

青いほすと

POST IN FREE PAPER

SINCE 1991

Issue.464 2011.3.15[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

HOBBY & CULTURE BEGINNING SINCE 2011

春から大人の1年生!

新しいことにチャレンジ!

大きな期待とちょっぴりの不安を抱えながら、子供から大人までたくさんの方が新しい道を歩きはじめの春がやってきます。今年の春こそ、いままで始めようとしていたけれど迷っていたことや、何か趣味を持ちたいと思っていたことを実現しませんか? 新しいことを始めるのに、年齢などはきつとそれほ関係ありません。決して他人と比べるわけではなく、自分のペースでじっくり取り組める趣味と出会う人生は、とても素晴らしいのではないのでしょうか? 今回紹介したもののの中に、ちょっと興味湧いてくるものがありましたら、深く考えずにもまずは直接お問い合わせしてみてください。その先には素敵な毎日が続いているかも知れません…。

ハワイアンキルトを始めませんか?

ホノルルやニューヨークから直送したハワイアンキルトの布や材料が豊富にそろっている「サニープレイス」では、「ハワイアンキルト教室」を開催しています。「初級コース」は、毎週木曜日を除く毎週月〜土曜日の午前10時〜正午と午後2時〜午後4時の2回。毎週木曜日は、そのほかに午後6時〜午後8時の合わせ

「函館市民プール」ではこの4月より、平成23年度の水泳教室が開講します。教室は「きつちり4泳法マスターコース」(午前&ナイトコース)、「市民水泳教室」(午前&午後の部)、「ハワイアンキルト」(ゆつくり水泳教室)、「サタフィナイトコース」(サンデイスイム)、「ロング50マスターコース」(パラエティクス)、「水中ウォーキング教室」(昼&夜



2時間・材料費別。製作作品は①ミニタペストリー②クッションカバー③トートバッグ④ポーチ⑤タペストリーで、これらの作品は半年前後で完成するのだとか。作品に使用する生地は、店内の商品から好みのものを選べるのも嬉しいですね。中級・上級コースも有。お申し込み・お問い合わせは、お気軽にどうぞ。営業時間は午前10時〜午後6時。毎週日曜日と祝日定休。駐車場有。



は2500円(月2回×2時間・材料費別)。製作作品は①ミニタペストリー②クッションカバー③トートバッグ④ポーチ⑤タペストリーで、これらの作品は半年前後で完成するのだとか。作品に使用する生地は、店内の商品から好みのものを選べるのも嬉しいですね。中級・上級コースも有。お申し込み・お問い合わせは、お気軽にどうぞ。営業時間は午前10時〜午後6時。毎週日曜日と祝日定休。駐車場有。



この春から、カメラを片手に…
写真撮影は世の中の素晴らしい趣味です」ともの美しさに気づく、話すのは、初級向けの写真講座を開講している市内本町の「寫真工房 小島」代表の小島正彦さん。講座では主に身近な公園などに外出して自然が織り成す風景や植物、または人物の写真などを撮影します。「街の中には色々なドラマがあり、人や生き物、植物に至るまで色々

な感情があります。普段は気づかないことも、カメラを手にすることで、そういうものに出会うことができます。カメラは決して高価なものでもなく構いません」と小島さん。あなただけの素敵な一枚をぜひ、撮影してみませんか? 初級講座は年6回(土・日曜日)で年会費5000円(4〜3月)。現在、4月開講の受講生を募集しています。ほかに中級講座も有。営業時間は午前9時〜午後7時。毎週日曜日定休。

自分のレベルに合わせて水泳を!

函館市民プール

の部」が各受講料4800円(全10回)のほか、「ウォータビクス教室」は受講料5800円(全10回)、「ウォータビクスロング教室」は受講料9000円(全20回)と豊富にそろっている。目的やレベルに合わせて選ぶことができますね(受講料には保険料が含まれています)。教室の日時など、詳しくは電話でお問い合わせ下さい。なお、各教室とも定員になり次第、締め切りとなりますので、お早めにご連絡ください。

俳句は五七五の文字からなる世界で最も短い詩。俳句歴50年の今井星女(せいじよさん)は、「俳句は紙と鉛筆があればいつでもでき、短い言葉で感動を簡潔に表現するところに妙味があります。句会では年齢、性別、職業に関係なく、句を作り出す。今井さん指導の俳句批評し合うところに楽



俳句は「新日本婦人の会」の講座で、初心者・女性限定の「新葉会(しんようかい)」が毎月第3木曜日午後1時30分〜午後3時30分、会場は富岡二丁目会館。働く女性を対象の「第二新葉会」は、毎月第3土曜日午後1時30分〜同3時30分、稜北病院友の会事務所。いずれも会費月700円(新婦人の会会員になるので別途会費月900円)。問い合わせは☎42-7544今井さんまで。そのほか、道新文化センターの「やさしい俳句の作り方」でも講師をしています。

スポーツ自転車にチャレンジ!

アルペン 函館梁川店



環境に優しく、健康にも良い自転車。趣味として、また運動

不足解消に、本格的なスポーツ自転車に乗ってみたいと思っ

ている人も多いのではないのでしょうか? 自分の足で早く、遠くへ行けるのがスポーツ自転車の魅力。ロードバイク、マウンテンバイク、クロスバイクの3種類があり、中でも街乗りに適したクロスバイクが初心者や女性にはおすす

めです。

梁川町にあるスポーツ用品の『アルペン』では、本格スポーツ自転車を種類豊富に展開中です。クロスバイクは29900円から用意しています。この春からはカゴ、ライト、鍵、7段変速付きの、より通勤、通学に適したクロスバイクも新登場(19600円)。坂道や向かい風の時も楽に走りたいという人向けに、電動ハイブリッド自転車(59900円)も有。営業時間は午前10時~午後8時。無休。

●梁川町15-24
☎31-7581

登山はもつとオシャレに!

自然倶楽部

春の花に会えるのが待ち遠しいですね。登山初心の頃は

お花畑の自然美や山頂に登った達成感などが楽しみで

登山のベテランはカメラなどの趣味を広め、百名山を目標にするなど人生と山旅が連動する人も少なくありません。「最近のトレンドである「山ガール」は、山への準備も勉強もすっかりしています。女性ハイカーの装備は可愛さのベースが多样・多色化になってきました。ブランドリュックをはじめ派手な色のベスト

や巻きスカート、CWXタイツなど、ビビッド派や自然色を基調にしたビタミン派が多いですね。シニア世代も山ファッションを再考する絶好の機会です。登山はもつとオシャレに!」と話すのは『自然倶楽部』主宰でファイールドアアドバイザー



の鎌鹿隆美さん。ツアー開催は4月からなので、電話でお問い合わせ下さい。
●駒場町9-10
☎31-5339

初心者大歓迎!

