

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



新高速フェリー 函館 ← 約1時間45分 → 青森 ナッチャンReraで行く 青森日帰り旅

本紙記者が乗船、体験取材!!

この9月1日に就航した高速フェリー「ナッチャンRera」。函館～青森間が約1時間45分 という便利さはもとより、美しい船体と可愛らしい船体イラスト、そしてアットホームなネーミングから、新しい津軽海峡のアイドル的存在として人気を集めています。今回は本紙記者がナッチャンRera に乗船して青森への日帰りプチ旅を体験。津軽海峡を風のように渡り、青森のベイエリアで秋のひと時を楽しみました。



今回は、「ナッチャンRera」のキャビンアテンダントの佐々木千尋さんが取材に協力して下さいました。ユニフォームは「ナッチャンRera」のイメージにぴったりの明るく上品なデザイン。利用者が気持ちよく過ごせるようサービスしてくれるのがキャビンアテンダントです。



そして乗船。今回はエコノミーの前列の席を利用しました。座席の座り心地はとてよく、リクライニングシートなので疲れることもほとんどないでしょう。さあ、津軽海峡の旅がいよいよスタート。



乗船すると、まず驚かされるのがビジネス&エコノミー座席がある船内の広さ…。どの座席からも海を望むことができます。窓際にはカウンター席も設けられ、津軽海峡の船旅を満喫することができます。



当日は午前7時にターミナルに到着し、まずは「ナッチャンRera」を間近で見学。近くで見るとその迫力に感激! 船体に描かれたデザインイラストもとてもかわいらしい、素晴らしいフェリーです。



船内のあらゆる場所には、窓の外の景観を楽しめるよう工夫された座席がいくつもあり、自由に座ることができます。出航時はとにかく函館港の景色が最高。フェリーは次第に加速して青森へ…。

今回体験した運航ダイヤ

函館発 AM7:30 ▶ 青森着 AM9:15
青森発 PM3:00 ▶ 函館着 PM4:45

体験者:(チョコ)記者



「ナッチャンRera」は風を切って疾走するイメージですね。可愛い船体と豪華な客室、座り心地良さそうな椅子など、ワクワクしながら船内を想像したりするのも旅の楽しみ…。

ナッチャンRera 船名の由来

「ナッチャンRera (レラ)」という船名は船体デザインイラスト作者の愛称である「ナッチャン」と、アイヌ語で「風」を意味する「Rera (レラ)」を組み合わせたものです。親しみやすく、津軽海峡を風のように運航するイメージが伝わってきますね。

お問い合わせ

東日本フェリー予約センター
☎ 0120-756-564

営業時間 午前9時～午後6時
年中無休

[運航ダイヤ]

函館発 → 青森着	青森発 → 函館着
7:30 → 9:15	3:00 → 5:30
12:30 → 14:15	10:00 → 11:45
17:30 → 19:15	15:00 → 16:45
23:00 → 1:30	20:00 → 21:45

[運賃表]

区分	一般	ドライバー差額	
12歳以上	エグゼブティブ	10,000円	5,000円
	ビジネス	6,000円	1,000円
	エコノミー	5,000円	—
小学生以上の小児	エグゼブティブ	5,000円	—
	ビジネス	3,000円	—
	エコノミー	2,500円	—

区分	運賃
小型車(6m未満)	20,000円
中型車(6m以上10m未満)	40,000円
大型車(10m以上)	65,000円

区分	運賃	
特殊手荷物	自転車等	1,700円
	バイク	5,000円
	サイドカー	10,000円
小荷物	1,000円	

※詳細は東日本フェリーまで直接お問い合わせ下さい。

ナッチャンRera Q&A

キャビンアテンダント
佐々木千尋さんに聞く



Q. ナッチャンReraは何故、船底が空洞になったような形なのですか？
A. 航海時の抵抗を最小限にし、波浪中の激しい揺れを抑え、安定した高速走行をするため、このような船底の形になっています。

Q. どれくらいのスピードが出るんですか？
A. 時速36ノット、自動車でいうとおおよそ時速67キロというスピードで走行します。

Q. 船酔いはしませんか？
A. 安定走行できることから、船酔いはいらないと思います。ご利用の方々から、安定していて船酔いする心配がないと好評いただいております。

Q. 船内の特徴を教えてください。
A. ギフトショップやカフェバー、キッズルームなどの設備があり、心地良い船旅ができる船内といえるのではないのでしょうか。

Q. 青いぼすと読者に向けてPRを!!
A. 小さなお子様からご年輩の方々まで、どなたでも快適な船旅をしていただくために、笑顔で親切に接客させていただくのが私達キャビンアテンダントの使命です。ぜひ1度で乗船いただき、素敵な船旅をご体験下さい。



船の前方には大きくてワイドな窓があり、航行状況を目で見ることが出来ます。まるで気分は船長さん…。スピードだけでなく、この快適性も「ナッチャンRera」の魅力。



特に揺れも感じず、快適な船旅を終えて青森に到着。やはり高速フェリーを利用することで、旅のスケジュールも多彩になる点に注目すべき。さあ楽しみましょう、青森ベイエリア!!



早朝からの取材ということで、早速野菜パンとコーヒーを味わうチョコ記者。窓際のカウンターで津軽海峡の景色を楽しみながら、ちょっと優雅なブレイクファースト…。



船内には軽食をはじめ、ビールやコーヒーなどが販売されているカフェバーが常設されている。1番人気は船内で数量限定の「サンドイッチ」(1100円)。また、デミグラスソースとホワイトソースの2種類から好きな方を選ぶことができる野菜パン(=写真)もおすすめ。食事はラウンジで楽しめるほか、船内のカウンターを利用するのもおすすめ。



エグゼクティブ利用者専用のバーも常設されている。高級感と品がある雰囲気は、まさに「エグゼクティブ」という言葉にぴったり。「ナッチャンRera」はカッコいい!!



