

POST IN FREE PAPER SINCE 1991 青いほすと

Issue. 484 2012.1.17 [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

新年特別企画

ちよつと贅沢な気分で、 美味しい物を味わいませんか？

「ちよつと贅沢」そんな言葉に刺激されて、ちよつといいモノを買ってしまおうことはありませんか？ そうです。たまには自分へのご褒美に、あるいは家族のために、ちよつと贅沢な気分を味わうことができる本格派の美味しい物を買いませんか？
今回は道南にある身近なちよつと贅沢な逸品に注目してみました。探してみれば身近なところにも素晴らしいものがあるものです。日常生活の潤い、そして話題作りにはぜひ一度、ご利用されてみてはいかがでしょうか。

伝統製法、木樽仕込みか塩辛

小田島水産食品株式会社

大正3年創業の老舗『小田島水産食品株式会社』の「木樽仕込みか塩辛」が注目されている。同社の塩辛作りは戦後ま



もなくの昭和20年代から始まった。杉の木樽で1週間熟成する伝統的な製法を変わらず継続することは3代目・小田島隆社長のこだわりで、社長の「塩辛を作っているのは我々この木樽なんです」との言葉は、この塩辛のキャッチフレーズにもなっている。熟成感があり、まろやかな味わいは白いご飯や日本酒にぴったり。全国のメディアからの取材でも高い評価を得ている。市内



のデパート、スーパーで取り扱っている。180g入り525円、360g入り1050円。贈答用には、「化粧杉樽入り」もオススメ。
●弁天町20-7
☎22-4312

全国的な知名度の塩たらこ

株式会社イチャマル長谷川水産

八雲町落部地区の「株式会社イチャマル長谷川水産」では、目の前に広がる豊富な資源量を持つ噴火湾で獲れる新鮮な



心にはラインナップされており、今回紹介するたこは噴火湾で水揚げされる新鮮なスケトウダラから取り出した卵を「腹一腹でいねいに塩漬けし、旨味を凝縮した「塩たらこ」(500g、2600円)は贈答用などで全国的な知名度を誇る道南の逸品として知られている。程よい塩加減で粒が



●八雲町落部574
☎0137-673000

オリジナル菓子、松のみどり

割烹旅館若松

大正11年創業の『割烹旅館若松』で販売している「松のみどり」は、フラ



ンスのタックワーズで生み出した伝統菓子に香り、卵白でサクッリ焼き上げた生地に口どけの良い発酵バターを使った抹茶クリームの上品でやさしい甘さは、日本茶やコーヒー、紅茶によく合います。発売当初は観光客のお土産用に販売されてい



ました。徐々に地元のお、売れ切れとなる場合もありませんので、予約する味。また、高級感のある箱も「松のみどり」の魅力のひとつ。自宅用は
●湯川1-2-27
☎59-2171

自然とともに熟成されるチーズ

山田農場チーズ工房

七飯町の『山田農場』では、山羊や牛からもらった乳を手絞りして、毎日チーズを作ります。春の新芽のチーズ、夏草



のセミハードタイプが中心で、スライスしてパンやワインと一緒にどうぞ。「牛のフレッシュタイプ」は1個100g、450円。「牛のセミハードタイプ」は100g、480円。この時期は牛のチーズが中心で、春になると「山羊のチーズ」も登場します。チーズはこの農場のほか、函館市内の



●七飯町上軍川900-1
☎67-2133

雑味がなくまろやかな熊石海洋深層水の塩

熊石海洋深層水株式会社

八雲町熊石地区沖の深層水は「日本海固有水」と呼ばれている。この海水は周囲を



狭い海峡に囲まれた日本海を循環しており、他の海水と混ぜられないので水温が安定し溶存酸素が多く含まれる。『熊石海洋深層水株式会社』ではその深層水を熊石沖343mから取水し、沸騰寸前の85度をキープしながら煮詰めて塩を抽出。シンプルな方法だが、常に攪拌(かくはん)しながら沸騰寸前の温度を維持しなければならず、作業は目の届く範囲で確実に行われる。そうやって造られる「熊石海洋深層水の塩(各500円)」は雑味がなくまろやかな仕上が



り。塩のみで味を整えるような料理に向いており、手軽にワンランク上の味を楽しめる。熊石海洋深層水株式会社
●八雲町熊石平町114・101398・2・3131

ハワイコナEXファンシー

珈琲焙煎工房 函館美鈴大門口



来年、創業80周年を迎える『珈琲焙煎工房 函館美鈴大門口』の焙煎したてのコーヒーは、味も香りも格別。熱風焙煎により深焼き・浅焼と、好みに合わせて調整してもらえらる点も魅力。数あるコーヒーの中で今回オススメするのは、標高4205mのマウナ・ケア山コナ地方のみで生産される「ハワイコナEXファンシー」(100g 1260円)。トロピカルな芳香の中に特徴的な酸味のある世界最高級のこのコーヒーは、日本人が経営している山岸農園から直輸入されている貴重な逸品。ハワイコナ・テイステイング協会にて入賞した優



秀な農園で作られているコーヒーの味をどうぞ。営業時間は午前10時〜午後7時(焙煎受付は午後6時まで)。
●松風町7・1
☎23・7676

大粒大豆「たまふくら」の納豆

株式会社だるま食品本舗

平成19年に誕生した新品种で、函館近郊で栽培されている日本最大級の極大粒大豆



「たまふくら」。『株式会社だるま食品本舗』の「函館たまふくら納豆」(45g×2、180円)は、素材そのものの評価が高く、甘みがあつて食感にも優れたその大豆を使った納豆。東京の北海道物産展や、札幌にある道産品のアンテナショップなどでも人気を博している逸品です。大粒のため食べ応えがある点も魅力。函館市内、および近郊の一部スーパーで取り扱っています(価格は店舗によって異なる場合があります)。「今金町産の大豆を使った「鶴の子大豆納豆」