女声コーラス トリル

結成23年目を迎えた『女声コーラス トリル』は、現在20、80代の団員がひとつになりに響くハーモニーを届けています。指導者は函館合唱連盟理事長を務め指揮者としても団員をまとめている大坂吉明さんと、サポートするのはオペラのソリストとしても有名な副指揮者の島聖子さん。コンクールでは、全国大会出場経験を持つコーラスグループです。また、和気あいあいと仲がよいも団員の自慢のひとつ。「年齢を忘れて楽しめる場

所です」とは、団長の西橋曜子さん。コンクール出場のほか、函館市で毎年春と秋に開催される合唱祭への出場や数年に1度行われる独自の発表会など、多くの人の前に立つことも若さを保つ秘訣なのかもしれませんね。練習は『亀田ゆたか幼稚園』にて、毎週水・金曜日(冬期間は週一回)の午後7時~午後9時。初心者大歓迎です。見学・体験随時受付中。入団の申し込みおよび見学・体験など詳しいことは、団長・西橋 ☎55-2866まで。



美味しい香りに包まれて:

手作りパンの家 こすもす

ふんわり美味しいパンを手作りませんか?

ワイワイ賑やかに作りなが

月1回の教室は月、土曜日の午前10時~午後1時位で、都合の良い日を決めます。レッスンは大型パン、小型パン8~9個、お菓子1品を作り、作ったものは全て持ち帰ります。



らランチを食べて、1回2730円です。レッスンは4人以上なので友人同士で申し込むか、個人の場合は体験レッスン(1回2730円)をした後、クラスに入ります。

毎日60~70種類以上のパンが並ぶこの店ですが、オススメは今金産の小麦「春よ恋」で作った食パンです。トーストにするとかリッとした歯触りとしっとりモチモチの中とが絶妙の味わいです。営業時間は午前9時~午後6時。毎週日曜日、祝日定休。
●富岡町2-46-8
☎40-8022

美容と健康を兼ねて楽しくダンス!

ダンススクールいのまた

社交ダンスで、ペアで踊る楽しさ、音楽に合わせて踊る気持ち良さを体験してみませんか。全身運動にもなる社交ダンスは、美容や健康維持にも最適。子供からシニア世代まで年齢・性別問わず楽しめます。



『ダンススクールいのまた』では、マンボ、ブルース、ジルバのパーティ

随時募集中。レッスン料は週1回(月4回)で1ヶ月3150円。「1人で気兼ねなく」という人には個人レッスンも有。個人レッスンはチケット制で1レッスンは2200円。今なら「青いほすと見た」でグループレッスンに限り入会金(通常2500円)が無料。また、学生と50歳までの男性は、同じくグループレッスンのみ入会金と月謝が無料です。見学や無料体験もできますので、まずは気軽にお問い合わせ下さい。
●富岡町3-10-5
☎41-3107

第2の韓流ブーム、韓国語を学びましょう

韓国語教室

K・POPが人気を集め、第2の韓流ブームといわれています。若い世代にも韓国語を学びたい人が急増中。この春何かを始めるなら、人気の韓国語にチャレンジしませんか?

10年前に函館で韓国語講座を開講し、語学教育で豊富なキャリアを持つ全淑伊(チヨンスギ)さんは、函館生



ちろん日本語への造詣も深く、語学は多方面に渡って堪

能。また、北海道通訳案内士の資格を持ち、通訳、翻訳、ハングル検定指導、朝鮮半島の歴史研究など活躍は多彩です。講座では語学だけでなく豊富な知識や経験に裏打ちされた楽しい話も聞けます。講座は『道新文化センター』で入門、初級・中級、初歩の会話、『函館市地域まちづくりセンター』では中級・上級の各講座を開講しています。個人レッスン、グループレッスンも行います。講座の日時、授業料などについては全淑伊さん090-5958-5753までお問い合わせ下さい。

介護状態になったら介護年金に移行 Hosta(ホスタ) 函館

高齢社会と言われて久しい時代です。家族や親の介護を含めて将来を考へる人が増えています。今回、高梨しづさんは、会社員の女性から将来を考へてお金の保険で活用したいという相談を受けました。

『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さんは、お客様

様の気持ちになって相談を受けました。相談者様が自分が亡くなった時の保障は用意しているが、万一介護状態になった時の不安をお持ちでした。介護が必要になるのか誰にも分かりません。高梨さんが提案したのは終身保険です。もし介護状態になった時には保険料払込期間満了後ならば「介護年金支給特約」を利用して介護年金を受け取ることが出来る、必要がなければそのまま終身保険として、また年金生活の活用も可能です。相談者は将来のニーズに合わせて選択できるこのプランに満足しました。自分

や家族の介護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(昨年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】
0120-174-3773



ファイナンシャルプランナーの高梨しづさん



募集代理店
MSタカナン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)
北海道支店函館ビル6階
●梁川町5-8 三井生命函館ビル5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-274(2011.2.14-2012.3.31)

「インプラント&セラミック」市民講座

インプラント治療を考えている方へ

患者さんがインプラント治療を選ぶ動機はさまざまです。の中で最も多いのが「入れ歯が嫌だから」というものです。いわゆる入れ歯とインプラント義歯を臨床的に比較したとき、多くの点で後者が優れていますから歯科医から見ても正しい選択だと言えます。それでは患者さんはインプラント治療を決心したとき何を期待するでしょうか。私の経験では「入れ歯でさえなければいい」と思っている患者さんはあまりいません。そこにはそれぞれの期待があります。

せっかくインプラントにするのだから・・・美味しく食事をしたいと思うのは当然です。ある方は諦めていた好きなものをもう1度食べたいと期待するでしょう。また、ある方はきれいな歯並びにしたいと思うかもしれません。自分のための治療ですからどんな期待を持っていいじゃないですか。

もし、あなたがインプラント治療を考えているのであればこの辺のところを良く整理して歯科医と相談されるといいでしょう。相談することをお勧めします。患者さんが多いのが現状です。実は、そのコミュニケーションがないために不幸な治療結果になることが多いのです。「こんなはずではなかった」と後悔する前に何でも相談したほうが良いと思います。相談して納得してから治療を開始しても遅くはありません。これがインプラントをたくさん経験した歯科医からのアドバイスです。

