

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

2008.11.28 [fri] Issue.409 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

A サンドイッチのオードブル

エドワーズ

豊富な種類のサンドイッチを、店内でもテイクアウトでも味わえる市内松風町の『エドワーズ』。クリスマスや年末年始の集まりには、「サンドイッチのオードブル」(3000円=写真、4000円、5000円)がオススメ。食パン、ペーグル、ピタの3種類のパンは食べやすいサイズにカットされ、具は定番のハム&卵やハム&ポテをはじめ、スモークサーモン、クリームチーズ、エビ&アボガド、パストラミビーフとバリエーションが豊富なので大人も子供も楽しめる上、彩りも綺麗でパーティーにはピッタリ。

1人ずつの詰め合わせ、「サンドイッチパック」も予算に応じています。どちらも前日まで要予約。

営業時間は午前11時~午後7時。毎週火曜日定休。

●松風町16-17 ☎26-1656



ホームパーティーにおすすめ!!

テイクアウト グルメ10 選

我が家でワイワイ忘年会
ガールズトークで盛り上がり♥

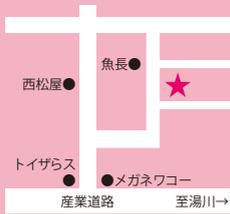
B 本場イタリアのナポリピザを!

ピアンキ

石窯で焼いた本格的なナポリピザで、テーブルを華やかに彩りましょう。市内石川町にある『ピアンキ』では、定番「マルガリータ」(1200円)、生ベーコンとピコラがのった「パンチェッタ」(1400円)、スカルモツツァ、ゴルコンソーラなど4種類のチーズの味が絶妙の「クアトロフォルマッジ」(1480円)などが好評。ハーフ&ハーフも可。箱代として別途100円。注文受付は営業時間中のみ。

営業時間はランチが午前11時30分~午後3時30分(LO/午後2時30分)、ディナーは平日は午後6時~午後10時30分(LO/午後9時30分)、日曜日、祝日は午後6時~午後10時(LO/午後9時)。毎週月曜日、毎月第1火曜日定休(月曜日が祝日の場合は翌火曜日休)。

●石川町316-4 ☎47-0077



C 人気のジャンボとり

たつみ食堂

市内東川町にある『たつみ食堂』の人気No.1メニューといえば、ご存じ「ジャンボとり」(1150円・定食は1200円)。

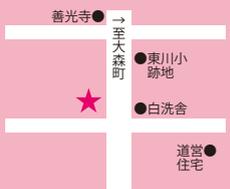
味つけは企業秘密ですが、カラリと揚がった香ばしい鶏肉は中までしっかりと味がしみ込みとってもジューシーで、アルコールとも最高の組み合わせ。

リピーターも多く、特にクリスマス時期はテイクアウトが殺到するため、12月24、25日の予約は12月10日までです。お早めにご予約。通常のテイクアウトは電話で随時承り中。

なお、五稜郭店と大門横町店でも予約受付中。

営業時間は午前10時30分~午後9時30分。無休。駐車場有。

●東川町6-1 ☎22-1310(代表)



D お好みの大きさにカットして...

シュウエット カカオ

人気チョコレート専門店『シュウエット カカオ』でロングセラーを誇る「長すぎ〜るロールケーキ」(2310円)は、ホームパーティーの時などに手土産にすれば喜ばれること間違いなしの逸品です。

ホームパーティーのデザートにケーキはもってこいですが、何を何個選んだらよいかショーケース前で悩みがちなもの。このロールケーキなら自由に切り分けられるのでとっても便利です。びっくりするほど長い外箱ごとゲストの皆さんに披露してみても? その人ごとの希望に合わせ、お好みの大きさにカットしながらワイワイやるのがオススメ。美味しいだけでなく、楽しみも添えられる素敵なデザートです。プレーンとチョコの2種有。営業時間は午前10時~午後9時、毎週木曜日定休。

●五稜郭町7-8 ☎33-5766





D



A



E



B



F



C

A ケーキみたいなお寿司

しやりパティシエ

彩り鮮やかな『しやりパティシエ』のショーケースは、まるでケーキ屋さん。市内の有名寿司店「幸寿司」プロデュースのこのお店、工夫を加えた美しい創作寿司が盛り沢山です。テレビでも取り上げられ、函館空港の土産物として人気の品「帆立のおこげ」（1個126円）もここで製造販売しています。帆立入りのホワイトソースをご飯と混ぜて焼き上げた変り種の逸品。冷めても美味しいのはもちろん、出来たての時は、持ち帰る前につまみ食いしてしまいたくなる香ばしさです。

