

POST IN FREE PAPER SINCE 1991 青いほすと

Issue. 480 2011.11.15 [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 [青いほすと編集室] ☎(0138) 27-9210 [FAX] (0138) 23-5699
[URL] <http://oceanplace.jp/aopos/> [Eメール] aoi-post@aurora.ocn.ne.jp



忘年会 新年会は、市内
亀田本町・五稜郭駅隣に
ある『カフェ&レストラ
ンあおき』でどうぞ!

掘りごたつの個室で宴会はいかが...
カフェ&レストランあおき

忘年会
新年会

2011
▼
2012

グルメ
宴会特集

vol.1

とりあえず、生!!

今年もいよいよ、この季節がやってきました。1年間頑張ってきた自分へのご褒美に、職場の仲間やサークル、グループの仲間、あるいは親しいお友達同士で、忘年会、新年会で大いに盛り上がりましょう。今年も本紙では今号と次回・増刊号の2回にわたって、恒例の「グルメ・宴会特集」をお届けします。

くつろいだ雰囲気で今年の疲れ癒しましょう
四季花菜

旬の味わいを活かしたお料理とくつろいだ雰囲気...
「四季花菜」...
折々の食材を使った華やかな料理を堪能しませんか?

今年の忘新年会のオ
ススメは5250円以
上の全ての宴会コース
が、16人以上の利用で1
人分が無料になるサー
ビス。また、オススメの
宴会コースは「4000
円90分飲み放題
付き(瓶ビール、
料理 6品)」、
「4500円
120分飲み放
題付き(瓶ビ
ール、料理7品)」、
「5000円
120分飲み放
題付き(瓶ビ
ール)料理8品」
各3人より承り
ます。ほかに料理
のみ3150円



今年好評の「おせち料
理4種類・数量限定)」、
「オードブル」、「刺身盛
り合わせ」のご予約も受
けています。
掲載写真はイメージ
ですが、旬の素材を使っ
た内容はその時々で
変わります。不定休、駐
車場有。
●梁川町 21 18
☎ 55-1515

人気バイキングでお得な宴会！

本格炭火焼バイキング 焼肉番長

こだわりの上質肉を七輪炭火焼きで楽しめるバイキングレストラン『焼肉番長』。同店の宴会は団体がお得です。大人10人以上なら通常1人1980円(90分)のディナーバイキングが、1人1780円。制限時間も120分に！ プラス980円の飲み放題も通常90分のところ120分まで楽しめます。さらに、幹事さんにはディナーバイキングのお食事券を1枚プレゼント。



肉の種類が多く質が良いのは肉屋直営だから。毎月29日は「肉の日」として、特別な肉も提供します。新鮮な魚介や野菜、また、寿司、ラーメンなどのサイドメニュー、デザート類も種類豊富にそろえています。飲み放題はビール、サワー、カクテルなど30種類以上。ビールはプレミアムモルツです。ディナーバイキングの営業時間は午後5時～午後10時(入店

NT。
肉の種類が多く質が良いのは肉屋直営だから。毎月29日は「肉の日」として、特別な肉も提供します。新鮮な魚介や野菜、また、寿司、ラーメンなどのサイドメニュー、デザート類も種類豊富にそろえています。飲み放題はビール、サワー、カクテルなど30種類以上。ビールはプレミアムモルツです。ディナーバイキングの営業時間は午後5時～午後10時(入店

は午後9時迄。通常料金は大人1980円、小学生980円、幼児(3歳以上)580円、シニア(65歳以上)1580円。ランチバイキング(時間無制限)は午前11時30分～午後3時(入店は午後2時迄)。料金は平日大人980円、小学生580円、幼児280円、シニア980円、土日・祝日は大人1480円、小学生780円、幼児380円、シニア1480円。無休。駐車場有。

