

応援します! あなたの生き方

函館市、北斗市、七飯町 全125,000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

Issue.445

2010.5.28 [fri]

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 函館どっく株式会社内 [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

『あじたか キッチン中華』の 塩ラーメン



『イリュージョン』オーナーシェフ 岩城 浩司さん

函館西高校卒業後、京都ホテルでフランス料理の仕事に携わりました。その後、12年間にわたリイギリス、フランスで修業をして、パリの「ホテルニッコードパリ」、「ホテル日航東京」の料理長を経て、10年前に函館に帰ってきました。仕事柄、いろいろな店で飲食する機会がありますが、故郷の味であり、シンプルでごまかしのきかない塩ラーメンに出会いました。これが私が一番好きな『あじたか』の塩ラーメンです。料理は人柄、経験が全て出るもの



あじたか キッチン中華

「塩ラーメン」(600円)。函館らしい塩ラーメンとして人気。
営業時間は11:00~20:00。
不定休。
●五稜郭町36-7 ☎51-7515

です。ここの塩ラーメンは、だしの取り方から味付けまで、きちんと作っていると思います。

故郷・函館のほっとする味ともいえます。地球が最後の時、究極の選択をするなら函館の味、『あじたか』の塩ラーメンですね。

『カプリチオーザ』の イタリア現地栽培の特製トマトソースパスタ



『HBC函館放送局』リポーター 小林 恵理子さん

私はこのパスタです。トマトとニンニクだけで作られているシンプルなものですが、この店でなければ味わえない特別な味なんです。2日に1度は食べたくなるくらい本当に大好きで、地球最後の日になったとしたら、もちろんこれが食べたいと思います。



イタリアのカプリチオーザ契約農場で現地栽培したトマトを、旬の時期に摘み取って加工したカプリチオーザブランドのトマトソースを使っているそうです。この特製トマトソースを生

イタリア料理 カプリチオーザ

「トマトとニンニクのスパゲティ」(950円)。営業時間は11:30~22:00(LO/21:00)。毎週火曜定休日(祝日は営業)。近隣に指定駐車場有、2000円以上利用で1時間無料駐車券進呈。
●本町5-16 ☎33-1810

のニンニクと合わせ、コクのある濃厚な味に仕上げています。

とっても風味があるのに不思議とニンニクの残り香も気になりません。ランチで食べた後、人にお会いしても大丈夫な点も、よそのお店とは違うかもしれませんね。

『オールド ニュー カフェ』の 生クリームが入ってない本格カルボナーラ



『ザ・ランド・オブ・ドリーミング』店主、『北ガスッキングスクール』講師 二口 美哉子さん

『オールド ニュー カフェ』は、私のお気に入りの店。休日を利用して家族や友人と行きます。買い物帰りなどにこの店の美味しいカプチーノを楽しんだり、手作りの美味しい料理を食べたりします。私は住まいと職場が同じなので、こういう素敵なお店で気分転換するのが至福のひとつなんです。「生クリームが入ってない本格カルボナーラ」は、メニューの名前を見て興味を持ち注文してみたんですが、とても美味しかったですね。2種類の黒コショウを



Old New Cafe

「生クリームが入ってない本格カルボナーラ」(1200円)。単品のほか、11:00~15:00のランチセットでも楽しめる。営業時間は11:00~20:00(日曜日・祝日は16:00迄)。毎週月曜日定休。駐車場無。
●本町32-6 ☎55-2005

使っているんですが、とにかく香りがいいんですよ。店主さんの味へのこだわりを感じます。私も黒コショウが大好きで、自分の料理にもよく使います。料理はもちろんですが、この店は外国のような雰囲気と、店主ご夫妻の人柄がいいですね。そして何より、人様に作っていただく料理というのは最高です。

七飯町・ふじた商店内『カプリス』の シューボンブ



タウン情報誌『jam函館』編集部制作・web担当 稲田 理沙さん

甘い物が好きなんです、やっぱり体重も気になる…。でも、次の日に人類滅亡するんだったらどれば食べなくても誰も気にしない! 私も気にしない! そこで、私はカプリスの「シューボンブ」を食べまくります。



こちらの店主は、あの3つ星レストラン「ミッシェル・プラス」で腕をふるっていたという経歴の持ち主。彼の生み出す「甘い爆弾」は、サクサクのパイ生地の中に特製カスタードがぎ

カプリス(ふじた商店内)

「シューボンブ」(300円~)。中身はカスタードクリームなど3種類。作りおきせず注文後に作っているため、電話での事前注文がオススメ。営業時間は10:00~19:00。隔週月曜日定休。駐車場無。
●七飯町本町6-3-3 ☎64-6056

っしり! カスタードは山川牛乳を使った生クリームにほんのりラム酒の香りで、大人っぽい上品さがあります。なのに、でかい! 重い! シュークリームというシンプルなメニューながら、びよこんと飛び抜けた個性を持つこの子が堪らなく愛おしいです。

明日が地球最後の日と言われたら
あなたは今日、何を食べますか?
自然環境の悪化により、愛するこの地球がいよいよ明日の朝未明に滅亡することになった。残念ながら私達人類に残された時間はあとわずか…。縁起でもない話ですが、もしこんな事態になったら、あなたは地球最後の日を目前に、何を食べていますか?
今回は函館市内在住の、食べることが大好きという人達や、仕事柄、食べ物のごことは詳しいという人達に、こんな質問をしてみました。ちなみに皆様なら、何を食べてしょうか?

