

POST IN FREE PAPER SINCE 1991 青いほすと

Issue. 490 2012.4.13 [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 [青いほすと編集室] ☎(0138) 27-9210 [FAX] (0138) 23-5699
[URL] <http://oceanplace.jp/aopos/> [Eメール] aopos@alto.ocn.ne.jp

春が来た!

例年以上に雪が多い冬を乗り越え、いよいよ道南地方にも待望の春がやってきました。ぽかぽか陽気の中、そして「コーデンウィーク」を間近に控え、ちよつと気持ちもワクワクするこの頃ではないでしょうか?

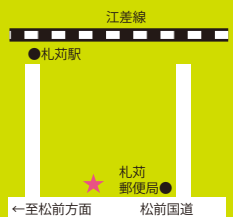
今回はスバリ、春に注目したいアイテムのあれこれにスポットを当ててみました。旬の味覚、春らしいスイーツ、ガーデニンググッズなどなど、たつぷりと春を楽しめるあれこれをピックアップしましたのでぜひ、あなたらしい素敵な春をお過ごしください。

お花見に、噂のジンギスカン

久上工藤商店



お花見のお供にお勧めなのが「久上工藤商店 ジンギスカン」、「ちよい店」のホルモン・ジンギスカン。厳選素材と手間をかけた「特上味付ラム」で地元で評判の「みそホルモン」、熊石町天然塩の「豚塩ホルモン」など、種類も豊富。肉厚で臭みがないホルモンの秘訣は丁寧な手洗い。工藤秀範代表のオススメは「味付けマトンコース」。肉の味が濃厚なこだわりの厚切りマトンです。商品の価格は2500g5500円、8000g16800円。発送注文は電話・FAXで、営業時間は午前8時半〜午後7時。毎月第1・3日曜日定休。●木古内町字札苅214 ☎01392・2・2312 FAX01392・2・4348



春限定の和菓子

函館千秋庵総本家本店



創業150周年「函館の風土に根差したお菓子」が人気の「函館千秋庵」。総本家は季節のお菓子の豊富。春の和菓子は、沖縄の多良間島の黒糖を使用した「へこ餅」(115円、5月31日まで販売)と、こしあんのみそあん2種類の「柏餅」(115円、5月5日まで販売)が定番の人気商品。こどもの日の上生菓子も4月25日前後から数量限定で店頭に並びます(189円、5



紫外線が強い季節は日焼け止めを!

メイクアップ



紫外線が強くなる5月の「メイクアップ」で月以降に注目したいのは美白効果もある日焼け止め。市内梁川町の「リサージュ」に、美白化粧品と併用することがオススメだそう。営業時間は午前10時〜午後7時30分。祝日定休。駐車場有。●梁川町7-8 ☎33-3543



キュートなグッズで生活を楽しく

オレンジハウス函館テオー店



キッチングッズやインテリア雑貨など、かわ活を始めるなら、同店のいいアイテムで人気の「キッチン雑貨はいいが、クマの形のフライパン、フタのカップ、ティンクボード、アヒルのフライ返しなど、使えば料理の楽しさが倍増しそうなかわいいアイテムが勢ぞろい。ひとつあれば重宝するというシリコンスチーマー型や丸型のほか花



型、星型、ハート型などをそろえています。食器類ももちろん充実。お掃除グッズなど、キッチンアイテム以外の生活雑貨も見逃せません。営業時間は午前10時〜午後9時。無休。駐車場有。●梁川町10-25 ☎32-0001

楽しいお弁当タイムのお手伝い

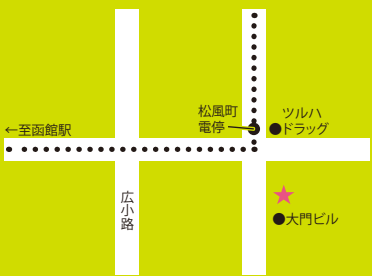
ZOO 函館松風町店



可愛い雑貨がいっぱいの『ZOO 函館松風町店』には沢山のお弁当グッズが並んでいます。人気はどんぶりタイプのお弁当箱。ご飯と具を別に温め、食べる直前にご飯にのせるというものの。ほかに、食べた後にコンパクトにできる物や保冷剤付きの物など豊富。「3WAY チョップスティック」(全8色)は、箸の反対側がフォークやスプーンになっけて様々な使い方ができます。毎日のお弁当はもちろん、行楽シーズンにもピッタリ

なお弁当箱でお弁当の時間を楽しく！ 営業時間は午前10時〜午後8時。毎月第3木曜日定休。駐車場有。

●松風町2-9
☎22-30012



生活に彩りを添えるガーデニングをさらに楽しく

MAMA KUKO 函館ポールスター店

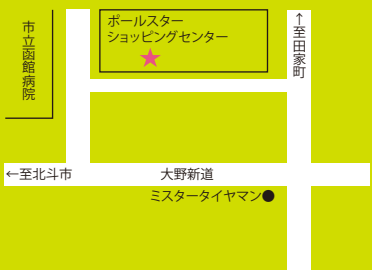


街に色彩があふれ出す春は、ガーデニングのスタートにも最適。初心者から上級者まで人気を集めるのが、生活雑貨のセレクトショップ

『MAMA KUKO (ママイクコ)』この店では、かわいらしい柄のガーデニングブーツ(4515円)やグロブ(399円)などのガーデニングウェアから、フланター(683円)やスコップセット(399円)などのガーデニンググッズまで幅広くラインナップしているので、充実した

