

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

特別企画

家族のほのぼのEPISODE

7章で綴る珠玉のストーリー

今回もまた、心温まるエピソードがたくさん届きました。ハガキという極めて限られたスペースの中に描かれたメッセージには、それぞれの家族の素敵な物語があります。長い人生の中のほんの一端を切り取ったような、そんな小さな物語に秘められた幸せのカタチを、じっくりと感じて下さい。

序章 prologue

暗いユースが続きます。でも、テレビのニュースや新聞で伝えられるほど悪いばかりの世の中ではなく、この街ではたくさんの子供達が、やさしく思いやりのある人間として成長しています…。

第一章 我が子への
ありがとう

息子のひとことに涙…

ブランド物のバッグがほしいと思っていたら、還暦のお祝いに息子がプレゼントしてくれろと言ったのを見に行きました。ああ、あまりの値段の高さに「お母さんいいよ」と言ったら、息子が「親にこれだけの物をプレゼント出来ると思ったら自分でもうれしい」と言ったひとことに涙が出てしまいました。

ペンネーム:ビンボンパル

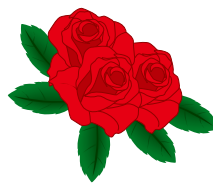
忘れられない揚げパンの味…

私が小学生の時に給食で年に1回位より出されなかった揚げパンの味が忘れられないと子供達に話したら、当時小学校1年生だった息子が「しばらく忘れた頃に、給食で初めて揚げパンが出た時に、ひとくちも手をつけずに家に持ち帰ってきて」「母さんこれ食べな」と渡された時、涙が出るほどうれしかったと同時に、息子もお腹が空いていたのに食べずにきた事を考えると心苦しかったのを覚えています。

(時任町、K・I)

756円入った封筒は宝物…

9歳の長女とスパーに行った時、娘は自分のおごつかいを持って来たのでゲームをやつていかと聞いてきました。むだ使いをしない様に言ったところ、10分程で千円を使ってしまったと言つて



きました。私は、ママがどの位の時間、どのくらい一生懸命お仕事をしないと千円も足りないかを話し、お金を大切にしようと言いました。家に帰ると何やら机で書いていましたが、娘が「くごめんさい。お仕事大変なのにゲームで使つてごめんさい。これあげるからビル買って下さい」の手紙と全財産の756円入った封筒を渡してきました。いいからと言つても受け取りません。手紙とお金の入った封筒は今、私のバッグにそのまま入っています。一生使えない、私の大切な宝物になっています。

(日乃出町、H・I)

あたためてあげる…

雪がちちつく寒い日。私が4歳の娘と2人で家の近くのスパーまで歩いて行った時のことです。ママ「寒くない?」「うん、少しね」「じゃあ、わたしのあつたかいこころぜんぶ、あたためてあげよう!」。ほんとにあったかい気持ちになりました♡

(湯浜町、Y・K)

泣きながら食べたチャーハンの味…

何年かぶりに風邪をひき、熱で寝込んでしまいました…。そんな時、9歳の息子が私を心配して生まれて初めてチャーハンを作り、枕元に持ってきて食べさせてくれました。卵が入っただけのチャーハンでしたが、やさしく成長してくれたことがうれしく、泣きながら口食べました。ありがとう。

(松風町、R・M)

第二章 妻から夫へ
心をこめて

頑張っている夫に…

仕事の忙しい夫は、夢の中でも仕事をしているらしく、寝言も仕事のことを

家族つて支えあうものなんだな…

平成18年より、子供達の手がからなくなつたのでフルタイムの仕事をはじめました。社会に出るのはなんと12年ぶり! 夫は最初、家事の手を抜くので反対! 俺は手伝わないぞ! と言っていました。が、半年経つにつれ、自分が休みの日はそつじ・料理などやってくれるようになりました。子供達も自分の事はやるようになり、家族つて支えあうものなんだな、と実感しています。

(ペンネーム:ユカママ)

本当に嬉しく思っています…

うちは家族共働きなのですが、夫はいつも率先して何でも手伝ってくれます。もちろん洗濯や片付けなどは私がやりますが、それ以外の用事や様々な事を使命のように、嫌がらずにやってくれます。動きも早く、いつも感心しています。私は全くの正反対なので、さぞイライラしているとは思いますが、がまんをしてくれてるようです。本当に嬉しく思っています。

(七飯町大川、R・T)

どんなタイヤよりも輝いた私の心…

いつも単身赴任で忙しい日々、たまに会ってもすぐに戻つてしまつた主人とは、2人で決めた記念日にさえもゆっくり出かけた食事も出来ない日々でした。そんな主人が私を誘つて食事に連れて行ってくれたのです。それは私の49歳の誕生日でした。毎日忙しい日々を送っていた主人がその日の為に休み

お楽しみのカッキーは…

先日、仕事から帰ると3歳の娘に、「お父さんママとケーキを作つたら食べな」と言われて、「後で食べるよ、おやすみと娘が寝た後に台所を探すけど見当たらない。妻に聞くと、おままだとで作つたケーキの話だったので。やられました(笑)。

(亀田港町、M・N)

月夜の願い…

4歳の姪の子は、十五夜のお月様に向かって「プリンセスにして下さい」とお願いしていた。

(匿名希望)

夢のあるヤツ…

2カ月位前の話です。我が家の小5の一人息子が「友達から、サンタなんて本当はいない。あれはお母さんなんだと言われたけど本当なの?」と聞いてくれました。まだサンタを信じていた事に母もビックリ…。その友達からも「お母さん夢のあるヤツだな…」と言われたそうなので、いろいろ聞いてみることに家族で大笑いしてしまいました。

(七飯町大川、R・C)

第二章 我が家の
自慢の家族

道路たっけ、ドライアイスだ…

ある朝、仕事に出かける私に父が言ったこと。「今朝、たっけ、たいした寒いぞ! 道路たっけ、ドライアイスだ!」。

アイスバーンと言いたかつたのでしようね。

(七飯町本町、T・K)

を取り帰ってきてくれてまして、私の誕生日を覚えてくれたのです。どんなタイヤよりも私の心は輝きました。ありがとう。

(西旭岡町3丁目、S・M)

昨年12月14日発行分のクリスマスプレゼント特集の応募の際にお寄せいただいた、読者の皆様からのエピソードをまとめたものです。

頭張っている夫に…

仕事を忙しい夫は、夢の中でも仕事を

家族つて支えあうものなんだな…

平成18年より、子供達の手がからなくなつたのでフルタイムの仕事をはじめました。社会に出るのはなんと12年ぶり! 夫は最初、家事の手を抜くので反対!