や、乙部町産大豆の「大莢白乙女大豆納豆」、小粒で食べやすい「北海道産極小粒納豆」もおすすめ。
●西桔梗町589・21649・3569

定番人気のざる豆腐

勝田豆腐店



昔ながらの手作り豆腐を提供している七飯町の『勝田豆腐店』。いちおしは、適度に水みず味わうのはもちろん、味が入りやすくなつてお鍋に入れてもいいのでお鍋に入れたらおいしいのでおすすめです。同店では豆腐のほか湯葉や揚げなどもそろえており、自慢の寄せ豆腐を使った「揚げ出し豆腐」(2個入り、504円)や、ひまわり油を使った「大揚げ」(1枚252円)なども人気です。大揚げはフライパンでそのまま焼いて食べるのがおすすめ! 月曜日には青大豆、金曜日には黒



大豆の寄せ豆腐(各250g、210円)も有。営業時間は午前7時〜午後6時。毎週日曜日定休。駐車場有。
●七飯町大川7・412
☎65・6422

根強い人気の「さしみしょうゆ」

道南食糧工業株式会社

昭和17年創業の『道南食糧工業株式会社』は函館唯一の醤油・味噌の醸造元。創業以



来培ってきた技術と味付けは市内有名食品加工会社の業務として、あるいは本社直売による家庭用として長年利用されている。特に、40年以上製造されている「さしみしょうゆ」(500ml 241円、1.8ℓ 630円)ほかは、甘めの味が刺身とマッチすると評判の、根強いファンが多い逸品。また、南かやべ漁業協同組合が販売元の「真昆布だし醤油」の製造元であり、こちらにも本社で直売。本社ではほかに、糀(1kg 525円)も売られており、利用者が多いという。営



業時間は午前8時30分〜午後5時(土曜日は午後3時まで)。毎週日曜日、毎月第2土曜日、祝日定休。
●栄町2・7
☎22・2721

口の中に広がる美味しい旋律…

ペシエ・ミニオン



『ペシエ・ミニオン』でおすめめの「キャラメル・ブルー・サレ・シヨコラ」は、「食べるのが惜しい」そんな表現がぴったりなシヨコラです。カカオ成分の異なる3種のチョコレートと、北海道産ジャージー牛乳を100%使った生キャラメルとのハーモニーが絶妙です。室温に戻していただくと生キャラメルとガナッシュが口の中で溶けあい、最後に塩の風味がすつきりした味わいを残します。冷やしていただくと、ひとつひとつのチョコの味わいが活きてきます。
シックなブラウンの箱に入ったシヨコラは、5個入り945円、10個入り1890



円。お土産やバレンタインの贈り物にどうぞ。
営業時間は午前10時〜午後7時。毎週水曜日定休。
●乃木町1・2
☎31・4301

備えあれば・憂いなし

Hosta(ホスタ) 函館

17年前の1月17日は「阪神淡路大震災」が起きた日です。いつ起きるかわからない自然災害に備えるハザードマップを知っていますか？

ハザードマップは、国土交通省がホームページで、洪水、地震、津波、がけ崩れなど危険な箇所や、避難場所などを地域ごとに詳しい地図にして公開しています。社団法人日本損害保険協会は、自然災害にあった時の心構えや注意点を書いた「ハザードマップと一緒に読む本」を作りました。



一緒に読んで災害に備えることが大切です。

「Hosta(ホスタ) 函館のファイナンシャル・プランナーでCFPと一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は、「ご家族の暮らしを守るために、万が一に備えてアドバイザーの私たちの仕事です」と話します。災害に対する地域の弱点を理解



ファイナンシャルプランナーの高梨しのぶさん

「フリーダイヤル」0120-174-373 MSタカナシ保険サービス株式会社



函館をもっともつと元気に！

株式会社サンズコーポレーション

代表取締役社長 浅水耕太さん

My way 全力投球

「面白いことを考えたりすること、昔から好きだったんですよ」

市内本町に4店舗の飲食店を展開する「株式会社サンズコーポレーション」の代表であり、人気イベント「HAKODATE黒船」を主催する「函館黒船地域活性化協議会」の副会長でもある浅水耕太さんは自身のことを、そう話してくれた。

「面白くことを考えたりすること、昔から好きだったんですよ」

市内本町に4店舗の飲食店を展開する「株式会社サンズコーポレーション」の代表であり、人気イベント「HAKODATE黒船」を主催する「函館黒船地域活性化協議会」の副会長でもある浅水耕太さんは自身のことを、そう話してくれた。



「最初に企画した時は、2回目もやれたらいいな...程度の思いだったのですが、1回目のイベントの後に力

「最初に企画した時は、2回目もやれたらいいな...程度の思いだったのですが、1回目のイベントの後に力

強い手応えを感じて、これは継続していかねばと、強く思うようになりまししたね」

「面白くことを考えたりすること、昔から好きだったんですよ」

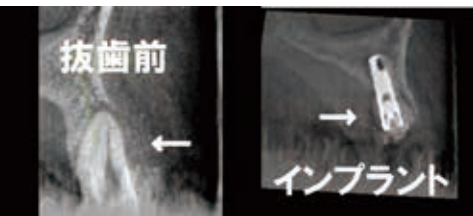
市内本町に4店舗の飲食店を展開する「株式会社サンズコーポレーション」の代表であり、人気イベント「HAKODATE黒船」を主催する「函館黒船地域活性化協議会」の副会長でもある浅水耕太さんは自身のことを、そう話してくれた。

