

POST IN FREE PAPER SINCE 1991 青いほすと

Issue.460 2011.1.18[tue]

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] aoi-post@aurora.ocn.ne.jp

去年は小説が映画化、円熟の作家生活…

時代小説家 宇江佐 真理さん



函館在住の時代小説家・宇江佐真理さん。昨年は自身の小説『雷桜』が映画化され、この作品が注目されました。作家デビューしてから今年で16年。出版した本は50冊近くになり、円熟してますます脂がのって作品の内容も充実しています。最近では若い人の間で時代小説の人氣が上昇し、宇江佐真理さんのファン層も広がっているようです。このところの執筆は、2ヶ月おきに月刊誌などに掲載される連作をコンスタントに書き、連作が6本になると単行本となって出版されます。この間、単発作品を創作したり、エッセイの執筆依頼があったり、出版社で本の打ち合わせをするために東京に出張したりと、仕事のペースは変わらないようです。次々と生み出される創作のヒントは、人間観察だそう。人に関心を持ち、その人となりを想像し、そこから登場人物を造形します。

今後は、人のために尽力しながらも世に知られないまま歴史の中に埋もれている人物を発掘して書いてみたいそうです。“小説家になるなら地方にいては不利”という通説を翻し、函館で執筆を続け、数々の作品を世に送り出している宇江佐さん。「地方でもやれる」という元気がもられました。

函館の子供達に夢を抱いてもらいたい…

『(有)ファーストフラッシュ』代表取締役 小林 一輝さん



アパレル業界や飲食業界で若手経営者として活躍し、函館の若者からはカリスマ的存在として注目されている小林一輝さん。1940年代から現代に至るまでのアメリカのファッションを融合したオリジナルブランドを函館から東京に向けて発信し、その活躍の場を広げている。また、一昨年からはじめた函館の地域活性化イベントがきっかけで昨年、NPO法人『函館黒船地域活性化協議会』を発足し、自ら会長に就任。仲間内で作ったイベント集団が正式に組織化されたことで、地域活動を通じてさまざまな人達との交流の輪が広がったそう。『今後は、函館の子供達に夢を抱いてもらえるようなイベントの実現を目指したい』と、力強く抱負を語る。さらに昨年10月からはFMノースウェーブの情報番組『みなみ北海道クルージン』(毎週土曜日午前10時~同11時)という番組で、自身の友人で函館の若手経営者の浅水耕太さんとともにDJとして出演。この番組がなかなか面白く、道南の見どころやタイムリーな行事など、地域の身近な魅力が楽しいトークでたっぷり紹介されている。好きな言葉は「有言実行」。30代を迎えた若きカリスマの飽くなき挑戦が、地域にとって嬉しい時代といわれる昨今のムードに風穴を開けてくれることに期待したい。

地域の元気は市民の元気から…

『はこだでもりあげ隊』事務局長 恩田 泰久さん



「函館を盛り上げたい」「地域を活性化させたい」と考える生産者、自営業者、地元中小企業の人達が業種を超えてつながっている『函館もりあげ隊』。事務局の恩田泰久さんは今年この目標として、「“地産地消”の考えを食べ物だけでなく人材にも広げること」「“地域内循環”として

地域内でお金を還流させること」「“地域外貨幣の獲得”として観光や永住したくなる魅力ある地域づくりをすること」の3つを挙げます。「地域に住む人が人間らしく生きて生活するためには、地域内の経済が回ることが大切です。そのために年2回の大きな出会いの場を提供し、業種を超えたコミュニケーションをつなげてゆくお手伝いをしています。今では参加した人達が職業や立場を超えて話し合い、情報交換や商品開発、ボランティア活動など、色々始めています」と話す恩田さん。『はこだでもりあげ隊』の活動を通して新しい取引や商品開発、パチンコ店駐車場で朝市(季節限定)、地場産のイチゴを使った季節限定のタイ焼き「イチゴたい福」、大学生による産直朝市など様々な活動が広がっています。函館を元気にしたいと願う人なら誰でも参加できます。連絡先は☎090-1642-2317(パチンコ富士・恩田)。

函館駅前の“元気”に期待!

『(株)北海道ラボラトリー』代表取締役社長 國分 晋吾さん



昔から函館で暮らしている女性から、「大門がちょっと元気を取り戻したみたいで嬉しいねえ」という声を聞いた。函館駅前・和光ビル1階にできた地場野菜の店『八百屋 夢八』のスタッフが連日、店の前で元気に声を上げる。仕掛人は『(株)北海道ラボラトリー』代表取締役社長の國分晋吾さん。埼玉県出身。東京の有名企業の企業戦士として活躍してきたが、数年前の観光旅行がきっかけで函館が気に入り、会社を辞めてサラリーマン時代のノウハウを活かして人材育成会社の同社を設立し、函館に移住。道南の農家に足を運んだ際に地元生産者の熱意を知り、活性化が望まれる函館駅前で地場野菜の店を開業した。「地域活性のために、まずはイメージを変えることが大事だと考えました」というのが、若いスタッフによる店前での声出しを始めた理由。当初は11日間の期間限定オープン予定だったが、函館駅前の活性化を望む市民からの期待を受けて営業を続けることに決めた。「道南各地の生産者の想いと地場野菜の美味しさを伝えるのがこの店の役目です。また、大門に日用品店と専門店が並ぶ商店街ができればいいと思っています。初めて大門のアーケードを見た時から、そういう可能性を感じています。』『八百屋 夢八』は☎84-1032。

今年、ちよっと注目したい人達

今年の道南が元気でありますように…

今年が2011年最初の発行分となります。本年もご愛読のほどよろしくお願い致します。
さて、新年第1号の今回は、2011年の道南地域の元気のために活躍してほしい人、注目したい人にスポットを当ててみました。地域活性化のためにはさまざまな要素が必要ですが、やはり地元で暮らす人達のアイデアやバイタリティーというものが不可欠なのではないでしょうか? 今ご紹介した人のほかに、道南の元気のために活躍している人はたくさんいます。そんな人達を応援し、また、道南で暮らす私達一人ひとりが協力しあって、未来への夢があふれる元気な街づくりを目指したいものです。



