

POST IN FREE PAPER

青いほすと

SINCE 1991

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

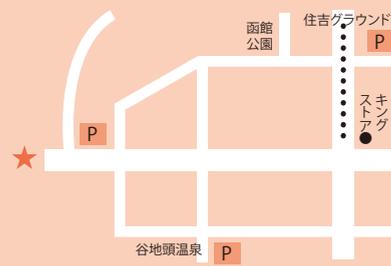
初詣ガイド

初詣はもともと、大晦日の夜から元日の朝にかけて氏神の社に籠る「年籠り」という習慣がそのルーツで、やがて「年籠り」は大晦日の夜の「除夜詣」と元日の朝の「元日詣」に分かれ、「元日詣」が初詣の原形になった。寺社へ参拝をした後、お守りや破魔矢、熊手などを買い絵馬に願い事を書いて、1年がよい年であるよう祈る。また、境内で甘酒やお神酒を飲むと厄除けになるといわれている。

函館八幡宮

函館山の麓の『函館八幡宮』は初詣客が最も多く、元旦の午前0時の除夜祭の後、新年1番の号鼓に合わせて初詣客が参拝します。元旦限定モノでは、縁起物付きの「幸福みくじ」の中に24金の打出の小づちの引換券が入っているものが20本あるとのこと。何とも豪華! 今年も函館八幡宮行きの無料初詣電車が、大晦日から元旦に運転されます。谷地頭グラウンド、住吉グラウンド、谷地頭温泉駐車場が12月31日と元旦の臨時駐車場になります。

●谷地頭町2-5 ☎22-3636



亀田八幡宮

家族連れはもちろん、若者同士の初詣客も非常に多い『亀田八幡宮』。駐車場は300台ほど駐車できる大きな境内の中。混み合いますが、寒い時期にはありがたい市内中心部に位置する大きな神社です。

12月31日の午後10時から除夜祭が、元旦午前0時に歳旦(さいたん)祭が行われ、午前3時までのピーク時には、実に1万人ほどの初詣客が押し寄せる賑わいです。

●八幡町3-2 ☎41-5467



湯倉神社

湯川地区の温泉街の守り神として静かに佇む『湯倉神社』。幹線道路が交差し、交通量も多い場所ですが、石段を登って境内に入ると大木に囲まれて癒されます。

初詣はおよそ1万人の人出。湯倉神社行きの無料初詣電車が、大晦日から元旦まで運転されます。さらに、無料の初詣バスも3コース各4便運行。付近の北海道銀行や北洋銀行の駐車場、同湯の川支所向かいの広場が臨時駐車となります。

●湯川2-28-1 ☎57-8282



函館護国神社

高田屋嘉兵衛の銅像がある汐見坂(護国神社坂)を登った場所にある『函館護国神社』。12月31日の午後11時30分から除夜祭が行われます。もともとは戊辰戦争、函館戦争時の新政府軍の死者をまつるために建てられたもの。ひっそりと穏やかな空気が流れ、市街や大森浜を望む眺めが魅力です。心落ち着く静かな初詣が希望の人にぴったり。ロープウェイの麓駅に近く、縁結びのご利益がある神社として有名です。

●青柳町9-23 ☎23-0950



写真/函館護国神社「なでふくろう」
頭などをなでると、幸福が訪れるといわれている。

函館護国神社の境内に今年5月、「なでふくろう」と呼ばれる御影石の置き物がお目見えした。「頭をなでると頭がよくなる」「目をなでると目がよくなる」など、観光客から評判の縁起物だ。ふくろうは昔から不苦勞、学問の神様、見通しが利くなど、縁起物として慕われており、また、ギリシャ神話の中で知恵の神の象徴とされていることから、ヨーロッパでは知恵と賢明のシンボルとなっている。

新年まであわずか…。新たな年がよい1年であるようにと、ちょっと縁起をかつぎたくなる時期である。「開運」とはいうまでもなく、運が開け、幸運に向かうことの意味。では、そもそも「運」とは何なのだろう? 辞書には【人知でははかり知れない身の上の成り行き。めぐりあわせ】と記されている。

函館護国神社宮司・真崎不二彦さんが好きだという古典落語の中に「大工調べ」というのがあり、その枕の一節に「長生きしようたって、寿命というものがある。体に悪からタバコをよして酒をやめたら太ってしまい、自動車にぶつかって死んでしまっちゃつまないねえ」とある。嫌煙、分煙志向がますます強くなっている我が国だが、だからといっていつまでも健康的に生きてゆける保証はどこにもない。真崎宮司は新聞紙上に寄せたエッセイの中で「人生いかに生きたかが重要で、寿命の長短ではない」と書き綴っている。

縁起をかつげば必ずしも運が開けるものではないが、お参りをしたり縁起物を手に入れたりする深層心理には、人生を「いかに生きるか」「いかに生きたいか」を自身の心中に問い質すような意味あいもあるのではないだろうか。そうした思いが強くなり、日々の行動もより意識的になれば、もしかしたら「人知でははかり知れない」はずの成り行きとめぐりあうチャンスが増えるのかも知れない。2007年がとびきり素敵な1年になることを願い、そして人生の素晴らしいめぐりあわせを信じて、縁起をかついでみてはいかがか…。

幸運を呼ぶパワーストーンで開運!! 石ころ館箱館



幸運を呼ぶ「お守り石」で2007年は開運! 市内末広町・金森洋物館内にある『石ころ館箱館』では、身につけると幸せになれるといわれている誕生石をはじめ、健康、出会い、金運、恋愛、仕事など各種のパワーストーンが人気を集めています。石は約200種類で1個210円～。専用のポーチ(105円～)に入れて持ち歩いてもいいし、ブレスレットやペンダントなどにしてもOK。お洒落小物としてのアイテムがそろっているほか、手作りコーナーも併設されているので、自分の誕生日や夢や希望、お洒落感覚に合わせて自分だけの1品を作り上げることもできます(ブレスレットで1000円くらい～)。複数の石を混ぜると石同士がケンカするという説もありますが、実際にはそのようなことはなく、あくまで個人の考え方であるとのこと。それでも気になる場合は、パワーを中和する力を持つといわれる透明な水晶と一緒に入れるといいそうです。ほかには、人工的に磁気を入れた石のアクセサリもあり、体内の新陳代謝をよくしてくれるということで、こちらも健康を気遣う人に人気。

