

POST IN FREE PAPER SINCE 1991 青いほすと

Issue. 491 2012.4.27 [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

葡萄酒を気取らずに……。

ひと昔前、例えばカジュアル感覚のフレンチのお店を紹介するようになった時に、「フレンチをお箸で気軽に……」なんていうキャッチフレーズをよく使った。近頃のワインの楽しみ方もそういう感覚なのではないだろうか? 本格フレンチやイタリ안의レストランにおけるワインはどちらかといえば、美味しい料理を味わうための存在。しかし、ワインを気軽に楽しめる飲食店の中には、ワインを楽しむための料理が用意されているところも少なくない。今回は、気取らずにワインを楽しむ店にスポットを当ててみた。どの店も店主のこだわりが感じられる個性的な店ばかり。ワインはもちろん、店のムードにもたっぷり酔いしれる一夜を……。

マスターソムリエのいるワインバー

シャトー・ド・ラ・ポンプ

ワインを飲みながら「シャトー・ド・ラ・ポンプ」がおすすすめ。オーナーの久保有一さんは



道内に2人しかいない日本ソムリエ協会認定のマスターソムリエ。ワイン(ボトル5000円)は、フランス産をメインに常時120種類ほどを用意。また、グラスワイン(1000円前後)は各国ワインを月替わりで提

昭和レトロの店で気軽にワインを

Bar 木下酒店

昔の古本店を改装した飲み屋でワインを飲む。広くなく、気取りも



ない店だから、知らない人同士もいつしか笑顔で語りはじめる。昭和レトロなムードが評判の「Bar 木下酒店」の魅力といえは、そんな感じだろう。店主のこだわりで選んだワインはグラスが5000円、ボトルは3000円台。ワインカクテルは3種類あり、各600円。春を感じさせるオスス

供。甘口のデザートワインも有。フードはワインに合わせて選んでくれる「チーズ取り合わせ」(1200円)や「パテ」(写真、900円)などが人気。営業時間は午後7時〜深夜0時。毎週日曜日定休。

●本町7-22
☎53-40005



メのつまみは「スベアリブと春キャベツのトマト煮」(写真、手前800円)、「スモークしたニシンのみそマスタートード」(写真、奥600円)。営業時間は午後7時〜深夜1時。毎週日曜日定休。

●宮前町15-4
☎42-6987



お酒にぴったりな洋食屋さん

函館大門食堂 ダイナー・カラマール

大門で評判の「函館大門食堂 ダイナー・カラマール」は、老若男女問



わず人気の店。「マスターおまかせ5点盛り」(写真、1000円)はレバー、ペースト、砂肝のコンフレ、豚の紅茶煮、トリッパの5点盛り。どの料理の味もワインに合うように作られていて、「レバーペースト」以外は時によって変わるかも……というマスターのおすすすめ料

●松風町4-5
☎83-5388



ボールのイメージでワインを気軽に

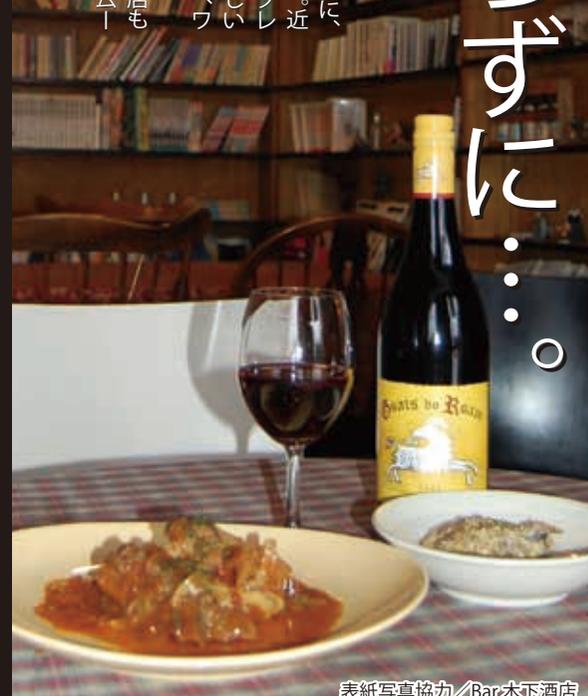
ダイニング草薨

鉄のオブジェがお洒落な「ダイニング草薨」。を中心に洋食も味わえ、その日仕入れた食材で種類も豊富。ワインは手頃なものがある



ており、グラスワインは600円、ボトルワインは3000円くらいのもが中心。雰囲気を楽しめるノンアルコールワインも人気です。「子羊のグリル」(1480円)には、手頃で飲みやすい南アフリカ産

●亀田町16-22
☎45-5750



表紙写真協力/Bar木下酒店

モツ鍋とフレッシュワイン

九州居酒屋 ウェスタンキッチン



味も香りも新鮮にキープで『ウェスタンキッチン』。ポトルきるワインセーバーがある 内に酸素が一切入らず抜栓したての新鮮なグラスワインを堪能できます。人気のモツ鍋は秘伝の味噌・塩・醤油と赤(辛味)があります。薩摩赤鶏のたたきやコリコリの皮ほん、チキン南蛮なども人気メニューで飲み放題の宴会プランも大好評(3000円)。来月から辛味噌を使った「ちりとり鍋」が新登場。鉄板焼きに近い新感覚鍋で人気の