ガーデニングライフを！ 営業時間は午前10時〜午後9時。無休。イトーヨーカドー店でも取り扱っています。

●港町1-2-1(B棟1階)
☎44-6621



さくら風味の春限定しふおん

函館おたふく堂



30種類以上もある「豆乳しふおん」をメインに、生洋菓、子や焼き菓子など、今金町産・鶴の子大豆の豆乳とおからを使った商品をそろえる

「函館おたふく堂」の風味を利かした「豆乳さくら」のしふおん(ホール中700円、大1000円、1カット170円)は、期間限定の春の味わい。販売は5月〜10月(10/15まで)。ほかに「さくらのおからボーロ」(380円)や「おからのとろろケーキ」(さくら)のミニマズレ(ヌ)「ヌ」(各

280円)などもオススメ。店内にカフェスペース有。営業時間は午前10時〜午後7時。毎週火曜日定休。駐車場有。

●中道1-22-5
☎32-2300



道南の春の味覚をいかが...

四季海鮮旬花

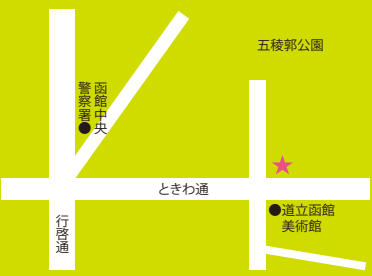


五稜郭タワー2階の『四季海鮮旬花』の春限定メニュー「煮付け」(写真右、580円)と、「函館和牛と厚沢部産アスパラの八幡(やはた)巻き」(写真左、630円)の2品はそれぞれ、道南の新鮮食材にこだわった4月30日までの期間限定メニュー。ほかに、地元

の春の素材を美味しく味わうことができる春メニューがあるので、ぜひこの店で道南の春の味覚を満喫してみてください。営業時間は午前

11時〜午後3時30分(LO) / 午後3時〜午後5時 / 午後5時〜午後9時30分(LO) / 午後8時30分。無休。

●五稜郭町43-9
☎30-6336



ウォーキングシューズ

ハッシュュパピー函館店



春靴なら『ハッシュュパピー函館店』へ。ウォーキング

シューズは、フアスナー付きで脱ぎ履きが楽な「ボンスアップ」の商品(写真左)が人気。かかとを押さえもしっかりしています。同じく「ボンスアップ」のウォーキングシューズ(写真右)で、水をはじくタイプも好評。各18690円。ウォーキングの時の靴下を履いて来店するのがベストです。普段使いは、トレンドカラーを表現した「ハッシュュパピー」の商品(写真

写真中央、13440円)がイチオシ。営業時間は午前10時〜午後7時半。毎週火曜日定休(祝日の場合は翌日)。

●松風町8-12
☎27-4468



桜並木近くのカフェでのんびり春ランチ

リーヴズ本店

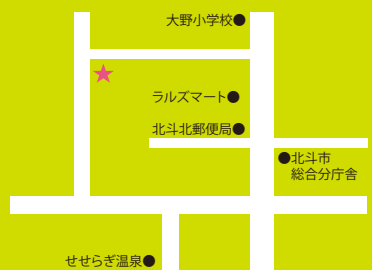


北斗市にある実力派カフェ『リーヴズ本店』。見た目も味も鮮やかなフードメニューをゆつくりと楽しむことで人気。春ランチとして4月

17〜20日に「菜の花とアサリのパスタ」を提供。アサリの出汁が効いたソースに菜の花の香りが春を感じさせる一品。さつと茹でた野菜のサラダは素材の食感を残しながら野菜の甘さも味わえます。それにスープ、ドリンクがセットで1050円。平日ランチは週替わりで様々なメニューが有。営業時

間は午前11時30分〜午後11時(ランチタイムは午後2時30分迄)。毎週月曜日定休(祝日の場合、火曜休)。

●北斗市本町2-6-21
☎77-1636



NCVキャッシュバックキャンペーン実施中!

「格安の中古パソコンが市内トップクラスの品ぞろえ」と評判のパソコンショップ「ブルーコンピュータ」。代表の田中勝也さんが東京・秋葉原で直接仕入れたデスクトップとノートパソコンは、それぞれ数千円〜販売しています。

この3月からは「NCVキャッシュバックキャンペーン」を実施しており、インターネット・電話サー



また、不要なパソコンをはじめプリンターや周辺機器などの引き取りも無料で行っておりまして、詳しくはお問い合わせ下さい(大型業務プリンターは除く。プリンターは処分

ブルーコンピュータ



料2100円。壊れていても引き取り可。そのほか、データの救出や修理、ウイルス対応などパソコンのことはお気軽にご相談を。

営業時間は午前11時〜午後7時。無休。駐車場。



My way

・全力投球

独創的な品ぞろえが評判

wonderful world!
(ワンダフルワールド!)