予算に応じたオードブルやお弁当の予約注文も可。普通のお寿司とはちょっと違う綺麗で美味しい品々、持ち寄りパーティーにぴったりです。営業時間は午前10時30分～午後6時30分、毎週日曜日定休。

●杉並町20-40 ☎51-7701



B 老舗の味をテーブルに!

阿佐利本店

函館の老舗、『阿佐利本店』のお惣菜はいかが? 全て化学調味料無添加で、ハンバーグ、コロッケなどは、タマネギをじっくり炒めた自然の甘みがたまりません。お母さんが魔法を使ったかのようなプロの味は子供達にも大好評。

ハンバーグはオリジナルケチャップソースで召し上がれ。固定ファンも多く、惣菜はどれも午前11時30分頃までには売り切れてしまうのでご注意ください!

「ハンバーグ」(120円)、「コロッケ」(60円)、「鶏のから揚げ」(65円)、「串カツ」(75円)。ほかに、肉や野菜などの材料、タレなどが全てそろっている「すき焼きセット」もあります。営業時間は午前9時～午後5時30分。毎週水曜日定休。

●宝来町10-11 ☎23-0421



C 本格派フランス料理をご家庭で!

プティ・コシヨソ

市内梁川町の『プティ・コシヨソ』の「コールドミートの盛り合わせ」(10500円)は、レストランの華やかさをそのまま盛りつけた本格的な1皿。5種類の肉は、とろけるほど柔らかな「仙台牛ローストビーフ」、香りとコクがあり冷めても美味しい「仏産ひな鶏のロースト」、ジューシーな「八雲ポークのロースト」、複雑な味わいの「田舎風パテ」、スモーキーな「鶏のテリーヌ」とそれぞれお肉の違いを楽しめる取り合わせ。厚沢部の橋本さんの野菜やポテトサラダ、トマトのバラ、オリーブなどが飾られ、周囲に散らしたコンソメジュレがお洒落です。3日前までの要予約。季節によって内容が変わる場合があります。12月23日、24日、25日は除く。営業時間は午前11時30分～午後2時、午後5時30分～午後9時30分。毎週月曜日定休。

●梁川町12-13 ☎56-5600



D プリプリのエビのマヨネーズかけ

鴻運閣

パーティーをするなら、やはりボリュームがあって豪華な中華料理がはずせません。そこでおすすめるのは、中華料理の中でも最近特に人気上昇中の『エビのマヨネーズかけ』。

市内神山1丁目の『鴻運閣』の「エビのマヨネーズかけ」(980円)は、大ぶりな海老にほんのり甘味のある店特製マヨネーズがたっぷりかかってボリューム満点。高齢者からお子さんまで誰もが好きなメニューなので、パーティーの気分が盛り上がる事確実です。鴻運閣では前菜、飯類、点心、1品料理と幅広くテイクアウトメニューをそろえています。1品ならいつでもテイクアウトOK、オードブルなら電話予約がおすすめ。営業時間は、午前11時～午後10時(LO/午後9時30分)。毎週水曜日定休。

●神山1-22-19 ☎52-1770



F 極上海鮮パエリア

イリュージョン

パーティーメニューなら、豪華でワイワイ賑やかに食べると楽しいパエリアはいかが?。市内白鳥町にある『イリュージョン』の魚介類たっぷりの「海鮮パエリア」は、スペイン料理の定番をフランス料理のテクニックでアレンジした極上のパエリア。テレビ番組「アド街ック天国」でも紹介されるほど好評の1品で、鍋ごとお持ち帰りできます。これを本紙限定で11月28日～1月11日の期間、通常1鍋(2人分)5250円のところ3990円にて提供。一流レストランの味が、ホームパーティーで手軽に味わえるなんてうれしいですね。鍋は店で用意されているので、手ぶらでどうぞ。なお、パエリアは3人前以上の大鍋でも用意できます。要予約。営業時間は午前11時～午後2時、午後5時～午後11時。毎週水曜日定休。