予感、極秘メニュー「刺プロジエクト」も進行中。営業時間午後5時〜ラスト。毎週水曜日休。
●本町 32 29
☎ 33・6150



函館らしさを味わえる坂下のワインバー

カサ・フロール



二十間坂の麓にある『カサ・フロール』は、女性1人でも気軽に入れる店。10種類にも満了「呑みメインの店」と思わせるが、女性オーナーの井上さんは「可能な限り何でも作りま」と話す。今紹介するのは、「和牛ハンバーグ」は、ナイフを入れると肉汁が溢れ出すピンクがかかった断面で「お」と思うが、牛100%なのでご安心。通常はミディアムだが焼き加減もオーダー可能。ワインはグラス600円

からというお手頃価格。ハンバークには重めの赤がオススメ。営業時間は午後7時〜午前0時。月曜日定休。
●末広町 17 17
☎ 27・1027



今夜は白ワインで乾杯!

かぜまち軒



気が合った仲間同士の飲み会。乾杯はよく冷えた白ワイン。料理はそれぞれ好きなものを頼んでみんなでつまみながら。梁川町の『かぜまち軒』で、そんな楽しいワインとのひと時をどうぞ。ワインはグラス470円、ポトル2500円とリーズナブルで、ワインに合うオースメの料理は道産小麦の生地の香りが特徴的な「ピザ」(980円)や「キッシュ」(400円)、「鶏レバーのペースト」(500円)など。宴会

プランにもワインが飲み放題になるというのも嬉しい。営業時間は午後5時〜午後11時(LO)。毎週日曜日定休。
●梁川町 18 10
☎ 54・6168



気軽に立ち寄れるベイエリアのバル

ラ・コンチャ



異国情緒漂う西部地区の中間、地元素材を使った本格でも、存在感の際立つた付ま的なスペイン料理が楽しめる「ラ・コンチャ」。注目は10種類以上のピンチョスの中から店が選ぶ「ピンチョス3点盛り」。取材時は滝川産合鴨ペースト、近海産アカザラ貝のクリームコロッケ、道産ニシンの酢漬。ワインは、ベルデホ種ブドウを使ったスペインワイン「リスカル」。冷えた状態だと柑橘系の酸味を楽しめ、温度が上がると芳醇な

樽香が立ちのぼる。営業時間は午後5時〜午後11時(LO)日曜日は午後10時30分(LO)。毎週月曜日定休。
●末広町 14 16
☎ 27・2181



和の空間で洋食とワインを!

二代目 佐平次



全国から取り寄せた日本酒。次は、ワインを飲みたい人にもオススメの1軒。和風の店内で味わえるのは洋食が中心で、主に地元の食材を使用しています。北斗市のおぐに和牛を使った「おぐに和牛のモツアレラ包み焼き」(900円)には、バランスの取れた味わいの「フリマクリステイ」(ポトル3800円)を。グラスワイン500円、ポトルワイン2800円、国産のスパークリングワイ

ンもオススメ。宴会は飲み放題付き4500円。営業時間は午後6時〜深夜0時。毎週月曜日定休。駐車場有。
●五稜郭町 4 13
☎ 51・3939



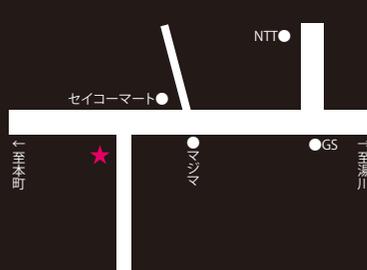
蕎麦屋で楽しむ自然派ワイン

手打ち蕎麦 きたわせ



こだわりの手打ちそばが評判の『きたわせ』。夜はそば屋一品料理やお酒なども豊富に用意しています。ワインは有機ブドウ100%の有機ワインと、農薬や化学肥料を可能な限り使わずに作られた自然派ワインがグラス480円、ポトル2700円。備長炭で焼く焼き物や最高級そば粉を使ったクレープ・ガレットなど、手間暇かけた料理とともにどうぞ。写真は「豚のロースのマスタード

焼き」(980円)。営業時間は午前11時〜午後11時。一品料理は午後5時から提供。毎週水曜日定休。駐車場有。
●松陵町 10 16
☎ 87・0605



『居酒屋 張家口』開店!

人気の本格中国料理店『張家口』が、午後5時から『居酒屋 張家口(しゅか)』として楽しめるようになりました。営業時間も午後11時まで延長となり、ゆっくりと過ごすことができます。



これまでのメニューに加えて、『ワンタン揚げ(480円)』や『あさりバター老酒風味(680円)』、『鶏の半身(980円)』も根強い人気で、ほかにもお得なコースやセットが盛りだくさんです。飲み放題は90分1200円と1200分1500円。本格中国料理をたっぷり満喫できる『張家口』で家族や友人と一緒に楽しい時



中国料理 張家口

間を過ぎませせんか? 営業時間は午前11時〜午後3時、午後5時〜午後11時。毎週火曜日定休。
●石川町314・447・7570



素敵な着物で心に残る結婚式を...