上村佳樹さん

昨年8月、北斗市七重浜に有名な「ヴィレッジヴァンガード」の本と雑貨の店「ワンダフルワールド」。本を読まない人のための本屋の文字が、店名より大きく書かれた看板が目玉。上村佳樹さん。

道南には住んだことがなかった「雑貨が好き」という実家はそこでもなく、函館でお店をはじめようと移住して開業しました。函館に来る前は全国に300以上の店舗を持つ、遊べ



「雑貨が好き」という実家はそこでもなく、函館でお店をはじめようと移住して開業しました。函館に来る前は全国に300以上の店舗を持つ、遊べ

は独立したいと次第に思うようになり、転勤の多い職場でもあったため各地を移り住みながら「どこで開業しようか」と考えていたと言います。函館に出店を決めたのは、旭川市で勤務していたころに観光で訪れ、「ここだ」と思ったからなのだと。こちらに来てから4月で丸1年になり、休日にはお店探しも楽しんでいくそう。

実用的な物もそうでない物も多種多様にそろった上村さんの店「お世話になったあの人に」というポップが添えられたますいキャンディや、思いのほか売れたという便器の形のカラー皿などユニークなアイテムも多数あり、店内は見ているだけでも楽しめる空間になっています。また、書籍は「人生を変えるきっかけになるか」をキーワードにセレクト。この春はバットマンやスーパーマンのグッズなどアメリカンな雰囲気の商品に力を入れる予定とか。

「ワンダフルワールド!」は北斗市七重浜 4・39・1、☎48・5201。プロクは「本を読まない人のための本屋」で検索。

「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」 ～最終回～ セカンドオピニオン

インプラントの治療費は全額自費診療であり、また各歯科医院が自由に設定できます。これが患者さんにとってとても解りづらいところでした。そのような声をたくさん聞きましたので、あえて当院での治療費をこの誌上で公開して具体的に説明してきました。言葉足らずの感は否めませんが、少しはご理解頂けたでしょうか。細部はかかりつけの歯医者さんに相談ください。

このシリーズも今回が最終回になります。最後にぜひ覚えておいてほしいことは「インプラント治療はやり直しがほとんどできない」ということです。ですから、治療方針でも治療費でも納得できないことがあれば、うやむやにしないで一度はほかの専門医の意見を聞かれるべきです。「セカンドオピニオン」と言って医療ではとても大切です。

次回からはまた新しいシリーズで皆さんに情報を発信したいと思います。宜しくお願い致します。

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



くらし豆知識

アイロンがけのコツ

アイロンがけは面倒で苦手で、生地にはアイロンの重み手という人も多いのでは? スーツやニットなどにアイロンをかける時のキールは「蒸気でふんわり、衣類に優しく。スーツにできてしまった着用品は蒸気でゆるませます。上着の場合はハンガーに掛けたままスチームするのがポイント。アイロンが生地と直接触れないように、少し離して行ってください。パンツの場合は台の上に置き、上着同様蒸気でしわをゆるませてから当て布をして熱アイロン。その際、上からぎゅつと押さえつけないよう注意してください。」「布には触っていないけれど、協力/しみぬぎや本舗 ☎83・7715



アイロンはスチーム量が多く、立てても蒸気が出るものがおすすすめ。

青ほの心

森まゆみさんと枕

カタログ誌『通販生活』が昨年春に「読者が選んだ暮らしの道具ベスト100」という特集を組みました。その第1位になったのが枕で、安眠できるというリピーターが多い人気商品です。しかし同誌は、その枕が少数しか売れなかった地域に着目します。それが、普天間基地をかかえる宜野湾市でした。そこで表紙にこんな文章を掲載したのです。「この枕で安眠できる幸せとは、この枕でも安眠できない沖縄県民の犠牲の上につくられていたのだ。ゆえに本誌としては沖縄県民を応援しない訳にはいかない」「普天間基地はアメリカに引き取ってもらおう。どうしても戻らなく引き返して本土の都道府県に移転しよう」とそれを読んで、この枕の愛用者であるノンフィクション作家の森まゆみさんから共感の電話がありました。そこで、森さんに普天間基地近くに住む読者の取材を依頼し、それが今月号に掲載されました。

取材では、基地の南側に住むEさんから「ここで軍事訓練しているのは新人。いわば若葉マークが住宅街の空を教習場代わりに操縦練習している」と教えられます。沖縄国際大学に米軍機が墜落したのは2004年のこと。Eさんは「騒音も辛いけど今も墜落が恐ろしい」と言います。飛行ルートの先には老人介護施設もあり、基地近くの小学校では校庭ですすりにジェット機が飛び中を子ども達が野球やサッカーをしていました。基地北側のMさんは滑走路の延長上にあり軍用ヘリの低空飛行でパイロットの顔が見えるほど。4歳の孫は爆音のたび泣きながらMさんにしがみつくそうです。訓練は日中、夜間を問わず突然行われるため、いつ爆音がかかるかと常に神経がすり減るような日々です。基地近くの高台に立った森さんは、灰色の軍用ヘリが目の前をバリバリと轟音をたてて飛行するのを目撃します。まるで自分めがけて突っ込んでくるようでとても怖い思いをしました。

