

応援します! あなたの生き方

POST IN FREE PAPER SINCE 1991 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
発行人/佐々木 喜美夫 編集人/青山 慎司

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

その頃、僕はストレスを抱えていた。何もかも思い通りにゆかぬ日々、何かに憤りを感じていた。そんな荒んだ心に飛び込んできたのが、工藤さんの文章だった。勇氣と元気をもらったような気がした。いつか機会があれば、お会いしてみたいと思っただけだ。

「僕は筋ジストロフィーという病気である。この病気は体中の筋肉が歳とともに萎縮するということ、それは当然、呼吸をする筋肉や血液を送る心臓の筋肉にも影響を与え、最終的には死に至るといふ難病である。それでも僕は、自分が不幸だと思っただけで一度も悔いを感じたことがない。それどころか自分でも信じられないほど、すばらしいと思える人生を送ることができた。『自負』(http://www.aoi-post.com)

※以下、ホームページ内の工藤さんの文章は青い文字で表記。取材中の工藤さんのコメントは文頭大文字の明朝体で表記。



「八雲にいるころは僕もまだ歩くことが出来たし、本当に元気に走り回っていた。もちろん不自由に感じてもあったろうし、リハビリにも通わなければいけなかったけど、そんなことはひとつも気にならなくらい、毎日とことん遊び倒した自分がある。(中略)決して自分だけの力じゃやけど障害を持つ僕があれだけやれたというのは、本当にすごいことだと思っ、僕はそんな毎日の中で自分は人に負けないと無意識に思うようになったと思う。つまり僕にとって八雲時代というのは、もうすぐ歩けなくなるということを見据えて、それでも病院に入院することなく、学

現在、工藤さんはパソコンを所有し、イラストを描くソフトを使ってパソコン画を描き続けている。モチーフは動物、景色、人物など…。昨春からはじめたパソコン画の作品は、すでに60作にも達しているらしい。

僕は昔から興味を持ったことには夢中になる性格なんです。八雲時代にも釣りに夢中になったり、とにかく楽しかったですね。函館に来てからは、英語を話せるようになるうと思っ、教室に通った。英語検定準1級に合格したんですよ。

「八雲にいたころは僕もまだ歩くことが出来たし、本当に元気に走り回っていた。もちろん不自由に感じてもあったろうし、リハビリにも通わなければいけなかったけど、そんなことはひとつも気にならなくらい、毎日とことん遊び倒した自分がある。(中略)決して自分だけの力じゃやけど障害を持つ僕があれだけやれたというのは、本当にすごいことだと思っ、僕はそんな毎日の中で自分は人に負けないと無意識に思うようになったと思う。つまり僕にとって八雲時代というのは、もうすぐ歩けなくなるということを見据えて、それでも病院に入院することなく、学

「八雲にいたころは僕もまだ歩くことが出来たし、本当に元気に走り回っていた。もちろん不自由に感じてもあったろうし、リハビリにも通わなければいけなかったけど、そんなことはひとつも気にならなくらい、毎日とことん遊び倒した自分がある。(中略)決して自分だけの力じゃやけど障害を持つ僕があれだけやれたというのは、本当にすごいことだと思っ、僕はそんな毎日の中で自分は人に負けないと無意識に思うようになったと思う。つまり僕にとって八雲時代というのは、もうすぐ歩けなくなるということを見据えて、それでも病院に入院することなく、学

あおぞら気分
そんな素敵な
名前の
ホームページを
知っていますか?
<http://homepage3.nifty.com/3pointer/>



取材・文/青山 慎司

【特別企画】

工藤靖也さんという生き方

事の依頼を初めていただいたんですよ。いまは亡き大切な人の似顔絵を遺影として飾っておきたいという、ある方からの依頼でした。

ホームページにすらりと掲載された作品はどれも、驚くほどリアルで美しい。どうやって描いているのかと質問すると、工藤さんは僕の目の前で作業を見せてくれた。カーソルを動かすためのボールを顔の下に置き、下唇を巧みに操って、絵を仕上げてゆくのだ。

「花火が開くたびに、空が瞬明るくなつて暗闇の中に観客の顔が浮かび上がる感じを、浮かんて消える骸骨と言ってるんだと思っただよ。面白いでしょ。あ

現在、工藤さんは24時間人工呼吸器を使っている。外出は不可能ではないというが、困難ではあると思う。それでも工藤さんがいつも「あおぞら気分」でいられるのは、彼独特の「ある思考」によるものではないかと、彼との会話を進めてゆくうちに、僕は気づきはじめた…。

得意なパソコン画のほかに、工藤さんはプロダクの中で色々な文章を書いている。大好きな『スビッツ』の話…、スポーツの話…、日常のちよとしたエピソード…。「あおぞら気分」を見た全国の人達からのメッセージも多数、寄せられている。

靖也は「あおぞら」とは読めないですよ。でも、靖という字には青という字が入っていて、あおぞらって思わせる名前なのが気に入っています。青が好き、空が好きという気持ちをこめて、絵のサインには「Sora」と書いています。



工藤靖也さんが描いた数々の作品の中から…

工藤さんのお姉さんである相川静香さんのことも少し紹介しておきたいと思う。相川さんは八雲町在住時代には卓球の名選手だったという。そんな姉の姿を見て育った工藤さんは、彼女のことを「パワフル姉ちゃん」と呼び、慕ってきた。今回の取材も、相川さんからおかげで実現に至った。

「弟が素晴らしいと思えるのは、いつも、自分はツイている」と話すご両親です。

相川さんは弟さんについてそんなふうに話す。

「さいわい八雲小学校には1年前にはやはり僕と同じ病気だったO君が入学していたので、おそらくそのことも手伝って僕は晴れて八雲小学校に入学することができたのだ。僕のつぎまくりの人生はこのあたりにもハッキリと現れている。もちろん親の愛情と努力がもたらした結果であることに間違いはない」



工藤さんとお姉さんの相川静香さんと3人。工藤さんが開設しているホームページを見ながら、会話に花が咲く。



正直、工藤さんのホームページに出会う前は、あまり関心が高かった。

「僕が八雲であれほど遊ぶことが出来たのは、とにかく親のおかげである。姉にしてもそうだが、うちの親は僕たちを積極的に行かせることに連れ出し、何でもやらせてくれた。危険なこともいっぱいあったけど、本当に何があっても遊びたい、僕の気持ちを両親が制限することはなかったと思う。実際、僕は何でもやってみたり、やってみた結果としてできない事もあったかも知れないが、自分でもみた結果だから、それでも納得がいったと思うのだ。もちろん大概のことはそれなりにできたと思うし、そういう小さな積み重ねがある僕も無意識に自信を深めることができたんだと思う」