『炭火焼肉 じゅうじゅう』の

ユッケ



炭火焼肉 じゅうじゅう

「ユッケ」(980円)。空気の美味しい山で育った栃木県の和牛または、宮城県の和牛を使用。濃厚な味わいの逸品。
営業時間は17:00~23:00時。毎週木曜日定休。
●富岡町3-25-13 ☎43-0450

『医療法人社団 東野内科消化器科クリニック』院長

東野 清さん



生の肉が好きなのですが、『炭火焼肉 じゅうじゅう』のユッケは美味しいですね。

ユッケというのは、牛肉を細かく刻んで卵の黄身やタレと一緒に混ぜて食べるんですが、ここの肉はそれだけで濃厚な味わいがあります。黄身と混ぜるといっそうまろやかでとろけますね。いくらでも食べられそうです。

家族のお祝い事など、なにかあるといつも食べに来るんですが、きっと最後の日にも食べたいかなと思いますね。お店のスタッフも感じよく、生ビールも美味しいです。特製のたれもいいですね。やはりここのユッケの美味しさは食べてみないとわからないです。

ほかに、上タンもまた美味しいんですよ。ここのユッケもタンの味も、ほかではちょっと味わえないですね。

『寿し日本海』の

厚焼き卵



寿し日本海

近海の魚介類使用の店。紹介の「厚焼き卵」は、シャリの旨さが光る握りでも味わって欲しい(各1人前300円)。営業時間は17:00~26:00(前日迄の予約で風の出前可)。毎週水曜日定休。駐車場有。
●柏木町20-18 ☎54-5579

『ビューティトリートメントサロンローズ』代表

村上 有香さん



“地球最後の日に食べたい”ものは、市内柏木町にある『寿し日本海』の「厚焼き卵」です。お寿司屋さんの雰囲気が好きでよく行く私に、知人が「日本海のシメ鯖は最高。ほかにも、何を食べても美味しい」と勧めたのがきっかけでした。

職人気質で商売気のない大将なので、納得ゆくもののみを提供し、目当てのものが食べられないこともあります。私が初めて行った時もシメ鯖は食べられませんでした。最高「厚焼き卵」と出逢えました。一見シンプルな厚焼き卵ですが、みずみずしくプルッとした口当たりと程良い甘さで飽きのこない味わいです。重くないので、おつまみにもいいですよ。大将いわく、「特別なものは使っていない」という厚焼き卵は、職人技の逸品だと思います。

『活魚料理 いか清』の

活やりいか刺し



活魚料理 いか清

「活やりいか刺し」(時価)。6月1日からはイカ漁が解禁になりますので、それからは、「真いか」になります。
営業時間は17:00~24:00。毎週日曜日定休。
●本町2-14 ☎54-1919

『MSタカナシ保険サービス株式会社』

高梨しのぶさん



地球最後の日というか、函館最後の日にはイカのお刺身を食べたいですね。

母の実家が水産加工と漁業をしていたので、子どもの頃、おばあちゃんの家に行くとき、朝ご飯はイカのお刺身でした。毎日穫れたばかりのイカが箱で届けられたのを覚えています。穫れたてのイカは透明で時間が経つと色が変わっていきます。

『いか清』の「イカ刺し」は、生きていたイカをお刺身にするので、透明でコリコリとした食感がいいですね。あくまで薄く切ったイカに、生姜をのせ、ほんの少しのお醤油を垂らしそと混ぜて食べます。その後、まだ動いている足を、焼いたり、揚げたりとお好みで調理してくれます。やっぱり最後の日は、白いごはん、「イカ刺し」ですね。

『レストラン プティコシヨンの

コンソメのフランと季節の野菜のスープ



レストラン プティコシヨン

「コンソメのフランと季節の野菜のスープ」(ランチコース1050円)。ディナーでこのスープの利用は要予約。営業時間は11:30~14:00、17:30~19:30。毎週月曜日定休。駐車場有。
●梁川町12-13 ☎56-5600

『ホテルソノノ函館』営業企画課チーフ

田代 理恵子さん



市内梁川町にある『レストラン プティコシヨン』の1050円のランチコースに出てきたスープが、地球最後の日に食べたいものです。

スープが好きなのでスープが入っているメニューはよく注文しますが、このスープは主役級です。スープの一番下は茶碗蒸しのようなもので(コンソメのフラン)、その上のグリーンピースのポタージュは、上がカプチーノの泡のようにになっている手の込んだものです。泡の部分は、温かさや香りを逃さない役割をしているようにも感じました。新感覚の部分と優しい味わいが見事に調和した最高のスープのほか、どの料理もとても美味しく安すぎると思いました。

お店の雰囲気やスタッフの対応もいいので、ここに来れば間違いなしですよ。

『じゅげむステーキハウス』の

ビーフシチュー



じゅげむステーキハウス

「ビーフシチュー」(2310円)。
営業時間は11:30~14:00、17:00~21:00。日曜日、祝日は夜のみ営業。毎週水曜日定休。契約駐車場有(お問い合わせ下さい)。
●本町4-9 ☎56-0905

薬剤師・ヨガインストラクター

渡辺 麻里子さん



地球が最後の日に何を食べていかと聞かれてすぐ思い浮かべたのは、『じゅげむステーキハウス』の「ビーフシチュー」です。

『じゅげむステーキハウス』には、小学校に入学した頃から行ってたと記憶しています。家族で食事に行った思い出がいっぱいのお店です。子ども心に、両親、両親の祖父母、兄とそろって出かけて、おいしいビーフシチューを食べることがとても嬉しかったことを覚えています。今でも、両親や兄夫婦とその子ども達とも一緒に行っています。

お店のご主人も奥さんも温かい人柄で、料理からその温かい心が伝わってきます。最後に食べるなら、心が温かくなる『じゅげむステーキハウス』の「ビーフシチュー」ですね。

『ベイサイドレストラン みなの森』の

いろいろ焼き野菜サラダ



ベイサイドレストラン みなの森

「いろいろ焼き野菜サラダ」(700円)。絶好のロケーションが魅力的な店。営業時間は月~金曜日11:30~21:30、土・日曜日、祝日11:00~21:30。1000円以上利用で専用駐車場2時間無料。
●豊川町1195 ☎21-1181