●亀田港店

●亀田港町58-1

☎8566390

花園店

●花園町9-12

☎8322229

日帰り0泊2食も宿泊も大満足！

湯元啄木亭



日帰りも宿泊もゆったりのおびり大満足できるのが『湯元啄木亭』。大好評の日帰りプラン

「ゆつくり8時間ステイ0泊2食」は、温泉・昼食・夕食バイキング・個室付きで「お手頃プラン」は大人3980円、3歳以下小学生2200円(昼食は幕の内お弁当)。「堪能プラン」は大人4980円、3歳以下小学生2700円(昼食は釜飯会席)。夕食のバイキングでは、幅広い層に人気の「実演コーナー」でステーキや天ぷら、お寿司を思う存分味わえます。日曜日も利用できるの、家族や女性同士の集まりにもオススメです(毎週土曜日のほか休前日は除外)。

チェックインの正午からチェックアウトの午後8時まで、旅行に行った気分です。贅沢な時間を過ごしてみたいかがですか。

1日のおびり過ぎたいなら、断然お得な宿泊プラン「フアイターズ大応援プラン」をご利用下さい。朝食・夕食(各バイキング)付きで「ゴーゴー」の1人5550円とは、見逃せませんね(2人1室は1人1000円アップ)。各入湯税1500円。休前日は1000円アップ。この宿泊プランは12月22日までです。お見逃しなく！なお、どちらのプランも満室の場合がありますのでご予約はお早めにごぞ。

●湯川町1-18-15

☎5953355

これでアナタも名幹事!! 幹事サンのための ワンポイント講座

職場や趣味の仲間、同期生などで行う忘年会や納会の幹事をするようになったあなたのために、参加者から「さすが!」と言われる名幹事の仕事のワンポイントアドバイス。

日時・参加人数の設定

当然のことですが、できるだけたくさんの方が参加できる日時を設定しなければなりません。コツとしては、参加者1人ひとりから都合の良い日を聞くのではなく、先に候補日を何日か挙げて、都合を聞くことです。

会場の手配

雰囲気、料理、予算のことはもちろんですが、宴会の主旨や参加者の希望、年齢層などにも配慮した上で会場を選びましょう。宴会シーズンのこの時期は情報も多いので、早めに情報を収集しましょう。週末など、宴会が集中する日は人気店などすぐに予約でいっぱいになりますので、早めのお問い合わせ、お申し込みを心がけましょう。

事前確認が大切

会場が決まったら、宴会のスタート時刻や終了時刻、飲み放題の時間や飲み物の種類などについて事前確認をしっかりとっておきましょう。当日、遅れて来る人がいる場合はそうした確認もお店の人と打ち合わせておきましょう。



観たい演劇を自分達の手で…

函館演劇鑑賞会事務局長 鈴木順子さん



『函館演劇鑑賞会』は、観たい演劇を自分の住む街で観続けていくために誕生した会。今年41周年を迎えたこの会は、古典の名作から現代劇まで

多くの舞台を例会に迎え、生の演劇の魅力を観る人に伝えてきました。12月5、6日、函館市民会館で原田康子さんの原作『海霧』を劇団民芸を上演します。5日は午後6時45分～、6日は午後1時30分～の2回です。函館を舞台に広大な未開の地・北海道を切り拓いていった男達とそれを支え続け、凛々しく生きた女性3代の物語です。たくましく生き抜いた一族の壮大なストーリーが現代の私達に圧倒的なエネルギーで生まれてきます。主演の櫻山文江さんはこの演劇で2008年紀伊国屋演劇賞個人賞を受賞しています。2月例会は「音楽座ミュージカル」の「シャボン玉とんだ宇宙までとんだ」、4月例会は「劇団1980」の「落語芝居 千早振る 猫の皿、宿屋の仇討ち 芝浜」など、楽しく面白いお芝居を上演します。現在会員募集中。会費は毎月2500円、学生1000円で、年6回の詳しくは下記までお問い合わせください。