ホームページに綴られた文章の節々にも、お姉さんが言う、自分はツイていると常に考える工藤さん独特の思考を垣間見ることが出来る。

いわゆる「プラス思考」とか「ポジティブシンキング」とかいうものなのだろうか…。そのたぐいの話は最近特によく耳にするが、

僕の父親は、とにかく思い立ったらやってみるという人なんです。僕も父に似たのかも知れませんが、例えば、知的に障害がないというところで条件を満たしていなかった養護学校の高等部にも受験して合格することができたなど、父のおかげで無理そうなおとも、とにかくやってみるというのでクリアできてくれたんだと思います。

「いつも自分はずいとい」と口にする人の心の深層心理の中には、周囲の人や環境に感謝する気持ちがあるのだと、以前何かの本で読んだことがある。逆に、いつも「自分はツイてない」と言う人は自分に起きた出来事を、いつも周囲の人や環境のせいにしてしまっているな…。

僕の場合はどちらかといえば後者に近い。もし、自分が工藤さんのような立場になったら、きっと最後には神様までもを恨んでしまうに違いない。しかし、周囲に感謝する気持ちがあれば自身にどんな運命が待ち受けようとおおぞら気分、で全てを受け入れることができるのかも知れない。わずかな時間だが、工藤さんという人物と出会い、実際に会話を重ねるうち、そんなことを感じていた。

「さて、明日はいよいよ書いてぼすとの取材です。一体全体何を聞かれるのかなあ。案外絵の話じゃなかったりする。そこは勝手な早とちりだったら恥ずかしいよね。ふむ。まあすべては明日になれば分かるでしょう。がんばりませう。(中略)それでは、明日は朝にまずピアノでサッカーを見て、リラックアしたあとで取材を受けちゃいますよ」



取材日の前日に工藤さんが記したブログの内容である。取材日は、サッカーのワールドカップで日本がブ

ラジルに敗退した日。日本中のサッカーファンが肩を落とし、そして日本中のサッカーファンが寝不足の長い1日を過ごした日である。

「青いぼすに出て、もし似顔絵の仕事の依頼がたくださいませんか。描き切れないじゃない」

お姉さんがそう言った。順番にやればいでしょう。

この工藤さんの短い言葉に、思わずジーンときたというのが、一緒に取材をした本紙・花輪志保里記者。人生、無理に先を急ぐ必要などない…。何かにせかされて生きる必要も…。

「函館に来て常に思うことは、やはり八雲の自分に負けないようにということだ。たし、ときどき思い浮かぶ八雲時代はいつも光り輝いていた。そして、そうやってやってきた結果として、いまの僕がいるわけだし、函館でもがんばるべく、たくさんの出会いや、面白い出来事を数多く経験することが出来た。だからこそ、僕がいまほしあわせだと思えば思うほど、僕の中で八雲がどんどん大きくなっていくのだ。そして、それはもちろん親やみんなのおかげであると思うのだから、そこにはもう感謝しか出さなないだろう。本当にどうもありがとう。みんなのおかげで僕は

いまでも元気にしあわせにやっています。そして、父さん、母さん、ありがとう。姉ちゃんにも感謝してるよ。僕はこの家に生まれて本当によかつた。



昨年、工藤さんは10年ぶりに野外劇を鑑賞したのだという。野外劇を観て感動し、「函館って良い街だな」と思ったという。

インターネットという手段を通じて、工藤さんと交流を深める人は全国に存在する。しかし、工藤さんが生活し、大好きだという、この函館の人達にももっと、工藤さんのことや、彼の描く絵、ホームページのことを知ってほしいという思いで、今回の取材企画へと至った。この記事を読んだ少しだけでも多くの人が「ああぞら気分」に立ち寄ってくれたらとても嬉しい。

「いまの僕は、体の状態もあのころとは違うし、人間としてスケールもかなり小さくなってしまったと思うのだが、八雲時代の自分に少しでも近づけるように、もちろん悔いを残さないためにも残りの人生を全力で生きていきたい」と思っている。

見て下さい。いまはパソコンの中にテレビのリモコンをセットすることもできる。探せばあるんですね。こういうもの…。おかげでいまは、人に頼らずにテレビを観ることが出来る。僕はいつもこ

が不自由な人を見かけたら親切にしてあげなさい」と言われて育った。

歩道の段差がところどころ低くなっているのも、信号が青になれば音楽が流れるのも、体が不自由な人を、そうでない人が手助けしてあげているものだと、ずっと思ってきた。

この日、僕は工藤さんから、生きてゆく上でとても大事なことを幾つも教えてもらった。でも、僕は工藤さんのために何もしてあげられない。結局、人はみな同じ…。低くなった歩道も信号の音楽も、いろんな人達がこの社会の中で、仲良く楽しく暮らしてゆけるためにあるだけなのだ。

「なかなか上手に話せなかったかもしれないけれど、あんな感じでもよかったのでしょか」

取材日の夕方、編集室のパソコンに、工藤さんから早々とメールが届いた。

僕は相変わらず何かにかかされるようにチャチャと原稿を書きはじめ、夜遅くまでかかっている記事をもとめ上げた。――

取材から2、3日経ったある日の会社からの帰り道、レンタル店で借りた『レディーズ』のCDをクルマの中で聴いた。カーオーディオから「きつと今は自由に、空も飛べるはず…」と歌う、『スビッツ』のヴォーカルの澄み切った歌声が流れてきた。

幼い頃、僕は母親から「体

僕的にとっても気に入ったのはシャツの形。特に、カフスのデザインは秀逸で、橋本店長は「あまり袖口は見せすぎないほうがいい」とアドバイスして下さったが、思わずカフスを目立たせた着こなしに…。ちょっとクラシカルなイタリアンっぽく。



着こなしのポイントは「どこかを崩して着ること」とアドバイスしてくれたのは、『ヴィレッジ&カンパニー』の橋本拓馬店長。例えば今回の場合でいうと、シャツのボタンは2つ開けて胸元をちょっと見せることと、デニムは腰で履くことぞう。

オヤジの 素敵な 下心

Brand New Life Style

今月の下心

オヤジになって迷うことは、休日に出かける時の服装。決して若作りすることなく流行にも左右されすぎず、かといって、いかにもオヤジくさいのは嫌…。さりげなくちょっとお洒落に見える服装で休日の買物を楽しみたい。



家族から尊敬されたい、「ちよ不良(フル)なんて呼ばれたい」。いつまでもカッ「良くありたいオヤジの下心を叶えるためのあれこれを、オヤジライター・青山が探します。



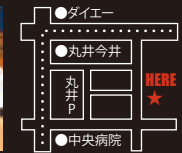
市内本町・丸井今井裏にある『ヴィレッジ&カンパニー』は、スポーツマインドたつぷりのファッションからカジュアルウェア、ビジネスでもプライベートでも楽しめるスーツに至るまで、幅広い年齢層のニーズに応えるメンズファッションの専門店。