和装ブライダル専門店あおき

亀田本町・JR五稜郭駅隣の青木ビルでレンタル衣裳店を展開する青木幸子代表がこの4月から、『和装ブライダル専門店あおき』を同ビルにオープンしました。

全日本婚礼美容協会振袖花嫁全国大会金賞など、和装の世界で数々の実績を持つ青木代表が、『くさんの新婚さんに、気軽に和装を利用してほしい』という思いから、リーズナブルに衣裳や小物などをレンタルしています。



衣裳は白無垢や色打掛などのほか、男性の紋服もあります。新郎新婦のレンタル衣裳代、かつら、かんざし、角隠し、綿帽子などの小物レンタル、メイク、ヘアセット、婚着付けが全て含まれて8万5千円という料金。また、これに市内及び近郊の神社での挙式をセットにして10万円という嬉しいプランもあります。



青木代表がトータル的な相談を受け付けるのは、経験豊富な若いスタッフの感性も活かされるので結婚

披露宴で和装ショーのような演出をすることも可能。また、婚礼写真の撮り方や結婚披露宴会場などの相談も受け付けているので、心に残る和装ブライダルをお考えの人は、ぜひ一度ご相談ください。

営業時間は午前10時〜午後5時(毎週火・金・土曜日は午後9時まで)。毎週月・水曜日定休。
●亀田本町 65・27 JR五稜郭駅隣『フリーダイヤル』0120-423295

Delicious Slow Style

地元の食材を食べよう! 関川シェフの美味しいスロウスタイル

レタス
95%が水分のレタスは、ビタミンやミネラルなど体に必要な栄養素をバランス良く含んでいます。春に収穫されるレタスは葉がやわらかく、甘みが強いのが特徴です。

シェフのごこだわり食材
当店では、『高坂農園』のレタスを使っています。収穫したばかりの野菜を配達してくれることで評判の『八百ねっ』でお求めください。お問い合わせは090-3893-0502(高坂)までどうぞ。ホームページはhttp://www.yao-net.net.

関川 裕哉さん
1977年生まれ。七飯町出身。道内各地やフランスで働き、2009年3月にル・ヴァンに就任。独特のセンスを活かしたお料理が好評。



今回の料理 「レタスのプレゼ」

- 材料(4人前)
- レタス…1個 ●タマネギ(小さなさいの目に切る)…1/4個
 - ニンジン(小さなさいの目に切る)…1/4本
 - セロリ(小さなさいの目に切る)…1/4本
 - 無塩バター…30g
 - ブイオン(市販の固形ブイオンをのぼしたのもの)…200cc
 - 塩・こしょう…適量



- 作り方
- ①オープンレンジを180度に温めておく。
 - ②レタスを株のまま1/4カットし、さっと塩ゆでする。水にさらし、手で絞って水気を切る。
 - ③タマネギ、ニンジン、セロリをバター10gで色づけないようにして炒め、ブイオンを加えて温める。
 - ④グラタン皿にバターを塗り、レタスを並べる。塩・こしょうをふり、ブイオンを野菜ごと注いでひたひたにする。バター20gを小さく切って散らす。
 - ⑤オープンレンジに入れ、時々煮汁をかけながら15〜20分煮込む。

レタスのプレゼ
『ル・ヴァン』で4月28日(土)〜5月10日(木)の間、「2000円ランチ」のメインの付け合わせとして使います。

ル・ヴァン
11:30~14:30(LO/14:00)
17:00~22:00(LO/21:00)
毎週火曜日定休 駐車場有
函館市末広町3-5
ワイ・コンコルディア
リゾート&スパ6階
TEL 24-5300

プレゼとは“蒸し煮”のことで、煮汁がそのままソースになるフランスの料理法です。レタスは生で食べるイメージが強いですが、この料理法によりレタス独特の苦味が弱まり、旨味が増します。白身魚のソテーや鶏肉のソテーの付け合わせにぴったりの料理です。



くまのがっこう
山の寄宿舎で暮らす12頭のくまの子達の日常を描いた絵本『くまのがっこう』は、日本のほか海外でも親しまれ、2002年の第1作発売以来、累計190万部を売り上げている人気絵本シリーズ。写真に写っている大きな頭と愛らしい表情が特徴的なくまのキャラクターは、その絵本の主人公『ジャッキー』。12頭のなかで唯一の女の子であり、一番のおチビさんという設定のくまの子です。文房具やお弁当グッズ、食器などさまざまなアイテムが展示されています。