●本町26-18 第2名美ビル3階
☎51-7376

今月のおすすめランチ

サザン食堂



週替わりランチ 480円
海鮮などの豪華な焼き物が人気の『サザン食堂』。焼き物の決め手は素材の鮮度。さらに価格を抑えるためにも料理は手作りです。ランチは週替わりで1種類限定でオール480円。牛焼肉定食や豚肉キムチ定食などがあります。今回紹介の「手作り鶏唐揚げ定食」は、しょうゆ、ニンニク、生姜のタレに漬けた鶏肉をカラッと揚げた皆の大好きな味。お皿いっぱいにご飯、味噌汁のセットになります。ご飯は自分で盛り付けなので、お好みの量をどうぞ。営業時間はランチ午前11時30分～午後2時(LO/同1時30分)、夜午後5時～深夜0時(LO/同11時30分)。無休。ランチは日曜日・祝日は休み。

●本町6-11
☎33-7711



給湯ボイラーのメンテナンスは専門店にお任せ！ 小野寺住設

創業86年、長年の実績に



お使いのボイラーに不具合がないかチェックしてみませんか？
豊富な知識と確かな技術で信頼を得ている水道局指定工事店・石油機器技術管理士登録店の「小野寺住設」から、給湯ボイラーのお得なメンテナンスのお知らせです。
音がうるさい、突然止まってしまうなど、ボイラーの調子が悪いなあ…と感じたこと、ありませんか？ 普段使うボイラーは、いざ故障してしまつと大変です。そんなことになる前に、不調を感じたらご相談ください！
「小野寺住設」では石油ボイラーの点検、整備を行っています。
お使用のボイラーに不具合がないかチェックしてみませんか？
確かな技術で点検、整備いたします。正しく整備したボイラーは燃費が改善され、機械の長持ちに繋がります。
点検は3000円、パター掃除は5000円から承りますので、お気軽にご相談ください。
ボイラーの調子を見直すなら、今がチャンス！ 地元の特約店小野寺住設にお気軽にお電話を！
●美原1-22-9(本社) フリーダイヤル 0120-7550-7550



北斗市七重浜のスーパーセンターアル内に今年7月、バッグや時計などのブランド品と、貴金属の買い取り&販売店「ルピュア北斗店」がオープン。査定額の高さと買物ついでにふらりと立ち寄れる気軽さで早くも評判になっていきます。
金価格の高騰により買い取りが人気となっている昨今、買い取り額はお店によつて違うため、同店ではいくつものお店で査定してもらい、価格を比較してから買い取ってもらうことを提案。実際、金額の違いに驚く人もいます。
「ルピュア」は常に相場に合わせた自信の高価買い取り。お客様からも好評をいただいております。一度利用された方のご紹介で来店されるお客様が多い点も自慢です」と話しています。
ブランド品も、流通コストのかからない自店販売のため、ギリギリの高価格で買い取りしてくれるのが特徴です。
●北斗市七重浜7-14-1 スーパーセンターアル 上磯店内(中央入口側) ☎49-2299

予約殺到 ボジョレーヌーヴオーは船便がお得

フルティーな香りとフレッシユな味わい…。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。

天候に恵まれて評判も長い2011年の「ボジョレーヌーヴオー」ですが、市内湯川1丁目の「イチマス本店」と日乃出町の「リカーランドイチマス」では、お得な船便をオススメしています。

船便は航空便に比べて1カ月ほど入荷が遅れますが、品質管理は万全、最高の出来映えの商品が届きます。

現在予約承り中の船便「ボジョレーヌーヴオー」は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「モメサンヴィーヴージュ」の2種類。どちらも予約価格は税込11000円とリーズナブル。6本以上から無料配達も行うので、入荷予定は12月中旬です。入荷予定はスヤ年末年始の集まりを演出する1杯としてはもちろん、贈り物にも最適です。毎年早い時期に予約完了

株式会社イチマス

とあってしまう大好評の「ボジョレーヌーヴオー」ですが、「昨年もご予約のお電話をいただいたたくさんのお客様にお断りをするのにも大変ご迷惑をおかけしました今年もご予約はお早めにお願致します」と同店。リーズナブルなボジョレーヌーヴオーを味わいたいあなた、早速予約をどうぞ！
イチマス本店 ☎57-3251
湯川1-26-29 ☎57-3251
リカーランドイチマス ☎57-3251
日乃出町12-18 ☎57-3251
2204

