

応援します! あなたの生き方

函館市、北斗市、七飯町 全126,000世帯無料配布
毎月2回(中旬・月末)発行

POST IN FREE PAPER SINCE 1991 青いほすと

2008.8.29 [fri] Issue.403

発行/株式会社青いほすとHD
発行人/佐々木 喜美夫 編集人/青山 慎司

〒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 [URL] http://oceanplace.jp/aopos(Eメール) aoi-post@aurora.ocn.ne.jp

秀峰・駒ヶ岳を眺めて、優雅なひととき

函館大沼プリンスホテル

木立に囲まれた『大沼プリンスホテル』で、優雅なランチタイムはいかが?

日曜日の「サンデーブッフェランチ」は目の前で出来たてをサービスする「あつあつジュースステーキコーナー」「イタリアンチーズのスパゲッティコーナー」が大好評。肉・魚料理や、デザート・ドリンクコーナーなど多彩なメニューが25品



以上。会場からは大沼の大自然と駒ヶ岳の美しい姿が望めます。お食事券などが当たる「来てビックリ!! わくわくドキドキ抽選会」も好評実施中。10月26日まで毎週日曜日の午前11時30分～午後2時、会場は3階 プリンスホール。

おとな2100円、小学生1260円、幼児840円、3歳以下は無料。お得な前売券(おとな1枚1800円)はハセガワストア全店で販売中。また、土曜日にはオープン前より行列が出来る人気「スイーツブッフェ」を開催。パティシエが素材にこだわり工夫を加えた特製スイーツをバイキング形式で提供。9月は秋の味覚として、プラリネナッツキャラメル、和栗のモンブラン、ラ・フランスのコンポートの3品他、スープ・パスタ・サンドウィッチなど20品以上の品々が楽しめます。さらにアレン

ジューヒー、フレーバーティーなどドリンクも充実。10月25日までの毎週土曜日正午～午後3時、会場は1階ロビーラウンジです。お一人様1300円、小学生未満は630円、3歳以下無料。



ホテル敷地内には散策路があり、食事の後、のんびりウォーキングを楽しむのもおすすめです。

●七飯町西大沼温泉
☎67-1111



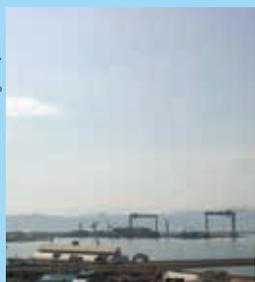
ホテル最上階でお寿司まで食べ放題!

フィットネスホテル330函館 いちばん



『フィットネスホテル330函館』10階 レストラン「いちばん」は、全面ガラス貼りの窓から函館山や函館港を見渡せる絶好のロケーションの中、和洋中の日替わりバイキングを味わうことができます。窓向きのカウンター席は、景色を眺めながら落ち着いた時間を過ごしたい人にオススメ。8月30日から9月7日までは「14周年感謝企画」として、通常のバイキングメニューに加え厳選のネタを使ったお寿司(5種類)も登場。人気の「パフェコーナー」では、オリジナルのパフェをお楽しみ下さい。お腹も心も満たされたいあなたは、ぜひ! 料金は大人1050円。4歳～小学生525円。3歳以下無料。ランチは午前11時30分～午後2時30分(LO/午後2時)。無休。駐車場有。

●若松町6-3 ☎23-0330



9月のイベントは「ハーブの香りでアンチエイジング」癒しの小部屋あとリエ空(くう)



『癒しの小部屋あとリエ空』は、函館山と東西に広がる市街地の眺めに心癒される1軒。店内には厳選されたハーブティーやアロマ精油、アロマグッズが種類豊富に並び、ハーブとアロマのセットなどプレゼントとしても喜ばれるグッズや、ガーデニングの小物も揃っています。9月のイベント、「ハーブの香りを楽しみながら小物づくり」を行います。自分だけの香袋を作って見ませんか(簡単!)。受講料は手作りスイーツと飲み物付、材料費込で2000円。予約制。毎週土・日曜日実施ですが、詳細は携帯電話090-3898-5050まで。また野菜いっぱいソーメンセット、パンプレート各880円も好評。営業時間は午前11時～午後6時。毎週月・火曜日定休。

●陣川町122-132 ☎32-2358



巻頭特集 ロケーションが 素敵なの 心癒される店

夏の疲れが出はじめる季節ではないでしょうか? ゆっくりと時間が流れる場所で、心身の疲れを癒したいこの頃ですね…。道南には、美しい眺望が自慢のお店や、豊かな自然の中に建つお店など、絶好のロケーションに恵まれた場所がたくさんあります。そんな素敵なお店に足を運び、食事やお茶、スイーツを楽しみながら窓外の風景を眺めてみると、真夏に眺めたそれとはまた違った、小さな秋の訪れを見つけることができるかもしれません。

夏の行楽シーズンが終わって、ちよっとひと息…。過ぎ行く時間に身をまかせ、スローなひと時を楽しみましょう。明日からの忙しさも少し忘れて、頑張っている自分へのほんのちよびりの、ご褒美のひと時を…。

“癒し”と“グルメ”のお洒落な穴場!!