自分が休みの日はそつじ・料理などやってくれるようになりました。子供達も自分の事はやるようになり、家族つて支えあうものなんだな、と実感しています。

本当に嬉しく思っています…



頭張っている夫に…

仕事を忙しい夫は、夢の中でも仕事を

家族つて支えあうものなんだな…

平成18年より、子供達の手がからなくなつたのでフルタイムの仕事をはじめました。社会に出るのはなんと12年ぶり! 夫は最初、家事の手を抜くので反対!

自分が休みの日はそつじ・料理などやってくれるようになりました。子供達も自分の事はやるようになり、家族つて支えあうものなんだな、と実感しています。

本当に嬉しく思っています…



第四章 ひつじ屋根の下の ほのぼの風景



母はひと言、「あったかいね」と…

押し入れの整理をしていたら、私の子供の頃に母が手編みで編んでくれたセーターを見つけた。母は今年で80歳で、めっきり足が弱くなって、どこに行くにも私の手を借りています。そんな母に、そのセーターをほどこいて靴下を編んでやりました。母はとても喜んでひと言、「あったかいね」と言ってくれました。そして、私が小さかった頃の思い出に花が咲きました。

(千代台町、Y・S)

みんな違うことをしていても…

今がまさに、ほのぼののエリアードです。自分が、パソコンで年賀状の印刷を待ちながら応募ハガキを書き、その横で夫がPSS3のゲーム子供がDS。同じ部屋に集まりみんな違うことをしていますが、ほのぼのという感じですよ。

(田家町、A・K)

母がいなくて、こんなに淋しい…

母が肺炎をこじらせ、なんと1カ月半も入院したのが10月の事です。その間、私と父との2人きりの生活が始まりました。日中は仕事があるので父1人きりでの留守番です。夜に帰宅するなり父はすぐくつれしやうに出迎えてくれました。普段母がいてあたりまえ、何をしても母まかせ母がいなくて…こんなに淋しく大変な事だと理解してくれたのか…1カ月半ぶりに退院した母には優しくしてあげたいと願っています。

(桔梗3丁目、T・M)

心の時間…

今年5月より主人のお母さんと3人暮らし。物忘れのお母さんの心の時間に乗りながら暮らしています！

(榎本町、M・N)

何よりもおいしかったケーキ…

去年のクリスマスに、ケーキの準備OKでお寿司もあり、すべて準備出来ていたのですが、ダンナ様が残業になつてしまい、子供と9時まで何も食

べずに待つていた事があります。3人で食べるケーキは何よりおいしかったです。

(五稜郭町、K・O)

応援していたのは…

今年の世界陸上を家族と一緒に見ていたところ、予選と決勝を家族で間違えてしまひ、リプレイで放送された内容を全員で応援してしまいました。ほのぼのといいますが、ただの天然ですかね(笑)。

(宝来町、A・O)

第五章 我が家の 小さなアイドル



おなかいっぱいになる…

我が家には6歳の長男と3歳の次男がいます。長男はとても勉強が好きで、小さい時から字の読み書きができて計算も得意でした。先日、次男にミカンを並べてミカン1つとミカン2つ、あわせるとうつなるかな」と聞いたところ、「おなかいっぱいになる」との答え。私はそんな、長男とは違う次男をとてかかわく思いました。今は勉強よりも食欲だね。

(匿名希望)

うれしいプレゼント…

母の日のプレゼントを貰うお金がない息子と娘は、お手伝い券を発行して茶碗洗い、そうじ機かけ、肩もみまでしてくれました。

(昭和2丁目、K・M)

いつまで歌ってくれるかなあ…

我が家は、ひとりっ子なのでいつもクリスマスソングは息子が1人で歌ってロソクの火を消します。私や主人は、ビデオカメラの担当です。そんな息子も11歳！ いつまでクリスマスソングを歌ってくれるのかあ〜と毎年思います。ピアノな気持ちを忘れず育つてほしいと思います。

(北美原2丁目、N・K)

大きいはずがない…

只今、3人目妊娠中。赤ちゃんができたと言っても信じられない様子の上の子にお腹をみせ

たら「わあ〜本当だ〜、大きいね〜」と言いました。でもまだ2カ月…大きいはずがない(苦笑)。

(美原4丁目、S・F)

結婚10年記念は家族4人で…

先月、結婚10年を夫婦でお祝いしようと、子供を実家に預け食事しようとして長男(8歳)に話したところ、「僕も行きたい」となり、結局、長男、次男もつれて4人家族でちよとオシヤレして食事に行きました。夫婦2人で出歩くのはまだ当分、先の方です。

(匿名希望)

第六章 思い出の味… 懐かしの味…



バタークリームケーキ…

昔むかしの話なんですけど、私は下宿しながら高校へ通っていました。クリスマスになると実家の母からバタークリームケーキが届きます。誕生日にクリムケーキが届きます。誕生日にも…今でもバタークリームケーキを見ると胸が熱くなります。母ごころですね。今でも大好きです、バタークリームケーキ。

(山の手3丁目、M・H)

祖母のハンバーグ…

子供の頃、友達の家では家族みんなでクリスマスを祝って、私のうちには父が飲食店を経営していたので夜不在だったためクリスマスをやつてもらえませんでした。でも、両親が離婚し5歳の時、祖母の家に引き取られ、その時祖母が私と兄のために初めてハンバーグを焼いてくれたんです。

それがとても嬉しくて、クリスマスになると必ず思い出します。

(ペンネーム、C・M・A)

忘年会のお土産のケーキ…

私が子供の頃、貧しい生活の中でクリスマスケーキを買って食べるという事は夢みたくもないものでした。唯一、父が忘年会のお土産でケーキを持つて帰ってくるのが楽しみでしたが、それさえも酔った父は、どこかに忘れてしまつて…今は暖かい家の中で、ささやか



ます。今年はプレゼントを入れる袋と赤いボンも用意しました(昨年は品切れでスポンを買えませんでした)。孫達は、おじいちゃんだとは、全く気づきません。主人に長生きしてほしい、毎年孫達を喜ばせてほしいです。私も楽しみです。

(神山3丁目、Y・T)

前に行ったり下がったり…

71歳の母が初めて携帯電話を持ち、写真を撮ろうとしてスマートフォン機能がわからず、自分で前に行ったり下がったりしていた。

(富岡町1丁目、N・A)

元気の源は孫娘の言葉…

60歳過ぎてからヘルパーの資格を取り、現在介護の仕事をしています。先日、孫娘が学校の授業の二環として老人施設へ介護の研修へ出かけました。私の顔を見たり、「おばあちゃん、大変な仕事をやってるネ。体、大丈夫かい？」この言葉に涙が止まりませんでした。元気に頑張る事が出来る気がします。

(美原4丁目、E・Y)