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

青ほの心

小林カツ代さん 本棚の片隅に少し変色した雑誌があります。「栄養と料理」という料理雑誌で、もう30年もの前のものです。結婚して親元を遠く離れ、料理について知らないことも多く読み始めたものでした。当時子育て真っ最中だった私は、子ども達の食べ物についても教えられることは多かったです。そんな折、目にしたのが手作りソーセージです。その頃、まだ料理研究家として無名だった小林カツ代さんが、子ども達のために考案したレシピでした。当時はまだ、食品添加物などの害について世間の関心は今ほど大きくはありませんでした。それでも真っ赤に着色して様々な添加物を多用したソーセージは子どもを持つ母親にとつては悩みの種でした。少しでも安全な物を...と考えられたレシピは、ハンバーグを細長くした程度の素朴なもので、以来我が家の食卓に上がることになったのですが、その時小林さんは、レシピを紹介する文章の中でこんなことを言っていました。「子どもはソーセージが大好き。そんな子ども達に、害になるかもしれない添加物だらけの物を買う大人達。母親の手作りは安心でも、それはそれ。大抵の子どもはやっぱり既製の品に目が奪われるものです。メーカーの方は未来のある子ども達にどうか安全なものを作ってください」。それを読んで、料理に関わるプロとしての良心と、子を持つ母親の愛情、消費者としての凛とした主張に深い感銘を受けました。料理の本を読んで感動するなんて初めてのことでした。その後、小林さんは、どこでも手に入る身近な材料でしかも簡単にできる家庭料理を紹介し続け、1990冊もの料理本を出版しました。彼女の料理は、気取らない人柄そのままに親しみやすく、しかも簡単。例えば「レンコンと昆布のひたすら煮」は、「材料をただひたすら煮て柔らかくするのみでも、おいしいんですよ」という具合。テレビ等で活躍中の料理研究家ケンタロウさんの母でもある小林さんは数年前病に倒れ、現在は自宅療養中です。子ども達に安全でおいしい料理を願った小林さんが、再び元気で活躍されるよう祈っています。(無)

元気日和

街を元気にする元氣人の横顔!!

チェンバロの似合う街、函館で...



2006年6月から函館を拠点に演奏活動を始めたチェンバロ奏者・森洋子さんのお宅「洋琴庭を訪ねました」。チェンバロは木で作られた手作りの楽器で、木の箱に張られた弦をはじいて音を出します。宮廷や貴族のサロンでお抱えの音楽士が演奏した楽器です。

福岡県出身の森さん は、子どもの頃から音楽は、子どもの頃から音楽

チェンバロ奏者 森洋子さん

2006年6月から函館を拠点に演奏活動を始めたチェンバロ奏者・森洋子さんのお宅「洋琴庭を訪ねました」。チェンバロは木で作られた手作りの楽器で、木の箱に張られた弦をはじいて音を出します。宮廷や貴族のサロンでお抱えの音楽士が演奏した楽器です。

1991年アメリカのチェンバロコンクールで第1位を受賞。1993年にはアメリカ力議会図書館コンサートシリーズに出演しました。同年、古楽コンクールの山梨で3位入賞。その後東京を中心に各地でソロスト及びアンサンブル奏者として広く活躍してきました。

今年、昨年発足したバロック合奏団の第2回定期演奏会、新たに有志による「ハッパ」マタイ受難曲の抜粋演奏などを予定しています。

3月20日には函館市公民館で開かれる「第16回バハのフルートソナタ」で演奏します。午後2時からです。コンサートはホームページをご覧ください。
http://okinai.seesaa.net
050-2020-8921

エンバロは音量が小さく強弱がない等の特徴があり、そうした制約のある中で様々な表現を追求できるのが魅力です」と話す森さん。函館は自然に囲まれた環境や西洋風の建物での演奏が出来るなど、チェンバロの似合う街なのだそうです。

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)まじめ・キレイ好き」が、しみ抜きや洗濯の裏ワザを教えてください。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!

(ヒヨ)「酸素系漂白剤はそのまま使うよりも重曹を加えてパワーアップさせましょう。その上で熱を加え、衿の黄ばみなどもキレイになります」

(相談者)「どうしてパワーアップするのですか?」

(ヒヨ)「酸素系漂白剤は酸性です。そこにアルカリ性である重曹を混ぜることによって漂白剤が活性して漂白作用を強めるのです」

(相談者)「全く意味がわかりません」

(ヒヨ)「まあ理屈はともかく、漂白剤と重曹を3対1で混ぜ合わせると効果抜群のしみ抜き剤が出来上がるわけです。そしてそのしみ抜き剤をシミに塗り、やかんの蒸気を当ててあげれば黄ばみは大体キレイになります」

(相談者)「なるほど裏ワザっぽいですね」

(ヒヨ)「ちなみに、しみ抜き剤は作り置きすると効果がなくなりますので注意して下さい」

●東川町7-9
協力/しみぬきや本舗
8377715



重層 : 1
+
酸素系漂白剤 : 3
↓
効果抜群のしみ抜き剤

病院ボランティア

市立函館病院ボランティア室
横田大武(ひろたけ)さん



病院ボランティアは病院内で医師、看護師、職員と協力しながら、患者さんがよい状態で治療を受けられるようにサポートします。患者さんを診療科まで案内したり、希望する時には荷物を持ったり、診療費自動支払機の使い方の説明などをします。

今年の初めからボランティアを始めた大学3年生の横田大武さん(=写真左)は、大好きなおばあちゃんが亡くなったのがきっかけで病院に関心を持つようになったそう。病気で体も心も弱った人達や、そこで働く人ほどのように暮らしているのか疑問でした。実際にボランティアとして病院に通うようになると、患者さんはさまざまな病気を前にしても元気で明るく暮らしていることに気づきました。また、仕事をする人の中には自分と同じくらいの年齢の人もいて、社会を知りしっかり生きていく姿に驚きました。

ボランティアの中には入院経験者もいて、それぞれの病気の体験が患者さんの背負っている経験に共感しながら寄り添うといいます。治療を受けながら病院関係者に丁寧なサポートができて、治療が終わって今度は自分が患者さんに対してできることをしたいと参加する人もいます。あるボランティアの人は、人の足元を照らすつもりで始めたけれど、自分の足元を照らしていることに気付いたと、気持ちの変化を話してくれました。