●白鳥町17-14 ☎40-3588

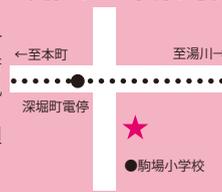


E 手作りのハムとソーセージを食卓へ

ノイ・フランク

『ノイ・フランク』の新鮮なハム、ソーセージの盛り合わせで食卓を華やかに彩りませんか。道南の豚肉、オーストラリアの牛肉、知床の鶏肉を使い、保存のための添加物を一切使わずに作ったハムとソーセージは肉本来の旨味が凝縮されています。写真は10種類のソーセージとハムを盛り合わせたもので3000円(4～5人前)です。ほかに予算に合わせて4000円、5800円と盛り合わせがあります。前日までの予約が必要。鶏肉をセラチンで固めた「チキンローフ」(100g、320円)、牛肉の甘みと味が生きている「コーンビーフ」(100g、560円)、醤油ベースのシタケやネギの入った「和風ソーセージ」など個性的な味もおすすめ。営業時間は午前11時～午後7時。毎週水曜日、毎月第3水・木曜日定休。

●駒場町7-4 ☎53-7886



エコはエゴ?

飛塚 優

CO2の上昇による地球温暖化の影響は世界中で頻発しており、各国のメディアが被害を報じない日はない。そして今や「エコを論じない者は人にあらず」の風潮が蔓延している。「人類は地球に棲みついた癌細胞である」という言葉がある。名言である。人類にとって地球はかけがえのない宿主だが、地球にとっては人類が滅亡しても何の不都合もない。地球は46億年前の誕生から地殻変動や隕石激突などで氷河期を繰り返して、そのたびに動植物は衰退し絶滅し新たな誕生を繰り返してきた。そして又、「ある生物」が減る環境は「別の生物」が繁栄する環境でもあった。地球は誰の味方をもせず、環境にどんな激変が起ころうと厳然とただ「あるがままにあり続ける存在」なのである。従って「地球を救うため」とか「白クマの親子が飢え死にしないように」とかいうキャッチフレーズには、人間の側の虫のよいエゴがオブラートに包まれている。本当のところは自然破壊を続けてきた結果、人間の衣食住を支える環境に異変がおこり、経済活動の「現状維持」が不可能になりつつある未来を恐れているだけなのである。人道主義とかヒューマニズムとかいう概念も長いこと地球上で主導権を握ってきた。原爆や地雷で被害を受けた人間のことは議論されても、同時に爆死した動物や鳥や昆虫のことが意識されることはまれだった。エコ活動は「人間の欲望」と正面から向き合う作業の上に実践されるべきだと私は思う。

今年は東山丘陵の紅葉は温暖な気候のためか色合いが薄かった。山栗や山葡萄の実も不作だった。鮭の遡上も少なく不漁だったので、我家ではイクラの醤油漬けを作ることでもできなかった。CO2がいくら増えようが地球には痛くも痒くもないとはいえ、私にとっては炊きたての白いご飯の上に赤いイクラの粒をのせることができないのは…。あれっ! これって偉そうにエコを論じているくせに、立派なエゴの見本?…じゃないのかな? (自然観察家)

おもしろ雑学

間違いやすい慣用表現です。どちらが正しいでしょう。

- | | | |
|---|------------|------------|
| ア | A.息もつがずに走る | B.息もせずに走る |
| イ | A.愛想をふりまく | B.愛敬をふりまく |
| ウ | A.怒り心頭に発する | B.怒り心頭に達する |
| エ | A.素人はたし | B.素人はなれ |
| オ | A.食指を動かす | B.食指をそそる |
| カ | A.的を得た発言 | B.的を射た発言 |
| キ | A.汚名挽回する | B.名誉挽回する |
| ク | A.二の舞いを踏む | B.二の舞いを演じる |

答え

- アーA イーB ウーA エーB オーA
カーB キーB クーB

流山温泉を冬季限定お得な回数券で楽しもう

大沼 流山温泉

道南の景勝地国定公園大沼にある『流山温泉』では現在道南の人向けの入浴キャンペーン期間中で、通常大人800円のところ380円と大変お得な料金での入浴が可能になっています(詳しいキャンペーン料金についてはお問い合わせ下さい)。さらに気軽に多くの人にご利用頂けるように、お得な冬季限定来年3月までの回数券ができました。5枚綴りで1500円と1回当たり大人で80円お得になります。また、湯けむり会員の人は100円引の%のやさしいお湯と雄大な駒ヶ岳を望む流山温泉を堪能し同時に購入した人には2冊