日韓の架け橋となる活躍に期待

北海道大学大学院水産科学研究院
申 東煥さん

申東煥(シン・ドンファン)さんは、函館在住12年の韓国人。職業は、北海道大学大学院水産科学研究院の水産・海洋コーディネーター養成事務局博士研究員。この事務局では、一昨年から「水産や海洋科学に関する知識や技術を習得

し、函館の国際水産・海洋都市の実現に向け活躍できる人材の育成」として「水産・海洋コーディネーター」と「海のサポーター」を養成する講座を開催。申東煥さんはその企画運営、講師をつとめています。講座は今年も4月～11月に開講し、8月には函館港で海を楽しむイベントも行います。受講生募集の説明会は1月22日に五島軒本店で行われ、開講に向けて準備が始まっています。また、今年は故郷の韓国高陽市と函館市が姉妹都市となり、提携に至るまでの文書のやり取りや資料などの翻訳、高陽市関係者が来函の際には通訳として尽力してきました。さらに、長年在日本大韓国民団函館支部や七飯町が行っている韓国語講座の講師をつとめており、6年前からは「函館韓国語スピーチコンテスト」も開催してきました。今年のコンテストは3月12日に行われますが、今回は実行委員長として責任を担っています。公私ともに大活躍の申東煥さん。今年は、日韓の架け橋となり、さらなる活躍が期待できます。



人と人との繋がりを大切に…

『函館観光ボランティアサークル愛NO.1』代表
加地 律子さん

今から30年ほど前、日本で最初に観光ボランティアをはじめたのが『函館観光ボランティアサークル愛NO.1』の代表・加地律子さん(80歳)。「ただ案内するのではなく、それぞれに合わせて案内することで心を繋げてゆくボランティアです」と話す加地さんは、現在も全国各地から訪れる観光客に函館の街の魅力を伝えています。また、以前は保護士などの奉仕活動も行っていましたが、12年前からは父の跡を継ぎ、美術・骨董品の店『株式会社陶陶亭商事』の経営者となりました。さらに、年3回チャリティーカラオケを開催して函館市福祉部に寄付するなど、その活動は精力的。そのバイタリティーの源は、常に体と頭を鍛えることを意識した生活と、「嫉まず・妬まず・羨まず」という気持ちでいることでストレスとも無縁になれるのだとか。「お店には貴重な品物がたくさんありますが、私にとっては従業員やボランティアのメンバーが一番の宝ものです」と、日々周囲の人に感謝の気持ちを伝える加地さん。どの場面でも人と人との繋がりを大切にしている加地さんの活動には、今後も注目です。『株式会社陶陶亭商事』(若松町18-17、☎22-8151)の営業時間は午前10時半～午後2時。毎週日曜日、祝日定休。

と話す加地さんは、現在も全国各地から訪れる観光客に函館の街の魅力を伝えています。また、以前は保護士などの奉仕活動も行っていましたが、12年前からは父の跡を継ぎ、美術・骨董品の店『株式会社陶陶亭商事』の経営者となりました。さらに、年3回チャリティーカラオケを開催して函館市福祉部に寄付するなど、その活動は精力的。そのバイタリティーの源は、常に体と頭を鍛えることを意識した生活と、「嫉まず・妬まず・羨まず」という気持ちでいることでストレスとも無縁になれるのだとか。「お店には貴重な品物がたくさんありますが、私にとっては従業員やボランティアのメンバーが一番の宝ものです」と、日々周囲の人に感謝の気持ちを伝える加地さん。どの場面でも人と人との繋がりを大切にしている加地さんの活動には、今後も注目です。『株式会社陶陶亭商事』(若松町18-17、☎22-8151)の営業時間は午前10時半～午後2時。毎週日曜日、祝日定休。



食べることの大切さを伝えたい

『八百ねっと直売所』代表
高坂 重勝さん

メガドンキ・ホーテ函館店地下1階、熱血商店街の『八百ねっと直売所』代表・高坂重勝さん。高坂農園の名で馴染みのある人も少なくないはず…。1999年、高坂さんの父親が鶏を飼いはじめたことが今日に繋がっているとは、当時誰も予想

できなかっただろう。当初、鶏の卵を農家の軒先で販売していたが、雨の日や冬は売れ行きが思わしくない。しかし、鶏は次々と卵を産む。そこで高坂さんは宅配販売を開始。最初はたった1軒のための宅配。せっかくなら…と、その近所で卵の試食を行ったことがきっかけで、野菜の宅配へと繋がってゆく。新鮮で安全で美味しい野菜を作るだけではなく、どのように消費者に届けるか、様々な売り方を考え発展させていったのが高坂さん流。生産者であり販売者となった高坂さんは、さらに発想を展開させ野菜の調理法、食べ方に目を向け活動中。「食べることの大切さや食べ物大切さを伝えることは、農家の自分だからこそ出来ると思うのです」と、これからの世代に目を向けて話す。今後の目標は、ファームレストランをはじめることなのだとか…。さらなる展開に期待したい。営業時間は午前10時～午後6時半。『八百ねっと直売所』は☎84-5507、ホームページは<http://www.yao-net.net>。



定番の動物シリーズにニューフェイスを…

靴作家
永嶺 康紀さん

「各地で個展を開く時には、街並みの写真などで函館らしさを出したカタログを持参して、「函館から来ました!」とアピールしています」。そう話すのは、末広町に古民家を改装したアトリエ兼ショップ『OZIO(オジオ)』を構える靴作家の永嶺康紀さん。店名の意味はイタリア語で「ゆったり気ままに」。2008年、それまでの活動拠点だった東京から生まれ育った函館に戻り、2009年7月に現在の店舗をオープン。デザインから裁断・縫製まで、制作の全てを手作業で行い、長く愛用できるシンプルなデザインから、フラミンゴやキリンなどがプリントされた定番の動物シリーズ、手描きのイラストが印象的な絵画を思わせるバッグなど、独創性のある作品を作り出しています。

「今年は動物シリーズに新しい仲間を増やす予定です。ほかにも手描きの1点物など、見て楽しめる作品的なバッグもできるだけたくさん作っていきたい。路店は入りづらいと思わずに、絵を見に来る感覚で気軽に足を運んでもらえればと思っています。個展のスケジュールも入っていますので、函館のPRを兼ねて行ってきます予定」。ショップは夏期は無休、冬期は金・土・日曜日のみ営業。問い合わせは☎23-1773まで。



世界に出会うお祭りを!