4月には10周年記念の『ジャッキーガーデンスシリーズ』も登場しています。協力/オレンジハウス 函館テオー店 320001

青の目

草野球の神様3

▼社会人野球クラブチーム『函館大洋(オーシャン)倶楽部』の設立は明治40年。現存する社会人クラブチームとしては国内最古の歴史を持つ。函館野球の聖地ともいわれる千代台公園野球場はこのチーム名にちなんで『オーシャンスタジアム』と呼ばれている。この全国に誇るべき野球史を持つ函館の野球熱を受け継ぐ人達の中には、オーシャンスタジアムではなく、市内に点在するあちこちの野球場で野球を楽しむ草野球愛好家も多い。函館は草野球が盛んな街である。プロ野球にも負けず劣らぬ真剣勝負が繰り広げられるその素晴らしい世界に、僕も昨年まで身を置いていた。そして本欄でも過去に2度、『草野球の神様』という題名で、頑張っている選手や諦めない選手にご褒美をくれる野球の神様をテーマに執筆させていただいた。▼そんな僕の20年以上の草野球人生を締めくくる引退試合はオーシャンスタジアムで行うと決めていた。チームの主将としての最後のわがままだ。▼昨秋、仲間内の4チームがオーシャンスタジアムに集まっていた。対抗戦。各1回戦2試合が午前中に行われた。午後からは3位決定戦、最後に決勝戦が行われる予定だったが、急きよ決勝戦が先に行われることになった。その日の天気予報が、午後から雨。だったから。我がチームは初戦で敗退したため、必然的に僕の引退試合は最終戦ということになった。もちろん引退試合が雨で流れることも覚悟していた。▼スコアボードには全盛期の打順だった1番打者として僕の名前が表示され、試合開始のサイレンが鳴った。守備について周りを見渡すと、みんな自分の息子といったもおかしくないほどの若者ばかりだった。久々のスタメン出場だった僕は、エラーはするし、三振はするしで試合のほうはさっぱりだったが、秋晴れの青空は最後まで一点の曇りもなく、眩しい西日を浴びながら野球人生最後のゲームセットのコールを聞いた。この澄み切った青空こそが、野球の神様の最後のご褒美だったのだと信じている。▼今年も5月から、函館の草野球シーズンがスタートする。頑張っている選手、最後まで決して諦めない選手にご褒美をくれる草野球の神様は、今年も誰に微笑むのだろうか? その微笑みの行方を、今年はバックネット裏から窺ってみようかと思っている。 (慎)

ココロで感じてほしい

自分の家や車の中で1人である時は別として、人前で歌を歌う時は誰もが“上手く歌いたくないなあ”と思ってしまいます。本当は、楽しく声を出しているだけでいいはずなのに…。

逆に、他人の歌を聴く立場だとどうでしょう？ テレビやラジオで何気なく耳にした歌。カラオケに行き、しょうがなく聴かなきゃいけない歌。卒業式に後輩から送る歌。甲子園の試合後に高校球児が歌う校歌。歌は色々な場面があり、聴こえ方もその場面によって違ってきますが、ひとつだけ言えるのは歌を判断するのは、決して「上手い」か「下手」かではないということです。



シール「ソウル2」(2580円)

今回のオススメCD1枚目は、シール「ソウル2」。ブラジル系の父とナイジェリア人の母から生まれた彼の本名は「シール・ヘンリー・オルセガン・オルミテ・アデオラ・サムコル」といいます。デビュー20周年、現在49歳のヴォーカリスト。2009年に発表した第1弾に続く、思い入れたっぷりのソウルクラシックカバーアルバムの第2弾。“ローズ・ロイス”“オー

ジェイズ”“テディ・ペンダーグラス”“マーヴィン・ゲイ”など、ソウルの偉人たちの名曲を堂々と歌いあげ、聴いていて気持ちが晴々とする作品です。



もう1枚は、オムニバス「Afternoon Tea CLASSIC」(1980円)。ジャズやラテンなど様々なジャンルの名曲を集めて好評のシリーズ「コーヒー・ブレイク・ジャズ」シリーズの妹分として発売になった、紅茶でクラシックを聴いていただくという好企画CD。音源を豊富にもつEMIクラシックから2枚組・全20曲はお得です。



【筆者】
白井和也 店长
玉光堂五稜郭店
●本町17-2
☎32-8525

やさしいお弁当、「菜食健美」新発売！

「練みがき弁当」でお馴染めを発売しました。みの「みかど弁当」が新商品 身体にも心にも優しいお



十五穀入りのご飯に鮭節のでんぶかけ 700円

「菜食健美」をたくさん「食」べて「健康」に「美」しく「活」きた野菜中心のメニューは、腹持ちが良く栄養豊富な十五穀入りのご飯に、こんにゃくとごぼうの入った五目豆、鰯の角煮は柔らかく上品な味付けに仕上げ、メインの鳥賊ハンバーグは食物繊維たっぷりの茸のあんをかけ、ヘルシーでありながら食べごたえもあります。1品1品丁寧に作られたお弁当は、全10品目で439キロカロリーという低いカロリー。心と身体をいたわったお弁当を、ぜひ一度ご賞味ください。限定販売となりますのでお早めに売場へどうぞ！

●営業時間は午前6時30分～午後7時。無休。
●若松町1213 函館駅1階
●ご予約・ご注文は… ☎22-2690

みかど弁当

親切丁寧、安心の買い取り

お宝本舗えびすや函館五稜郭店

家で眠っている不要な金のネックレス、ブレスレットなどがあつたら今が売り時。片方なくしたピアス、壊れたネックレスでも大丈夫、まずは市内本町の「お宝本舗えびすや函館五稜郭店」で査定を受けてみませんか。

そのほか、バッグ・時計などのブランド品、テレカ、古銭、コイン、商品券、携帯電話、普通・記念切手まで、買い取り品目は幅広く、親切な女性スタッフの対応で居心地がよく、女性やお子さん同伴でも安心して利用できます。全国チェーンの店なので、アイバンもしっかり保護し、査定も丁寧です。安心して査定を受けてください。不要と思っていた品に思わぬ高額査定が出ることもあります。

なお、買い取りの際には運転免許証や健康保険証など身分証明書が必要になりますので、必ずご持参下さい。買い取りは店頭だけでなく出張買い取り、郵送買い取りも行います。

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
「フリーダイヤル」
0800-8000-0776
http://www.otakarabonpo-ebisyuva.com