今回の取材では、特別にエグゼクティブ座席を見学させていただきました。シートは皮張りで最高の座り心地。オットマンが付いているというのも嬉しいですね(ちょっとチョコ記者、あなたはエコノミーですよ…「でも、そんなの関係ね〜」)。船内最上階に設けられたエグゼクティブのスペースは、まさに豪華客船といった感じ!! たまにはこんなリッチな旅もいいかも…。



青森駅横・ラビナ1階の『ジュピター』は輸入食材とこだわりのセレクト商品が1000種類以上並ぶ。食べることが好きな人、ワイン好き必見!! ☎017-775-9861



八百屋、花屋、古着店など雑多な店が並ぶ『ニコニコ通り』は、毎日お祭りのよう。とれたての野菜に農家のおばさん手作りの漬けものや特製みそなど、自慢の逸品が並ぶ。



青森駅前地区の Newtown通り に面した『バサージュ広場』は、飲食店に囲まれ、椅子やテーブルが置かれ買い物の途中に立ち寄り、待ち合わせにぴったりの街中ほっとスペース。



『青森観光物産館アスパム』2階にある「エネルギー館・キャプテンズオ」を見学。楽しいこと、不思議なことといった体験ゾーンで、小さなお子さんがいる家族連れにおすすめ。



『青森観光物産館アスパム』13階の展望台(大人400円ほか)から美しい青森市のベイエリアを一望。館内には観光、特産品、郷土料理など、青森の情報がいっぱいです。



旅のテーマが「食」になってしまった。露天の野菜に感激し、市場のおばさんの笑顔に癒され、輸入食材のとおきを見つけて、と買い物三昧…。



『市場食堂』は、「アウガ」地階にある新鮮市場内のお肉屋さん直営の食堂。市場で仕入れた食材を使った手作りのお惣菜や新鮮な魚貝の丼や定食が好評。カウンターに並ぶお惣菜や隣の肉屋さんからおかずを選べるのも嬉しい。隣の肉屋さんで選んだ豚カツ、唐揚げ、エビカツに、ハタハタの田楽、ほうれん草のゴマ和えを定食にして何と1200円。おすすめは「まぐろの中落ち定食」(700円)で、1頭のマグロからほんの少ししかとれない中落ちの味は絶品。「日替わり焼き魚定食」は600円〜、「刺身定食」は980円、ウニ、イクラ、など海鮮が豪華にのった「市場丼」(2500円)は1度は食べてみたい逸品。おかず1品150円〜。☎017-774-0550



あなたにふさわしい医療保険の選び方

自分にふさわしい医療 必要な保障が見えてき 保険の選び方を知って ますか? 「医療・ガン保 険」は2007年現在、 293種類あるといわれ ています。その中から、 必要な保障や内容が分 からない時は、豊富な経 験と知識を持つファイナ ンス・プランナーの高 梨しのぶさんのアドバイ スを受けてみませんか。

市内川原町にある「H o s t a (ホスタ) 函館」 が必要か、払込期間はいつ までにするか、入院日額 はいくら必要か、1回の 入院の支払い限度日数は 何日までにするかの4つ と1級ファイナンシャル プランニング技能士の資

Hosta (ホスタ) 函館 格者。「相談者の希望に 合った「医療・ガン保険」 を一緒に考えたいですね」と話します。

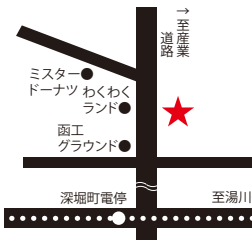
専門的なアドバイスで 将来の不安を軽減し、未 来の安心を手に入れませ んか? 相談は予約制な ので詳しくはお問い合わ せ下さい。

募集代理店 MSタカナシ保険サービ ス株式会社
〓川原町8-14
フリーダイヤル 0120-1174-373

募集代理店 MSタカナシ保険サービス株式会社
取扱保険会社 三井住友海上きらめき生命保険(株)
登2007-A-542 (2007.9.13)



ファイナンシャルプランナーの高梨しのぶさん



募集代理店 MSタカナシ保険サービス株式会社 取扱保険会社 三井住友海上きらめき生命保険(株) 登2007-A-542 (2007.9.13)

スピリチュアルコラム 地上の天国を目指して… 著/南木 江里子

『あなたの感情を尊重しないで、しかし、それを祭壇に飾ってはいけません』

(奇跡のコースの言葉 大内 博 訳)

今年6月私は愛猫のクロスを亡くしました。ウツを飼ったことがないのに、なぜか猫が「どうしよう」ことになるかもしれませんが、でも飼っている者にとってはやはり大切な家族なのです。

車にひかれて亡くなったのですが、その姿は、ほりむいものだったのと同じく、その晩はほとんど泣き続けて朝を迎えました。大きな目、タオルにぐるぐる口を動かして顔を離れられず、飯も食べなま、目を通過してしまいました。途中入ったのです。私が、天使の耳屋に来たとき、たさるお客様に伝えることは、なんだったろうか...それは執着を手放すという事です。

愛する者を「悲しむのは当然の感情です。悲しみも良いのです。でも、天国に旅立った者にとっても、残った者にとっても悲しむ続けるのはお互いのために良くありません。特に「亡くなった者にとっては、それは天国に旅立つことができます。

私はクロスケの亡骸があるままでは悲しみが抜け出すことができない。思い切ったウツを電話して火葬してしましました。むじ委を見なくなたお陰で、悲しむ続けるという情けない状態から抜け出すことができました。そして私に、ジョンの中では、黒猫のクロスケに羽が、天使猫になっる姿を見るまで、できるのだ。

奇跡のコースでは、自分の感情は悲しみや怒り、怒りやあれ大切にして扱います。自分を尊重し、大事にしないと言います。しかし、それをずっと持ち続けて執着するのはやめなさいと言います。祭壇に飾ってはいけないというは、怒りも悲しみも、その根元には愛があることに気づけることでもあります。

私はクロスケのごとき、このコースの言葉を深く理解したので

天使の耳屋 スピリチュアルカウンセラー 南木 江里子さん

Profile
1963年2月生まれ。数多くのスピリチュアルな本の翻訳をしている。玉川大学文学部教授大内博氏訳の「ゆるすということ」の本を数年前に読み、同氏が主宰する「安らぎのワークショップ」に参加。そこで「奇跡のコース」の言葉を学ぶ。現在、ヒーリングサロン「天使の耳屋」にて、スピリチュアルカウンセラーを行っている。
天使の耳屋 〓函館市榎本町31-9 ☎090-8271-1103