敷地内にあるJRの車両として使用されていた客車で行われる「小宴会ラウンジ」も好評継続中です。小さな旅気分を味わいながら忘年会や宴会を楽しみませんか。お食事十御入浴バススタオルラウンズ(タオル付)2600円。体から髪まで洗える環境に優しいオリオイルと天然素材100%のアリバ石鹸を備えているので手ぶらで入浴できます。函館市内など近郊からの送迎を行っていますので、入浴の後に一杯飲んでゆっくり出来るのもうれいですね。送迎は10〜30人程度。詳しくは電話でお問い合わせ下さい。
●七飯町字東大沼294-1
☎6711726

クリスマスに手作りリースを飾りましょう

北渡建設オープンハウス

スカイコートのあるモデルハウスでの各種イベントが毎回好評の「北渡建設」では、「クリスマスリース手作り講座」を行います。講師はフラワー装飾1級技能士の河村寛枝先生。アットホームな雰囲気の中、手作りを楽しまれます。



②午後2時〜午後3時
各10人の予約制
受講料/講習費、材料費など全て込10000円
申込締切/12月11日
オープンハウスのミニコンサート日時/1月17日土曜日午後2時30分
入場無料
申込締切/1月15日
●東山2-1-31
☎564069
FAX 564068



医療用ウィッグが充実の品揃え!

サリービューティー



プロが扱う理美容商品を手軽に購入できる店として定評の市内松陰町・電車道沿いの『サリービューティー』。店内にはヘアに関する商品が幅広くそろっていますが、いま口コミで評判が広がっているのは「医療用ウィッグ」。

「医療用ウィッグ」は「おしゃれ用ウィッグ」に比べ種類が少なく、気に入ったものを選べないことも少なくありません。しかしこの店なら「医療用ウィッグ」が豊富にそろっており、スタイルカラーも充実。さらに「おしゃれ用ウィッグ」を「医療用ウィッグ」にも対応可能。試着もできるので、色々試して自分に一番似合うものを見つけていただけます。



「エクレルキキマル」250円
「タルト・ショコラ」360円
「ババ」はサクサクとした食感のタルトにいちごクリームがのった可愛いわんこ。タルト・ショコラは、ババはバターチョコを贅沢に使い、くるみやビスターチオなどのナッツ

この秋、シューとタルトが登場!

ジヨリ ジュワ ジョイス

お店のドアを開けると焼きたてのパンのいい匂い…。パンの種類が豊富で味にも定評がある北斗市七重浜の手作りパンの店「ジヨリ ジュワ ジョイス」が、この秋洋菓子が登場しました!



常々新しい味を求め、新製品の登場も頻繁な「ジヨリ ジュワ ジョイス」。洋菓子もこれから少しずつ種類が増えていく予定なので楽しみですね! 営業時間は午前7時〜午後7時。毎週火曜日定休
●北斗市七重浜4-32-27
☎488666



Gourmet Guide

いい店みつけた

旬の味 馳走亭

■営業時間/午前11時30分~午後1時30分(LO)、午後5時~午後10時30分(LO)、日曜日営業の場合ランチはお休み
 ■定休日/毎週日曜日(月曜日が祝日の場合は営業)
 ■駐車場/無料契約駐車場有
 ●本町11-8
 ☎56-6388



旬の味 馳走亭』はその名の通り、海の幸山の幸が格別のご馳走になって登場する店。気楽に利用できる居酒屋風の店ですが、料理の内容は料亭といった雰囲気。実際に食べてみると、素材へのこだわりが分かります。

専門の仕入れ担当者がいて、毎朝市場に出向いて直に見て魚介を選んでいきます。さらに、函館の工場で作ったこの店のために作った特注納豆で作った料理の数々は、最高の逸品。独自のルートで仕入れる鯨料理は、ユッケ、竜田あげ、生姜焼きと、この店ならではの味が楽しめます。