40数年前にタイムスリップ…

この季節になると思い出すことがあります。4〜5年前のクリスマスの夜、若くもないのに2人で巨大タワーを見に行き、壁を登るサンタさんに見とれ、ジャガーテンに入りました。メーデーを見てさうばりわからず、ウエーサーさんに聞きながら注文する始末しぼろくして店内を見渡すと、なんと若いカップルばかり！ ではないか。

と若いカップルばかり！ ではないか。

ジイとバアが甘いムードをこわして

たのではないでしようか。申し訳ない。すばらしいウオーターフロントを眺めながらの食事は最高で、40数年前にタイムスリップしたデートでした。次の年からは年相応に、お寿司屋さんでクリスマスを楽しんでいます。

(入見町、S・W)

終章 epilogue

恋が芽生え、愛が膨らみやがてひとと屋根の下で大切な何かが生まれまします。永遠に続くその大切な何かを、人は絆と呼ぶのでしょうか…。

あなただけのオリジナル保険

Hosta (ホスタ) 函館

市内川原町に昨年7月にオープンした「Hosta (ホスタ) 函館」では、あなたが必要とする生命保険をファイナンシャルプランナー(生命保険販売有資格者)の高梨しづさんと一緒に考えます。高梨さんが生命保険を扱うようになったきっかけは保険業界の自由化でした。それまで扱っていた損害保険も含めてお客様の人生をトータルに考え、その人の納得する生命保険を提供

できるようになりたいと痛感したそうです。その後、CFPと1級ファイナンシャルプランニング技能士の資格をとり、人生や価値観が違っても、人に保険も1人ひとりに違っていないはず。お客様と一緒に考え、老後設計、金融資産運用、不動産活用など様々な分野の知識と経験に基づいたアドバイスで、お客様の不安や疑問に応えることができます。必要情報をお聞きし、必要な情報を提供しながら、自分だけの保険を

●川原町814
フリーダイヤル
0120-174373



ファイナンシャルプランナーの高梨しづさん



募集代理店
MSタカカン保険サービス株式会社
事務委託会社
三井住友海上火災保険(株)
北海道南支店函館東支社
●梁川町5-8 ☎0138-51-3279
引受保険会社
三井住友海上きらめき生命保険(株)
登2007-A-615 (2008.1.9)

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

『奇跡はすべての人の権利であるが、最初に浄化が必要である』
(奇跡のコースの言葉 大内 博 訳)

みなさんにとって奇跡とはなんでしょう? ここでいう奇跡とはマジシャンが水槽のガラスを手でちぎって水槽の中の物を取り上げるような奇跡ではなく、宇宙船が空に現れるようなこともなく、心がいつも安らぎに満ち、平安に満たされたいという事です。

憎しみ、怒み、後悔、嫉妬、欲心がない安らぎは、仏教という煩惱のない悟りを得た人となるのでしょうか。それはやはり奇跡と言えらるのだと思います。

奇跡のコースでは、それまでのすべての人の権利なのだといえます。権利なのですから、当然に与えられるものですね。しかし、その前には浄化が必要であると条件がつけられています。

奇跡のコースというその浄化とは、「ゆるし」です。ゆるしとは、善悪の判断を手放すという事でもあります。憎んでいる人と和解できたら、嫌いと思っている人を好きになれたら…

憎しみが愛に変わるといふ知覚のシフトが起る時、人は安らかな平安に包まれます。

「愛憎(いとづ) 憎しみの奥には愛したい、愛されたという真実があります。それに気づくことが、奇跡なのかも知れません。

人はすべて皆、奇跡を起こす力を持っています。すべての人、奇跡を体験することを私は信じています。すべて

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

my way 全力投球

函館の子に愛されて20年 新天地でもその人気、再び…

『悟李羅』店主 福島 明さん



激動の昭和から年号が「平成」にならばかなりの頃週末の深夜ともなると酔客でちよとした行列を作るほどの人気ラーメン店が繁華街本町にあった。店の名は『悟李羅』という漢字をあてて、ごりらと読む。

「料理の世界に入ったきっかけはアルバイトでした」
昨年11月に市内西栞町に移転したこの店の店主が福島明さん。それならば自分で何かやっていたはず。函館市内の高校を卒業後、東京の

大学へと進み、在学中に中華料理店でアルバイトをしていたという。アルバイトながらその腕が認められ、おおよそ4年で鍋を振らせてもらえ、それになり、それがきっかけで東京で20年近く、料理の世界で生きることにした。

「事情があつて帰国することになったんですが、当時はリターン組には転職が難しい時代で…」
古くからのファンが来店し、閉店を惜しんだという。

「若い頃は飲んだ帰りに必ず寄っていたという男性が、家族を連れてランチタイムに来て下さったりしていただきますよ」
移動から3カ月、20年間食へ続けたという人々、函館出張の度に足を運ぶという人、懐かしく思わず暖簾をくぐった人など、相変わらず根強いファンが足を運ぶようになった。味は昔と変わらずだが、本町の頃と違うのは、家族そろって楽しめるランチメニューが加わったこと。新しい『悟李羅』が誕生した。☎49-6578。

LUNCH BOX



近海もののネタが新鮮 回転寿司 箱館笑比須

●広野町5-3
☎558844



市内広野町の回転寿司『箱館笑比須』は、近海もののネタが新鮮で美味しいと定評の1軒。ランチは「布袋ランチ」「大黒天ランチ」「笑比須ランチ」の3種類あり、お手頃価格で1番人気の「布袋ランチ」はまぐろ、ほたて、甘エビなど10カンの寿司に、4~5種類あるエビや野菜などのつぶら盛り合わせ、もりそば、茶碗蒸し、日替わりの汁物と盛り沢山で豪華な内容。食べ切れないほどのボリュームとグレードの高い寿司が同時に楽しめて、満足度の高いメニューです。



布袋ランチ 1000円

Data
■営業時間/午前11時~午後10時(LO/午後9時30分)
ランチタイム午前11時~午後2時30分
■定休日/不定休
■駐車場/有

青ほの心

江戸しぐさの心

遅ればせながら今年になってからやと家計簿を買いました。その中に江戸しぐさの解説が載っていて、こんな時代だからこそやはり必要と思う人が多

いかなと思っていました。読者のお一人から、年末号の編集後記を読んで筆者の体調を心配する葉書が届きました。とてもうれしくて、しみじみありがた

と思えました。葉書には又タツフみんなのことを思いやる言葉も綴られていて、その気配りに、丁度思い出していた「江戸しぐさの心」を感じました。

江戸しぐさは、自分のことだけでなく他人を思いやる心とその基本にあります。狭い世の中で心地よく暮らすための知恵で、「共生」ということがやさしい言葉で説明されています。自分中心に世の中が回っているかのような我がままや自己中はなにより嫌われたといえます。

最近思うことですが、テレビによく登場するタレントの言葉や自分の仲間うちだけに通用する言葉の範囲で生活が動いて、流行語もそんな空気のなかから生まれ、世の中もそんなふう動いてい