●末広町13-9 金森洋物館内 ☎22-5966

干支の置物

お正月の祝いは年の初めに年神様がそれぞれの家を訪れ、幸運を授けてくれるという信仰にもとづいています。門松は年神さまを迎えるための依り代(神霊の宿る場所)とされ、干支の置物は年神さまを鎮座させることで1年間無病息災を守ってもらう風習として室町時代から根づいてきました。その後、正月の祝い以外にも縁起物として「恵比寿大黒天」「布袋尊」「白蛇」「福助」などが飾られるようになり、現在の風水グッズの元となっています。年の初めにその年の干支のものを飾ると1年の運氣が良い方に開運し、悪運や厄難から守護してくれるとされています。古くから猪は、山野を真一文字に駆ける勇猛果敢な動物として、また家族愛の強い動物として親しまれ、その勇ましく逞しい姿にあやかり飛躍の年であるよう念じ、飾り鎮座させて下さい。なお、『占い専科21』では、鋳物の干支の置物を好評発売中です(1260円～・飾り台付)。



●梁川町18-20 ☎55-1031

占い専科21

ツキを呼ぶ魔法の言葉

「ありがとう」「感謝します」「ついでに」。この3つの魔法の言葉で新しい年に幸運を呼び込みましょう。

工学博士の五日市剛さんがイスラエル旅行で出会った不思議なおばあさんから教わった人生を変えるコツが、この魔法の言葉です。苦しい時こそありがとう、辛い時こそ感謝の言葉を忘れないこと、そして自分がついでにと言葉にすることで自分が変わり、周りの人が変わり、その人を取り巻く状況が好転するといえます。

誰もが1度は口にしたことのある聞き慣れた言葉で、来年のあなたの運勢を良い方向に運びましょう。「心の持ち方を変えるために言葉の使い方が大事。言葉をプラスに変えるだけで心が変化し、ツキはやがてやってきます」と話す五日市剛さん。『ツキを呼ぶ魔法の言葉』という小冊子に詳しい内容が書いてあります。



夢かなう神社のお守り

交通安全、縁結び、商売繁盛、健康祈願など…、市内青柳町の『函館護国神社』には夢かなう開運お守りがズラリ。最近では携帯電話などに付けられるストラップタイプのもので、人気で、彩りも実にさまざま。また、全国的に注目されている「ふくろうのお守り」も有名で、「不苦勞」「福朗」と、「苦勞がないように、福がきますように…」と願いを込める。そのほか、神社ならではの絵馬もオススメで、お馴染みの干支の絵馬をはじめ、最近では願いの内容が他人に見えないよう配慮されたタイプのものもあり注目されそう。ちなみに、「お守りを複数持つと神様同士がケンカして…」という俗説があるが、同神社では「根拠のある説ではないと思います。神無月には神様が集まるというくらいだからケンカなどしないのでは…」とのこと。お守りは500円～1000円と各種。

●青柳町9-23 ☎23-0950



函館護国神社

煤払い

煤払いは、1年の汚れを落とす暮れの大掃除の日として定着していますが、江戸時代には宮中や武家で12月13日の正月始め(正月の準備を始める日)に行われていました。正月を迎えるための事始めであることから、単なる大掃除ではなく年神様を迎えるための宗教的行事のひとつでした。それが次第に庶民の習慣の中にも取り入れられていったようです。

昔の家では、囲炉裏やかまどから出たススが天井や屋根裏に溜まって真黒くなったもの。それを払うとともに、その年降りかかった災いを祓うという意味もありました。江戸の大きな商家では、使用人総出で煤払いを行い、来合わせた人を誰彼かまわず胴上げするという変わった習慣があったとか。煤払いの後は酒やごちそうが振る舞われ、一種の忘年会といった趣もあったようです。



写真協力/函館護国神社

初日の出を見る

元旦には早起きして初日の出を見に行きましょう。1年のはじまりを告げる初日の出には晴れがましさと清々しさがあります。1年のはじめの太陽の光を浴びて、2007年への思いを新たにしましょう。

函館市内近郊で最も早く初日の出が見られるのは恵山岬灯台公園です。JR函館駅から国道278号線を戸井方面に向かい、道道榎法華港線を走り「ホテル恵風」の向かいにあります。展望台もあり、太平洋から登るご来光を望む絶好のビューポイント。国道278号線沿いの戸井エリアにある「武井の島展望台」や「日浦岬灯台」からも初日の出が見られます。住吉漁港から大森町の浜辺にかけても初日の出のポイント。日の出の時刻は海上保安庁のホームページで確認してからどうぞ。冬道は路面凍結のおそれがあるので注意して下さい(写真は東山からの初日の出。撮影/飛塚優さん)。



全品 5250円均一! ブティック ギャザー



市内美原1丁目の「ブティックギャザー」では、1月4日から新春恒例のお客様感謝セールを開催します。
セーター、スカート、スラックス、ベスト、ジャケット、ハーフコートなど
全て5250円になるお得なセール。2点3点とまとめ買いのチャンスです。全て1点物なので早めに来店してあげてください。
3000円(税込)の福袋も10個用意しました。お早めどうぞ。
営業時間は午前10時〜午後5時。毎週土・日曜日、祝日定休。駐車場有。
美原1-16-15
41-1201



Dr.田上の 健康的ダイエット講座 8.痛風・尿路結石とダイエット



痛風・尿路結石は激痛を伴う病気です。肥満によるインシュリン抵抗性という状態では、腎臓からの尿酸の排泄低下がおこり血液中の尿酸値が上昇します。また内蔵肥満になると尿酸の合成が増え血液中の尿酸が増加します。尿酸が増えると、関節の中に尿酸の結晶ができて激痛がおこる痛風や、腎臓や尿管