また、専門のシェフが作る洋食もあり、メニューの幅が広いのもここでの楽しみ。幅広いメニューを楽しむなら会席「四稜郭コース」(4725円)がお手頃です。ランチは、土曜日限定500円のワンコインランチが破格の安さの上に、ドリンク飲み放題と驚きのサービス。平日はパスタなどの「洋食ランチ」がデザート付で880円、とてもお得な「おまかせ松花堂弁当」は1800円。

宴会(2人~)で利用するなら3150円、3675円、4725円のコースがあり、1575円 プラスで2時間飲み放題。1、2階とも個室になっているので気楽に宴会が楽しめるのもオススメです。宴会利用でのお得情報として、月~木曜日に10人以上の宴会または会席を利用の場合、幹事1人が無料になるサービスを行っているため、お問い合わせ下さい。

話題の種

今月のお題

緑提灯で5ツ星

魚まさ五稜郭店、美原店

「緑提灯」ってご存知ですか？ 緑提灯とは札幌からはじまり全国に広まった日本の自給率40%以下を改善しようという運動。国産や地場産品を積極的に使ったレストランや居酒屋には認定の印として「地場産品応援の店」と大書された緑の提灯が下がっています。

函館では現在、4店が認定され「魚まさ美原店」と「魚まさ五稜郭店」がそのうちの2店。両店は、国産地場産品使用率がなんと90%以上。これは最高の5ツ星に値します。



- 美原店 1・20・11 40・4600
- 美原店 53・1146
- 梁川町18・2
- 五稜郭店

今日も熱く...松田です!!



行政書士の松田です。この最近モンスターヘラントを始めたという事象が起きていくことは皆様ご存知ですか。果たして、それは権利なのでしょか？

実は、普段私が使っているパソコンも日々進化してきているのか、ある報告書に「けんりしよう」と文字を打ち込んだところ、「権利証」ではなく「権利」と変換されてしまっています。いやいや、パソコンも最近の時代背景をしっかりと受け止めてくれているのです。映画「2001年宇宙の旅」に登場するコンピュータのよう複雑な心境で、何故「権利証」と変換されたかは定かではありません。どこのようにおこるにしても、「権利主張が見え隠れしているような感否めさせねえ。ある時、病院へ行った時のごと突然怒鳴り声が聞えてきました。よくよく耳を傾けてみると、風邪を引いて

権利証

人情に厚い熱血派、自称心の代書屋、頼れる男、松田聡が今日も熱く語ります!

行政書士 松田聡事務所 ●山の手2-38-18 ☎33-4675

Health & Wellness 178



●若松町27-16 ☎23-5165
<http://www.ohmura.or.jp/>
 大村病院副院長
 大村 健久

骨粗鬆症(こつそしょうじょう)

骨の量が減って骨が弱くなり、骨折しやすくなる病気で、平均寿命が延び、高齢者人口が増えてきたため、問題になってきています。日本では約1000万人の患者さんがいるといわれており、高齢者人口の増加に伴ってその数は増える傾向にあります。

骨粗鬆症の検査は？
 実際の骨の状態を見るにはレントゲンを行い、骨密度検査や尿検査、血液検査などをします。骨密度検査では成人若年者に比べ骨密度が70%以下だと骨粗鬆症と診断されます。同年代の骨密度の割合は指標にはなりませんので気をつけてください。

血液検査や尿検査などで骨が壊されている状況を確認します。

骨粗鬆症の起り方とは？
 体の中には骨を作る骨芽細胞と骨を壊す破骨細胞(破骨細胞)があります。骨粗鬆症は骨芽細胞が弱くなるか、破骨細胞が強くなることにより起ります。

骨粗鬆症の治療は？
 治療には食事療法と薬物療法と運動療法があります。日本人のカルシウム1日所要量は600mgとされています。牛乳1杯で220mg程度といわれています。またカルシウムの吸収にはビタミンDも必要といわれています。薬物療法では、骨破壊を抑制する1週間に1回の注射や内服薬などがあります。運動療法では、日光を浴びながら散歩することが骨を強くするといわれています。