るという感じがしてならないのです。でも、そういった狭い世界の中にいるうちにも、自分と違う価値観や発想を受け入れられなくなってしまうのではないで

しょうか。何だか心配になります。

江戸の人々は現代の私達と比べてみると、インターネットはもちろん電話もなく、行動範囲も限られていて、ずっと世間は狭かったです。でも、江戸しぐさに見る限り、大らかに他を受け入れる度量を持っていたように思えます。自分と他人との距離の取り方が絶妙で、どうすれば自分と違う考え方の人とうまく付き合っていくかの知恵が豊かだったからでしょう。

自分のことだけでなく自分の周りの他人、ひいては世の中全体を考えて気配りする姿勢がそこにはあります。資源も乏しく不便なくらいだったでしょうが、心はきつと豊かであることを知っており、それが生き方の知恵ともなっていたのではないのでしょうか。

いまの私達が学ぶべきことは随所にあると、あらためてそう思います。

今月の元気印



木村に基(とぎ)ちゃん
H16.7.23生
木村仁葉(とわ)ちゃん
H19.3.14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、先輩ママさんから効果のあった方法が寄せられましたので紹介します。

私は36歳で出産したので、夜泣きで体力的にも精神的にもホントにエライ目にあいました! その時試して結構効果があったのは、夜眠る場所を変えることでした。3カ所をぐるぐるしてました。

今はだいぶ落ち着きましたが、たまに夜泣きする時は即、枕を持って移動します。夜眠れないとイライラするし、大変ですよ。たまには誰かに預かってもらって、ゆっくり眠りた〜! ですね。(2歳の男の子のハハ)

皆さんからも(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います。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

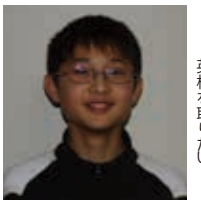
Eメール aoi-post@aurora.ocn.ne.jp

「僕たち、私たちはこの春、1年生になります!」

新しい場所へと旅立つ子供達。これから歩んでゆく道に、たくさんの輝きがありますように...



紀藤貴砂子さん(12歳)
絵本作家に
なるのが夢です。



九十佑亮君(12歳)
中学生になつたら
英雄を取りたい!



朝野さやかさん(12歳)
将来は
パイロットになりたいです。



小林寛季君(12歳)
将来は水泳の選手か
インスタグラマーになりたい。



渡辺麻尾ちゃん(6歳)
小学校に行つたら
勉強と運動会を頑張ります。



山田優希ちゃん(6歳)
大きくなつたら
美容師になりたい。



三十乃のりちゃん(6歳)
小学校に行つたら
頑張て勉強します。



奥谷悠司君(6歳)
小学校の運動会リレーの
選手になつて一番になるぞ。

Naruhodo Topics [なるほどトピックス]

お得で楽々!

人気のパンセットを無料配達

パンのほりかわ



品が通常1250円のところ、税込1000円とお得!

市内高丘町・函館大学から200メートル程上つたところにある「パンのほりかわ」は、天然酵母と厳選素材の「体によさしく美味しいパン」が評判の店。

中でも「お得用1000円セット」は人気のパンをお得に味わえるので大好評。今回のセットは、小麦の風味を生かしトーストするとまた格別な「ハンドミル」をはじめ、「セサミロール2個」「又ロパン」「小豆パン」「あんぱん」「クリームパン」「チキリバター」「レーズンロール2個」「全粒クルミ」「バターロール」「フランスケンコツ」の11種類が揃ったセットです。

中道1-3-17
52-1780

http://www.aroma-kaon.com/

少人数でアットホームにアロマを学べる、市内中道一丁目の「アロマセラピースクール&サロン&シヨップ 香音(かおん)」。

趣味から、英国IFA国際ライセンシ等の資格取得、プロを目指す人までしっかり指導、卒業生も開業・就職などで活躍中です。毎月、気軽に楽しめる「day講座」もあり、2月24日(日曜日)午前11時〜、手作り蜜蝋クリーム、3月9日(日曜日)午前11時〜、手作りアロマ化粧水、3月16日(日曜日)はスキップを楽しいめ、年長児から参加できる親子で遊ぶ「アロママツサイ」の講座を開催予定。材料費・お茶代込で1575円。



資格取得では、2月にアロマコーディネーター養成講座がスタート、昼夜クラスとフリータイムレッスンがあります。3月スタートは、JAA認定資格取得のボティトリートメント認定コースで、毎週日曜日の3カ月集中クラスやマンツーマンのフリータイムレッスンの募集も募集中。JAA認定フェ

入園・入学記念写真:「家族の想い出」

フォトスタジオタニスギ 写楽館

入園・入学や卒園・卒業はそれぞれの場面で1度しか訪れない大切な記念日。そんな宝物のような瞬間を想い出の1枚として残すのなら、市内美原3丁目・附属中学校、北美原小学校側にある「フォトスタジオタニスギ 写楽館」がおすすすめ。

これまでに撮影された写真からは1人ひとりの個性が伝わっており、その時だけの表情や姿が鮮明に写し出されています。また、家族で撮影することによって一緒の時間を過ごした記憶が深く心に刻まれることとなるでしょう。

「こんな写真が欲しい!」「こんなスタイルで撮ってみたい!」など、リクエストに応えながら

楽しく撮影している点も好評。大切な我が子の一生に一度しかない瞬間を、家族の想い出の1ページとして残しませんか。撮影料は5250円(フチ写真集付)。見学可。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3-58-3
46-4554
www.tanisugi.com

自分の運勢を占ってみませんか?

占いハウス

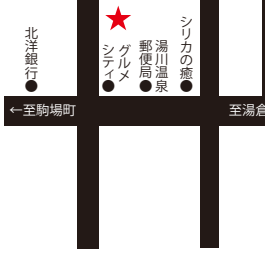


市内湯川2丁目の『占いハウス』は親身になつて占ってくれると評判です。ぜひ、今年の運勢や自分の運勢、縁談、家庭仕事のことなどを占ってみたいませんか? 占いの師、齋藤房子さんは、占歴30年を超える「アラン」で、占いは方法が生年月日をもとにした気学、十二支易占いで、希望があれば姓名判断も合わせて鑑定しています。それまでも多くの人を占ってきており、「口コミ」で評判を聞いた人達が、函館だけでなく、道内各地や本州からも占って来られること。全国から寄せられた相談にこたえており、お礼状もたくさん寄せられています。

どの仕事のことから縁談、家庭の問題、開業、家相、命名まで人生のあらゆる分野の相談ごとに対応可能。齋藤さんは「悩んだり、迷っている人の助けになりたい」と思っており、お礼状もたくさん寄せられています。