『亀田中学校』栄養教諭

伊藤 綾子さん



登別の「オーベルジュゆふらん」という温泉宿泊施設で、きどらないフレンチを作っていたら福井孝敏シェフの味が大好きでした。

函館からわざわざ足を運ぶ価値がある味ばかりで、特製の粥や玉子のお料理、素朴な野菜などが格別の味で…。残念ながら「ゆふらん」は限定期間だけの営業施設だったため、閉館を惜しんでいました。しばらく後、函館で偶然シェフの奥様と再会。シェフは現在、『ベイサイドレストラン みなの森』で腕を振るっていらっしゃるとお聞きし、非常に感激しました。

お店のコンセプトが違うので、私の大好きだったお粥は今のメニューにありませんが、福井シェフのおすすめしてくださる料理を食べたいと思います。



『ジュエル・フルール』店長
加賀谷 貴志さん



●本町8-14 ☎51-3666

nice guy... nice job

【いい男のいい仕事】

心を癒す花に関わる事柄へのチャレンジ

行啓通沿いにある赤の外観が印象的なお花屋さん『ジュエル・フルール』の店長・加賀谷貴志さんが、この店に勤めたのは5年程前。知人の紹介で何となく働きはじめたものの、それまでの自分とは無縁の花屋という場所。「花を買う人が沢山いることにさえ、驚きでした」と語る加賀谷さんにとっては、花の名前を覚えるところからのスタートだった。そして徐々に仕事を覚えはじめた頃、加賀谷さんがアレンジした花を「可愛い」と喜んでくれた時から、やり甲斐を感じてゆく。花は、贈り物として買う人が圧倒的に多い。そのため、贈る人から情報を得ながら、贈られる人に喜んでもらえるような花に仕上げるのは加賀谷さんの腕の見せどころ。花そのものはもちろん、渡す時のシチュエーションも大切。「午前0時を過ぎた瞬間に花束を渡したいなど、サプライズで花を贈りたい方もお気軽にご相談下さい」と語る加賀谷さんの目標は、花に関わるより多くの事柄、様々な場面にチャレンジすること。今日も加賀谷さんのアレンジした花が、喜びの場面では華やかに、哀しみの場面では心を癒しているだろう。「男性の皆さん、誕生日や記念日はお忘れなく」と、加賀谷さん。この店の閉店時間は午前0時半。うっかり記念日を忘れていた人にとって、救世主ともいえる店だ。営業時間は午前11時半～午前0時半。契約駐車場有。3000円～無料配達。来店注文で次回来店時に利用できる10%オフチケットをプレゼント。

HEADLINE

生命保険の保障内容の相談サロン

「マンエージェンツ

「今年こそ生命保険の保障内容の見直しを考えた」という人は、「生命保険相談サロン・マンエージェンツ」に足を運んでみませんか？このサロンでは毎月、生命保険に関する無料相談会を行います。相談者の家族構成などの細かい情報をもとに、どのような保障内容が必要かを詳しく分析。相談者の希望により、ぜひお気軽に相談会に足を運んでいただければ、きっとPRしていただけます。落ち着いた空間でゆっくりと時間をかけて相談者のニーズに合わせたいと思えます。●美原4-7-23



6月 =相談日

日	月	火	水	木	金	土	日
		1	2	3	4	5	
6	7	8	9	10	11	12	
13	14	15	16	17	18	19	
20	21	22	23	24	25	26	
27	28	29	30				

【引受保険会社】

INGO Afiac

ALICO 東京海上日動

東京海上日動あんしん生命

ニッセイ間和損害保険

無料相談会開催時間

(各完全予約制)

①10:00～正午

②13:00～15:00

③17:00～19:00

<http://www.hoken117.com>

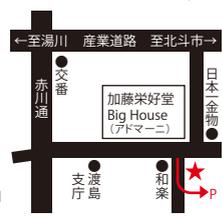
募集代理店

有限会社浜野代理店

募集10-KF08-SO255

AF218-2010-0004 4月19日

ING-S10/0407



オープンハウスで1day講座 提供/北渡建設

あなたのセンスで選べる10 タイプ

ポーセラーツのペアマグカップ制作体験
6月12日(土) ①午前10時～午後11時30分
②午後2時～午後3時30分

参加料/1000円 申込締切/6月10日(木)
会場/北渡建設オープンハウス(函館市東山2-1-37)
お申し込み・お問い合わせ/TEL56-4069 FAX56-4068

『北渡建設オープンハウス』毎月好評の1DAY講座、6月は「トールペイント・ウエル花夢」工藤澄子講師によるポーセラーツ体験です。マグカップをペアでお使いいただけるよう2個制作します。ポーセラーツとはポーセリン(磁器)とアート(芸術)を合わせた造語で、白い磁器を様々な技法で彩る手工芸。今回は転写シートを使い、シール貼り感覚で初心者でも失敗なく完成度の高い作品ができます。

電気炉で焼成するので、使用するうち絵柄がはがれる心配はありません。選べる柄のタイプは10種類。組み合わせや配置はあなたのセンス次第です。抜けるような空が見えるスカイコート(中庭)と一体感ある広いリビングで、心豊かな手作りのひとときをどうぞ。

<http://www.kk-hokuto.com> HP

は[北渡建設]で検索可能!