病院ボランティアは無償で、病院内で行うために規則やルールもありますが、関心のある人はお問い合わせ下さい。

●港町1-10-1 市立函館病院ボランティア室
☎43-2000(内4236)
担当/ボランティアコーディネーター・清藤

Lunch Time

レストラン&バー オアシス

市内駒場町にオープンした『オアシス』のランチメニュー「石焼マーボー豆腐ビビンバ」が美味しいと早くも人気。熱い石の器に、ご飯とひき肉がたっぷり入ったマーボー豆腐のり、さらにその上



石焼マーボー豆腐ビビンバ 680円

にとろ〜りとした温泉卵。これを豪快にかきまぜていただきます。隠し味の山椒のほんのりとした辛さと香りが食欲をそそり、温泉卵でまろやかな味に。器にできるおこげも美味しい。これに140円プラスするとサラダとコーヒーほかソフトドリンクが付き。ドリンクはお代わり自由。ランチでは「あんかけ焼きそば」(750円)などのメニューもあります。午後5時30分以降は居酒屋になります。営業時間は午前11時30分〜午後2時30分、午後5時30分〜深夜0時。毎週月曜日定休。
●駒場町11-1 ☎85-8874



好評につき再登場!

家計応援特価が好評の水道局指定工事店「小野寺住設」から、今回もお得な商品をご紹介します。



「パナソニックビューティ・トワレ」は、継ぎ目がなく汚れが付きにくいステンレススズルを採用した温水洗浄便座。スイッチ操作でスズルが出てくるので定期的なお手入れが簡単。立ち上がり後の3回、自動でスズルを洗浄。本体もワタツチで着脱できるため隅々までお掃除でき、キレイが続きます。ほとんどの便器に装着できるので、便座の交換を検討中の人にはぜひオススメです。

価格も交換工事費込みで通常78000円のところ、先着30台限り28000円と大変お得。同社は今年で創業86年。長年の実績にもとづいた豊富な知識と確かな技術、

小野寺住設

そして地元函館の企業という安心感で支持されています。アフターサービスや水まわりの緊急修理を年中無休で請け負ってくれるほか、豊富な施工実績を持つスタッフが親切丁寧な対応をしてくれる点も好評。今回ご紹介した商品以外にも節約に最適な様々な住宅設備商品も扱っていますので、興味のある人は1度問い合わせしてみてください。

トイレやパイプのつまり、蛇口のもれ、凍結など、水まわりの急なトラブルの際には左記フリーダイヤルまでご連絡下さい。改築や修繕など住宅に関するご相談も気軽にどうぞ。

●美原1-22-9(本社)「フリーダイヤル」0120-7550-7550



市内外代町の「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」は、アーユルヴェ

ダイエット中は1週間に1回来店し体重と体内脂肪を計測。「相談しながら進めたので挫折しなかった」とは体験者の声。ほかに「体重が減ってきたら血圧が正常値になりました」「色々々を食べていくので、リバウンドしないという自信ができました」「無理な食事制限がないので、ストレスがなくてラクでした」「顔がやつれず細くなるので、周りからきれいになったと言われました」「正しい食事法を教えてもらったので15キロも痩せられて本当に嬉しいです」「はじめは何かを買わされるのかと心配でしたが、カウンセラー中心で太らないコツを教えてもらってダイエット方法なので画期的でした」など、たくさんの喜びの声が届いています。「身体のことを勉強法」で健康的に「ビートダイエット」しましょう。

リア先生と楽しく英会話

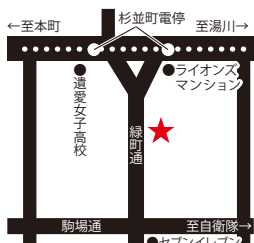
函館YWC A 英会話クラス

新しいことをはじめたくなる春…。『函館YWC A』の「英会話クラス」で、リア先生と楽しく英会話を始めてみませんか!

昨年の4月から『函館YWC A』で英会話を教えているリア先生は、ダンスが得意な明るくはつらつとした素敵な先生。取材中も笑いが絶えず、リア先生なら英会話を習ってみよう!と思えるほどでした。

出身地のアメリカでは小学校の先生をしていたこともあり、子供が大好きなのだそうです。クラスは小学生から80代まで幅広く、オリジナルの写真やテキストなどを使用したり、料理や旅行、音楽や映画などの話題を題材にしたリフレンドリーなフリートークを楽しんだりしながら、生きた英語に触れることで、自然に話すコミュニケーション能力を身につけていきます。4月から入学金は31500円、ただし60歳以上と18歳未満は10500円別途、施設光熱費、見学や体験レッスンも随時受け付けていますので、詳しくは電話でお問い合わせ下さい。

●松陰町1-12 ☎515262



貴金属の査定額15%アップ!

幅広い買い取り品目と、女性スタッフならではの丁寧な接客が評判の買い取り専門店「お宝本舗えびすや」



店頭での買い取りのほか、出張買い取りや郵送買取もしています。詳しくは

お気軽にお問い合わせ下さい。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」0800-8000-0776 http://www.otakaraponpo-ebisuya.com





誰かがゴールだと言ったけれど、あの頃の僕にはどっちでも良かった。結婚の約束をして、たくさんの人に祝福され、ひとつ屋根の下で暮らして、いつの間にか17年の月日が流れていった。

結婚がいいのかどうかはまだ分からないし、一生分からないのかもしれない。でもひとつだけ言えることは、1人では乗り越えられないようなことでも、2人なら乗り越えられることがあるということ。1人なら最初から諦めてしまうようなことでも、2人でなら挑戦してみようという気になれるということ。

結婚ってというのは…僕にとってはそういうものかな？

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

カキとニラ炒め



- 材料
- カキ…1パック ●ニラ…1束 ●えのき茸…1パック
 - 小麦粉…少々 ●サラダ油…大1 ●醤油…大1
 - 酒…少々

作り方

①カキはよく洗い水分をとり、小麦粉をまぶす。熱したフライパンにサラダ油を入れ、両面を焼き、取り出しておく。この時には中まで火を通さなくてもよい。

②ニラは5センチ長さに切り、えのき茸は石づきを取り、半分に切る。カキを取り出したフライパンでニラとえのき茸を炒め、カキを加え、さらに調味料を加えて火を止める。

Naruhodo Topics [なるほどトピックス]