に石ができる尿路結石などを引き起こします。高尿酸血症は心血管疾患の危険因子と言われ、尿酸値が上がるような生活習慣は内臓脂肪の増加につながり、動脈硬化を起こします。尿酸値の高さは内臓肥満の指標です。肥満を改善しないで薬で尿酸を下げてても痛風や結石の予防は出来ませんが、重大な病気のリスクを除去することはできません。魚住金婚湯医院では生活習慣病の治療のための入院ダイエットを行っています。ダイエット入院で10キロの減量に成功した岡村昭子さんは退院した後も定期的にダイエット指導を受け、運動や食事のメニューなどを工夫しています。食事は油ものを控える、肉はお湯で脂肪を落としてから食べる、炭水化物を取るときはご飯を少な目にするなどの工夫でリバウンドもなく健康的な毎日を送っています。食後の運動をかねて食事の後かたづけをすぐすることで家事を運動にして時間を節約しているそう。また体重計を近くに置き、朝晩計り体重の増減を1キロ以内に押さえて、増えた時は食事や運動でコントロールしているそうです。様々な病気の原因である肥満を解消することで健康を取り戻しましょう。魚住金婚湯医院 院長 田上 広樹 ●二海郡八雲町上ノ湯7 ☎0137-67-2311 <http://www.uozumi-clinic.com/>

オヤジの 素敵な 下心 Brand New Life Style

家族から尊敬されたい、「ちよい不良(ブル)なんて呼ばれたらいい。いつでもカッコ良くありたいオヤジの「下心」を叶えるためのあれこれ、オヤジライター・青山が探します。



今回、青木先生が僕に似合うものをと、選んで下さった着物と羽織り

帯の結び方も様々。今回は「貝の口」と呼ばれる結び方を習った。最初は少し戸惑ったが、慣れてくると1人で簡単に結べるようになる。



今回は、全日本着付学会 技術指導委員など、全国各地で活躍中の青木幸子先生から直接、着付指導を受けることができた。青木先生は市内亀田本町・五稜郭駅隣の青木ビルで着付教室を開催している。男性の受講生も随時募集中。実際に学んでみると、分かりやすい指導はもとより、着物にちなんだ日本文化のお話が非常に興味深く、とても楽しかった。着付を学ぶことは、同時に日本文化の素晴らしさを学ぶことだと感じた。



とても着心地がよく、家で過ごす時にのんびりできそう。羽織りを羽織って、ふらっと近所の居酒屋なんかに行くと、ちよと1杯ひっかけに行くというの粋かも知れない。京都に行くと、こういう格好をしている男性が普通に街を歩いているのだそう。「旦那は出かける時、女の人から背中に羽織りを掛けてもらうから、そうしたら着物の袖をつまんで羽織りに袖を通すのよ」と青木先生、ああ、カッコいい…。日本文化の「粋」にすっかりハマった。

青木幸子着付研究会
【着付教室】
月曜日/13:00~15:00
火曜日/20:00~22:00
金曜日/19:00~21:00
受講料/月々4,200円
JR五稜郭駅隣青木ビル2F
TEL 41-0090

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

材料
●卵…3個 ●マイタケ…30g
●シメジ…1/2個 ●トマト…1個 ●パセリ…少々
●塩・コショウ…少々 ●オリーブオイル…大1
作り方
①マイタケは一口大に手で裂き、シメジは石づきをとり、食べよく切る、トマトは一口大に切る。
②フライパンを熱してオリーブオイル大1を入れ、マイタケとシメジは水分がでないように中火で色づくくらいよく炒める。さらにトマトを加えてサッと炒め、塩・コショウをする。
③卵をほぐして軽く塩・コショウしてフライパンに流し入れ、パセリを散らし、蓋をして蒸し焼きする。
食物繊維たっぷりのきのこを熱を加えたトマトを卵と一緒に頂く手軽でヘルシーな朝食メニューです。



きのこトマトを入れたオープンオムレツはいかが? 簡単に出来るので朝ご飯にぴったり。ウインナーやハムを加えるとボリュームが出ます。

きのことトマトのオムレツ

青はの目 江戸の師走の風景
▼「なんだい、大家さん。来てたらなら声かけてくれりゃあいいのに…。なんぞ用かい?」「用かい」とは随分だね。もう年の瀬だろ。たまってるもんを払ってくれなきゃ、うちも困るんだよ。年末に家賃の催促をされた大工の熊さん、何とか大家さんに家賃のことを忘れさせて、和歌の話をはじめます。夢中になった大家さん、それでは連歌をやろうと「初春や神の飾りに袴着て…」実は熊さん、和歌なんか全く知りません。「うん…。餅は三百買つて食うなり」「熊さん、それじゃあ上下がつかない」「つかないから三百買いました」。これは古典落語の『狂歌の餅』。▼盆暮れ払いという言葉があるが、江戸の町人は毎日のツケをお盆と大晦日に精算するのが通例だった。ツケを回収する商人と、年内に借金を返して新年を迎えたいと必死の町人の姿を想像するだけでも、昔の師走の慌ただしさが分かるというもの。ちなみに年越しそばの由来の中には、そばは切れやすいというので、1年中の借金を打ち切るとの願いもあったそう。江戸っ子は12月8日から正月の準備をはじめ、13日には齊に「すず払い」をし、大晦日の夜は家族そろって除夜の鐘を聞きながら「七味五悦三会」を振り返らという。「七味五悦三会」とは、「今年食べた7つの美味し物」「今年あった3つの楽しいこと」「今年あった3つの素敵な出会い」。

▼江戸の町の師走の風景に垣間見るのは、日々の暮らしは苦しくとも生きていくことへの感謝を忘れず、新たな年への夢や希望を持つ気持ち。もちろん現代人にもそうした気概がないわけではない。しかし、日本古来の行事や習慣が簡略化され淘汰されつつある昨今、社会の中でそうした大切なことに目を向ける機会が少なくなっている気がする。▼いま、我が国では年間3万人の人が自らの尊厳を命を絶つ。まだ若すぎる命を絶つ人も少なくない。「辛いことがあっても、生きていけばいいよ」とか「辛くないよ、あれや、テレビや新聞の中で多くの人が呼びかけ、書店には「幸せになれる」という本が並び、しかし、どんな言葉や情報よりも、目の前に映る社会全体の風景こそ、私達は日々の幸福や夢や希望をリアルに感じるのはないだろうか。▼年が明けた江戸の町は、凧上げをする子供達であふれたように。江戸っ子気質のような新年の空うら風に乗って、たくさんの凧が冬空に舞った時代がこの国にはあった。(慎)