豚バラ肉と春菊で簡単にできるスープです。味付けは豆板醤でちょっと辛目につけました。お子さん向けには豆板醤をはぶきましょう。

監修/野村保子(本紙記者)

春菊スープ

お手軽 Cooking

材料

- 春菊…1/2束 ●豚バラ肉…100g
- 玉ねぎ…1/4個 ●水…2カップ
- 醤油…大1 ●豆板醤…小1
- ゴマ油…小1 ●すりごま…大1

作り方

- ①醤油、豆板醤、ゴマ油、すりごまを混ぜておく。
- ②春菊は葉をとりおいて、茎は5センチ長さに切る。豚肉は5ミリに切る。
- ③鍋に水を入れて火にかけ、沸騰したら細切りの豚肉を入れ、①を加える。
- ④最後に春菊の葉を入れて火を止める。



人生、風まかせなのかな…。 (慎)

▼それは、僕が20代の頃の話――。「風薫る秋」。ある年の秋に発行された青いほすの表紙に僕は、大きな文字で「ふうん」というタイトルを付けた。その号の制作時に知人のヨソに乗せてもらう機会があり、秋風を受けて進むヨソの写真を撮影して表紙に使ったものだから、勝手に「ふうん」が膨らみ、深く考えもせずにその言葉を使った。でも、その発行後、読者の方から「風薫るのは春ではないか」という指摘をいただいた。確かに、「風薫る五月」「風薫る初夏の候」といった春から初夏の季節があるし、辞書で「風薫る」を調べると、「初夏のすがすがしい風がさわやかに吹く」と書かれている。また、初夏に吹く風を「薫風」とも呼ぶ。風が運んでくる花や緑の香りに初夏の訪れを感じるような美しい日本語の意味も考えずに言葉を使った当時の僕は、編集者として軽率だったと反省している。▼さて道南も日ごと暖かくなってくる。生い茂った緑の香りを運ぶ風がすがすがしく、まさに「風薫る」という言葉がぴったりの季節といえる。私達人間の目には見えなものの「風」だが、さわやかな風であれば、例えば強風のために交通機関がストップするなど、私達の暮らしに影響を与える風もある。風は昔から人間の暮らしと密接な関係にあり、身近なところでは「山背」や、阪神タイガースで有名な「六甲あおし」などといった独特の風の呼び名もある。▼僕のように海の上で楽しむ趣味をしている者にとっても風から与えられる影響は非常に大きく、必然的に天気予報では風向きや風の強さを気にする。海にいる時は風向や風速の変化に敏感になる。風が変われば当然、海の状況も変わる。▼風に影響されるスポーツも多く、サーフィンは海から陸に向かふ風が吹く「オンシヨ」の時よりも、陸から海に向かふ風が吹く「オフシヨ」の時の方がいい波になるといわれている。また、ゴルフでよく使う「フォロー」は「追い風」「アゲインスト」向かい風」という言葉は日常でも使われることが多い。風をテーマにした歌も多いが、個人的にはギターを覚えただばかりの頃によく練習したボブ・ディランの『風に吹かれて』という曲が好き。▼明日は明日の風が吹く」という言葉があるが、まさに人生とはそういうものだと思最近、特に感じている。追い風を感じる日は絶好のチャンスを感じて逃さないように、逆に向かい風を感じて生きてゆければいいんだけど、なかなか思い通りには生きられないもの。やっぱり

青ほの目

風の話

道南・元気イキイキ応援団

平和への願いを、市民が手をつないで

『戦争をしない選択・9条を考える道南の会』事務局
森越 清彦さん



憲法と平和について広く市民で考えていこうというグループ『戦争をしない選択・9条を考える道南の会』。前身は1987年から始まった「憲法ってなんだ? 市民集会実行委員会」で、毎年5月3日の憲法記念日に市民集會を18年間続けてきました。

その後、憲法改正国民投票法案が出てきた時、憲法9条について広く市民で考えていこうとこの会を立ち上げました。毎年5月3日の憲法記念日に憲法ライブとして、記念の講演やライブ、平和の歌を歌う合唱、プレイダンス、平和講演など盛りだくさんの内容のイベントを行っています。また、3年前から、毎年9月9日午後9時9分に市電を貸し切って「9条平和号」を運行、市電の中で乾杯します。

事務局長の森越清彦さんは「毎年行っている5月3日の憲法ライブは、家族で楽しめるイベントなど面白い催しがたくさんあります。憲法と平和について楽しみながら考える日になって欲しいですね。今年のテーマは、核で、核軍縮への世界的な流れの中で、日本の役割や地域でできることを考えていきたいと思っています」と話します。

ほかにも、憲法や平和にちなんだ映画の上映会を開催。毎年9月9日午後9時9分の「憲法9条を世界に!」のアピールは、函館から日本中に広まり、多くの地域でこの時間に9条を祝っているのだそう。

現在、賛同者は350人ほどで、これから多くの市民に参加していただき、広く平和や憲法について考えてもらいたいと活動しています。参加希望は下記までどうぞ。

森越法律事務所内「戦争をしない選択・9条を考える道南の会」

●中道2-1-20 ☎56-004F AX56-0084

はこだてスイーツ図鑑



餅パイ (パンプキン) 【もちばい・ばんぶきん】

カボチャ餡を牛皮で包み、パイ皮でくんで焼き上げたもの。地元のカボチャの美味しさと餅の食感が、パイなのに和菓子のようです。

価格 200円
店舗 ひとつ風

●松陰町8-1 ☎54-8977

NARUHODO TOPICS [なるほどピックス]



適正価格で欠陥のない家を作る方法が書かれたガイドブック

このガイドブックを本紙読者先着27人に無料で配布

info@dnhanzen.com
ホームページ「函館ホームドクター」で検索
http://www.dnhanzen.com

「夢のマイホーム」とよくいいますが、せつく手に入れた家を手放してしまう人が急増し、渡島・松山地区だけでもこの10年間で294件から1259件と4倍に膨れ上がっているそうです。その原因は主に住宅の欠陥や資

金計画の失敗、さらに経済状況の悪化がそれに拍車をかけているようです。そんな中で道南の上ノ国町に住む1人の住環境アドバイザーの著書が話題になっています。

『株式会社丸善建設』代表・久未守さんが自費出版した「知らないと後悔する家作りの急所」(A5判115ページ)は、(マスコミ)からも高い評価を得ている家作りのガイドブック。読者からも「業界界のからくりがとも分かりやすく書かれていた」「現場で経験したことが書かれていて参考になった」など、喜びの声が寄せられています。