『ひのき屋』代表、はこだて観光大使
ソガ 直人 さん

今年4回目を迎える「はこだて国際民俗芸術祭」の芸術監督を務める、ソガ直人さん。トラベリングバンド『ひのき屋』の代表で、函館を拠点に海外の民俗芸術祭で活躍しています。2004年からははこだて観光大使。ひのき屋でクロアチアやブラジル等を回るうち、世界中からアーティストが集まる民俗芸術祭に出会いました。函館に海外の民俗音楽・舞踊が一堂に会し、イベントを通じて交流しようと2008年から開催しました。「これまで海外からのゲストを要請していましたが、4回目からはヨーロッパ全域から函館のステージに出演したいと応募が続いています。フェスティバルの行われる8月は、世界のミュージシャンとテーマカラーのオレンジで溢れる函館になりそうです。函館が、文化や芸術、人々が交流する街になってほしいですね」と語るソガ直人さん。2011年の企画は、8月5日～10日の6日間、元町公園をメイン会場に、ワールドテイストの飲食ブース、ダンスワークショップ、子どものためのパフォーマンスなど楽しい企画を練っています。昨年はスタッフが海外のフェスティバルに勉強に出かけ、刺激を受けてさらに魅力あるフェスティバルを目指しているそう。現在、スタッフを募集中です。ひのき屋は陣川町52-1、☎51-5727。



経験できることを楽しんでいきたい…

『パテントワークス』代表
笠井 文雄さん

鼻呼吸のためのトレーニングマスク「レブナ」と、座るだけで体幹筋やバランス機能を強化できる健康器具「アビュア」。笠井文雄さんは、テレビや雑誌などでも取り上げられ、全国的にも注目されているこの2つのアイテムを商品化して販売している『パテントワークス』代表。商品の開発にあたっては、(財)函館地域産業振興財団や道内外の各大学などと協力し、データに裏打ちされた産・学・官連携の“しっかりとした物作り”を心掛けたそう。「2011年は…、去年よりもっと楽しみたいですね」。有名アスリートからも支持されているレブナは格闘家の愛用者も多く、その関係から格闘技の大会に招かれることがよくあるのだとか。「物作りをしたことで、人との接点ができて貴重な経験をさせてもらっています。何でもやってみたいと思うほうですから、経験できることは全て楽しむようにしています」と、優しい笑顔で話してくれました。「ビジネスの部分では、体機能を高めて自立を促す福祉用具的に、レブナやアビュアを活用してもらえるようにアイデアを絞っていくことを課題と考えています。国際的な展示会にも参加してみたいですね」。レブナ、アビュアのお問い合わせは同社☎34-7892まで。

介護と保険

高齢社会になり、家族や親族の介護に関わる人が増えています。公的介護保険と保険について、市内梁川町の『Hosta(ホスタ)函館』のファイナンシャル・プランナー(生命保険販売有資格者)でCFPと1級ファイナンシャル・プランニング技能士の資格者である高梨しのぶさんに伺いました。



ファイナンシャルプランナーの高梨しのぶさん

親や家族の介護を経験した人に共通する不安は、公的介護保険の自己負担額です。公的介護保険の在宅サビ

スにおける利用限度額は、要介護5の場合月に358300円になります。自己負担額はその1割、35830円になり、介護状態が続く限り、この負担が続きます。

「介護の負担は精神的、肉体的、金銭的にも大変なものがあります。介護にかかるときの心配、死亡保障の必要額など色々話しながら、必要となる必要な保障を充てるプランを一緒に考えましょう」と話す高梨さん。介護を経験している人、これから自分の介護を考



募集代理店
MSタカナシ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)
北海道支店函館支社
●梁川町5-8 三井生命函館ビル6階
電話0138-55-7111
引受保険会社
三井住友海上きらめき生命保険(株)
登2010-C-222(2010.12.15-2012.3.31)

Hosta(ホスタ)函館

人の不安を安心に変えるために高梨さんに相談してみませんか(11月より左記へ移転しました)。

●梁川町5-8
三井生命函館ビル5階
「フリーダイヤル」
0120-174-373

元気日和

街を元気にする元気の横顔!!

地域ナンバーワンの店でありたいから!!

『ラッキキエログループ』社長 王一郎さん

『ラッキキエログループ』の王一郎社長はナンバーワンという言葉をよく使う。経営戦略として知られるランチェスターの弱者の戦略にある「ひとつの分野で一番になる。これを常に意識しているのだそう。そして、道南エリアの中でナンバーワンであることが大切」と

有効利用による顧客サービスにも力を入れており、特に最近ではラッキキエロの携帯電話用ホームページのなかにある「王社長の今日の応援歌」というコーナーで、元気が出るメッセージを発信している。

昨年10月には、実に15店舗目となる『ラッキキエロ江差入口前店』を檜山郡厚沢部町にオープン。江差町方面のラッキキエロファンの熱い要望に応えた。「予想以上に歓迎されて嬉しく思っています」と

昨年5月に札幌で開かれた「みなみ北海道グルメパーク」では札幌に初進出。開場前の早朝から長い行列ができるなど、数多くの札幌のラッキキエロファンが会場に詰めかけた。こうしてラッキキエロ人気はもとより、王社長独自の経営理念が注目され、ここ数年は道内各地からの講演依頼も多数。経営者やビジネスマン、教職員、学生などに向けて自らの考え方を伝えている。さらに