沖縄の人々の辛さを、来て体感して初めて理解できたという森さんは「ここではまだ占領は終わっていない」とつくづく感じたと感じています。(無)

有限会社ユウキ広告企画『jam函館』

函館のタウン情報誌としておなじみの『jam函館』は、有限会社ユウキ広告企画によって平成8年4月に創刊。飲食店情報を中心とした「思わず街に出たくなるフリーマガジン」として、毎月20日前後に函館を中心に600箇所以上の設置場所で無料配布されています。現在では本誌だけでなくインターネットでも閲覧できるほか、「ハコイチ」(<http://www.hakoichi.jp/>)というホームページにて、よりリアルタイムな情報が届けられています。また、「もっと函館を楽しく」をモットーに、スタッフ全員がSNS(ソーシャルネットワークキングシステム)やブログで自分の体験談や現場の声を発信したり、函館全体を活性化するために様々なイベントを開催して人々が出かける機会を作りながら、常に読者と密着して未来創りを行っています。そして、さらなる函館の地域貢献を考えた域内消費・循環、つまり函館で貯められて、函館で使えるポイントカード「jam-ca(ジャムカ)」(<http://www.jamweb.jp/>)を発行。さらに「要保護児童対策」の活動を行っている函館未来創造基金のキャンペーン「Smile and say Hello」とコラボレーションした「HakoCa(ハコカ)」(<http://www.jamweb.jp/hakoca/>)というカードも発行されています。こちらのカードは、普段の買い物や飲食で貯まったポイントの50%が函館未来創基金へ寄付され、自動的に要保護児童対策のために使われる仕組みになっています。2枚のポイントカードは、加盟店舗もしくはホームページにて、いつでも無料で発行できるということです。



この歳でエステなんて...という時代ではありません！

ビューティトリートメントサロンローズ

あらゆる肌の悩みに効果を發揮している『ビューティートリートメントサロンローズ』の「パウライトフェイシャル」は、利用者の年齢層が幅広いのも特徴のひとつ。今回は同店のスタッフ小田一枝さん(67歳)にお話を伺いました。「私は主に経理を担当してい



スタッフ・小田一枝さん(67歳)年齢を重ねた肌だからこそ、パウライトフェイシャルをお勧めします！

も皆さん若々しくキレイになつていきます。60歳以上の方は無料送迎もありませんので、お気軽にお問い合わせください。10歳若返るのも夢ではない「パウライトフェイシャル」で、頑固なシミやシワをはじめ、くすみ、たるみなどを解消しては。初回お試し50発7875円・4月20日まで「青いぼすと見たで、鼻下脱毛プレゼント。営業時間は午前10時～午後8時(受付は午後6時半まで)。予約制。無休。駐車場有。60歳以上無料送迎有(旧函館市内)。

●戸倉町5・12「フリーダイヤル」0120・916・722

必見！春のガボールフェア

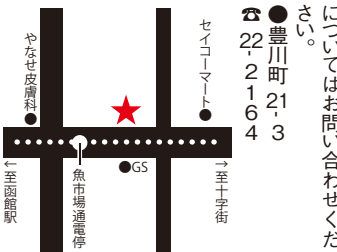
市内豊川町の『ランチャーネ』が、恒例の「ガボール靴のフェア」を行います。期間は4月14日(土)から4月28日(土)まで。履きやすさを重視しながら、デザイン性にもすぐれたドイツの靴「ガボール」は、1度履いたら手放せないというファンも多数。今回は春・夏物のカジュアルシューズやサンダルなどを豊富に展開します。オンドックスな黒、ブロンズなどのほか、白やブルー系などもそろって見逃せません。サイズは22・0センチから26・0センチまであり、フェア期間中は毎回好評の大きいサイズ靴も通常よりも充実させて用意しています。

●豊川町21・3 22・2164

フェア期間中の4月15日(日)、4月22日(日)の営業についてはお問い合わせください。

営業時間：午前11時～午後6時

毎週日曜 定休日。



ランチャーネ

人気のシャンプードレッサーを特別価格で

小野寺住設

創業87年、長年の実績に基いた豊富な知識と確かな技術で高い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」からお得なキャンペーンのお知らせです。トイレ、バス、キッチンなどといった水廻りのメーカー「TOTO」のシャンプードレッサーVシリーズを特別価格で販売。この商品は、水も髪の毛も流れやすくお手入れが簡単です。洗面台・鏡・収納スペースが広い「奥ひろ」を盛り込んだシャンプードレッサーが通常価格16万8500円を59800円(標準工事費・廃材処理費込)という特別価格で提供します。キャンペーン中のみの価格なので、まずはお問い合わせください。



そのほか、小野寺住設ではボイラーの点検も行なっています。点検料3000円、掃除(整備)料は5000円から。各メーカー対応可能なのでお気軽にご相談ください。

●美原1・22・9(本社)「フリーダイヤル」0120・750・750

ストレスためずに、体重を落とす！

辻薬局

「ぜったいヤせるゾ！」でおなじみの「辻薬局」では、青いぼすとに掲載からおおよそ1年間で、20～80代の男女問わず300人を超える人達が目標を達成しています。ダイエットをする上でなかなか避けられないリバウンドが心配していませんか？実はカウンセリングによってダイエットのコツを教えられる「WHO世界保健機関」(WHO)世界保健機関発表。なぜこんなに数値が高いのかと言っていると、自分に合ったダイエット方法を見つけていないからなんです。まず電話でご予約ください。営業時間は午前9時～午後7時。毎週日曜日、祝日定休日。