スポーツクラブなどの各種チームオーダーも行っていることで、お洒落な若者も足を運ぶが、メインは遊び心を持ったお洒落な中高年層。経験豊かなスタッフがそれぞれの年齢やライフスタイルに合ったコーディネートをおすすめしてくれるので、自分にぴったりのファッションを見つけるヒントになることうけあい。今回紹介した商品のほかにも、リーズナブルなものも豊富にそろっている。



photo by Akira Tanisugi
special thanks to

VILLAGE & CO. ■函館市本町31-3 ☎31-2784
10:30am ▶19:30pm (日・祝は19:00まで) 年中無休



ジャケットは年齢に合わせて落ち着いた色とデザインのものを選び、シャツは質感とさりげないデザインにこだわった逸品を…。デニムはやや細みのストレートがベター。

ジャケット 58,800円
RICHARD JAMES
シャツ 15,750円
fair fax
デニム 24,990円
Citizens of humanity

AO-PO COOKING MEMO *お手軽&ヘルシーメニューの作り方講座*

- 材料**
- ひき肉…200g ●ナス…2個 ●いんげん…6本
 - ニンニク(みじん切り)…1片 ●トマト缶…1個
 - レタス…6枚 ●サラダオイル…大1
 - 塩・コショウ…少々 ●醤油…小1 ●ごはん…2膳

- 作り方**
- ①フライパンにサラダ油を熱してみじん切りのニンニクを入れて炒め、ひき肉をほぐしながら炒め、肉の色が変わってきたらナス、いんげんを加えて炒める。缶詰のトマトを加えトマトをつぶしながら炒め、中火で煮詰めて汁がなくなったら塩・コショウと醤油を加える。
 - ②皿にレタスをしいてごはんを盛りつけサルサ風ソースをかける。

赤とうがらしとタバスコを加えると、ピリッと辛い本格派の味になります。

サルサ風ライス



ひき肉と野菜を炒めてトマトで味付けしたサルサ風のソースを(お好み)にかけていかが？
野菜たっぷりのひき肉と血は元気の源です。レタスにたくさん食べて美味しくいただけます。

確認した上であります。

※セリフ及びナレーションは劇中のシーンから引用し、円谷昌朗監督のシーンより確認した上であります。

今回は、熱心なウルトラマンフリークの間では今でも語り種になつていらい。ウルトラマンも好きだが、個人的にはその後登場したウルトラセブンが好き。懐かしくて色々調べはじめたら、第8話「狙われた街」という話を発見。宇宙からの侵略者メトロ星人は、「地球を壊滅させるために暴力は必要ない。互いに信頼しあつて生きていく人間同士の関係を壊すことで人類は自滅する」と計画。しかし、ウルトラセブンの活躍により侵略計画は阻止され、ラストシーンでナレーションが流れる。「メトロ星人の地球侵略計画はこうして終わったのです。人間同士の信頼感を利用するとは恐ろしく宇宙人です。でもご安心下さい。このお話は遠い遠い未来の物語なのです。え、何故？ 我々人類はいま、宇宙人に狙われるほどお互いを信頼してはいませんか…。」▼それからおよそ40年…。ウルトラセブンの作り手がナレーションに込めた、メトロ星人に狙われるような社会はまだやってきていない。ヒーローも正義の味方も未だテレビの向こう側。でも僕達大人は、テレビにかじりついてた頃を過ぎて変わらないうちに、いつか本物のヒーローがやってくることを…。(信)

AO-PO HEAD LINE 編集室のイチオシ、最新情報!!



めばえ教室10月生募集

子供のための幼児教育。めばえは、この時期に『めばえ函館教室』は、良い刺激を与えて、オリジナル教材を使い、自ら考え行動できる子供に成長させます。教室では子供のよりよい成長に向けて、1人ひとりの興味や考えをスピーディに合わせ、無理のない指導を行っています。

対象年齢は2〜7歳(年齢別クラス編成で1クラス3人から9人に講師2人が授業をします。

イトーヨーカドー函館店2階の同教室では8月30日(水)、9月1日(金)、9月2日(土)に、体験教室を実施します。それぞれ①2歳?午前10時30分、②2歳6月?3歳午後1時③3〜5歳午後3時。要予約。

詳しい内容は直接フリーダイヤルにてお問い合わせ下さい。

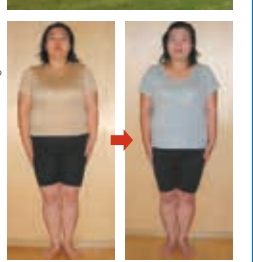
●イトーヨーカドー
函館店2階
めばえ函館教室
フリーダイヤル
0115-205571

Dr.田上の 健康的ダイエット講座



今回は変形性膝関節症という中高年に高頻度起こる痛みを伴う膝の病気についてお話ししよう。この病気は単純に体重が増加することで膝に負担がかかり関節の変形と痛みが起こるものです。特に女性の方に強く現れます。20才代のBMIが高いほど(太っているほど)変形性膝関節症は発症しやすくなります。肥満は発症の引き金になり、変形による痛みや歩行困難などを引き起こします。しかし、体重が軽くなると膝への負担が減り変形を抑えて痛みをやわらげることも可能です。20才以降にならないようにすることが中高年から起こる変形性膝関節症の予防になるのです。

4.変形性膝関節症とダイエット



肥満型生活様式について説明しましょう。(1)身の回りの色々な所に食べ物がかかっている。(2)テレビを見ながら、あるいは人と話しながら無意識のうちに過食する。(3)早食いのため満腹感を感じる前に不必要に食べ過ぎる。この反対をすれば肥満にならないわけですから、目に入るところや手の届くところには食べ物を置かない。また1口30回以上噛むと食べる時間が長くなり満腹を感じて食べる量も減らせます。魚住金婚湯医院では、毎月第2火曜日に美味しいダイエット食を食べながら医師のダイエット指導と栄養士の食事指導が体験できる教室を開き、その後外来でのフォローもしています。また1週間~3ヶ月の入院ダイエットも効果的です。詳しくはお問い合わせ下さい。