「お客様に喜んでもらいたい」と、味やボリュームだけでなく、見た目やネーミングにもオリジナリティを追求したメニューを次々に考案する日々。私達にいつも元気と楽しさを与えてくれている。

「ナンバーワンとは何であるか? その原点に返る1年にしたいと思っています」 笑顔で今年の抱負を、そう話して下さった。



「インプラント&セラミック」市民講座

テレビでも話題のセラミック治療

北海道の某テレビ局で昨年末に「最新の歯科治療」としてセラミック治療が特集されていました。歯型をとらなくていい、1日で治療が終わるといことがテーマでした。当院でも昨年10月にこのシステムを函館で初導入したことをこのコーナーで紹介してきたことと同じ内容です。新聞でも函館新聞、北海道新聞、そして朝日新聞の3社から取材を受け記事として大きく取り上げられ、道南地区の多くの皆さんに知ってもらいました。お陰さまでわずか3ヶ月の間に50人近い患者さんがこの治療を希望され、このシステムの素晴らしさを実感して頂きました。今年もさらに多くの患者さんたちに満足して頂けるようこの誌上市民講座を通じて普及に努めていきたいと思います。



インプラントとセラミックなら

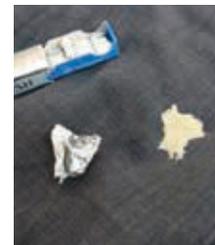
インプラントとセラミックは保険外診療です
インプラント 15~30万円
セラミック 3~10万円

吉田 歯科 口腔外科

函館市湯川町1丁目30-8 TEL 59-3918



その道のプロに技を伝授された「ヒヨコちゃん」(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」「ガムふんじやい、開てきました!」
「ヒヨコ」除光液に含まれるアセトンがガムを溶かすのです。ただ、一緒に色を落としたり繊維も溶かす場合もありますので、必ず衣類の目立たないところでテストしてみてください!」
「相談者」「はい、必ずします!」
「ヒヨコ」「取れました?」
「相談者」「うーん。大体取れましたが繊維の奥に入り取れなかったガムが上手に取れません!」
「ヒヨコ」では、除光液を付けた綿棒で叩いてみて下さい!」
「相談者」「おお、ガムが溶かす!」
「ヒヨコ」「ガムだけに限らず、木工用ボンドなども取れることがあります。家庭用味方です!」
●東川町7-9
837715
協力/しみぬきや本舗

青ほの心

新しい年に

新しい年が始まりました。今年は何ん年になるでしょうか。昨年後半の世相には殺伐とした暗い雰囲気を感じていたように思います。尖閣諸島問題や朝鮮半島の軍事衝突という事件に加え、若者の就職難、相変わらずの自殺者の多さ。沖縄の基地問題も未解決のまま。時代への閉塞感や政治への不信感は深刻です。それに対して為す術を示さず不安を煽るだけのマスコミの在り方にも問題がありそうです。今年は何とか明るい希望が持てる年であってほしいと思います。

そんなことを思っていた折、ある雑誌の介護特集を読んでいて考えさせられたことがあります。高齢者が詐欺にあう事件が多発しているその対策について考えると、記者は「1番の親切を装って近く業者に多額のお金をだまし取られるのは、とかく孤独になりがちな独り暮らしで普段から人との接触が少ない」という場合が多いのだそうです。田舎で独り暮らし老母のことも思われ、他人事ではないと思えました。

対策として挙げられたのは、近所との付き合いを心掛けること、周りの人も少しお節介なくらい気をつけてあげる。それが独り暮らしには不可欠なこと。記事は「1番の安全保障はコミュニケーション」という言葉で締めくくられていました。それがとても印象に残りました。身近な人々に心を閉ざす独り暮らしの人も多いと聞きます。日頃から近所付き合いを大切に、心まで力ギをかけるようにということでしょう。

考えてみると、それは国同士や地域同士にも通じる言葉ではないでしょうか。相手が威嚇するからといって武力や兵器に頼ろうとするのは、本当の安全を保障することになるでしょうか。いたずらに不信をつのらせ、人々に不安を植え付けていくことが安全や平和につながると思われません。

私達人間は、言葉を使って対話や交渉する力を持っているはず。人と人の関係だけでなく、国や地域の関係にも話し合いというコミュニケーションの力をもっと信頼し、發揮してほしいのだと思います。

バレンタインは愛の義理チョコ大作戦で

『ラブピース&チョコレート実行委員会』代表
大野 友莉さん



イラクの子ども達の医療支援のためのチョコ募金を集めている『ラブピース&チョコレート実行委員会』の代表、大野友莉さん。2006年に5000個のチョコで始めた「限りなき義理の愛大作戦」は6年目を迎え、大野さんは2009年から函館でチョコ募金に関わっています。

大野さんとイラクの子ども達との出会いは、2008年のイラクの子ども達が描いたポスター展でした。色鮮やかな可愛い絵を描いた子ども達が劣化ウランによるものと思われる白血病で苦しんでいることを知り驚いたそうです。ご自身が経営するギャラリー「小春日和」でイラクの子ども達の描いたポスター展を開催し、その縁で「JIMネット」の事務局長の佐藤真紀さんに出会い、チョコ募金のことを知り、長く子ども達を支援出来たらと、チョコ募金に取り組むようになりました。3年目を迎えてチョコを預かってくれる人やお店も増えてきたといいます。

「子ども達の絵には、生きたい、生きていたいという思いが溢れ、目に止まり、心に残りました。ポスター展もチョコ募金も、子ども達を応援しているつもりでやってきましたが、みなさんにチョコ募金をお願いしてゆく中でたくさんの人と出会い、自分が助けてもらっている気がします。お礼の意味でもこれからも続けていきたいですね」と話す大野さん。

