

# 青いほすと

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

Issue.522

2013.8.16 [fri]

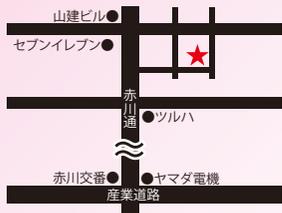
毎月2回(中旬・月末)発行



赤川1丁目にある『パティスリー バイゲツ』は、季節の素材を絶妙に組み合わせたケーキが人気の店。味も見た目も

味も見た目も素敵なケーキがずらり  
パティスリー バイゲツ

赤川1丁目にある『パティスリー バイゲツ』は、季節の素材を絶妙に組み合わせたケーキが人気の店。味も見た目も素敵なケーキがずらり。抜群で、ショーケースを見ていただけ、贈る人がワクワクしそうな1軒。店主さんおすすめのケーキ(II写真)は、①「マスカルポーネグリオット」(368円)、②「シブスト・シヨコラキャラメル」(380円)、③「ルーシユ」(368円)、④「レアチーズケーキ」(336円)、⑤「シヨコラエクレール」(168円)。ほかに、旬の素材を活かした素敵なケーキが季



☎ 46-7238



ケーキはもちろん、お土産に最適な焼き菓子も豊富にそろっている『ミモザ』。パリエツク「焼菓子」と「ドゥミ」

セック(半生焼菓子)は、合わせて約30種類(1個74〜158円)。箱のデザインや大きさも様々で、好みや用途に合わせて選ぶことができます。2〜3週間日持ちする点もいですが、人気の「マカロン」は、色鮮やかで可愛らしい6種の味(1個126円)。ほかにネット販売でも話題のクリーミーチーズロール(8個入り945円)、パウンドケーキなど充実のラインナップ。

お好きな品をお好きな箱でお土産に  
ミモザ



☎ 52-6001



## しあわせを運ぶ魅惑の手土産

写真右の焼き菓子詰め合わせは1575円、写真左のマカロンは12個入り1765円。営業時間は午前10時〜午後7時半。毎月第1、3、5火曜日定休。駐車場有。

北海道を代表する逸品

石黒商店

道南唯一の甘納豆専門店「石黒商店」の甘納豆は、保存料・着色料を一切使用せず甘さも控えめなので、豆本来の旨

みが伝わってきます。中でも、食の達人達が推奨する「北のハイグレード食品2013」に認定された「たま福来」(100g300円)は、道南生まれで稀少価値の高い大粒のたまふくらのみを使用。製法に手間はかかりますが、もちりとなめらかで甘さは控えめ。健康に良い豆のおやつとしても、お土産に喜ばれること間違いなしですね。そのほかの甘納豆や人気の花み



ケーキみたいな創作寿司

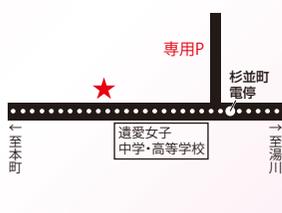
しやりパティシエ

『しやりパティシエ』の華やかな創作寿司で、話の花を咲かせませんか? さまざまな味が楽しめるうえに、見た目も

も可愛い「アラカルトボックス」(II写真、500円)は、カラフルな巻き寿司がメイン。味はもとより、お手頃価格なのが嬉しいところ。また、「バラちらし」(735円)も人気。そのほか「おかずも欲しい」という人には予算にに応じてお弁当を作ってくれるので、大人数での集まりの時にオススメです(前日までの予約が必要)。そしてデザートは、お寿司屋さんこだわ



りのお茶をベースにした「あがり茶ふり」(252円)で決まり。営業時間は午前10時〜午後4時。毎週日曜日定休。駐車場有(2台)。テイクアウト専門。



☎ 51-7701



☎ 41-0839

## お酒選びの相談ならこのお店

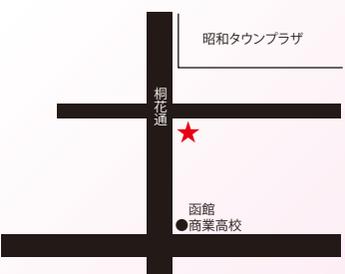
### 地酒・ワイン屋みのや



『地酒・ワイン屋みのや』では、日本ソムリエ協会認定ワインアドバイザーが予算を考慮してパーティーの内容や集まる人の年齢層、一緒に食べる料理との相性を踏まえてワイン選びのお手伝いをしてくれます。受賞歴やワインにまつわる面白いエピソードなども教えてもらえるので、さまざまなた話も一緒にお土産にして話に花を咲かせては…。お酒落しにワイングラスで飲むビール「コレージュ」(写真左、980円)やノンアルコールのワインもオススメ。掲載写真のワインは1500円〜

2900円程度で、お土産にも自宅用にも嬉しい価格です。営業時間は午前10時〜午後8時。毎週水曜日定休。駐車場有。

●昭和1・2623  
4300020



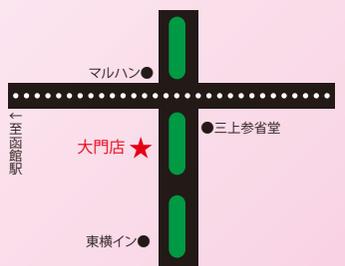
## ポリウム満点！ カツサンド

### とんきち



トンカツといえば、やっぱり肉がたっぷりません。テイクアウトで人気のサンドイッチは「ヒレカツサンド」(580円)をはじめ、ロースカツ、エビカツ・チキンカツなどもあります。そのほか、オードブルや各種弁当などテイクアウトメニューは豊富。2千円以上の注文で宅配も可。ご注文ははお近くの店舗へフリーダイヤルでお気軽にお電話を。受付時間は午前10時〜午後8時まで。午後8時以降は要相談。年中無休。

大門店  
0120-122-3998  
五稜郭店  
0120-132-3378  
がつり追分店  
0120-49-3998  
(各フリーダイヤル)