こだわりのうどんと日替わりランチ、居酒屋メニューも充実

市内昭和1丁目に、ちょうど注目したい味処がオープンしました！

今年1月にオープンした「酔家(すいか)」は、こだわりのうどんとリーズナブルな日替わりランチ、新鮮な魚介類をメインとした居酒屋メニューが自慢の1軒。



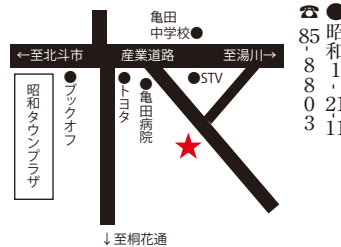
店主自慢のうどんは、道南の今金町産の小麦100%と純国産のニガリ成分を含んだ粗塩を使用した麺を軟水で茹でて、独特のコシとモチモチ感を実現。これが、南茅部の昆布と鰹節のブレンドにこだわった出汁を使ったゆめと絶妙にマッチした逸品。うどんメニューは「たままぶっかけ」(写真750円)や「タコ天ぶっかけ」(800円)、「カレーうどん」(650円)などがあります。

ランチタイムは、メイン料理にかけうどんと小鉢、漬け物が付いて780円の「日替わりランチ」も見逃せないところで、プラス150円でデザートとドリンク付き。

夜は新鮮な魚介類の刺身や焼き物、創作和食などの居酒屋メニューが、リーズナブルな価格でそろっています。飲み物は「生ビール」(400円)ほか、いろいろ。

営業時間はランチタイムが午前11時～午後2時(L.O)、夜は午後5時～午後9時(L.O)。毎週金・土曜日は午後5時～午後11時(L.O)。駐車場有。

●昭和1・2111
●85・8803



女子会にもオススメ！

「オーダーメイドの宴会プラン」が好評の「隠れ家いちい」では、女性が火つけ役となり全国的にも人気を集めている「マツコリ」が新たに飲み放題に加わりました。それに伴い「宴会プラン」でしか味わえない



「オーダーメイドの宴会プラン」が好評の「隠れ家いちい」では、女性が火つけ役となり全国的にも人気を集めている「マツコリ」が新たに飲み放題に加わりました。それに伴い「宴会プラン」でしか味わえない

「韓国」のテイストを加えたメニューが登場し、ますます人気が高まっています。

「ホク子豚の野菜いらい豚セイロ」(パリッワ海鮮チヂミ)、「国産蒸し鶏のサラダ」など、マツコリと相性抜群の「韓」テイストメニューは、ヘルシーな点でも嬉しいところ。「宴会プラン」は予算や内容などニーズに合わせて決めてもらえるので、様々な場面に応じて利用できます。中でも、飲み放題付き3980円コースと4480円コースはオススメです。宴会の利用は4人で要予約。店内はカウンター席を除き各席仕切られているので、落ち着いた雰囲気でも過ごすことができます。

2階にあるダイニングカラオケ「水響庭」も、大人のカラオケタイムにピッタリの居心地の良い空間。さらに「青いぼすと」にて、2次会のカラオケが無料となりますので、この機会をお見逃しなく(宴会ご予約の際合わせてご予約下さい)。

営業時間は午後5時半～深夜0時(L.O)/午後11時半。毎週月曜日定休(祝日の場合は翌日曜日)。駐車場有。

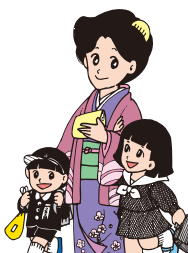
●深堀町137
●561122



春！ お祝い事を盛り上げるごちそう作りを…

春はお祝い事がいろいろ多い季節。パーティーなどを盛り上げるごちそう作りを学びましょう。

北ガスッキングスクールの4月のテーマは「春のお祝いのパーティーに」。A、Bの2つのコースを開催します。



Aコースは4月6日(水)午後6時半～午後9時半と4月7日(木)午前10時～午後11時で、内容は鯛めし、玉ねぎソースのポークンテール、リーズンサンドクッキーほか。

Bコースは4月20日(水)午後6時半～午後9時半と4月21日(木)午前10時～午後11時で、内容はタチオオープンで作る鶏もも肉の岩塩包み焼き、そら豆とあさりの炊き込みご飯、このほりのロールケーキほか。

それぞれ昼夜ともに同じメニューで、定員は各15人。受講料は各1500円。

また、春の「スイーツに挑戦」がスタートします。1回目は4月15日(金)で、内容は柏餅、コナツツ杏仁豆腐、バナナオレンジシフォンケーキ。2回目は5月20日(金)で、内容は苺たっぷりシフォンケーキ、紅茶プリン、ピーチパイ。3回目は6月17日(金)で、内容はふるふる抹茶ゼリー、アメリカンチョコレートケーキ。

●万代町81
●426505

北ガスッキングスクールのチーズケーキ、ダッチオーブンのチーズケーキ。

受講料は3回で3000円(初回お支払)。

それぞれ受講料には材料費、消費税が含まれます。講師は消費美哉子先生。会場は北ガス二階支店1階のクッキングスペース。

申込締切はそれぞれ3月18日(金)。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。

春の講座、生徒募集中！

春ですね。「この春から、何か新しいことにチャレンジしてみたい」という人に朗報！

「コープさっぽろ」では、「コープさっぽろ文化教室」を全道13店舗で開催中です。函館市内では山の手店2階で開催しています。



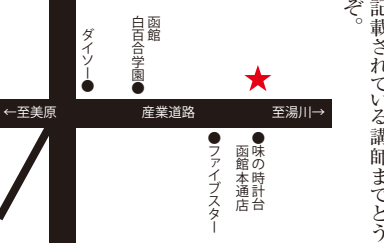
講座は、書道、洋裁、絵手紙、押し花、着付け、生け花、ピアノ、日舞、フラダンス、ジエニア英会話、バレエなどがあり、それぞれ魅力ある講師陣がそろっているという点が特徴です。

各講座とも、月謝3ヶ月分前払いで5%OFFという嬉しいシステムがあります。

春の新規講座では、センスの良さが評判の宇喜多講師による「はじめてのツールペンティング」や、函館日米協会顧問でもある井上能孝氏による「函館学アラカルト」という、誰でも分かる歴史講座を開催予定。また、札幌のアクターズスタジオネットワークの函館校も8月に開校する予定です。

ほかにも多数の講座があります。思い立ったらぜひ、お申し込み・お問い合わせを！

なお、詳しいことについては、市内のコープさっぽろ各店に設置しているパンフレットをご覧ください。また、ホームページは「コープさっぽろ文化教室」で検索して下さい。お問い合わせは「コープさっぽろ文化教室本部」(011-209-1121) (柴田) または、パンフレットに記載されている講師までどうぞ。