青ほの心

中村医師の話

アフガニスタンで長年医療活動に携わり、人々の暮らしを支援し続けている中村哲医師が、ラジオ番組で最近のアフガニスタンの状況を話していました。

先生は人々の生活の基本を支える水の確保のため井戸を掘り、灌漑用水路を建設するなど、20数年にわたってアフガニスタンの暮らしに寄り添って現地で暮らしています。その先生が現場をよく知る立場からの率直な思いを吐露していました。

アフガニスタンの現在の状況は最悪だといえます。長引く干ばつに加え、他国の軍隊が居座り、いまでも戦争状態が続いているからです。そのため、安心して生活の糧を得る仕事に就けない人々が故郷を離れ、家族とも別れて難民となって暮らす、そんな実態があるのだそうです。

この国の人々が望むのは、生きてゆくための食べ物があり、家族とともに安心して暮らせること、それは人間として当たり前の最低限の望みです。そんなやさやかな望みさえ、叶うことが難しい状況だといえます。

先生は言います。「現場から離れたら離れるほど、事実とは正反対の美しい言葉になる」と...よく言われるのは「国際協調」という言葉。見正しいことのように思えます。しかし現状では、それは結局米国への軍事協力を意味します。それが人々の生活の暮らしを助けるどころか、むしろ破壊しているのは歴然としていいます。

米軍は自軍の被害を恐れて、陸ではなく空から爆撃を繰り返すので、巻き込まれた一般市民や子どもも多く犠牲になっているのだそうです。

「いますぐに軍事協力をやめることがアフガニスタンの命と暮らしを守ることになる」と、先生は強調します。長年現場に立ち、「どんな立場であっても人の命は大事なのだ」という信念をもって行動してきたという、経験と実績から出た言葉には重いものがありました。

これは私達にとって遠い国の話かもしれませんが、でも、私達と同じように、家族と平和に暮らしたいと望む人々がいて、大変な思いをしなからずの手助けをしている日本人がいること、そのことだけは忘れずいたいと思えます。

my way 全力投球

検査の不安軽減で病気の早期発見を... 目指すのは地域のかかりつけ医

協立消化器循環器病院 副院長 能戸 久哉さん



「私自身、何度か口からの胃カメラを飲んだことがあります。消化器内科科長などを経て、平成も苦手なはず。だから、患者さんの気持ちがよく分かるはず。」

市内美原3丁目にある「協立消化器循環器病院」副院長の能戸久哉先生は、そう話す。鼻7割が口から、3割が鼻から挿入する先端径4.9ミリの超細径胃カメラを、道南で初めて導入したことで注目されたドクター。

能戸先生は平成元年に札幌医科大学を卒業。函館五稜病院を勤め、その後、消化器内科科長などを経て、平成17年に同病院の副院長に就任。就任とともに導入したのが、鼻から通す胃カメラ検査だ。

「当院で行う胃カメラ検査は現在の能戸久哉先生は、以前に口からの胃カメラ検査を受けて吐き気が辛かった方は鼻からの胃カメラをおすすめします。2年近い検査経験にもとづいてこの7月から麻酔法を改良。鼻から通す胃カメラ検査全体の3割ほど発生していた鼻の痛みが格段に減り、さらに苦痛軽減の点でも向上していると感じます。また、口からの胃カメラと違い、注射が不要なため副作用の心配が少なく、麻酔中毒も発生しにくく、安全面」

「日進月歩の医療技術。しかし、私達が望んでいるのは技術だけでなく、十分に話し合える、かかりつけ医」の存在なのではないだろうか。「鼻からの胃カメラ検査については、当院のホームページでも詳しく紹介しています。ぜひご覧になってください。」

協立消化器循環器病院は ☎46-1300。 <http://www.hakodate-kyoritsu-medical.jp/>

目指しているのは消化器系の病気の早期発見。そのためには自ら経験した検査の不安感を思い出し、常に患者さんの気持ちになて診療にあたり、患者さんと十分に話し合いながらできるだけ不安や恐怖心を取り除き、個々に合った苦痛の少ない安全な検査の必要性を強調する。

「勤務医時代は高度な消化器医療を提供することにやりがいを感じましたが、現在は高血圧や糖尿病、喘息などの内科疾患全般を診療し、他の診療科目のごことも適切なドバイスを行ったり、患者さんの健康全てについて悩みや不安を解消してあげること、やりがいを感じています。」



市内宮前町にある『中華料理 李太白』のランチは、中華料理専門店ならではの本格的な味がそろっています。手軽に中華が楽しめる「チョイスランチ」(880円)は、豚、エビチリ、麻婆豆腐など中華の定番7品から1品をチョイス。それに小皿、サラダ、ライス(お代り自由)、香物、スープ、ドリンクがセットになっています。ほかに料理が4~5品並ぶ豪華な「李太白セット」(1480円)、五目焼そば、五目ラーメンなどから1品選ぶボリュームのある「麵・飯類チョイスランチ」(1200円)があります。

LUNCH BOX

手軽に中華が楽しめる 中華料理 李太白

〓宮前町30-2 ☎42-77778



チョイスランチ 880円

Data
■営業時間/午前11時30分~午後3時(LO/午後2時30分、ランチは土・日曜日も行っています)、午後5時~午後10時 ■定休日/毎週水曜日 ■駐車場/有

今月の元気印



水島陸空ちゃん H16.8.21生

8月17日号に掲載された、赤ちゃんの夜泣きに困っているママ(マッキー)さんに届いたお便りを紹介します。

1歳5カ月になる男の子のママです。以前、私も子供の夜泣きにすごく悩んでました。原因が分からず、日中の泣き方とは違い大声でどこか具合が悪いのではないかと、夫にも「日中怒りすぎてるのではないかと」と言われ、子供を抱きながら涙したこともあります。救命丸という子供の夜泣きに効くという薬もダメで…。どうしようと悩んでたところ、いろんなママさんの意見を聞いたら「眠る環境を改めてみては?」ということでした。布団のかけすぎや厚着をさせていませんか? 私の場合は子供の寝相が悪く、寒くしてはいけないと思い靴下を履かせてました。子供にとって何か不快があって泣くのであって、その原因をなくしてあげればきっとぐっすり寝てくれますよ。(マッキー)さんが寝ようとすると泣き出すってことは、ぬくもりが災いして暑がっているのかもしれないよ(笑)。夜泣きは一時的なものだから、あともう少しだけの我慢。頑張りましょう!!