東日本フェリーターミナル内各店

初秋の海を眺めながら癒しと美味のひと時を過ごすなら、東日本フェリー函館ターミナル内にあるこだわりの3店舗がおすすめ。9月30日までの期間中、「青ば見た」で各店全メニュー10%Off。



アロハダイニング&カレーマハロ

ハワイの海辺のダイニングをイメージした店。自慢の「湘南黒カレー」は、横浜で生まれ全国にそのうまさ広がった注目の逸品。「ポーク三枚

肉の煮込みカレー」(=写真下、1200円)や「チキンとトマト

の煮込みカレー」(950円)、「マハロ特製黒スープカレー豚トロ」(1050円)などがそろっている。また、ハワイを代表する料理のひとつ「ロコモコハン



バーグマハロ風」(1050円)を、海を眺めながら味わってみるのもムード満点。函館ターミナル1F。午前11時～午後9時。

バッドアス コーヒー

ハワイをはじめ、アメリカで人気のコーヒーブランドの専門店。有名な「コナ」(480円～)をはじめ、「フラパイ」(290円～)などのフレーバーコーヒーがなんと16種類。イートインの人気はもちろんだが、ブレンドコーヒーからフレーバーコーヒーまで全25種類のコーヒー豆も販売しており、こちらが函館のコーヒー好きに密かな人気。函館ターミナル1F。午前6時30分～午後9時。



お好み焼 はち家

ボリュームたっぷりでも美味しい広島風お好み焼の専門店。人気の「広島豚天」(=写真右、850円)などのお好み焼はもちろん、丼ものや麺類も見逃せない。開放的なオープンカフェスタイルも秀逸で、ターミナル2Fからの眺望も最高。函館ターミナル2F。午前11時～午後8時。



東日本フェリー 函館ターミナル

●港町3-19-2

※各店無休、季節によって営業時間が変更になる場合有

ダイナミックな眺望と最高の料理…

スカイラウンジ パノラミック



市内青柳町・函館山の麓に建つ高層ビルの上階「スカイラウンジ パノラミック」は、ダイナミックな市街地の眺望を楽しみながら自慢の料理が味わえる店。

おすすめランチ

は「メヌキの香草焼き・ホーレン草のクリーム添え」(=写真)で、フレッシュハーブとメヌキの相性が絶妙な一品。パンorライス、スープ、デザート、コーヒー、紅茶付で1250円。初秋の街並を眺めながら癒しのランチタイムはいかが…。もちろん、美しい夜景を望むゴージャスなディナータイムもおすすめ。

営業時間はランチタイムが午前11時30分～午後2時30分(LO)、ディナータイムは午後5時30分～午後9時(LO)。無休。駐車場有。

●青柳町10-3

☎26-8682



ロマン溢れる眺望と美味を堪能

レストラン ウイニング



バイエリアを一望する『レストラン ウイニング』。最高の眺望と美味しい料理で至福の時を…。フレンチを基本に和食のテイストも取入れたメニューは、ランチが「週替わりパスタ」

(1100円)、「和食ランチ」(1500円)など。ディナーは旬の地場産野菜をふんだんに使った「スローフードメニュー」(3800円)、上質な魚介を中心とした「フュージョン料理」(5750円)。ほかに予算に応じてメニューを用意。夜景が眺められるBARも有。営業時間は午前11時30分～午後3時(LO/午後2時30分、

11～4月 は午後2時)、ディナーは午後5時～午後10時(LO/午後9時30分、11～4月 は午後9時)。BAR は午後5時～深夜0時。

●末広町22-11

北島三郎記念館7階

☎26-3111



美しい緑と美味しいソフトクリームが自慢

バラック



夏の終わり、美しい緑に癒されたいなら、北斗市中山にある『バラック』へ!

大型ラジコンサーキット隣接のこのカフェは、店主がおよそ2年間かけて手作りで仕上げた素敵な建物。カ

レーライスやスパゲティなどの飲食メニューがそろっているが、大好評なのがゼラート感覚ねばねば系のソフトクリーム。バニラ、モカ、ミックスの3種類があり各240円。また、店内には古布を使った手作りバッグや小物の展示販売スペースがあり、価格は250円～12000円程度。大島紬や藍

染めを再利用した作品も有。営業時間は火～土曜日午前11時～午後9時、日曜日・祝日は午前10時～午後8時。毎週月曜日と毎月第2、3水曜日定休。イベント等での曜日が休日の場合有。

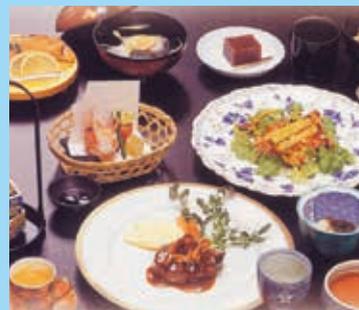
●北斗市中山109-3

☎77-6737



美しい眺望と静かな佇まい、魅力的料理…

懐石 煌



函館山の麓にある『懐石 煌』は市街から津軽海峡まで見渡す美しい眺望と、山あいの静かな佇まいが魅力。懐石料理を中心にフレンチやイタリアンを取入れたメニューが質量ともに