よくなるお手伝いをしたいと思つたこと。さらに今年には子年ですから、辰年と申年生まれの人々の運勢が良い年にあつて、今年を占っています。完全予約制。電話での相談も行っています。

湯川2-25-13
坂田アパート3号棟202
57-4710



まちの弁護士さん 暮らし相談室

憲法2 監修／植松法律事務所
 明治憲法と現在の日本国憲法の違い 弁護士 植松 直
 ☎43-0519

問 学校の日本史の授業などで、日本の近代的憲法の歴史は、明治時代の大日本帝国憲法（以下、「明治憲法」）制定に始まると習いますが、明治憲法と現在の日本国憲法（以下、「現憲法」）とは、どのような違いがあるのでしょうか？

答 我が国で国家の基本法としての憲法が誕生したのは、明治22年に制定された明治憲法となります。聖徳太子の17条の憲法が始めてではないのかとの疑問があるかもしれませんが、17条の憲法は、当時の豪族の倫理（現在でいえば公務員倫理）を定めるものであって、国家の基礎を定めるものではありませんでした。

さて、本題に入りますが、現憲法は、①国民主権、②基本的人権の尊重、③平和主義の3つの原則を採用していると学校の授業で習ったと思いますが、この3つの原則を中心に、明治憲法と比較してみます。

明治憲法においては、主権は天皇にあることを基本原理とし、天皇は神の子孫として神格を有するとされ、神聖不可侵とされました。そして、立法、行政、司法すべての国家作用を天皇が掌握し、統括する権限があるとされました。これは、現憲法が国民主権を採用していることや、立法を国会に、行政を内閣に、司法を裁判所にそれぞれ担当させ、国家権力の作用で相互に抑制と均衡を保たせている三権分立制を採用していることと大きく違っておりまして。

次に基本的人権についてですが、明治憲法においても、言論、出版その他いくつかの自由、権利の保障の規定がありましたが、これらの自由、権利はあくまで天皇が臣民たる国民に恩恵として与えたものによらず、法律によって自由に制限することも可能など不十分なものでした。これに対し現憲法では、基本的人権は侵すことのできない永久の権利（11条、97条）として国民に保障されており、国家が法律で憲法で保障されている国民の人権を不当に侵害するようなことがあった場合、その法律は憲法違反として無効となります（97条）。

最後に平和主義ですが、現憲法は、政府の行為によって再び戦争の惨禍が起こることがないようにすることや、全世界の国民がひとしく恐怖と欠乏から免れ、平和のうちに生存する権利を有することを確認し、国家の名誉にかけ、全力をあげてこの崇高な理想と目的を達成することを誓い（前文）、その具体化の為に戦争の放棄（9条）を定め、平和主義を採用しておりますが、明治憲法には、このような平和主義についての条文は一切なく、むしろ国民の兵役の義務や戦時における天皇大権の施行等戦争を予定した条文がおかれておりました。

なお、これら以外にも、現憲法で保障されている生存権や両性の平等（なお、明治憲法下では女性に選挙権は認められておりませんでした）は明治憲法においては保障されていないなど様々な違いがあります。

ZAKKA

お店の中はビックリ箱

昭和初期のレトロな雑貨から、100年以上前の欧米の輸入雑貨、アクセサリーやアンティークレースまでがそろったお店を見つけました。



見つけたのはコレクターには垂涎ものの初期の「バービー人形」（23000円）、人気の1900年代の「アンティークハガキ」（680円）、「針刺し」（4200円）、ファイヤーキング（耐熱ガラス）の「シュガー&ミルクセット」（12000円）、クラシックな「手織ビーズの袋」（参考商品）など色々。普段使いの食器や雑貨もそろい、アンティークレースやハンカチなどは1000円前後からあります。昭和の時代にタイムスリップしたような空間であれこれ見ていると時間を忘れてしまいそうです。2月27日～3月6日は仕入れのため休みます。

問／1107（いいおんな）物語 ●元町17-4 ☎26-1104

nice taste



「調理師免許を手にして」「家族に美味しい料理を作って仕事につなげたい」「料理が大好きで料理の道を極めた」の夢を調理師免許で叶えませんか？

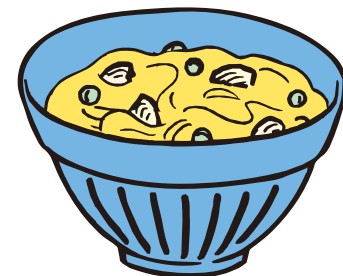
市内富岡町の『函館調理師養成専門学校』では、洋食、和食、中華の流スタップの丁寧な指導が評判です。現在、平成20年度4月から夜間部及び生を受け付けています。国家試験が免除される「調理師養成コース」は、調理のための基礎から各種専門料理まで習得できるもので、1人ひとりの個性に合わせた指導で初心者から経験者まで安心して授業を受けられると好評です。また、道内唯一の調理高等職業訓練校として、介護食士やラビングの資格が取れる講座も開催しています。中学校・高校の卒業生はもちろん、社会人入学も歓迎しています。体験入学や見学も随時行っています。学費納入方法、アルバイト、就職などについても相談に応じていますので、気軽にお電話でお問い合わせ下さい。

●富岡町2-18,24
 ☎4248770

nice shop

夢を叶える調理師免許

函館調理師養成専門学校



「調理師免許を手にして」「家族に美味しい料理を作って仕事につなげたい」「料理が大好きで料理の道を極めた」の夢を調理師免許で叶えませんか？

市内富岡町の『函館調理師養成専門学校』では、洋食、和食、中華の流スタップの丁寧な指導が評判です。現在、平成20年度4月から夜間部及び生を受け付けています。国家試験が免除される「調理師養成コース」は、調理のための基礎から各種専門料理まで習得できるもので、1人ひとりの個性に合わせた指導で初心者から経験者まで安心して授業を受けられると好評です。また、道内唯一の調理高等職業訓練校として、介護食士やラビングの資格が取れる講座も開催しています。中学校・高校の卒業生はもちろん、社会人入学も歓迎しています。体験入学や見学も随時行っています。学費納入方法、アルバイト、就職などについても相談に応じていますので、気軽にお電話でお問い合わせ下さい。

●元町8-1
 ☎426505

基本の料理として豚肉料理にチャレンジ！
 北ガスッキングスクール
 の3月のテーマは、「基本の料理に挑戦！初級コース」と「豚肉料理アラカルト」親子丼作りなどにチャレンジする「基本の料理に挑戦！初級コース」は、3月5日午後6時30分～午後9時30分と、3月6日午前10時～午後1時（昼・夜とも同じメニューです。受講料は1000円。材料費、消費税込。豚肉、大根のリーストなどを作る「豚肉料理アラカルト」は、3月12日午後6時30分～午後9時30分と、3月13日午前10時～午後1時（昼・夜とも同じメニューです。受講料は1500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19日。講師は和木徳子先生。会場は北ガス関館支店1階のッキングスペース。申し込みは電話で受け付け、定員を越えた場合は抽選。締切後、詳細のご案内を送ります。受付は月々金曜日の午前9時～午後5時、1グループのお申し込みは4人まで。キャンセルは開講日の3日前までとなります。