皆さんはどう思われますか? (マッキー)さんのお悩みに関するアドバイスやご意見など、たくさんのお便りをお待ちしております。そのほかにも、子育てに関するたくさんのお便りをお寄せ下さい。(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

インフルエンザの予防接種について
今回は、この9月26日に開院した『あんざいクリニック』の小児科医・安齋由紀子先生にインフルエンザの予防接種について伺いました。

インフルエンザはインフルエンザウイルスによる感染症で、普通の風邪とは違います。その特徴は①発熱・頭痛・筋肉痛などの全身症状が強い②小さなお子さんや高齢者、慢性的な病気をもつ人がかかると重症化したり、命にかかわることもある③短期間で多数の人に感染が広がる、などがあります。予防の基本は、流行前にインフルエンザワクチン(予防接種)を受けることです。ワクチンはその年の流行を予測して作られますが、流行ウイルスの株と完全に一致しないときでも重症化を防ぐ効果があります。流行のピークは毎年変わりますが、お子さんの場合遅くとも年内に2回目のワクチンを終えた方が良いでしょう。小さなお子さんの予防のためには、本人だけでなく家族みんなでワクチンを受けて家族内での感染を防ぎましょう。また、ワクチンを受けても、手洗い・うがい・人混みを避ける・マスクをする・十分な栄養と休養を取る、といったことも心がけて下さい。なお、卵アレルギーや現在治療中のお病気のある方は、ワクチンが受けられるかどうか事前に医師にご相談下さい。

安齋先生は、医師と母親の立場から幅広く相談に応じています。院内には内科もありますので、家族で接種する場合にもいいですね。
●本通3-27-6
小児科☎31-2212 内科☎31-2202

Naruhodo Topics [なるほどトピックス]

480円の「日替わり弁当」を配達

お弁当処 ユートピア



この内容で、なんと480円!!

市内海岸町の『有限会社介護センターユートピア』内にある『お弁当処ユートピア』では、毎週月～土曜日に昼食用と夕食用の「日替わり弁当」を宅配しています。
お弁当はユートピアの厨房で、季節の野菜や肉魚を素材として毎日一品一品手作りでいきます。献立は栄養のバランスを考えた内容で、和洋中華と料理もいろいろと。毎日食べても飽きない家

庭的な味が好評です。値段は480円。高齢者はもとより健康に

TEL/FAX 40-7890
●海岸町9-10
●鍛冶1-118
http://www17.plala.or.jp/teeth-hako/



絶対音感ってなあに? 『音会江口式絶対音感インストラクター』森仁美
「レッスンで絶対音感がつくなんで信じられない」と思いう人も少なくはないはず…。そこで絶対音感インストラクター・森仁美さんのレッスンを見学してきました。
森先生のレッスンを受けてから1年3カ月になるなつみちゃん(5歳)はどの鍵盤を弾いても同時に2つ以上の音を鳴らしつづけています。何の音か言いつつ、最近では幼稚園で習った歌を耳で覚え両手で弾いてしまつたというから驚きです。また、スムーズに読めるようになる音符の読み方も好評。何より、遊感覚のレッスンなので楽しく続けられます。
絶対音感をつけるには6歳がタイムリミットですが、6歳以上の場合別の方法で音楽

【携帯電話】080-5593-7997
【音会ホームページ】http://www.ichionkai.co.jp

歯とお口の美容と健康に!

ティース・アイ函館店

市内鍛冶1丁目の『ティース・アイ函館店』は、歯とお口をキレイにするエステショップ。「歯のエスエ」は、プロが直接貴方の歯とお口をケアしながら美容と健康を提供するものです。
歯磨きは毎日自分でするものですが、どんなに丁寧に

磨いても磨けないところがあります。でも、この店なら大丈夫。専用の歯ブラシと歯磨き剤を使用し、汚れを綺麗に取り除いてくれます。小さな子供から高齢者まで気軽に受けられる「歯と歯茎のブラッシング&マッサージュ」は1500円からで、心地良さと爽快感が好評。人気メニューの「ナチュラルホワイトニング」は、天然素材ジェルを使用しているのに歯や歯茎を傷めず、白さを維持したいなら、定期的なブラッシングがおススメ。歯の健康やお手入れ方法についてなど、相談にも応じています。現在お試しキャンペーン中につき「ホワイトニング」通常60分7000円の

ところ、45分3500円、そのほかの全コース20%Off(12月末日まで申込み)。無料相談も行っています。営業時間はお気軽にどうぞ。営業時間は午前10時～午後7時(予約制。毎週水曜日定休。駐車場有。
●鍛冶1-118
☎52-0108
http://www17.plala.or.jp/teeth-hako/

七五三の記念写真をどう撮ろうかと迷っているのなら、市内美原3丁目の『フォトスタジオオタヌギ 写楽館』で幸せの瞬間を形にしましょう。
今年の「七五三撮影会」では、新しい形の「和」スタイル・着物ドレスが大変好評。もちろん通常の着物やドレスも含め、撮影用衣裳は無料です。撮影料は5250円(ラフ写真・真集付)で、色々なポーズや表情で撮影してわり、その子らしさが伝わる写真が仕上がると評判。また、撮影時の様子が詰まった「フチ写真集」のプレゼントは、とてもおトクですね。声が聞こえ

