

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

青いほすと

POST IN FREE PAPER

SINCE 1991

Issue.458 2010.12.17 [fri]

発行元/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] aot-post@aurora.ocn.ne.jp



1 流山温泉入浴券付シングル宿泊券 5名様

提供/クロフォード・イン大沼様

大沼の自然に囲まれ別荘感覚のホテルライフを楽しめる『クロフォード・イン大沼』より、流山温泉入浴券付シングル宿泊券(1泊朝食付)を5名様にプレゼント。異国の香りがあふれる落ち着いた雰囲気の中でくつろぎのひと時を過ごしませんか? 冬期間は暖炉に火が灯り、暖かな雰囲気が皆様を迎えます。ゆらゆらとやさしく揺れる暖炉の炎のそばで、優雅で贅沢な時を味わいましょう。クリスマス限定の北野料理長特製クリスマスディナーを味わうプランもまだご予約可能です。真っ白な雪に包まれた大沼で思い出に残るクリスマスをお過ごし下さい。

●七飯町字大沼85-9 【フリーダイヤル】0120-67-2964



2 1泊2食付きペア宿泊券 1組様

提供/湯元 啄木亭様

『湯元 啄木亭』より、1泊2食付きペア宿泊券(2人1室・1人10000円)を1組様にプレゼント。函館市内や近郊の人には、日帰りプランもオススメ。お昼のプランは正午から午後5時まで、夕食バイキングのプランは午後2時から午後8時まで、どちらも個室で落ち着いた時間を過ごせる上、ゆったり温泉を満喫できます。また、大好評の「0泊2食」は、温泉・昼食・夕食バイキング・個室付きの贅沢なプラン。こちらは「お手頃プラン」(大人

3900円)と「堪能プラン」(大人4900円)があり、利用は正午~午後8時。宿泊から日帰りプランまで、あなたのお好みで選んでみてはいかが?...。ご予約および詳細は電話でどうぞ。

●湯川町1-17-22 ☎59-5355



3 ペア宿泊券 1組様

提供/グリーンピア大沼様

白銀の世界と、館内には楽しい遊戯施設が充実している森町の『グリーンピア大沼』より、1泊2食付き宿泊券をペアで1組様にプレゼント。グリーンピア大沼では12月24日(金)、25日(土)各午後6時30分~午後8時30分に「わくわくクリスマスパーティー」が行われます。バイキング、ステージショー、サンタさんからのプレゼントとアットホームで楽しいクリスマスパーティー。料金は宿泊プランで大人8800円、小学生5900円。日帰りは大人4200円、2500円。予約制。また、12月25日はスキー場がオープン。スキー・スノーボード教室からゲレンデの遊びまで、冬遊びを思いっきり楽しめます。

●森町赤井川1229 01374-5-2277 <http://www.gp-onuma.com>

2010 Christmas Special



素敵な夢を、いつも忘れないうで。

あなたがほしい物 どんどんとプレゼント

今年もいよいよクリスマスです。ちよつと想像してみてください。子供の頃のようにサンタクロースに何か願い事をする事ができたなら、あなたほどのものを願いますか? 洋服? 美味しい食べ物? 旅行? 子供頃と違って、大切な家族みんなが幸せになるために必要なものを想像する人も多いのではないのでしょうか? そうです、私達はきっと誰もが、幸せになることを願っています。素敵な明日を願う気持ち、素敵な夢を描く気持ちを、いつでも忘れないようにしたいものですね。さて、今回は本紙恒例のクリスマスプレゼント特集です。あなたがほしいものは何ですか? いつもの「家族ほのぼのエピソード」を添えて、どしどしご応募下さい。

応募方法は次のページに掲載されており、応募締切は12月28日必着、プレゼントの発送は来年となります。プレゼントによっては、店頭での引換券の発送とさせていただきます。場合もあります。掲載記事にはプレゼント賞品以外の情報も記載されており、ご了承ください。





アルペール・ピシヨール

8 ポジョレーヌーヴォー

提供/株式会社イチマス様

10名様

湯川1丁目・酒類業務用卸ナンバーワンの『株式会社イチマス』より、フルーティーな香りとフレッシュな味味の「ポジョレーヌーヴォー」を10名様にプレゼント。伝統と情熱の深い味わいに加え人気コミック「神の雫」とのコラボレーションでも話題の「アルペール・ピシヨール」と、多くの専門家が認めた味と品質で世界的な人気を誇る「モメサンヴィラージュ」の2種類のうち、いずれか1本を各5名様・合計10名様にプレゼント(銘柄の指定はできませんので、ご了承下さい)。天候に恵まれ評判も上々の2010年の「ポジョレーヌーヴォー」、乞うご期待! 応募資格は満20歳以上となります。当選者には『イチマス』で引換できる当選券をお送りします。

●湯川11-26-29 ☎57-3251



4 アロマコース60分&宿泊券

提供/ホテルリソル函館&ラクシス様

1名様

市内若松町にある『ホテルリソル函館』と、ホテル4階にある女性専用のアロマリラクゼーション専用サロン『ラクシス』より、「1泊朝食付宿泊プラン」と「アロマセラピーフルボディーコース60分」(脚・背中・腕orデコルテ)がセットで料金10000円という人気のプランの利用券をペアで1組様にプレゼント。「アロマセラピーフルボディーコース60分」のみの利用は通常10000円のところ12月27日までは5000円とこちらも見逃せません(前日まで要予約・1日限定1組2人)。日常から解き放たれた贅沢な時間が流れるこのホテルで、最上級の癒しを…。『ラクシス』の営業時間は午前10時~午後8時(要予約)。