「最初に企画した時は、2回目もやれたらいいな...程度の思いだったのですが、1回目のイベントの後に力

「インプラント&セラミック」市民講座

「インプラントの治療費」 具体例(3)骨を足す補助手術を伴うケース

歯周病などが原因で抜歯となるケースはほとんどがインプラントの適応症です。通常は抜歯してから6ヶ月程度経ってからインプラント埋入します。6ヶ月は長いですね。そこで当院で多いのは「抜歯即時埋入」と呼ばれる術式。読んで字のごとく、抜歯した日にインプラントを埋入します。欠点はインプラントと骨の間には隙間を人工骨で埋める骨造成術(こつぞうせいじゅつ)と呼ばれる補助手術を同時に行う必要があること。審美性が重視される前歯などで有効な術式です。これには別途費用が掛かります。当院での治療費は1本あたり5万円です。



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



くらし豆知識

節電の工夫(冷蔵庫)

節電はまず意識すること。冬なら弱から中の温度が大切。テレビの明るさや音量に気を配ったり、照明のつけっぱなしをやめるなど、意識して使うことが節電につながります。

冷蔵庫は24時間電気を使っています。放熱して温かいところは貼って紙を貼る。冷蔵庫にはびっしり、冷感室にはゆとり詰める、食べ物は薄手の電力使用量を抑えるには容器に入れる、といったことをポイント。

電気や水はみんな使っている。公のものであるという意識を。協力/函館友の会



すぐ使えるようにしておくのが便利で

青ほの心

新しい年に

新しい年を迎えました。昨年は震災に原発事故という不幸な出来事が起こり、日本中が大きな衝撃に覆われました。震災から10ヶ月経ち、

年が改まっても、いまだに生活再建のメドがたらず不安を抱えたままの人達がいま。震災直後は、打ちひしがれた被災者や被災地のため、なんとか役にたちたいと日本中がひとつになつた感がありました。義捐金はもちろん、瓦礫除去のボランティアや、子ども達に絵本を送る運動、夏休みの子ども達を招く活動等、いずれも何かせずには居られないと言った気持ちからの行動だっただけです。

しかし、それも時間が経つにつれ少しずつ薄れてきているようです。特に原発事故をめぐっては微妙な空気が流れてはじめています。たとえば、福島の人達に同情はしながらも、一方でそれと自覚しないまま意識下で差別しているというふうな。気の毒だと言いつつ、自分達は違うという意識がいつのまにか芽生えているのでしょうか。

福島を応援しようというのなら、安全が確認された福島産の作物も避けてしまおうというふうな、どこかで線をひいてしまっているのです。かつて広島長崎の原爆被災者は長い間原爆の後遺症に苦しみました。差別にも苦しんだといえます。自分が悪いわけではなく、国のおこした戦争や政策のため犠牲になったのに理不尽なことで、被害者なのにかかわらず、どうしてこんなめにあつたのか、絶望的な気持ちになつたことでしょうか。

自分がその立場だつたらという気持ちを持つて苦しむ人達に心を添わせることができたらと思います。昨年の「今年の漢字」は「絆」でした。家族や近い人々との絆もそうですが、たとえ遠くにいたとしても同じ立場ならわかりあえるはず。この度の原発事故についても、たとえば、母親として子どもの健康を心配する心はひとつではないかと思えます。小さな子どもを持つお母さん達が手を携えれば小さな絆が大きな絆になるはず。放射線に差別意識。人々が、目に見えないものにおびえなくて暮らせる日が来ることを祈りたいと思えます。(亜)



ご自宅でイタリアンを楽しみましょう
 ご家庭でちょうどお洒落なイタリアンを楽しみませんか？
 『北ガスッキングスクール』の2月のテーマは、「とことん楽しむイタリアン」と題してA、B2つのコースを開催します。Aコースは2月8

日(水)午後6時30分～午後9時30分と、2月9日(木)午前10時～午後1時で、内容はコトレッタ・アラ・ミラネーゼ(ミラノ風カツレツ)、北海道のアクアパッツァ、パイヤカウダのサラタ、パレンタインドルチオ。Bコースは2月15日(水)午後6時30分～午後9時30分と、2月16日(木)午前10時～午後1時で、内容はアリス(豚肉のロース)、トロースマリー風、ポロネーゼのペンネ、海の幸山の幸のジェノベーゼソースのサラダ、マスカルポーネパフェ。

●万代町8・1
42・6505

北ガスッキングスクール

慢性病にオーダーメイドのアドバイス
 「人の体質は十人十色」まずは自分の体質を知り、それに合ったオーダーメイドのダイエットを提案することです。ここでは慢性的な病気を悩みの人への「心と身体」の健康相談を行なっています。
 辻薬局の慢性病相談は、東洋医学に基づいた「薬と漢方と食事指導」です。病院の治療をより効果的に活かせるように、気・血・水の不足や滞りを見つけ、病気を戦える「精」を育てます。例えば、体質が良い熱の余った方と、体質が良く冷えている方は同じ病気になっても「養生の手立て」が全く違います。そして今、2人に1人が癌

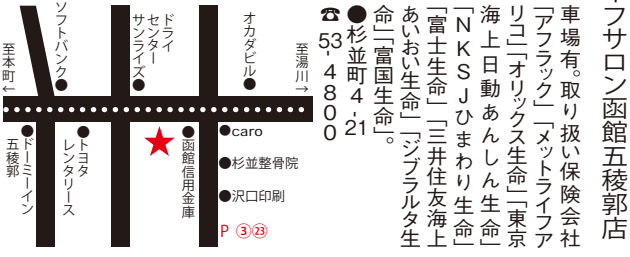


という時代になりました。病院で癌と宣告されたら次にあなたはどうしますか？ ネットや通販や本で探しますね、どうしたら良いかか途方にくれませんか？ この時「顔が見える人に詳しく相談してもらいたい。専門的な言葉やお薬を分かりやすく説明してもらいたい」と思いませんか？ これをしてくれるのが「辻薬局」全国レベルの勉強会に出席し、また依頼