【携帯電話】080-5593-7997
【音会ホームページ】http://www.ichionkai.co.jp



てきそうなき生き生きたとした一枚を写して「アタは、ぜひ!」なお、見学も可能ですので、ギャラリーやスタジオの雰囲気を確認してみてください。詳しくは、電話でお問い合わせ下さい。営業時間は午前10時

↑至東山 至湯川→
←至美原 産業道路
●鍛冶小学校
GS ●
●グルメンティ ビザ10.4
●ほっかほっか亭
●セブンイレブン
コインランドリー

てきそうなき生き生きたとした一枚を写して「アタは、ぜひ!」なお、見学も可能ですので、ギャラリーやスタジオの雰囲気を確認してみてください。詳しくは、電話でお問い合わせ下さい。営業時間は午前10時

てきそうなき生き生きたとした一枚を写して「アタは、ぜひ!」なお、見学も可能ですので、ギャラリーやスタジオの雰囲気を確認してみてください。詳しくは、電話でお問い合わせ下さい。営業時間は午前10時

午後6時、毎週水曜日定休。駐車場有。
●美原3-5-8-3
☎46-4554
www.tansugi.com

まちの弁護士さん 暮らし相談室

民事紛争と刑事告訴 監修／森越法律事務所
 弁護士 森越 清彦
 一その2ー ☎56-0042

問 私の長男は、大きな病院で手術直後に死亡してしまいました。病院側はミスを確認して賠償金を支払うと言っていますが、私としてはお金が支払われればそれで良いとは到底思えず、何故こんなことになってしまったのかを明らかにしたいし、医師個人の責任もきちんと問いたいと考えています。どうしたら良いのでしょうか。

答 病院側が「ミスを確認している」ということであれば、具体的にどのような経過の中で、どのようなミスが死亡につながったのかをきちんと説明を受けて（文書で貰えば最適です）、その関係部分の基礎データ（診療録、検査結果、手術記録、解剖所見等々）の写しを貰うことです。病院がこれに応じず、経過や原因を曖昧にしようとしているのであれば診療記録等上記の資料の全ての写しを貰うべきです。そしてこれらの資料をもとに他の専門医に意見を求める必要があります（その方法については、法律専門家に相談するべきでしょう）。その上で、民事的に病院に対して損害賠償を求めるとどめるのか、医師個人に対して刑事告訴もすることができるのかを法的に検討することになります。損害賠償の問題では、病院側がミスを確認している本件では、死亡により被ったあなたの損害（葬儀費用、慰謝料、逸失利益一生存していれば稼働により得たであろう利益を失ったことが損害になります）を求めることになりますが、刑事告訴となると、医師の過失を明確に立証することが求められ、捜査機関が確信に至らないとなかなか捜査を開始してくれないという意味でそんなに容易ではありません。専門医の判断に加えて、法的に業務上過失致死と評価できるかが問題となりますので、やはり法律専門家に相談する必要がありますがあるでしょう。

ZAKKA

お洒落な小物で楽しく!

市内弁天町にある『SUQスク』で、布などで作った可愛い小物を見つけました。「スク」は、イスラムの言葉で「市場」という意味。お出掛けに持っただけでなく、身のまわりの小物を入れて使えるきれいな水色の「フェルトバスケット」(3000円)、通帳や手帳入れなどに使える「布封筒」(800円)、花柄が可愛い「スクエアポーチ」(1200円)、髪や洋服やバッグを飾るお洒落な「コサージュ」(450円～)、スクオリジナルの個性的な「コラージュ」(2000円)など、函館内外の手作り作家の小物が色々そろっています。ものづくりの人達が集まってこの4月にはじめたばかりの新しい店には洋服、アクセサリ、銀細工、手作り石けん、陶器などがあります。併設のギャラリーでは作品募集もしているので、詳しくはお問い合わせ下さい。
 問／SUQスク ●弁天町15-12 2F ☎22-6167

nice taste



いま、ダントツで人気のランチといえば、市内美原1丁目の『魚まさ美原店』の水曜限定ランチ「握りスベシヤル」(1500円)。



●美原1, 20, 11
 牛角さん2階
 ☎404600



水曜限定ランチ「握りスベシヤル」
 限定ランチメニュー「握りスベシヤル」(1500円)。
 腕利きの寿司職人と評判の料理長が握る『魚まさ美原店』の自信作です。マグロは本マグロ、ホタテは伊達港直送と、素材と技にこだわるだけあって、味は抜群。握りのほかに料理3品、デザートが付き、さらにかわり自由のドリンクバーがあります。ゆとりとしたスペースの店内もくつろげる雰囲気なので極上の時間

美と癒しを真心こめて提供する市内外通2丁目の『トータルサロンビューティ中島』では、エステのキャンペーンを実施中。10月10日(土)は、通常3000円のところ、何と2000円に!
 美白効果とリンパマッサージで極上の心地よさです。
 11月は、全身エステラットバス付90分は通常7000円のところ6000円で利用できます。
 実は函館では、オイルのCAC化粧品を使った全身エステはこの店だけ。担当の亜美さんの手技が見事、至福の癒しです。
 また、「青いぼすとを見た」で11月末までキッズカットが1000円で利用できます。
 ●本通2, 21, 21
 ☎559850
<http://b-naka.com/>

nice shop

nice job

水曜限定ランチ「握りスベシヤル」

今回、北美原クリニック理事長・岡田晋吾先生より「かかりつけ医・在宅医の役割、正しい見つけ方と利用法」と題し、分かりやすく在宅医療について講演してもらいます。試食コーナーでは、施設で提供されているおやつが試食

●本町33, 2
 ☎519588

魚まさ美原店

新鮮有機野菜たっぷりのイタリアンをいかが!
 函館で穫れた新鮮有機野菜で作る本格イタリアンを味わいませぬかー!
 市内五稜郭町・ホーム企画ビル1階の『カフェテリア・アクシス』は、ミラノのシヨピング街あたりで見かけそうな、お洒落でアットホームな雰囲気のカフェテリア。
 この8月のリニューアル以来、地元・函館の農家から届く有