北ガスッキングスクール



天然ガスセントラルエコジョーズ設置例

高騰する灯油に代わる家庭用エネルギーとして、天然ガスが注目されています。天然ガスを原料とした都市ガスは道内ですでに分譲マンションなどで多数利用されていますが、原油の高騰がクロスアップされてきた昨年あたりから、既存の戸建てに住む家庭やこれから新築する人達にも関心が高くなってきているもの。原油価格に左右される灯油に比べ価格変動が少なく、さらにCO₂排出量も灯油比約23%

灯油高騰で注目の「天然ガス」

北海道ガス株式会社函館支店

少ないため環境面でも注目されています。北海道ガス株式会社函館支店によると、一般家庭向けに特に注目されている天然ガスセントラル「ゆ〜めく24ネオ」は、専用のセントラル給湯暖房システムを使用することで、ガス料金をまとめ契約できる点が特徴。函館市内ですべてにハウスマーカリーなどがオールガス住宅のTESシステムに注目しているほか、既存の二戸建て住宅でも灯油燃料のセントラルシステムに切り替えた家庭が10軒以上あるとのこと。灯油燃

●元町8-1
 ☎426505

高校生対象の新コース

総合的英語力養成&大学受験

本通アカデミー

英語力で夢を実現させた人もいれば、夢を叶えることが出来なかった人もいます。市内本通1丁目の「本通アカデミー」は、英語が得意・不得意に関わらず、英語力が必要と考える高校生向けに総合英語コースをスタートさせます。



はじめとする大学入試に照準をあてた国語や数学などの受験科目指導も行います。大きな夢を実現させるための最初のハードルである大学入試には、専門スタッフによる全国型・都市型の進路指導の実績と将来展望まで踏み込んだ職業指導のノウハウがそこに融合されます。グループ制の個別指導で生徒毎に到達度を考慮した指導を心がけて1人ひとりの夢の実現のお手伝いをします。毎週土・日曜日（420分）
 http://h-academy.jp
 ☎83-5344
 エンドレス五稜郭1階

英語力で夢を実現させた人もいれば、夢を叶えることが出来なかった人もいます。市内本通1丁目の「本通アカデミー」は、英語が得意・不得意に関わらず、英語力が必要と考える高校生向けに総合英語コースをスタートさせます。

市内本通1丁目の「本通アカデミー」は、英語が得意・不得意に関わらず、英語力が必要と考える高校生向けに総合英語コースをスタートさせます。





2月26日にオープンする『紅茶教室 Spoon フォーリン』は、紅茶についての歴史や産地などの知識からすぐに実践できる楽しみ方まで、実習も加えて深く学ぶことができます。

レッスンは4人以内の少人数制。入会前にまず体験レッスンにご参加下さい。第1回の体験レッスンは、ティーパーティー形式で2月26日午前11時〜と午後2時30分〜の2回開催のシフトパーティーです。

内容は、
教室は五稜郭病院そばの講師宅。完全予約制。お気軽にお問い合わせ下さい。

☎54-22228
http://tea-spoon.net/

Circle & Culture Guide

おすすめサークル&カルチャー案内

- 代表／近堂俊行
- 会場／まちづくりセンター
- 講座／2、3カ月に1回
- 参加費／その都度徴収 500円前後。
- 連絡先／☎324052（夜間のみ）



昨年暮れには函館の街が生み、育んだ文学者、文化人を掲載したガイドブック『函館文学散歩』（500円）を発行。市内書店で発売中です。

はこだてルネサンスの会

函館は、明治から昭和初期には東京以北最大の都市といわれました。

その面影を残す旧市街地の街並が醸し出す雰囲気や育まれた文化を現代に再構築させたいと、2006年の秋に発足したのが「はこだてルネサンスの会」です。函館で生まれ育った文化、芸術、歴史的財産、それに様々な分野で活躍した人々を新しい視点から再評価することを目的に、多彩な講師を招いて講座を開催しています。

昨夏は短歌評論の第一人者である田中綾さんをして「金子文子と石川啄木」と題する講演会を行いました。次回は3月15日午後6時から、天折の歌人砂山影二についての講座を予定しています。

はこだて医療情報 日本糖尿病学会専門医 日本内科学会内科専門医 陳進陽 陳進陽

糖尿病は何を治療するの？

糖尿病は慢性的に高血糖が続く状態です。糖尿病治療は、高血糖状態を改善することが第1の目標です。しかし、それだけでいいのでしょうか？ここに1人の患者A子さん（実在しません）を見てみましょう。

A子さんは若い時から体重80kgと太っていましたが特に問題なく元気に過ごしてきました。35歳にのどの渇きと4カ月10kgの体重減少が出現して、内科診療所を受診し、ヘモグロビンA1c15%と初めて重症な糖尿病を指摘されました。インスリン治療をただちに開始されましたが、血糖コントロールが悪いまま経過しました。38歳で軽い眼底出血が出現しましたが自覚症状がないため、気にせず、血糖コントロールは悪いまま経過、40歳には1度レーザー治療、2度硝子体手術をしましたが残念ながら右目は光を感じる程度まで視力低下してしまいました。41歳には、靴づれで足が赤くなりましたが、痛みがないため放置、1週間後にミイラ化したため右足指を切断しました。42歳から持続的にたんぱく尿がでてきました。44歳には腎機能が低下し、慢性腎不全の状態となりました。45歳には心不全で2度入院しました。50歳で腎機能が正常の30%未満になり、人工透析を開始することになりました。

糖尿病は万病のもとと言われています。平成14年の厚生省実態報告では、3大合併症といわれる神経障害、網膜症（日本で1年に3000人が視力低下をきたしています）、腎障害（人工透析の1番の原因です）は、40代糖尿病患者で20%、50代で22%、60代で50%に合併したと報告されています。

また糖尿病を持たない方に比べて糖尿病患者は数倍心臓事故になりやすく、また脳卒中も2〜3倍起こりやすいといわれています。また足病変もなりやすく、アメリカでは1年間に3万人足の切断をしているとの報告もあります。

心血管事故や脳卒中の原因になる高血圧、高脂血症も糖尿病に非常に合併しやすい病気です。以上より、糖尿病の治療は、血糖値をよくするだけでは不十分で、上にあげた3大合併症や心臓事故、脳卒中の予防や悪化を防ぐ、高血圧、高脂血症を良くするなど幅広く見通して、治療することが大切になります。皆さんがお持ちになっている自分の検査記録を見直してはいかがでしょうか？

