

POST IN FREE PAPER

青いほすと

[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

発行/株式会社青いほすとHD
〒040-8605 函館市井天町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

家族の

ほのぼの

エピソード



今回もまた、素敵なエピソードが多数寄せられました。1枚のハガキに綴られた家族の風景には、小説や映画とはまた違った、筋書きのない素敵な物語がありました。綴られた一字一句から家族の風景を想像しましょう。そこには、苦難に負けじと歯を食いしばる人や、愛する人の言葉に勇気づけられて頑張る人の姿があります。そんな風景を思い浮かべて、あらためて気づかされました。生きていくって、とても素敵なことなのだ…。

元気の源



うちのお母さんは、私が4歳の位の時に書いたお手紙を、今でも冷蔵庫庫に張っています。元気がない時、見るんだそうです。「おかさんがんばれ」って書いてます。

(昭和4丁目、M・A)

大のお酒好きな私。昔は夫婦で飲み歩いていましたが、今は1歳の息子がいるので、ままなりません。でも、何かとたんながワインを買ってきてくれるので…、癒される毎日です。酒でかな? だんなのおかげでかしら?

(亀田港町、M・S)

去年の私達の結婚記念日のことなんですが、当時6歳の娘が何ヶ月も前から部屋のかざりつけや小物を作ったり、おはあちゃんにはお茶やケーキを用意してもらい、その日は仕事お休みしてと言ったらしく、当日もかざりつけの時は「パパとママちゃんとデートしてきて…。で、ケーキにTELするから、そしたら帰って来てね」と言われ、帰ってきたら居間がパーティー会場に変身! 結婚して12

年の間で(多分老後も)1番心に残る記念日でした。

(東山3丁目、N・M)

主人が亡くなって10年が経ち、旅先にいる子供達が帰って来て、娘は子供(5歳)を連れて帰ってきて、初めて4人でプリクラという写真を撮りました。うれしかった。若い人達と違い、そのような所へ行くことがなく、今回はよかった。定番でTELなどに貼っています。

(宝来町、K・I)

今年初めから入院していた私の世話を毎日毎日してくれた娘。ほんとは感謝しています。しかしその後も転移や体調の不良でいつも心配かけっぱなしです。そんな事にもめげず、店を開店し、更に自分なりにチャンネルにする娘の姿に元気をもらっています。

(匿名希望)

私は約3年前に、できちゃった結婚したんですが、最近、夫婦ゲンカや無口などが続き、専業主婦で家事や子育てに追われる私は、イライラやストレスがたまって逃げ出したい気持ち

ちでいました。ある日、その気持ちが爆発してしまって、だんなさんとケンカになった時、言い合ひをする私達の間に、2歳の息子が泣きながら入ってきて、その後2人に「ママ」と笑いかけてました。それを見た時、もうケンは止まっていた、がんばらなきゃという気持ちになりました。

(赤川1丁目、M・K)

新しい命



長い間、子宝に恵まれず、たくさん泣いて、痛い思いをしてようやく、母になることができました。自分が親になつてようやく、両親のありがたみがわかった気がします。

(匿名希望)

今年1年は、私達家族にとって発見、出会いと沢山の心の貯金が出来た1年でした。私にとっては、出産という大きな仕事をして、子供が産まれ、不安とかもあつたけど、主人はもとより、周りの人達がとても温かく見守ってくれて、人とのつながりがあるため確認できたと思います。子供が出来たことによつて私自身もそうですが、笑顔でいられること、「まっいかに」という気が長く、なつたような気がします。買い物や公共の場に行った時は、知らないオジサマオバサマが手を貸して下さいたりと助けられた事も多々あります。最近の

ニュースでは痛々しい事件が多くありますが、「子は宝」という言葉があるように、命の大切さをもう一度考えたいと思つています。子供と共に心の成長してゆきたいと思つています。

(匿名希望)

3年前に、家族をこよなく愛していた夫が亡くなり、淋しい思いをしています。今年4月に下の娘が出産、また、上の娘も来年5月出産予定と嬉しい事が続きます。無邪気

な孫の顔を見てみると、それだけでほのぼのとした気持ちになり、全てのものに感謝したくなります。

(北美原2丁目、K・O)

我が子の成長



4歳になる長女は、私をよるこぼせるのが大好きです。「お母さん、お手伝いされてどう思った?」と聞いてきます。私が「うれしかった。ありがとう」と言つと大満足です。人の気持ちを考えてられるようになったんだなあと娘の成長をうれしく思います。

(富岡町2丁目、M・I)

いつも、大きくなつたらママと結婚すると言っていた5歳の息子がいる日、幼稚園から帰ってくると「ごめん、やっぱりママと結婚できない。○○ちゃん(同じ組の女の子)とする」と。早くもこんな日が! と、ちょっとショックでした。

(桔梗町1丁目、A・T)

私の子供は小学校3年生の女の子です。最近、食欲旺盛で目をみはります。この前、あまりにも食べるので「よく食べるね」というと、「なんかね、食べ物すすむ溶けちゃう感じがする」という言葉に大笑。ママも働きのいがあります。どんどん食べて大きくなって欲しいです。

(富岡町1丁目、Y・A)

旦那と口ゲンカをして泣いてしまった所を4歳の息子に見られてしまいました。息子は黙ってティッシュを持ってきて、私の涙を拭いて、頭をトントンとなでてくれました。思いやりのある子に育っているんだなと思つきました。旦那と仲直りした後、息子はママ怒ったらダメでしょ」と、旦那を叱っていました。私のヒーローです。

(匿名希望)

夫婦の風景



子供が出来た事が発覚し、いわゆる「出来婚」を主人と2人で決意したのがちょうどクリスマス頃でした。突然の事だったので、それほどお金もない私達は今後の生活を考えるとしても無駄使い出来る状況ではありませんでした。私は主人に「今年はクリスマスプレゼントはないけど、しょうがないよね」と言っていて、少し寂しい気持ちをささぐられないように平然と言いました。そして実際、私は主人にプレゼントを買わなかったのですが、主人はこっそり私に「しばらくこういう事は出来なくなるけど…」と指輪をプレゼントしてくれました。今でもお金はそれほどありませんが、家族もさらに1人増えとても幸せです。