6月からダイエットをはじめた太田陽子さんは3カ月で5.5kgの減量で、順調なダイエット経過です。

『函館YWCA』でのダイエット講座の2回目は9月9日。詳しくは☎51-5262まで。

魚住金婚湯医院 院長 田上 広樹 ●二海郡八雲町上ノ湯 ☎0137-67-2311
<http://www.uozumi-clinic.com/>

このほど初めて知った。当時は白黒テレビで観ていたので、カラータイマーが点滅するのは分からなくても、青から赤に変わることは分からなかった。▼40周年を振り返るテレビ番組等を観ると、子供時代には何も考えずに観ていたウルトラマンシリーズも、それぞれの時代背景とともに作り手側の社会へのメッセージが込められてきたことがよく分かる。▼僕が最も印象に残っているのは、科学特捜隊のメンバーがそろってカレーライスを食べている時に怪獣が現れ、ハヤタ隊員が急いで変身しようとするのだが、あわててスパインとペーターカプセルを間違えてしまうという、第34話「空の贈り物」のワンシーン。空から落ちてきた怪獣を科学特捜隊があの手この手で宇宙に返そうというシリーズ中でも珍しくユニークなこの回は、熱心なウルトラマンフリークの間では今でも語り種になつていらい。▼ウルトラマンも好きだが、個人的にはその後登場したウルトラセブンが好き。懐かしくて色々調べはじめたら、第8話「狙われた街」という話を発見。宇宙からの侵略者メトロ星人は、「地球を壊滅させるために暴力は必要ない。互いに信頼しあつて生きていく人間同士の関係を壊すことで人類は自滅する」と計画。しかし、ウルトラセブンの活躍により侵略計画は阻止され、ラストシーンでナレーションが流れる。「メトロ星人の地球侵略計画はこうして終わったのです。人間同士の信頼感を利用するとは恐ろしく宇宙人です。でもご安心下さい。このお話は遠い遠い未来の物語なのです。え、何故？ 我々人類はいま、宇宙人に狙われるほどお互いを信頼してはいませんか…。」▼それからおよそ40年…。ウルトラセブンの作り手がナレーションに込めた、メトロ星人に狙われるような社会はまだやってきていない。ヒーローも正義の味方も未だテレビの向こう側。でも僕達大人は、テレビにかじりついてた頃を過ぎて変わらないうちに、いつか本物のヒーローがやってくることを…。(信)

青の目

▼円谷プロダクションが生んだ不滅のヒーロー・ウルトラマンが誕生してから、今年で40周年という。放送当時、僕は1歳。テレビにかじりついて観ていたウル

今回は、年子の子育てで奮闘中の(かおり母)さんから届いたお便りを紹介します。



今月の元氣印
 藪崎聖良君(左)平成17年4月1日生
 川島希弥ちゃん平成17年1月26日生

私は、2歳と1歳の年子の子供の母です。年子の子育ては、毎日が大変で座る暇もないほど…。自分の時間なんてもちろんありませんし、ストレスもたまりません。たまには友達と逢ったりして「母」としてではない自分の時間も欲しいし、ゆっくり寝たいし…。でも、主人は仕事が忙しくて子供を見てくれないし、実家の母も仕事をしているので子供を預けることもできません。うまく息抜きをして、リフレッシュする方法ってありませんか？
 (かおり母)

入園前の子供が2人、または就学前の子供が3人いる時が、子育ての中でもっと大変だという話がありますが、そのような時こそ息抜きをしながら楽しく子育てをしたいものですね。(かおり母)さんのようにあまり時間がないママでもリフレッシュできる方法や先輩ママさんの体験談などなど、ぜひご意見をお聞かせ下さい。

(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.ocn.ne.jp

親業訓練講座

生きている間続いてゆく親子関係ですが、基本的な勉強を受けてから親になった人はほとんどいないはず…。日常生活の些細な出来事の積み重ねが結果として現れる「子育て」に、親は試行錯誤し、手探りの状態です。親子の関係がもっといい関係になったら、毎日楽しく過ごせるとは思いませんか…。そこでオススメしたいのが「親業訓練講座」。心理学をもとに組み立てられているこの講座によって親子の信頼関係が深まり、子は親に愛されている実感を、親は子に労られている実感を得られることでしょう。「同じ親同士助け合えれば…」と話すインストラクターの野崎和子さん自身も、子育てに悩み「親業」に助けられたのだとか。講座は、体験、練習など具体的な方法で行うため、体で覚えられのが大きな特徴。また、人間関係をスムーズにする有効な訓練法としても幅広い層に評価されています。

【講座内容】
 ①茶話会(2時間程度・資料代のみ):親業の紹介、子育ての悩みなど。
 ②入門講座(3時間×2回または2時間×3回):子育ての実践をロールプレイで体験(4200円)。
 ③一般講座(週1回3時間×8回):コミュニケーションの方法。「正確に聞く」「明確に伝える」「対立を解く」を中心にロールプレイを交えて実際に使える訓練(31500円)。詳しくは、電話でお問い合わせ下さい。
 ☎31-5135
 (留守番電話になっていますので、連絡先をお伝え下さい)。
 http://www.oyagyoo.or.jp

Naruhodo Topics [なるほどトピックス]

秋の彩りをフレンチで味わう幸せイリュージョン

市内白鳥町のフランス料理店「イリュージョン」から、秋の厳選素材を堪能できるうれしいランチをご紹介します。オーガニックの有機野菜をふんだんに使った「ランチ・ル・カール」(1890円)。「アンダルシア風冷製スープ」



にはじまり、フランスの「ス風野菜煮込みがベースの「南仏有機野菜のグラタン」、メインは香り高い「プロヴァンスのハーブ入り特製ハンバーグステーキ」、フランス鴨の「オーガニックサラダと共に」、デザートが「チョコロートムス」「コアントロー風味」でコーヒー付と、大満足の内容です。



また、毎月第4月曜日に開催中の「グッキンダグラス」が大好評。フランスや東京で活躍してきたシェフならではのレシピと指導で本格フレンチコースを作っていただきます。特別ではない手に入りやすい食材で料理し、

華やかな盛り付けやマナー、簡単なフランス語まで気軽に学べる機会です。男性も大歓迎！ 昼コースは午前10時30分、夜コースは午後7時。予約制。材料費込で1回5250円。営業時間は午前11時〜午後2時、午後5時〜午後11時。毎週月曜日定休。
 ●白鳥町17-14
 ☎40-3588



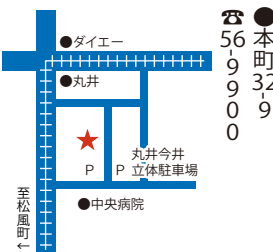
このプランは5日前までの予約が必要。営業時間のうち、午後5時〜午後10時(LO/午後9時30分)のディナータイムのみとなります。
 ●大手町5-10
 ☎23-8757

甘くて冷たい。パフェはいかがが？ フラッシュパフェ

おしゃれなカフェ&レストラン『フラッシュパフェ』の1番人気は「レアチーズパフェ」(580円)。「レアチーズ」のさっぱり感とソフトクリームの冷たい甘さの絶妙なバランスが受けています。チョコフレークにソフトクリームと生クリームを重ねてブルーベリー



入の上に自家製のレアチーズがのって、さらに白玉も入り美味しき爆発！
 ほかに、「生チョコパフェ」や「キャラメルプリンパフェ」など5種類のパフェはどれもボリュームたっぷり満足のスウィーツが勢揃い！
 深夜3時までOKなので、飲んだ後甘い物を食べるのが好きな人にもぴったり。
 学割タイムは午後3時30分〜午後7時(土・日曜日を除く)でパフェは全て380円と



5周年感謝祭につき無料開放！ パソコン市民講座

長崎屋1階にある「パソコン市民講座 長崎屋教室」がこの9月に5周年を迎えます。

長崎屋1階にある「パソコン市民講座」が、この9月に5周年を迎えます。それを記念して「5周年感謝祭 無料開放」を実施します。開放日は9月3日の日曜日です。パソコンに触れたことのない人、それまで気後れして出来なかった人なども、気軽に体験できるチャンス！ もちろん、年齢も問いません。とにかく来て見て触って、楽しんでほしいのが今回のテーマ。内容も1人ひとりに合わせて行いますので、安心して参加してみたいかがです。



あわせて9月10日は「無料体験会」を実施します。どちらにも、受付時間
 ●美原1-7-1
 長崎屋1階
 ☎44-5760



地域のためにキラリ!!