●若松町6-3 ☎23-9269



9 5000円分の食事券

提供/大門 福寿し様

2名様

創業42年を迎えた『大門 福寿し』より、5000円のお食事券を2名様にプレゼントします。旬の素材を老舗の技で握る寿司の美味しさでは定評のあるこの店。年末年始のプランは5000円(飲み放題付き)もあります。また、自前でしめた鯖をガリと大葉で巻いた「サバ巻き」は、さっぱりした美味しさで人気の逸品です。店内は10席のカウンターと、2~36人の宴会ができる部屋があります。手軽にお寿司を楽しめるようにと1500円からのランチも受け付けています(前日まで要予約)。営業時間は

午後4時~午後10時。毎週日曜日定休。年末は12月31日まで営業。年始は1月6日から営業します。

●松風町15-2 ☎22-8028



5 DVD2枚セット

提供/玉光堂様

2名様

『玉光堂』より、本紙「音楽ドラゴンゲート」のコーナーでお馴染みの白井和也店長セレクトのDVDを2枚セットで2名様にプレゼント。①「フィーバーセット」は、懐かしのダンス映画「フラッシュダンス」&「サタデーナイトフィーバー」(各2625円)がセットで心も躍る作品。②「トムハンクスセット」は、その名の通りトムハンクスの魅力が詰まった「キャスト・アウェイ」&「ターミナル」(各2625円)で、こちらは“1人きりを楽しもう”をテーマに選ばれた作品。応募の際は、ご希望の商品名、「フィーバーセット」または「トムハンクスセット」の明記をお忘れなく。営業時間は午前10時~午後8時。年中無休。契約駐車場有。

●本町17-2 ☎32-8525



10 1000円分の利用券

提供/パティスリー・アキラ様

5名様

お洒落なフランス菓子の『パティスリー・アキラ』より、1000円の利用券を5名様にプレゼント。住宅街にある小さなお菓子屋さんのショーケースには、ひとつひとつ丁寧に作られた宝石のようなお菓子が並びます。フランスで食べるお菓子の味をそのまま届けたいと、技術を駆使して作られるケーキの数々はどれを食べても幸せな気持ちになります。芳醇なチョコの香り漂う「ガトーショコラ」(230円)、ふんわり生クリームがとろけるショートケーキ(320円)、黒糖

と胡桃の醸し出す味わい深いクッキー「ギャレットノワ」(500円)もおすすめです。営業時間は午前10時~午後7時30分。不定休。

●時任町34-23 ☎51-1187



6 エビスビール(350ml)24缶入り

提供/サッポロビール株式会社様

2名様

『サッポロビール株式会社』より、「エビスビール」(350ml)24缶入りを2名様にプレゼントします。明治23年に登場したエビスビールは今年で発売以来120年を迎えました。副原料は一切使わずに麦芽を100%使用し、じっくりと熟成させた重厚感のある味わいは、本物の味にこだわるビール党をうならせています。年末年始には売り上げが伸びるといふエビスビール。新年のちょっとした贅沢に、ビール好きから愛され続けるリッチな味わいを楽しんではいかがでしょう!

応募資格は満20歳以上となります。

サッポロビール株式会社北海道本部道南支社 ●梁川町16-24 ☎31-7171

<http://www.sapporobeer.jp>



7 コース利用券

提供/イリュージョン様

2名様

『イリュージョン』では、12月18日(土)~25日(土)にクリスマススペシャルメニュー(10500円)を用意。内容はエゾアワビの“一口のお愉しみ”、フレッシュフォアグラと和梨・スモークチキンのサラダ飾り、すっぽんのコンソメスープ、黒鯛の海老のたたき身包みロースト、仙台牛ホホ肉の赤ワインやわらか5時間煮込み、ゆず風味ブランマンジェ。おせちの予約も受付中。温かい料理も楽しめる特製おせちは30組限定で21000円、限定5組の究極のおせちは52500円です。『イリュージョン』からは、

6300円コースの利用券(使用期限/2月17日~3月17日)を2名様にプレゼント。営業時間は午前11時~午後2時、午後5時~午後10時。毎週水曜日定休。

●白鳥町17-14 ☎40-3588

●希望賞品番号・賞品名

●郵便番号

●住所

●氏名

●電話番号

※ポジョレーヌーヴォー、エビスビールの応募の際は、年齢も明記下さい。

●家族ほのぼのエピソード

※ご家族の、ほのぼのとした話題、ちょっと泣ける話題をお寄せ下さい。クリスマスの話題でなくてかまいません。

50

0408605

函館どつく内
株式会社青いぼすとHD
「クリスマスプレゼント」係

応募方法

あなたのご家族にまつわるほのぼのエピソードやちょっと泣ける話題を添えて、左記の通りご応募下さい。エピソードはクリスマスに関する内容でなくてかまいません。

皆様からお寄せいただいたエピソードは2011年の本紙の巻頭特集や「読者の声」で使わせていただく場合があります。通常、メッセージの末尾には寄稿者のご住所とフルネームのイニシャルを記載しますが、ペンネームや匿名希望も受け付けますので、ご希望の方は予めご記入下さい。掲載分の選択は当編集室が行います。掲載と抽選は関係ありません。また、アルコール類の応募資格に関しては、満20歳以上の方に限らせていただきます。