(匿名希望)

今年の9月22日で結婚25周年、銀婚式を迎えました。楽しい事、悲しい事、色々な事がありました。お祝いは特にしませんでした。主人から言、「あと25年、金婚式を迎えられたいいな」と。そんな日が来るまで、いい夫婦でありたいと思います。

(末広町、Y・O)

入院した私に、何も言わずバラの花を1輪買ってきてくれた夫。ちょうどバスツアーでした。しやれたとひとつ普段なのに、心づかいをしてくれた夫にじゅん。

(匿名希望)

ダイエツトと思いつく、青いほすつと見ると頭の中は食べる事で一杯です。主人には「ミ箱」というあだ名をもらいました。

(東川町、Y・T)

親子の風景



ピアノの発表会の総練習、ピアノの先生のお宅に数名の生徒さんが集まっていた時、ピアノの先生が外を見て、「うちのまわりをウロウロ口している不審者がいる。最近ああいう人が多いからみんな気をつけてね」と言ったそうです。それを聞いた娘いわく、「私のお父さんです」。日曜日だったので、パパが散歩がて



ら娘のピアノの先生のお宅を見に行ったのでした。世のお父様方、今の時代、不審者に間違えられないようにお気を付け下さい。

(乃木町、Y・C)

社会人になって10年になりますが、いつも親にはボーナス時に食事をごちそうしたり、何かプレゼントしたりしていました。2年前、初めて現金でお年玉袋に入れ、親にお年玉をあげました。今でもそのお年玉に入った1万円をお守りのように持っている母を見たところ、嬉しくなりました。

(入舟町、T・K)

昔、子供達が小さかった時、長男に「パパとママ、どっちであったの？」と聞いてびっくりしたの。と聞かれたことがありました。私は「ん」と考え、「悪くなかったから…」とまともに大人の答えをしてしまいました。そのつらから「ママ、しあわせ」と、またまた聞いてきたので、今度はわかるように「しあわせで、しあわせで」と答えたら「ニコリ顔に。この長男、今年9月に結婚しました。

(桔梗町3丁目、K・S)

歳を重ねて…



怒りっぽかった夫が、きつかけがあり、優しくなり、今はとてもしあわせです。もうあまり長くない人生、手を取り合って暮らそう。

(美原4丁目、T・H)

認知症の義父がこの夏から我が家から義兄と暮らすために離れました。何日か経って、デイケアに行く前にいなくなつて大騒ぎ。汗

をかきかき心配して探しまわっているお義兄さん。ひょこり帰ってきて理由を聞くと、敬老の日のプレゼントの私へのお返しに買い物に行ったと。申し訳ない様な嬉しい様。次の日、ツイが1枚届きました。

(高丘町、M・S)

長い療養生活の夫。朝と晩に毎日病院に通っているのですが、青いほすつと見るのが好きな主人が、応募するために、言葉がはつきり言えないので指で熊さんを指しました。何か前日にケーキが当たり、嬉しかったです。

(美原1丁目、R・A)

昨年5月、脳梗塞で倒れ、2ヶ月入院後、リハビリのおかげでなんと自立しています。健康時の80%位にはなりましたが、さらにがんばって来年は限りなく100%に近づけたいです。

(田家町、Y・W)

伝えたい気持ち



高校を出て夢と希望を持って上京。しかし、いろいろあって2年でUターンしちやいました。

沈む気持ちで泣きながら電話した時、何も聞かず「帰っておいで」と言ってくれた父と母。だまて温かく迎えてくれた父と母と妹。これほど家族のありがたみを感じた事はありません。直接言えなかつたけど、紙面をかりて「本当」にありがと。温かい家族のお陰で私はまた、別な道をみつけることができました。頑張るぞー。

(鍛冶1丁目、E・T)

先日、風邪がみで調子が悪く…でも仕事休まず夜7時に帰ってきたら、愛娘がアップロンしてハバーグ作ってくれました。嬉しいのと美味しいので、風邪も疲れも飛んでしまいました。ありがと。

(ヤンク)

共働きの我が家で、主人が先に帰つてる時、台所のたまっているおちやわんなどを洗つてくられたり、日曜日、お風呂はんを作つて子供達に食べさせたり、日曜日は仕事終わって帰ると

夕飯ができてくれる時もあるんです。なかなか、ドラマの様に言葉に出して感謝の気持ちを言えないでいます。すごく助かっているし、ありがたいのに…結婚19年目の主婦より、お父さん、いつもありがと。

(柏木町、S・K)

今年の4月に埼玉から函館に嫁に来ました。初めて親元を離れて不安でいっぱい私を、旦那の家族が「おかえり」と言ってくれてくれました。私も「ただいま」と言つて、すぐに溶け込むことができました。そんな温かい家族の一員になれて幸せです。旦那さん、ありがと。

(湯川町2丁目、N・S)

結婚してもうすぐ2年。あらためて両親、育ててもらった祖母に感謝感謝です。ほんの気持ちですが、旦那さんと話し合つて去年から義祖父母と両親と祖母にお年玉を渡しています。これからも体に気をつけて、いつまでも長生きして下さいー

(白吉町3丁目、R・E)

82歳の母は父を亡くした後、1人で田舎に住んでいます。仕事が忙しく、様子を見に行けない私に代わつて妻や子供達が毎週交替で実家に行ってくれます。車で片道1時間ですが、行つたら近くの街まで買い物などに行つてくれ、母も私も思いやりに感謝しています。

(中島町、N・I)



※この特集は、昨年12月に読者の皆様から編集室に寄せられた「家族のほのぼの」の部をまとめたものです。

10万時間の円熟人生を楽しく!

野村證券株式会社函館支店

ゆとりある円熟人生を送るためのライフプランはお決まりですか? 定年後の自由時間は定年前の総労働時間と同じ10万時間といわれます。定年後の10万時間を楽しく有意義に過ごすには、何をすべきか? 趣味や旅行、万時間を楽しむ有意義な夢を実現するチャレンジです。

『野村證券株式会社函館支店』では、定年後を迎える人の資産管理や運用について、気軽に相談を受けています。公的年金、趣味や旅行費用なく安心



「野村證券株式会社函館支店」は、定年後の自由時間を楽しく過ごすためのライフプランをお決まりですか? 定年後の自由時間は定年前の総労働時間と同じ10万時間といわれます。定年後の10万時間を楽しく有意義に過ごすには、何をすべきか? 趣味や旅行、万時間を楽しむ有意義な夢を実現するチャレンジです。

「野村證券株式会社函館支店」では、定年後を迎える人の資産管理や運用について、気軽に相談を受けています。公的年金、趣味や旅行費用なく安心

「かかりつけ」そして「友人のように気軽に話せる医師」に...