オーダーメイドの宴会プラン 隠れ家いちい

「韓国」のテイストを加えたメニューが登場し、ますます人気が高まっています。

「韓国」のテイストを加えたメニューが登場し、ますます人気が高まっています。

「ホク子豚の野菜いらい豚セイロ」(パリッワ海鮮チヂミ)、「国産蒸し鶏のサラダ」など、マツコリと相性抜群の「韓」テイストメニューは、ヘルシーな点でも嬉しいところ。「宴会プラン」は予算や内容などニーズに合わせて決めてもらえるので、様々な場面に応じて利用できます。中でも、飲み放題付き3980円コースと4480円コースはオススメです。宴会の利用は4人で要予約。店内はカウンター席を除き各席仕切られているので、落ち着いた雰囲気でも過ごすことができます。

2階にあるダイニングカラオケ「水響庭」も、大人のカラオケタイムにピッタリの居心地の良い空間。さらに「青いぼすと」にて、2次会のカラオケが無料となりますので、この機会をお見逃しなく(宴会ご予約の際合わせてご予約下さい)。

営業時間は午後5時半～深夜0時(L.O)/午後11時半。毎週月曜日定休(祝日の場合は翌日曜日)。駐車場有。

●深堀町137
●561122



本紙の隔月連載『心の代書屋』松田聡の本気（マジ談）が6月より、毎月連載となります。これまで通り行政書士の松田聡さんが、熱い話や心温まる話を執筆するほか、「行政書士松田聡事務所」スタッフの小林久美子さんも時々執筆することになり、行政書士補助者の視点ならではの話題を提供して下さいます。パワーストーンをせび、お楽しみ！



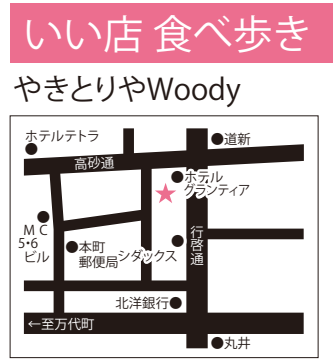
松田聡さんのコーナーが月1に

行政書士 松田聡事務所

りますので、ご自身では解決が困難な困りごとや悩みごとがありましたら、お気軽にご相談下さい。松田さんは「ご自身の先入観や憶測から、問題がご自身の中で大きくなっていることが多く、相談することで色々と気づくこともあります。また、相談したことで、ご自身で解決策を見つげ出し、自ら解決された方も少なくありません。ご夫婦や親子など、複数でご相談に来られても大丈夫です」と話しています。

また、同事務所では毎月第3木曜日に「1010」カードで日常生活の困りごと・悩みごとの無料相談会を実施しています。相談時間は1人15〜20分程度。日程が変更になる場合がありますので、ご利用希望の場合は予め同事務所まで電話でご確認下さい。また、当日は混み合っておりますので、予約も承ります。ご了承ください。

●山の手2・3818
33・4675



いい店 食べ歩き

やきとりやWoody

本町にある『やきとりやWoody(ウッディー)』は、時間を気にせず飲んで食べてもリーズナブルな、嬉しいことづくしの1軒。昨年の12月のオープン前は、移動販売のやきとりやさんとして人気を集めていました。

評判のやきとりは、備長炭で焼き上げた香ばしい香りが特徴。自家製のタレのほか、塩(ワサビ付)で素材の良さを味わうのもオススメ。「精肉」や「とり肉」(各2本・260円)などの定番はもちろん、自家製のタレに3日間漬けてみっちり味がしみ込んだ「味噌ホルモン」(各2本・260円)や、素材の良さが際立つ「カルビ」「サガリ」(350円)も見逃せないところ。「やきとり盛り」(10本・1200円)と「本日のやきとり丼」(550円)も人気。やきとりのほかには、揚げ物、サラダ、一品料理、ご飯ものがあり

ます。本町界隈なら、出前もOK! アルコール類は、「トリスハイボール」(ジョッキ・250円)、「酎ハイ」「サワー」(ALL280円)、「日本酒」「麦・芋焼酎」(各300円〜)、「カクテル」(ALL380円)とリーズナブルなので、歓迎宴会など宴会に利用するのもいいですね。ゆっくり落ち着ける小上がりは10人くらいまで、貸し切りは30人くらいまで可能。宴会料理は、飲み放題付きで3000円〜予算に応じています(前日まで要予約)。早朝4時まで営業しているので、2次会、3次会にもオススメです。営業時間は午後7時〜早朝4時。無休。

●本町11-3
☎83-1502

老舗ふとんやタジマ社長の快眠話



提供 パシマ特約店 創業10年 タジマ寝具 第18話 低反発を越える究極のまくら!



首と肩の張り、首を優しく支えるようなやさしさです。首を優しく支え、筋肉を休め、大切な首を守り、リラックスさせて熟睡へ導くよう考えつくられました。

首と肩の張り、首を優しく支えるようなやさしさです。首を優しく支え、筋肉を休め、大切な首を守り、リラックスさせて熟睡へ導くよう考えつくられました。当店は実店舗において、多数の販売実績があり、自信をもってお勧めいたします。私のお店ではお試しいただけます。お気軽にどうぞ!

※無料体験ご希望の方は電話にてご予約下さい。

サイズ: 32x57センチ
パシマカバー付
価格/16800円
(税込)