●万代町7・17 41・1017

北洋銀行万代支店となり



今月のおすすめランチ

FOODING CAFE es(エス)

「FOODING CAFE」という冠の通り、種類も量も充実したラインナップで人気の同店は、ランチタイムに5種類のパスタと3種類のご飯メニューが月替わりで楽しめます。

掲載写真の「ズワイガニと春キャベツのプレーンパスタ」(950円)は、しっかりしたズワイガニの風味と春キャベツの優しい甘味を、シンプルに塩コショウだけでまとめ、カニとキャベツの味わいを際立たせる1皿。それに、スープ、パン、サラダ、ドリンクが付いて充実のランチタイムを過ごすことができます。パスタやライスの大盛りが無料なので、ガッツリ食べたい人もぜひどうぞ。

営業時間は午前11時30分～午後2時(LO)、午後6時～午後10時(LO)。毎週水曜日定休。

●中道2-11-16 53-8555



元氣ナビゲーター・斉藤透さん



“楽しい気持ちが伝染してしまう人”私が斉藤透さんを一言で紹介するなら、そう答えます。

斉藤さんは函館を拠点に全国に渡り、講演会やワークショップをはじめ、

整体講師、レイキティーチャー、ヒーリング、光の言霊書き下ろしなどの活動を通じて「心と身体の健康」を伝えている「元氣ナビゲーター」です。「心が硬くなると身体も硬くなります。身体をほぐすと心もほぐれ、笑顔が増えます。心のキズは、光を当てることによりキズキに変わり輝きを増します」と、斉藤さん。講演会では、元氣な状態を維持できるように自分で自分の身体をほぐす方法を伝えています。光の言霊書き下ろしでは、心がほぐれてゆくのを実感できるでしょう。斉藤さんの活動を通じて元氣になりたい人、元氣の輪を広げたい人は下記へお問い合わせを。“元氣が出るメルマガ”もオススメです。また、ボランティア活動中、復興を願い書き下ろしたメッセージを再現した義援金付Tシャツも販売中!

【携帯電話】090-9527-4129
genki.navi@gmail.com
【メルマガ】00588256s@merumo.ne.jpに空メールで購読可

今夜の食卓に…おすすめワイン

オルキデア

- おすすめ料理 ● 筍ご飯 ● 山菜の天ぷら ● エビチリ

“蘭の花”という意味の「オルキデア」は、その名の通り豊かなフローラルブーケに富んだワインです。

熟したトロピカルフルーツの香りへと次第に変化する香りは、爽やかな酸味とともにグラスの外にまで広がってきます。幅と厚みを感じる辛口でしっかりとした味わいで、筍ご飯や山菜の天ぷらなどがよく合う今季の旬にピッタリの1本です。

また、甘味を感じる中華のエビチリなどにもおすすめです。酵母から溶け出したアミノ酸が豊かなコクと香りを与えるシュール・リー製法で作られているこの「オルキデア」は1本1365円。『地酒・ワイン屋みのや』で購入の際には、「蘭の花」と言ってください。

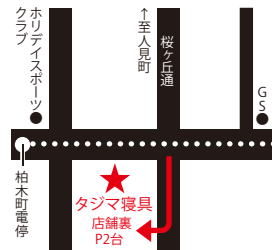


【取材協力】地酒・ワイン屋みのや 昭和1-26-23 ☎43-0020
日本ソムリエ協会認定ワインアドバイザー 藤澤節子

本紙の快眠話でおなじみの「タジマ寝具」の田島社長が自信を持って取扱いを始めたのが、総桐でできた「組子ベッド」(16万8000円)。シンプルに見た目の美しさと和室にも洋室にも合うデザインはもちろんだが、従来にはない特徴と寝心地感を実現し心地よい眠りを誘います。



福岡県の桐タンス職人さんが開発した「組子ベッド」の特徴は①湿気対策を最優先に、まずは同店体験ルームに



するため素材は総桐にし、さらに細かい木枠を組み合わせた「組子」をスノコの上に配置。②重さわずか36kg。女性でも移動が簡単で、組み立ても工具いらずの2分30秒。③立ち上がりの際、膝に負担がかからない40・5センチ程度の高さの設計。そのほか、桐の遠赤外線やマイナスイオン効果も期待でき、夏は涼しく冬は暖かく快適。有害物質も一切使っていないので、お子さんにもオススメです。

桐タンス職人が作った特許製品「組子ベッド」

タジマ寝具

「組子」をスノコの上に配置。②重さわずか36kg。女性でも移動が簡単で、組み立ても工具いらずの2分30秒。③立ち上がりの際、膝に負担がかからない40・5センチ程度の高さの設計。そのほか、桐の遠赤外線やマイナスイオン効果も期待でき、夏は涼しく冬は暖かく快適。有害物質も一切使っていないので、お子さんにもオススメです。