「友人に医師がいることが、一番いいと思えますが...」

自身の健康管理の理想の姿について市内美原3丁目の『協立消化器循環器病院』理事長の能戸徹哉先生に尋ねると、そんな答えが返ってきた。さうと誰もがそう思う答えだが、先生はさらにこう続けた。「つまりは自身の健康状態や不安などについて友人のように気軽に話せる医師がいることが大切ということ。医師が患者さんによりやすい説明をすることはもちろん、患者さんが医師に対して十分話せる環境が大切だと思えます」

専門は循環器。平成10年に副院長として同院に迎えられ、平成17年に理事長に就任。予防医学を重視し、大病にならない可能性のある体の変調に敏感になって日々の健康管理をするとの重要性を患者さんに伝えていく。

「例えば高血圧の場合ですが、もちろん血圧が上昇した人の全てが心筋梗塞や脳卒中になるわけではありませんが、可能性はある。しかし、最初20%の信頼でも、それを50%にし、やがては100%にしてゆくの努力を惜しみたくない」と強調。日進月歩する医療技術。それに伴い医療や健康に関する情報も溢れる昨今だが、自分の身にならぬことを防ぐ「かかりつけ」の医師を持つことの重要性は昔もいまも変わらない。多くの人の「かかりつけ」そして「友人のように話せる医師」となるのが地域のニーズに込められている。

取材の最後に、抱負を聞いた。「もう少し、往診の時間が増やしたいと思っています」

協立消化器循環器病院は ☎4613000

MY WAY 全力投球

「友人に医師がいることが、一番いいと思えますが...」

自身の健康管理の理想の姿について市内美原3丁目の『協立消化器循環器病院』理事長の能戸徹哉先生に尋ねると、そんな答えが返ってきた。さうと誰もがそう思う答えだが、先生はさらにこう続けた。「つまりは自身の健康状態や不安などについて友人のように気軽に話せる医師がいることが大切ということ。医師が患者さんによりやすい説明をすることはもちろん、患者さんが医師に対して十分話せる環境が大切だと思えます」

専門は循環器。平成10年に副院長として同院に迎えられ、平成17年に理事長に就任。予防医学を重視し、大病にならない可能性のある体の変調に敏感になって日々の健康管理をするとの重要性を患者さんに伝えていく。

「例えば高血圧の場合ですが、もちろん血圧が上昇した人の全てが心筋梗塞や脳卒中になるわけではありませんが、可能性はある。しかし、最初20%の信頼でも、それを50%にし、やがては100%にしてゆくの努力を惜しみたくない」と強調。日進月歩する医療技術。それに伴い医療や健康に関する情報も溢れる昨今だが、自分の身にならぬことを防ぐ「かかりつけ」の医師を持つことの重要性は昔もいまも変わらない。多くの人の「かかりつけ」そして「友人のように話せる医師」となるのが地域のニーズに込められている。

LUNCH BOX



豚カルビとラーメンのセット 980円

営業時間/午前11時30分~午後3時 (LO:午後2時30分)
午後5時~午前0時 (LO:午後11時)
年中無休 駐車場完備
●本町22-28 ☎55-7181

ラ・ジャン

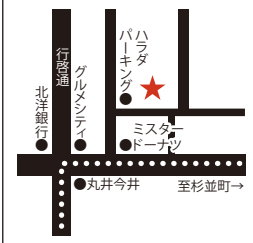
市内本町にある焼肉レストラン『ラ・ジャン』は、厳選された肉のみを使用し、オリジナルのタレが肉の旨味を出しています。

ランチで人気があるのは、麺と焼肉が同時に楽しめる豚カルビ丼とラーメン(ハーフ、醤油・塩味)のセット。

豚肉は安全な無菌豚を使用し、焼く直前に肉にタレをつけて仕上げます。

ジュシーで柔らかい肉はごはんにぴったり。

このランチにはサラダと漬物、さらにコーヒーやウロン茶などのソフトドリンクが付きまます。



青ほの心

18人の思い

本離れがいわれませんが、特に本嫌いでないはずでも、忙しい日常にまぎれて、分厚くて難しい本はつい敬遠しがちです。そんな毎日でも時に、薄くて難しくないのに、でも中身の濃い本に出会うことがあります。

その本には18人の人が、あることについてそれぞれの思いを綴っています。18人はテレビや雑誌でよくみかける誰もが知っているなじみのある人達です。少し前に発行された本ですが、とても読みやすく分かります。それでいて一人ひとりの思いがとても切実に胸に迫ってきます。井上ひさしさん、吉永小百合さん、黒柳徹子さん、ピーコさん、香山リカさんなど、おなじみの人達の短いコメントが詰まった本のタイトルは『憲法を変えて戦争はいっこう、という国にしないための18人の発言』宮波ブックレット、ナンバー657/476円十税。

私は誰からも殺されたり傷つけられたりしたくない。だから誰も殺したり傷つけたりしたくない...という実にまっとうな思いの素直な意思表示の数々です。その中で、戦争中に原爆を体験し、様々な悲劇を見てきたという美輪明宏さんが「こんなエピソードを紹介しています。デッキで出征する兵士を、「死ぬな、生きて帰ってこい」と叫ぶようにして見送る母親が、憲兵に見とがめられ、引きずり倒され殺されている。これから兵士として死地へ赴く息子は、なすすべなく見ている。彼の気持ちはどんなだったか、それを自撃した美輪さんは思ったそうです。「戦争中は、そんなことが当たり前でした。だから、新憲法ができて戦争放棄の条文を見た時、もうそんな思いをする必要も、逃げ惑う必要もないのだと知って、こんなにうれしかったか。皆戦争の正体を知らなすぎます。そもそも正義の戦争などないのに...。全部他人のこころだと思ってるから平気であられるのです」と、戦争の実態を知る美輪さんはいいます。