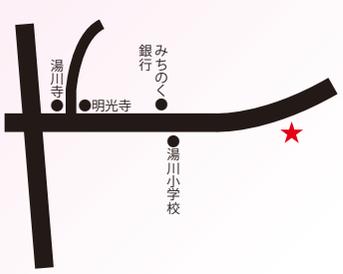
## 手軽に買って手軽に食べられる、気の利く一品

### Loveたい戸倉店



戸倉・湯川地区の買い物スポット「プレスポ函館戸倉」にある、『Loveたい戸倉』は、サクサク食感が嬉しい香ばしい風味の薄皮に餡やクリームなどの具がびっしりと詰まった「たい焼き」の専門店です。130円からという価格でバラエティ豊かにそろった同店のたい焼きは、小腹の空いた時などにはもちろん、友人の家に招かれた時などの手土産にも最適です。小倉あん、カスタード、チョコクリームという定番のほか季節限定商品などもあり、さらに楽しい時間を演出してくれます。営業時間：午前10時30分〜午後7時。無休。港町ポルスター函館内の「3・パスト」でもパイ焼きを販売しています。

●戸倉町143・4  
プレスポ函館戸倉内  
5766661



## ふんわり広がる美味しい手土産

### アンジェリック・ヴオヤージュ



旧イギリス領事館など、観光客が集まるスポットからほど近い「アンジェリック・ヴオヤージュ」(12個入、1260円)は、濃厚でいながらすっきりした後味の生クリームを豊かな薫りのガナッシュで包んだお菓子で、新函館名物とも評される一品。ポイントはいくらもポイントがたっぷり生クリーム。空気をたっぷり含んで口溶けがよく、口に入れるとチョコレートと生クリームの風味が優しく広がります。

冷凍品なので、近場のお呼ばれなら食べ頃の溶け具合になっているのも手土産にピッタリ。営業時間は午前10時〜午後7時。毎週月曜日定休。  
●弥生町3-11  
767150



## 手土産に甘い。ピZZアはいかが？

### ピZZエリアアモリーノ



石窯で焼く本格ピZZアが評判の「ピZZエリアアモリーノ」では、デザートピZZアをテイクアウト(1100円)は全16種類で、そのうち「熟成りんごのアップルパイ」「ハニー」など4種類のデザートピZZアを用意しています。写真の「ベリー」とクリームチーズはカスタードクリーム、数種のベリー、クリームチーズを使った甘さと酸味のバランスが絶妙な一品。サラダなどピZZア以外の持ち帰りメニューもある。

●手賀浦町6-10  
513338



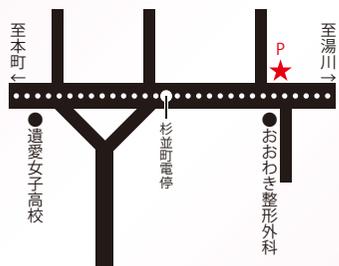
## 贈って喜ばれる手作り和菓子

### 御菓子処 ひとつ



松陰町の電車道路沿いに建つ『ひとつ』は、丁寧な作り手で作られた和菓子が評判の1軒。上生菓子など見た目も美しい季節のお菓子や定番の焼き菓子は、手軽なお土産にもかしまった贈り物にも最適です。写真の「まつかげ」(1個150円)はシナモンを使った焼き菓子で、しっとりとした黄身あんの優しい甘さと、口の中にふんわりと広がるシナモンの風味が特徴的。コーヒーや紅茶にもよく合います。ギフト用の詰め合わせは同店のお菓子に合わせたオリジナルの箱入りで

1170円〜各種。そのほか予算に合わせて用意してもらうこともできます。営業時間は午前9時〜午後6時30分。毎週水曜日定休。駐車場有。  
●松陰町8-1  
548977



この秋素敵に変身！「ビューティーコンシエール」

秋はお洒落を楽しみたい季節です。秋までに洋服のコーディネートアイデアを増やしませんか？



「ビューティーコンシエール」が毎週好評です。素敵なお洋服をたくさん持つておられますね。お洋服の着こなしのコーディネートを増やしてみませんか？

キセット付きで5000円。

亀田本町・五稜郭駅のAOKビルで奇数月の第3木曜日に開催されている「青木幸子の洋装変身おしゃれ教室」が毎回好評です。『ビューティーコンシエール』の代表の青木幸子さん（写真）が、洋装の着こなしのアイデアやアクセサリの使い分け、ヘアメイクなどを分かりやすくアドバイスしてくれるもの。



素敵なお洋服をたくさん持つておられますね。お洋服の着こなしのコーディネートを増やしてみませんか？と青木さん。ぜひお気軽に参加を。お問い合わせもお気軽にどうぞ。次回開催は9月19日午後1時から午後3時まで。参加費はケイ

090・2055・5540

歯医者の料理

美味しく食べることこそアンチエイジング



夏のサツパリ♪ 茄子ときゅうりの酢の物



- 材料**
- なす………1本
  - きゅうり………1本
  - ★だし………大さじ1
  - ★米酢………大さじ1
  - ★みりん………大さじ1
- ★薄口醤油…大さじ1  
●糸唐辛子…一つまみ(なくても)  
※「簡単だし」日本酒1/2カップ・水2カップ・だしパック1個  
※2~3人分

- 作り方**
- ①鍋に酒を入れて火にかけて、沸騰させてアルコールを飛ばしたら水とだしパックを入れて弱火で5分煮出します。火を止めてそのまま冷まします。
  - ②なすは薄く輪切りにして3分ほど水に漬けてアクを抜いたら塩を軽く振って(分量外)揉みます。水気を絞ります。
  - ③きゅうりは塩をすり込み(分量外)まな板でコロコロしたら水で洗い流し、斜めに厚めの薄切りにします。塩を軽く振って(分量外)良く揉み、浮いてきた水は捨てます。
  - ④小ポウルに★印を入れて合せれば「加減酢」の出来上がりです。
  - ⑤ポウルでなすときゅうりを和え、④の加減酢を適量かけて味付けします。
  - ⑥器に盛り付けて糸唐辛子(なくても)を天盛りして出来上がりです。

**ちょっとしたコツ**  
だしが面倒なら市販の「白だし」や「八方だし」が便利です。ただし、塩分が濃いのでその時は醤油はいらないか少なめで。なすはしんなりして水気が出るまで軽い力で揉みましょう。

吉田歯科口腔外科

函館市湯川町1丁目30-8 ☎59-3918  
楽天レシビ 歯医者の料理 検察!!