頑張らない介護のために

函館認知症の人を支える会会長 佐藤悠子さん



『函館認知症の人を支える会』は会員140人で、「集い」「研修会」「電話相談」「施設見学」「会報発行」など、様々な活動をしている。家族同士の励まし合いや助け合いをサポートし、あわせて様々な介護のための情報提供もしている。

「認知症の人の介護はやってみないと分からない」と話すのは、4月から会長になった佐藤悠子さん。夫、双方の両親、兄と6人の身内を25年間介護してきたという。複数の介護と子育てが同時にやって来て、自分の時間といえるのは夫を散歩に連れ出すときくらいだった。その介護生活が10年目を迎えた頃、前会長の天明安枝さんに誘われたのをきっかけに入会。介護生活の辛さを自分のことのように聞いて一緒に泣いてくれる仲間が存在が自分を支えてくれたという。

毎月開催する『集い』では、会員同志がお互いの話し合いを通じて交流を深め、ストレス解消や情報の交換の場となっている。介護の苦労は家族や親戚など近くにいる人にも分かって貰えないことも多く、そんな悩みを介護の経験者が親身になって聞いてくれる。毎週木曜日に受けている認知症や介護についての電話相談では、介護の経験をした者が電話をとり同じ立場で相談者の言葉に耳を傾けるという。介護サービスについての相談も受けている。電話は毎週木曜日午前10時～午後3時、☎27-4060。匿名でもかまわないので1人で悩まないで自分の思いを吐き出す場所にして欲しいという。

現在は、介護で辛い思いや悲しい思いをしている人と同じ思いを共有する仲間づくりと、先の見えない介護だからこそ“頑張らない介護”を提案している。会員を募集しているので詳しくはお問い合わせ下さい。写真は会長の佐藤悠子さん(右)と事務局長の佐藤美南子さん。

●若松町33-6 函館市総合福祉センター3F
☎27-4060 (毎週木曜日午前10時～午後3時)

新店舗・リニューアル店舗情報

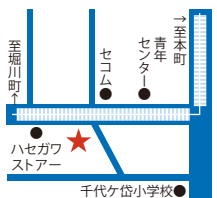
スープカレー工房 Charlie



市内千代台町に、人気のスープカレーのお店が新登場。『Charlie』はスープ4種類、カレー6種類、辛さは8段階まであり、それぞれお好みを選んで組み合わせ、ひとつのスープカレーを作ります。メインのカレーにはチキンレッグや

国産豚角煮、手作りジャンボ餃子などがあり、中でも餃子は中華料理人でもあるオーナー特製。営業時間は、平日が午前11時30分～午後3時(LO)、午後5時～午後9時(LO)、土・日曜日、祝日は午前11時30分～午後9時(LO)。毎週木曜日定休。

●千代台町11-9 ☎51-0610



nice taste! nice shop! nice job!



市内戸倉町の『ビューティートリートメントサロンローズ』になる人に人気のピーリングですが、「デリピール」ならより早く、より肌に優しく、より高い効果を実感できるのが特徴。厚くなった角質を取り去るための塗布時間は従来の半分ほどなので肌の負担は大幅に軽減。さらに、デリピールアフターで、施術後の肌に必要な保湿成分をたっぷり補給し肌の活性化を促します。「いままでのピーリングとは違う」と喜びの声が続出の「デリピール」で、キレンでキュッと引き締まった毛穴とツヤのある肌を手に入れましょう!

料金は、クレンジング・洗

顔パック込で5250円。もっと美肌を目指すなら最先端のフェイスシャルケア、パワーフトフェイスシャル(通常1回31500円のところ初回15750円)と合わせて利用すると、効果と持続力は倍増。毛を伸ばさずに広範囲を脱毛できる「パワーライト脱毛」(両ワキまたはVライン)初回3990円もお見逃しなく! 予約受付時間は午前10時～午後6時。予約制。

●戸倉町5-12
☎577772
『フリーダイヤル』
0120916722

市内松陰町の美容室「サロンド・メルシイ」は今年で開業20周年を迎え、これまでお引き立ていただいたことへの感謝のしるしとして9月1日から9月15日まで5500円から12000円まで6段階あるパーマ全メニュー2000円引と、期間中ご利用で粗品プレゼントのキャンペーンを行います。

オーナーの大村幸子さんは、美容師歴35年のベテラン。大阪の美容学校で学んだ後横浜で修業を積み、函館にきたのは20年前。その時に現在のお店をオープンしました。顧客の要求が厳し

い大阪や横浜で身につけた技術には定評があり、特にカットは日にちが経ってもスタイルがくずれないと評判。アフターが長持ちするのはお客さんの頭の形から髪量、固さやくせ毛の有無などあらゆる髪質を見極め、さらにライフスタイルまで理解し、カウンセリングするからできるのだとか。いままで思ったようなスタイルにならなかったとか、き

れいなスタイルを維持したいと思っただけで1度ご利用あれ!

営業時間は午前9時～午後5時30分(パーマ受付は午後4時まで)、毎週日曜日、毎月第3月曜日定休。フリーダイヤル
0120340588

現在、「青いぼすと見た」で「アクアスト モイスチャーローション&クリーム」の

も含まれています。このように海の天然素材を中心とした成分ですので、刺激が少なく肌に優しいのが大きな特徴。リピーターも多く「刺激が強くてこの化粧品も合わなかった」という人からの喜びの声も多数寄せられています。

●豊川町27-5
『フリーダイヤル』
0120701810

デリピールで近くで見られた肌へ

ビューティートリートメントサロンローズ

日時:10月11日午後6時30分～午後9時30分、10月12日午前10時～午後1時(昼・

環境にやさしい
エコ・クッキングに
チャレンジ!