●湯川11-17-16 ☎57-4755



ドクター講座 日本皮膚科学会認定専門医 うめき皮膚科院長 梅木薫

男性の美容事情

美容目的に当院を受診される男性が徐々に増えてきました。年齢は中学生から40代程度で（未成年の方は親の同意が必要になります）、確かに容姿が気になる年齢といえると思いますが、特別に容姿に気を配らなければならぬ職業の人はいません。

最も多いのはニキビの改善を目的に来院される人で、ケミカルピーリング、光治療、高濃度ビタミンCのイオン導入などを行います。男性は、女性に比較して重症のことが多いのですが、施術を開始すると治りが早い人が多く、一定の期間施術した後、保険診療だけで良い状態を保つ人もいます。

次に多いのは脱毛で、髭の脱毛が多いのですが、中には全身の脱毛を希望される人もいます。脱毛したい理由は「髭を毎日剃るのが面倒」「午後になると伸びてくるので、周囲の目が気になる」「剃るとカミソリ負けを起こす」「皮膚の色が黒くなってきた」「人目が気になり、水着を着られない、公衆浴場に行けない」などで、皆さん深刻に悩んでいるようです。当院では光脱毛を行っておりますが、昨年導入したアインレイズは、1度の吸引で2度照射し低い波長をカットできるようになったため、痛みが少なくなり効果もアップしました。

もう一つは男性型脱毛症です。フィナステリドの内服で治療を行いますが、これは抜け毛の原因物質であるジヒドロテストステロンの産生を抑え、抜け毛の進行を抑えます。ある程度進行してからでは効果は期待し難く、早めの治療が高い効果をもたらします。抜け毛の進行が止まるだけでも、かなりの満足感が得られるようです。

施術の中には痛みを伴うものもありますが、これまで痛みで施術を中止した人はおらず、男性も痛みが強くなったと実感します。男性だとしても受診することを躊躇してしまうかもしれませんが、興味がある方は治療をするしないにかかわらず受診してみてください。

●石川町350-17 ☎34-3311



話題の種

「紅茶ってこんなに美味しかったの！」
という楽しいレッスン、体験してみたい！
紅茶教室 Spoon フォーリン

Gourmet Guide

いい店みつけた

麵屋翔

- 営業時間
午前11時30分〜午後3時、
午後5時〜午後9時
- 定休日/不定休
- 駐車場/有
- 禁煙席/無
- 亀田本町47-3
☎45-5778



市内亀田本町にある『麵屋翔』は、味や隠し味の酢で、仕上がりはさっぱり。

ラーメンはもちろん、中華の調理師が作る本格的な中華料理が評判の1軒です。

おすすめの「中華セットメニュー」（昼夜可）は、10種類の中華メニューから1品、手作りデザート（杏仁豆腐orおまかせデザート）、日替わりスープ、ライス（スープとライスはおかわり無料）が付いて750円 とリーズナブルです（中華メニュー単品は500円）。

なかでも、「肉野菜炒め」は幅広い層に人気。高温の油で揚げてから炒める野菜はどれも食感が良く、野菜の甘味が生きています。同じく、1度揚げてから炒めた豚肉もやわらかくてジューシー。ネギと生姜の風

そのほかには、四川の辛味がたまらない「麻婆豆腐セット」（醤油味）や「麻婆茄子セット」（味噌味）などのメニューも手間暇かけた逸品ぞろい。

あなたのお気に入りの中華メニューで、ぜひお試しあれ!!



Coffee ダイニングこまつ

市内美原3丁目に登場した『Coffeeダイニングこまつ』は、40年間フードサービスで調理などに携わってきたベテランオーナーが、手作りにこだわってメニュー作りをしている店。人気は挽肉にワインを入れてよくこねたハンバーグに、ワインがたっぷり入ったソースをからめた「ハンバーグステーキ」。オープンで焼いているので、焼き加減も絶妙。ほかに、カツやエビフライなど洋食がそろい、ランチタイムにはスープ、ライス、ドリンク付の「日替わりメニュー」（680円）もあります。2月15日～3月15日は「青いぼすとを見た」で「ハンバーグステーキとライス・スープセット」（780円）を580円で提供します。営業時間は午前11時～午後10時（ランチタイムは午前11時～午後2時30分）。毎週水曜日定休。



●美原3-21-29 亀田中学校並び ☎47-6361



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1番下の基底層から生まれた新しい細胞が皮膚に近づき、角質層に上がってくるために必要な水分をキープすることができます。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)

次号予告 2月29日(金)

春を待つ間の
温泉三昧

ぞうご期待!!

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 ぞつく株式会社内
[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 & WEB 武越 史幸
マーケティング 本間 尚子

編集後記

広瀬香美のヒットナンバーがカーラジオから流れる季節、スキーと恋愛に一生懸命だった若い頃を思い出す。あれから10数年、悪夢とともに眠りから起こされるのは100年の恋も冷めるほどの妻の高いひき。大の字で眠るその姿に、「ロマンスの神様、この人ではよいか?」。(慎)

年末年始は社会人になってたぶん初めての9連休だった。あれもできるこれもしようと思いつつ、選んだのは久しぶりに小説を読むことだった。本は2007年度ナンバーワンといわれているらしい「悪人」。分厚い本を一気に読んだが、これがナンバーワン? と思った。(345)

雪の積もった道路を小さいものが動く。目を凝らすと猫が1匹。向こうから来る車が慌ててブレーキを踏む。小走りに通り過ぎる姿にホッとする。寒い季節には猫も動作が鈍る。食べるものはどうやって見つめるのか、雪の中で今夜の寝場所を確保したのか、と気になる毎日。(チョコ)

ルネサンスの会の発行した『はこだて文学散歩』を読むと、思いがけない人が実は函館に縁の深い人だと知ったり、この機会に作品を改めて読んでみようと思う作家がいたり。長年住んでいる街なのに知らなかったことも多く、新たな発見があった。(画)

昨年、大掃除中に出てきた長女が小さい頃に書いた手紙。掃除中に想い出に浸っている場合ではなかったが、1枚1枚読み返し、子供達はいつもどんな時も私の味方でいてくれたなあ〜と改めて実感。支え合い分かち合える家族の存在は、何よりの宝物。(BP)

車移動ばかりですが、この冬は時々電車を使ってみました。電停で息子と2人で電車を待っていると、頬に冷たい風と雪があたってツライのですが、2人で寒さしのぎに冗談を言い合ったり、足踏みをしたり…。自分の子ども頃の頃を思い出しか懐かしい気持ちに。(たーた)

■ ■ ■ 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

□読者の声□

冬道、心配ですが…
長男がいま、自動車免許取得のため、学校に通っています。冬道、心配ですが、本人は、車は何かいいなど、希望しています。
(山の手3丁目、N.S.)
*誰もか通る道です。