人気。昼限定の「季節懐石」(2100円)は月替りで、9月は収穫の秋に相応しい料理がそろいます。ほかに「華ごよみ」(3400円)、「醍醐味」(10500円)の趣向懐石、郷土の海鮮を中心とした「海遊」(12000円)などは、還暦祝いや結婚記念日など大切な席での利用におすすめ。無料の送迎バスが運行。利用については要予約。営業時間は午前11時30分～午後3時、午後5時30分～午後9時、毎月第1・3水曜日定休(時期により変更有)。駐車場有。

●住吉町17-1

☎27-7288

<http://www.e-kira.com/>





- 6 施術後:ニキビ痕の赤みが和らぎ、肌全体の透明感が増します。
7 化粧品:セックスC(天然成分・特許製品など)。プラセンタ・ヒアルロン酸の原液を使用。
8 『癒し処』では、「フラボノイドピーリング」通常12600円のところ、9月末まで9450円でサービスしています。通常のフェイシャルコース(3150円)と交互に行うことでより一層の効果が期待できます。この機会にぜひ試してみませんか?



アフターケア
施術後のお肌はデリケートです。十分なアフターケアでお肌を守りましょう。

トータルビューティー 癒し処

営業時間
午後3時～深夜0時
要予約
●湯川町2-4-20
湯の川観光ホテル1F
☎36-1000

フラボノイドピーリング	12600円 (9月末まで9450円)
通常フェイシャルコース	3150円
【オプション】	
ビタミンCパック	2100円
イオン導入	2100円
皮膚再生美容液	2100円

- 材料
●豚ひき肉…200g ●ナス…1本
●ピーマン…3個 ●ショウガ…1カケ
●味噌…大3 ●醤油…大1 ●みりん…大2
●水…1/2カップ ●豆腐…適宜

- 作り方
①ナスとピーマンはみじん切り、ショウガはすっておく。
②鍋を火にかけ、豚ひき肉を炒め、肉の色が変わってきたら野菜と調味料を全て入れ、中火で煮る。
③煮汁が少なくなってきたら出来上がり。
④豆腐に野菜入り肉みそをかける。

(チョコ) 記者のお手軽クッキング 野菜入り肉みそ

夏の疲れて食欲が落ちた人にと、ぴったりの野菜たっぷり肉みそはいかが?。ナスとピーマンとショウガを刻んで入れましたが、野菜は何でもOK。冷や奴や生野菜にかけたり、オムレツの具にしてもいいですね。多めに作ってお弁当のおかずにもどうぞ。



- 1 施術前:肌に刺激を与えないようやさしく洗顔。
2 ピーリング:お肌を酸性にした後、お肌に合ったピーリング剤を塗り角質をととのえる。
3 中和:中和剤を塗り肌への刺激を抑える。
4 クールダウン:冷タオルで肌を包み、クールダウンさせる。
5 オプション:ビタミンCパック、施術後のビタミンCパックはより効果的。



フラボノイドピーリング

トータルビューティー 癒し処

「ニキビ、アトピー、肌荒れ、乾燥肌、シミ、オイリー肌、肌のくすみなどでお悩みではありませんか? 肌の持つ力を活性化させ、新しい皮膚の形成を促すまったく新しいフラボノイドピーリング。10歳若返った肌を求めてあなたも試してみませんか。」

泊まって楽しむ道産ワインフェア

クロフォード・イン大沼

緑豊かな大沼湖畔に建つ優雅なホテル「クロフォード・イン大沼」で道産ワインフェアが開かれます。

自農園で栽培した葡萄を使用し、醸造・瓶詰めまで貫いて行っているワイナリーと道南地区で醸造しているワイナリーのこだわりの味を提供しています。



この大沼のワインを楽しむには、欧州で修行した北野料理長おすすめの洋食「ティナーコース」+流山温泉入浴付(夕方2便無料送迎)で泊2食15000円、とお得なプランがおすすめです。期間は9月15~30日。ティナーは森町産の牛肉や近郊の生産農家直送のポテトの「ムスリ」など、地元よりすぐりの素材を使用しています。道産ワインとの相性抜群で、秋の大沼を楽しむながら美味しい休日をお過ごしいただけます。



この秋はヤッマリカルドでキマリ!

タフンチーネ

函館には素敵な大人服のお店が少ない!と思ひチェックしてほしいお店が「タフンチーネ」です。インが魅力。おしゃれで、おすすめるは、オーナーの長年愛用のブランド「ヤッマリカルド」の品々。今年秋入荷予定の品々、大人服で、流行にとら



わねず、遊び心あるデザありながら、肩ひじの張らない服ばかりです。今秋入荷予定の品々、2人のモデルさんに着用していただきました。ブランドファンは40年代以上のことですが、赤と緑の素敵な外観が目印です。営業時間は午前11時~午後6時。毎週日曜日、祝日定休。豊川町213 ☎222164

「タフンチーネ」は、おすすめるは、オーナーの長年愛用のブランド「ヤッマリカルド」の品々。今年秋入荷予定の品々、大人服で、流行にとら

アームホールがゆつたり、肩幅に関係なくドロップするカンタングと縫製も着やすさの秘密。1度購入するとファンになるというお話しがとても納得できました。オーナー自身が惚れこむ理由も「ヨ」にありそうです。