毎月、お得なエステのキャンペーンを実施中
 トータルサロン ビューティ中島
 午前10時～午後2時のタイムサービス。担当の2児のママ・美貴さんにおまかせ下さい。
 さらに現在、サロンでは10月23日に行う7人限定のフェイシャルエステ(通常3000円)の無料体験希望者を募集中。CA

5月21日午後1時30分～4時、花びしホテル2階コンベンションホールにて、『第10回函館厚生院フェア』が開催されます。医療・福祉の情報が氾濫する中、本場に身近で役に立つ話を聞いてみませんか。参加料は無料です。
 函館市及び近郊に3病院9施設あり、医療・福祉サービスを大きく担っている函館厚生院。その施設や実際に行われている医療・福祉サービスを紹介し理解を深めてもらうために企画されたこのフェアも今年で10回目となりました。



を堪能下さい。店のビル裏側には大型駐車場も完備しているというのもうれしいところ。営業時間はランチ毎週火・水・木曜日午前11時30分～午後2時(LO)午後1時30分、夜は午後5時～深夜0時。毎週月曜日定休。メール会員募集中。
 ●美原1, 20, 11
 牛角さん2階
 ☎404600

カフェテリア・アクシス
 食事をした人に「青は見た」でビスコッティ付オリジナル「コーヒー」プレゼント。ランチにカフェタイムに、ヘルシードのお洒落なひと時を…。営業時間は午前9時30分～午後6時(LO)午後5時30分。毎週水曜日定休。駐車場有。
 ●五稜郭町35, 1
 ☎565384

美と癒しを真心こめて提供する市内外通2丁目の『トータルサロンビューティ中島』では、エステのキャンペーンを実施中。10月10日(土)は、通常3000円のところ、何と2000円に!
 美白効果とリンパマッサージで極上の心地よさです。
 11月は、全身エステラットバス付90分は通常7000円のところ6000円で利用できます。
 実は函館では、オイルのCAC化粧品を使った全身エステはこの店だけ。担当の亜美さんの手技が見事、至福の癒しです。
 また、「青いぼすとを見た」で11月末までキッズカットが1000円で利用できます。
 ●本通2, 21, 21
 ☎559850
<http://b-naka.com/>

新鮮有機野菜たっぷりのイタリアンをいかが!
 函館で穫れた新鮮有機野菜で作る本格イタリアンを味わいませぬかー!
 市内五稜郭町・ホーム企画ビル1階の『カフェテリア・アクシス』は、ミラノのシヨピング街あたりで見かけそうな、お洒落でアットホームな雰囲気のカフェテリア。
 この8月のリニューアル以来、地元・函館の農家から届く有



市内美原2丁目のアロマセラピースクール&サロン「風香」は、『セラピスト』とアロマセラピーを一緒に体験できる癒しのサロンです。スクールも併設しており、今回はこの11月にスタートする専門的なセミナーをご紹介します。これは看護師や介護士などの看護、介護、福祉の現場で活躍する人向けで、資格を取るための学びとは違い、職場で活かす知識や実技を学ぶ実践的なものです。通年開催予定で、第1回は11月10日(アロマセラピーの基礎理論①)です。参加者同士の意見交換の時間をとっているのが、悩みごと話し解決策のヒントを得たり、新たな発見をするなど情報交換の場として活用できます。理論は1講座3時間定員6人、実技は1講座3時間定員4人で各9000円。日程はお問い合わせ

●美原2 38-31-102
47-3428
http://www.aroma-fuka.com/

Circle & Culture Guide



■日時/毎週金、土、日曜日 ■場所/市民プール
■会費/週1回3500円、2回5000円(各入館料込)
■連絡先/☎52-5082(坂本:日曜日担当)

おすすめサークル&カルチャー案内

はこだて医療情報

危ない不整脈の症状

正常の脈拍とは、1分間に50~100回打つ規則正しい心拍ですが、これ以外をすべて不整脈と言います。症状もなく無害な不整脈から突然死してしまう不整脈まで、いろいろな種類があります。ドキドキして気持ちの悪くなる不整脈は、命の危険がなくとも治療すると生活の質が保たれるように治療をします。「失神する」「目の前が暗くなる」「引きずり込まれるようなめまい」を自覚するときには心臓から頭に血液が送れなくなるような状態で、命にかかわる重症な不整脈の存在を疑わせます。不整脈が発作のように一時的に出ても時期を逃すと証拠がなくなるため、想像で危険な不整脈かどうか考えなくてはならない場合も多いです。正確に診断して危険な不整脈を見つけるためには、「心電図」や、1日中体に電極を貼り付けて心電図を記録する「ホルター心電図」(普段どおりの生活をしながら記録します。入浴中の心電図をとれる機械もあります)、運動中の心電図をとる「トレッドミル運動負荷心電図」などがあります。

どんな不整脈が出ていたか想像するのに1番助けになるのが、動悸の自覚症状です。普通は、心臓が動いているのには気がつきませんが、思春期に異性に「好きです」と言うときに感じたようなドキドキ感が速かったり、リズムが狂ってしまったたりするのが動悸です。「ぼっくり病」と言われていましたが、夜、寝ている間に不整脈のために突然死するブルガダ症候群は30~40歳代の男性に多く、特徴的な心電図変化があることがわかってきました。初回の発作で死亡することが多いので、不整脈としては非常に危険な不整脈に分類されています。「動悸がして変だな」と思ったら、「1度きりで繰り返さない」と自分を納得させずに、まず、病院で病状を話し、心電図を撮ってみて下さい。1番大事なのは危険な不整脈を予防するように治療を受けることです。まさかの時は蘇生術を周囲の市民が施行してくれ、AED(除細動器)で電気ショックを用いて心拍を再開させるのを期待することになります。

●大川町12-22 ☎43-1222



榊原循環器科内科クリニック院長 榊原亨

話題の種

人気の癒し・アロマセラピーを医療・福祉の現場で活かしてみよう！アロマセラピースクール&サロン「風香」



Gourmet Guide

いい店みつけた

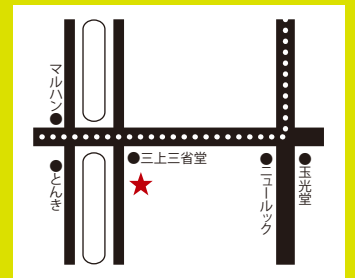
そば処千寿

■営業時間
午前11時~午後3時
午後6時~午後8時
毎週日曜日は午後3時まで
麺がなくなり次第閉店
■定休日/毎月第1、3日曜日
■駐車場/有
■禁煙席/無
●松風町4-10
☎27-0393