相馬鈴音ちゃん 平成17年9月5日生
相馬沙南ちゃん 平成12年8月12日生
齊藤碧那ちゃん 平成13年1月17日生

8月末号の子育て倶楽部で紹介した、年子の子育てに奮闘中の(かおり母)さんにアドバイスのお便りが届きましたので紹介します。

私ももうすぐ3歳と2歳になる年子のママ22歳です。ハッキリ言って「仕事が忙しい」って(かおり母)さんのパパの言い訳には納得できません!! 2人の子供なんだから、忙しくても見てもらうべきですよ。子供達は、思いきって託児所とかに預けるのも1つ方法ですよ。家は2人とも保育園に行ってます。私のストレス解消は外に出るの仕事だったんです。外に出て働くことは、子供達から離れてスコク気分転換になりますよ。子供は保育園で色々な体験をしたり、友達とケンカしたりでどんどん成長していきます。保育園で習ってきた歌を歌っているのを目の当たりにすると、感激です!! 後、家の子供達は必ず9時までには寝かせます。子供を早く寝かせるのは子供のリズムにも最高にいいし、何より自分の時間が持てるのが嬉しいですよ。ゆーっくり好きなテレビを見ながら、パパと話をするのが1日で最高の楽しい時間です☆(かおり母)さんも試してみてくださいね。(てんとう虫)より

(てんとう虫)さんのアドバイスはいかがでしたか。今年1年たくさんのお便り、ありがとうございました。来年も引き続き、それぞれの立場や経験からご意見や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.ocn.ne.jp

もうすぐ新しい年を迎えますね。そこで、来年の星座別子育てポイント『占い専科21』(梁川町18-20、☎55-1031)で占ってもらいました。なお、もっと詳しく知りたい人は他店で占ってもらってはいかが…。

- 牡羊座3/21~4/19生まれ**
せっかちすぎるので交通事故や怪我に注意。ゆっくり取り組む習慣を。誘われると着いて行く傾向。予防口癖に。
牡牛座4/20~5/20生まれ
肥満体型になりやすいので運動をさせよう。耳鼻咽喉関係弱いのでうがいや。書道やピアノの習い事◎。
- 双子座5/21~6/21生まれ**
抵抗力が弱いので流行病や風邪に注意。人一倍の運動とストレスを溜め込めないこと。友人関係も要チェック。
蟹座6/22~7/22生まれ
その時の気分が体調に影響するのでレインボーカラーで調和を。優れた記憶力を伸ばそう。友達の悪影響注意。
獅子座7/23~8/22生まれ
健康面や自己管理能力に優れているので積極的に外で遊ばせよう。食べ過ぎ夜更かしは×。頑張りすぎると挫折。
乙女座8/23~9/22生まれ
神経質がトラブルのもとになるので自然の中でリラックス、調和を。趣味に打ち込みすぎると内気になる傾向。
天秤座9/23~10/23生まれ
自分を魅力的に見せたい欲求が強い。生活ルールを守る育て方を。食事はバランス良く。ダンスを習うのも◎。
蠍座10/24~11/23生まれ
エネルギーや欲求が人一倍強い。素直に自分の気持ちを伝える習慣を。習い事で好奇心を生かし友達を増やそう。
射手座11/24~12/21生まれ
健康力や運動神経に優れているのに骨折や捻挫が多い。自然の中で自由に遊ばせ基礎体力増進を。スポーツで開運。
山羊座12/22~1/19生まれ
虚弱体質になりがちなのでカルシウム不足注意。体調が芳しくない時も我慢しがち。早めの手当を。嘘には厳しく。
水瓶座1/20~2/18生まれ
病気等ハプニングに見舞われやすい。メンタル面も注意。ゆっくり入浴させ気分の安定を。絵を習うと思わぬ効果。
魚座2/19~3/20生まれ
水泳やスポーツで精神と体力を増強させ起伏の激しさをなくさせよう。甘やかすぎず怒る時は怒りメカニズム。

2週間限定、新年は極上フレンチでお祝いをイリュージョン

シエフの洗練されたセンスと技がひと皿ひと皿に光る上質フレンチが評判の市内白鳥町の「イリュージョン」。2007年は1月2日から通常営業開始です。1年のスタートに贅沢な特別メニューをお得に味わってみませんか。「お正月スへ



シャルランチ(2000円)は通常4000円コースの内容で、オードブル、スープに続き、メインディッシュの豪華な年サロインステーキ添えられるのはフオグラの脂でソテーしたポテト。デザートはガトーショコラ、チーズケーキなど5種の盛り合わせでうれしい華やかさ。コーヒー付で1月14日までの限定メニューです。



また、夜の部では「お正月スへシャルランチ」として5000円のコースをご用意。スワイカのカクテル、コンチーネースと有機ポテトの温かいテリーヌ色あざやかな南仏野菜のスープ、手

●白鳥町17-14
☎40-3588

今年も評判のそばで年越しはいかが：そば処 大豊

市内本通4丁目にある評判のそば処「大豊」は今年も、例年恒例の「持ち帰り用年越しそば」の販売を実施します。今年もそば3人前に自慢のつゆとエヒ天ぷら3本付で1000円。



持ち帰り用年越しそば 1000円
3人前、つゆ+エヒ天ぷら3本付

「ソシの強い8割そばを引き立てる、宗田鰻、本鰻、ム口節、昆布を贅沢に使った出汁の旨味が好評でしたが、昨年からはそれに苦小牧産のほろろをプラス。より味わいに深みが増した評判のそばを、ぜひこの機会に賞味あれ。

昨年までは12月30、31日のみの受取でしたが、今回は根強いファンのご要望に応え、12月27日から受取OKに！年越しそばとしてだけでなく、年末の慌ただしい毎日の中、ご家庭で気軽に美味しいおそばをいかがでしょうか。前日午後8時までの予約制(12月29日は定休日ですが、年越しそばの予約のみ電話または留守番電話で対応)。

●本通428-9
☎534040

肉の旨さに感激！

市内中道2丁目の『創作焼肉 俵御殿』は、口コミで評判が広がっている注目のお店。

使用している肉は「ブルワールまたは比内地鶏」「道南産・餅豚」「国産和種B以上から4等級NO6、7の牛肉」「乳離生後1年未満の仔羊のロース」と、上質で安全性にもこだわった逸品。「鶏のハラミ」や「豚サガリ」(各525円)など、珍しい珍味がリーズナブルに味わえるのも魅力。人気の「カルビ3種盛(1470円)は、ハラミ、上カルビのほか単品メニューにはない極上カルビ付。この店でしか味