18人の思いを綴った文を読んでいて感じたことです。私達は失ってこそその大切さ、かけがえのない事に気づくことが多いけれど、それからは取り返しのつかないことがあります。

いま、何を考え、行動しなければならぬか、この本は一人ひとりが考えるきっかけを与えてくれるように思います。

(再)

サークル&カルチャー訪問

ほとんどが手縫いのパッチワーク。例えばベッドカバーなら、出来上がるまでに半年ほどかかるそう。縫い目は何と、1センチの幅に3目が理想と、とても細かいものです。

その日の受講生は仕事の後にこのパッチワークスクールに来ています。家事に忙しい毎日ですが、針を持っている時が1番楽しい時間だそう。



サニープレイスでは、毎日パッチワークスクールを行っています。

また、講師資格取得希望者向けに講師資格コースを設けました。このコースには、日本手芸普及協会認定講師が札幌から毎月1回函館に来て、講座を開催しています。詳しくはサニープレイスまでお問い合わせ下さい。

取材協力/サニープレイス

■講師/室沢富萌さん ■受講日/月2回。月～土曜日:午前10時～正午、午後2時～4時。木曜日:午後6時～8時 ■月謝/3150円 ■講師資格コース/毎月第2金曜日:午後1時～5時、土曜日:午前10時～午後2時(月謝:本科4000円、高等科5000円、講師料:6000円) ■各コース入会金別途
●本通3-2-18 ☎56-6457



パッチワーク

パッチワークの起源はアメリカの西部開拓時代だそうです。

当時、布は貴重だったため、縫製して残った端切れをつなぎ合わせて様々な活用にしました。それが長い年月を経て洗練され、パッチワーク独特の縫い方やデザインが生まれ、今日に至ったということです。

日本では、絵画のようにデザインを作ることにも人気があります。



生地から講座まで、パッチワークのことならおまかせという、市内本通3丁目の『サニープレイス』。ここで行われているパッチワークスクールでは、受講生各自が作りたいものを先生からマンツーマンで教えてもらえます。取材日に集まった受講生は、ちりめんで作る「回転コマ」や「お弁当入れ」「よだれかけ」を作っていました。パッチワークはまず、型紙作りからはじめます。型紙はパッチワーク専用の方眼紙で作ります。1度作った型紙は何度でも使うことができるので、先生や受講生同士で貸しあって活用します。



創作沖縄料理と こだわりの焼酎に舌鼓

市内富岡2丁目に昨年オープンした、『居酒屋 なんくるなゆさ』は、沖縄情緒に溢れ、気軽に立ち寄れる1軒。

店名の「なんくるなゆさ」は、有名な沖縄の方言「何とかなるさ」という意味。沖縄出身の女将と民族音楽が迎えてく

また、海鮮焼き、焼き物、刺身、揚げ物、煮物、炒め物、鍋、汁物、ご飯もの、麺類、サラダなどなど、厳選素材のメニューも充実。

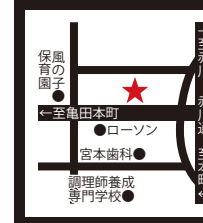
ト(焼酎3種類・小鉢付き、1000円)をどうぞ。

「なんくるなゆさ」は、豚のミンチ焼き(500円)、「馬刺し」(ト)600円・赤身460円)、「ゴーヤみそ焼き」(300円)、「トウモロコシ」(400円)、「ちんぼた」(700円)など、沖縄出身の女将ならではの沖縄オリジナル料理が豊富にそろっています。

また、海鮮焼き、焼き物、刺身、揚げ物、煮物、炒め物、鍋、汁物、ご飯もの、麺類、サラダなどなど、厳選素材のメニューも充実。

もうひとつのオススメは、こだわりの焼酎は何と130種類以上。1合から注文できるメニューと、ボトルで注文するメニューがあるのも好評です。中でも、函館市内は伊ワイ盛り上がるのももちろん、北海道内では、もちろんファミリィ減多に味わうことのできないレアな焼酎が多数そろっているのは見逃さないでください。

DATA
 営業時間 午後5時～午前0時
 休休日 毎週月曜日
 駐車場 有
 ■富岡町2-32-14
 ☎45-5599



はこだて医療情報 黒田消化器科外科クリニック院長 黒田豪

まだまだみつかると大腸進行癌

昨年当院では大腸内視鏡検査にて大腸癌の患者さんが17人みつけましたが、そのうち進行癌は10人でした。それに対し、胃内視鏡検査でみつけた胃癌の患者さんは5人で、そのうち進行癌は2人でした。昨年の大腸と胃の検査数はおよそ2:3の割合でしたから大腸進行癌は胃癌に比べると大変多いことがわかります。4年前と2年前にもこの欄で大腸癌についてお話ししましたが、日本では大腸癌が増え続けており、進行癌の割合も高く死亡者数も多いのです。大腸癌は癌のなかでは一般的にはそれほど治りにくい部類ではないのですが、胃癌のように検診や検査の体制が整っていないこと、精密検査である大腸内視鏡の受容性、大腸内視鏡医の不足などの問題が死亡数の増加につながっていると考えられます。もちろん食生活を含めたライフスタイルの「欧米化！」が最も大きな原因と考えられ、患者数、死亡者数を減らすためには、これらの改善が必須ですが、現段階では大腸癌による死亡数を減らすには早期発見が重要で、大腸内視鏡検査を普及させることが急務と考えられます。少なくとも大腸癌の危険因子(かかりやすい条件)を持っている方には積極的に検査を受けて頂くことが重要です。そこで大腸癌の危険因子ですが、以下の通りです。



- 1.食品:肉類、脂っこいもの、甘いもの、2.肥満、運動不足、座る時間の長い職業の従事者、3.アルコール類(とくにビール)、4.喫煙、5.血縁に大腸癌患者のある方、6.便秘、7.以前、大腸ポリープを指摘された方。

また現在大腸癌検診の大きな柱となっている便潜血反応の陽性者は大腸内視鏡検査を必ず受けなければなりません、受けない方はまだまだ多いのも問題です。それは大腸内視鏡検査が、つらい、苦しい、痛い、というイメージ(実際にそういう経験をされた方からの情報がひろまっている!)があるからと思われま