●万代町7・17
41・10017

辻薬局

あなたの老後は本当に大丈夫ですか？
 このところ話題になっている年金の開始年齢。政府の審議会が年金を受け取る年齢が65歳よりも引き上げられる検討が始まったこと、老後の生活について改めて考える人も少なくないでしょう。企業や社会の保障に不安を抱くまま、老後の備えとして保険を見直し安心を手に入れたら、特定の保険会社に入れたら、無事な会社に入れたら、早



話題のフィッシュセラピーが新登場！
 良質の温泉を、プライベートルームで気兼ねなく楽しめる「個室貸切温泉 花家族」。個室は庭園付きお風呂の部屋10室と、露天風呂付き16室の全26室。造園屋さんが手掛けている温泉なので、浴室も風情ある造りとなっています。バリアフリーで車椅子の人や高齢者も安心です。「ガラ・ルファ」はドイツ生まれのドイツの淡水魚。専用り、足を入れると寄り添って、吸いつくように角質を食べてくれます。すでに利用した人からも、魚達かわいらしい姿を見ているだけで癒されるという好評。料金は1回(10分)5000円で、「フィッシュセラピー」だけの利用も可能です。営業時間は午前11時～深夜2時。貸切個室の利用も可能です。

●石川町226・10
 ●湯元花の湯一裏
 47・0800

子どもが暴力から自分を守るためのプログラム

函館YWCA CAPグループ



子どもがさまざまな暴力から身を守るために何ができるかを子どもと一緒に考え、具体的な方法を伝える活動をしている「函館YWCA CAPグループ」。子どもが「安心して、自信を持って、自由に生きる」権利を持っていることを、寸劇を交えながら一緒に考えるワークショップを開いています。

1978年に米国で始まったCAPは、1985年に日本に紹介され、「函館YWCA CAPグループ」は1996年に発足し、これまで約6700人の子どもと、約4600人の大人にCAPを届けました。

代表の福岡悦子さんは「安心、自信、自由は誰にとっても大切なものです。子どもに伝えると同時に、周りの大人にもCAPのメッセージを伝えていきたいですね」と話します。ワークショップを受けた子どもから、「安心、自信、自由はいのちを大事にすることとおなじだね」と、また親から「自分が子どもの頃のことを聞きたかった」という声も聞かれたそうです。

悲しい、苦しい、怖いという子どもの気持ちは、子どもへの暴力による人権侵害のサインのときもあります。「CAPを知ることができてよかった」という子どもの言葉を胸にメンバーは活動を続けています。

経費のことなども含めて、詳しくは下記までお問い合わせください。

函館YWCA ●松陰町1-12 ☎51-5262

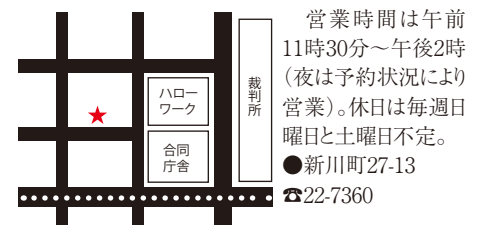
今月のおすすめランチ

カフェレストラン ソマリ

新川町の合同庁舎裏にある「カフェレストラン ソマリ」は、3種類の日替わりランチのみというメニュー構成の人気店。



様々な洋食を楽しめる同店で提供する料理は、ハンバーグやチキンなどのメインはもちろん、ドレッシングに至るまで手作りするというこだわり。それを、ご飯、味噌汁、食後のコーヒーが付いて700円というお得な価格で提供している。前身は「箱館浪漫」という喫茶店で、現在の形になったのは14年前。気取らず楽しめる美味しい洋食をぜひ。



有限会社かにき魚楽市水産

とれたての美味しさを味わうなら、かにのスペシャリスト『かにき』にお任せ! 通常は全国各地の中央卸売り市場をメインに販売を行っていますが、鮮度抜群の毛蟹やホタテバターを手軽に味わえる「アイ・ホット」は、自宅用や贈り物にオススメです。マイナス70℃の超高速低温でとれたての美味しさをそのまま閉じこめた「アイ・ホット」の製法は、毛蟹の細胞や繊維を壊さず浜茹での味を再現(特許取得)。電子レンジで簡単に調理できる点も嬉しいですね。また、道内で購入できるのは『かにき』だけとは見逃せないところ。今回は本紙読者のために、お得なセットをはじめ通常販売していない家庭用の商品を期間限定で販売します。「アイ・ホットセット」(毛蟹1杯約400g・ホタテバター3枚)通常4500円を20%offの3600円。「アイ・ホット」(毛蟹1杯約400g)通常3000円を2500円。「アイ・ホット」(ホタテバター1枚)通常500円を450円。ほかに、ボイル冷凍毛蟹や各種水産物についてはお問い合わせ下さい。全て2月末日までですので、お早めに。ご注文時に「青ぼ見た」とお忘れなく。商品の発送はクール便・梱包代込みで全国一律1000円(沖縄と離島は除く)。店頭引き渡し可。営業時間は午前8時~午後5時。電話受付は午前10時~午後4時(毎週土曜日は正午まで)。毎週日曜日、祝日定休。駐車場有。