わえない「俵焼き」創作カルビは、来店した人だけが知る評判のメニュー。アルコール類も充実しており、各県の蔵元から取り寄せている地酒も見逃せないところ。生ビールは(390円)。個室の小上がりとテーブル

●中道213-8
☎530833

市内湯川2丁目・郵便局裏にある『占いハウス』は親身になって占ってくれると評判です。ここでも来年の運勢、自分の運勢を占ってみませんか。



希望があれば姓名判断も合わせて鑑定しています。相談内容は適職や転職など仕事のことから縁談、家庭の問題、開業、家相、命名などまで、人生のあらゆる分野を占います。齊藤さんは「悩んだり、迷っている人

●湯川225-13
☎574710

の助けになりたい」と思っている人が続いてきました。皆さんの運勢が良くなるお手伝いをしたいと思います」とPR。また、「来年は亥年なので卯年と未年生まれの人の運勢が良い年にあたります」と占っています。占いは事前予約制。電話でも行っています。

●北陸銀行 産業道路
☎530833

●北陸銀行 神小
☎530833

●北陸銀行 神小
☎530833

●北陸銀行 神小
☎530833

もに似た氣学を中心に

希望があれば姓名判断も合わせて鑑定しています。

●湯川225-13
☎574710

わえない「俵焼き」創作カルビは、来店した人だけが知る評判のメニュー。

●中道213-8
☎530833

●北陸銀行 神小
☎530833

●北陸銀行 神小
☎530833

●北陸銀行 神小
☎530833

もに似た氣学を中心に

希望があれば姓名判断も合わせて鑑定しています。

●湯川225-13
☎574710

わえない「俵焼き」創作カルビは、来店した人だけが知る評判のメニュー。

●中道213-8
☎530833

●北陸銀行 神小
☎530833

●北陸銀行 神小
☎530833

●北陸銀行 神小
☎530833

もに似た氣学を中心に

希望があれば姓名判断も合わせて鑑定しています。

●湯川225-13
☎574710

わえない「俵焼き」創作カルビは、来店した人だけが知る評判のメニュー。

●中道213-8
☎530833

●北陸銀行 神小
☎530833

●北陸銀行 神小
☎530833

●北陸銀行 神小
☎530833

もに似た氣学を中心に

希望があれば姓名判断も合わせて鑑定しています。

●湯川225-13
☎574710

わえない「俵焼き」創作カルビは、来店した人だけが知る評判のメニュー。

●中道213-8
☎530833

●北陸銀行 神小
☎530833

●北陸銀行 神小
☎530833

●北陸銀行 神小
☎530833

もに似た氣学を中心に

希望があれば姓名判断も合わせて鑑定しています。

●湯川225-13
☎574710

わえない「俵焼き」創作カルビは、来店した人だけが知る評判のメニュー。

●中道213-8
☎530833

●北陸銀行 神小
☎530833

●北陸銀行 神小
☎530833

●北陸銀行 神小
☎530833

もに似た氣学を中心に

希望があれば姓名判断も合わせて鑑定しています。

●湯川225-13
☎574710

わえない「俵焼き」創作カルビは、来店した人だけが知る評判のメニュー。

●中道213-8
☎530833

●北陸銀行 神小
☎530833

●北陸銀行 神小
☎530833

●北陸銀行 神小
☎530833

もに似た氣学を中心に

希望があれば姓名判断も合わせて鑑定しています。

●湯川225-13
☎574710

わえない「俵焼き」創作カルビは、来店した人だけが知る評判のメニュー。

●中道213-8
☎530833

●北陸銀行 神小
☎530833

●北陸銀行 神小
☎530833

●北陸銀行 神小
☎530833

もに似た氣学を中心に

希望があれば姓名判断も合わせて鑑定しています。

●湯川225-13
☎574710

わえない「俵焼き」創作カルビは、来店した人だけが知る評判のメニュー。

●中道213-8
☎530833

●北陸銀行 神小
☎530833

●北陸銀行 神小
☎530833

●北陸銀行 神小
☎530833

もに似た氣学を中心に

希望があれば姓名判断も合わせて鑑定しています。

●湯川225-13
☎574710

わえない「俵焼き」創作カルビは、来店した人だけが知る評判のメニュー。

●中道213-8
☎530833

●北陸銀行 神小
☎530833

●北陸銀行 神小
☎530833

●北陸銀行 神小
☎530833

もに似た氣学を中心に

希望があれば姓名判断も合わせて鑑定しています。

●湯川225-13
☎574710

わえない「俵焼き」創作カルビは、来店した人だけが知る評判のメニュー。

●中道213-8
☎530833

●北陸銀行 神小
☎530833

●北陸銀行 神小
☎530833

●北陸銀行 神小
☎530833

もに似た氣学を中心に

希望があれば姓名判断も合わせて鑑定しています。

●湯川225-13
☎574710

わえない「俵焼き」創作カルビは、来店した人だけが知る評判のメニュー。

●中道213-8
☎530833

●北陸銀行 神小
☎530833

●北陸銀行 神小
☎530833

●北陸銀行 神小
☎530833

もに似た氣学を中心に

希望があれば姓名判断も合わせて鑑定しています。

●湯川225-13
☎574710

わえない「俵焼き」創作カルビは、来店した人だけが知る評判のメニュー。

●中道213-8
☎530833

●北陸銀行 神小
☎530833

●北陸銀行 神小
☎530833

●北陸銀行 神小
☎530833

もに似た氣学を中心に

希望があれば姓名判断も合わせて鑑定しています。

●湯川225-13
☎574710

わえない「俵焼き」創作カルビは、来店した人だけが知る評判のメニュー。

●中道213-8
☎530833

●北陸銀行 神小
☎530833

●北陸銀行 神小
☎530833

●北陸銀行 神小
☎530833

もに似た氣学を中心に

希望があれば姓名判断も合わせて鑑定しています。

●湯川225-13
☎574710

わえない「俵焼き」創作カルビは、来店した人だけが知る評判のメニュー。

●中道213-8
☎530833

●北陸銀行 神小
☎530833

●北陸銀行 神小
☎530833

●北陸銀行 神小
☎530833

もに似た氣学を中心に