500円を募金すると、イラクの子ども達の描いた絵がプリントされた可愛い缶入りのチョコがプレゼントされるチョコ募金。今年は全体で12万個を用意しましたが、チョコがなくなり次第終了します。チョコ募金は下記で受け付けています。

小春日和・函館地域交流まちづくりセンター
●八幡町18-18 小春日和内 ☎83-7721

Lunch Time

板前創作料理 なこし

市内湯川1丁目の「ホテル兩宮館」1階にある『板前創作料理 なこし』は、長年ホテルで調理にたずさわっていたベテラン料理人が作る和食、洋食がお手頃価格で食べられると人気の1軒。



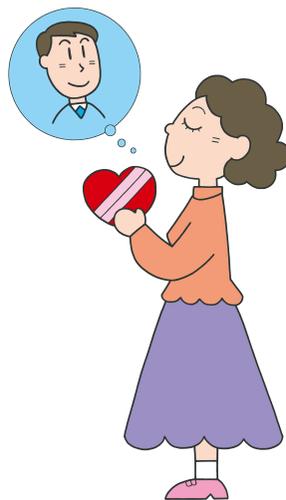
ランチは週ごとに替わり今週のおすすめラ 今週のおすすめランチ 800円
ランチと定番があります。今回取材した「今週のおすすめランチ」は、ハッシュドビーフとカニクリームコロッケ。これにご飯、味噌汁、漬物のセットで、コーヒーはお代わり自由。手間をかけて作ったハッシュドビーフにカニがたっぷり入ったカニコロッケはこの人気料理。メニューは毎週月曜日に替わり、冬季には、石狩鍋やかき味噌鍋などの鍋ものが登場します。

営業時間は午前11時～午後2時、午後5時～午後8時。毎週日曜日休。●湯川11-26-18 ☎090-8708-5108



もうすぐバレンタインデー、彼の心を温めましょう

北ガスクッキングスクール



バレンタインデーに向けて、大好きなあの人の心を温める料理を学びませんか？
北ガスクッキングスクールの2月のテーマは「彼の心を温めよう」。A、B2つのコースを開催します。

Aコースは2月2日午後6時～午後9時半と2月3日午前10時～午後1時で、内容は中華風ロールキャベツ、野菜たっぷりビビンバ、チョコレートシフォンケーキ。
Bコースは2月9日午後6時～午後9時半と2月10日午前10時～午後1時で、内容は牛肉とほうろくのビーフシチュー、カクアリームコロッケ、石畳風生チョコ。

それぞれ定員は15人で、受講料は各1500円。それぞれ受講料には材料費、消費税が含まれます。講師は二口美哉子先生。会場は北ガス函館支店1階のクッキングスペース。申込締切はそれぞれ1月21日。申し込みは電話で受け付けし、定員を越えた場合は抽選。締切後、詳細のご案内を送付します。

受付は月～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3日前までとなっており、3日を過ぎるとキャンセル料がかかります。

●万代町8-1 ☎426505

大切な時期に、お子さまの柔軟な思考力を育てましょう

めばえ函館教室

お子さまの柔軟な思考力を育てましょう！
イトーヨーカドー函館店2階の『めばえ教室』は、遊びを

通じて子供達が考える楽しさを学ぶことができる教室です。2～7歳の脳は、生の中で

も黄金期といわれ、脳細胞がものすく速く発達しています。そんな時期だからこそ

育てたいのが、お子さまの柔軟な思考力。

めばえ教室では、お子さま1人ひとりの興味から出発した遊びを、独自の教材を使

って展開しています。「考えるって楽しい！だから大好き！」になつてゆく姿をぜひご覧になりませんか？

■無料体験コーナー ※随時受付

「日時」 1月21日(金)、22日

0120557115



「日時」 1月21日(金)、22日

「場所」 イトーヨーカドー函館店2階
「日時」 1月26日(水)、27日(木)、28日(金)、29日(土)。各日①午前10時30分②午前11時30分③午後2時④午後3時30分
※要予約
「日時」 1月26日(水)、27日(木)、28日(金)、29日(土)。各日①午前10時30分②午前11時30分③午後2時④午後3時30分
「場所」 イトーヨーカドー函館店2階
めばえ教室
詳細はフリーダイヤルにてお問い合わせ下さい。受付は午前9時30分～午後5時30分(日曜日祝日を除く)。
「フリーダイヤル」 0120557115

有機スライスとハーブミックスで料理が本格的に！

株式会社エヌ・ハーブ

湯浜町にある『株式会社エヌ・ハーブ』では北海道で

唯一、オーガニック(有機栽培の

スライスやハーブミックスなどの

製造・加工・卸しを行っている

です。また、オーガニックとい

ただではなく、味にもこだわ

た商品を選びすすべている点

が注目されており、函館市内

は元より全国的にも広がり



見せています。筆者も様々な商品を試してみましたが、中でも同社オリジナルブレンドの「ミックススパイス」(カレー・チャイ・ピクリングスパイス・カレー・ピクリングスパイス・ミックススパイス)が525円の深い香りとも味は最上級。「ピクリングスパイス」のみで簡単に作れるピクルスは、ピクルスが苦手な人にも試して欲しいところ。家庭で手軽に本格カレーを楽しむたいなら、「カレー」や「カレースパイス」をどうぞ。パキスタンの「フザ」(標高2500メートル)直送の「パチミツ」(1260円)も、筆者のおススメ。こちらも、日本では同社のみの販売となりますので、お見逃しなく。

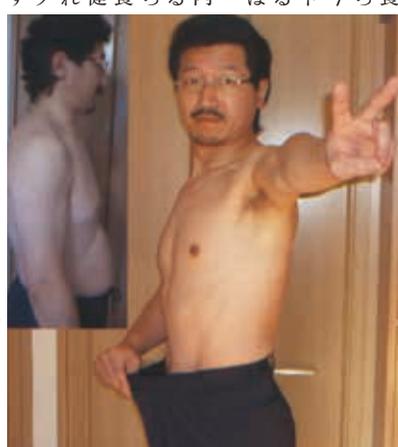
そのほか「オーガニックスパイス」(24種類・各315円)、「紅茶」(8種類・各315円)も可能ですが、店頭では香りを試すことが出来ず、ホームページでは、同社の商品を使ったレシピも公開中。なお、業務用についてもお気軽にお問い合わせ下さい。