30分エクササイズ、こんなに簡単に効果的

生活の中に運動を取り入れて、無理なく美しくシエイブアップしませんか。市内昭和1丁目の「B・ライン」は、女性専用の30分フィットネスクラブ。9台の油圧マシンとジョギングボードを使ったエアロビックエクササイズを交互に行うサーキットトレーニングを行っています。マシンでは太もも、背筋、腹筋、二の腕などを引き締め、ヒップアップや肩こりに効果がある筋肉を養い、ジョギングボードの有酸素運動で脂肪燃焼するハードな見ながらダンス感覚で楽しくできるジョギングボードはこのオリジナルで好評。2ヶ月に1回変わるステップを覚えるのもリフレッシュ効果がある



ります。さらにオプションで、座りながら下半身だけをゆるらしウエストの引き締め効果があるフラチエアーやウォーキングマシン、バイクマシン、10分で2時間歩いた効果が得られるブルブルマシン(各10分100円)など各種マシンも設置。新陳代謝を促し、肌をつるにするに心身の癒し効果もあるケルマもアム温浴(20分800円)もあり、これらを組み合わせ自分に合ったメニューでトレーニングができます。また、毎月1回、体重、体脂肪などの体成分分析を行い効果の確認と健康状態をチェックし、健康カレンダーをつけて健康的にダイエットできているかを見ながらスタッフがアドバイスしてくれます。これが月会費3990円、いつでも都合の良い時間に何回でも利用でき予約も不要。入会金は3150円、健康管理費3150円、事務手数料2100円。駐車場有。営業時間は午前9時30分～12時30分、午後2時30分～7時30分。土曜日は午前9時30分～午後1時。毎週日曜日、祝日定休。
●昭和1-27-8 昭和タウンプラザ裏 ☎62-6065

世界のコーヒー豆



ジャマイカ土産といっで、これを機会に以前からほしかったミルを購入しました。挽きたての豆で入れたコーヒーは、思っていた以上の美味しさでした。それからは、もっぱら

で、これを機会に以前からほしかったミルを購入しました。挽きたての豆で入れたコーヒーは、思っていた以上の美味しさでした。それからは、もっぱらコーヒーは豆で購入しています。豆で購入するようになると、今度は焙煎に興味があり、自家焙煎を選ぶようになって行き着いたのが『地域交流まちづくりセンター』にある『Hand Pick』のコーヒー豆。ここは焙煎専門の『Hand Pick』の豆で、Hand Pickは焙煎機も手作りしているほどの本格派。店には常時5~10種類ほど置いていて、コロンビア、ブラジルのポピュラーなところだけでなく、タンザニアやエチオピアなどその時によっていろいろあるので、新しい味を試するのが楽しみ。先日買ったタイ産が気に入りましたが、今は在庫がなくなり残念。でも出会いが楽しいです。コーヒーを飲みながら、その国を想像するのも結構楽しいですよ。300g以上の注文で市内無料宅配があり、豆がお店にない場合は取り寄せもします。営業時間は午前10時~午後6時。毎週水曜日定休。

●末広町4-19
☎22-9700



(チョコ)記者のお手軽クッキング

かぶとウインナー

漬物用のかぶが出まわる季節になり、かぶの甘みが増してきます。朝ご飯にちょうどよく、簡単で早くできる嬉しいメニューです。

- 材料
●かぶ...150g ●ウインナー...6本
●塩・コショウ...少々 ●レモン...1/2
●サラダ油...大 ●すだち(またはレモン)...3個

- 作り方
①かぶは茎を3センチに切り、白い部分は食べやすい大きさに切る。ウインナーは半分に切る。
②熱したフライパンにサラダ油をしいて、ウインナーを入れ、かぶの茎を入れ塩・コショウで調味する。皿に盛り付け、すだちを切ったものを添える。



健康のためとか、あるいは美容のために、体重を減らしたいと思ってる人は多いのでは? ダイエットは、自分に合った方法で行うと継続しやすく効果的です。それはまず自分がどのタイプかを知るといいですね。好き嫌いが多くて偏食しがち「食べ量は少ないのに体重が増える」「食事時間が不規則で夕食の時間が遅い」「食べるのが好き」など、あなたはどのタイプですか?