不明な点がありましたらご相談ください。

骨粗鬆症になるとどうなるのでしょうか？
 骨が弱くなると、骨折しやすくなります。高齢者の寝たきりの原因のうち約20%が「骨折」といわれています。中でも「大腿骨(だいたいこ)」、という太ももの骨の骨折が問題となります。つまり、骨折をきっかけに寝込んでしまうと、骨折が治った後も自力で歩くことが困難になってしまうのです。また、背骨がつぶれていく圧迫骨折が起ると、背中が丸くなり内臓が圧迫されるため消化不良や便秘になつたり、食べたものが食道に逆流しやすくなり胸焼けがしたりします。少しの動きで背骨の中で微細な骨折が起るため背中の痛みや腰の痛みが出現します。

骨粗鬆症の検査は？
 実際の骨の状態を見るにはレントゲンを行い、骨密度検査や尿検査、血液検査などをします。骨密度検査では成人若年者に比べ骨密度が70%以下だと骨粗鬆症と診断されます。同年代の骨密度の割合は指標にはなりませんので気をつけてください。

血液検査や尿検査などで骨が壊されている状況を確認します。

星占い
 11月29日~12月25日
 ★提供★
占い専科21
 函館市梁川町18-20
 TEL 55-1031

- 牡羊座(3月21日~4月19日) 運気低調、万事不調で停滞、ツキがなく実力発揮不能、現状維持で健康注意、悩みは周りに相談を、ラッキー/茶
- 牡牛座(4月20日~5月20日) 運気低調、空回りして諸事不調、問題は先送りせず体当たりで解決し再出発を、盗難、カートのトラブル注意、ラッキー/水色
- 双子座(5月21日~6月21日) 運気良好、油断がトラブルを招きやすい、やり過ぎを周囲と衝突、慎重に深きと、誠実な行動で好運を維持、ラッキー/白
- 巨蟹座(6月22日~7月22日) 運気低調、裏切り別離など辛い出来事が多く不安を感じるが方針変更せず頭張りを回復、体調と浪費注意、ラッキー/赤
- 獅子座(7月23日~8月22日) 運気上昇、気力充実、行動力も増すので年賀状や年越しの準備を早めに進めると吉、恋愛直球勝負でラッキー/青
- 処女座(8月23日~9月22日) 運気波乱、積極姿勢が裏目に出やすく言葉の行き違いから摩擦が生じやすい、金運良好、投資話注意、ラッキー/黄緑
- 天秤座(9月23日~10月23日) 運気第1上昇、現状好転する兆し、効を奏するに、手腕とお金を蓄え来年のステップに、ラッキー/黄
- 蠍座(10月24日~11月23日) 運気低迷、放置した問題が明るみに、風当たりが強まり落ちこむが精神的に行動力アップをつけて越年、ラッキー/青
- 射手座(11月24日~12月21日) 運気良好、仕事面多忙で家族友人から雑用も無い込み猫の手も借りたい状況、最大限の手助けが来年の招福、ラッキー/緑
- 山羊座(12月22日~1月19日) 運気絶好調、人間関係円滑、過去と訣別のチャンス、積極的に取り組んで、自分磨きの出費惜しまず、ラッキー/シルバー
- 水瓶座(1月20日~2月18日) 吉凶混合連、人間関係は社交運好調で忘年会等の誘いも多分出費も多く財政難に陥ることも、腰痛治療を、ラッキー/紫
- 魚座(2月19日~3月20日) 運気低迷、やり過ぎて周囲と対立しがら、自己過信、周上の意見に耳を傾ける姿勢で、年末の仕度家族で、ラッキー/オレンジ

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 担当 青山
FAX (0138) 23-5699

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、事前にまずは電話にてご一報下さい。

忘年会シーズンです。お父さんは繁華街で乾杯！とこの時期 例えば子育て中のお母さんなどは、誰かの家に集まってホームパーティー...というパーティーも少なくないのではないのでしょうか。そこで今回は、大人も子供も喜ぶ、ホームパーティー向けのテイカアウトメニューにスポットをあててみました。もちろん、家族でのクリスマスパーティーにもつつつけのものばかり。さあ、お父さんぜひ家族のお土産に！

読者の声

知らない所がいっぱいあったので感激！
青いほすとはいつも楽しく拝見しております。休日はよく日帰り温泉に行くので色んなところを知っているのですが、今回の18箇所入浴済、毎回楽しみにしています。見やすく、読みやすいですね。道南名湯30選のうち18箇所行っていました。あさつて「おとへ温泉」の湯に行っていました。いいですね。紅葉はもう終わっているかも？ 枕木山荘はすごく山の中で不安でしたが、よい泉質でした。新幹線のトンネル工事も見れてヨカッタですよ。来週も温泉に行く予定です！
*18箇所はすごい！
*北上市久根別、M・A
*北上市久根別、M・A
*編集後記をご愛読いただきありがとうございます。