●旭町7-6
☎83-7279(注文及びお問い合わせ担当/近江谷)
E-mail(注文可) tomokop@kanikiti.com

(チョコ)記者のお手軽クッキング

大根菜とわかめの和え物

大根菜はビタミンなど栄養豊富な緑の野菜です。わかめと一緒に和えて、箸休めにどうぞ。ゴマを盛るとさらに美味しくなります。朝食の1品にどうぞ。



- 材料
●大根菜…1本分
●わかめ(水で戻したもの)…50g
●醤油…大1 ●みりん…小1 ●ゴマ…大3

- 作り方
①大根菜はゆでて、水にさらし、2cmに切る。水で戻したわかめはザルに入れ、熱湯を上からかけて食べよく切る。
②大根菜とわかめを和え、醤油とみりんを調味する。ゴマを盛り付ける。

ちりめんじゃこやツナ缶を加えてもいいですね。



創業86年、長年の実績に基づいた豊富な知識と確かな技術で支持されている水道局指定工事店「小野寺住設」が提案し、好評を博している、家計応援価格商品に新しい商品が登場しました。

抗菌処理を施された便座とノズルを装備し、使用前と使用後にノズルを自動的に洗浄する等、多種の機能を備えています。さらに、この「クリーンウォッシュ」は脱臭機能も備えており、着座から立ち上がり1分後まで脱臭を行うので、嫌なニオイも気になります。また、すっきり便座脚を採用しており便座裏のお手入れも簡単です。そんな多機能の便座が、工事費込みで通常価格84000円のところを、28000円! 先着30台までなので、この機会をお見逃しなく。

●美原1-22-9(本社)「フリーダイヤル」0120-750-750

お手軽価格で脱臭機能付、省エネと清潔を両立した便座 小野寺住設

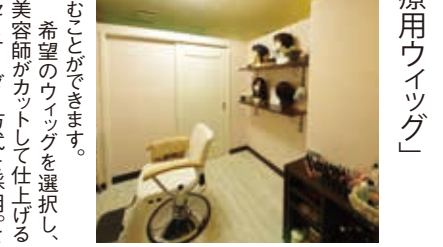
東芝の洗浄便座「クリーンウォッシュ」は省エネ性、清潔性を両立した人気モデルです。洗浄は、気泡のチカラで優しくしっかり洗える「エアインマイルド洗浄」。そして、抗菌処理を施された便座とノズルを装備し、使用前と使用後にノズルを自動的に洗浄する等、多種の機能を備えています。

小野寺住設では豊富な施工実績を持つスタッフが、急なトラブルやアフターサービスまで親切丁寧に対応してくれるので、とても安心でも行なっています。点検料3000円、掃除(整備料)は5000円から各メーカー対応可能。気軽にご相談を。



希望のウイッグを選択し、美容師がカットして仕上げられる。購入後のメンテナンスも万全です。1年間カット調整無料なので、スタイルのチェンジや、毛先の痛みの調整などアフターサービスも充実しています。

市内石川町の「美容室 パサージュ」では、「健康な時も治療中もおしゃれを提供したい」という考えから「医療用ウイッグ」の取り扱いを行なっています。抗がん剤などの化学治療の副作用や、脱毛症の人の為に開発された医療用ウイッグは、全製品に精巧なつむじが付いて非常に自然な仕上がり。さらに、つけ心地も追求されており、ヘア素材や形にも工夫が施されており快適におしゃれを楽しむことができます。



105000円(人毛と化粧の割合で変化します。店内には個室も完備しており、プライベートへの配慮も万全。気になる人は、気軽に問い合わせを。
営業時間は午前9時30分~午後6時。毎週月曜日、毎月第3日曜日定休。要予約。
石川町350-21
☎46-80263
http://www.passage1987.com/



風味豊かなトースト用山型食パンが好評

北斗市と函館市内に3店舗を構え、種類豊富な手作りパンで人気の「ジョリジユフ」が、今評判の「焼きたてトースト用山型食パン」をこぞご存知? 月曜日と金曜日は道産小麦100%の「北海道の麦香る食パン」、水曜日、土曜日は「石臼挽き粉の入ったハードトースト」、木曜日、日曜日は湯ごね法でじっくりと焼き上げた「イギリスパン」と、3種類を曜日替わりで提供。バターや砂糖を極力使わず、いずれも小麦の香りでより楽しめるのが特徴です。昨年春の販売開始以来、今では定番人気商品となつています。焼くときからおいしくなるので必ずトーストしてから召し上がってください。価格は、いずれも2斤483円。

パンのほか手作りケーキも人気の昭和店では、カフェスペースがあり、お店でチョイスしたパンや

- 【営業時間】
午前9時~午後7時
●柏木町3-38
☎51-2522
- 【営業時間】
午前7時~午後7時
●北斗市七重浜4-3227
☎48-8666
- 【営業時間】
午前9時~午後8時
●昭和1-2420
☎43-1005
柏木店

「美白&美肌」脱毛

大人の女性にぜひオススメしたいのが「ホリスティックアカデミー」の新メニュー「美白&美肌」脱毛。

温かさを感じる程度。これまでの痛い・辛い脱毛から解放され、発毛サイクルに合わせて4~6回(個人差あり)でツルツルスベスベ美肌を実感できます。その上、自己処理によって色素沈着した肌もキレイになります。人気のひじ下・ひざ下は各22500円、同時申し込みは44000円、先着20人にワキ脱毛プレゼント!