市内松風町にある『そば処千寿』は、定番の蕎麦から新感覚の蕎麦まで豊富にそろった1軒。自家製の麺は、白い細麺で喉ごしの良さとコシの強さが特徴。さらにこの蕎麦の味を引き立てているのが、手作りの蕎そば風麵つゆ。しっかりとした風味のこの麵つゆなら、薄くならず最後まで深い味わいを堪能できます。オススメは、この夏から登場し人気を集めている「冷肉そば」(650円)。たっぷりの白髪ネギ、白ゴマ、大葉、茹でた豚肉にゴマ油の香が食欲をそそる逸品で、あっさりとした味わえるのも魅力。そのほかには「冷かしわ山菜」(700円)もファンの多いメニュー。「ミニもりそば」「ミニかけそば」(各200円)は、子供

や丼ものなどと一緒に注文するのもピッタリ。新しい蕎麦に出たいなら「チーズカレー南」(800円)をお試しあれ。定食や丼、一品料理も充実しており、各種うどんも有。秋の新メニューも多数登場中のこの店へ、ぜひ1度足を運んでみては…。



函館水泳指導員会スイミングスクール

水泳指導員の資格者の集まりである当会金崎会長が大人のための教室をはじめたのはいまから7年ほど前。現在は30~70代が男女問わず楽しく学んでいます。発足当初からの生徒さんそして当初は水に顔もつけられなかったのがいまでは50メートルプールを自在に泳いでいるのだとか。練習は毎週土、日曜日の6時から、金曜日の午後6時30分から各1時間半のうちのいずれか、週2回の受講もできます。都合の悪い時はほかの曜日に振替も可能とのこと。日曜日は25メートルプールで初心者、50メートルプールでは経験者と2コースに別れての指導が行われています。「励まし合いながら楽しく学べる場で、プールに入った後は体が軽くなり気分も爽快になります」と生徒さんの1人は言います。

ドクター講座

カミソリで肌を痛めていませんか

いわゆる「かみそりまけ」で当院を何度も受診される人が増えてきました。カミソリで起きる皮膚障害としては、毛穴周囲の皮膚炎や毛の埋没、細菌感染による毛のう炎、炎症後の色素沈着、誤って切ってしまったことによる皮膚のひらんなどがあります。最も多い毛穴周囲の炎症の治療に対しては主にステロイド外用剤を使用しますが、これは細菌感染を起こすこともあり、感染による毛のう炎や皮膚のひらんがある場合には使用することができませんし、また長期に外用し続けると徐々に毛深くなっていきます。

これまでの脱毛法は針やレーザーでしたが、現在は光脱毛が中心です。その長所は、痛みが劇的に少なく、短時間で終了することです。しかし少なくなったとはいえ、無理に出力を上げるとやけどなどの合併症が起きることもあり、機械や皮膚の知識が豊富で、速やかに合併症に対して対応できる医療機関での施術が安心して安全です。医師にしか購入できない光治療器は、冷却ジェルを使用するもの、接触部分を自動的に冷却するもの、RF(高周波)を併用するものなどがあり、やけどをできるだけ起こさない工夫がされています。当院で使用しているPPも水を吹きかけて気化熱で熱を奪い、吸引することで少ない光でも効率よく毛根に届きますので、安全性が高くなります。また光脱毛には肌をきれいにする効果もあり、これまでのカミソリの使用で黒くなった肌や開いた毛穴もきれいになっていきます。施術回数は平均5回ですが、満足度はその人によって異なりますので、それよりも少ない回数で終了する人もいます。

これから紫外線が弱くなり、脱毛するには絶好の時期です。皮膚障害もそうですが、お手入れの時間と労力をもたないと思う人、温泉・プールなどで肌を露出する機会が多い人で脱毛に興味がある方は、是非1度医療機関に相談にいらして下さい。

●石川町350-17 ☎34-3311



日本皮膚科学会認定専門医 うめき皮膚科院長 梅木薫

■ ■ ■ みなとまち市民プラザ ■ ■ ■

MINATOMACHI SHIMIN PLAZA

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
FAX (0138) 23-5699 青山

函館く青森間の高速「ナッチャンRera」と言われ、とてもがっかりが注目されています。今回は、「ナッチャンRera」で行く青森の日帰りプチ旅の体験取材をお届けしました。津軽海峡の秋の旅を、皆様も楽しんでみてはいかがでしょうか。

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。

□読者の声□

「以前、広野町に住んでいた頃、函館の街の感想(いいところ、悪いところ)をFAXで送りました。それが青いほすとさんに載った時、すごく嬉しくて何度も読み返し(自分が書いた文章なのに…)ほほんでもありました。もちろん、主人にもアピール。石川町に移つてから、なんと青いほすとが届かなく、電話したら

「まだ配達の手配がない」と言われ、とてもがっかりしていました。最近、石川町にも届くようになり大喜びです。先日、青いほすとに載っていたキングベークさんのベイクサンドとキングサンド食べてみました。とてもおいしく安かったです。アボカドのサンドが特に、また、いい店の紹介これからもお願いします。(石川町、N.S.)