期間限定、「フランスセール」

元町の「アリエーション・デコール」では、母の日に向けてフランス直輸入商品のセールを4月28日～5月13日、期間限定で開催します。



南仏らしい花柄プリントのエプロンやスリッパ。味のある手描きの絵付けの食器。ほかにも人気商品のフワアール・シメント、クッション、テーブルクロス、ランチョンマット、ナプキンなど、女性の心を潤す品々に、ありがたうを添えて…母の日のプレゼントにぴったりです。5月14～27日は、カーテン・ファブリックフェアも開催します。この期間中は、商品の数に限りがあるのでお早めにお立ち寄りください。

●営業時間は午前10時～午後5時。毎週水曜日定休。
●元町30-25 五島軒斜め向かい ☎22-1978

イリユージョン・デコール



両期間中、店内にある全商品が10～50%OFF。各商品は数に限りがあるのでお早めにお立ち寄りください。

昼食プランで優雅なひとときを…

湯の川温泉街にある純和風旅館「竹葉新葉亭」は、穏やかな時が流れる老舗旅館。心も体も満たされる料理や温泉はもちろん、創業以来60余年受け継がれてきた、おもてなしの心、は最上級オースメの「昼食プラン」で、優雅なひとときを満喫させませんか？

「昼食プラン」は、「竹葉浴午後2時」・土・日曜日も利用できますので、大人の集まりから家族団欒まで幅広く楽しめます。

3日前までの予約制ですが、満室の場合もありますのでお早めにご予約ください。

●湯川町2-6-22 ☎57-5171



焼物イメージ
露天風呂も
思う存分
堪能できま
す(タオル
やシャラン
プー類有)。
利用は午前
11時半～
午後3時半
半(食事午



竹葉新葉亭

親子ひろば

母の日のプレゼントにお手紙をもらったことがあります。いざ使おうとすると、誰がやるか譲り合っていた子供達です。ということで、母の日を前にした今回は「お母さんへのメッセージ」を紹介します。

取材協力／函館短期大学附属幼稚園
学童保育所あさかゼクラブ



かいと君「いつも一緒に遊んでくれて何でもサポートして言ってくれるママが大好き！」



あきら君「大きくて優しいお母さん。お母さんの料理大好きだよ！」



りこちゃん「いつもご飯を作ってくれてありがとう。ママのカレーが一番美味しいよ！」



しおんちゃん「スキーが上手なママ。クリンピアに行ってママと一緒にスキーをするのが大好き！」



せなちゃん「公園に連れ行ってくれてありがとう。ママとお風呂に入るのが一番好きだよ！」



むせい君「大好きなのはママにキョットしてもらって、いつもありがとう！」



しんさく君「ママのご飯美味しいよ、ありがとう！」



ゆうたろう君「学校の先生のお仕事を苦勞さま！」



ななちゃん「ラッポのお仕事大好きだと思っけんハッテね！」



きはねちゃん「いつもお仕事してくれてありがとう！」



ゆうと君「サッカーの試合の時に送ってくれてありがとう！」



しん君「お母さん、お仕事がんばって下さい！」

Naruhodo Topics

なるほどトピックス



創業87年という長年の実績と知識に基づいた信頼の技術と、豊富な経験に裏打ちされた的確なアドバイスで多くの支持を得ている水道局指定工事店「小野寺住設」

人気のパナソニック洗浄便座が、お得な価格で！

装着もほとんど全ての便器に対応しているの、お得なこの機会にぜひどうぞ。価格は工事費込みで通常78000円のところ、先着30台に限り28000円。小野寺住設なら豊富な施工実績を持つスタッフが親切丁寧に対応し、アフターサービスも年中無休で対応してくれるから安心です。このほか、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。気軽にご相談を。

●美原1・22・9(本社)
「フリーダイヤル」
0120・750・750

から高い人気を誇る洗浄便座「パナソニックビューティー・トワレ」が、お得に購入できるお知らせです。

この洗浄便座の人気の理由には、お手入れの手軽さと手頃な価格。継ぎ目がなく汚れの付着しにくいステンレスノズルを採用し、スイッチひとつでノズルが出てくるので定期的なお手入れが簡単な上、使用前・使用后・立ち上がり後の3回、自動でノズルを洗浄するの「キレイが長続きします。さらに、本体の脱着もワンタッチなので、隅々までのお掃除も楽ちん。



あなたが選んだお母さんへの感謝の気持ち...「MAMA KUKU(ママイクコ)」はその気持ちを大切に、雑貨店ならではのラッピングでお渡し致します。

日頃の感謝の気持ちを込めて、ティータイムや茶碗セットでほっとひと息できる時間をプレゼント！自分の時間を楽しく過ごせるアイテムとして、ガーデニングセットやそのまま飾れるオーナメントシリーズでお部屋やキッチン周り、お庭のアレンジアイテムに！

いつも頑張ってくれているお母さん。自分のことは後回しで考えちゃうからお洒落なんてできない。そんなお母さんに素敵なお洒落グッズをプレゼントしてみませんか？お母さんの好きな色やデザイン、洋服やアクセサリーなどのファッショングッズを多数用意しています。