締切 12月28日必着

HEADLINE

「センター試験同日体験受験」を無料開催します！

東進・函館杉並校(石田清塾長)主催の「センター試験同日体験受験」が、来る1月15日(土)、16日(日)に開催されます。この試験は高1生、高2生が対象となり、受験生が解いたセンター試験と「同じ問題」を「同じ日」にチャレンジすることに なります。

高2生の皆さんは大学入試本番まで残りちょうど1年、高1生にとっても最新の大学入試を、現在の自分の実力を客観的に知る絶好のチャンスです。昨年度も行われた「センター試験同日体験」ですが、この模試がきっかけになり本格的に受験勉強に取り組み生徒が多くいることも特徴です。

「センター試験同日体験」では全教科・全科目の受験が可能で、主要教科である英・数・国の基礎固めが重要であることはもちろんで



東進衛星予備校函館杉並校ですが、難関大学合格のためには理科や地歴公民の早期完成が鍵になります。この模試を通して入試レベルを体感し、全科目の目標を築きましょう。また、成績表は試験実施7日目からのスピード返却。受験結果を元にした復習も効果的に行うことができます。

試験会場は亀田福祉センター、受験料は無料！申込方法はお電話でお問い合わせ下さい。申込締切は1月8日です。ただし、定員になり次第に締切となります。ぜひこの機会にセンター試験を体験して下さい。

●杉並町4-12
 ☎31-5577
<http://daichizenine.jp>

元気日和

街を元気にする元気の横顔!!

人と人との繋がりを大切に：

本紙の音楽情報コーナーとして人気の「音楽ドラゴンゲート」でお馴染み『玉光堂五稜郭店』店長・白井和也さんの印象は、ひと言で「言う」と明る。

ボケと突っ込みに例えると、突っ込みの方だらう。けれどもそれは、単に面白いだけではなく、人に気を遣わせない。

「昭和43年に6人兄弟の末っ子として生まれた白井さんの周囲には、常に音楽があった。それは、母親が家事をしながら口ずさむ歌だったり、レコードから流れてくるいい曲のあゆみのブルライイトヨコハマだった。

その傾向は学生時代になっても変わらず、アニメソングが好きで、友人が勧める曲も、日本の歌謡曲が好きで、友人が勧める曲も、音楽を伝えてゆくことだそう。何故ならそこには、決して忘れてはならない人との繋がりがあから、人と人を繋ぐ音楽、それはジャンルを問わず温かな音色を奏るだろう。『玉光堂五稜郭店』(本町17-2、☎32-8525)の営業時間は午前10時〜午後8時、年中無休。契約駐車場有。



音楽の知識は幅広く、なかなか見つからないCDをとことん探す姿など、音楽に関して手を抜かない姿勢は入社当時に培われたもの。「先輩達が心底音楽の好きなばかりで、お金のためだけに働いてはいるって、いい匂いが伝わってきたんです。あの頃教わった沢山のこと、先輩達の姿勢は、今でもお手本です」と、白井さん。

今後の目標は、インターネットや携帯電話の音楽を伝えてゆくことだそう。何故ならそこには、決して忘れてはならない人との繋がりがあから、人と人を繋ぐ音楽、それはジャンルを問わず温かな音色を奏るだろう。『玉光堂五稜郭店』(本町17-2、☎32-8525)の営業時間は午前10時〜午後8時、年中無休。契約駐車場有。

「インプラント&セラミック」市民講座

「ワン・デイ・トリートメント」続報

セラミック冠や詰め物をコンピュータ制御で自動作製するこのセラミックシステムは某有名同会者の番組で特集が組まれるほどマスコミでも注目の的です。当院も朝日新聞の取材を受け道内版に記事として大きく取り上げられました。それだけでも驚いていたところ、若見沢市の方からまで問い合わせがあり予想外の反響です。

「型取り不要/1日で終了/低コスト」など新鮮な特徴が多いからでしょうが、歯科医としてはこのセラミックの美しさに魅了されています。コストパフォーマンスの良さはお勧めです。



【セラミックを自動作製】

インプラントとセラミックは保険外診療です
 当院標準治療費：インプラント 15~30万円
 セラミック 3~10万円

インプラントとセラミックなら

吉田 歯科 口腔外科

函館市湯川町1丁目30-8 TEL 59-3918

教えてヒヨちゃん!

その道のプロに技を伝授されたヒヨちゃん(性格はまじめ・キレイ好き)が、このコーナー。衣類の寿命を長持ちさせ、クリーニング代も減らせるかも!! 節約したいあなた、必見です!

(相談者)「自転車の黒い機械油がズボンの裾についてしまったのですが、これって洗濯だけでは落ちないんですかね」

(ヒヨちゃん)「サビや泥を含んでいまずし水をはじきますからね。洗濯用洗剤では落とすのは難しいので、洗剤で洗って、波状攻撃で頑固な機械油を退治して下さい」

(相談者)「キレイな油って」

(ヒヨちゃん)「サラダ油などの透明な食用油です。シミの下にキッチンペーパーを敷いてサラダ油を付けた綿棒でたたいてみて下さい。機械油とサラダ油が馴染んでシミがじんわり薄くなると思います。そうしたら今度は台所用洗剤でシミをぬるま湯に溶かし出してあげます。サラダ油と台所用洗剤は同時ではなく順番に使ってこそ効果が出ます。波状攻撃で頑固な機械油を退治して下さい」