青ぼの目

きみちゃんとの再会

▼きみちゃん、僕のことを覚えていますか? 毎日たくさんの方があなたの元を訪れているから、きっと僕のことなんか覚えていないでしょうね。僕は昔、東京で暮らしていたことがあって、麻布十番にある会社に勤めていました。そう、あなたが暮らしている街のすぐ近くです。だから僕は時々あなたの姿を見かけてました。昼休みに「メシ食ってください」と職場を出るけれど、あの頃はお金がなくて昼食は食べられず、1時間ほどあなたの周りをうろついていたこともよくありました。来年、函館に来るついでに聞きました。何年ぶりでしょう、あなたに会えるのは…。▼来年6月頃、函館開港150周年に合わせて、童謡「赤い靴」の少女像が函館に建つという。「赤い靴」の少女は岩崎きみちゃんの実在する女の子。母親の岩崎かよは留寿郡の開拓農場に入植するため、3歳のきみちゃんを連れて本州から函館に渡る。しかし、開拓地の暮らしの過酷さを知り、幼くて体も弱かった我が子を連れてゆくのは無理と判断し、函館在住のアメリカ人宣教師に養女として託した。その後、きみちゃんは宣教師とともに渡米するはずだったが、結核のため船に乗れず東京・麻布の孤児院に預けられ、9歳で病死。娘がアメリカで幸せに暮らしていると信じていた母親は、知人で作家の野口雨情にそのことを話し、童謡「赤い靴」が誕生した。▼きみちゃんの像は故郷の静岡県をはじめ東京・麻布十番や横浜・山下公園道内では留寿郡村と小樽市にあり、母子の永遠の別れの場所となった函館にも像の建立を望む声があった。▼平成元年に麻布十番商店街に建てられたきみちゃんの像には素敵なエピソードがある。像が建ったその日、誰かがきみちゃんの足元に18円を置いたのをきっかけに、その後1日も絶えることなくお金が置かれるようになり、今日まで続いたチャリティーの輪が毎年、世界中の恵まれない子供達のために役立てられているという(参考資料/ウェブサイト『麻布十番未知案内』)。▼きみちゃん、あなたは9歳で天国に逝ってしまったけれど、いまもたくさん人の心の中に生きています。恥ずかしい話ですが、僕は少し前まではあなたのことをあまり知りませんでした。いまの世の中に対する不平不満は山ほどあって、毎日文句ばかり言って暮らしているけれど、あなたのことを知るほどに、自分には恵まれていて、いいことに気づきはじめています。再会できる日をとても楽しみにしています。函館の人達もきっと、あなたのことを温かく迎えてくれるでしょう。(慎)

ままごとあそび

佐々木 淑子

最近ハマったコミック、絵本がある。不思議に全部、猫が主人公のもの。「猫村さん」(ほしより作)、「グーグーだって猫である」(大島弓子作)、「ホテル」(黒井健作)の3冊。ご存じの方も多いと思うが「猫村さん」はインターネットで毎日1コマずつ描かれていたもので大ヒット。他の2冊についても「もし、こんな人が猫だったら」という想定で実に猫として人間的(!?)に描かれている。猫を飼った事があつたり小さい頃捨て猫を拾ってきて叱られた経験を持っている方なら必ずわかる物語だと思う。

職業から小さい子の「ままごとあそび」を研究したことがある。最近では自分のなりたい役で「猫」「犬」とかペットの役を言う子がいてびっくりした。「動物がいいなんて・・・」と最初は思ったが最近の犬や猫はペットではなく「家族の1員」になっているようだ。子どもたちはごっこ遊びをする時、「あんなふうにしてほしい」「あんな居場所にいたい」という気持ちで想像力をふくらまし役割を決める。そばにいる生き物が同じ言葉で語り合えたら、この世界はどんな風に見えるのだろうかと思う事につながる。小さな虫や鳥や犬や猫と語り合えたらどんなにか楽しいだろうと。

模倣犯のような物騒な事件が次々と連鎖的に起き殺伐としているが、子どもたちが役割分担をし「次、この人の役になってね」と遊んでいるのをみながら「他者の痛み」をわかる人間にと願わずにいられない。(保育士・臨床発達心理士)

おもしろ雑学

生き物の名前です。いくつ読めますか。

- 1.海豹
- 2.家鴨
- 3.信天翁
- 4.鮫鱈
- 5.海豚
- 6.鸚哥
- 7.鸚鵡
- 8.大鯿
- 9.郭公
- 10.河馬
- 11.螻蛄
- 12.啄木鳥
- 13.孔雀
- 14.蟋蟀
- 15.秋刀魚
- 16.柳葉魚
- 17.十姉妹
- 18.田螺
- 19.蜥蜴
- 20.雲雀
- 21.河豚
- 22.百足
- 23.土竜
- 24.駱駝
- 25.栗鼠
- 26.驢馬
- 27.鱉

答え

- 1.あざらし
- 2.あひる
- 3.あほうどり
- 4.あんこう
- 5.いるか
- 6.いんこ
- 7.おうむ
- 8.おひょう
- 9.かつこう
- 10.かば
- 11.かまきり
- 12.きつつき
- 13.くじゃく
- 14.こおろぎ
- 15.さんま
- 16.しやも
- 17.じゅうまつ
- 18.たにし
- 19.とかげ
- 20.ひばり
- 21.ぶぐ
- 22.むかで
- 23.もぐら
- 24.らくだ
- 25.りす
- 26.ろば
- 27.わに

秋のスイーツ作りにチャレンジ!