●万代町8-1
☎426505

20周年ありがとうキャンペーン

サロンド・メルシイ

『有限会社バイオクリエイト』が販売している、がごめ昆布を原料とした「アクアスト モイスチャーローション」(2800円)と、より保湿性の高い「アクアスト モイスチャークリーム」(3360円)が、函館市内や近郊をはじめ全国的に人気を集めています。

この商品は、函館産がごめ昆布の天然めぐり成分のほか、話題のヒアルロン酸、熊石町の海洋深層水から取れる天然にかりが主成分となっています。かごめ昆布のめぐりである「コイダ」は、保湿性に優れている上、肌を美しく保つ「ビタミンB2

セット通常6160円のところ20%オフの4900円で提供(9月末日まで)。このチャンスをお見逃しなく。注文及びお問い合わせは電話でどうぞ。営業時間は午前9時～午後5時。毎週土・日曜日、祝日定休。

申し込みは電話で受け付けし、定員を越えた場合は抽選となります。締切後は詳細のご案内を送付致します。受付は月～金曜日の午前9時～午後5時。1グループでのお申し込みは4人まで。キャンセルは開講日の3日前までとなっております。

夜と同じメニューになります(受講料は1500円)。申込締切はそれぞれ9月1日。定員は各15人。会場は北ガス函館支店1階のクッキングスペースで、講師は和田徳子先生。

また、今回の「スイーツに挑戦」のテーマは肉まん。日時は10月25日午後6時30分～午後9時30分、10月26日午前10時～午後1時(昼・夜と同じメニューに

環境にやさしい暮らしを、はじめてませんか? 北ガスクッキングスクール

肌の美しさを保つ「ビタミンB2

敏感肌にオススメ! がごめ昆布の基礎化粧品



モイスチャーローション



モイスチャークリーム

楽しくエコ・クッキング!

北ガスクッキングスクール

敏感肌にオススメ! がごめ昆布の基礎化粧品

有限会社バイオクリエイト

エステティックTOKYO BDC
東京美容脱毛センター
受付時間
午前10時～午後8時
●本町6-12
テオービル6階
【フリーダイヤル】
0120-455-767
http://www.tokyo.bdc.com

Eハイ、終了。驚きのスピードで処理が終了。2週間ほどで自然に毛が抜け落ちて全体がツルツル肌。この後1カ月は毛がない状態が続くとのこと。

F2週間が経過。なるほど、完璧なワキの下。初回の処理では、まだ皮膚の下に残っている毛があるので3～4カ月後に再び処置します。モデルさんは、「ラクな感じできれいにになりました」とニコニコ。大満足の様子。

両ワキ脱毛コース

市内本町の『エステティックTOKYO BDC 函館店』は、全国で人気の脱毛専門サロン。全身どこでも脱毛可能、しっかり丁寧なカウンセリングで処理時間や料金について丁寧に説明してくれます。安心のポイントは、入金金・化粧品料金がゼロで、表記以上の金額にならない点。処理時間も驚くほど短いので、時間のない人にもぴったり。とにかく自己処理では肌がボロボロになりがち、肌に負担が大きいのです。プロフェッショナルの技を体験してみてください。両ワキコースは、いまだキャンペーン料金の10,500円。



B

A毛のしくみ、自己処理のデメリット、脱毛方法についての説明を受けます。脱毛できる部位はワキ、ピキニライン、脚、腕、襟足、背中、腰、お尻、胸、お腹など…。肌に負担をかけることなく脱毛するのでほぼ全身できるそうです。また、自己処理で傷んだ肌がキレイになっていく写真などを見せてもらって、納得!

D

Bまずは腕で、肌の反応や感じ方をチェックするパッチテストをします。反応がないか確認した後、正式に契約して脱毛スタート。

C消毒、剃毛の後、ジェルを塗っていきます。ひんやりして気持ちがいいです。
Dオリジナルのマシーンで光を当てて処理。ここまです、ホントに3分ほどで済みました。

F

Beauty Information
きれいにになりたい貴女へ贈る
本紙スタンプからのお役立ち情報

今回の推薦者



太田 陽子

高級感漂うサロンながら、気軽にスタッフの皆さんが親切なBDC「毛深くなかった」と楽しい人生になるのに、と嘆いていた友よ、短時間でキチンと脱毛できるこのサロンでハッピーを手に入れて!

Gourmet Guide いい店



みつけた 季節居酒屋ひろべ
市内美原3丁目にある『季節居酒屋ひろべ』は、道南の旬の海の幸、山の幸を使った季節の味がおすすめです。
日本海、津軽海峡、噴火湾、太平洋と4つの海に恵まれた函館は魚の種類も多く鮮度の良い極上の素材が豊富。この季節の味が味わえる1軒。カウンタ9席と個室が6室の純和風の造りは、家族や友人と落ち着いた雰囲気ゆっくち飲んで食べて楽しめます。これから季節はサンの刺身やたたき、秋口には自家製いくら、初物、冬には冬の珍味、タラの白子などそれぞれ旬の味が続きます。金沢で修行したという店主の広部三雄さんのおすすめは「かにの甲羅焼き」(890円)。
「鮎の踊り焼」(2個付、1600円)、「自家製手羽餃子」(580円)、「牛ミン串味噌焼き」(300円)などどれも工夫あるオ

季節居酒屋ひろべ
市内美原3丁目にある『季節居酒屋ひろべ』は、道南の旬の海の幸、山の幸を使った季節の味がおすすめです。
日本海、津軽海峡、噴火湾、太平洋と4つの海に恵まれた函館は魚の種類も多く鮮度の良い極上の素材が豊富。この季節の味が味わえる1軒。カウンタ9席と個室が6室の純和風の造りは、家族や友人と落ち着いた雰囲気ゆっくち飲んで食べて楽しめます。これから季節はサンの刺身やたたき、秋口には自家製いくら、初物、冬には冬の珍味、タラの白子などそれぞれ旬の味が続きます。金沢で修行したという店主の広部三雄さんのおすすめは「かにの甲羅焼き」(890円)。
「鮎の踊り焼」(2個付、1600円)、「自家製手羽餃子」(580円)、「牛ミン串味噌焼き」(300円)などどれも工夫あるオ

DATA
【営業時間】
午後5時～午後11時
【定休日】
毎週日曜日
■美原3-26-11
☎47-4232



中高年の水中運動でのリスク回避には、全身水に入る前に肌を水に触れさせることが重要。水中運動時には血圧の変動が生じ易い。このため高血圧や循環器などの生活習慣病の方ではリスク回避に十分な注意が必要となり、主治医やスポーツ医からの助言が望まれる。

一方、中高年では水圧の影響による末梢血管への圧迫、呼吸への負担、また、水への潜在的な恐怖心や、水の熱伝導率が空気に比べ早いために冷たく感じられること、水中運動時には血圧の変動が生じ易い。このため高血圧や循環器などの生活習慣病の方ではリスク回避に十分な注意が必要となり、主治医やスポーツ医からの助言が望まれる。

中高年の水中運動でのリスク回避には、全身水に入る前に肌を水に触れさせることが重要。水中運動時には血圧の変動が生じ易い。このため高血圧や循環器などの生活習慣病の方ではリスク回避に十分な注意が必要となり、主治医やスポーツ医からの助言が望まれる。