函館ポールスターS・C店
午前10時〜午後9時
●港町1・2・1
B棟1階
☎44・6621

イトーヨーカドー函館店
午前9時〜午後9時
●美原1・3・1
地下1階
☎62・6621



夏に向けて、腕を磨きましよう！

夏向けの料理をいまからマスターしませんか？

北ガスクッキングスクール
6月のテーマは「夏に向け」

てこどりさっぱり料理。6月21日(木)午前10時〜午後1時で、内容はこんやくくまき味噌豚丼、焼きナスとみよがのカルパッチョ、バーニャカウタ風、冬瓜(じょうがん)のタイ風スープ、ダッチオープンで作る甘夏とクリームチーズのパウンドケーキ。

定員は15人。
●万代町8・1
☎42・6505

受講料は2000円。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5月8日(火)。申し込みは電話で受け付け、定員を超えた場合は抽選。締切後、詳細のご案内を送付します。受付は月々金曜日の午前9時〜午後5時。キャンセルは3日前までとなり、キャンセル料がかかります。お申し込み料には材料費、消費税が含まれます。1グループのお申し込みは4人までとさせていただきます。

●万代町8・1
☎42・6505

次回の募集予定
●万代町8・1
☎42・6505

今回の開講日時は7月19日(木)午後6時30分〜午後9時30分を予定しています(言いばすとの掲載日は5月29日です)。

北ガスクッキングスクール
日(火)。申し込みは電話で受け付け、定員を超えた場合は抽選。締切後、詳細のご案内を送付します。受付は月々金曜日の午前9時〜午後5時。キャンセルは3日前までとなり、キャンセル料がかかります。お申し込み料には材料費、消費税が含まれます。1グループのお申し込みは4人までとさせていただきます。

家のタンスにお宝が眠っているかも！

全く使っていない貴金属は買取りしています。ありませんか？タンスの肥やしにしているはずの金、道内に10店舗を展開している信濃の貴金属買取り専門店「ゴールドシャイン」では現在、金相場再高騰中につき高価買い取りをしています。函館店は、市内柏木町のグルメリテイ柏木店2階にあります。

主な買い取り品は指輪、ネックレス、ブレスレット、イヤリング、ネーム入りリング、石が取れたリング、金歯、金メガネ、金時計、コインなど。金、プラチナ製品であれば壊れていても、どんなに古くても買取りしています。

「持っている指輪などが金プラチナ製品が分からないという場合も気軽に来店を！」女性スタッフが親切丁寧、笑顔で鑑定してくれるのでお任せください。

●柏木町11・1
●グルメリテイ柏木店2階
☎55・2229

ゴールドシャイン函館店
ので気兼ねなく足を運べます。デザインが古くなくなったり壊れて使えなくなったりリングやネックレスなど不要の貴金属の処分にも困った「ゴールドシャイン函館店」へどうぞ。

金の相場は常に変動します。再高騰中の今が高くなる最後のチャンスかもしれません。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ですので忘れずに持参ください。

営業時間は午前10時〜午後6時。毎週火・水曜日定休。駐車場有。

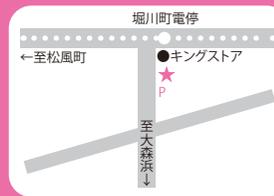
北海道公安委員会 第1340110000557号
●柏木町11・1
●グルメリテイ柏木店2階
☎55・2229





いい店食べ歩き

鮨政 本店



堀川町電停より徒歩1分のところにある『鮨政 本店』は昭和34年より営業している老舗。「ちょっと敷居が高いかな…」なんて思っていますか？

「寿司ランチ」(=写真)はボリューム満点で記念日やママ会にもぴったり。ネタはその日の仕入れによって異なりますが、寿司6種、蕎麦、天ぷら4点、小鉢(週替わり)、サラダがセットで1000円(税込)。さらに、7月いっぱいには男性に蕎麦を通常の1.5倍盛りにて提供。落ち着いた店内でゆったりと味わうのももちろん、ご希望によりテイクアウトもできます。こちらのランチは限定1日15食でなくなり

次第終了。ほかに、「板さんおすずめセット」(1セット2人前分6195円)は、お寿司18カんと一品料理が2品付いたお得なセットになっていて家族連れやカップルに人気があります。営業時間は、ランチタイムが午前11時30分～午後1時30分(LO/午後1時)、ディナータイムは午後4時～午後11時。ランチ・ディナーともに毎週木曜日定休。ランチは日曜日、祝日も休みです。駐車場有。
●千代台町2-2
☎51-4221

close up

ゆったり個室で食べるテーブルオーダーバイキング

焼肉 一徳

焼肉と、よく冷えた飲食物がより一層美味しくなる季節が来ました。でも、「自宅だといろんな種類の肉を食べられない」「子供がいると焼き肉をゆっくり食べられない」と思いませんか？

そんな時、『焼肉一徳』なら、メニューから選んだお肉が部屋まで運ばれてくるテーブルオーダーバイキングのスタイルなので、ゆったりと新鮮なお肉が食べられます。全てが個室になっただけで、さらに部屋にはテレビが付いているので、子供連れや女子会など、周りを気にせず楽しめるというのも好評。仲間との宴会も、家族との夕飯にもオススメです。

営業時間は両店とも午後5時～午後11時。駐車場有。定休日が祝日の場合は本通店。毎週火曜日定休。●本通 4・16・14。『フリーダイヤル』0800・8000・2029。美原店。毎週水曜日定休。●美原 4・18・28。『フリーダイヤル』0800・8000・1109