協力/しみぬきや本舗
 ●東川町7-9
 ☎83-7715

青ほの心

心の優先席

新聞の投書欄に若い人のこんな文章が載りました。

「混んだ電車で友人と乗った時、やっと席に座ったのに友人は立って行ってしまいました。どうしたのかと思ったら、足の不自由な人が松葉杖を立って立っているのを見て席を譲ろうとその人を連れてきたのです。近くの優先席には自分たちと同年代の若い人達が座っていましたが誰も立とうとはしませんでした。そんな中で友人の行動はさりげなく自然で、とても素敵で輝いてみえました。私はその時、これからは自分もお年寄りや体の不自由な人を見たらその人の役にたつことをしたいと思いました。形に見える座席でなくても私たちが優先席になればいいと思います」

この文章を読んで、「自分が優先席になる」という言葉が印象に残りました。それは単に座席のことだけでなく、困っている人をみたら率先してその手助けをしようという心構え、つまり心の優先席ということでしょう。

若い人達が、とかく礼儀を知らず自分勝手な行動をするとは、よく言われることです。現にこの話のように優先席に座ったままで本来座るべき人に席を譲るといふ心配りができない若者もいます。それに、若者に限らず、妊婦さんやお年寄りを見ても優先席で寝たふりをする人もあります。私達を取り巻く世相が、他人を思いやるゆとりのない殺伐としたものであることが背景にはあるのかも知れません。でもこの友人のような勇気ある若者がいること、そうしてその行為を素敵だと言えぬ若者がいることは救いになります。

もしかしたら優先席の若者達も悪いと思いつつ席を立つ勇気もなかっただけかもしれません。皆が少しずつ心にゆとりを持って周りの人々に心配りをすれば心の優先席は増えていくのではないのでしょうか。

今年も、もっすぐクリスマス。私達人間の罪償いのために十字架にかかったイエスキリストの、その心をもってほんの少し勇気を出してみる、そんな日にしてみるのもいいかもしれません。

(亜)

男40代、人生という旅の半ばで...



卒業以来2年ぶりに高校時代の仲間と会える...あの頃、成人式への思いなんてそんなものだった。実際、市民会館の前で昔の仲間とさんざん喋って、その後は一緒に昼飯を食べに行き、夜は飲み会...あの頃は大人になるってどういうことを、意識していたんだろう。

“函館男児なら土方歳三や坂本龍馬のような志を持って人生の節目に足跡を残す”それが『フォトスタジオタニシギ写真館』が提案する「SAMURAI Style」。大人になるということは志を持つということ...たしかにそうなのかもしれない。

あの頃、漠然と描いていた未来への夢や憧れを忘れていないかな? 男40代、希望に満ちあふれていたあの頃を思い出し、あの頃の自分に負けない志を抱いて人生という旅の半ばを生きてゆかねば...

写真/谷杉アキラ
プロフォトグラファー。1968年函館生まれ。『フォトスタジオタニシギ写真館』(美原3-58-3、☎46-4554)代表。道内最古の写真館『旧小林写真館』プロデューサー。

文/青山慎司
編集者。1965年函館生まれ。『青いばす』編集長。

(チョコ)記者の お手軽クッキング

パンケーキで作るクリスマスケーキ

- 材料
- ホットケーキミックス...1袋
 - 牛乳...2/3カップ
 - 卵...1個
 - リンゴ...1個
 - 砂糖...大1
 - 生クリーム...1個
 - 砂糖...大2(生クリーム用)
 - イチゴジャム...大2



- 作り方
- ①ホットケーキミックス、牛乳、卵をよく混ぜて、冷蔵庫で30分ほど寝かせる。
 - ②リンゴは4つ割りにして、芯の部分を切り、薄く切り、砂糖と水(分量外)で作ったシロップで煮る。
 - ③弱火にかけたフライパンに薄くサラダ油(分量外)をしき、①をお玉に1つ丸く伸ばして焼く。表面がぶつぷつしてきたら裏返して1分で取り出す。全部の種類を焼き、乾かないように布巾で包んでおく。
 - ④泡立てたホイップクリームとジャム、煮たリンゴ(残ったもの)を交互に挟んでケーキの台にする。
 - ⑤バラを花弁のように合わせて、生クリームを塗ったトッピングにアイビーの葉と一緒に飾る。

Naruhodo Topics [なるほどトピックス]

たった1000グラムのあったか素肌毛布!

タジマ寝具



Cyberfit

「この時期は、何か暖かい寝具を...という相談が多くあります」とは、お馴染み『タジマ寝具』の田島社長。特に、冬に最も問題が多い電気毛布は体温を作る免疫機能を低下し、夏でも冷え性を訴えるようになるのだとか。これは人工熱によって体が甘やかされるのが原因。さらに、風邪をひきやすくなり、フケが出たり、皮膚が乾燥して痒かったりする上、体温より温度が高い体が芯から休まらずに目覚めとなり、対策は自分の温度で眠れる寝床を作ること。また、血液の流れる背中を温める保温力のある敷布団を使うことで、ペットにも敷ふんを使用

「ふとんの人は冬は敷ふんを2枚にする」とがポイント。ここ数年、細いマイクロシルクよりマテイクという繊維にサイバ1フット加工を施し、吸水吸汗性に加え静電気防止効果もある重さ約10000グラムのスーパー素肌毛布が、冷え性や高齢の人、病後で寒さこたえ寝付きが悪い人などに大好評です。「軽く、暖かく、電気毛布がいらなくなりまし」と、喜びの声も続出。綿のようなドライで豊かな風合い、刺激が少なくソフトなタッチ、軽く家庭で手軽に洗え、保