希望があれば姓名判断も合わせて鑑定しています。

●湯川225-13
☎574710

わえない「俵焼き」創作カルビは、来店した人だけが知る評判のメニュー。

●中道213-8
☎530833

●北陸銀行 神小
☎530833

●北陸銀行 神小
☎530833

●北陸銀行 神小
☎530833

もに似た氣学を中心に

希望があれば姓名判断も合わせて鑑定しています。

●湯川225-13
☎574710

わえない「俵焼き」創作カルビは、来店した人だけが知る評判のメニュー。

●中道213-8
☎530833

●北陸銀行 神小
☎530833

●北陸銀行 神小
☎530833

●北陸銀行 神小
☎530833

もに似た氣学を中心に

希望があれば姓名判断も合わせて鑑定しています。

●湯川225-13
☎574710

わえない「俵焼き」創作カルビは、来店した人だけが知る評判のメニュー。

●中道213-8
☎530833

●北陸銀行 神小
☎530833

●北陸銀行 神小
☎530833

●北陸銀行 神小
☎530833

もに似た氣学を中心に

希望があれば姓名判断も合わせて鑑定しています。

●湯川225-13
☎574710

わえない「俵焼き」創作カルビは、来店した人だけが知る評判のメニュー。

●中道213-8
☎530833

●北陸銀行 神小
☎530833

●北陸銀行 神小
☎530833

●北陸銀行 神小
☎530833

もに似た氣学を中心に

希望があれば姓名判断も合わせて鑑定しています。

●湯川225-13
☎574710

わえない「俵焼き」創作カルビは、来店した人だけが知る評判のメニュー。

●中道213-8
☎530833

●北陸銀行 神小
☎530833

●北陸銀行 神小
☎530833

●北陸銀行 神小
☎530833

もに似た氣学を中心に

希望があれば姓名判断も合わせて鑑定しています。

●湯川225-13
☎574710

わえない「俵焼き」創作カルビは、来店した人だけが知る評判のメニュー。

●中道213-8
☎530833

●北陸銀行 神小
☎530833

●北陸銀行 神小
☎530833

●北陸銀行 神小
☎530833

もに似た氣学を中心に

希望があれば姓名判断も合わせて鑑定しています。

●湯川225-13
☎574710

わえない「俵焼き」創作カルビは、来店した人だけが知る評判のメニュー。

●中道213-8
☎530833

●北陸銀行 神小
☎530833

●北陸銀行 神小
☎530833

地域のためにキラリッ!!

宝探しで函館を元気に

函館宝島研究会代表 髭本真樹さん



『函館宝島研究会』は、函館及び近郊の宝となるべき文化人、物を探し出し、広く知らせ応援してこうというグループです。

「函館ドラッカーの会」のメンバーが中心となって今年6月に発足。現在会員は12人で、様々な異業種の人が集まっています。「地域の宝物を

みんなで見つけるという宝探しのわくわくする喜びと、それを見つけていく過程でつながるネットワークが地元を元気にする」と話すのは代表の髭本真樹さん。地元の魅力をアピールして全国へ発信してゆくこと、そして年齢や職業に関係なく交流する中で地域が元気になることを目的としています。

「函館ドラッカーの会」は、アメリカの経済学者ピーター・ドラッカーの読書会で、参加者の「地元を元気にする活動をしたいね」という一言から、函館宝島研究会が生まれました。異業種の人達が集まり、それぞれの人脈が繋がって地元で眠る宝物を探し、広く発信しながら地域交流を広げさらに大きなネットワークを目指しています。

毎月1回開かれる定例会議では、会員が宝物情報を持ち寄り、みんなで検討して賛同を得られたものを企画発信します。宝物を探すための好奇心が視野を広げ、交流を深めることで人と人の関係も広がっています。函館発の情報が北海道へ、そして全国へと膨らむことが期待されます。

第1回はこの9月9日に、函館の太鼓楽団「ひのき屋」のライブ&トークショーを開き、太鼓や篠笛の演奏やブラジル公演の様子などを話して盛会のうちに終わりました。現在、会員は次なる宝物を探して地元を見つめています。

nice taste! nice shop! nice job!



ひと昔前に比べ、すっかりポレポレになったハワイ拳式。一生の思い出になるイベントだから、様々な情報や商品の中から本当に自分に合ったプランを選びたいものですね。

市内昭和4丁目は今秋ハワイ拳式などのウエディンク企画会社「アパハワイ」がオープンしました。主宰の工藤ゆかりさんはウエディングプランナー歴20年以上のベテラン。特にハワイ拳式に関しては、現地・ホテルにもオフィスを持ち、新郎新婦ともに充実したハワイでの休日をご過ごすことができるプランを提案しています。「ハワイ拳式には親御さんや親戚の方も同行する場面も多いかと思いますが、新郎新婦がガイドのようにならざるを得ない状況のひとも台無し…。安心のハワイ拳式はぜひ、お任せ下さい」と工藤さん。

現在、来年1月以降のハワイ拳式を受付中。まずは気軽に相談してみてください！
また、ハワイ拳式のほかにも、函館市内での挙式披露宴、各種パーティーなどのプランニングも随時受け付けています。営業時間は午前11時〜午後7時。毎週水曜日定休。
●昭和4・6・14
●45・4302
●五稜駅



20年以上の経験で、素敵な思い出作りのお手伝い ナパアハワイ

大切な席におすすめ! 松華堂膳配達開始

旬彩 粋匠



旬の味覚を大切に、全て手作りの本格和食を提供している市内本町の『旬彩 粋匠』ではこのほど、冠婚葬祭などの大切な席のための「松華堂膳」をメニューに加えました。結婚やお誕生から百日を祝うお祝い初め、雛祭り、七五三などおめでたい席から法事まで、心をこめたおもてなしが必要な席にこそ、この店の料理が喜ばれることでしょう。松華堂膳は自宅までお届けします。

もうすぐ新しい年を迎え新年会のシーズン到来ですがコース料理のメニューも1月用に一新。値段はお届けします。

3500円、4250円、5000円の3コースで、それぞれ7品、8品、9品に水菓子付き、1500円プラスで2時間飲み放題となります。さらに、単品

料理の種類が増え、お刺身、焼物、天ぷらなど常時70品以上をそろえています。アツアツできたがすぐにテーブルに並ぶ料理の数々を堪能あれ! なお、好評のランチも再開しました。営業時間はランチ午前11時30分〜午後2時(LO/午後1時30分、午後5時30分〜午後10時30分(LO/午後10時))。