●株式会社丸善建設
●松山郡上ノ国町字中須田915-4
http://www.dnhanzen.com

「知らないと後悔する家作りの急所」読者27人にプレゼント

建築相談調査会 株式会社丸善建設



シタイハイムかしわざ
間取:10.5×6×6
改装済み

33-1にある「エクセルハイム」は、人気のオール電化住宅。家賃と権利金は各5万円、仲介料5万円(2年分)。もうひとつの物件、上野町

ハイムかしわざ」は、交通の便が良く日当たりも良好。向かいにはドラッグストアもあり、立地条件は最適。家賃と権利金は各5万円、仲介料5万円(2年分)、保険料として2万円(2年分)。

株式会社リード不動産
レントライフ函館店よりおすすめ賃貸物件を紹介いたします。

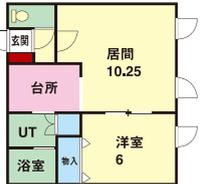
オススメ物件多数!

株式会社リード不動産

レントライフ函館店



エクセルハイム
間取:10.25×3K×6



にも物件は豊富にそろっており、建物・土地などの売却物件も随時募集中。より良い物件を探している人から不動産を売却したい人まで、お気軽にご相談下さい。営業時間は午前9時～午後7時(毎週土日曜日、祝日は午後6時まで)。無休。駐車場有。

●千歳町27-8
☎2655533
http://www.lead2103.com

新緑に囲まれた流山温泉



大沼 流山温泉

杖付いってきます(有効期限は平成23年3月31日まで)。パークゴルフ場国際パークゴルフ協会公認コース)や100人までの利用可能なハーベキエーハウス、スポーツ広場、キャンプ場など家族やグループで遊べる施設もそろっています。1280円からで入浴にお食事(特製弁当またはジנגスカン・パークゴルフが付いた団体プランもあります。近郊からの無料送迎もありませんので、お気軽にお問い合わせください(要予約)。

新緑の美しい大沼国定公園にある『流山温泉』で源泉100%の滑らかな温泉を堪能しませんか? つるつるのお湯は温泉からあがったあとも温もりが続く女性にうれしいお肌の潤いを保ちます。現在道南・渡島・松山在住の人向けに、通常般(中学生以上)800円、子供(小学生)400円のところ、一般(中学生以上)380円、子供(小学生)190円と大変お得な料金で利用できる浴キャンペーンを実施中です。幼児は無料。さらに5枚綴りで1500円(1回当たり300円)のお得な回数券も発売中です。

2冊目から無料入浴券が1回分、2冊以上同時購入で、2冊目から無料入浴券が1枚付いてきます(有効期限は平成23年3月31日まで)。パークゴルフ場国際パークゴルフ協会公認コース)や100人までの利用可能なハーベキエーハウス、スポーツ広場、キャンプ場など家族やグループで遊べる施設もそろっています。1280円からで入浴にお食事(特製弁当またはジングスカン・パークゴルフが付いた団体プランもあります。近郊からの無料送迎もありませんので、お気軽にお問い合わせください(要予約)。



●上野町38-28
☎59-0121
post@kouzuyen.co.jp

プロの手で庭をお手入れしませんか?

株式会社 工樹園

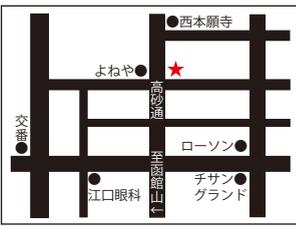
お宅のお庭、最近お手入れしていませんか? 建物の印象を和らげ、心に潤いを与えてくれる樹木達ですが、長い間何もせずそのままにしておくと、いつの間にかやうやうと茂り、せつかくの景観を損ねてしまいます。防犯の観点

からも、家周りの草木はスツキリとさせておく事は非常に肝心です。枝を整えて見栄えを良くさせるだけでなく、その後の成長に妨げがないよう上手に剪定してくれるのがプロのワザ。素人では難しい大型樹木の伐採も、専門業者なら任せて安心です。

難関国家資格である1級造園施工管理技士が在籍する『株式会社 工樹園』にご用命下さい。一般住宅ほか、市内道内有名施設での施工実績も豊富。詳しい料金などのお問い合わせ、お申し込みは電話、Eメールでお気軽にごうぞ。



いい店みつけた まったり屋



市内東川町にある『女性センター』。この歴史は古く設立は35年ほど前。女性の地位と教養の向上を目指してスタートしました。現在では男女共同参画推進の拠点として、学習講座やサークル活動など幅広く利用されています。

これからの時期には「小鉢すめん」（冷・温各300円）も登場。食事をすると飲物は100円になります。

女性センター利用者の会合、講座には出前（コーヒー150円など）をしています。そのほか、「プーランジュ梓」のパンや、まったり屋限定で手芸作家・Chiharuの小物コレクションがそろっています。

女性センター内2階談話室内に昨年6月、カフェ『まったり屋』がオープンしました。静かでゆったりとしたスペースでは、女性センター利用者が講座の後にお茶を飲んだり、コーヒーを毎日飲みに来る常連さんやパンダトーストがお目当ての幼稚園児など、幅広い世代で利用されています。



午前10時～午後4時 毎週土・日曜日定休
●東川町11-12 ☎23-4188

メニューは「トーストサンド」(400円)、「和風スパゲッティ」(500円)、「ピラフプレート」(450円)、「そば」「うどん」「塩ラーメン」(各400円)、「パンダトースト」(プチデザート付200円)などの食事メニューから、「コーヒー」(250円)、「ホットゆずティー」(300円)、「紅茶」(250円)、ソフトドリンク各種(各250円)があり、デザートでは「白玉ぜんざい抹茶アイス添え」(350円)が人気。