青ほの心

責任と「うつこと

あるスポーツ選手の実生活がネット上や週刊誌で話題になり、彼女の行動について賛否両論がかしましく論じられました。そもそもは彼女の事情を知った人のネットのツイッターの内容が、あつという間に広がって彼女の選択について賛否を問うアンケートを週刊誌が企画する騒ぎにまでなり、さすがにそれは個人のプライバシーをあげつらう行為として、それもネットでやり玉に上げられて撤回騒ぎになったとのこと。それについてある評論家がこう言っています。

「二連の騒ぎは、彼女のことを知った人が発したつぶやきに、匿名の大勢が一斉に反応したことにより、それを週刊誌が後追いつたのであって週刊誌をバッシングするのはおかしい。マスコミが扇動するからだという見方があるが、しかしマスコミは世間の動向をいち早く察して記事にするのが仕事。だとすれば結局は私達ひとりひとりが原因を作っている。たぶんツイッターを発信したのもごく普通の人で、さして考えもなく書き込んだはずだ」というのです。

10年後もこの仕事

FaCe 注目の顔

『Bar 森羅』 代表 辻俊一郎さん

市内深堀町。花園十字街と電車道路を結ぶ通り沿いに、占いで知られているバーがあります。辻俊一郎さんは、そのお店『Bar 森羅』のオーナー。店の外観は店名を掲げただけのシンプルなもの。一方店内はカウンターやテーブル席のほか、楽器が置かれたスペースがあるこだわりの空間

で、外観とのギャップに驚かされます。辻さんはこのお店を4年前にオープンさせました。占いは開店当初から行っており、訪れる人の大半が口コミのお客さん。辻さんは占いに來る多くの人と会話をするなかで、悩みや問題を抱えている人が多いということ、また、人と人とのつながりが

薄れてきたことなどを実感するそうです。「現代は寂しい時代と言えないのでは、占いで話せないんだらうなあと思うことが多々あります」

お店が目指すのは悩みある人達の「止まり木」。昔はバーやスナックに行けば人生経験豊富なママやマスターがいて、お酒を飲みながら人生相談をしたり恋愛の悩みを聞いてもらったりしていたと言います。『Bar 森羅』が目指しているのはそんな空間なのだから、私で良ければと言う

「現代は寂しい時代と言えないのでは、占いで話せないんだらうなあと思うことが多々あります」

「現代は寂しい時代と言えないのでは、占いで話せないんだらうなあと思うことが多々あります」



「現代は寂しい時代と言えないのでは、占いで話せないんだらうなあと思うことが多々あります」

「現代は寂しい時代と言えないのでは、占いで話せないんだらうなあと思うことが多々あります」

「現代は寂しい時代と言えないのでは、占いで話せないんだらうなあと思うことが多々あります」

「現代は寂しい時代と言えないのでは、占いで話せないんだらうなあと思うことが多々あります」

「現代は寂しい時代と言えないのでは、占いで話せないんだらうなあと思うことが多々あります」



蛍光灯よりも明るさの段階が細かく設定されているのも LED の特徴です

株式会社小野寺機器  
快適な住まいづくりをサポートしてくれる電化機器のアフターケアは365日対応。  
●花園町28・3 ☎31・9500

「現代は寂しい時代と言えないのでは、占いで話せないんだらうなあと思うことが多々あります」

レストランいちばん



函館駅前のホテルリソル10階にある『レストランいちばん』では平日限定で、最上階から眺める港街・

函館の景色と、多彩なランチメニューを楽しめます。海鮮かき揚げ丼(=写真)、天丼、蕎麦などが選べる「ワンコイン飯」(丼ものは味噌汁、漬物付)は、500円とは思えない内容。新鮮な魚介類がたっぷり入った揚げたてのかき揚げは、サクサク食感の衣と風味豊かな海鮮が絡みあう一品。他にも、各種の丼と蕎麦のセットメニューが735円から、ボリューム満点の「サーロインステーキ御膳」(945円)などをはじめとしたお得なメニューがそろっているの、平日のランチタイムにはぜひお試しを。営業時間は午前11時30分～午後2時30分(LO/午後2時)。毎週土・日曜日、祝日定休。

●若松町6-3

ホテルリソル函館  
10階  
☎23-9269



(まい) 記者のお気に入りスイーツ

めぐりへい屋

JA新函館が運営する直売所『めぐりへい屋』の「ゆいっこソフトアイストマトミックス味ワッフル」(=



写真、350円。コーンは280円)を、もう食べましたか? 北斗市のトマトを使った甘酸っぱい味が癖になるこちらは、トマトが苦手な人も食べられると評判で、昨年の夏に販売して以来人気の商品です。また、4月から発売している「ゆいっこシェイク 北斗市のトマト味」(280円)もおススメ。そのほかのフードメニューも充実していて全てイートイン可。(ランチタイムは、午前10時30分～午後2時)。冷たいソフトアイスと、新鮮な旬の野菜で夏の終わりを楽しみませんか? 営業時間

は午前9時30分～午後4時。毎週月曜日定休。駐車場有。  
●北斗市東前62  
☎77-7779



快適でお得なサーモスタット混合栓を特価で!