●柏木町2-25
51-1944
週日曜日、祝日定休。駐車場あり。

後悔しない家作りの本読者27人にプレゼント

建築相談調査会・株式会社丸善建設



長引く不景気。世の中は先行き不安な情勢です。しかし、こんな時でもマイホーム実現の夢をかなえるために、努力している人が多いのではないのでしょうか。ただ、念願のマイホームを手に入れるには、後で後悔しないために、正しい情報を知ることが大切です。道南の上ノ国町に本社がある株式会社丸善建設の久末守代表は、住宅建設において業界を知り尽くしている人物で、住環境アドバイザーでもあります。その久末守代表が「知らないで後悔する家作りの急所」(A5判115ページ)を自費出版。家作りに関する重要な点を網羅しているこの本を読んだ読者からは「現場を知っている人が書いた内容で、とても参考になった」と好評を得ています。マスコミからも評価

「現場を知っている人が書いた内容で、とても参考になった」と好評を得ています。マスコミからも評価

されたこのガイドブックを本紙読者先着27人に無料で配布します。申し込みはフリーダイヤル0120053714(受付時間/午前9時~午後9時/以降24時間受付テレアックスオン0139552688または左記Eメール/ガイドブック希望」と明記の上、住所氏名、連絡先をご記入下さい。ガイドブック配布後の営業などは切っておりませんので安心して申し込み下さい。

● 建築相談調査会・株式会社丸善建設
● 松山郡上ノ国町字中須田915-4
info@hdmaruzen.com
ホームページ/函館ホームドクターで検索
http://www.hdmaruzen.com

気になる骨盤の歪みに効く「講座」! カイロプラクティック・フィノス



足の長さがそろってピッタリ! 肩がこんなに軽くなった! しかも誰にでも簡単にできる効果的なテクニックです。『日本カイロプラクティック連合会 優秀会員で、米國カイロプラクティック医師会会員でもある横山聡先生が、誰でも簡単にできるカイロプラクティックの技術を教える「1日技術取得講座」を開きます。』



日時: 1月23日(日) 午前10時~午後5時 場所: 亀田本町会館 受講料: 15000円(テキスト込)です。復習会は3回まで無料で開催します。女性や高齢者などとなんでも安心して参加できます。お母さんが子どものお骨盤を整えたり、腰痛や肩こり・ひざ痛で悩む家族のケアのために来る人もいます。身体を整えて健康に導く技術を習得して健康的な身体を取り戻しましょう。

また、副業や本業に、技術習得をお考えの人は説明会も行っていますので、お気軽にご連絡下さい。プロの技術で身体調整を習いましょう。

● 亀田本町 6524
● 五稜郭駅より徒歩1分
☎ 41-0299

目は第一印象を決める重要なポイント! 実力派サロンの「リラゼーションエステ アリュール」の「まつ毛エクステ」(1週間メンテナンス付)は、カール太さ長さのセレクトは大満足、70種類豊富な毛の中から、ぱっちり大きく見せたい、タレ目に見せたい、自然な感じで量も多く見せたい長さを出したいたなど目元の印象が自由自在。また、ビューラーを使わず極上のカールをキープ出来る「まつ毛カール」(トリートメント付)は、通常1時間の施術を希望により30分に短縮可能なので、時間がない人にもオススメ。「顔筋マッサージ」は、オルソドンの施術でリンパの流れを促進。顔のみならず、頭から肩、デコルテまでマッサージすることにより、むくみやたるみ、誰もが気になる「重アゴ」にも効果が。また、無理なオススメや販売を一切行っており、気持ちのいい対応に安心して通えるのも魅力のひとつ。日常から離れた極上の癒し空間と、クリスマスや年末に向けて安心して施術を受けたいと思うこの時期に、ぜひ一度お試下さい。納得出来る仕上がりに、間違いなし! 営業時間は午前11時45分~午後11時半。無休。

| | |
|----------------------------------|------------------------------|
| まつ毛エクステ(メンテナンス付・下まつ毛可能) | 1本 105円~ 100本 7350円~ |
| まつ毛カール(トリートメント付) | 上下 各2100円 |
| 取れないオーダーつけまつ毛(二重幅可能) | 両目セット 3500円~ |
| もみ出しマッサージ(お腹・脚・背中&二の腕) | 各40分 5250円 |
| 顔筋マッサージ(デコルテ・フェイシャル付) | 6300円 |
| ポディーマッサージ(2名様合計で基本料金から合計4000円引き) | 60分~ 5250円~ (基本料金 6300円~) |

クリスマスや年末前の駆け込みサロン! リラクゼーションエステ アリュール

● 本町17-1
仲米店3階(宝光堂隣)
☎ 30-6588



燕の巣「純白の天使」最高ランクS 100g 8800円

あの楊貴妃も好んで食べていたといわれる燕の巣と酪農場で採れた新鮮な生乳からできた飲むヨーグルトのコラボレーションツッパメの巣ヨーグルト(1本150ml・500円)が大好評の「香港水上レストラン株式会社」では、多くの要望に応え、普段の料理にも手軽に使える燕の巣「純白の天使」(最高ランクS・100グラム8800円)の販売を開始しました。