市万代町の「辻薬局」では、まず人それぞれのタイプを診断し、それぞれに適した無理のないダイエットのスケジュールを提案します。例えば、間食が避けられない場合は、その後の食事で調節する方法や、外食が多く食べ

市万代町の「辻薬局」では、まず人それぞれのタイプを診断し、それぞれに適した無理のないダイエットのスケジュールを提案します。例えば、間食が避けられない場合は、その後の食事で調節する方法や、外食が多く食べ

健康のためとか、あるいは美容のために、体重を減らしたいと思ってる人は多いのでは? ダイエットは、自分に合った方法で行うと継続しやすく効果的です。それはまず自分がどのタイプかを知るといいですね。好き嫌いが多くて偏食しがち「食べ量は少ないのに体重が増える」「食事時間が不規則で夕食の時間が遅い」「食べるのが好き」など、あなたはどのタイプですか?



「健康教室のホリスティックアカデミー」では、寒い季節に女性を悩ます「冷え」、血行不良による体脂肪の増加、肩こり、腰痛、不眠など、肥満や体調不良、不眠など、女性特有の不定愁訴を、「インディバ」で体の深部加温で内臓や筋肉を温め、表面加温で内部に温かさを浸透させ血流を上げ、脂肪燃焼、コリ、ハリなどを改善。さらにマッサーによりサイズダウン効果も得られるというもの。



「健康教室のホリスティックアカデミー」では、寒い季節に女性を悩ます「冷え」、血行不良による体脂肪の増加、肩こり、腰痛、不眠など、肥満や体調不良、不眠など、女性特有の不定愁訴を、「インディバ」で体の深部加温で内臓や筋肉を温め、表面加温で内部に温かさを浸透させ血流を上げ、脂肪燃焼、コリ、ハリなどを改善。さらにマッサーによりサイズダウン効果も得られるというもの。

ぜったいやせるゾツ! 3ヶ月で10キロ

辻薬局



健康のためとか、あるいは美容のために、体重を減らしたいと思ってる人は多いのでは? ダイエットは、自分に合った方法で行うと継続しやすく効果的です。それはまず自分がどのタイプかを知るといいですね。好き嫌いが多くて偏食しがち「食べ量は少ないのに体重が増える」「食事時間が不規則で夕食の時間が遅い」「食べるのが好き」など、あなたはどのタイプですか?

壁の汚れや傷は気になるけれど、料金のことや家具の移動といったことを考えると面倒になってしまふ人も少なくないはず。そんなあなたにおすすみたいのが、専門店ならではの嬉しい価格とサービス、そして確かな技術のクロス工事専門店「株式会社 巧匠堂」。

クロスの張り替えは、6帖間の壁と天井合わせで29800円! しかも1000種類以上の中から選ぶことができ、防カビや防汚、ペット対応のスーパー耐久性クロスまですべて同じ料金と見逃さないところ。

さらに、高い技術を持った1級壁装技能士による安心施工には、より安心の3年保障が付いてアフターフォローも万全です。利用者の方の目線に立ったサービスも好評で、特に重い家具などを移動しても

「創業30周年の感謝を込め、今後もお客様の目線で喜ばれる価格とサービスを提供してゆきたいと思っております。代表取締役の春野武久さん。まずはお気軽にお問い合わせを!」

営業時間は午前8時~午後5時。毎週日曜日定休。
●鍛冶1・51・13
☎56・1171



当日地金買い取り価格×純度×減り×加工手数料率×重量の計算式で買い取り(写真真内相場数字は10月10日現在。相場は日々変動します)