気のでかです。顔脱毛の体験は63000円。脱毛だけではない脱毛を、まずは1度体験してみてください。営業時間は午前11時~午後8時。毎週日曜日定休。予約制(当日予約不可)。駐車場有。
●富岡3-3017
☎45-9415

ホリスティックアカデミー



人気ラーメン店『ラーメン専科 麵次郎』は、田家が昨年12月で創業16年、石川店は今年3月で創業11年を迎える。

両店ともに、昔から変わらず1番人気をキープしているのが、「合わせみそラーメン」(写真、700円)。

オープン当初からメニューにあった「赤みそラーメン」・「白みそラーメン」に加え、新たなメニューを考えた田家・中山武久店主が、故郷の名古屋ではおでんや味噌汁などの和食によく使われるという八丁味噌を赤味噌、白味噌にブレンドし、とんこつ鶏ガラをベースに豊富な野菜を炊き上げた自慢のスープに調和させたもの。八丁味噌が加わることでコクとまろやかさが増すという発想は、もともと和食職人だった中山店主ならではもの。両店ともに、こ



石川店 ★
←至亀田本町
田家店 ★
●五稜中学校
道管住宅
田家町団地
↓至教育大

石川町349・17
☎47・86633

田家町5・19
☎40・16663

石川店
営業時間/午前11時〜午後9時(LO/午後8時50分、ただしスープがなくなり次第終了。定休日/不定休(隔週水曜日は昼のみ営業)。駐車場/有

close up

変わらぬ人気の「合わせみそラーメン」

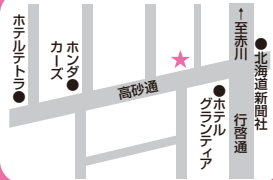
ラーメン専科 麵次郎

のラーメンひと筋という根強いファンが多い。ほかに、両店ともに人気のほか、ごまペーストの風味と10種類の食材で独自の風味が自慢の「ごま辛みそラーメン」(800円)。寒い季節はぜひ、変わらぬ旨さの1杯をどうぞ。

田家店
営業時間/午前11時〜午後9時30分。定休日/不定休。駐車場/有

いい店食べ歩き

カフェレストランフルーリール



昨秋、梁川町にオープンした『カフェレストランフルーリール』は、大人かわいい空間で心と体に優しい料理を味わえる店。「ご来店下さったお客様が居心地良く過ごしながら、体に優しい料理を楽しんで頂けたら何よりです」と話すのは、オーナーシェフの松井祐子さん。使用食材は減農薬米や有機ハーブ、無添加調味料、有機コーヒー・紅茶・チャイなど。女性らしいイメージの料理や盛り付けからもやさしさが伝わります。ランチタイムは減農薬の雑穀米と相性抜群の「豆カレーセット」(1380円)がオススメ。「パスタセット」や、四季を感じるメニュー「フルーリールセット」も好評。ディ

ナーは、「ハーブチキン」(1280円)が人気。1月のランチタイムでは、このハーブチキンがメインの「フルーリールセット」(1580円)が味わえます。お昼の夜母さん同士の集まりや夜のパーティーなども応相談(貸切可)。営業時間はランチ午前11時半〜午後2時45分(LO/午後2時)、ディナー午後5時半〜午後9時15分(LO/午後8時半)。毎週月曜日と毎月第3火曜日定休。毎週日曜日はディナーが休み。ランチ午前11時半〜午後2時45分(LO/午後2時)とカフェタイム午後2時〜午後4時(LO/午後3時半)。駐車場有。
●梁川町22-23
☎87-2161



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 タジマ寢具

第23話 たった1000グラムのあったか素肌毛布

今年も読者の皆様に、良い眠りのため情報をお伝えしたいと思っております。どうぞよろしくお願いたします。

さて、この季節になると販売10年目魔法のようにあったかい素肌毛布が話題になります。シルクより細いマイクロファイバーという繊維を総話で見事に織り上げ、サイバーフィット加工を施し、吸水、吸汗性に加え静電防止効果を与えた、何と重さ約1000グラムのスーパー素肌毛布である。高額にもかかわらず、高齢の皆様、冷え性の方や病後で寒さがこたえ寝付きが悪い方などに大好評!「どうしてこんなに軽くあったかいの?」とお客様の声...! 綿のよくなドライに豊かな風合い、素肌への刺激が少なく保湿性に富みソ



フトなタッチ、手軽に家庭で洗えたかさ抜群の優れたです。是非ご来店の上ご確認下さい。口含、この素肌毛布33600円を限定20枚のみお年玉企画の1万円引きでご提供します。ご両親のプレゼントにいかがですか!

パシマ特約店 創業110年 タジマ寢具
柏木町2-25(ホリデイスポーツクラブ斜め向かいPあり)
【ご相談電話】
0120-846-843
日・祝日休

はこだて医療情報

(医)秀真会 藤岡眼科病院&上磯藤岡眼科 副院長 藤岡聖子



目薬でも治らない目の不快感は?

目の乾き、かすみ、涙目、ゴロゴロする、しょぼしょぼする、などの不快感は、60歳以上になるとほとんどの方が感じているようです。実は、これは涙と深い関係があります。

健康な目は、下まぶたにたまった涙がまばたきによって持ち上げられ、眼球の表面を覆います。歳を取ると涙の量が少なくなったり、涙の質が悪くなったりするために充分に眼球表面を潤すことができなくなるのが「ドライアイ」です。目の乾きがあるときする原因になり、先に述べたような不快感が出るので、眼球表面を保護する点眼薬をつけなくてはなりません。「ドライアイ」は目をつぶっていると症状が軽く感じるのがポイントです。