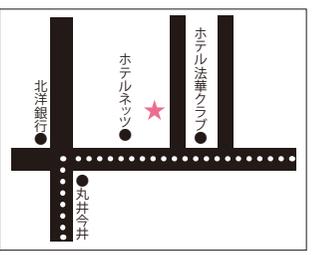


燕の巣を身近に! 「純白の天使」新発売 香港水上レストラン株式会社



いい店 食べ歩き

朱・CHOU(シュ・シュ)



SPFホエー豚を使ったおいしい豚肉料理が評判の「いのこ家」が、ランドメニューをそのままに新メニューを加え、店名も『Daily-Kitchen 朱・CHOU(デイリーキッチン シュ・シュ)』と改めてリニューアル。オススメは味噌仕立て、辛鍋、すき鍋など5種類のスープの中から好みの味が選べる「しゃぶしゃぶ」(2人前、1980円)や、口の中でとろける味わいの「豚バラ肉の炙りにぎり」(=写真、500円)など。しゃぶしゃぶはS字鍋で1度に2種類の味を楽しむこともできます。

光るオリジナルメニューもそろっています。ランチタイムには「豚丼」や「ステーキ丼」、「ユッケ丼」などを各500円で提供しているほか、カツや生姜焼きなどの各種定食類も780円〜とリーズナブルな価格で用意。女性客からサラリーマン、年配層まで幅広い人気です。空間を贅沢に使ったおしゃれな店内も雰囲気たっぷり魅力的。営業時間は午前11時30分〜午後3時、午後5時30分〜深夜0時。年末年始(12月31日と1月1日)以外無休。

voice

それぞれの分野で活躍し、仕事を通して自分の存在を確かめてきた多くの人が、退職後悩まされるのが、自分の存在の希薄さという点ではないかという気がする。仕事からの解放感を味わうと共に、社会の中で自分の居場所がない、自分はどうも必要とされない存在ではないかという思いも、また同時に味わわれる。その思いを払拭するために、多くの人が無意識のうちに分の出版を探している。

出版

大塚 古史郎 求めているとは限らない。ひっそりとしがし、しっかりと自分の出版を見つけている人がいるかもしれない。表に出ない分、そういう生き方に気が付くことはあまりないが、小説の中で創り上げることは可能である。テーマとしてもなかなか興味深い。これは、ひよことやら書くことと、自らに手を染めた、私自身に与えられた出版なのかもしれない。(函館文学学校事務局長)

●本町26-15 ライオンズマンション1階 ☎56-0158

hongkong-dobeng.com

はこだて医療情報 五稜郭ウィメンズクリニック院長 櫻田芳弘



クラミジア感染症について 以前にも「クラミジア感染症」をテーマに書いたことがありますが、依然として10・30代の女性に多い疾患なので、もう一度書きたいと思います。 「クラミジア感染症」とは、「クラミジア・トラコマティス」という微生物(細菌)が主に性行為により感染する病気のひとつです。恐ろしいことに自覚症状がほとんどないため、感染に気がつかない人が少なくありません。そのため知らないうちに病気が進行したり、パートナーを感染させてしまいます。放置すると、男性では尿道炎から精巣上体炎(副睾丸炎)になることがあります。女性では感染がお腹の中に入り、子宮頸管炎から卵管炎をおこし不妊症の原因となったり、妊娠後も子宮外妊娠や流産・早産の原因にもなります。出産時に感染していると母子感染をおこし、赤ちゃんが結膜炎や肺炎になる可能性があります。 さらにエイズや淋菌などの性感染症にかかりやすくなるといわれていますので、注意が必要です。 男性では、尿道からの分泌物や排尿時の痛み、尿道のかゆみ・不快感、精巣上体の腫れ、発熱など。女性では、おりものの増加、不正出血、下腹部痛、性交痛などの症状がありましたら、検査を受けたいと思います。 検査は採血や子宮頸管の分泌物を採取して簡単に調べることができますので、何かいつもと違うとか症状はないけれど気になるという方は、受診をおすすめします。 治療は、抗菌薬を医師や薬剤師の指示に従って正しく服用することで、通常は完治させることができます。感染を繰り返さないためにも必ず、パートナーの方も一緒に検査・治療を受けましょう。 ●本通1-44-10 ☎56-2007 www.5womens.com/

ドクター講座 大沼公園クリニック院長 深山明義



認知症と漢方薬 高齢化社会に伴って認知症の人が増えており、大きな社会的問題になっています。認知症はアルツハイマー型と脳血管性に大別されます。前者は進行性の神経変性疾患でその発生原因は不明です。一方、脳血管性は慢性的な脳の血流障害によって起こります。認知症の症状は次の2つに大別されます。1つは中核症状で、記憶、注意、判断力の低下等です。具体的には日付や場所がわからなくなります。もう1つは周辺症状で、興奮、攻撃行動、幻覚妄想、不安、抑うつ、徘徊、異動行動等です。認知症の症状は中核症状から始まり、進行するにつれて周辺症状が加わります。アリセプトという薬がありますが、アルツハイマー型認知症の中核症状に有効とされ、進行を遅らせることができますが、重症の認知症や周辺症状には効きにくく、西洋薬だけの治療は非常に困難です。最近では認知症の周辺症状に対して漢方薬の有効性が注目されています。 よく使われる薬として抑肝散(よくかんさん)があります。本来は小児の神経症に使われていた薬ですが、認知症の周辺症状に有効率が高く、アルツハイマー型認知症にはアリセプトと抑肝散がよく併用されています。もし抑肝散が効きづらくなった時や、嘔気、食欲低下等の消化器症状がある時には抑肝散加陳皮半夏(よくかんさんかちんぴはんげ)が良いでしょう。この薬は抑肝散に陳皮と半夏を加えた処方ですが、陳皮と半夏は消化機能を改善する作用があります。その外に認知症に処方可能な漢方薬には釣藤散(ちようとうさん)、黄連解毒湯(おうれんげどくとう)があります。釣藤散の主成分の釣藤鈎(ちようとうこう)には脳循環の改善作用があることが知られており、75歳のアルツハイマー型認知症の人に有効な報告があります。黄連解毒湯はのぼせやすいような脳血管型認知症の人に用いられます。以上、認知症の人に漢方薬を処方する価値は十分あるといえます。 ●七飯町大沼258 ☎67-3032