「健康教室のホリスティックアカデミー」では、寒い季節に女性を悩ます「冷え」、血行不良による体脂肪の増加、肩こり、腰痛、不眠など、肥満や体調不良、不眠など、女性特有の不定愁訴を、「インディバ」で体の深部加温で内臓や筋肉を温め、表面加温で内部に温かさを浸透させ血流を上げ、脂肪燃焼、コリ、ハリなどを改善。さらにマッサーによりサイズダウン効果も得られるというもの。

「健康教室のホリスティックアカデミー」では、寒い季節に女性を悩ます「冷え」、血行不良による体脂肪の増加、肩こり、腰痛、不眠など、肥満や体調不良、不眠など、女性特有の不定愁訴を、「インディバ」で体の深部加温で内臓や筋肉を温め、表面加温で内部に温かさを浸透させ血流を上げ、脂肪燃焼、コリ、ハリなどを改善。さらにマッサーによりサイズダウン効果も得られるというもの。

壊れたアクセサリーや万年筆のペン先などの不要になっ た金、銀、プラチナを買い取ってくれるフェアが11月23日(水)~11月29日(火)午前10時~午後7時(最終日は午後3時受付終了)に、「丸井 後3時受付終了)に、「丸井 今井函館店」で行われます。持ち込まれた品は目の前で含有量、重量を確認し、その日の相場にもとづいて計算し、現金で買い取ってくれます。さらに、買い取り金額2万円ごとに全額がもらえます。券10000円、国百貨店商品券10000円、北海道公安委員会許可112010000927号、本町3215、☎32・1151

丸井今井函館店1階コレクション

の中から好きなデザインに作り替えるリフォームや指輪のサイズ直し、新品仕上げなどのジュエリーケアメニューももてられます。修理内容によっては、できない場合もあるのですが、丸井今井函館店までどうぞ。

北洋銀行
〒040-0001
〒040-0001
〒040-0001



「私の写真をきつかけに、年齢層もより幅広くな

「フリーダイヤル」0120・916・722

「そもそもパウライト
フェイシャルでお手入れ
をはじめたのは、当店の
オーナーにお客様の顔を
お手入れするからには
見本となるよう自分自身
の肌もお手入れするよう
勧められたのがきっかけ
でしたので、いつの間にか
こんなに変わってしま
自分自身が1番驚いていま
す。」

南さんの写真を見ては
じめられる人も多いの
ではないですか？
●戸倉町5・12
約無休。駐車場有。
午前10時〜午後8時(受付
は午後6時半まで)。要予
約。無休。駐車場有。

「整形？ と聞か
れることが多いと
伺いましたが、改
めてご自身の写真
をご覧になつてい
かがですか？」



「パウライト
フェイシャル」の
ビフォー&アフ
ター写真が話題を
呼んでいる
『ビューティート
リートメントサロ
ンローズ』の店長・
南敬子さん。今回
は、その南さん
にお話を伺つてき
ました。



Before

close up
整形ですか？ それとも…
ビューティートリートメントサロンローズ

いい店食べ歩き

居酒屋 游季



旬の魚や野菜を取り入れ
た多彩なメニューが評判の
『居酒屋 游季』。定番メ
ニューと季節のおすすめメ
ニュー、メニューにないも
のもリクエストに応じて
作ってもらえます。和食ひ
と筋35年の料理長が手間
暇かけて手作りする料理の
中でも「鯛しゃぶ」(=写真、
1人前950円)は冬にオス
スメ。魚の旨味が凝縮され
た「荒煮」は、ご飯もアルコ
ールも進む逸品。魚は季節
によって異なりますが、この
時期は「ぶりの荒煮」(680
円)を味わえます。イカ納
豆・イカ明太・イカゴロを巻
いてルイベにした目と舌両
方で楽しめる「イカの三色
ルイベ」(580円)や、女性に
人気の「ブロッコリーかに

あんかけ」(680円)、「駒ヶ
岳豆富冷奴」(300円)など。
地酒や地焼酎などもありま
す。店内は、1階にカウン
ター席と掘りごたつ、2階
には掘りごたつと個室のほ
か大広間もあります。「宴会
コース」は、飲み放題2時間
付き3500円〜(3人〜、前
日まで要予約)。11月25〜
30日は「1周年記念」につ
き「刺身盛り」1人1人前サー
ビス。さらに12月1日〜12
月29日は「青ぼ見た」で、お
好きなドリンクを1人1杯
サービス。営業時間は午後
5時〜午後11時(LO/午後
10時半)。不定休(毎週日曜
日は営業)。駐車場有。
●五稜郭町5-9
☎55-0391