それに比べて目をつぶってもずっと不快感がとれない病気に「結膜弛緩症(けつまくしかんしょう)」というものがあります。人は1日に1~2万回もまばたきをしているので、歳を取るとにつれ結膜(白目の表面の薄い膜)のたるみができてしまうのです。結膜のたるみができてしまうと、このたるみが邪魔をして下まぶたに涙がたまることができなくなり、涙があふれたり、涙が正常に眼球表面を覆えなくなり、乾き目になったりします。この「結膜弛緩症」は軽い症状の場合は、ドライアイと同じような点眼治療でも効果がありますが、不快感が続いている場合にはたるんだ結膜を縮める手術が効果的です。表面麻酔をして痛みを感じなくしてから、たるんだ結膜の部分に熱を加えて縮ませることができます。これは切開して縫い縮める方法よりも術後の痛みも少なく、外来で10分前後で終了する手術方法です。下まぶたのすぐ内側に透明な膜のような物がたるんで見える方、目の不快感が取れない方は、結膜弛緩症かもしれませんので一度眼科を受診してみたいかがでしょうか。

藤岡眼科病院 ●函館市大手町18-9 ☎26-6722

上磯藤岡眼科 ●北斗市七重浜7-10-8 ☎48-0033

ドクター講座

前多歯科クリニック院長 前多壯晃



YM療法

細菌などから私達人間の体を守ってくれる白血球の存在はよく知られていますが、この白血球には主に「顆粒球」と「リンパ球」がバランスよく存在し、外部から侵入した異物の種類などによって、それぞれの役割を果たしています。しかし、昔より細菌や寄生虫が体内に侵入することが少なくなってきた等の人間が生きる環境の変化とともにこの顆粒球とリンパ球がバランスが崩れ、顆粒球が増加するケースが増えていきます。その結果、顆粒球が多く含まれた血液が内臓や皮膚など体のさまざまな場所の炎症をひきおこしています。そしてこの顆粒球の増加が、歯周病にも関係しているのです。

例えば、歯周病が著しく進行して抜歯する時に、どろどろした血液が出るのがよくあります。このどろどろした血液が、顆粒球を多く含んだ血液です。顆粒球の増加は歯周病の進行につながるということです。

顆粒球とリンパ球のバランスを調える治療法のひとつとして「YM療法」というものがあり、歯周病治療の場合はこの方法が一般的です。具体的には、専用の器具で歯茎を刺激し、歯周ポケットや歯肉にたまったどろどろした血液を除去するというものです。

ちなみに、顆粒球とリンパ球の理想的なバランスは、顆粒球60%、リンパ球35%、(単球5%)です。成人してからは年齢とともに顆粒球が増える傾向にあります。ですから、歯周病治療においては従来の治療法とともに、顆粒球とリンパ球のバランスを整えるYM療法が注目されるべきだと思われます。

●千歳町11-2 ☎23-5000

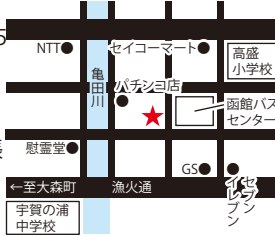
新店舗&リニューアル

ハート美容室



市内高盛町の住宅街にオープンした『ハート美容室』。「美容室を利用しない時でも気軽に立ち寄り、おしゃべりを楽しんだりできる、そんな美容室を作りたい」と言うだけあり、店内には心温まるようなどこか優しい雰囲気です。メニューはカット(シャンプー、ブロー込み、2100円～)、パーマ(シャンプー、カット、ブロー込み、5250円～)、カラー(3675円)などのほか、エステも用意。ハンドと1秒間に1万回振動する超音波がお肌を中から元気にします。料金は顔(デコルテ付き、3150円)、手・肩(2100円)など。近隣への出張相談。エステは要予約。営業時間は午前9時～午後6時。毎週木曜日、毎月第3日・月曜日定休。駐車場有。

●高盛町1-17 ☎52-5487



みなとまち市民プラザ

◆読者の声
◆お知らせ
◆プレゼント

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]

日常生活でいろいろ節約したり辛抱したり、ちよっと我慢したりする場面は少なくありません。そんな中でたまには「これくらい、ちよっと贅沢してみよう」というものがある。身近にある「ちよっと贅沢できる美味しい物」に注目しました。大事なものは「心の贅沢」ではないでしょうか？

若い人が体験したいと思っているようなものの特集をしてほしいです。たとえば、キャンドル作り体験とかパン作り、リース作りetc毎週通うことができない人が1回とか2回とか少ない回数で行けるようなものを：絶対気に入って見る人、沢山いると思います♡

最高タイミンング 毎号楽しく拝読させて貰っています。今回(11月15日号)は忘年会・新年会特集とのことで、宴会の場所さがしをしていただこうるので、最高タイミンングの特集、大変参考になりました。ありがとうございます。

ランチ・ナビです。2ヶ月に1回位、友達同士でランチに行きます。毎回どこへ行こうかと「青いぼすと」を見て考えています。今迄行った所はハズレなし！「青いぼすと」は

「第73回箱館歴史散歩の会」の講演会が1月27日の会「第73回箱館歴史散歩の会」の講演会が1月27日午前10時から函館市地域交流まちづくりセンターで開かれます。「発見！函館最古(明治9年)の茶店舗」講師/箱館歴史散歩の会主宰・中尾仁彦氏、「知っておきたい高齢期の医療と介護」講師/函館市地域包括支援センター、函館市医師会病院地域医療連携センター、リハビリセンター、重慶優氏。参加費1000円。事前申込不要。詳細は中尾☎5519809まで。

「カフェレストランブルーリール」より、豆カレーセットの食事券を3名様様にプレゼント。応募はハガキに郵便番号、住所氏名、電話番号を明記し、青いぼすとに送るご感想もたつぷりとお書きの上、〒040-8605、函館どつく内・株式会社青いぼすとHDブルーリール「係まで」まで。締切は1月27日。

通信販売コーナー

エバメールゲルクリーム



大切なのは水分です…。肌の乾燥を防ぎ、常にみずみずしいお肌の実現に！
180g入 メーカー希望小売価格3,675円を… 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
ご注文受付/月～金曜日午前9時～午後6時(担当/本間)

次号予告

1月31日号

港街拉麺物語

COMING SOON!