水中ウォーキングとアルキメデス
大村病院院長 大村和久
「物体を水に浸すと、物体が排除した液体の重さに等しい浮力を受けるため、物体は見かけ上軽くなる。なつかしいアルキメデスの法則。」
水の中では浮力により体重による関節への負担が軽くなるため、下肢の筋力の弱い人や膝などの関節に痛みがある人でも運動ができ、変形性膝関節症の女性には最適。水の中を進むとき摩擦と渦による水の抵抗を受けるため、陸上での運動より消費カロリーは増す。
水温は競泳では25℃とされ、初心者や高齢者などでは28～30℃が適温とされる。温水には鎮痛、鎮静、筋弛緩作用があり、関節の可動性や筋肉の柔軟性を高めることができるため、特に温水での水中運動は、関節に障害を持った中高年やけが等の回復期のトレーニングに適している。

水中ウォーキングとアルキメデス
大村病院院長 大村和久
「物体を水に浸すと、物体が排除した液体の重さに等しい浮力を受けるため、物体は見かけ上軽くなる。なつかしいアルキメデスの法則。」
水の中では浮力により体重による関節への負担が軽くなるため、下肢の筋力の弱い人や膝などの関節に痛みがある人でも運動ができ、変形性膝関節症の女性には最適。水の中を進むとき摩擦と渦による水の抵抗を受けるため、陸上での運動より消費カロリーは増す。
水温は競泳では25℃とされ、初心者や高齢者などでは28～30℃が適温とされる。温水には鎮痛、鎮静、筋弛緩作用があり、関節の可動性や筋肉の柔軟性を高めることができるため、特に温水での水中運動は、関節に障害を持った中高年やけが等の回復期のトレーニングに適している。

Healness & Wealness
151
●若松町27-16
☎23-5165
http://www.ohmura.or.jp/

牡羊座 3月21日～4月19日生
運気低迷。慣れない仕事や環境では不安が多くなる。他人への干渉はトラブルのもと。恋愛は距離を置いてラッキーフード/カボチャ
牡牛座 4月20日～5月20日生
運気向上。計画や目標の実現に向けて積極的に行動すべき。但し見栄や自慢は慎む。恋愛は乱気味ラッキーフード/牛丼
双子座 5月21日～6月21日生
運気は徐々に向上。先入観にとらわれ行動範囲が狭くなるので関係を広げて柔軟性をつけ、恋愛復活ラッキーフード/親子丼
蟹座 6月22日～7月22日生
運気好調。準備不足で事を進めると落とし穴にはまり体調を壊す。目眩や貧血注意。恋愛華やか。金銭節約ラッキーフード/中華丼
獅子座 7月23日～8月22日生
運気やや不調。何事も現状維持が得策。特に人間関係大切に。嫉妬や金銭借借他人の干渉でトラブルの予感ラッキーフード/麻婆丼
乙女座 8月23日～9月22日生
運気好調。ワークよく行動する。ほぼ成長。金運も大き。物質的投資チャンス。恋愛も華やか。愛されるラッキーフード/焼き鳥丼
天秤座 9月23日～10月22日生
運気は悪くない。心技体バラバラ。やる気はあがる。成果出ず。落ち物注意。気分転換が効果的。ラッキーフード/アロハ汁
蠍座 10月23日～11月22日生
運気良好。特に人運が公私生活に新しい人脈を作るチャンス。気分がハイのため独断専行からトラブルを起こしやすい。ラッキーフード/海鮮丼
射手座 11月23日～12月21日生
運気不調。人間関係波乱。事前準備を。誠実な態度で。ミスを防ごう。恋愛も仕事や周りの反対で八方塞がり。ラッキーフード/豚丼
山羊座 12月22日～1月19日生
運気上昇。迷わず考えず計画を実行に移す。交渉事も常識以上の成果。フランク上のチャンス。ラッキーフード/海老天丼
水瓶座 1月20日～2月18日生
前年は夏バテが残るが。気力活力共充実期に向かう。目標を立てて頑張ろう。金銭は無駄を省く努力を。ラッキーフード/カレー丼
魚座 2月19日～3月20日生
運気平穏。計画に機が入った。期待を裏切られることも。慌てず柔軟性を。恋愛倦怠モード。小旅行で回復を。ラッキーフード/鱈玉丼

星占い
8月29日～9月28日
提供
占い専科21
函館市梁川町18-20
phone 55-1031

星占い
8月29日～9月28日
提供
占い専科21
函館市梁川町18-20
phone 55-1031

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 担当 青山
FAX (0138) 23-5699

今回の特集の校正原稿を工藤晴也さんに届けると、その日の夜に早速「本当にどうもありがとうございませう。心から感謝しています。このことをまたパワにかえてかんぱりた」と思っています」という内容のメールが、ご本人から編集室宛に返って来ました。工藤さんの前向きな生き方、とても素敵ですね。皆様もぜひ、「あおぞら気分」をチェックしてみてください。

読者の声

青いばすに感謝です。主人が肩をすっきり悪くして、五十肩にもなり、首腰も悪く、仕事を止めようかとも悩みました。病院では良方にもゆかず困っていた時、深堀町に2月に開院した竹本誠さんの所に治療に行き、とても良い方にやき、仕事も止めず、希望を持って治療しています。

エバメールゲルクリーム

青いばす 通販

エバメールゲルクリーム

はじめまして、自然環境との接続

自身の体が自然に近い状態にあるということがいかに大切であるか。近頃「ロハスなんていう言葉が注目されていきます。Lifestyles Of Health And Sustainability 自分自身が健康で自然環境と接続可能であることを可能にする暮らし。自分自身にも、そして地球にもやさしい生き方こそが、21世紀を生きる上での健康的で美しい生き方とされています。

「ロハス」な生活をはじめするために、あなたは何ができますか？ オーガニック、スローフード…それも素敵です。では、あなたのお肌の「ロハス」は？



180g入 宅配料込
3,700円

人気商品につき、ご注文から宅配までにお時間をいただく場合がございますので、予めご了承下さい。

お申し込み・お問い合わせ
 株式会社青いばすHD
 phone 23-5688

受付
 月～金曜日
 午前9時～午後6時
 (担当/本間)

次号予告 9月15日(金) 食欲の秋、実りの秋 秋野菜を食べよう

効率よいコマースをお考えの皆様へ…
 新聞や雑誌、フリーペーパー等にコマースをお考えの皆様へ…
 青いばすは日函館市内全域及び北斗市・七飯町中心地域に独自の宅配組織を配備し、全126,000世帯の**家庭のポストに直接投函**しております。だからこそ、より多くの人達の目にふれ、コマースの**高いレスポンス**も期待できるのです。まずは1度、スタッフをお呼びいただき、詳しい説明を受けていただくのが幸いです。