CLOSE UP

憧れのストリート、最大で3000円引き

美容室セカンド

女性が憧れるストリーートのサラサラヘア。ところがもともストリーートの人は少なく、クセ毛で悩んでいる人は多いのだとか。そこで人気があるのは縮毛矯正ですが、従来は髪が傷みややすいものでした。この点をクリアしたのが市内五稜郭町の『美容室セカンド』の電子トリートメントをプラスした縮毛矯正。これは1回の施術で傷んで力ま打ちになった髪に潤いを与え、ツヤツヤサラサラ、ダメージを受けにくい髪にします。ハリやコシのなしい髪にも効果を発揮。カラーリングもきれいにでき、しかも長持ちします。

この縮毛矯正を通常13000円のところ、平日（土曜日、祝日を除く）利用で12000円、クーポンを利用すればさらにからさらに



そのほかメニューはカット大人3000円、中高大学生2500円、パーマ5000円、9000円などがあり、「青いぼすと見た」でさらに1000円引きと引きというサービスを行っています。レギュラーの縮毛矯正は通常10000円が平日利用で9000円、さらにクーポン利用で8000円、「青いぼすと見た」で7000円となります。

心の代書屋”松田聡の



マジ本気 熱い男・松田聡が本気(マジ)で語ります!!

行政書士 松田聡 事務所 ●山の手2-38-18 ☎33-4675 困りごと・悩みごと・各種相談 1時間半5,250円～

先月所用のため愛媛県と広島県行ってきました。歴史ある街行くたびに心が洗われるような気がします。 さて、広島県尾道市では、昨年引き続き「自分史作成教室」を開講しました。皆様、異口同音にして、今更なゆくりと自分を振り返るとはなかなかお話ししていたが印象に残っております。昨年は「念ずれば花開く」、今回は「平凡」を幸せなことに、書いて考えさせられました。

日々、生活している中で、様々な出来事に出くわすところがあるはず。楽しかったり、悔しかったり、時には眠られぬ位に落ち込んでみたりと喜怒哀楽がある。 誰かに優しくされる、こちらにも優しくなれる。微笑みかけられるとこやかになる。まずは、身近な家族や友人知人、職場の同僚との会話の仕方を意識してみればいかがでしょうか。毎日、元気活発笑顔で過ごして下さいませ。

Health & Wellness 196



●若松町27-16 ☎23-5165
http://www.ohmura.or.jp/
大村病院整形外科副院長
大村 健久

変形性股関節症

変形性股関節症は、関節の骨の変性や摩擦に始まり、様々な関節変化が進行する病気です。軟骨の変性・摩擦は、人種、性別、加齢、肥満および遺伝などの要因下に、労働や運動、外傷などの力学的負荷が加わり発生します。さらに軟骨細胞の代謝障害が起き、軟骨の破壊が進行するとともに、骨膜炎が起きて関節に水がたまり、骨破壊も進みます。この病気は放置すると、前股関節症←初期←進行期←末期へと進行し、それぞれの病期に応じた症状があらわれます。

変形性股関節症には「二次性」と「二次性」があります。一次性的股関節症は、原因が明らかでないものをいい、欧米ではほとんどがこのタイプです。二次性股関節症は、先天性股関節脱臼や臼蓋形成不全(股関節の屋根の作りが浅い)、外傷や感染症などに続発するものです。日本では、先天性股関節脱臼や臼蓋形成不全に起因する二次性股関節症がほとんどで、その大部分が女性です。

【治療】 治療は日常生活指導、理学療法、薬物治療などの保存的治療が優先しますが、たとえ症状が軽くても、明らかに進行が予想される場合には早期に手術を受けた方が望ましい場合もあります。臼蓋形成不全や股関節症の状態や進行の程度により、様々な手術法があります。

【保存療法】 股関節に負担をかけないため体重の管理や、かばう脚の反対側に杖をもつて歩行するなどの工夫が必要です。

【症状】 基本的に股関節痛が主となりますが、太ももや臀部でんぶなどに痛みを感じることもあります。長時間歩行したときのだるさや運動開始時の痛みとして出現し、進行するにつれて安静時痛や夜間痛を伴うこともあります。

【保存療法】 股関節を全置換術という手術です。全身麻酔で行われ、手術時間としては一般的に1時間半くらいです。お近くの整形外科にお気軽にご相談ください。

星占い 5月28日～6月28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) 変化速くも悪くも大きな変化が訪れ自分だけの状態に。必ずまず困難に立ち向かって辛抱が必要。金運期待外れ。浮気裏切り注意。 牡牛座(4月20日～5月20日) 変化速くも少なからず変化に伴い希望通りにならぬが焦りは禁物。口が災いを呼ぶ。大きな買い物後悔必至。相続問題等対立多い。恋愛×。 双子座(5月21日～6月21日) 好調運。積極さを表面に出して励めば手腕を十分に発揮でき好結果を得る。家族に嬉しい事あり。恋愛もい意味で予想外の展開で縁談招く。 蟹座(6月22日～7月22日) 低迷運。物事が思い通り運ばない。気持ちも不安定になりやすい。大きなミスをおかす。何事でも慎重に。夫婦の隠し事は家庭崩壊に繋がる。 獅子座(7月23日～8月22日) 好調運。上昇気流に乗り積極さが出て物事好調に運ぶ。但し、やり過ぎ。丁寧には注意。金や買物旅行を家族揃っての行動が。 乙女座(8月23日～9月22日) 波乱運。見込み違いや物忘れなど起こしやすい。盲信せず現状を守って無事に古い隠し事が表面化。家族の話合い。恋愛積極的に婚活。 天秤座(9月23日～10月23日) 良好運。気持ちも前向き思考力も芽え公私共にしい。向学・旺盛。気になる分野や極めた技能に挑戦。スキルアップを。恋愛も歩前進で。 蠍座(10月24日～11月22日) 低迷運。目的が中途挫折したりトラブル巻き込まれやすいので慎重に。見栄を張る。出費が多いので引き締め。肝要。恋愛も歩前進で。 射手座(11月23日～12月21日) 平穩運。行動的になり実力以上の事に手を出しにくくなるので欲のまま動かさない。慎重かつ仔細に。家庭内で意思疎通。財布の紐が細か。 山羊座(12月22日～1月19日) 吉凶混在運。強引・急進。改革をせず。以意を招来。無理せずチャンスを持つ。とかく(への)飛躍。恋愛も活やく。参加。親公認へ前進。 水瓶座(1月20日～2月18日) 平穩運。雑用を追い追われ。思った以上に取れない。縁の下力持に徹して信望を得る。金運即断。慎重に検討。家族の誕生日。行事忘れず。 魚座(2月19日～3月20日) 低迷運。目的が中途挫折したりトラブル巻き込まれ。何事も慎重を要す。金銭トラブル。引き金。責借りや立て替。火の取扱い注意。