小野寺住設

創業88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る、テレビCMでもおなじみの「小野寺住設」から、便利で経済的な「サーモスタット混合栓」をご紹介します。

普通の混合栓だと、季節によって水道水の温度が変化するのでシャワーの温度も一定になりませんが、温になりにくく、お子様からお年寄りまで安心して使えるのも魅力的なモデルです。



三栄水栓製作所「SK1812DK」

パナソニック「ビューティ・トワレ」



●美原1・22・9(本社)

フリーダイヤル

くり返し使えるふとんの魅力 やすらぎシヨップ タジマ寝具

「羽毛布団のリフォームや綿布団の打ち直しなど、お布団の打ち直しでサイズを替えた後、重さを替えた後、色々と使い勝手を工夫してリフォームされる方が増えています」とは、創業112年「タジマ寝具」の田島社長。使っていないけれど捨てられない思い出のお布団も、いま一度見直すと新しいお布団に生まれ変わります。それと同様に古くなった羽毛布団も、羽毛を完全洗浄し足し羽毛することによってふんわりとしたかさ高のある羽



毛布団に蘇ります。もちろん、サイズや重さもオーダーできます。今の生活仕様に合うよう作り替えながら、繰り返し使える、それが大きな魅力です。な。

「お布団の丸洗い」3150円など、承っております。函館近郊まで出向いておりますので、詳しくはお電話でお問い合わせ下さい。また、眠りや布団に関するご相談もフリーダイヤルにてお気軽にどうぞ。営業時間は午前9時～午後6時。毎週日曜日、祝日定休。駐車場有。●柏木町2・25  
ホリデイスポーツクラブ 斜め向かい  
「フリーダイヤル」  
0120・846・843  
ホームページは「やすらぎシヨップタジマ」で検索。

喜ばれる技術の講座です!! カイロプラクティック・フィノス

「カイロプラクティック・フィノス」の横山聡先生が「簡単にできるカイロプラクティックの技術を学ぶ1日技術取得講座」を行います。

「カイロプラクティックは誰にでも安全、しかも喜ばれる技術です」とは横山先生。人に喜ばれる技術の入門編として講座を受講してみませんか。



日時：8月22日(木) 午前10時～午後5時。場所は亀田本町会館。受講料は15000円(テキスト代込)。復習会もあります。女性や高齢者でも安心して参加できます。詳しくは気軽にお問い合わせ



せくください。ホームページは「函館カイロ」で検索。●亀田本町 65・24 ●五稜郭駅より徒歩1分 ☎41・0299

移転につき閉店セール開催中!



カジュアルからフェミニンまで大人のカジュアルスタイルが人気の宮前町・ハ&閉店セール」を開催中。●9月末日予定で移

転オープンします。それに伴って現在、「夏物最終処分セール」を開催中。セールでは、人気のプリントパンツやチュニックワンピースをはじめ、薄手の羽織り、ワンピース、ブラウスなど、普段使いからお出かけまでトータルでコーディネートできる夏のアイテムが30%オフ、かなりお得(一部除外品有)。年齢問わず、大人の女性に似合うアイテムがそろっており、サイズはM・Lを中心に数に限りありますが、S・XLも取りそろえています。



http://details72.exblog.jp/

(BP) ママの親子ひろば

プレパパ&プレママにおすすめ!

函館市では、これからお父さんとお母さんになる人や、育児に協力される人を対象に、「両親学級」と、「プレパパ・プレママのためのセミナー」を開催します。赤ちゃんを迎える準備として、ぜひ参加してみませんか。

■対象  
函館市内に住む妊娠4カ月以降の初妊婦と夫のほか、育児に協力される人(妊婦さんだけの参加も可)。

■内容  
両親学級  
保健師のアドバイスを受けながら、赤ちゃんのお風呂の入れ方やお父さんが妊婦体験できる妊婦シミュレーター、参加者同士の交流など、産後に必要な育児全般について学習します。

プレパパ・プレママのためのセミナー  
①歯の健康について: 歯科衛生士が、お腹の赤ちゃんに影響する歯周病のリスクなどのお話や、お父さん、お母さんの歯が虫歯になりやすいかどうかをチェックします。②食事のはなし: 管理栄養士が、健康なお子さんを育てるために重要なバランスの良い食事の摂り方や、知っておきたい妊婦の食事の注意点などをお話します。

■開催日  
両親学級  
9月13日、11月8日、平成26年1月17日、3月7日  
プレパパ・プレママのためのセミナー  
12月13日

■時間  
各午後1時半～午後3時半

■定員  
各25組(申し込み順)

■会場  
函館市総合保健センター2階(五稜郭町23-1)

お申し込み・お問い合わせは…  
子ども未来部母子保健課 ☎32-1533  
受付は月～金曜日の午前8時45分～午後5時半



「妊婦さんは大変ですね。これからはもっと優しくします」とは、妊婦シミュレーター体験後の感想。

なるほどトピックス

きっと見つかる、あなたにとってのお役立ち情報!!



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(写真内相場数字は7月9日現在。相場は日々変動します)

丸井今井函館店1階アクセサリーコーナーのアクセサリリフォーム・修理承りサービスでは、思い出すの宝石のリフォームや修理、貴金属の買い取りをしてください。片方紛失したピアス、壊れたアクセサリ、銀杯なども現金買い取りしてくれます(刻印がないと買い取りできない場合があります)。印鑑と運転免許証など本人と確認できるものを持参してください。

北海道公安委員会許可  
112010000927号  
本町3215  
547778(直通)

修理特別企画実施中!!