お申し込み・お問い合わせは ☎23-5688 まで

発行/株式会社青いばす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

編集後記

(亜) 記者の編集後記を読んで、(345) 記者に「これって『博士の愛した数式』のこと?」と聞くと、「『ダヴィンチ・コード』でしょ」と(345) 記者。アツ—そうだよな〜。たまには本を読まないでダメだな…と痛感。よい子の皆さん、僕のようにならぬよう、日頃の読書習慣を大切に! (慎)

部屋を掃除していたら2003年が賞味期限の油缶が出て来た。開封していないので使えるだろうか? でもちよつと恐い。そこでせっけんを作ってみる事にした。ホホバオイルがあるので、それを混ぜて作ってみよう。自家製せっけん、どうなるか楽しみ。(345)

今年も短い夏が終わる。天候不順が続いてほんの短い暑さが来たと思ったら、もうひんやりと風が冷たい。寒い風はお米や野菜の実りに影響ないのでしょうか。自然の力を甘く見ていると大きなしっぺ返しがかかるようです。謙虚に自然と共存する生活を目指したい。(チョコ)

遅ればせながら読んでるベストセラー本。宗教象徴学だのフィボナッチ数列だの知らないことのオンパレード。フランス警察に暗号解読官がいることに感心したり、キリスト教の歴史の闇をのぞいたり、まだ見ぬパリやロンドンにも思いを馳せている。(亜)

テレビでスポーツを見ていると、人が変わる。「うちのチームは…」などと監督気分の発言をしていたり、本人達以上に泣いたり、我を忘れてしまう。朝野球では人目を気にして堪えていたが「監督、来年は我を忘れて叫んでもいいですか?」。(BP)

温泉好きですが、いたずら盛りの5歳の息子と一緒にいくと疲れます…。先日、そんな様子を察してくれた全く見ず知らずの女性が「背中流しましょうか」と、私の体をピカピカにしてくれたんです。その気持ちが本当にならなくて、心もピカピカ元気に。(たーた)

青はエンジンオイルのサブプリだよ!
 青ほのスタッフの皆さん、こんにちは。夫の転勤でこの春あこがれの函館にやってきました。新しい土地で少しでも楽しい生活を送りたいと「情報」は欠かせません。ランチの穴場や温泉…2006年1月31日号の『道南の日帰

り温泉20選』も大変ありがたく使っていて、少々ホロホロ。イベントも最近では祭り! 待つてました。青ほの夏のイベントガイド。函館港まつりは知っていたけど、函館八幡宮例大祭は知らなかった。楽しみ、青ほはエンジンオイルのサブプリだよ! ありがとう。
 (中道2丁目、S.T.)

美幸さんの歌声に元気を頂いています。
 以前、『マイウエイ全力投球』に載った市内近郊で活躍中の白鳥美幸さんを、八雲神社のお祭りでおみかけしました。この日は生憎の空模様でしたが会場は集まり、美幸さんも伸び伸びと楽しんでいました。この日、艶々が凄く印象的で、ますます応援したくなりました(笑)。苦小牧で行われるチャンピオン大会に出場ということで、ぜひ頑張ってくださいね。
 (日吉3丁目、R.E.)

「グリーンピア大沼」より、バギーカーやスポーツライターのなどが利用できる「わくわくクーポン」を親子5組様にプレゼント。応募は八ガキに郵便番号、住所、氏名、電話番号を明記し、青いばすに對

大会に出場ということで、ぜひ頑張ってくださいね! 私には美幸さんの歌声に元気を頂いています。何時もありがとうございます。また何処かでお会い出来るのを楽しみにしています。
 (鍛冶2丁目、K.M.)

浴衣を着て花火大会に行きたくなうちやいました。
 『浴衣コレクション』を見て、久々に浴衣を着て花火大会に行きたくなうちやいました。1人で着れないので頑張ってくださいね。
 (日吉3丁目、R.E.)

「グリーンピア大沼」より、園内施設を利用してスキーポン券を親子5組にプレゼント。
 『グリーンピア大沼』より、バギーカーやスポーツライターのなどが利用できる「わくわくクーポン」を親子5組様にプレゼント。応募は八ガキに郵便番号、住所、氏名、電話番号を明記し、青いばすに對

「季節居酒屋ひろへ」より1000円分の食事券を15名様にプレゼント。
 今回の「いい店みつけた」コーナーで紹介した「季節居酒屋ひろへ」より、1000円分の食事券を15名様にプレゼント。応募は八ガキに郵便番号、住所、氏名、電話番号を明記し、青いばすに對するご感想もたっぷりお書きの上、想もたっぷりお書きの上、040-8605 函館どんく内・株式会社青いばすHDへ「ひろへプレゼント」係までどうぞ。締切は9月12日。



「季節居酒屋ひろへ」より1000円分の食事券を15名様にプレゼント。
 今回の「いい店みつけた」コーナーで紹介した「季節居酒屋ひろへ」より、1000円分の食事券を15名様にプレゼント。応募は八ガキに郵便番号、住所、氏名、電話番号を明記し、青いばすに對するご感想もたっぷりお書きの上、想もたっぷりお書きの上、040-8605 函館どんく内・株式会社青いばすHDへ「ひろへプレゼント」係までどうぞ。締切は9月12日。



スポットライト

街で話題の最新情報にスポットをあて、青いほすと記者が徹底チェック!

販売開始&ルイ・ヴィトン買い取り強化! ジュエリー&ブランドリサイクル 珠

市内松風町・ケンタッキーフライドチキン並びにある「ジュエリー&ブランドリサイクル 珠や」は、金やプラチナのジュエリーなら、片方だけのピアス、壊れたネックレス、宝石が幾つか取れ

イン・ヴィトンやグッチなどのブランドバッグや小物、ロレックスやオメガなどのブランド時計も買取を行っています。特に、ぜひ一度足を運んでみては



このように金やプラチナも買い取りのR



ブランド品続々入荷中

ルイ・ヴィトンの小物は買い取り強化中ですので、自宅ですぐに料券発行。松風町6-11 大丸ビル1階 26-1500

新コースも登場、気軽にエステでさらにキレイに... 小さな化粧品店ODA(オダ)

市内北美原一丁目にある『小さな化粧品店ODA(オダ)』は、品揃え豊富な化粧品カウンターと、明るく親しみやすいアットホームなエステが一緒になったお店です。

エステコーナーで1番の人気メニューは「まつげパーマ」(毎月15日)は1575円、16日未日は2100円。この、驚く



リンパの流れをよくする「全身エステ」(60分7000円)もおすす

婦をはじめ女性なら誰もが気軽に何度でも利用できるように設定したので、みずみずしい肌やメリハリボディーをキープする

には、1度だけでなく定期的なケアが大切なポイントです。だからこそ、お財布にもやさしいエステメニューの循環がよくなります。

● 附属中学校
● サックス
● 美原学園通



北美原小学校

営業時間は午前10時〜午後7時。毎週日曜日、祝日定休。北美原1-8-5 46-3843