道産素材を使った手作りどら焼きで人気の「スウィーツ」は、やきやきのお知らせです。厚みのあるふくら生地、通常の3倍の餡をサンドした「贅沢どら」に、ハスカップ味が登場しました。白あんにハスカップをブレンドした新しい味です。北海道特産のハスカップは栄養価が高く、アントシアニンはブルーベリーの10倍も含まれており、ビタミンC、カリウム、カルシウムなども豊富。古くはアイヌが不老長寿の薬として珍重していたとも言われています。

たとも言われています。上品な甘さにやさしい酸味が加わった爽やかな味わいが特徴。価格は1個263円で、「スウィーツやき」の店頭でのみ直売価格の210円あり。また、種類豊富なレギュラーのどら焼きは価格も買いやすく、いろいろな味を楽しめるなど、食べやすくなった点が好評です。価格は「あずき」カスタードクリームが各100円、「純生クリーム」が「抹茶あん」各120円など、人気の生キャラメル入り

贅沢どらにハスカップ味が登場!

スウィーツやき

は各種130円〜180円で提供しています。営業時間は午前10時〜午後6時(日曜日は午前11時〜)。毎週月曜日、毎月第1・3日曜日定休。駐車場有。



今月4月から「富田病院」は北海道の指定を受け、「認知症疾患医療センター」となりました。センターには、認知症専門

医による診断や治療、精神保健福祉士による相談、家族学習会や広報誌の発行など多様なサービスがあります。また、認知症に関わる地域の様々な機関ともネットワークが結ばれているので、個々に合った適切なサービスを提供してもらえます。日本での高齢化は他の国に例をみないスピードで進んでいて、認知症と診断された人も年々増加しています。富田病院のもの忘れ外来には「認知症かどうか調べたい」「認知症の進行状況を知らたい」「新しい治療を試したい」など多くの人が受診されています。

また、認知症の介護の悩みを持つ家族のために認知症を理解する機会として、さらに同じ悩みを持つ家族同士の交流会の場として、家族学習会を開催しています。この学習会には富田病院に通院していない認知症患者の家族でも参加することができます。認知症に関する悩みや不安を抱えている人はお気軽に相談してみたいかが

相談の受付時間は毎週月〜金曜日の午前8時半〜12時半、午後は1時半〜5時半、土曜日は午前8時半〜12時半、新患は電話予約が必要です。● 駒場町9-18 ☎52-1112



大人から子供まで幅広い層へ音楽の楽しさと大切さを伝える「ヤマハ音楽教室」から、今までになかった新しい音楽プログラムが登場しました。ヤマハの新プログラム「健康的に腹筋呼吸を行うこと

行うことで脳への刺激にもなり、心と身体の健康を保つことを目的としたプログラムです。「ヤマハアベニュー五稜郭」では、5月から本格的に開始される「健康と歌」の無料体験レッスンの申し込みを受け付中です。4月18日と25日の午前11時〜正午を予定していますのでお気軽にご参加ください。ほかにも、歌とリズム運動を組み合わせたプログラム「健康と音楽」も行います。音楽教室のノウハウを蓄積してきたヤマハだからこそできる新しいプログラムをぜひ体験して下さい。まずは気軽にお問い合わせを。受付時間は午前10時〜午後8時。無休。● 本町23-2 ☎52-2982

ヤマハの新プログラム「健康的に腹筋呼吸を行うこと」



ヤマハ音楽教室/ウエルネス科 守田彩講師

認知症患者と介護者のための指定医療センター

医療法人 富田病院

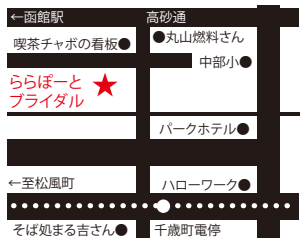
ヤマハの新プログラム「健康と歌」

ヤマハアベニュー五稜郭

結婚はバランスの取れた人間関係が最も大切です。しかし現実的には、外見に惑わされず自分の性格に合った人に巡り合うのは大変なもの。また、いざ結婚しても結婚生活の中の性格の不一致や金銭トラブルなど、夫婦の悩みはいろいろです。

『幸せな御結婚を考える会』主催の、結婚を考える人のための無料相談会が4月14日から5月13日まで開催されます。時間は午後3時～午後6時。会場は市内新川町の「ららぽーとフライダル」。

同会代表で結婚相談業「ららぽーとフライダル」を営む米木司さん（11写真）は、「お互い、思いやりの気持ちでお相手の方に寄り添い、助け合ってゆく心優しさが夫婦円満の秘訣です。私は仕事の関係でたくさんの方々とご面談し、御成婚へと導いてまいりました。そんな中、夫婦円満な家庭を築かれた方々のデータを参考に追求していった結果、そこにある共通点を見出すことができました」と話します。