当院では鎮静剤を用いて苦痛のないように検査を施行しています。お気軽にご相談ください。
 ●宮前町10-10 ☎42-5566

ドクター講座 藤田歯科医院院長 藤田義夫

歯科金属アレルギー

手足や顔面などに生じた湿疹や皮フ炎、口腔内にできた口内炎などが、普通の治療では全く治らなかつたり、周期的に再発をくり返す時に、その原因が歯科金属アレルギーの可能性があると知れるようになってきました。



歯が抜けたリムシ歯になった場合、自然に治癒することはありませんから、それらを修復するために以前から歯科では多くの材料が使われてきました。なかでも金属はその強度、精密性、適合性、経済性などの理由から最も多く使われています。

金、銀、銅、パラジウム、ニッケル、クロムなど多くの金属が、合金として使われますが、これらの金属が原因でアレルギー症状を生じることがあります。

治りにくい皮フ疾患がすべて金属アレルギーではありませんが、その可能性がある人は検査をしてみると良いでしょう。検査は一般的にパッチテストが行われます。患者さんの皮フに検査用絆創膏をはりつけた部分の皮フの反応により原因金属を特定することができます。

金属アレルギーが原因の場合、口腔内の金属をすべて除去することで、口腔内、全身の症状は徐々に治癒してゆきますが、完全に治癒するには時間がかかる場合が多く数年かかることもあります。

治癒したあとは、原因となる金属を含まない金属、または金属を全く含まない材料で修復する必要があります。いろいろな材料が研究開発されていますが、保険には適用されないものが多く、これからもまだ金属が多く使われてゆくと思います。

ただ、金属アレルギーの発生率は低く、あまり神経質になる必要はありませんが、ほかのアレルギー疾患の増加傾向からすると、注意が必要かも知れません。

●柳町14-20 ☎31-1182

少額訴訟手続

監修/植松法律事務所
弁護士 植松直
☎43-0519

問 知人に30万円を貸しましたが、なかなか返してくれません。お金を貸す際に念書を書いてもらったので証拠はありますし、その知人はきちんと働いているので収入もあります。このまま泣き寝入りしたくないのですが、弁護士等に依頼して裁判するとお金がかかりそうなので、自分で訴訟したいのですが、簡単に出来る手続はないのでしょうか？

答 請求額が30万円以内で、かつ、金銭の支払請求を対象としたものであれば、通常の訴訟に比べて手続が簡略化された簡易裁判所の少額訴訟手続を利用する方法があります。少額訴訟手続は、あなたの貸金請求事件のように典型的な事件については、簡易裁判所に必要事項を記載するだけで訴状が出来上がるひな型が用意されており、法律の専門的知識がない方でも、訴訟手続を有効に利用することが可能です。また、少額訴訟手続は、原則として1回の期日で判決が言い渡され、請求を認める判決には必ず仮執行宣言がなされますので、判決後すぐに給与差押え等強制執行手続に入ることができるというメリットがあります。

しかしながら、反面、判決に対して不服がある場合も控訴はできないこと、裁判所があなたの請求を認める場合でも、分割払いや支払猶予の判決を言い渡すことがあり、これについての不服申し立ては出来ないこと、証拠は、訴訟期日に調べられる物(契約書、領収書、借用書、念書など)に限られること等の制限もあります。

また、相手が少額訴訟手続を拒めば、通常手続で審理されることになるということにも留意しておく必要があります。

interior

思い出を飾るフレーム

誕生、卒業、入学、転勤など思い出の写真をフレームに入れて飾りませんか？
 テーオーデパート1階の『オレンジハウス』で見つけたフォトフレームは、大きさもデザインもいろいろでおしゃれなインテリアにもなりそう。寄せ書きした色紙の中央に写真を入れる「メッセージフレーム」(1890円)は、部活やクラスの仲間達の記念にしたり、先輩への贈り物にも喜ばれそう。



マーガレットの飾りがついたかわいらしいフレームは20~30代の女性に人気で、白とピンクの2種類1365円。チャームのついた七宝のフレームは白とピンクで1890円。「ロッキングアニマルフレーム」(525円)は動物の顔の部分に人の顔の写真を切り抜いてはめず。写真はヒヨコで、ほかにサル、ニワトリなどがあり、ゆらゆらゆれる動きが面白いと年代を問わず人気です。

問/オレンジハウス
 ●梁川町10-25 テーオーデパート1階 ☎32-0001

nice taste! nice shop! nice job!



いま、人気のハワイアンマッサージのロミロミ。市内本通3丁目の『マリンブルー』の村本輝子さんは、道南初のロミロミセラピストでハワイで5人の先生から学んだ実績を持つ人物。

ロミロミは、かつてハワイの王様の体を召使が癒した伝説あるハワイアンマッサージのひとつ。エステと指圧の中間的な強さの上腕や肘を使った独特のオイルマッサージで、まるで南国の大きな葉に包まれたような心地よさに、ついウトウトと眠ってしまう人も多いそう。ぜひ一度、本場ハワイの熟練したロミロミやホットストーンをお試し下さい。

体の悲鳴を上げている箇所を見つけて出してもみほぐします。料金・施術時間はロミロミは70分6000円、ホットストーンは70分7000円。また、むくみや冷えを解消する足裏アットックスを導入。お湯に浸した足から体内の毒素が排出されるというもので、透明のお湯が毒

素で茶色に変わるの驚き。現在、通常30分3000円のところ15000円。ロミロミやホットストーン利用者には無料で体験できます。期間は3月末日まで。要予約。現在、ロミロミ教室準備中(4月下旬開講。無料体験、説明会実施中)。

●本通3-23-10 ☎5203099
http://www12.plala.or.jp/marine_blue/

毒素排出足裏アットックスをはじめました ロミロミセラピスト マリンブルー

患者さんにとって居心地のいい薬局を目指して。市内本町に昨年12月、親身で優しいサービスと、室内環境に配慮した「カトリア薬局」が開局しました。

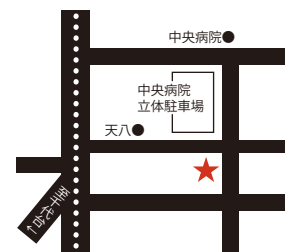
「薬局は薬をもちろんとするだけでなく、いつでも安心して相談し、休憩できる場所」であることをモットーに、待ち時間の短縮に努めるのもとより、手作りの温かいお茶やミネラルたっぷりの天然水を用意。