みなとまち市民プラザ

LETTER
INFORMATION
PRESENT

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。

[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。]

お申し込み・お問い合わせ TEL (0138) 27-9210 FAX (0138) 23-5699 [担当/青山]



洒落た雰囲気のプロレストラン RAWADAO

昨年末に、市内美原5丁目の美原学園通り沿いに赤とピンクの外観が気になるお店を発見。店名はアルファベットで『RAWADAO (ラワダオ)』。無国籍風の店名にますます興味がわいてきて取材となりました。店内に入るとボサノバやジャズが流れた洒落た雰囲気のプロレストラン。メニューは昼の「Aランチ」(950円)、「Bランチ」(1100円)、手軽にコースが味わえる「プチコース」(1300円)、ランチとディナー共通の「ベーコンのペペロンチーノ」(800円)、その他カトル料理まであり、イタリアンにとどまらず洋食メニューも豊富。店主のひらめき料理で、メニューはこれからも増えてゆきそうです。営業時間は午前11時半～午後2時(LO)、午後5時半～午後8時半(LO)。不定休。

●美原5-18-22 附属中学校向かい ☎47-3003

新店舗&リニューアル情報



エバメール ゲルクリーム

180g入
宅配料込 **3,700円**

お申し込み・お問い合わせ
株式会社青いぼすとHD
TEL 23-5688 (担当/本間)
月～金曜日、午前9時～午後6時

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

次号予告

6月15日号
大沼オススメ情報
次号より一部、紙面内容・レイアウトが変わります。

発行元 株式会社青いぼすとHD

〒040-8605 北海道函館市弁天町20-3
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/

PUBLISH TEAM

発行者	佐々木 喜美夫	h á á á ç = p ~ ä ~
編集長	青山 慎司	p Û á á á á = ^ ç ó
副編集長	大場 小夜子	p ~ ó ç á ç = l Û Ä
ライター	野村 保子	v ~ è i á ç = k ç ä
	由井 亜紀	^ á á = v ç è Û á á
	花輪 志保里	p Û á Û ç è á = e ~
	銭谷 加奈	h ~ á ~ = w é á á ó
DTP&WEB	武越 史幸	c i á á ó i á á = q
通販事業	本間 尚子	k ~ ç á ç = e ç ä ä

編集後記

あるテレビCMの話。猫とアヒルが力を合わせて応援しているのは「しんじ君」だと思っていたが、どうやら本当は「新人君」らしい。でも、仕事で悩んでいた疲れていた時にテレビから流れてくるそのCMに、たくさんの元氣と勇気をもたらしていました。ありがとう。(慎)

2、3年前に買ったiPodが壊れてしまった。パソコンもそうだが、IT機器はせいぜい5年サイクルと聞いて、資源の無駄づかいと感じる。今の時代の逆をいってない? 見た目はどこも悪くないと捨てることもためられる世代。スイッチを入れても無反応のiPodが恨めしい。(345)

「地球最後の日、あなたは何を食べますか」の問いに、食欲がなくなるとの返事。何を食べるかではなく、誰と食べるか、ですね。最後の食事を一緒に楽しむ相手を誰にするか。基本的に食べるのが大好きで、なんでも美味しく食べられて、ついにお酒も好きな人がいいですね。(チョコ)

天候不順で季節はずれの雪に見舞われた所もあった今年。ようやくやってきた遅い春にほっと一息つくように、庭の草花たちもびのび枝葉を上げ始めました。種から植えつけたパセリやオオバ、それにバジルにオクラ。どんな収穫があるか今から楽しみです。

地球最後の日、私なら何を食べるだろう…と考えたら、家族や身内と一緒に最後の晩餐を過ごせるなら料理は何でもよいと思った。そして、取り合えず飲むだろう。発泡酒ではなくビールを。明日のことは気にせず、思う存分。この特集通じて、夜が明けて朝が来ることに感謝した。(BP)

今年おそろしく1番のヒット食品であろう「食べるラー油」。人気に火が付いたのは要因は、美味しいのはもちろん、紹介したのが志村けん。番組だったからではないだろうか。あれがマジなら見た人は食べてみたくなるはず。コンテンツとしての芸が企業や経済へも貢献してますなあ。(加)

読者の声
なつかしく読みました
給食特集(3月30日号)
なつかしく読みました。地域や年代によらずいふん差があるようで、私(札幌)と主人(川崎の間でもよく話題になります。盛り上がるのは「ソフトめん」についてですが、なぜかマヌカなのに、もう一度食べた

楽しい給食の思い出となりますように…
いよいよ新年度! 明日から4月で小学校入学生されるお子さんが楽しみに「給食」。今回特集されたなかしい給食の味が何点か紹介され、当時をふと思い出しました。野菜嫌いなお子さんの為にも

あなたは人生最後の日に、どんなものを食べたのですか? 今回は「地球最後の日」という括り、料理のブヨやグルメな方々にお気に入りの一品を紹介していただきました。
編集室では読者の皆様からのお便りを募集しています。お寄せいただいたお便りやプレゼント応募に添えていただいた感想はこのコーナーにて、所在地の町名、イニシャル入りで「読者の声」として掲載させていただきます。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。