第22話 低反発を超える究極のマクラ！
このマクラを
青ぼで皆様に紹
介し1年が経過
しました。そし
て本当に多く
の皆様から喜び
の声をいただい
ております。
首や肩に痛みや
症状がある方、
ベッドの上での
生活が長い方、
立ちっぱなしの
お仕事で腰や首
に疲労が蓄積し
コリのひどい方
寝が多い方。猫背
や寝が浅い方。仰
向けに眠れない
方に特に女性に
喜ばれておりま
す。

あらためて、このマ
クラを扱って本
当に良かったな
と心からその
ように思つて
います。また、
たくさんのお客
様を紹介して下
さる方や入院
するのにお病
持ち込んだら
どうですか？

私のお店ではお
試しルームでマ
クラと敷きふ
とんの無料体
験することが
できます。お
気軽にご参
照ください。
コンフォート
グリーン
マクラ
サイズ：32×
57センチ
パシマカバ
ーつき
価格16800
円(税込)
*無料体験
ご希望の方
は電話にて
ご予約下さ
い。
パシマ特約
店 創業
110年 タ
ジマ寝具
柏木町2
-25(ホリ
デイ
スボー
ックラ
ブ斜め
向い)
ご相談電
話
0120・84
61・843
日・祝日
休

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110年 タジマ寝具

はこだて医療情報

つしま歯科クリニック院長 對馬哲郎

金属床義歯について

今回は金属床義歯についてお話ししたいと思います。まず、総入れ歯を例にお話しを進めて行きたいと思つています。総入れ歯の場合、金属を使う部分は上顎の場合は天井部分(口蓋/こうがい)に、下顎の場合は内側の舌のさわる部分を金属にするのが一般的な設計です。これを金属にする利点としては①強度的に保険で作るレジン床(樹脂)義歯より優れているので薄くできる(保険の入れ歯の3分の1程度の薄さで作ることも可能です)。そのため舌の運動に違和感をもったり、発音機能に障害を感じるような患者さんにとっては良好な結果が得られることもあります。②舌触りも良好で、金属特有の熱伝導性により熱い、冷たいなどの温度感覚に優れ、食事時の味覚にも良い影響がみられる。③レジンに比べ適合性が良好である。また、部分入れ歯を金属床義歯にすると④たわみ難いので残っている歯と歯茎に優しい。⑤症状や個人の希望に応じて自由な設計ができるなどが挙げられます。また最近では、部分入れ歯で金属床を使っている場合で、疾患により歯を失った場合でもレーザー溶接技術により修理することもできるようになりました。一方金属床としての欠点もあるのも確かです①合金を使った場合には、保険の義歯に比べ重量が大きくなること。ただし、入れ歯としての適合が良ければ日常ほとんど気にならないものと思われます。②顎の骨が痩せて歯ぐきに変化した場合に裏打ちなどの修理が難しい。ただし、最近では接着技術も飛躍的に向上したためレジンの追加修理もほとんどレジンの入れ歯と同様にできるようになってきました。③入れ歯を作るのに高い技術を要するため費用がかかり高価になる。最後に入れ歯のお手入れについて一言。①流水下で入れ歯ブラシを使って清浄する。②必要に応じて入れ歯の洗浄剤を使う。③歯磨き粉は入れ歯を傷つけるため使用しない。④寝るときは基本的には外し水中保管をする。より長く入れ歯を使っていたため上記のことを守り、定期的にかかりつけ医にチェックしてもらう必要があります。
●時任町3-3 ☎55-4618