北カスティングスクール

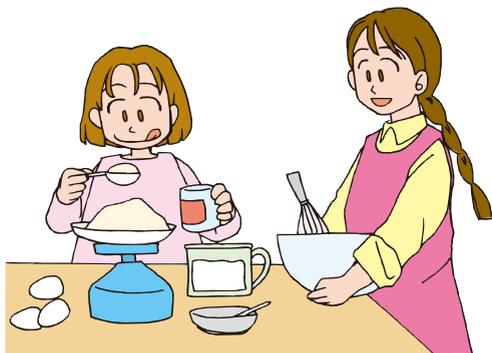
セルは開講日の3日前までとなっております。
●万代町8-1
☎42-6505

食欲の秋です。秋の食材を、二口美哉子(ふたぐちみやこ)を使った美味しいスイーツで美先生。会場は北味しい午後のひとときを過ごす。1階のクッキングスペース。

10月の北カスティングスクールのテーマは「秋のアフタヌーンケーキ」。オータムミルワイユーストポテトなどに挑戦します。

10月29日午後6時30分〜午後9時30分と、10月30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)。

いずれも、定員は15人で、申込締切は9月1日。講師は「ランド・オブ・ドリーミング」の人まで。キャン



いまやすっかり人気スポットとなった市内港町1丁目のポルスターショッピングセンター2階の『癒し空間 ラファエル』

ポルスターでランチや買い物を楽しんだ後、アロマの香り漂う素敵な空間でゆったりと体の疲れをやらげませんか? 男女共利用可能なので友人同士はもちろんご夫婦やカップルで一緒に訪れるのもおすすめです。お得なキャンペーン先制。

●港町1-1ポルスターSC2階
☎42-1043



ズワイ蟹の丼、がつつり食へよう!

呑喰処 きくよ食堂 ベイエリア店

炭焼き蒸し釜で炊いたズワイ蟹とエビ、イカ、野菜を飯と新鮮な魚介類が評判の『呑喰処』に使用したズワイ蟹山海喰処。きくよ食堂 ベイエリア店。天丼(11写真上)。

9月のランチスペシャルは、さらに「青ほ見たでデザート」をサービス。期間は8月29日〜9月29日。各種宴会には通常のコース2500円、会席コース3150円をどうぞ。飲み放題2時間1500円も用意しております。



営業時間はランチタイムが午前11時〜午後3時(平日午前11時30分〜)、夜は午後5時〜午後10時30分(平日午後5時30分)。毎週



9月23日、カテナ、フアブリックのショールームがオープンします

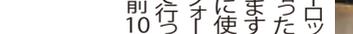
イリュージョン デコール

市内元町の「イリュージョン デコール」にこの9月23日、店舗3階にカーテン、寝具、フアブリックのショールームがオープンします。



トリネン類は機能性も抜群。一度使ったら手放せなくなる使い心地の良さには定評があります。一流品ならではの雰囲気が溢れたデザインは、お洒落で落ち着いたインテリアを演出。また、フジエテキスタイルはデザイン性と優れた技術で、長年愛されてきたメーカー。そのほか、世界中の一流壁紙メーカー、フアブリックメーカー、独自のネットワークを結び、選りすぐりの商品を紹介。長

年インテリアに携わり、ヨーロッパを訪れている経験から培った目で製品をセレクトしています。大切なものを長くきれいに使うために、新規の購入からリフレッシュ椅子などの張り替えまで行っています。営業時間は午前10時〜午後6時。
●元町30-25
●五島軒斜め向かい
☎22-1978



nice taste nice shop nice job

感謝の4周年とワインが好きな入門講座

イリュージョン



気軽にシエラと話しながらお箸で食べられるフランス料理をコンセプトにした、市内白鳥町にあるフレンチレストラン「イリュージョン」1階の「ピストロ イリュージョン」ではこのほどオープン4周年を迎えた感謝の気持ちを含めて、初秋の厳選素材を堪能できるこの店 月1〜30日。1番人気の「シエラおまかせメニュー」を通常105000円、フランス在住でソムリエコンクールのところ50%OFFのルで審査員を務めているフラスが味わえます。内容はオーブドブル3種、ブラスoup、魚料理、肉料理、デザート。期間は9月15日〜10月15日。期間中は9月15日〜10月15日までの期間限定で得たとおきの専門知識

を学ぶ「ワイン入門講座」を行います。テーマは「ワインはどんなお酒？」赤、白、ロゼワインの違い、「ワインをおいしく楽しむために気をつけたいこと」シャンパン、白・赤・ロゼワイン、ブティックドブル、チーズ講座の資料付で受講料は1人3150円。日時は9月9日水曜日、10日水曜日、11日木曜日の午後4時〜。最近テイクアウトができるパエリアが人気で、お米が見えないほど具だくさんで、鍋ごともって帰ってレストランの味を家庭で堪能できます。営業時間は午前11時〜午後2時、午後5時〜午後11時。毎週月曜日休店。なお9月15日の敬老の日には営業します。

