しみにしています。おもしろいお店を知りたくて、すみずみまで読んでいます。楽しめたいをたくさん書いて下さい。(乃木町、A・T)



(川原町、T・A) ＊これからもぜひ、ご愛読をお願いします。

シルバーはおしゃべり好き青ほは楽しみにいつも拝見しております。私共シルバーはおしゃべり好きカルチャースクールの後、必ず食事、お茶して行くのみな大賛成。その時私が印をつけて持ち歩いている青ほのごはん。次号のお鍋の店特集もとても楽しみにしています。お体を大切に、良いお年をお迎え下さい。(堀川町、K・K)

インフォ

美容室「髪風舎」では、アートメイクの無料体験モデルを募集中

まゆ毛やアライン、リッピンをリアルに作り上げてゆく究極のアートメイクで評判の美容室「髪風舎」では、アートメイクの無料体験モデルを募集中です。同店のアートメイクは、美容部門はもとより、アメリカでは既に実践されている医療業界との提携を目指す技術。モデルを募集中

デル採用者は無料にて同店のアートメイクを行い、各メディアの告知などに写真を使わせていただくものです。応募条件は35歳以下の女性。お問い合わせ・申し込みは髪風舎 46・71228 (岸田)まで(毎週月曜日定休)

『函館YWCA』無農薬の甘夏みかんを発売中
市内松陰町にある「函館YWCA」では、無農薬の甘夏みかんの販売をしています。価格は10キロ3150円。食べ終わった後の皮を「マーメイド」にしたお風呂に入れたりして楽しむことができます。今回は収穫量が少ないため、お問い合わせはお早めに行い、お問い合わせは函館YWCA(松陰町1-12、51-5162)まで。

北海道教育大学函館校「平成17年度美術作品展」が3月15日(金)に
北海道教育大学教育学部函館校美術教育講座主催の「平成17年度美術作品展」が3月15日(金)・函館市芸術ホール(階ギャラリーとフリールーム)で開かれます。絵画、彫



塑(デザイン)、陶芸、美術理論、美術史の研究などを及び院生の研究課題作品を堂に展示するもの。入場無料。詳細は同校美術教育講座・小川研究室 44・4301まで。

プレゼント

『フラッシュフラッシュ』より、ケーキセットをへアで3組様に

今回の「いい店つけた」で紹介した「フラッシュフラッシュ」より、ケーキセット(700円相当)の引換券を、アで3組様にプレゼント。応募はハガキに郵便番号・住所・氏名・電話番号を明記し、青いほすとに對する感想もたづねりとお便りの「040-8605、函館とつく株式会社内、株式会社青いほすとHD」にフラッシュフラッシュプレゼント」係まで。締切は3月10日。

青いほすと通販コーナー

リフトアップで小顔の若々しい顔に！ 21世紀的老化抑制、リフトDTM

時代はアンチエイジング。顔の効果的リフトアップで、若い頃のキメとハリと弾力ある顔を目指しませんか。『FAD』シリーズは21世紀を代表する世界初の老化抑制のための生まれたスキンケア商品。再生医療の分野から発想し、開発されたものです。その中でも今回特に注目の「リフトDTM」は、1回のマッサージ適量は5〜10グラム。基本的に顔の中心から外側に向けて使用しますが、乾燥が気になる口や目の周りに塗布するだけでも効果的です。このほか販売元の「エステサロンローズ」では、今回の購入者に限り通常10500円の「リフトDTM」を、皮膚の



生まれ変わる「ハード」に特に着目した「リフトアップ」で、若い頃の「キメとハリと弾力ある顔」を目指しませんか。『FAD』シリーズは21世紀を代表する世界初の老化抑制のための生まれたスキンケア商品。再生医療の分野から発想し、開発されたものです。その中でも今回特に注目の「リフトDTM」は、1回のマッサージ適量は5〜10グラム。基本的に顔の中心から外側に向けて使用しますが、乾燥が気になる口や目の周りに塗布するだけでも効果的です。このほか販売元の「エステサロンローズ」では、今回の購入者に限り通常10500円の「リフトDTM」を、皮膚の