ビタリなコースが各種選べるのも魅力。ソフトドリンク飲み放題付きのコースは大人1980円、小学生1380円、3歳以上680円で90分食、放題。アルコール飲み放題付きのコースは、料金が3時間3500円のコースと、選べるメニューがグレードアップする2時間4000円のコースがあり、どちらも食べ放題、飲み放題。そして、ブランドメニューから全品選べて、さらにアルコール飲み放題が付いている2時間4500円の欲張りなこちらのコースも見逃しません。

行政書士の松田です。松田の便りも聞かへはじめていよいよこの函館も新たな春を迎えました。花見シーズン到来です。実は、ちょうど1年前に腕時計が壊れ、しばらく腕時計の無い生活を続けてきました。無きや無いでお昼時は身体の中部分から「グー」と自然発生的に時報を伝えてくれます。しかし、腕時計は必需品であることに改めて知らされました。それを、携帯電話をチラチラ見ながら時間を把握できたのですが、出張の折り飛行機に搭乗し電源を切り到着地まで向かいました。着後すぐに連絡バスに乗車する予定でしたが、携帯電話の電源を入れように入らない状態に陥ったのです。

電池切れだったのです。これは参ってしまいました。バスには乗り遅れ予定を大幅に狂わせてしまいました。携帯電話のせいにも出来ず、あくまでも自身の注意力散漫を原因とした結果でした。そこで、我が家の財務大臣に上申しようやく時計を購入するための決裁が下りました。時計店に出かけ時間をかけ探しました。時計は必需品、という位置づけだったのが、この間にカテサイ中心へと針がずれてしまい、最終的に文字盤の中に小さな針がいくつもあり、さらに電波とソーラーという今どきのハイテク時計を購入しました。面倒くさがりの私にとって打つつけの時計です。新・時計との生活が始まり、装着すると軽くて良し、興味津々に小さな針を見ること小々針が見えないではありませんか。確かに、ここ最近急激に老眼が進み眼鏡を作ったばかりでした。デザインは良いけれど、時計本来の機能が備わったもので充分と今となっては後悔している始末です。ハイテク時計の宝の持ち腐れです。このことは財務大臣には言えるはずもなく今に至っているのです。どのような機能が備わろうとも時計には時計の機能が備わって、いけば充分なですね。毎年新たな商品が次々と現れてきます。果たして、どれだけ機能を使っているのかという疑問です。何となくシンプルに捉えることが大切だと教えられました。反省…。

“心の代書屋”松田聡がズバリ!
本気(マジ)で語ります!!
マズ本気談
困りごと・悩みごと・各種相談
1時間半5,250円～
電話でご予約下さい。
行政書士 松田聡 事務所
●山の手2-38-18 ☎33-4675



Health & Wellness 219



●松岡町27-16 ☎23-51665
http://www.ohnoira.or.jp/
医療法人社団 健和会 大村病院
副院長
大本 浩史

足首の捻挫(ねんざ)

足首は最も捻挫しやすい関節であり、スポーツのみでなく通常の生活動作においても捻挫は起こります。足先を内側に向けた状態で甲の外側に体重がかかることによって起こることがほとんどであり、その際に関節の周りにある靭帯や関節包が「伸びたり」「切れたり」する状態が捻挫とよばれます。

軽度のものであれば通常2週間程度で痛みは引きますが、重度になると1ヶ月以上続く場合もあります。最初の治療がしっかりとなされれば後遺症として残るものは少ないと思われませんが、関節のグラグラ感が強く日常生活やスポーツに支障をきたすようであれば手術的治療(靭帯再建術)も考慮します。

また、捻挫と誤っていたら実は違った病気があったということもあります。ひとは捻挫と一応定義されはいますが、正確にそれらを区別することは困難といわれています。

治療も程度に応じてあり、1度2度の捻挫であれば湿布をして包帯やサポーターで固定します。腫れや内出血がひどくて靭帯が完全に切れている可能性が高い場合にはギプスや装具を用いて2〜6週間固定しますが、けがをされた方の年齢

や活動性によって最善と思われる治療を選択します。軽度のものであれば通常2週間程度で痛みは引きますが、重度になると1ヶ月以上続く場合もあります。最初の治療がしっかりとなされれば後遺症として残るものは少ないと思われませんが、関節のグラグラ感が強く日常生活やスポーツに支障をきたすようであれば手術的治療(靭帯再建術)も考慮します。

また、捻挫と誤っていたら実は違った病気があったということもあります。ひとは捻挫と一応定義されはいますが、正確にそれらを区別することは困難といわれています。

治療も程度に応じてあり、1度2度の捻挫であれば湿布をして包帯やサポーターで固定します。腫れや内出血がひどくて靭帯が完全に切れている可能性が高い場合にはギプスや装具を用いて2〜6週間固定しますが、けがをされた方の年齢

や活動性によって最善と思われる治療を選択します。軽度のものであれば通常2週間程度で痛みは引きますが、重度になると1ヶ月以上続く場合もあります。最初の治療がしっかりとなされれば後遺症として残るものは少ないと思われませんが、関節のグラグラ感が強く日常生活やスポーツに支障をきたすようであれば手術的治療(靭帯再建術)も考慮します。