また、自然素材の竹炭で室内を仕上げている点も特徴で、化学物質の分解と消臭、アレルギー疾病の原因となるカビの防止、マイナスイオン発生による癒し、体にいい遠赤外線発生など、健康と環境に優しい室内を実現しました。



患者さんとの心のふれあいを大切にしたい、というスタンプの対応も、アットホームで丁寧と評判。「患者さんの多くが薬を待つ間、お茶を飲み世間話などをしながらリフレッシュしています」と、代表の松本紀人さんは話します。営業時間は月・金曜日が午前9時〜午後5時30分、土曜日は午前9時〜午後12時30分。毎週日曜日、祝日定休。

●本町34-14 ☎308182
 FAX 30-8183



大森稲荷神社にある「ルーディー」は、ギリシャの地中海に浮かぶ島をイメージした建物や海を見渡せ、店内が高級感をあふれるピューティーサロン。「料金も高いのでは...」という声も

聞こえてきそうだが、その点は心配無用。スタッフも気取らない雰囲気。午後8時までの来店。全メニュー可能という嬉しいところ。さらに、予約の際「ジュニアスタイリスト」を指名すると、全メニュー20%オフとリーズナブル。「ジュニアスタイリスト」といっても、たかさんのカットモデルで経験を積み、この店の規定をクリア。様々な人に対応できる

聞てきてきそうだが、その点は心配無用。スタッフも気取らない雰囲気。午後8時までの来店。全メニュー可能という嬉しいところ。さらに、予約の際「ジュニアスタイリスト」を指名すると、全メニュー20%オフとリーズナブル。「ジュニアスタイリスト」といっても、たかさんのカットモデルで経験を積み、この店の規定をクリア。様々な人に対応できる

通常料金は、パーマ9970円、デジタルパーマ14700円、カラー9450円、各シャンプー・カット・ブロー込、カット・ブロー込、カット・ブロー込、42000円。営業時間は午前10時〜午後8時(予約制。無休。駐車場有)。

●大森町22-2 ☎242003

居心地よく、室内環境も重視の調剤薬局が開局 カトリア薬局

ジュニアスタイリスト指名で20%オフ! ルルーディー

北海道初導入シワ・タルミ解消最新医療 五稜郭大村美容形成クリニック

眼や目の下に見えるタルミやシワ、鼻から口にかけて類に出るほうれい線は、歳と共に深くはつきります。人を老けて見せるこれらシワやタルミが気になる時には、これまでは美容形成による外科手術が速く確実に治療する方法でした。

しかし、市内本町の『五稜郭大村美容形成クリニック』で北海道で初めて導入したシワ・タルミの最新治療器械「フォトRFリファーマ」は、手術することがなく、従来のレーザー・光治療に比べて痛みが少なく、照射直後からハリ感やリフトアップ効果が実感でき、速効性」と「すぐに化粧ができること」が特徴です。また、治療を繰り返すことで自己のコラーゲンが増加して、長期のお肌のタイトニング効果も期待できます。「フォトRFライン」をシャープにしたい。目を大きく見せたい。ほうれい線を改善したい」という人にはお勧めです。老化したものは治らないと思われていたが、これからは改善できる時代なのです。



形成クリニックでは、このフォトRFリファーマの優れた点を体験して頂きたいと、体験コース初回限定15000円で実施中です。

●本町8-18 ☎354874
 アксаサ館ビル7階

いじめや自殺、青少年の犯罪の報道に心が痛みます。新聞やニュースを見ていると、子どもがバカやなくて、どうも大人社会そのものが病んでいるなどという感じがしています。私たちは、子どもたちにどんな風に育ってもらいたいと思っただけでしょうか？ 私たちには希望があります。子どもたちが次の社会を担っていくハトランナーだという思いです。彼らにどんな社会を受け渡すのか？ 少しでも自分の取り分を増やそうと人と争うとか、他者と関わるのは面倒だと自分の事しか考えないとかではなく、1人ひとりが自分の能力に応じて働き、お互いに補い合い協力しあいながら奮闘をやりだし、それを分かち合って豊かに暮らしていく～そんな社会を作りたい、そのために今、何ができるのでしょうか？

「なんだかつまらない…」、「疲れた…」と子どもたちが言います。生きている実感が持てないのだと思います。子どもたちの育つ環境が変わりました。かつては、地域に異年齢の子どもたちの群れがありました。そして、家の中で子どもがしなければならぬ仕事がたくさんありました。子ども同士のぶつかりあいの中で、「他者」というものを学びました。他者とは自分の意のままにならないもの。言葉をつくして自分の要求を伝え、相手の思いと折り合うことを身につけ、ぶつかり合いもあるけれど、一緒に遊ぶ喜びも実感として得ることができていました。また、家の中の労働を通して、私の存在が他者に影響を与えているという実感を持つことができていました。自分が確かに人の役に立っている。そして、他者と協力して仕事を成し遂げることの喜びを知ることでもできました。

人は、仲間の中で生きていく意味を見いだす動物です。子どもたちは生まれつき「社会性」に開かれているのです。それを育てるのは、ともに生きる「仲間」です。まずは、私たち大人が彼らの「仲間」になりましょう。頭でっかちで考えることをやめ、ともに遊ぶこと、そしてともに働くこと、一緒に汗を流し、喜び、苦勞し、語り合うこと。そんな中で、子どもたちが、自分の力を信じられるようになり、そして人っていいものだなって思う様になって欲しいものだと思います。子どもたちが市民社会の担い手として豊かに成長してくれること、夢は大きく、そのためにともに遊び、働くこと、やることは足元から。(函館稜北病院医師)