2007年は新しいメガネでイメージチェンジしませんか? 『メガネスタイル』は、新作フレーム1000点以上の取りそろえと、5250円、7350円、9450円の安心3プライスで評判の店。洒落たフレームはもとより、レンズは道内で唯一、見た目にもセンスがい、「薄型非球面レンズ」を使用。メガネ店では表示価格以外のオプションが高くつくというイメージもあります。この店では9割の利用者が3プライスのみで購入

新作フレーム+薄型非球面レンズが、5250円〜メガネスタイル

してします。1月末まで本記事持参で5250円以上の利用者は1000円引。「目が悪くなったのでそろそろメガネを」という人も、いまがチャンス。年末年始は1月1日のみ休み。営業時間は午前11時〜午後8時。毎週水曜日定休(1月3日は休まず営業。メガネスタイル本通店 ●本通4・17・40 ●560466 ●メガネスタイル五稜郭店 ●本町30・22 ●527779

旅行や外出などで愛犬を連れて行けない時は、市内湯川2丁目北海道銀行後ろにある「ペットホテル我楽」がオススメ! 鉄骨3階建てマンションの室内はゆったりしており、ワンちゃんも自宅にいる気分を過ごせるハズ…。「ペット2500円(個室対応の場合、小・中型いずれも4500円)。3日以上または3匹以上は割引。冬期暖房費1泊500円。送迎可(500円)。ワクチン済の証明書と常用の食事とペットシートを持参下さい。 ●湯川2・27・27 ●09015284499



トはお子さんと同じ」と話をすスタッフは、ワンちゃん達と1日中一緒。大好きな散歩も朝、昼、晩の1日3回以上。こなら、大切な愛犬を安心して預けられますね。料金は1室12畳3匹まで)で、小型1泊2000円、中型1泊2500円(個室対応の場合、小・中型いずれも4500円)。3日以上または3匹以上は割引。冬期暖房費1泊500円。送迎可(500円)。ワクチン済の証明書と常用の食事とペットシートを持参下さい。 ●湯川2・27・27 ●09015284499

託犬シッター(自宅訪問)も行っています。また、ミックス犬(ポメラニアン、パグなど)も販売中(25000円、現在2カ月。全て随時受付中ですので、詳しくは電話でお問い合わせ下さい。 ●湯川2・27・27 ●09015284499



安心の設備とスタッフにお任せ! ペットホテル我楽

新店舗・リニューアル店舗情報

旬の味 ご馳走亭



市内本町・行啓通交差点角にある『旬の味 ご馳走亭』は、生け簾で泳いでいた魚をさばいて造る刺身など活きの良さが注目の店。さらに鯨料理、ご馳走亭特注の納豆を使った納豆料理など和食からフレンチまでメニューは多彩。ランチはご馳走亭日替わりランチ780円など各種あります。無料契約駐車場完備、利用の際は問合せ下さい。営業時間は午前11時30分〜午後2時、午後5時30分〜午後11時(日曜日のみ午後10時閉店、LO/閉店30分前)。年中無休。

●本町11-8 ☎56-6888



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

今年も1年間、青いぼすをご愛読いただきまして誠にありがとうございました。今号が2006年最終号となります。全国的に「地域ミニミニ」が注目される昨今ですが、来年もスタッフ一同、心温まる紙面作りをモットーに特色あるフリーペーパーの発行を目指してゆきたいと思っております。来年もご愛読のほど、よろしくお願いたします。末尾になりましたが、読者の皆様、よいお年をお迎え下さい。

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

青いぼすと読んでいる人にも知らせたい！いつも屈くのを楽しみにしています。情報盛りだくさんで、すみかみさみさで読みます。最近私はそのうじ力のような本を読み実践しています。特にトイレそうじを毎日するととても良いことがあるそうです。とても気持ち良いですし、最近ではDVD

先日記「ロシキのお食事券」当選！

本当に本当にびっくりです。ほんとにこのようにものに応募したこともない(自分が運が悪い)と思込み人間：反省、ありがとうございました。行ったこともなく本場のピロシキというものを食べたこともありません。とても楽しみです。景色もよさそうなのでわくわくです。あ

(韓国「ドラマ」が当選しました。青いぼすと読んでいた人にも知らせたい！(榎本町、Y・U)

*今回の特集の「開運にもひびいたお便り、ありがとうございます。

ずーっと続けて下さいね。函館に住んでいても知らない場所、店がたくさんあります。くわしく教えてくれるので毎回楽しみにしています。ずーっと続けて下さいね。

(日吉町2丁目、E・K)

*ありがとうございます。来年もご愛読、よろしくお願いたします。

甘い物食べないといライラの私：青いぼすととても楽しんでいます。ひっこして来て間もないので函館のこと何もわからないので、とても助かっています。今後ともいろいろ情報お願いします。ランチ情報大好き…。小さい時から手のかかるひと子娘…。6年生になっても幼稚園児かしくてかすことをするでハハハハ…。毎日もう毎日怒っている私：疲れちゃう。それに超反抗期。まじりますそんな時とか、いつもですが、甘い物食べないといライラの私：(広野町、H・Y)

*ごんどん食へて！

おいい店を発見したら寒くても…これから寒くなるので外に出ることが少なくなる季節になりました。でもおいい店を発見したら、新しくお店出て下さい。(中道1丁目、K・K)

*なるほど！

気軽に出来てつなぐので、やうてみたくなりました。寒さが厳しくなってきたので、つなぐても家の中に居る事が多くなりますが、11月14日号のスポーツ情報を見すると、ヨカやフナなどで気軽に出来たりました！(日吉町3丁目、R・E)

で挽いたものをフレンジ、だったんそばをあらうたシフォンケーキをこのほど開発。1月末日まで希望者に無料で試食を提供中。店に出向き、試食希望の旨を伝えるだけで、店の食事利用でなくとも可。ケーキは1ホール500円で販売中。詳細は直接同店まで。