パシマ特約店
創業10年
タジマ寝具
●柏木町2・25
ホリデイスポーツクラブ
ご相談向かい、P有
☎511944
日・祝日休

はこだて医療情報 こが整形外科クリニック院長 古賀弘道



ヒアルロン酸

最近「ヒアルロン酸」という言葉をよく耳にします。ヒアルロン酸(ヒアルロナン)はN-アセチルグルコサミンとグルクロン酸が繰り返した構造をして数百万の高分子量をもっています。保水力に優れ、1gで2〜6リットル分の水を保持します。また、非常に強い粘性(ねばりけ)と弾性(元の形に戻ろうとする性質)を持っています。人体の中では関節、へその緒、皮膚、目の硝子体に多く存在しますが、年齢と共に減少します。関節内の関節液、関節軟骨にはヒアルロン酸が多く含まれています。潤滑作用(滑りをよくして曲げ伸ばしを楽にする)、緩衝作用(クッション)があり関節の動きを助けます。ヒアルロン酸に関する最近の研究①軟骨に直接作用して軟骨の破壊進行の抑制や修復・再生に役立つ②関節液中の炎症物質や軟骨破壊酵素を抑制して間接的に軟骨を保護するなどの働きが明らかになっています。これらの性質を利用して、我々整形外科では、変形性膝関節症、五十肩、関節リウマチの関節痛の治療に(厚労省の認可した医薬品として)ヒアルロン酸の関節内注射を行っています。炎症や痛みを和らげたり、変形の進行を抑制する効果があります。関節内に注射されたヒアルロン酸は約48〜72時間で関節内から消失してリンパ・循環系を経て肝臓で分解され呼吸中に排出されます。しかし、関節内の滑膜・軟骨・半月板・靭帯などの組織に長時間残存して効果を発揮します。最近、「飲むヒアルロン酸」に関する質問をよく受けます。問題は口から摂取したヒアルロン酸が関節の中まで届いて有効に働かです。現時点では、痛みの自覚症状が軽くなったという報告は一部あるものの、X線検査や動物実験などの科学的データに基づいた有効性は(関節内注射薬と違って)まだ明らかではありません。そのため現在、飲むヒアルロン酸は薬として認可されず、健康食品・サプリメントとして販売されています。まだまだ今後の研究が必要で、服用に関しては「ご本人の判断をまかせます」というのが現状です。

●時任町23-9 ☎54-0020

ドクター講座 内科認定医 佐藤内科小児科医院 佐藤諭美



ヒブワクチン・小児肺炎球菌ワクチン・子宮頸がん予防ワクチンの接種について

もうご存知の方も多いかと思いますが、平成23年1月1日〜3月31日(平成23年4月以降継続実施の予定)の期間において、上記の任意予防接種に自治体からの助成金が出て、無償でのワクチン接種が開始されています。

ヒブはヘモフィルスインフルエンザ菌b型という細菌で、略してヒブと呼んでいます。インフルエンザという言葉を含んでいますが、冬に流行するインフルエンザの原因であるインフルエンザウイルスとは全く別のものです。ヒブや肺炎球菌は子供の鼻やのどにいる身近な菌で普段はおとなしくしていますが、子供の体力や抵抗力が落ちた時にいつもは菌がいなくても入り込んで、細菌性髄膜炎や中耳炎、副鼻腔炎などの病気を引き起こします。特に細菌性髄膜炎の原因は70〜80%がヒブと肺炎球菌といわれており、初期症状は発熱や嘔吐、不機嫌、けいれんなど風邪のような症状と似ているため、早期に診断することがとても難しい病気です。

日本では、毎年約600人の子供がヒブによる髄膜炎にかかり、そのうち約5%が死亡、約25%に重い後遺症(聴覚障害・発達遅延・神経学的障害)が残ったりしています。肺炎球菌による髄膜炎では、毎年約200人の子供がかかり、そのうち約1/3が亡くなったり、重い後遺症が残ったりしています。

ヒブや肺炎球菌による髄膜炎は、多くは生後3ヶ月〜5歳くらいまでがかかりやすい年齢となっています。今回の予防接種事業でも生後2ヶ月以上〜5歳未満のお子さんを対象に行われていますので、ぜひ、この機会にこれらのワクチンを接種して、細菌性髄膜炎などの重い感染症からお子さんを守りましょう。ワクチンの接種スケジュールなど、年齢によって接種回数も変わってきますので、まずはかかりつけの内科・小児科医師にご相談下さい。

また、子宮頸がん予防ワクチンについても、中学1年生〜高校1年生(平成6年4月2日〜平成10年4月1日生まれ)の女子を対象に3回接種を行うことになっています。こちらも平成23年3月31日までに3回接種のうち1回目だけでも受けて頂ければ、残り2回の接種が4月以降でも全額助成の対象となっておりますので、お早めにかかりつけの内科・小児科・産婦人科医師にご相談下さい。

●桔梗4-8-25 ☎46-1212

新店舗&リニューアル

PCaGOGOパートナーショップ



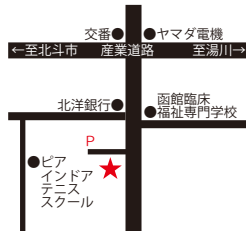
7年目を迎えた市内富岡3丁目のパソコンショップ『PCaGOGO(ピーシーアゴゴ)』が、リニューアルオープン!

これまで通り、顔の見える親切丁寧な対応に加え、販売前の中古パソコンの整備のノウハウを生かし、安価ですピーディーな修理やサポートのサービスの強化をしています。修理やサポートにも3ヶ月の保証がついて安心です。

後々高がつきがちなネット回線とセットで買わなくても、驚くほど安い値段で、軽快なパソコンを手に入れることができるというのは嬉しいところ。

営業時間は午前10時～午後7時。年中無休。

●富岡3-23-17 ☎43-1809



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、角質層に上がっていく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 3月29日号 青いぼ特別メニュー 春のランチ特集

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 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

下手の横好きでも、自分が興味を持ったことにはできるだけ挑戦してみるようにしている。年齢的にちょっと厳しいかな? と思ってもとりあえず挑戦。結局諦めてしまったものもあるが、挑戦したことに意義があると思ってる。春ですね。皆様もぜひ、新しいことに挑戦してみませんか? (慎)

この春、新しいことを始めたいけれど、何をしようかとしばし考えました。そこで思っていたのが、よく目にして気になるけれど手にしたことのない文学を読むこと。読むのが大変そうだな「失われた時を求めて」か「チボ一家の人々」か…。それで思い当たったのは「源氏物語」。そうだ、これを読もう。(345)

近くの肉屋さんのローストビーフがとても美味しい。ニラとモヤシとエノキタケをさっと炒めて酢と塩で味付けし、ローストビーフのをせをのせて食べる。究極の美味で私は天才か!一緒に食べた友人がウーンうまいと声を上げる。美味しう幸せ。(チョコ)

雪が溶けて春めいてくると、なんだか気持ちも軽くなってきます。身の回りには、様々な理由で家族を失ったり、病気になったり、思うにまかせないことでも多くあるけれど、いつかは暖かい季節がやってくるかと信じて、太陽の光を浴びに外へ出てみませんか。ちょっと気持ちも暖かくなります。(由)