街角情報

道南名湯30選中20箇所入浴しています。あとの残りを訪ねたいと思っています。医療に関する情報も興味を持って読んでいます。楽しみに待っています。
*北原2丁目 N・S
*こちらは20ヶ所ですか！
1番うれしい特集でした。毎号、楽しみにしています。今回の『道南名湯』

函館労働基準監督署より、北海道最低賃金改正のお知らせ
北海道内で事業を営む、使用者及びその事業場で働く全ての労働者（臨時、パートタイマー、アルバイト等を含む）に適用される北海道（地域別）最低賃金が改正されました。最低賃金額は時間額667円（効力発生・平成20年10月19日）。

12月14日から公立はこだて未来大学で「花・四季の形とリズム展」
公立はこだて未来大学ミーツアム主催の「花・四季の形とリズム展」が12月14～19日に開かれます。時間は午前10時～午後6時30分。入場無料。詳細は同大学・木村 ☎34-6131まで。

19日。最低賃金には精皆勤手当、通勤手当、家族手当、臨時に支払われる賞金、時間外等割増賃金は算入されません。特定の産業（乳製品、糖類製造業、鉄鋼業、電気機械器具製造業、情報通信機械器具製造業、電子部品・デバイス製造業、船舶製造・修理業、船体製造・修理業）で働く者は北海道の産業別最低賃金が適用されます。詳細は函館労働基準監督署 ☎23-1276まで。
12月14日から公立はこだて未来大学で「花・四季の形とリズム展」
公立はこだて未来大学ミーツアム主催の「花・四季の形とリズム展」が12月14～19日に開かれます。時間は午前10時～午後6時30分。入場無料。詳細は同大学・木村 ☎34-6131まで。



ニューオープン&リニューアル情報

贅沢な美味しさのダブルチャーシュー

市内美原ビッグハウス向かい渡島支庁並みに「麵屋 たん蔵」がオープン。本町の居酒屋「たん蔵」が10年目にリニューアルオープンしたのがこちら。ラーメンは本町店時代に登場していましたが、多彩な居酒屋メニューがあったのを食べられる時間が限定されていました。飲んだ後の締めの一品としておくだけでもあった

なかつたこの味。移転を機に完全にラーメン専門店として生まれ変わり、お昼から食べられるようになったのは嬉しい限り。黄金塩ラーメン(690円)、蔵出し醤油ラーメン(690円)、焼き味噌噌らーめん(750円)ほか。全体的に50円ほどアップ。肉の特製ダブルチャーシューがトッピングされており美味さも2倍。ランチタイムには小麦飯と漬物を無料サービス中！



■営業時間
午前11時30分～午後9時
■年中無休
●美原4-7-23
☎47-0930

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ず。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。

お申し込み お問い合わせ

株式会社青いほすとHD
phone 23-5688

月～金曜日
午前9時～午後6時
（担当/本間）

次号予告

12月16日号
クリスマスプレゼント特集
あなたがほしい物
ど〜んとプレゼント

スポーツ店でスキー用品をぶらぶら見て歩くのが楽しい季節になった。新作の板、ブーツ、ウェアなどなど、外国にまで連絡するのははたしめられないかな。ということで次号は例年大好評の『クリスマスプレゼント特集』あなたがいま、ど〜んとプレゼント。どうぞご期待!! (慎)

子どもから海外で使える携帯電話に替わるとメールが来た。以前なら無事に目的地に着いたかどうか、外国にまで連絡するのははたしめられなかったから、気軽に連絡がとれてとても安心。つい予定表を見ながら、メールを何度も送ってみたいけれど、海外は使用料が高くて聞いて落ち込んだ。(34)

人は社会の中で生きているが、その社会は時に重くなる。「道南引きこもり家族交流会」取材して家族も関わる人も様々な事情で動き出せないでいる人を自分で動き出す時を信じて待つという。待つことにかけるエネルギーは見えないけれどとどくとどくと。様々な事情でちょっとひと休みの人をやさしく待てる社会と人であらいたいと思う。(チヨコ)