湯浜町1620 ☎532047
http://www.nharvest.net

ぜったいやせるゾ！

美瘦研式ダイエット

辻薬局



「ごそそうを食べる機会が多かった年末年始。今年こそダイエットを」と思っている人も多いのでは

ありませんか？

それなら、市内万代町にある「辻薬局」が行

っている、厳しい食事制限がなく健康的に痩せられる「美瘦研式ダイエット」をおすす

めます。

このダイエットはインド伝来のアーユルヴェーダ医学に基づいた香草エキスを飲用。これが体内の脂肪細胞に直接働きかけ

て脂肪の分解を促し、運動したと同等の脂肪燃焼が行える

というもの。さらに1週間に1度来店し、体重と体内脂肪などを計測。体の状況を把握してダイエットメニューと生活習慣を一緒に考えます(カウンセリングは無料。痩せるメカニズムを理解するので、楽しく、や

りやすいです。さらに1週間に1度来店し、体重と体内脂肪などを計測。体の状況を把握してダイエットメニューと生活習慣を一緒に考えます(カウンセリングは無料。痩せるメカニズムを理解するので、楽しく、やりやすいです。)

完全予約制。まずは電話で予約下さい。

●万代町7-17

●北洋銀行万代支店隣

☎4110117

つれず、美しく、年齢性別に関係なく健康的にスピードダイエットができます。体験者の例として、40代男性77キロが5週間で69キロ、30代女性は2ヶ月で70.5キロが60.95キロ、50代女性72キロが64キロ。辻薬局店主も自ら体験し、2ヶ月で90キロから72キロの減量に成功。現在もリバウンドしていません。「身体のことを勉強している薬局だけのダイエット法」で、健康的にスピードダイエットしましょう。

完全予約制。まずは電話で予約下さい。

●万代町7-17

●北洋銀行万代支店隣

☎4110117



45年の人生の中でたった3年間のことだというのに、高校時代の思い出は僕の中で、いまでも宝石のようにキラキラ輝いている。夢中になったのは部活のサッカーと、友達と作ったロックバンド。切ない恋もしたよなあ…。もう少し勉強もすれば良かったかなあ…。

僕が卒業した高校は、いまはもうない。でも、誰もいない旧校舎を通り過ぎて錆び付いたサッカーゴールを見た時にちょっと淋しい気持ちになった理由は、学校がなくなってしまうからではない。そういう気持ちになった本当の理由はきっと、いまの自分があの頃の自分の輝きにかなわないから…。

男40代、あの頃の自分に負けるな!

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『日小林写真館』プロデューサー。

文/青山慎司
編集者。1965年函館生まれ。『青いぼすと』編集長。

(チョコ)記者のお手軽クッキング

ネギとベーコンのグラタン風

- 材料
- ネギ (白いとこ)…2本
 - ベーコン…2枚
 - 牛乳…1/2C
 - 生クリーム…1/2
 - バター…大1
 - 塩・コショウ…適宜
 - 小麦粉…大1

※あれば
カマンベールチーズ…大1



- 作り方
- ①サラダ油をひいたフライパンで7cmに切ったネギを両面焼く。
 - ②耐熱皿にネギをならべ、ベーコンを重ねる。
 - ③牛乳、生クリーム、カマンベールチーズを火にかけて混ぜ、塩コショウしたソースを②にかけ、魚焼きグリルで焦げ目がつくまで焼く。ネギの甘みとベーコンのkokがマッチして、トーストに乗せても美味しい。

紹介した分量は作りやすい分量なので、たくさん的人数でいただく時は、倍量にしてください。

Naruhodo Topics [なるほどトピックス]

ヤッコマリカルドのお披露目会

「年齢などの枠を超え、人の美しさと楽しさを創造し、提案してゆく」というのがファッションブランド「ヤッコマリカルド」のコンセプト。



©YMFASHION CO.,LTD

この考え方のもとでデザインされた服が、全国展開されています。函館で唯一取り扱っているのは市内豊川町の「タランチーネ」。この店では1月18日から、春に先駆けて「スプリングコレクション」のお披露目会を行います。ヤッコマリカルドは天然素材を中心に、豊富なカラー、独創的なデザインでクオリティの高い服を制作しています。着心地も抜群で、愛用者も多数。春は新しい色の魅力的な服が登場します。ぜひ直にご覧になって、その魅力を確かめて下さい。

営業時間は午後11時から午後6時。毎週日曜日定休。駐車場有。
●豊川町21-3
☎2221664



スペシャル
サンクスセール
1月18日~
日ごろのご愛顧に感謝をこめてヤッコマリカルドの服が20%OFF(今シーズン物、定番は除きます)

タランチーネ

「東洋運勢学・占」講座」第3期生募集!

本紙読者にお馴染みの「占」の専科21では、第3期となる「東洋運勢学・占」講座を開講します。

講座は本格的な占いの知識が身に付く内容なので、開業したい人にもオススメです。また、これまでの卒業生は、美容関係や飲食店などのオーナーが



おお客様へのサービスとして、コンサルタント業や人事部門への転職や配転のため、退職後の資格として、インターネットでの活用などそれぞれの目的で占いを身に付けています。独立・開業についてなどアフターフォローも万全。

占いの仕事は年齢に左右されず不況に強い上、原材料もかかりません。個人が占いのほか企業イベントや催事などの需要も多く、趣味を実益に変えられる注目の資格といえるでしょう。

教科内容は①九星気学・五行易・暦学②熊崎流姓名判断③教命数秘術④四柱推命⑤家相風水⑥観相(手相・人相・黒子相など)。日程は

●梁川町18-20
☎5510331
●宝来町11-7
☎2306661



「昼間コース」午後1時半~午後3時半、「夜間コース」午後6時半~午後8時半(各水曜日)。月3回3ヶ月4月4回4ヶ月7ヶ月で、授業料は月額15750円(教材費込み)。なお、教材は実践で活用できます。

開講日は4月6日。募集人数は昼夜各8人(定員になり次第締切)。資料請求およびお問い合わせは、左記までお早めにご連絡ください。営業時間は午前10時~午後9時。毎週水曜日定休。

占い専科21

買取品目が豊富! 人気の買取専門店!!