新店舗&リニューアル

ミックコスメティックプラザ函館川原



『ミックコスメティックプラザ本通り』が市内川原町に移転し、『ミックコスメティックプラザ函館川原』としてリニューアルオープンしました。このサロンは18年前に開業以来、函館で唯一取り扱っているフランスの化粧品と高い技術のエステで、函館の女性の美の向上に貢献してきました。美顔からデトックス、代謝改善など、エステはリーズナブルからグレードの高いものまで豊富なメニューで、幅広い年代から支持されています。移転オープン記念キャンペーンとして、まつ毛カーラー・エクステ、フェイシャルデコルテ、リンパドレナージュまで特別料金でサービス中。期間は1月31日まで。営業時間は午前10時～午後7時。毎週日曜日定休。駐車場有。

●川原町11-8 ☎33-5207



みなとまち市民プラザ

voice
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、事前にまずは電話でご一報下さい。

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

皆様、お待たせしました。例年大好評のクリスマスプレゼント特集「あなたがほしいもの、ど〜んとプレゼント」です。今年も協賛企業様のご厚意により、素敵な賞品がそろいました。ぜひあなたのお気に入りを見つけて、どしどしご応募下さい。また、家族ほのぼののエピソード、特にちよつと泣けちゃうような話題などを応募ハガキに添えて下さいね。お待ちしております！

読者の声

また、楽しみが増えました
青ぼの特集には驚き。いつも旬な企画に感激です。9月28日号「そば特集」、夫も私もおそば大好き。函館に住ん

とて素晴らしい特集でした
魅惑のスイーツ特集としてもうれしい特集でした。特に「ひとつ風」の「パイジー」や「がまん」が気に入り。味わってみたい。味わってみたい。(北原 2丁目、K・K)
*それはよかったです。味わってみたい。(北原 2丁目、K・K)
*後共ご愛読下さい。

あまり出て歩かない私が…
青いほすとを、いつも楽しみにしてしております。あまり出て歩かない私が、友達とアチャコ、コチラ、と歩く様になりました。とにかく楽しんでみて、方あります。これからは、方あります。これからは、方あります。これからは、方あります。

思わず手にとってしまった
甘いものが好きなので「魅惑のスイーツ特集」という字を見た瞬間思わず手にとってしまった。知らないうちに店もたくさん載っていたので、ぜひ行ってみたくて記事を見て思いました。

街角情報
ドキュメンタリー映画『1/4の奇跡』自主上映会が2月11日に
ドキュメンタリー映画『1/4の奇跡』の自主上映会が2月11日午後1時から函館市民会館小ホールで開かれます。養護学校教諭・山元加津子さんの著書(マキノ出版)「湯浜町 M・S」*嬉しいです！今後共ご愛読下さい。

プレゼント
『朱・CHOU』より、1000円分の食事券を5名様
今回の『いい店食べ歩き』コーナーで紹介した「朱・CHOU」の食事券を5名様

お詫びと訂正
11月30日発行分「なるほどピクニック」コーナー内、リユージョン様のクリスマスメニューの紹介記事におきまして誤りがありました。リユージョン様ならびに関係者の方々、読者の皆様にお詫びし、下記の通り訂正致します。
(青いほすと編集室)

(誤) 極上和牛ローストビーフ(生肉の重さ200グラム(約2人前)7000円〜)
(正) 極上和牛ローストビーフ(生肉の重さ300グラム(約2人前)7000円〜)

通信販売コーナー



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 宅配料込 **3,700円**
お申し込みお問い合わせ (株)青いほすとHD
TEL(0138)23-5688(担当:本間)
ご注文受付/月~金曜日午前9時~午後6時

次号予告 12月28日号 2011年が良い年でありますように… 開運・縁起物特集

発行元/株式会社青いほすとHD
〒040-8605 北海道函館市弁天町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 Shinji 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 |
| | 平井 由佳 Yuka Hirai |
| DTP & WEB | 武越 史幸 Fumiyuki Takekoshi |
| 通販事業 | 本間 尚子 Naoko Honma |

編集後記

毎年クリスマスプレゼント特集をレイアウトしている時、クリスマスが近づくとワクワクしていた子供の頃を思い出します。あの頃の夢の続きが見たいなあ…。今回もまた、企画にご賛同いただいた、素敵なプレゼントを提供して下さった皆様(に)より感謝申し上げます。(慎)