またデザインが古くなった指輪などは、石だけを取り出し、豊富な型見本の中から選んだ好きなデザインに作り替えるリフォームや、長さの調節ができるパーツ等取り扱える指輪のサイズ直しなどの修理も受け付けています。8月16日～31日の期間中、パール製品のワイヤー替え(通常価格2625円)を半額にて受付中です(1人1点限り)。修理内容によってはできない場合もあるので、係員に相談してください。

丸井今井函館店1階



「中医学」とは、今の時代の中国医学のこと。歩かない、冷たい飲み物などで身体を冷やす、深夜まで起きている、そんな現代人の体質や生活習慣を踏まえた処方です。身体に何か症状が

あった時、西洋医学では病名を確定し、その病気に対して治療を行います。一方、中医学では身体全体を診て体質や生活習慣も含め原因を判断します。そして、身体のパランスを整え体質を改善し、根本的な治療を目指します。また、肩こり、頭痛、生理痛などの症状も、中医学では「不調を感じる」何かの病気をトラブルのサイン」と考えるのだからです。中医学の漢方では早い段階で効果を実感できるものも少なくないとか。身体に不調を感じている人は1度相談してみたいかがでしよう。完全予約制。ホーム



●富岡町2・45, 8  
41,1017



くすりの元氣

中国の新しい漢方で健康のアドバイス

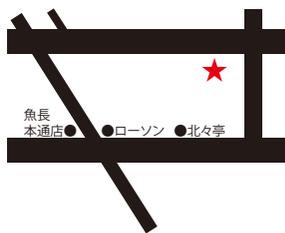
市内富岡町にある「くすりの元氣」は、「中医学」に基づく漢方相談を行っている漢方専門店です。「中医学」とは、今の時代の中国医学のこと。歩かない、冷たい飲み物などで身体を冷やす、深夜まで起きている、そんな現代人の体質や生活習慣を踏まえた処方です。身体に何か症状が

あった時、西洋医学では病名を確定し、その病気に対して治療を行います。一方、中医学では身体全体を診て体質や生活習慣も含め原因を判断します。そして、身体のパランスを整え体質を改善し、根本的な治療を目指します。また、肩こり、頭痛、生理痛などの症状も、中医学では「不調を感じる」何かの病気をトラブルのサイン」と考えるのだからです。中医学の漢方では早い段階で効果を実感できるものも少なくないとか。身体に不調を感じている人は1度相談してみたいかがでしよう。完全予約制。ホーム

不妊症のカウンセリングを女性目線で 産婦人科ほとんどおくりクリニック  
市内本通に開院した「産婦人科ほとんどおくりクリニック」では不妊治療について気軽に相談できる「不妊カウンセリング」を始めました。不妊カウンセリングとは、体外受精などの高度生殖医療不妊症のほか、不妊治療の倫理、不妊治療に伴う様々な不安や悩みことなど幅広い知識を有し、不妊の悩みを持つ人達に向けて適切なカウンセリングを提供する資格です。担当する清水香織さんは、中央病院に所属する不妊カウンセリング。「不妊症とは?」「不妊症の治療方法って?」「基本的な疑問から、不妊症かどうかの判断、一般的な不妊治療から



体外受精などの高度生殖医療へステップアップする場合は、中央病院に所属する不妊カウンセリングなど、不妊症にかかわる様々な疑問を女性目線で解決するスペースが充実しています。「不妊症かも」という悩みを抱えているけれど、「診察



●本通1・4410  
31,5855

ヘルシーライフに「ルイボステイ」はいかが?

ヘルシーライフに、南アフリカで昔から語り継がれる健康なお茶はいかがですか?

「ルイボステイ」は、南アフリカの原住民が不老長寿の飲み物として語り伝えてきたお茶。いまでも南アフリカ共和国では日常的に飲まれているのだそうです。

本紙の発行元である「株式会社青いぼすとHD」では現在、本紙紙上に「ルイボステイ」を販売しています。アフリカで自生している野生のルイボスを使用しているもの。

製品はティーバッグになっているので、飲みたい時に気軽に飲むことができます。もちろん、ホットでもア



イスでも、どちらでも楽しむことができます。価格は、175グラム入りメーカー希望小売価格3150円のところを、本紙読者の方に限り、宅配料込3200円で販売します。

株式会社青いぼすとHD  
ラー商品です。ぜひこの機会に利用してみませんか。お申し込みは月～金曜日(祝日を除く)の午前9時～午後6時。  
●弁天町20, 3  
函館どつく内  
☎23,5688



「エステラード」も、光ファイバーやLED照明で演出した空間にリニューアル。従来の函館山を望む絶好のロ

夏は終わりは幻想的の間でロマンチックなひと時を過しませるか？  
若松町・函館駅前の「ロワジュールホテル函館」最上階（13階）がこの7月より、夜景をテーマにリニューアルオープンしました。

夜景評論家・丸々もとお氏が監修。10室の客室は「夜景ルーム」として、色が変化するLEDのフロアスタンドとアロマディフューザー、夜景に合うCDと、つた「光」香り「音楽」で室内を幻想的に演出。最高の状態でリラクセスして湾岸夜景を楽しむことができます。

また、同フロアにあるバー「エステラード」も、光ファイバーやLED照明で演出した空間にリニューアル。従来の函館山を望む絶好のロ

「エステラード」の利用は、ぜひこの機会にどうぞ！「エステラード」の営業時間は午後6時～深夜1時（10月～6月は深夜0時迄）。

ケーションも手伝って、夜景とお酒をゆっくりと楽しむの店になりました。さらに店内の壁面には3D映像が流れるシステムを設置、夜景をテーマにした素敵な映像が流れます。



CLOSE UP

「夜景」テーマに最上階を一新！  
ロワジュールホテル函館

# いい店 食べ歩き

## やきとりBAR 蔵

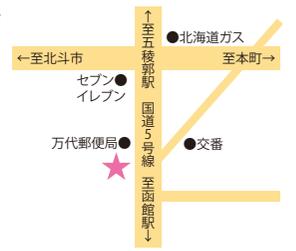


外観は土蔵風、店内は板張りの床と広々としたカウンターが印象的な空間。

万代町の国道5号線沿いに建つ『蔵』は、洒落た雰囲気の中、炭火で焼く串焼きほかに各種居酒屋メニューを楽しめるやきとりBAR。以前は夜のみの営業でしたが4月からはランチもスタートし、その味、ボリューム、良心的な価格設定が好評です。ランチの一押し「ぶた丼」（＝写真、500円）は、大盛りご飯の上に千切りキャベツ、特製ダレにからめた炭火焼きの豚バラ肉を乗せたひと品。炭火の香ばしさが食欲をそそります。ランチはこのほか「本日のお魚定食」「本日の肉定食」（各680円）、「ナポリタン」「あんかけ焼きそば」（各580円）などを用意。夜もリーズナブルで、串焼きは1串100円～、単品メニューは300～400円台が中心という設定です。通常1800円の120分飲み放題が、女性のみ1500円になる毎週水曜日のレディースデーや、料理5品に3時間飲み放題が付いた女子会プラン（3000円）も見逃せません。