●新川町 19.18
☎27-0303

相談会では米木さんが見出した円満な夫婦の共通点をもとに、幸せな結婚生活を持続するためのアドバイスをしてくれます。米木さんは、「相談には1人ひとりに懇切丁寧に対応させていただきます」とPR。将来結婚を考えている人なら初婚・再婚は問わず、プライバシー保護のため個別相談に応じます。お申し込み・お問い合わせは電話でどうぞ。



close up

幸せな結婚を望むなら、ぜひご相談を：
幸せな御結婚を考える会

いい店食べ歩き

道産粉手打ちうどん えぞ屋



場所は梁川公園の向かい側。『えぞ屋』は、車の往来が比較的少ない静かなエリアに建つ古民家を改装した手打ちうどんの専門店。提供しているのは今金町産の小麦・きたほなみ100パーセントの“道産粉(どさんこ)手打ちうどん”。カツオ節、煮干し、道南産昆布などの旨味を利かせた風味豊かなつゆでいただくうどんは、もっちりとした弾力があり表面はツルツルとしているのが特徴です。定番のほかアレンジを効かせた創作うどんが楽しめるのも魅力で、おすすめメニューは多数。写真は手前から反時計回りにバターとニンニクを効かせ、イタリアン風に仕上げた「うどんボンゴレ」(サラダ付、1100円)、

磯の香りとともに楽しめる「ギンナンソウとお餅のおろしうどん」(950円)、たっぷりの大根を乗せたサラダ感覚の「冷やしたぬきうどん」(800円)。なお、オーダーを受けてから茹でるため、多少の待ち時間が必要となります。時間に余裕を持ってご利用を。古民具などが飾られた店内も風情があっていい感じです。営業時間は午前11時30分～午後2時30分(LO)、午後5時30分～午後8時(LO)。5月以降は夏時間に変更。また、売り切れの場合は時間前に閉店。毎週月曜日休店。木曜日は夜の部休み。駐車場有(3台)。

●梁川町27-7
☎32-0668

voice

漢方薬の選び方

米澤弘美

風邪を引いたみた。風邪の回復に向かったそう
いだと、タンデイな方です。

が仕事帰りに来店されました。頭痛・鼻水・熱っぽい感じがあり、朝は平気だったのに午後から体調がかんばしくないとのこと。僕はガツチリと汗をかかば治るんです」とおっしゃっていましたが、汗っかきで普段スポーツジムとサウナで週3回は汗を流す習慣があるスポーツマンです。汗を出し過ぎて、体力消耗している方に、また薬で汗を出すことはお勧めできません。一般的に知られている「葛根湯」は発汗剤で、首筋や肩のこわばりがあり、すでに発熱してガクガクと悪寒がする方で、ガツチリと汗を出して差し上げたい場合に使います。数年前、新型インフルエンザの時期に有名になった「麻黄湯」も発汗させる処方です。咽頭の痛みでゼーゼー喘いでいたり、肩や首や背中や腰が痛みにまで悪化している場合に差し上げたい漢方です。ゲンジ上げ方には「麻黄附子細辛湯」を差し上げました。体の芯から温めて、出過ぎる汗はガツチリではなく、じんわりかくくくらいが、体力消耗にいたらず、ダルさが取れて

また、お昼頃0.5さん風の嬢様が腰をかかめてご来店されました。ダイエットに効くという漢方薬を自分で選んで買ってしまった下痢が止まらなくてのことでした。普段は快腸で便秘知らずの冷え症体質で、太っている様には見えないお嬢様です。もしやと思い「防風痛聖散」という処方名を選んだのではと訊ねました。まさしくこの処方だったようので、成分中にお通じが良くなる「大黄」が含まれています。便秘体質ならば何の支障もなかったものを、ダイエットに効くと思ひ込んで購入したのでしよう。青ざめているお嬢様には体の芯から温める「八参湯」を選びました。あまりにも辛そうで、このまま帰すには忍びなく、少しお店で休んでいただきました。天然成分のアミノ酸をお腹割りでゆつくりと飲んでお腹を温めました。お帰りになるころには頬がうっすらとピンク色になりました。お身体をお大事になさってください。

(漢方薬店経営)

はこだて医療情報

医療法人社団榊原循環器科内科クリニック理事長 榊原亨



不整脈とめまい

めまいを起こす原因はいくつありますが、不整脈でもめまいを起こします。不整脈のために起こるめまいは失神の前であり、時には突然死の前兆を意味することもあります。脈が非常に遅くなったしばらく心臓が止まる場合や、脈が速くなる不整脈の場合にも起こります。こんな時には、血圧が急激に低下するために脳に血が廻らないのと、全身の脱力が同時に起こり、血の気が引く感じがします。たいていは数秒間でもとに戻り、動悸や冷や汗がでます。数秒で戻らないと意識を失って倒れ、30秒以内に意識が回復します。もっと長く続くと突然死に至る可能性が出てきます。

脈が遅くなる不整脈は多彩にあります。代表的なものは洞機能不全症候群や高度な房室ブロックで、心臓の電線が切れて心室が動かなくなる状態です。3秒以上心臓が止まるとめまいがしてきて、5秒を超えると失神するようになります。10秒くらいの心停止ではけいれんも始まります。自律神経のアンバランスなどの一時的な原因なら治ることも多いのですが、進行する心臓病の場合にはペースメーカー(心臓を電気刺激して動かす機械)を植え込む手術が必要なものもあります。