前年のクリスマスプレゼント特集で寄せられた読者の皆様からの「家族のほのぼのエピソード」を巻頭特集にする特別企画も今年で3回目となりました。毎回毎回、編集して目頭が熱くなるほどの素敵な物語をお寄せいただき、スタッフ一同、心から感謝しております。殺伐とした昨今の社会情勢ではあります、人間としての心の温かさをいつも忘れてたくなぬものでね。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。

赤ちゃんが8カ月に入りました。お腹の赤ちゃんが8カ月に入りました。妊娠初期の頃からぜんそくになりつわりがひどくて食べられなくなったり、切迫早産になったり、今ではお腹

感謝の気持ちを忘れず…
先月末、ダンナの誕生日でした。毎日仕事を頑張ってくれているので、欲しかった「PS3」をプレゼントしました。家計に大打撃は受けましたが、ダンナの喜ぶ顔を見たら、プレゼントして良かったなと思えました。毎日感謝の気持ちを持ち続け、これから先もずっと仲良く明るい家庭でいたいと思います。ただ、今月ホントにキツイので、プレゼントください。
(匿名希望)

またハーティーやりますわい。あれもいよいよ、これたおしいかつたボジョレーもいよいよ、あちこちもうつりしながら、やっぱり地味に毎日使えるものになりました。なんて、もうもらえる気分…。青ばさ

の赤ちゃんが逆子ちゃんやんで、早く元の位置に戻ってくれないかなあ…と願うこの頃です。パパの家事の協力や優しい言葉かけで、ずいぶん助かっています。今から女の子だったら嫌われたりするのかなあと不安になってるパパです。
(日吉町3丁目、R.E.)
*優しいパパのようなので、大丈夫でしょう。

先日、私のアトリエでボジビます。参加は無料。先着

またハーティーやりますわい。あれもいよいよ、これたおしいかつたボジョレーもいよいよ、あちこちもうつりしながら、やっぱり地味に毎日使えるものになりました。なんて、もうもらえる気分…。青ばさ

□街角情報□

「異文化理解カフェ」セミナー「ルミエアのイースターエッグを作ろう」が、3月15日に、財団法人北海道国際交流センター内「JICA函館デスク」による「異文化理解カフェ」セミナー「ルミエアのイースターエッグ」が3月15日午後2時〜午後4時、市内内町の財団法人北海道国際交流センター大会議室で行われます。東欧の国「ルミエア」での青年海外協力隊体験談と宗教行事「イースターエッグ作り」を参加者と共に体験し、宗教異文化について学びます。参加は無料。先着

□プレゼント□

オリブサロン山川より新製品「シリコーン」の「お試しセット」を30名様にプレゼント

30人で定員になり次第締切。申し込み・問い合わせは財団法人北海道国際交流センター内「JICA函館デスク」☎22-0770まで。
お肌のケア、特に冬の乾燥防止に効く天然成分「シリコーン」の発売を記念して、シリコーンとクリームをセットにした「お試しセット」を本紙読者30名様にプレゼントします。応募は、ハガキに郵便番号、住所氏名、電話番号を明記し、〒041-0811、函館市富岡町3-40-4、オリブサロン山川「シリコーン」係までどうぞ。締切は2月27日。



『麵屋 翔』より、1000円分の食事券を5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「麵屋 翔」より、1000円分の食事券を5名様にプレゼント。応募はハガキに郵便番号、住所、氏名、電話番号を明記し、青いぼすとに対するご感想もたずりとお書きの上、〒040-8605、函館とつく内、株式会社青いぼすとHD「麵屋 翔」係までどうぞ。締切は2月27日。

効率よい
広告を
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…。青いぼすとは、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て、全126,000世帯のご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 まで、お気軽にどうぞ。

SPOT LIGHT

街で話題の最新情報、お得な情報に、スポーツをあて、青いほすと記者が徹底チェック！
あなたの快適ライフにお役立て下さいネ。

痩せにくい年齢と諦めていませんか？ ホームサロン スレンダー

市内鍛冶1丁目に昨年 年齢ではありませんが、苦
9月、ホリック函館タル 労せずにダイエットができ
プ・ヘルシー耳ツボタイエツ 「これこそ本物のタイエツ」
ト専門店『スレンダー』がオ と実感したのだとか。小
しづましました。 林さんのご主人や同年代
代表の小林裕子さんも の利用者も順調にタイエツ
1年程前の59歳の時に耳 トに成功しただけではなく、
ツボタイエツに成功した 健康診断の結果も良好。
体験者、ホルモンバランスの お腹周りもスッキリで、若
乱れなどもあり痩せにくい 返った印象を受けます。

代表・小林裕子さん 3カ月で…



after
体重:45kg
体脂肪:25.5%

before
体重:51.9kg
体脂肪:34%

3カ月で6〜12キロの
ダイエットが目標というあ
なた！ まずは太った原
因をつきとめ、ダイエットス
ケジュールを提案する「無
料カウンセリング」を受け
てからスタートするか決め
てみては…。いまなら、成約
者先着10人に天然素材の
化粧品セット(20000
円相当)をプレゼント。秘
密厳守。出張可。営業時間
は午前9時30分〜午後8
時。毎週日曜日、祝日定休
●鍛冶1-17-3
☎53-0758

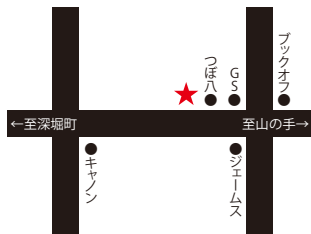
大好評！個室でテーブルバイキングプラン 黒へこ家

厳選された食材とゆっ 平日限定(土・日曜日、祝
くりくつろげる雰囲気か 日を除く)、大人3人以上
人気の市内大通2丁目の『黒 へこ家』。今回は、昨年大好
評だったテーブルバイキン 円、小学生1365円、幼
グプラン』が、多くの要望 児630円となっており、
に迎え再開決定となりま 90分間の食べ放題。個室は
した。 2時間まで利用可能です。

好きなものを好きなだ 注文できるのは、牛肉はも
け食べられるこのメニューは、 ちろん、豚肉、鶏肉、ラム肉
から、ビビンバ



や冷麺、アイス クリームなどサ
イドメニューも 充実しており、
その数何と45 種類。料理は
個室まで運ん でくれるので、
ゆったりと落ち 着いてお食事
が楽しめます。 誰もが喜ぶ
品揃えなので 家族みんなで



☎329-6855

●本通2-14-18

●年中無休。

0時。年中無休。

●本通2-14-18

●年中無休。

●本通2-14-18

●年中無休。

●本通2-14-18

●年中無休。

●本通2-14-18

●年中無休。

●本通2-14-18

●年中無休。

●本通2-14-18

●年中無休。

●本通2-14-18