営業時間はランチが午前11時～午後2時（月～金曜日）、夜は午後6時～深夜0時。毎週日曜日定休。駐車場有。

●万代町14-29 ☎40-2006



EQ教育とは「こころの知能指数」を高める教育です。

国際認定  
EQプラクティショナー  
三宮 睦穂  
EQ教育学会  
ホームページ  
「EQ教育学会」で検索  
●松陰町1-34  
☎84-8114

赤ちゃんの泣かせつ放しは大丈夫？  
数年前にアメリカのサイコロジ・トゥデー誌電子版に「赤ちゃんの泣かせつ放しは脳に構造的変化を起し、成人した後に糖尿病や心臓病にかかるリスクを増大させる」という記事が載った。この記事を読んで、私はドキとした。多くの両親は赤ちゃんがなかなか寝つかず自身がへたとになった時、泣き疲れて眠るまで放つておいた経験があるはずだ。

赤ちゃんはなぜ泣くのか？ 脳の深い部分にある「扁桃体」が関係している。思考をつかさどる「前頭前野」が20歳くらいまでゆっくりと発達するのに対して、「扁桃体」は生まれてきた時にはすでに、ほぼ完成している。完成されていないと生き延びることができないのだ。人の感情は、怒り・恐れ・悲しみ・喜び・幸せと大きく分けて5つある。元々、赤ちゃんは快不快がわからない。この快・不快を判断するのは「扁桃体」の役目だ。まだ言葉を持たない赤ちゃんは、お腹が減る、おしめが濡れて気持ちが悪く、

眠りたいという不快な感情を泣くことにより周囲に知らせ、不快から快の状態に変化をさせる。それが上手に出来れば赤ちゃんからのメッセージを無視した場合、自分のメッセージを誰も聞いてくれない。誰も自分を助けてくれない！という不安からストレスホルモンが分泌される。それが蓄積されると、免疫システムが上手に働かず色々な病気の引き金になってしまう。

数カ月前の日本版Newsweekに前述の記事に対する反論が載っていた。「赤ちゃんに深刻な健康被害がある」いわゆる育児放棄や虐待などで支える人もなく苦しむ泣き叫ぶ子供であって、愛する両親が部屋で見守りながら泣き続ける子供は肯定的ストレス反応、一時的な傷を残すことにはない。いずれにせよ私たちは子供に与えるストレスを理解しておく必要があるようだ。

## はこだて医療情報 北歯科クリニック院長 土永浩史

### 口の外傷 —歯が折れたり、抜けたら—

幼児がハイハイを卒業し、つかまり立ちを始めるのを見ると我が子の成長を実感するものです。しかし、疲れを知らずに自由に走り回ると、頭をぶつけたり、膝を擦りむいたりして怪我が多くなります。そして、顔をぶつけたときに唇を切ったり、歯を折ったり（破折）、歯が抜けたり（脱臼）と口の中にも外傷が見られます。

産まれたての乳児の歯が無い時期から半年くらい経ちますと、下の真ん中の前歯が最初に萌出し、その後1歳までに上下合わせて8本の前歯の乳歯が萌出します。受傷年齢は1～3歳が1番多く、前歯の乳歯の萌出した後に転びやすい時期が重なって外傷が多くなりやすいと思われる。また、前歯が生えかわり、7～8歳頃にも前歯の永久歯に外傷を受け来院されるケースも多く見られます。

外傷を受けた場合、原因となった事故により頭部、顎顔面等への外傷や全身状態への影響が疑われる場合は、まず医師による緊急処置を優先します。そして顎の骨折の治療の必要があれば口腔外科などで治療を行います。そういった緊急性がなく歯の処置を行って差し支えない場合は、損傷を受けた歯の治療をすみやかに受ける必要があります。

歯が抜けた場合は、速やかに抜けた歯を牛乳（ロングライフミルクや低脂肪乳を除く）、生理食塩水等に入れるか、歯茎と唇や頬の間に入れて歯科医院に来院するのがいいと思われます。その抜けた歯は条件が良ければ再植（歯を顎の中に戻す）し、その後も歯は機能し続ける可能性がありますので、速やかに来院されるのが良いでしょう。

欠けた歯は、これも条件が良ければそれを接着剤で戻すことが可能です。いずれにせよ、その場合は歯が欠けて神経が露出しているケースもありますので、早期の歯科医院への来院が必要となります。

●北斗市追分2-56-5 ☎50-9090



## ドクター講座 うめき皮膚科院長 梅木薫

### 御存じですか？ PA++++

これは遮光剤に表示されているUVAを遮る効果の指標になります。紫外線にはA波（UVA）、B波（UVB）、C波（UVC）があり、C波はオゾン層で吸収されるため地表には届きませんが、A・B波は地表に届き、皮膚に悪影響を及ぼします。これまではもっぱらUVBが日焼け、シミの原因と考えられ、SPF2～50が表示されていることは御存知だと思います。PAはUVAの遮光効果を示すもので、これまではPA+～++++と表示されていたものが、今年1月よりPA++++の表示が認められ、より高い効果のある遮光剤がわかるようになりました。

UVAが目目されるようになったのはUVBよりも皮膚の深くに届き、シミだけではなくハリや弾力が失われることがわかってきたためです。UVAはUVBと違い、季節差が少ないため1年中の遮光が大切で、また、ガラスを通過するため屋内での遮光も必要になります。