おもしろ雑学

読み間違いやすい漢字です。あなたはいくつ読めますか。

- | | | | |
|------|-------|------|----------|
| 【問題】 | (日)行灯 | 【解答】 | (日)あんどん |
| | (月)割輕 | | (月)ひょうきん |
| | (火)蛇腹 | | (火)じやばら |
| | (水)欠伸 | | (水)あくび |
| | (木)相殺 | | (木)そうさい |
| | (金)暖簾 | | (金)のれん |
| | (土)木霊 | | (土)こだま |
| | (祭)鈍色 | | (祭)にひいろ |
| | (祝)合歓 | | (祝)ねむ |
| | (自)社撰 | | (自)ずさん |
| | (国)塩梅 | | (国)あんばい |
| | (代)権化 | | (代)ごんげ |
| | (呼)時化 | | (呼)しけ |
| | (株)狼煙 | | (株)のろし |
| | (質)啖呵 | | (質)たんか |
| | (名)供物 | | (名)くもつ |
| | (有)形相 | | (有)ぎょうそう |
| | (学)呂律 | | (学)ろれつ |
| | (助)胡座 | | (助)あくら |
| | (社)殺生 | | (社)せつしょう |

内視鏡手術のモニタリングシステム導入

市内桔梗町の『函館泌尿器科』では内視鏡手術を行う際に患者さんの家族も手術を見ることができモニタリングシステムを導入しています。



術室と家族控え室に設置し確認してもらうというも。同院では内視鏡手術を行った患者及び家族の7割がモニターで手術の経過を見ています。患部を確認し、医師の説明を受けながら手術をするので、体の状態や治療法を納得できる点が良いです。

泌尿器科の受診をためらっている人も多いのが現状ですが、信頼のおける医師と高い医療技術や設備があれば安心して受診ができるのではないのでしょうか。

●桔梗町418-142
☎477711

函館泌尿器科

個室感覚でゆったり、あずましい家族風呂

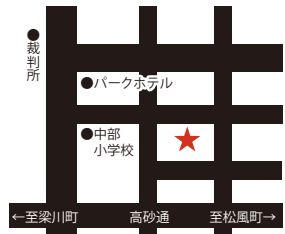
市内新川町の『新川湯家族風呂』は市内全域近郊から多くの人が訪れる老舗の家族風呂です。



市内でもいまや数少ない、貴重な家族風呂。人目を気にせずゆったり個室感覚で利用できるのも、家族、夫婦、カップルや大人1人での利用など、幅広く人気があります。

浴室は全個室。それぞれピンク、水色、ブラックなどのタイル貼りで、大理石を使った、昔ながらの銭湯のイメージだったり、各室違う雰囲気なので選ぶのも楽しいひと時。

料金は26年前の開店当時と変わらず、1時間以内で大人(中学生以上)600円、小学生300円、幼児150円。10分延長



本格中華を学びましょう

家庭的だけれど本格派。夕食のおかずにとびつたりの中華料理のレパートリーを増やしませんか？

また、3月の「スイーツに挑戦！」のテーマは「スコーンほか」。日時は3月14日午後6時30分～午後9時30分、3月15日午後10時～午後11時。昼・夜とも同じメニューで、受講料は各1500円(材料費、消費税込)。

北ガスッキングスクール

夜とも同じメニューで、受講料は各1000円(材料費、消費税込)。それぞれ定員は15人で、申込締切は2月20日。講師は和田徳子先生。会場は北ガス函館支店1階のッキングスペース。

パンのほりかわ

抜群の「バンドミール」の11品で、通常1260円のところ、税込1000円とお得！この内容での販売は2月16日～4月末日まで、青いばすと宅配エリアは無料配達可。配達時間は午後3時～午後6時(前日午後7時まで要予約)。店頭販売も行っていますが、数に限りがありますので、お早めにどうぞ(午後2時～)。そのほかのパンも1000円以上で無料配達可。営業時間は午前8時～午後7時。毎週月曜日定休。



市内高丘町の「パンのほりかわ」は、天然酵母と厳選素材のパンが評判の店。中でも、大好評の「お得用1000円セット」は見逃せないところ。

特にオスヌメは、「お得用」で、どちらにも優しいのが特徴。そのほかには、「セサミロール2個」「アロンパン」「あんぱん」「クレープパン」「チーズパン」「バターロール」「フランスケトン」など、筆者もオスヌメのキャラメルソースに生地をからませた「モンキッパン」とトーストした食感が

●高丘町4610
☎591800



また、3月の「スイーツに挑戦！」のテーマは「スコーンほか」。日時は3月14日午後6時30分～午後9時30分、3月15日午後10時～午後11時。昼・夜とも同じメニューで、受講料は各1500円(材料費、消費税込)。

●万代町8-1
☎426505

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

昨年12月15日号「クリスマスプレゼント特集」の際には、実にたくさんのご応募をいただきました。そのおかげに綴られた家族のほのぼのの印象的だものの中から、特にエピソードのものを幾つかまとめて今回の特集を編集しました。掲載した以外にも、心温まる、そしてとても素敵なエピソードが多数ありました。読者の皆様本当にありがとうございます。

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

色々考えさせられること12月15日号の「雪の心」のキリストの心を拝読いたしました。全く同感でございます。記事の中で「大切なものはお互い様」といつ心ではないかと記されておりますが、80歳を過ぎた年でも色々考えさせられることであります。大変勉強になりました。ありがとうございました。

（湯川町2丁目、A・H）
*とても光栄に思います。素敵な函館ライフを！

大きな情報源です九州(佐賀)から嫁いできた私は、夫も夕張出身のため、函館の土地の魅力に魅かれてきました。

色々なお菓子にチャレンジしたいです。私は子供と一緒にお菓子を作るのが大好き。主人は超一貫物好き。色々なお菓子にチャレンジしたいです。青は色々な情報報が即わかり、いつもランチ入温泉へ役に立ちます。これからも頑張ってください。（本通4丁目、M・K）

北海道教育大学函館校の平成18年度美術作品展が、2月28日から函館市芸術ホールで開催されます。北海道教育大学函館校の平成18年度美術作品展が、2月28日から函館市芸術ホールで開催されます。

「花禅」より3名様にお花をプレゼント。市内宮前町にある「花禅」より、あなたの誕生日をお祝いするお花をプレゼント。ハガキに郵便番号、住所、氏名、年齢、電話番号、あなたの誕生日を明記し、〒040-0073、