リフトDTM ¥16,800円 (100g入、送料+代引手数料=500円別途) お申し込み・お問い合わせ エステサロンローズ 函館市戸倉町5-12 ☎57-7772

エバメールゲルクリーム 3,700円 180g 宅配料込 配達までにお時間をいただく場合もあります。

お申し込み お問い合わせ 株式会社青いほすとHD ☎23-5688

編集後記

「インターナショナルバレー・ストゥディオ」のアカコ先生。今回は本当にありがとうございました。スベシャルクラスのみならず、凛としたその姿は、とても素敵でした。目が回ってフラフラで、おまけに汗だく王子様に、最後までつき合ってくれてありがとうございます。(亜)

東京では駅に置いてある某スーパーが1日で1万部以上持つて行かれるとのこと。これからは、情報はタダで手に入る時代へ突入してしまうか。文芸誌の伝統ある早稲田文学もフリーペーパー化するそう。有名作家の小説がタダで読めるなら私も欲しい。(3・4)

中央図書館のある日。新聞雑誌コーナーで週刊誌を読む人、飲食コーナーでは家族連れが和やかに話し、もちろん本を探る人も。図書館がなめた時にこの人達はここにいたのだらう。居心地のよい居場所が街の中にたくさんある街は魅力的である。(チヨ)

今年の冬は、久々の雪がきて肩や腰を痛めてサロンパスのお世話になり、豪雪地帯の人々のご苦労をほんの少し経験した気がします。玄関が埋まるほどの大雪だった地方では、さぞかし春を待つ思いもひとしおのことでしょう。春までもう少しの辛抱。(亜)

「インターナショナルバレー・ストゥディオ」の生徒さんは、礼儀正しくて上品で毎回感動してしまふ。身体の中心に、しなやかな棒が入っているような美しい姿勢も憧れる。私もシャボンとしくくはと気にして写真を撮っていたら、腰が痛くなった。トホホ。(B)

お詫びと訂正
前回、2月14日発行分青いほすととの『ホテル法華クラブ函館』様の「中華ババウ」広告内で、「お寿司の日」及び「ステーキの日」の開催曜日が記載されておりました。関係者の方々に深くお詫び申し上げ、下記の通り訂正致します。

記
木曜・日曜は お寿司の日
金曜・土曜は ステーキの日
以上

次号発行は3月17日(金) 成年にちなんで「犬」特集 今年戌年。いまや大人気の「犬」にまつわるあれこれを紹介する総力特集。 乞うご期待!

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/

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

Spot Light

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！

キーワードはユニット(個室化) 特別養護老人ホームおおぞら

昨年4月にオープンした『社会福祉法人 函館愛育会 特別養護老人ホームおおぞら』は全国初の、補助金を受けずに設立したユニット型特別養護老人ホームです。ホームのある市内銅山町は上湯川町、西旭岡町に併設され、自立ある公営団地に隣接し、木立に囲まれた自然豊かな地域です。

この地にユニット型特別養護老人ホームを設立した目的は、高齢化が急速に進む函館の状況を考慮した時、「特別養護老人ホームに入居を希望する高齢者に1年でも、否、1日でも早く入居を可能に…」という思いからだったそうです。

各部屋個室のユニット型特別養護老人ホームは個人の生活を大切にしながら、ケアを受けられるという大きな特徴です。誕生会やクリスマス会、時にはホ-



ム外へのドライブなど入居者同士の交流も盛んで、アットホームな雰囲気が大変、喜ばれています。

ホーム内にはデイサービスセンターが併設され、自立回復、介護予防、介護軽減のためのパフォーミング機器が6種類設置され、症状や状態に合わせてリハビリメニューに基づき、介護職員がケアしながら身体機能回復訓練や健康管理が行われています。自宅から通所するデイサービスセンターの利用者は毎日、送迎専用バスにて、自宅からセンターまで送り迎えされています。利用者はセンターに到着後、健康状態をチェックし、午前中に入浴並びにパフォーミング機器を使って身体機能回復訓練を行い、午後にはレクリエーションもご参照下さい。

●銅山町12
☎ 36-1100
FAX 36-1103
<http://www.ncv.ne.jp/~oozora>