かたりします。(美原4丁目、S.O)
*懐かしいですね。
イマドキのメニューは驚きです。
いしも楽しく拝見しております。幅の広い情報でとても助かっています。今回の学校給食特集、脱脂粉乳だった私にとってはイマドキのメニューに驚きです。食べる事は生きる事、食べるものあふれる現代、考えさせられます。
*ありがとうございます。
(栢梗一丁目、Y.S)

今はいろんな工夫がされてる様で6年間お世話になる「給食」。1人1人のお子さんが、楽しく食べて楽しい給食の思い出となりますように…。
*ありがとうございます。
(松川町、E.S)

春を感じる一品でした。いしも楽しく拝見しています。さぞくはごたごた入った函館のさくららのタルト、買いに行きました。さくららの花がやさしい味で春を感じる一品でした。青いぼすとの情報に普段の生活に潤いを与えてくれます。
*嬉しです。
(鍛冶一丁目、K.T)

「青ぼの目」のコーナーが大好きです。いろいろな悩んでも、最後には自分で決めるしかなかったです。そう、自分を信じて…いろいろな「青ぼの目」に救われています。
*ありがとうございます。
(北美原2丁目、K.K)

「街角情報」
『THE カントリーフェスタ』が6月19日に全道各地からチチノマルな洋服や小物、チチノマル各種雑貨などが集結する『THE カントリーフェスタ Version 3rd』が6月19日正午から午後5時まで、函館市民会館で開催されます。石狩市で自宅スタジオの主宰や木工クランプ製作をするAMERICAN COUNTRY GARAGE「夢子」の主催。詳細は☎090・2816・5072まで。

Y W C A のバザーが6月12日午前10時半～午後1時半に開かれます。収益の送り先は、わたなべ、バレエ、スチナ「オーリーブの木」、ペシャワールの会、自立援助ホーム「くろろ」の家。事前の金券発売や、当日に現金で買える飲食の出店有。詳細は函館 Y W C A ☎515262まで。

函館 Y W C A のバザーが6月12日に市内松陰町の『函館野村』で開催されます。講師は日本ソシヤルワーク協会会長の山下英三郎さん。資料代500円が必要で、当日受付。詳細は函館ノカシヤ会☎090・622611

講演会「子どもの現状」を受けとめ手としての大人が6月12日午後2時からサンリフレ函館で開催されます。講師は日本ソシヤルワーク協会会長の山下英三郎さん。資料代500円が必要で、当日受付。詳細は函館ノカシヤ会☎090・622611

『まったり屋』より食事券を5名に

今回の『いい店みつけた』で紹介した『まったり屋』より、食事券を5名様にプレゼント。さらにこの食事券を利用して来店された方には「お花のピンチ」もプレゼントします。応募はハガキに郵便番号、住所、氏名、電話番号を明記し、青いぼすとに対してお書きの感想もたずりとお書きの上、〒040-08605、函館どつく内、株式会社青いぼすとHD「まったり屋」に郵送して下さい。締切は6月8日。

『まったり屋』より食事券を5名に

6984まで。



『まったり屋』より食事券を5名に

6984まで。

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。

本紙読者限定サービスで全身シェイプアップ！ ビューティトリートメントサロン ローズ
夏が目前のこの時期「ビューティトリートメントサロン ローズ」では、全身のサイズダウンとリフトアップに確実な結果を出す「リフトアップ」が絶大な人気を集めています。
韓流スターもこよなく愛するこの機器は、安全な高周加熱によって水分子を回転させ、摩擦によって脂肪を分解。皮膚の深部を加熱することにより、ほかにはないミクロレベルのコラーゲンの引き締め、細胞レベルのお手入れが可能です。しかも、内臓脂肪と皮下脂肪の両方に効果を発揮する上、胸・ウエスト・ヒップ・膝などの位置が上がり、痩せて若返った身体を実感できます。

また、これまでの機器は同じ電波を流すため体がその感覚に慣れ効かなくなるという難点がありました。たが、「リフトアップ」は毎回電波の質を変えられるという優れたもの。1度細くなりリフトアップした部分は、老化による変化のほかにその状態をキープ！ ダイエット(皮下脂肪・内臓脂肪)・部分痩せ・リフトアップ(顔)・全身・ストレッチマーク(妊娠線・痛み(腰や膝など))

ボディ(右足) 左
リフトアップ 前後

脂肪吸引跡・冷え性・生理痛・不眠症・高血圧・体質改善など美容・医療分野で高い評価を得ている「リフトアップ」体験は、お早め！

サスケドレナーージュ施術中

●戸倉町5-12
フリーダイヤル
0120-916722

難関大学や医学部に絶対合格したい人へ

東進衛星予備校・函館杉並校

国公立大医学部医学科に函館から合格するには、非常に高い壁がある。そんな事実を、存知ですか？

ため、国公立大医学部医学科には、毎年一般入試では函館から数人しか合格しないのが現状です。また、医学部以外の難関国公立大学合格も、センター試験で85%以上が必要で、その得点を挙げられるのは函館で30人前後です。当然、こちらも二次試験があり、突破できるのは10人以下となります。つまり、何とかなるだろう…とのんびり

『第1ゼミナール』(石田清塾長)が運営する『東進衛星予備校・函館杉並校』はその「壁」を突破させる力のある予備校・学習塾です。北大など難関大学医学部合格のためには、まずセンター試験で90%以上を獲得する必要があります。しかし、この得点を獲得できるのは全国で3%程度、函館では10人前後です。

東進衛星予備校・函館杉並校は、東大合格者数、医学部合格者数、本一の東進ハイスクールの衛星授業で、生徒の学力をぐんぐん引き上げます。4月18日に行われた「第二回東進ゼミナール本番レベル模

●杉並町4-12
31-5577
http://daichizemi.ne.jp



大学受験・進学指導 貴人生のための予備校
カークゼミナール
東進衛星予備校
函館分校のための予備校