「読者の声」、私の出てくるかなと、必ず読みます。そしてそこに多くの人々の同じ思いを見つめます。奥尻の青山さんのやっぱり心に届くものだったんですね。それから『編集後記』にも必ず読みます。ひとりひとりの生きてる、生の声が届かなく、電話したら

「今後の人生や今までの暮らし方をじっくり…」
 函館生まれ函館育ちながら、日々の生活に追われ、なかなかにゆとりがなくなる時間を持てずにきました。自然の中で夕日を眺めながら、今後の人生や今までの暮らし方をじっくり考えてみたいと思いま

「ダイヤモンドキッズバトン」を回しながらリズミクして、愉快な仲間と楽しんでいます。『ダイヤモンドキッズバトンクラブ』メンバー募集中です。入場無料。入退場自由。履歴書不要。詳細は「街角情報」をご覧ください。

□街角情報□

「山の手3丁目、K.H.」
 2年前に乳がんになり、そちらの紙面に載せていた、たいたKHです。その後、治療を続け、なんと、がんが消えました。治療は続けていかなければなりません。が、がんばって前に進んでいきたいと思います。私の周りの人達にありがとうと伝えたい私です。

「プレゼント」
 『ジョブカフェ北海道』の合同企業説明会「ジョブカフェスタin函館」が10月23日にサン・リフレ函館で、正規の就職を希望する34歳以下の若者を対象とした「ジョブカフェ北海道」の合同説明会「ジョブカフェスタin函館」が、10月23日午後1時～午後6時、市内大森町のサン・リフレ函館で開かれます。会場では参加者に向けて「就職相談」や「職業興味検査」などのコーナーが設けられます。入場無料。入退場自由。履歴書不要。詳細は「街角情報」をご覧ください。



街角インフォメーション ニューオープン&リニューアル情報

たつみ五稜郭店

市内本町の電車通り沿いにオープンした『たつみ五稜郭店』は、激安メニューでおなじみの市内東川町『たつみ』の支店です。メニューは本店同様麺類から定食、酒の肴まで豊富に揃っています。食事のメニューは昼夜共通で、定食、丼ものなどの女性、70歳以上の高齢者、小学生以下限定メニューでオール490円のAコース、オール640円のBコース、フライ定食やカレーライスなどボリュームがたっぷりあるCコース、と種類が多いうえにリーズナブル。また、夜は食事にも酒の肴にもぴったりの小鉢メニューがなんと250円～。さらにおまかせ料理つき飲み放題が2500円、3000円、3500円とあります。営業時間は昼が午前11時～午後2時、夜は午後6時～深夜0時。駐車場有。



●本町4-22 ☎53-8477

エバメールゲルクリーム
 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。

本紙読者から大絶賛の逸品。水と、体によいといわれる天然素材がギュッと詰まったゲル状のクリームです。表皮の一番下の基底層から生まれた新しい細胞が皮膚に近づき、角質層に上がっていくために必要な水分をキープすることができま。肌の乾燥を防ぎ、常にみずみずしいお肌の実現に、エバメールゲルクリームを!!

通販コーナー

お申し込み お問い合わせ
 株式会社青いほすと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 10月30日(火)
幸せを呼ぶ 魔法のケーキ特集
 (とうとう期待!!)

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 どころ株式会社内
 [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 & WEB	武越 史幸
	マーケティング	本間 尚子

奥様アルバイト募集

①ミッドレディ (1)
 お住まいの周辺に週2回程度、青いほすとやチラシを配るお仕事です。時間は1日2～3時間。健康的なお仕事です。収入は1ヶ月1～2万円程度です(地域によって異なります)。
 募集地区/元町、大手町、東雲町、新川町、松風町、港1丁目、堀川町、湯川2丁目、上湯川町、昭和1丁目

②ミッドレディ (2)
 自家用車を使える方で、どこの地区へでも配布に行くことができ、市内の地理に明るい方。

③ミッドリーダー
 自家用車を使える方で、市内西部地区のミッドレディを統括する地区リーダー。

お申し込み・お問い合わせ
☎23-5688 (受付/毎週月～金曜日午前9時～午後6時)



SPOT LIGHT

街で話題の最新情報、お得な情報に、スボットをあて、青いほすと記者が徹底チエック！
あなたの快適ライフにお役立て下さいネ。

落語界の豪華な顔ぶれが揃い踏み 林家木久扇 林家木久蔵 親子W襲名披露

日本が誇る伝統話芸・落語を生で楽しみませんか。テレビでもおなじみの落語家達が、縁起のいい落語を披露します。平成20年2月18日(月曜日)、函館市民会館大ホールにて、「林家木久扇・林家木久蔵 親子W襲名披露」が開催されます。料金は全席指定です。



な人気噺家の競演が目の前で繰り広げられます。貴重な名人芸をぜひお楽しみ下さい。今回は一般発売より少々早く、青いほすとに読者にチケットを発売します。お電話一本で手間がからない代金引替郵便にてお手元



はじめ、豪華なチケットが届きます。送料は特別に無料サービスとなります。より良い席をご希望であれば、お早めに左記電話番号にてご予約下さい。本場の雰囲気を感じて頂きたい機会です。受付時間は午前9時～午後6時。 有限会社シーガル 513339

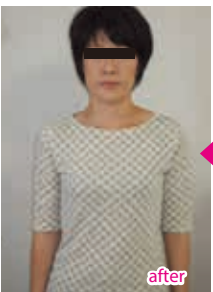
冬を迎える前に脱メタボ！

最も脂肪が蓄積しやすい冬を迎える前に、キレイに健康的にダイエットをサポート。自ら「耳ツボダイエット」成功者の代表中野千鶴子さんのバツアップにより、この店でダイエットに失敗した人がいないというのを見逃さない点。



中野千鶴子代表
全メニュー利用でき、10000円分をプレゼント(先着10人)。メニューは「ゲルマウム温泉浴」「美容整体」「アロマハンドセラピー」などなど、キレイで元気になれるメニューが充実。

ホロニック函館



「耳ツボダイエット」は、週2回の耳ツボ交換で3カ月・平均8〜12キロのダイエットが可能。特徴は①体脂肪をしっかりと落とす②リバウンドしない③スタイルよく痩せられる④肌もキレイになり健康的、など嬉しい結果が満載。 <http://holonic.main.jp>

体重 60.8→47.9
体脂肪 35.6→25.7
W 79 cm→62 cm
H 97.5 cm→88.5 cm

営業時間は午前10時～午後8時(受付時間は午後6時まで)。予約制。毎週日曜日、毎月第2土曜日、祝日定休。駐車場有。
●日吉町4-17-9
☎321840