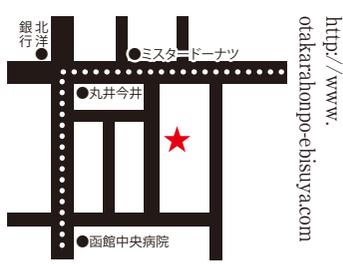
昨年9月にオープンした買取専門店「お宝本舗 えびすや」は、幅広い取り扱品目と気軽に取れる雰囲気、好評。金銀プラチナ製品などの貴金属や、バッグ時計などのブランド品は、もちろん、商品券や切

手、古銭、携帯電話などまで買取してくれます。スタッフは女性のみで、全員宝石店に長く勤務していた経歴があり、丁寧な接客が印象的。切手1枚からでも笑顔で快く対応してくれます。不要と思っていた品に思わぬ高額査定が出来ることも多数。店頭買取のほか出張買取、郵送買取もしていますので、今の季節、足元が悪いので外出は控えたい!という人は利用してみたい人は利用してみたい人は?



詳しくはお問い合わせ下さい。なお、買い取りの際には運転免許証や健康保険証などの身分証明書が必要となりますのでお忘れなく!

営業時間は午前10時~午後6時。無休。契約駐車場有
北海道公安委員会 古物商
第101020001497号
●本町31-6
本町市営住宅1階
「フリーダイヤル」
0800.800.0776
http://www.otakarainpo-bisuya.com



お宝本舗えびすや

節水&低燃費で家計を節約!

家計節約 援特価と安心サポートが大好評の水道局指定工事店「小野寺住設」より、家計の節約に最適な商品を紹介いたします。

「INAX洗面化粧台」は、4人家族で1日バケツ1.5杯分の節約が可能な節水タイプ洗面台。奥行520mmとコンパクトな設計ながら、洗面器は十分な深さと容量を備えた大型洗面器で、セーターのつけ置き洗いにも便利です。ホース収納式の洗髪水栓はお手入れも簡単。価格は工事費込みで同社通常14万8000円のところ限定20台に限り5

万8000円。また、給湯専用タイプの直圧式FFボイラーも先着20人限定でお得にご用意。低燃費型の「CHOFU給湯専用直圧式FFボイラー」は、工事費込みで通常3万1850円のところ19万8000円。ボイラーは、そのほかにも様々なモデルが用意されています。

商品を手揃えて、お見積り、低燃費やパワースタイルなど、予算や使い方に合わせて選べます。創業86年、豊富な専門知識と施工実績を持つスタッフが親切丁寧にご相談のつづける点も好評。お申し込み・お問い合わせは左記フリーダイヤルまでお気軽にどうぞ。アフターサービスは年中無休。

●美原1-22-9(本社)
「フリーダイヤル」
0120-750-750



INAX洗面化粧台 セット寸法 750×520×1780(mm)



CHOFU強制給排気FFタイプ (IB-3850DF)

新店舗&リニューアル

RuRRu(ルルル)



市内末広町の水道局向かいに可愛らしい雑貨のお店『RuRRu(ルルル)』がオープン。ここには、ストラップ、器、ステーションナリー、ハンカチ、バッグ、アクセサリ、マフラー、ルームシューズなどの小物や防寒具、手工芸作家が制作した器や置物まで、その数700種類の雑貨があります。そこには猫、犬、象、カバ、うさぎ、ふくろうなど動物のモチーフが必ず入り、どれも可愛いデザインで、プレゼントとしても喜ばれそう。雑貨と動物の好きなオーナーがこだわって集めたところをぜひ一度見て下さい。いまなら「青いぼすとみた」で全商品10%OFF(期間は2月末まで)。営業時間は午前10時～午後7時。毎週水曜日定休(水曜日が祝日の場合は翌日木曜日が休み)。

●末広町8-4 ☎87-0386



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出来ます。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) 青いぼすと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
1月28日号
例年恒例のラーメン特集
港街拉麺物語

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 Sayako 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

中学時代の野球部の仲間で、昨年末で草野球チームと一緒に頑張ってきた友人が引退を決定した。小学校の頃から体がデカくて野球センスがあり、とにかく凄いやつだった。淋しいけれど、いつかやって来る日。春頃、僕にとっての永遠のスーパースターと最後にもう一度、同じグラウンドに立ちたい。(慎)

朝の8時、1番忙しい時間に見知らぬ人から電話が。「携帯電話の料金の引き落としができませんでしたので、振替を送ります。〇日まで払ってください。銀行口座のお金が足りなかったようだ。それにしても、常習でもないのに、すぐ督促の電話が来るとは、ちょっとこわかった。(345)

このところはまっているのがグリルパン。南部鉄器で作られた程良い大きさの鉄鍋でグリルでオープン料理が超簡単にできちゃう優れ物。丸のままのジャガイモにパジルチキン、キャベツやセリなど今まで食べたことのない美味しさ! パターとフランスの岩塩で食べると感度の味!(チョコ)

新しい年を迎えて今年こそは、と思うことが年々少なくなった。何かを始めるにはそれなりのエネルギーが必要。そういえば新しいことにチャレンジする機会も減ってきている。久しく忘れていた「何かを始める時のドキドキワクワクする気分」を思い出し、今年は何かに挑戦してみようかと思う。(画)