下の句がた百人一首サイクル会員募集

「下の句がた百人一首サイクル」では現在、会員を募集中。毎週日曜日午前9時30分～正午に堀川町会館で活動中。会費は会場費程度(詳細はお問い合わせ下さい)。小学生以上であれば老若男女問わず。下の句を読んで下の句を取るの簡単にはじめられます。見学・体験も可。詳細は☎51,0057(横山まで)。

「焼肉一徳」より、1000円分の食事券を10名様に

今回の「いい店みつけた」で紹介した「焼肉一徳」より、10000円の食事券を10名様にプレゼント。八力に郵便番号、住所氏名、電話番号を明記し、青いぼすとに対する感想もたずぷりとお書きの上、〒040-8605、函館どつく内、株式会社青いぼすとHD「二徳」プレゼント」係まで。締切は1月9日。



※編集室では『子育て倶楽部』内「今月の元氣印」に掲載するお子さんの写真を募集中。お子さんの写真返却不可にお子さんのお名前、生年月日を添えて〒0408605、函館どつく内、株式会社青いぼすとHD「元氣印」係まで。

青いぼす 通販

エバメールゲルクリーム

プルプルお肌で

ゆく年、くる年…

今年も残すところあとわずか…。師走の忙しさを、ムをなまませると、朝まで暖房で乾燥した室内にいることで、肌の荒れや乾燥が気になるこの頃です。

「エバメールゲルクリーム」の主成分は水。前夜の洗顔後、お肌を軽くマッサージし



なからたっぷりのゲルクリームをなじませると、朝まで暖房で乾燥した室内にいる成分がじっくり時間をかけて、角質層に浸透してゆきます。肌が美しくなる夜の間の水のバクというイメージでしょうか。朝までゆっく



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
株式会社青いぼすとHD
phone 23-5688

◆受付
月～金曜日
午前9時～午後6時
(担当/本間)

編集後記

晩ご飯の仕度をして食卓に並べ、残業の妻を待つ。「パスタだけは茹でたてを…」とお湯がけ沸かして窓の外を眺め、車を待つ。「遅いなあ、何時頃帰るのかなあ。仕事場に電話したらまずいなあ…」。世の中の主婦の気持ちがよく分かった、兼業主夫の師走の風景。(慎)

お正月に飾ったしめ飾り。飾り終わって神社に持って行くのを迷っていて結局そのまま。燃やせるところと燃やせないところがあるので、これを分別するのはかどかかと思っているうちに行きそびれてしまった。全部燃やしても喜のないしめ飾りが欲しい。(345)

日本で1番最初の初日の出は千葉県犬吠崎、最東端が根室市納沙布岬、六本木ヒルズの最上階からの初日の出も面白そう。ニュージーランドからはまる世界の日の出を巡る生中継のツアーなんてのもネット上であり今年には家でぬくぬく世界の日の出を楽しもう。(チョコ)

今年も暗いニュースが続いた。幼児虐待による親の子殺し、いじめによる子どもの自殺。人間関係が希薄になった社会の歪みが心を蝕んでいる気がする。教育基本法を変えて解決する問題だろうか。来年こそ子ども達が犠牲になる事件が減りますように。(画)

“夢を叶えられる名前なのだろうか”と思い、古い専科で占ってもらったら、私の夢にとっては良い名前なのだそう。今年はダメだったけれど、簡単に叶わないことにも意味があるはず…。めげずに、来年もチャレンジするぞお〜!(BP)

私にとっては食生活習慣改善の元年となったこの1年。ライフスタイルの見直しを「実践する」というのは、言うのは簡単ですが、家族をも巻き込み、いかに困難で重大かということを体験しました。来年は楽しみながら実践することが目標です。(たーた)

次号予告

1月19日(金) 乞うご期待!!
ちょっと気になる
お店特集

奥様アルバイト募集

お住まいの周辺に週2回程度、青いぼすとやチランを配るお仕事です。時間は1日2~3時間。健康的なお仕事です。収入は1ヶ月1~2万円(地域によって異なります)。

募集地域

上新川町、大縄町、堀川町、白鳥町
宮前町、八幡町、追分町、北浜町、浅野町
港町1丁目亀田港町、湯川2丁目、駒場町
中道2丁目

お申し込み・お問い合わせは ☎23-5688 まで

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/

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



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!

1日無料体験で居心地の良さが納得できます デイサービスセンターなごやか

市内本通4丁目の『デイサービスセンターなごやか』は、思いやりある温かな心とサービスで、1人ひとりの元気を応援してくれる通所介護施設です。

明るく広々としたスペースとアットホームな雰囲気の魅力で、通所者もスタッフもにこやかにリラックスした時間を過ごしています。利用できるのは

65歳以上の要介護、要支援認定を受けている人、40〜64歳で特定疾患により要介護、要支援認定を受けている人です。

まず安心なのが、無料で1日デイサービス体験ができること。費用は一切かかりず、希望すればご家族も一緒に体験できます。「実際はどんな所でどんなことをするのか」という不安はつきもの。この1日体験で疑問を解消し納得してから通うことをおすすめします。

特に力を入れているの

は転倒予防への取り組み。寒い冬場はどうしても筋肉が縮んで体の動きが悪くなりがちです。スタッフは転倒予防専門の研修をしっかりと受けており、器具を使わない独自のプログラムを実践、継続して大きな効果をあげています。バリエーションもあり、家でもできる大好評だそう。また、つい後回しにしがちな口腔ケアも、看護師の指導のもと積極的に取り組んでいます。

『デイサービスセンターなごやか』での過ごし方は



お迎え、健康チェック、機能訓練、昼食、レクリエーション、お送りとなっており、入浴も可能です。送迎は安全な専用車で、そして機能訓練も体力維持と介護予防のために、軽スポーツ、手芸、工作、ゲームや音楽などを取り入れ、自立した日常生活能力のトレーニングを行っています。センターから帰る時には「ありがとっ、また来るね」と笑顔の人が多く、利用者の満足度の高さがうかがえます。相談員の渡辺さんは「ここは要介護・要認定を受けているご本人やその家族にとって必要な情報が集約されている場所です。通所する・しないに関わらず、お散歩の途中や気になることがある時には立ち寄ってみて下さい」とのこと。

ぜひお気軽にお問い合わせ、ご相談をしてみたい。開業時間は午前9時30分〜午後4時。毎週日曜日定休。

●本通4-17-29
フリーダイヤル

0120-176-534