●白鳥町17-14
☎403588

流山温泉の団体お食事プラン

大沼流山温泉



初秋の大沼で遊ぶ流山温泉のお得な「団体お食事プラン」は、いかが？

夏の暑さも少し和らぎ、屋外で身体を動かすのにちょうどよい季節です。駒ヶ岳を背にした、ゆったり楽しむハコゴルフ、源泉かけ流しのやさしいお湯と駒ヶ岳を一望する露天風呂、美味い食事と満足すること間違いなしのプランです。町内会の集まりや趣味のお仲間とのレクリエーションに利用してみませんか。

地元道南の人への入浴キャンペーン（高校生以上380円、中学生190円、小学生以下無料）も9月末まで継続中なので、入浴だけでもお得に楽しめます。

●七飯町字東大沼294-1
☎671726

カンコースとジギスカン+カビ焼肉コースの2種類あります。それぞれ食事に入浴とパークゴルフが付くプランが15800円。さらにお得な食へ放題、飲み放題や無料送迎もあるで内容など気軽にお問い合わせ下さい。

雄大な駒ヶ岳を背景に一面にひまわりが咲く「流山温泉ひまわり畑」もまだまだ見頃です。秋晴れの大自然を満喫するならば団体お食事プランでOK。

来院4270人の臨床テクニク

ななえはま整体院



北斗市七重浜2丁目・国道227号線沿いにある「ななえはま整体院」が来院して2700人を超える施術実績を誇ります。来院した人の主な症状は、肩こり、首の痛み、腰に返すことで体全体のバランスを整えること、腰痛、寝付きが悪い、全身筋力不足も改善する矯正も幅広い労（倦怠感など。原因は精神層に大変好評。気になる症状的ストレッチや神経の使いすぎがあるなら、地域ナンバーワンなど様々ですが、身体の不調と定評のある「安心・安全・信や不快感を1人ひとりの症状」の臨床テクニクをぜひに合った療法により、経絡とツボを効果的に刺激して改善しすか。料金は「全身コース」30分2000円、45分3000円、60分3500円。「全身コース」75分4000円。「骨盤矯正」30分3000円。「中国推拿」30分3000円。45分4000円。施術についてなど、お気軽にお問い合わせ下さい。営業時間は午前9時30分〜午後7時（毎週土・日曜日、祝日は午後4時30分まで）。予約優先制。毎週水曜日休診。駐車場有。

●北斗市七重浜2-20-1
☎498883

3周年の感謝を込めて、お得なキャンペーン!

ヘアデザイン LAURA

市内湯川町のポップな美容室「ヘアデザイン LAURA」3000円が1995円に、パーマ（ローション）はこの秋、おかげカッター&カットは通常各様で3周年！日頃のご愛顧に感謝を込めて、お得なキャンペーンを実施します。第1&カット通常7500円が弾は9月15〜17日、施術後5500円。縮毛矯正は通常にスリッドくじをひいて当たれば最大50%オフに！通常9995円この機会をお見逃しなく。第2弾は9月8〜30日、「言いほすと見たよ」のひと言でカット、カラー、パーマ、さらになんと縮毛矯正もキャンペーン料金になり、とってもお得!

ななえはま整体院
縮毛矯正のみ要予約です。また敏感肌のひと言で、化粧品が多いCAC化粧品を取り扱った店、パーマ液は全て同社製品なので

ダメージヘアのひと言にも安心。CACの洗顔料、シャンプー、メイク用品などの販売も行っているので要チェック。明るくアットホームな雰囲気、美容室なので髪いろいろな相談にも応じてもらえるのも嬉しい!

営業時間は午前9時30分〜午後6時。毎週日曜日は午前10時〜。不定休。

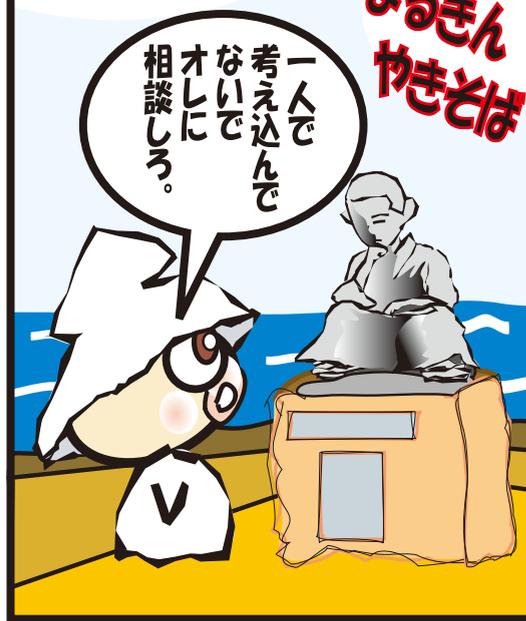
●湯川町2-20-6
☎590155



函館のイカくん

で検索

まるきん
やきそば



道南・元気イキキ応援団

子どもさぽーとふわっと

代表 加茂 章子さん



「ウイメンズネット函館」の中に今年4月、DV（家庭内での暴力）環境で育った子ども達をサポートすることを目的に『子どもサポート ふわっと』が誕生しました。DV環境にいる母親は子ども連れでシェルターに入居する場合も多く、一緒に来た子どものサポートはとて重要。子ども自身が暴力を受けたり、家族への暴力を目にして育つ子どもの多くは傷ついた気持ちを誰にも話せないまま、身体症状である発育不全やチック、不安感、落ち着きのなさなどに表れることが多いといひます。代表の加茂章子さんは「子ども自身が暴力を受けること、母親など家族への暴力を目にすることで子どもの心は何重にも傷ついています。子どもが心から安心出来る居場所を提供できれば」と話します。