「毎日絶対いいことがあるよ」と言った次女に、どんなことが聞いてみると「例えば学校に行けたこと。世界には学校へ行かなくても行けない人がいるんだから」と。子供から教わること、子供の姿から学ぶことは多々ある。これからも、きっと。「今日もいい日だね」。(BP)

長い付き合いになる友人が実は不器用で、左手で爪切りを上手に使えないと判明。大人なのにこんなにあたふたと爪を切る人がいるんだなあ…と、感心してしまいました。おそろくこの先も上手に爪を切れる日は来ないでしょう。おもしろいから、次切る時も見せて!!(七)

- voice
- information
- present

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。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]

読者の声

次回の青ぼも首を長くしてまっています
「青ぼきてるよ〜」あ、ほんと!?。多忙で寝るだけに帰ってきている夫との会話です。休みもあまりとれないからこそ休日の外食や新店・リニューアル情報など楽しみになるようです。スイーツも好きなので、秋限定のスイー

私の幸せの瞬間です

ツ情報を見て買いに走りあちこち食べてみました(ふうげつどう、おたふく堂やつぱりイイ♡)。これからどんどん寒くなるので、鍋やあったかレシピ、あったかいのを取り入れてるお店の紹介など載せていただけたらうれしいです。鍋も、カレー鍋、トマト鍋、コーゲン鍋:こまかつとネタが尽きてしまったので新しいものないでしようか??(ラー油とか?うか??)。次回青ぼも首を長くして休日は素敵な時間をお過ごし下さいネ。
*お仕事頑張ってください。そして休日は素敵な時間をお過ごし下さいネ。
(富岡町2丁目、O・F)
*お仕事頑張ってください。そして休日は素敵な時間をお過ごし下さいネ。

こんなところがあるんだねえ!、行ってみよう!と
いつも青いぼすと楽しみにしております! 地元の者ですが、まだまだ知らない飲食店や雑貨屋や病院の情報(沢山 毎回主人と「こんなところがあるんだねえ!、行ってみよう」と話しながら楽しんでます。1歳の子供がいて、これから冬になるので公園で遊ばせてあげられないので、室内で遊ばせるスポットを探しております。場所や名前を知っているけど、行きづらい…という所もあり、今度そういう特集があれば嬉しいです。これからは青いぼすと頑張ってください。
(海岸町、A・I)
*ありがたいです。

毎回楽しみにしています
転勤での移住のため、おしいお店や便利グッズなど大変参考になります。2年目ですが、最近やっと元町付近まで飲食で出かけるようになりました。カリヨン行ってみたいです。
*楽しい函館生活を!
(中道2丁目、M・A)
*楽しい函館生活を!

「海鮮料理と旬の味じゅげむ堂」より、2000円分の食事券を5名様にプレゼント
切は1月27日。
ゆげむ堂「係までどうぞ。締



お詫びと訂正
12月28日号8ページ「函館競輪場」様広告内、1月30日(日)に3階特別観覧席で行われるフリーマーケットの営業時間に誤りがありました。函館競輪場様、読者の皆様にお詫びし、下記の通り訂正致します。
(誤) 10:00~13:00~
↓
(正) 10:00~13:00

お詫びと訂正
12月28日号「なるほどトビックス」内の「ラーメン橋屋(たちばなや)」様の記事内において、営業時間に誤りがありました。ラーメン 橋屋様ならびに関係者の皆様、読者の皆様にお詫びし、下記の通り訂正致します。
(誤) 昼午前11時半~午後5時半
夜午後5時半~午後9時半
↓
(正) 昼午前11時~午後3時半
夜午後5時半~午後9時半

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！

思わず「ニッコリ」や「わらわ」か湯たんぽ

うちやま薬局

寒くなりましたね。現代は体が冷えている人が増えているそうです。そこでおすすめしたいのが市内本町の「うちやま薬局」で販売している「やわらか湯たんぽ」。「サンタさんの靴タイプ」に足を入れると、あくら不思議、足がほんわか温ったまり、誰でも思わず顔がほころびます。



肩こりさん用 肩用(小) 4,800円(税込)

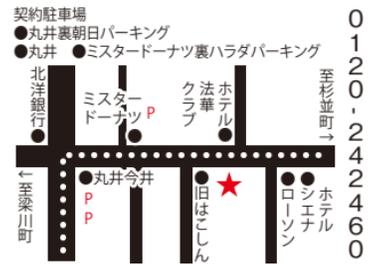
つまり、自律神経の緊張がほぐれ、ストレスによる「肩こりや片頭痛、目の疲れ」、「熟睡できない人」の悩み解消におすすめて

「足用」や、慢性肩こりの人の「肩用」、むち打ちの人のリハビリにおすすめるのが「頸部用」など色々な種類があります。



冷感性さん用 足用底付きショート 14,700円(税込)

素材は特殊なウエックトスーツなので、高温のお湯を入れても低温やけどを起こしにくい構造のスグレ物。靴下をはいて寝る人、いつも肩に手が行く人、マッサージが欠かせない人に超おすすめです。就寝時には湯たんぽとして使え



ホワイトニング、忙しい人は「日」コースを！

ジロー湯川歯科

憧れの白い歯を手に入れませんか？

ご自身の歯の色が気になつているという人は、湯川3丁目の「ジロー湯川歯科」へどうぞ。

「ホワイトニング」は、歯を削ることなく人体に安全な薬品を使用し、歯の表面から奥まで白くすることが可能です。

1回の所用時間は10〜15分程度で、料金は10500円。通常、4〜5回の「ホワイトニング」で、満足できる白い歯を実感できます。

また、「ホワイトニング」の1日(1回)コース(保険外)もあります。料金は



8000円。すぐに白い歯になりたい人、忙しい人はぜひ、ご利用下さい。白く輝く歯で若々しさを手に入れたらという人はぜひお試し下さい。ご相談およびお問い合わせはお気軽にとぞ。



日休診。予約制。駐車場有。
 ●湯川3・327
 ☎59-2600
<http://www.jiro-yukawa.com/>