株価の暴落に証券会社の倒産。今年は後半になって金融不安が増し、先行きが見通せない状態。急騰していた原油価格がここへ来て急に下がり始めた。ガソリン価格が下がったのはうれしいけれど果たして年末にはどうなっているのだろうか。この号が発行になるころ灯油価格や株価は果たして如何に...。(画)

足つと全体の先生に眼精疲労と言われた。以前にも、目が良すぎることから疲れ目を指摘されたことがある。自覚症状はない。「目が疲れるとどうなるの?」聞いてみると、目が熱くなる。目がショボンショボン。目が凝る感じ等々。よく分からないが、目が疲れた時のポーズなら分かるし、カッコイのでやってみよう。(BP)

何を隠そう本紙月末掲載、まるきんやきそばさんの「イカくん」のファン。ちよびり疲れて知らない町を歩いてみた。衝動に駆られた時でもイカくんを見ると即復活! 癒し効果抜群なんですよ〜。そのうち切り抜いて持ち歩かしてみたい。さあ、皆さんも「函館のイカくん」で検案!(ん)

もうすぐ誕生日。プレゼントに前から欲しかった糸井重里の「お日手帳」をリクエストした。紙質や綴じ方、大小のポケット、日々の言葉など思っていた理想の形にほぼ近い。他にも工夫が満載で愛用者達の惚れこみがスゴイ。函館でお店頭で買えないので宅配される日がとても楽しみ。しかし大事なものは書き込み中身。今年より充実させるぞ!(加)

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 まで、お気軽にどうぞ。

効率よい
広告を
お考えの
皆様へ

プレゼント

「句の味」ご馳走亭より、5000円のご利用券を5名様に

今回の「いい店みつけた」コーナーで紹介した「句の味」ご馳走亭より、5000円分のご利用券を5名様にプレゼントし、住所氏名、電話番号を明記し、青いほすとに対するご感想もたづねりお書きの上、〒040-8605、函館どつく内、株式会社青いほすとHD「ご馳走亭」係まで。締切は12月8日。

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。

冬に便利！健康管理食宅配サービス

けんたくん函館店



現在、「ひまわり御膳」(7食セット)通常価格4060円のほか、減塩食セット(7食)5390円が各4620円、

寒くなってくると食材の買い物が大変な時がありますね。特に高齢者は風邪を引いたり、雪道で転び長い間病院通いすることになった…という話も耳にします。

そんな心配を和らげてくれるのが『健康管理食宅配サービス けんたくん函館店』。管理栄養士によって考えられた、適正なエネルギーと栄養バランスのとれた食事を宅配しています。冷凍を電子レンジで加熱する方式なので、いつでも好きな時間に食べられるのが特徴。

を受けても毎日食事コントロールを実践するのはとても苦勞なもの。全て調理済みの多彩な日替わり献立は、天然だしなど美味しきにもこだわって、上手に利用すれば大変便利。一般的に「フランス健康食」(312キロカロリー以下、塩分3.5g以下)ほか、様々な病態に合わせたタイプもそろっています。

01200981156
フリーダイヤル

ボジョレーヌーヴオーは船便が断然お得！

株式会社イチマヌ



アルベルピシヨ



フルーティーな香りとフレッシュな味わい、今年も待望の旬の味「ボジョレーヌーヴオー」の季節がやってきました！

天候に恵まれ評判も上々の、2008年の「ボジョレーヌーヴオー」ですが、市内湯川1丁目の「イチマヌ本店」と日乃出町の「カーランドイチマヌ」持つ「アルベルピシヨ」物にもいいですね。毎年大では、お得な船便をオススメ、と、果実の香りと生き生きと、好評の船便「ボジョレーヌーヴオー」は、数に限りがあるに比べて1カ月ほど入に楽しめる「モメサン」のりますので予約はお早めに荷が遅れますが、品質管理2種類。どちらも予約価格、税込1100円と1は万全、最高の出来映えです。

現在、予約承り中の船便「ボジョレーヌーヴオー」は、凝縮した豊かな香り、フレッシュで軽快な印象を

無料配達も行っていきます。入荷予定は12月中旬です。●日乃出町12・18

●湯川12629
●57・32251
●56・22204