ドクター講座

協立消化器循環器病院長 能戸徹哉

下肢静脈瘤について

足の血管が浮き出たように見えた経験はありませんか？
足の静脈に血が溜まって拡張し、こぶのように膨らんだ状態を下肢静脈瘤と呼びます。進行すると血管がデコボコしたり、曲がりくねって蛇行します。女性の頻度が高く、軽度の静脈瘤を含めると成人女性の4割に症状が認められたとの報告があります。原因は体質的なものと考えられています。静脈には血液の逆流を防止する逆流防止弁がありますが、この弁が壊れたり働かなくなると下肢静脈瘤がおこります。妊娠・長時間の立ち仕事など、足の静脈に負担をかけると悪化しやすくなります。下肢静脈瘤になると足のだるさを感じたりむくみがでることがあり、進行すると色素沈着や静脈の炎症、さらには皮膚がはがれ潰瘍をおこすこともあります。静脈瘤が軽い場合は医療用弾性ストッキングを着用します。適度な圧迫により、血液が心臓方向へ戻るのを補助することで足のだるさ、むくみなどの症状が軽減されますが、症状が重い場合は手術が必要です。最近では手術に比べ体への負担が少ないレーザー治療が目立っており、今年からレーザー治療が保険適用になったので今後の普及が期待されています。下肢静脈瘤を予防するためには足に血液をためないようにすることが大事です。歩行や自転車こぎなどの足を動かす運動が効果的です。
●美原3-2-16 ☎46-1300 http://www.hakodate-kyouritsu-medical.jp



SPOTLIGHT

大好評！超節水トイレとボイラーがお得！

株式会社クラシアン函館中央

「安くて、早く、安心。」の水道修理のテレビCMでおなじみの「クラシアン」では「青いほすと読者キャンペーン」が大好評です。

業界トップクラスの洗浄水量4・8ℓで、従来の便器の洗浄水量13ℓと比較して約68%の節水を実現した上、掃除のしやすさも追求したOTTOの超節水トイレ「GREEN MAX4・8 新ビュアレ」のセットを「節水トイレ特別キャンペーン」が大好評です。

さらに、「1台でシャワーやキッチン、洗面所の給湯ができる」たっぷり快適なパワフル給湯の「コロナ屋内設置型ボイラー」【U・I・B・N X 3 7 P】

さらに、1台でシャワーやキッチン、洗面所の給湯ができる、たっぷり快適なパワフル給湯の「コロナ屋内設置型ボイラー」【U・I・B・N X 3 7 P】



「F・K）は通常23万7300円のところを、11月末日まではキャンペーン特別価格として工事費&処

「F・K）は通常23万7300円のところを、11月末日まではキャンペーン特別価格として工事費&処

イメージキャラクター
森末慎二



※写真はイメージです

「フリーダイヤル」0120・605・806

施設見学会のお知らせ

終身利用の有料老人ホーム『ペーネ函館』の『悠楽』と『和楽』の見学会が実施されます。『悠楽』は、比較的身の回りのことができるうちに入居できる天然温泉付きの住宅型ホーム。希望により個別契約の介護保険の在宅サービスも受けられ、常に介護が必要になった時には提携ホームの『和楽』へ住み替えが可能。協力医療機関に隣接しているため、緊急時の対応も万全で安心です。『和楽』は介護、看護

職員が24時間常勤の介護付きホームで、介護保険基準を上回る職員を配置した手厚い体制のもと、入居者の快適で安心な生活をサポートしています。『悠楽』から『和楽』へは入居負担なしで住み替えることができます。見学会の日程は11月16日、18日、23日、25日、12月2日、4日。希望者には送迎もしてくれます。詳細は気軽にお問い合わせください。『悠楽』の短期入居、体験利用のお問い合わせもお気軽にどうぞ。

ペーネ函館

●ペーネ函館 悠楽

●石川町141・6

●47・4165

●ペーネ函館 和楽

●東山町144・52

●35・3333



ペーネ函館 悠楽



ペーネ函館 和楽



ホームの提供する介護サービスを受けられます



比較的身の回りのことができる方

ご希望に応じ個別契約での在宅サービスを受けられます

住み替え時、さらなる入居一時金負担はございません。