発行元 株式会社青いぼすとHD

STAFF

〒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/

発行者	佐々木 喜美夫	Kimio Sasaki
編集長	青山 慎司	Shinji Aoyama
ライター	野村 保子	Yasuko Nomura
	平井 由佳	Yuka Hirai
	由井 亜紀	Aki Yoshii
	花輪 志保里	Shihori Hanawa
	品川 真一郎	Shinichiro Shinagawa
DTP & WEB	武越 史幸	Fumiyuki Takekoshi
通販事業	本間 尚子	Naoko Honma

「新年準備」出版経験のある方なら、背筋が凍るNGワードの真中にボクはいます。しかも近年なかから徹夜するのはほぼ確実。小学生の頃冬休みに宿題を放り投げた頃、最終日に泣きながら家族総出で宿題をやる頃、成長して自分から家族とします。今は家族は手伝ってくれません。(A)

「仕事の高忙期の中をいかにちやちやとこなしていったら、また片づけるの」と言われた。言われたら、それは確か片づけるはず。片づけるのは、ちやちやとこなす。片づけるのムダ？ (B)

「新しい年に迎えること。今年こそ、災害のない穏やかな年であり、また、年頭の目標は、まず健康を維持して体力をつけること。年明けの1月27日(金)まで、そして、長年準備のため、短文をなにかまとめて、自己出版すること。実は、今年も同じ目標をかかげたものの、結果はたまたまのだけだった。(C)

今年のスケジュール帳は、その日の月の満ち欠けや月が位置する星座などが記されているものを選びました。月のサイクルに合わせて暮らすのヒントなども載っている。毎日の空と合わせて、手帳を開くのが楽しみ。ちなみに1月1日は、午後1時35分、天祥座から蠍座に移ります。この時間帯の重要な決断は、慎重にしたい方がいい。(D)

「年末準備」出版経験のある方なら、背筋が凍るNGワードの真中にボクはいます。しかも近年なかから徹夜するのはほぼ確実。小学生の頃冬休みに宿題を放り投げた頃、最終日に泣きながら家族総出で宿題をやる頃、成長して自分から家族とします。今は家族は手伝ってくれません。(E)

一緒にいい仕事、しませんか？ 青いぼすと記者募集!!

●履歴書送付先●
〒040-8605 函館どつく内
(株)青いぼすとHD「記者採用係」
●お問い合わせ●
☎27-9210 [担当/青山]

■青いぼすとに掲載する記事の取材・写真撮影・執筆・校正業務です。■請負契約業務となります。■経験者を優遇しますが、未経験者でも意欲のある方は採用する方針です。■記事データ、およびデジタル写真データをEパソンのメールで送信することができる環境にある方、さらに記事のプリントをFAXで送信することができる方、取材に自家用車を使うことができる方が対象です。■毎日出勤する仕事ではありませんが、毎月1回程度、編集会議に出席していただきます(終日)。■1月23日までに、左記まで履歴書(写真貼付)を郵送してください。書類選考の上、候補者には追って面接日ご連絡します。■詳細はお気軽に電話でお問い合わせ、ご相談ください(担当/青山)。

SPOTLIGHT

大好評につき「お得な3セット」再登場！ 株式会社クラシアン函館中央

「安くて、早く、安心」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」として前回大好評だった「お得な3セット」を再度提供します。

TOTOの超節水トイレ「GREENMAX4・8新ビュアレストQR」(ウォッシュレット付き)に、12月発売の新商品TOTO洗面化粧台「Vシリーズ」と、TOTOの蛇口(キッチンTKJシリーズ

ズ、浴室TMJシリーズのどちらか1商品の3セットで通常3万5580円のところ、10セット限定キャンペーン特別価格として

工事費&処分費込みで19万9500円で提供。仕入れから施工まで一貫して手掛ける同社だからこそ、



実現できた低価格です。出張・点検・見積もりは一切無料。24時間受付365日対応で、アフターフォローも万全。水道局指定工事店ですので、安心して作業をお任せ下さい。水まわりについてのご相談もお気軽にどうぞ。

●美原1・44・1

【フリーダイヤル】

0120・605・806



※掲載写真はイメージです

歯にも歯肉にも優しい、ホワイトニングはいかが？

ジロー湯川歯科

今年こそ、白く輝く歯を実現したいという人や、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、歯にも歯肉にも優しい、新たな「ホワイトニング」(保険外)をいかがですか？



相談およびお問い合わせもお気軽にどうぞ。
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

従来は、白くなくてもその後、歯肉が痛くなったり、冷たい水等がしみる等の症状を訴えるケースがありました。同院で行う新たなホワイトニング法は、そういうケースを極力なくし、歯にも歯肉にも十分配慮した方法です。

ポリリン酸ナトリウムという薬品(従来は歯周病等の治療に使われる薬剤です)を使うことでトラブ

ルを未然に防ぎます。
①歯の表面の再石灰化を促す作用で知覚過敏を防ぎ歯の健康を維持します。
②歯肉に有害作用がなく逆に歯肉の健康維持にも役立ちます。
③色が元に戻るケースは少なく、何度もホワイトニングを行わなくても白い歯を維持できます。

1度、お試しになられてはいかがでしょう？

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