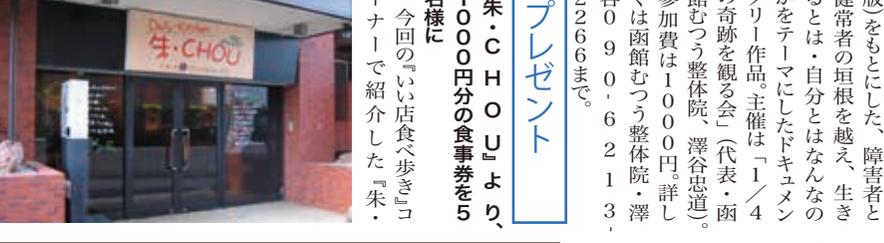
今年も、もう12月。時間の経つのが早くついていけないこの頃。冷凍庫を見たら、昨年末に作ったおもちがまだあった。食べきれずに1年が経ってしまった。というか、おもちがあることをすっかり忘れていた。パタパタと暮らしているうちに、ふと気がつく。と師走。(345)

料理コーナーのパンケーキで作るクリスマスケーキを作った。スポンジ台のもの、シフォンケーキにデコレーションしたもの、フッシュド/エルがまだ珍しかった頃はチョコ味が人気だった。これまでたくさんケーキを作ってきた。1個で足らず、好きなお店のものとの食べ比べも楽しかった。(チョコ)

今年も残すところ、あとわずか。今年は、出不精の私にとつてはいつになく、あちこち出歩く機会があった。新宿都心の高層ビルの林立、奈良の歴史ある町並み、ソウル繁華街の夜更けまでの賑わい。それぞれの街の持つ個性に接して、はて我が函館は、とちよつと考え込んでしまった。(亜)

恒例のクリスマスプレゼント特集。今回は「ソノソノ」湯元啄木亭』『イチマス』『玉光堂』にプレゼントの提供をお願いしましたが、快いお返事を頂き本当に感謝です。プレゼントは抽選になりますが、読者の皆様へ1年間の感謝を込めて Merry Christmas!

冷えますね。数年前までは「冷えて何?」という感じだったのが、最近は常に鼻の頭が冷たくて…。そして「寒い!」と感じたらずーっと寒い。「南国に住みたい!」が口癖の友人の気持ちが少しわかったような気がします。いや、わからないか…。南国に憧れてない。(ヒ)



版)をもとにした、障害者や健康者の垣根を越え、生きるとは・自分とはなんなのかをテーマにしたドキュメンタリー作品。主催は「1/4の奇跡を観る会(代表・函館むつづ整体院、澤谷忠道)。参加費は1000円。詳しくは函館むつづ整体院・澤谷090-06213-32266まで。

SPOT LIGHT

街で話題のお役立ち情報を青いほすと記者が徹底チェック！ 快適で潤いある暮らしのヒントにしてください！

健康だった時の身体に戻る

Chochcho(シユシユ)

北斗市にオープンした話題のサロン『経絡リンパマッサージChochcho(シユシユ)』。

健康な時の体に戻す。それが経絡リンパマッサージです。フェイスマッサージの歪んだ骨格を正しい位置に戻し、経絡ラインに沿ってマッサージすることで

関節症や頭痛、腰痛、肩コリの緩和だけでなく、若返りや小顔効果など美容効果も期待できます。マッサージはもみ返しもなく、その場での効果を実感できるそう。

このサロンのインストラクターになった長谷川さんは、「以前 受付をしていた北斗市内の歯科医院で接客のノウハウを学び、患者さんと接するなかで人々を癒せる仕事をしてみたいと



施術前



施術後

考えるようになりました。そんな時にこの経絡リンパマッサージと出会い、直感でこれだと思いました。仕事をしながらスクールに通つて資格を取り、今は不調を抱える多くの方から感謝され、インストラクターになって本当に良かったと思っています。シユシユでは現在、受講生を募集しています。私が納得いくまで指導いたします。実技をメインに10日間(1日2時間)の授業を行います。日程や



受講料については気軽にお問い合わせ下さい」と話しています。サロンの営業時間は午前10時〜午後7時。出張もしてくれます。
●北斗市市渡457・4577・1441
http://amado.jp/nitimana

その歴史140年…。伝統を受け継ぐ写真館

フォトスタジオオタニスギ 専楽館

140年の時を超えて今年、五稜郭に甦った箱館奉行所。その復元に欠かせない貴重な資料として、1枚の古い写真の存在があったことをご存じですか？

いまからおよそ140年前にその写真を撮影したのは、函館で道内最初の写真館を創業した幕末の写真師・田本研造氏。同氏の「田本写真場五稜郭店」を受け継いだのが、市内本町にあった「谷杉写真館」。現在、美原3丁目に



ある『フォトスタジオオタニスギ 専楽館』の前身です。館主の谷杉アキラさんは、この



うした伝統を地元で継承しつつ、開港都市・函館らしい、モダンでハイカラな風合いの記念写真を撮り続けています。平成6年には函館の歴史的建造物をテーマに撮影した作品で、道内の写真家では初となる内閣総理大臣賞を受賞。「函館は北海道写真発祥の地。この貴重な写真文化を守りたい」と話しています。

「フォトスタジオオタニスギ 専楽館」では来年1月13日に、家族1組につき3000円(キャッシュ決済不可)の特価で撮

影する家族写真撮影会を実施します。道内写真史の伝統と志を受け継ぐ写真館で、2011年が良い年であることを願って、新年の家族写真を撮影してみたいかがですか？ 撮影会への参加は完全予約制。期間中の営業時間や焼増料金などについてはホームページでご確認下さい。通常営業は午前10時〜午後6時。毎週水・木曜日定休。年末は12月29日、30日、31日休業。

●美原3・58・3
46・4554
www.tanisugi.com