活動内容はシェルター入居中、あるいは退去後の子どもの相談やケア、遊び相手、学習指導などを行います。この秋にも、土曜日の午後からシェルター退去後の子どもたちの広場を開く予定。

『子どもサポートふわっと』では、広場のための場所を探しています。また、広場開設や運営のための寄付を募っています。詳しくはお問い合わせ下さい。問い合わせ時間は月〜金曜日の午前10時〜午後5時です。

●杉並町20-29 ☎33-2110

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イベント情報、サークルのメンバー募集など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
FAX (0138) 23-5699

担当
青山

各情報の掲載につきましては、掲載日が限定される場合や、内容によって掲載できない場合もございますので、FAXをお寄せいただく際には、事前には電話にてご一報下さい。

街角情報

夏の疲れがちよつと気になりはじめるこの時期、ウィークエンドには眺めのいいお店でゆったりとした時間を過ごして夏の疲れを癒しましょう。

平成20年度子育てを支える「家族・地域のきずな」に関する作品コンクール9月6日まで作品募集中
内閣府主催の平成20年度子育てを支える「家族・地域のきずな」に関する作品コンクールの作品を募集しています。「子育てを支える家族みんなの力」「子育てを応援する地域みんなの力」「子どもや生命を大切にする社会の輪」の3つのテーマの中からひとつを選ぶ「標語」部門と「子育てを家族みんなを支え合うことの大切さ、感謝などの思いを伝えるもの」「子育てを社会も応援していくことの大切さ

を訴えるもの」の2つのテーマの中からひとつを選び200〜400字程度にまとめる「手紙メール」部門。応募資格は「標語」部門が小学生以上、「手紙メール」部門は①小学生の部②中高生生の部③一般の部の3区分。最優秀作品は11月16日に開催予定の子育てを支える「家族・地域のきずな」フォーラム(全国大会)で表彰予定。応募締切は9月6日。詳細は同事務局「フリーダイヤル」0120-399-520まで。

はこだて街歩きガイド「てくてくはこだて」実施中参加無料
函館在住のボランティア、アガイドが参加者を案内する元町地区を中心とした散策コースを巡る「てくてくはこだて」に参加しませんか。参加は無料。毎週金・土・日曜日、祝日に実施中。10月26日までは午前10時〜正午で、コースは元町観光案内所〜港ヶ丘公園通り〜二十間坂〜旧イギリス領事館。12月5〜23日は午後2時30分〜午後4時で、コースは元町観光案内所〜港ヶ丘公園通り〜二十間坂〜金森洋物館。各スタート地点は元町観光案内所写真歴史館で開始10分前までに集合。観光施設等の入館はありませぬ。悪天候等の理由により当日中止となる場合があります。詳細は社団法人函館国際観光コンベンション協会 ☎27-3535(土・日曜日、祝日は元町観光案内所 ☎27-3333)まで。

ヨサコイ会員募集中!
YOSAKOIソーラ祭「進鮮組」ではヨサコイの好きな人を大募集中です。男女問わず、小学生以上。 ☎090-2008-2008が9月7日午前10時から緑の島で開かれます。雨天決行。午後2時30分まで。詳細は環境

はこだて・エコフェスタ2008が9月7日に「はこだて・エコフェスタ2008」が9月7日午前10時から緑の島で開かれます。雨天決行。午後2時30分まで。詳細は環境

はこだて「いい店みつたえ」コーナーで紹介した「ピラック」より、スープカレー(チキンレッグ)、ガパオライス(チキンレッグ)、ガパオライスの食事券を各3名様、合計6名様にプレゼント。ハガキに郵便番号、住所、氏名、電話番号を明記の上、〒040-8605、函館どつく内、株式会社青いほすHD「ピラックプレゼント」係まで。締切は9月8日。

ニューオープン&リニューアル情報

多彩なトリートメントで至高のリラクゼーション
ウエルコホテル リゾート&スパ
市内末広町に瀟洒な外観が目目をひく「ウエルコホテル」のリゾート&スパがオープン。ゴージャスな館内は、随所におもてなしの心が溢れている寛ぎの空間。

この中の「スパ・トリートメント」は道南最大の本格スパ。ヨーロッパ、中国、タイなどの伝統の技術に新しい技術を取り入れた多彩なトリートメントは、こ

しか体験できません。カッブルで利用できるVIPルームも備えるなど至福のリラクゼーションが味わえます。プランはリンパドレナージュ(100分)6600円、レガンド(100分)6600円、ゴージャスデオリエンタル(100分)6600円、フェイシャルデトックス(100分)6600円。施術の後は栄養補給となる体に優しいスイーツとドリンクが提供されます。このプランの利用は1人2回までです。

通販コーナー

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ジェ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!!