力に触れるための情報が必要になり限られていたが、青いほすに載っているお店に行ってみたり、医療情報(トクター)の写真付は安心感がある。や土地柄に関する話など、今では私達夫婦の大事な情報源です。これからもよろしくお願いします。

校美術教育講座夕陽会の平成18年度美術作品展が、2月28日から函館市芸術ホールで開催されます。同講座で開かれます。同講座で開かれます。同講座で開かれます。

共催の「第2回函館へ1チコンテスト」が3月3日、函館市民会館小ホールで行われます。時間は午後1時30分～午後4時30分。出場者は函館市及び北斗市など道南の受講生から選ばれた15組。内容は併論とスキット(寸劇)の発表。このコンテストの観覧者を募集中。観覧費は無料。詳細は同実行委員会事務局 ☎090-37785708まで。

「居酒屋 なんくるなゆさ」より、1000円分の食事券を5名様にお分けします。今回の「い店みつけた」のコーナーで紹介した「居酒屋 なんくるなゆさ」より、1000円分の食事券を5名様にお分けします。

元気で美しい肌のために 水分調整からはじめる 新感覚のスキンケア…



美しくお化粧のりもよい、元気な肌の実現をサポートする水のクリームです。大切な肌を保つために大切なのは水分調整。今年こそ、新しい感覚のスキンケアに挑戦しませんか？

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、予めご了承ください。
◆受付◆
月～金曜日
午前9時～午後6時
(担当/本間)

寒い季節になると恒例になるのがプラモデル作り。子供の頃から培ってきた技術で、40代になったいまもあれこれチャレンジしているが、専門誌に掲載された作品を見る度、レベルの違いを感じる。プラモデル作りは奥が深いもの。もっとまくなりてえ。(慎)

パソコンが壊れて先月からずっと悪戦苦闘。最終手段としてインストールの直しをしたらバージョンが下がって、症状は更に悪化。いろいろな本を読んで、だめでもともとと思ったことを試したら上手くなった。私にとってやっとなが明けた気分だった。(345)

「速弁」とは高速道路のサービスエリアで販売する弁当。高速道路といえは車を運転しながら食べる場合を想定して、ひと口で食べられるとか、片手で食べるものが主流なのだろうか。鉄道の駅弁や空港の空弁との違いはどこにあるのか？ 空想が広がって食べたい!! (チョコ)

漫画家の石坂啓さんが、漫画家の想像力と発想で1度世の中を疑ってみてはどうかと勧めている。「お上が巧妙にものを見えなくしている今、大切なのは思考停止せず問題を自分に引き寄せる想像力をどげだけ持てるかだ」という言葉には説得力がある。(画)

前世占いをしてみたら、笑顔や歌などを糧に自由気ままに出逢いと別れを繰り返し、各国の文化を伝えていたジプシーという結果。前世のカルマで楽天家で無計画な面を持ち、今世の課題は忍耐力。遊び感覚の占いだだったが、ちょっと納得。(BP)

町中のお店では春に向けた商品がどっと増えてきました。中でもカラフルなことに驚いたのが、デパートのランドセルコーナー。大人には奇抜に見える色でも、子どもたちは自分自身が選んだものは大切に使うそうです。でも、値札を見て高級価格に目がテン…。(たーた)

青は通販

エバメールゲルクリーム

人間の細胞はいつも生まれ変わっているもの。新しい細胞は表皮の一番下の基底層というところから皮膚の表面に近づき、その後、垢として剥がれ落ちます。新しく生まれきた細胞が角質層まで上がってくるために必要なのは角質層の水分です。肌が乾燥していると、発されたゲル状のクリームです。素顔のままでも



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

誠に勝手ながら、毎週土曜日は担当不在の場合がございます。午前9時から正午までご注文は承りますが、宅配日指定及び商品の詳しいご説明につきましては、翌週にあらかじめさせていただきますので、予めご了承ください。

次号 2月27日(火) 号外 ダイヤット特集

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…
青いほすとは旧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ければ幸いです。

お申し込み・お問い合わせは ☎23-5688 迄
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



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エック!

家を建てたい人が得する「住宅ローンセミナー」 来夢ハウス 辻木材株式会社
金利の上昇により、住宅を購入するために必要な「住宅ローン」への関心が高まっている。ところが、住宅ローンの借り方で失敗したと悔やんでいる人が非常に多いのも現実。

北斗市七重浜8丁目の「1」スト住宅会社「来夢ハウス」辻木材株式会社では、そんな状況に危機を感じ、この3月4日に、「究極の住宅ローンセミナー」を開催する。

- ① 頭金は多く払う方がいい
- ② できるだけ短い期間で組む方がいい
- ③ 家賃と同じくらいの金額で組む方がいい
- ④ 貸してくれる金額で組むのがいい
- ⑤ 金利は1番低いものがベストだ
- ⑥ ローンを組むと生活が厳しくなるのでできるだけ組まない方がいい

参加費は無料。同社の辻秀明社長が講師となり、ローンを払いながら貯蓄が出る。



辻秀明社長

また、「参加費無料は何故か」という問いに対して辻

「花畑牧場」の人気製品を自宅に! 九十九ライメン函館店

タレントの田中義剛さん プロデュースの「花畑牧場」の超人気商品が電話一本であなたのお宅に届きます。

「義剛ライメン」でおなじみの「九十九ライメン函館店」(BAY)は、ただで内では、花畑牧場の「馬油ヘガサシリ」を店内で発売し、注目されています。馬油(ばいゆ)とは馬の脂肪を長時間煮て不純物をろ過した油で、肌

にいいと昔から評判の逸品。また、花畑牧場で作られているチーズも人気を集めており、イタリアが本場の風味豊かな「チーズカヴォアロ」をはじめ、トーチーズ、カマンベール、スモークカマンベールといったラインナップ。

●豊川町115
260099

馬油ヘガサシリシリーズ



クリーム(大) 80g 2940円
クリーム(小) 60g 2100円



田中義剛さん



リンスインシャンプー 500g 1470円
角質落としジェル 150g 1890円



マイルドソープ(せっけん) 100g 1470円

チーズ

トムチーズ 125g 680円
カマンベール 135g 980円
スモークカマンベール 135g 1050円



カチョカヴァロ(=写真) 200g 980円