遮光剤で重要なことは信用できる遮光剤を、正しい量、塗り方で、年中使用することです。ある実験では遮光剤を1/4しか塗らないと、効果は1/19まで下がっていました。クリームだとパール大2個くらいが目安で、まず1個分を顔全体に塗り、高い部分の鼻、頬、額、顎にもう1個分重ね塗りします。長く屋外にいる時には耳や首にも忘れずに。汗で落ちてしまうので、2～3時間で塗り直しましょう。海に行く時にはウォータープルーフタイプを使って下さい。最近では通常の洗顔料で落ちるものもあり、男性でも使いやすいと思います。遮光剤の中には時間とともに一気に効果が減弱してしまうものもありますので、有名メーカーの遮光剤の使用をお勧めします。肌が弱くて遮光剤が使用できない人やクリームが苦手な人は、長い時間の外出でなければ遮光効果のあるパウダーでも十分です。

きれいな肌を保つためにはある程度の投資と努力が必要です。紫外線の貯金を貯めないよう、日々頑張りましょう。

●石川町350-17 ☎34-3311



## 新店舗&リニューアル

## 雑貨のお店 RuRRu(ルルル)



末広町で営業していた動物雑貨のお店「ルルル」が、美原4丁目に移転しました。

店内は白木を多用した優しくナチュラルな雰囲気。リアルなもののからデフォルメされたものまで、さまざまにデザインされた動物たちはどれも愛らしく、表情も豊かで見ているだけでも楽しめます。ヒツジ、アザラシ、白クマなどのいきいきとした表情と、毛並みの質感を再現した「ふわふわアニマル」、丁寧に1つひとつ手作業で仕

上げる、滑らかな手触りが特徴的な手のひらサイズの木彫りの置物、「ぽれぽれ動物」、素材からこだわり、国内で職人が手作りにしているブランド「Cuddly(カドリー)」のぬいぐるみなどがおすすめ。造花など新登場のお花モチーフのアイテムもぜひチェックを。

営業時間は午前11時～午後6時。毎週水曜日定休。

●美原4丁目7-23 ☎87-0386



## 紙上ショッピング ルイボスティー

南アフリカの原住民が不老長寿の飲み物として語り伝えてきた飲み物。南アフリカの限られた一帯に自生する野生のルイボス。

175g入 メーカー希望小売価格3,150円を… **宅配料込3,200円**

**お申し込み 株式会社青いぼすとHD TEL(0138)23-5688**

**お問い合わせ** ご注文受付/月～金曜日午前9時～午後5時(担当/本間)



## 次号予告 8月30日号 仕事をしている姿が素敵な男性特集

### 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・通販業務・折込業務] ☎(0138)23-5688

[編集室] ☎(0138)27-9210

[FAX] (0138)23-5699

[E-mail] aopos@alto.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	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
	高松 郁子	Ikuko Takamatsu
	坂本 麻衣	Mai Sakamoto
DTP&WEB	武越 史幸	Fumiyuki Takekoshi
通販事業	本間 尚子	Naoko Honma

**編集後記**

編集後記は執筆から発行までタイムラグがある。知り合いに「大丈夫?」と聞かれて思い出さず、だいたい念に風邪をひいたと書いていたり…。この原稿を書いている頃僕は怪我の後のリハビリに苦しんでいる。この号が発行される頃そんなケロッと忘れていることを願う。(慎)

ビーズで夏用のネックレスをいくつか作り、毎日はりきって付けている。夏場は日光に当たらないように外出時は襟元をマフラーできっちりしぼっているの、付けていても全く見えなけれど気にしない。「気に入ったのが作れちゃったなあ」と思えばよし。(佳)

観光都市パリは様々な言語が飛び交い石造りの古い街並みと最新のファッションが混在している。カフェは多いが外食は高いので、パゲットを歩きながら食べる人も。又りに注意「のホスター」や路上の物乞いや物売りも見かけた。それも「花のバリ」の現象。(画)

「好きな言葉は何?」次女の質問にはじまり、家族や親戚に聞いてみたところ、「一期一会、日進月歩、七転び八起き、人事を尽くして天命を待つ」等々それぞれにあるものなんです。最後に小学生の娘にも聞いてみると「好きな言葉は、いただきます」即答でした。(B P)

発行される1ヶ月くらい前に編集後記を書いていますが、現段階で全く走ってません。「だから」となるのは重々承知ですが、8月末の北海道マラソンに出る予定です。しかも、今年も家族が応援してくるのとかで、密かにリタイアするのでもままならず…ハハ。(S)

去年スズメ蜂に刺されてから、虫に刺されるとひどく腫れるようになった。虫除けスプレーなどを使って気をつけていたつもりだったのに山に行くと一気にかゆみ5箇所くらいにブヨに刺されてしまった。かゆいの通り痛くない! 真っ赤に腫れてみてもない! (力)

スマホで聞いてハムの話だと思ったら迷惑メールのことでした。記念写真を頼まれて渡されたのがスマートフォンだったので、それを押せばいいの戸惑いました。スマートフォンデビューからはじめようかな、時代に追いつけるか心配になった29歳の夏。(ま)

# 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。掲載日は編集室にお任せ下さい。営利目的の情報は本紙広告をご利用ください。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。FAXをお寄せいただく際には、事前に必ず電話でご一報ください。なお、Eメールでのお申し込みは受け付けておりませんので、予めご了承ください。

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**

よそのお宅を訪問する時、ご近所や日頃からおつきあいのある人同士で誰かの家に集まるような時、ちょっと洒落た手土産を持っていきたくいものです。今回は、贈る側のワクワク感が贈られる側にバッチリ伝わるような、幸せを運ぶ素敵な手土産に注目してみました。

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、読者プレゼントに添えていただいた感想などは、ご住所の町名とイニシャル入りで『読者の声』として掲載させていただきます。ご了承ください。