エバメールゲルクリーム

180g入 宅配込 **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

9月16日 (火)
函館女子のお気に入り
いい男のいい仕事特集

9月23日 (火) 増刊号
秋のビューティー&ヘルシー
インフォメーション

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

[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 Kimio Sasaki
編集長 青山 慎司 Shiriji Aoyama
副編集長 大場 小夜子 Sayoko Ohba
ライター 野村 保子 Yasuko Nomura
由井 亜紀 Aki Yoshii
花輪 志保里 Shihori Hanawa
佐竹 規子 Noriko Satake
銭谷 加奈 Kana Zeniya
DTP & WEB 武越 史幸 Fumiyuki Takekoshi
マーケティング 本間 尚子 Naoko Homma

この原稿を書いている頃、家のすぐ近くの崖壁でカタクチイフジ釣りが絶好調。大量に釣れたカタクチイフジでさくアンチョビ作(作)り開始。完成までに1ヶ月半ほどかかるのでまだ味わっていないが、この号が発行される頃には完成しているはず。この秋のイタリア料理作りは例年以上に楽しくなりそう。美味しい白ワインも買わなくちゃ…。 (慎)

朝鮮半島伝統のポジャギの作り方を習った。ポジャギは5センチくらいの長方形や正方形の布を手で縫い合わせて、風呂敷やタペストリーにする。昔の人は手で1枚1枚作ったのかと思いつつながら10センチのコースターを完成。2時間もかかって作ったので、もったいなくて使えそうもない。 (345)

初めて観た演劇は自由劇場の「上海ハンスキング」。吉田日出子が主役で租界と呼ばれた上海に集まったミュージシャンを描いていた。舞台の上で人間が演じる世界は映画ともまた違う魅力がある。舞台の上の世界にすっくと入っていく快感は今も忘れない。演じる側の魅力もまた、3日やったらやめられない「役者となんか」という…。 (チョコ)

最近昔より殺人事件が多いと感じる。事実、今までの事件件数は去年より10%増だそう。でも、その去年は、年間で「戦後最低」の件数だったとのこと。メディアの事件報道の過熱で、年々増えているという錯覚に陥っているらしい。このことに限らず、報道を冷静に受け止める沈着さが今は必要なかもしれない。 (画)

最近、友人達に「ハッピーな出来事が多くて嬉しい。幸せな話しは良い言葉が溢れていて、私もウキウキ楽しい気分。幸せのお裾分けがありがとう。そして、最近あまり良いことがないなあ〜という人や夏の疲れが出ている人も、素敵な景色の店で心癒されますように。 (BP)

食べたくない時は食べなくていいや、といういい加減な食生活のせいでも健康診断でひっきりかきました…貧血で。「要精密検査」と書かれてある検査結果の紙を見て、いつものことごと…と何の反省もなくなっているのが最もいけない所。そろそろ本気で健康に気をつけようと思う四十路間近の秋。 (のん)

外の食事、美味しい上に眺めが良かったら最高。高層階のお店、緑に囲まれたお店。特に周りの景色に恵まれていなくても、店内の装飾が素敵で眺めがいいと感じるお店もある。インテリアにこだわりのあるお店特集もやってみたい。店主さんの趣味がわかり共通の趣味の常連さんがいるお店。スポーツ、釣り、音楽、食器等、いろいろありそう。(加)



■営業時間
午前11時~午後8時(最終受付)

●末広町3-5
☎24-5300



SPOT LIGHT

街で話題の最新情報、お得な情報に、スポットをあて、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ね。

不安な人には無料カウンセリング随時受付中！

レリーサ

市内港1丁目・ポールスターショッピングセンター付近の好立地にこの6月、待望の耳つぼダイエットサロン『レリーサ』がオープン。「そろそろ耳つぼダイエットを試してみたい」「この

マンション1階のゆったりした明るい店内が特徴。代表の三橋公美子さんは、「痩せたいと思っても、日常の食生活や運動不足でなかなか思い通りにならないものですが、耳つぼダイエットならリバンドがなく、



三橋公美子代表の結果報告！(3ヶ月)

私でも度せられたので、みなさんも痩せられます。

体重	53.8kg	→	45.4kg (-8.4kg)
体脂肪	28.7%	→	25.9% (-2.8%)
ウエスト	72cm	→	60cm (-12cm)
太もも	55.3cm	→	47cm (-8.3cm)
ヒップ	95cm	→	85.5cm (-9.5cm)



市立図書館
ポールスター
ショッピング
センター
至田家町→
※旧ジャンボパチンコ
せん花●

港143
NEXT:3・1階
85-6234

キュートな大人スタイルを発信！

市内本町にこの6月、キュートな大人スタイルが目白押しのレストラン『ベリベリ』がオープンしました。

店内には、ストーリーやベリーの読者を虜にしているキャラクターをはじめ、フェリーラ、ボンサンス、インブリードなどのブランドが豊富にそろっています。特に、ストーリーのカーズ



マモテル 富田リカさんがお洒落に着こなしているキャラクターハネルは、これまでインターネットで取り寄せていた人に大変喜ばれていたのだとか。やはり実際に売場を見て試着できるのは嬉しいですね。また、雑誌で見て気に入った商品が店頭になかった場合は取り寄せも可能と、ストーリーやベリーファンには見逃せないところも

ベリベリ

ちろん、この秋どんなスタイルにしようかと悩んでいるあなたも必見！ スタッフが親切にアドバイスをしてくれます。秋の新作に小物や雑貨も充実しておりますので、ぜひ一度足を運んでみてはいかがでしょうか。

営業時間は午前11時～午後8時、毎週月曜日定休。
●本町32-9
85-6362
<http://veryvery-h.com>