心臓は全身に血液を送り出す水鉄砲のようなものと考えてみてください。たっぷり水を吸い込んでキューッと押し出すと、たっぷり水をとばすことができます。これをすごく速くすると、吸う時間もなくなれば押し出すこともできないので、水を飛ばすことはできません。1分間に200回以上の脈になると心臓も血を送り出せなくなり、めまいを起こします。心室頻拍、心室細動と呼ばれる心臓がけいれんするような不整脈では、すぐに自然停止しなければAEDでの電気ショックが必要であり、突然死の原因になってしまいます。

正確に診断するためには、めまいの原因に不整脈を疑うことから始まります。心電図や、ホルター心電図と言う24時間の心電図検査が欠かせない検査です。突然の失神で骨折して何年もたつてから不整脈に気付くこともあります。このようなめまいや失神には注意してください。

●大川町12-22 ☎43-1222

ドクター講座

医療法人社団東野内科消化器科クリニック院長 東野清



ピロリ菌が陽性とされたら...

もちろん治療すべきでしょう。高齢者で希望されない人には、必ずしも勧めはしません。

現在日本人の約6000万人がピロリ菌に感染しているといわれています。感染率は若い人では低く、60歳以上では80%を超えています。ピロリ菌は胃十二指腸潰瘍だけでなく、胃癌の原因であることが明らかとなっています。除菌治療に成功すれば、将来胃癌の発生を著しく減少させることができます。日本ヘリコバクター学会のガイドラインでは、ピロリ菌感染者全員に除菌治療を強く推奨しています。しかしながら保険診療ではほとんどが適応外で、治療どころかピロリ菌感染の有無さえ知ることができないのが現状です。最近よく健康診断でピロリ菌の検査をされているのを見かけますが、残念ながらピロリ菌が陽性と判定されても、保険診療では治療できません。

前回の青いはずとも紹介しましたが、当院では昨年の10月から採血だけで胃癌になりやすいかがわかる胃癌のリスク検診(ABC検診)を開始し、ピロリ菌感染と胃粘膜の萎縮の有無を判定し、AからDの4群に分類します。その結果をもとに内視鏡検査の間隔や治療などのアドバイスを行っています。ピロリ菌陽性者には自費で除菌治療をしています。治療はとも簡単で、1週間の内服治療のみです。1回もしくは2回の治療で除菌率は極めて高く、当院での除菌率は95%を超えています。つまり、治療さえすれば、ほとんどが治ります。胃癌は肝臓や子宮頸癌とともに、予防できる数少ない癌の1つです。

注意していただきたいのは、ピロリ菌が消えても胃癌の発生はゼロではありません。内視鏡検査でのフォローアップが必要です。除菌治療と胃癌発生抑制効果は胃粘膜の萎縮の程度が軽いほど(ABC検診のB群)、若い人ほど有効です。言い過ぎかもしれませんが、胃癌になりたくなかったら、できるだけ早く一度は胃癌のリスク検診を受けましょう。ピロリ菌が陽性であったら、できるだけ早く治療しましょう。

●八幡町21-12 ☎41-1818

SPOTLIGHT

大好評！ 超節水トイレがお得

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」が大好評。今回は、人気の超節水トイレがお得です。

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。その上、掃除のしやすさも追求したTOTOの超節水トイレ「GREEN MAX4・8新ピュアレストQR」(タンク付き)通常13万9230円のとこ



写真はイメージです

ろ、30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6万9800円を提供します。この機会を、ぜひお見逃しなく！なお、ウオッシュレット付きは別途見積りとなりますので、お気軽にお問い合わせ下さい。INAXのトイレも取り扱っております。仕入れから施工まで一貫して



イメージキャラクター 森末慎二

手掛ける同社だからこそ実現できた低価格。出張費・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ください。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

便利で親切な保険屋さん

横山満代理店

年々多様化している様々な保険を活用して、あなたにとってピッタリな保障内容を備えることが可能です。そこでオススメしたいのは、便利で親切な保険屋さん『横山満代理店』。

『横山満代理店』では、1社の保険会社にかたよらず、中立の立場から1人ひとりに合った保険を選んでいきます。また、様々な情報が溢れている保険について、わかりやすく説明してくれる点も大好評。これから保険に入りたい人はもちろん、保障内容の見直しや確認、各種手続きなどを含め、相談や見積りは全て無料で行っています。これまで、保障内容はそのままでも、保険料が安くなったというケースは少なくないのだとか。しかも、



相談や見積りは都合の良い時間や場所に合わせ訪問してもらえますので、忙しい人や、車のない人も保険を考えるチャンスといえます。

かがですか。なお、85歳まで加入できる保険もありますので、お気軽にお問い合わせください。

より賢く、よりお得に、あなたにとって1番良い保険を選びたいなら、さっそく相談してみてください

「募集代理店」
横山満代理店
●東山町181-5
【フリーダイヤル】
0120-913-609
【携帯電話】
090-7514-7345
「取扱(引受)保険会社」
アブラック
オリックス生命
メットライフアロコ
三井住友海上あいおい生命
【募文番号】
AF218-2011-0009 10月7日