子供を育てていたからこそ、巡り会えた人達。そんなかけがえない出逢いに支えられ、今日の日がある。もうすぐ次女は中学校を、長男は小学校を卒業する。2人を育てる中で出逢えた素晴らしい先生方と友人達に、心からの感謝を込めて「ありがとうごさいます」。(BP)

日中、短い時間だけストーブを消して過ごせるようになったりして、暖かくなってきたなあ実感。そうなるのと気になるのが冬眠させているクワガタのお目覚めの時期。いつごろ動き出すのかなあ? ちゃんと目覚めてくれるかなあ? 楽しみだけどころか心配…。(ヒ)

- 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

美味しい料理を食べて頑張りたい
青いぼ、毎回楽しみにしています。正月休みもない為、美味しい料理を食べて頑張りたいなと思いましたが、私はイチゴが大好きなのでぜひ特集してくれたら嬉しいです。お願いします。(鍛冶1丁目、A・T)

もうすぐ春ですね。この春から、何か新しいことにチャレンジしてみませんか? 新しい何かを始めることで、今まで気づかなかった新たな自分が見つかることもあるかもしれません。今回は新しい趣味を見つめるヒントになる特集をお届けしました。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ご感想は、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。お申し込み・お問い合わせは、TEL(0138)27-9210 FAX(0138)23-5699

***頑張ってください。**
寒い日が続く毎日
今年の冬は、函館にはめずらしく、雪の多い寒い日が続くと毎日、体調を整えるのが大変ですね。スタッフの皆さん!! 我が家族の健康を祈ります。4月下旬の5月上旬の、桜の季節道南の名所紹介等あれば、暇を作り歩きたいです。温泉好きな日本人:これらの企画も楽しんでます!!
(五稜郭町、Y・S)
*ありがとうございます。

山で、とても役に立ちます!
ビヨコちゃんのみみ抜きやお手軽クッキングや病気の事などe-ic...子育て中なので、インターネットでは必要なものしか見ないので、青いぼで広く知識が得られるのが嬉しいですね。
(柏木町、H・T)
*ありがとうございます。

街角情報

文化講座「釈迦と親鸞」春期講座が3月18、19、30日に
仏教を通じてなせ生きるかを、宗教や宗派を問わずに学ぶ文化講座「釈迦と親鸞」春期講座が3月18、19、30日に函館市内の各会場で開催されます。主催は「歎異抄」勉強会。講師は青森市在住・添谷亮介さん。3月18日午後1時30分～午後3時、函館市まちづくりセンター・会議室。3月19日午前10時～午後11時30分、函館市亀田福祉センター・和室。3月30日午前10時～正午、午後1時～午後3時、函館市民会館・小会議室2。各入場無料。毎回内容は異なります。1回だけでも、全て参加されても分かる内容です。詳細は添谷(そえや)☎090-2553-1549まで。

奥様アルバイト募集!

■毎週2回程度、青いぼすとやチラシを配布するお仕事です。■収入は月額1~2万円程度ですが、配布地域によって異なります。■原則として配布地域または配布地域周辺にお住まいの方が対象となります。

- 募集地域●
- 青柳町 元町 東川町 栄町
- 海岸町 大川町 吉川町 北浜町
- 浅野町 本町 湯川1丁目
- 湯川2丁目 上野町 榎本町
- 日吉町2丁目 美原2丁目

お申し込み・お問い合わせ
株式会社青いぼすとHD
電話(0138) 23-5688

プレゼント
『やきとりやWoody』より、2000円の食事券を5名様にプレゼント。今回の『いい店食べ歩き』コーナーで紹介した『やきとりやWoody』より、2000円の食事券を5名様にプレゼント。応募はハガキに郵便番号、住所、氏名



講師は笹塚クリニック・首席研究員の浜田璋子先生。参加費無料。定員は20人。参加申し込み・お問い合わせは株式会社コロスマイル☎0120-251-925まで。
電話番号を明記し、青いぼすとに対するご感想もたっぷりとお書きの上、〒040-8605、函館どつく内・株式会社青いぼすとHD「やきとりやWoody」係まで。締切は3月25日。

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下さいね！

春です…。憧れの白い歯にー！

ジロー湯川歯科

重いコートを脱いで、心も体もちよつと軽くなる春…。この春こそ、素敵な白い歯になりませんか？

日休診。予約制。駐車場有。
●湯川3・32-7
☎59・2600
<http://www.jiro-yunokawa.com/>

「コーヒーやお茶、煙草などによる変色や、加齢による変色、全身疾患に由来する変色など、歯の色に悩んでいる人は、市内湯川3丁目の「ジロー湯川歯科」の「ホワイトニング」(保険外)がオススメです。



「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。

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いという人はぜひお試下さい。ご相談およびお問い合わせはお気軽にどうぞ。

診療時間は、毎週月・水・金曜日が午前9時～午後8時、毎週火・木曜日は午前9時～午後7時半、毎週土曜日は午前9時～午後4時。毎週日曜



好評のエバメール化粧品、UVジェルも！ 株式会社青いほすとHD

本紙が販売しているエバメール化粧品は、皮膚が本来持つ新陳代謝による美しくなるうとする力をサポートする化粧品です。

100グラム入り・宅配料込3700円。
「エバメールホワイト洗顔クリーム」は、吸着力と乳化技術によって生み出された、濃密でなめらかな洗顔料です。余分な皮脂や毛穴に残ったメイクを浮かせて、1度にすっきり落とします。潤いある肌の実現のためにいかがでしょう。価格は150グラム入り・宅配料込4750円。



エバメールホワイト洗顔クリーム

まずご紹介する「エバメールジェルクリーム」は、本紙読者から大好評の逸品。体によいとされる天然素材が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。肌の乾燥を防ぎ、みずみずしいお肌を実現します。価格は

また、「エバメール化粧品ユーザーの声」に於いて、この春より新製品「エバメールUVジェル」が登場します。成分の約80%は水。時間が経っても水浮きせず、優れた透明感が持続するUV機能を備えた日焼け止めクリームです。ツツパリ感のない爽やかな使い心地が特徴です。紫外線が強くなるこれからの季節を前に、ぜひお早めのご購入

をお奨めします。価格は80グラム入り・宅配料込2650円。現在、販売予約を受付中。お届けは4月からとなります。
ご注文は『株式会社青いほすとHD』までどうぞ。電話受付は月～金曜日の午前9時～午後6時。各製品に関するお問い合わせは担当・本間まで。あいにく担当が外出している場合もございますので、予めご了承ください。



エバメールジェルクリーム

●弁天町20・3
函館どつく内
☎23・5688