また、捻挫と誤っていたら実は違った病気があったということもあります。ひとは捻挫と一応定義されはいますが、正確にそれらを区別することは困難といわれています。

治療も程度に応じてあり、1度2度の捻挫であれば湿布をして包帯やサポーターで固定します。腫れや内出血がひどくて靭帯が完全に切れている可能性が高い場合にはギプスや装具を用いて2〜6週間固定しますが、けがをされた方の年齢

や活動性によって最善と思われる治療を選択します。軽度のものであれば通常2週間程度で痛みは引きますが、重度になると1ヶ月以上続く場合もあります。最初の治療がしっかりとなされれば後遺症として残るものは少ないと思われませんが、関節のグラグラ感が強く日常生活やスポーツに支障をきたすようであれば手術的治療(靭帯再建術)も考慮します。

星占い
4月27日～5月28日
★提供★
占い専科21
函館市梁川町18-20
TEL 55-1031

牡羊座 3月21日～4月20日 生
上昇運、物事の進展が見込めるからトランプも余裕か。但し気が緩んで吉兆ミスが目立つ時、身内であつても礼儀は必要。発言に注意。恋愛急上昇。
牡牛座 4月21日～5月21日 生
好調運、穏やかな運気に恵まれ気持ちにも余裕か。但し気が緩んで吉兆ミスが目立つ時、身内であつても礼儀は必要。発言に注意。恋愛急上昇。
双子座 5月22日～6月21日 生
漸進運、徐々に回復傾向にあり明るい兆しも見えてくる。焦らず基礎固めに専念することが大切。不動産購入や移転は見送り。無難。消化器系注意。
蟹座 6月22日～7月22日 生
好調運、諸事順調に進み充足感に満ちた生活。運気も活発。良縁も期待できる。行動するチャンス。遊興費が増え散財しやすい時。暴飲暴食注意。
獅子座 7月23日～8月22日 生
上昇運、決断力が増し滞っていた事務も順調に進捗。家族関係も明るく。難やいた雰囲気。過剰な散財注意。
乙女座 8月23日～9月23日 生
好調運、忙しなめ周囲への気配りに欠け高飛車な態度になりか。目上の態度と発言は慎重に。金運も良好。多感。覚か狂いがち。家族サレシ心かけて。
天秤座 9月24日～10月23日 生
上昇運、決断力も増し。一度失敗したことにもベシのチャンス。感情的にならず家族の話は最後まで聞くこと。
蠍座 10月24日～11月23日 生
好調運、気力充実。積極的に行動して効果上がる。有言実行が、焦らずに優順位を上げ活動。家族と接する時間を意識して作って。恋愛サライズ運。
射手座 11月24日～12月23日 生
良好運、口頭での真面目な努力や言葉のよい姿勢が好感を呼んで周囲の注目を浴び名誉を得る。金運も良好。衝動買いは慎むこと。眼精疲労。肩こり注意。
山羊座 12月24日～1月20日 生
平穏運、物事はおおむね順調。多少不足感があっても欲張らず堅実に歩め。実り実感。社交運も活発。旅先で出逢い。失言には注意。口腹注意。
水瓶座 1月21日～2月18日 生
低迷運、上向き傾向にありながら波乱含みで落ち着かない。何事も無理せず目標を掲げて現状維持に徹すること。旅先などで財布の紐を忘れ注意。腰痛注意。
魚座 2月19日～3月20日 生
良好運、人との交流も活発。積極的。外出して新しい人脈の拡大でも。多岐な責任感が薄れ緊張感を欠いてミスや。特に吉兆注意。家族揃って外食吉。

SPOTLIGHT

施設見学・ご相談会のご案内

ベーネ函館

見学希望者や問い合わせが多数あり、毎回好評の有料老人ホーム『ベーネ函館』の『悠楽』と『和楽』、2つの施設を見学できる見学・ご相談会。次回開催はゴールデンウィーク中の4月28日(土)～5月6日(日)です。

『悠楽』へ住み替えが可能です。また、協力医療機関に隣接しているため緊急時には24時間いつでも迅速な対応をさせていただきます。『和楽』は介護付きホームで、介護職員はもちろんのこと看護職員も24時間常勤という医療、介護ともに安心の手厚い体制。

『悠楽』から『和楽』へは入居一時金の負担なしで住み替えることができます。

『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

見学・ご相談会のお問い合わせ、お申し込みは『ベーネ函館 悠楽』(フリーダイヤル)0120-3317675)まで。『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。



ベーネ函館 悠楽



ベーネ函館 和楽

リーダイヤル)0120-3317675)まで。『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。



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

ホームの提供する介護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。

歯の色に悩んでいる人は、ぜひ！

歯の色にお悩みの人は、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「ホワイトニング」(保険外)をいかがでしょうか。

従来のホワイトニング法は、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

りましたが、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

ジロー湯川歯科

を促す作用で知覚過敏を防ぎ歯の健康を維持します。②歯肉に為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。

ぜひ一度、お試しになられてはいかがでしょうか? ご相談およびお問い合わせも受け付けておりますので、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30分、毎週土曜日は午前9時～午後4時。毎週日曜日休診。予約制。駐車場有。5月5日(土)は休診となります。

●湯川3-32-7

☎59-2600

http://www.jiro-yunokawa.com