気がなつたお店がたくさ  
青いぼすと様、市電  
100周年!! 市電を利  
用して通院しています。

駒場町の沿線をつつも歩  
くのですが、青いぼすと  
を読み、いかに周りをよ  
く見ないで歩いているか  
というのを感じてしま  
した。気がなつたお店がた  
くさんです。浪月堂さんは  
入ったことがあり、私の好  
きな作家の初版本を見つ  
けて、感激したことを覚  
えています(こういって古  
いお店は永く続いてほし  
いです)。何はともあれ  
100周年はスゴイで  
す。これからも函館市民  
の誇りを持って市電を利  
用していきたいと思いま  
す。そして「青ぼの心、トッ  
トちゃん」の思いは、まさ  
にそのとおり。日本は平  
和すぎ、考え方が甘いと  
思います。今回(6月14日  
号)も内容盛りだくさん  
の青いぼすとをありがた  
うございました。スタッフ  
の皆さんもお身体に気を  
つけてほどほどに頑張っ  
てください。

(豊川町、H・T)  
\*ありがとうございます。

「注目!」ですね  
駒場車庫周辺のスポッ  
トは今までもあまり紹介さ  
れたことがなかったよう  
に思うので「注目!」です  
ね。「駒場倉庫」は夜のみ  
の営業との事ですが、興  
味があるので是非行って  
みたいですよ。

(美原4丁目、R・T)  
\*行ってみてください。

ぜひ行ってみたい  
青いぼすと、毎回楽し  
みにしています。今号の駒  
場車庫周辺のスポットは  
意外と知らない店があ  
り、気になる場所もあつた  
のでぜひ行ってみたいと  
思います。また、町限定の  
館シネマアイリスなどで  
気になるスポット特集、お  
願ひします。

(日乃出町、M・N)  
\*検討させていただきます

函館映画鑑賞協会第  
200回記念例会、「おに  
いちやんのハナビ」上映会  
が、9月8日に市民会館  
小ホールで  
函館映画鑑賞協会第  
200回記念例会、「おに  
いちやんのハナビ」上映会  
が、9月8日に市民会館  
小ホールで開かれま  
す。上映は①午前10時30  
分②午後2時③午後  
6時の3回で、①②は  
字幕・音声ガイド付き、  
③は字幕付き。料金は一般  
前売1200円(当日  
1400円)、学生(中学  
校)・障害者  
800円(当日も同じ)。  
館シネマアイリスなどで  
取り扱い。詳細は事務局  
☎52・0193まで。

## 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仕事です。■収入は月額1~2万円程度ですが、配布地域により異なります■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です。

### ●募集地域●

青柳町 谷地頭町 新川町 松川町  
大縄町 亀田町 白鳥町 中島町  
日乃出町 柏木町 神山2丁目  
東山1丁目 上野町 榎本町  
鍛冶2丁目 本通1丁目 本通3丁目  
昭和2丁目 美原4丁目

◆お申し込み・お問い合わせ◆

株式会社青いぼすとHD ☎23-5688

## プレゼント

『やきとりBAR蔵』より、500円分の食事券を10名様にプレゼント。今回の『いい店食べ歩き』で紹介した『やきとりBAR蔵』より、500円分の食事券を10名様にプレゼント。応募はハガキに郵便番号、住所、使命、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「蔵」プレゼント」係まで。締切は8月27日。

# Spot Light

目には見えない未来を具体的な安心へ

Hosta (ホスタ) 函館

「将来に渡つての資金計画など、気になることはあっても誰に聞いたらいいのかわからない」という人は、豊富な実績と信頼の『Hosta (ホスタ) 函館』に相談してみませんか。

具体的に整理して行く中で、自分では気が付かなかった問題点が分かることもあります。Aさんの場合は収入と支出から月額約10万円の不足を感じたことから、希望に沿った保障内容を考えていきました。必要なものと不要なものは個々によつてそれぞれ違います。もちろん、相談したから保険に入らなければならないということはありません。しかし、もしもの



ことがある前に相談してみることによつて知識が深まり選択肢も広がって、それが未来への安心へと繋がるのではないのでしょうか？

今回は、『ホスタ函館』のホームページから無料相談予約をした40代の主婦・Aさんのお話を紹介します。ご主人と2人で暮らしているAさんは、ご主人に万が一のことがあつた時の生活に不安を抱えています。Aさんの希望は、万が一の時の

も今の生活水準を維持したいというもの。そこで、1人になった場合に必要な生活費、現在加入している保険と保障内容、遺族年金など様々な角度から本格的なコミュニケーションを行い

相談は予約制ですが、いつでも無料。ホームページ『ホスタ函館』からお気軽にごつぞ。

●梁川町5-8

三井生命ビル5階  
MS保険サービス北海道株式会社

「フリーダイヤル」

0120-129018

「フリーダイヤル」



募集代理店  
MS保険サービス北海道株式会社 (Hosta函館)  
引受保険会社  
三井住友海上火災保険株式会社  
三井住友海上あいおい生命保険株式会社  
ソニー生命保険株式会社  
アフラック (アメリカンファミリー生命保険会社)  
登2013-C-206 (2013.7.12-2015.7.31)  
SL13-5030-0045  
AF218-2013-0016 7月22日 (150722)

脱ぎ捨てる美肌術「FCRトリートメント」

「ビューティートリートメントサロンローズ」

また、施術後の再生した肌には、美白効果もたります。これは、「FCR」が持つ本来の肌の代謝機能を利用するシステムで、肌の内面も強化。シミ、シワ、たるみ、ほ

韓国女優の常識と言われ、韓国の医療業界も注目する究極のピーリング「FCRトリートメント」が『ビューティートリートメントサロンローズ』

に道内で初登場し、早くも人気を集めています。「FCRトリートメント」は、従来のケミカルピーリングとは異なり科

学物質による剥離目的ではなく、安全性の高い療法です。お肌を刺激して細胞活性を促進する成分 (棘状成分) は、主成分のスポンジアをはじめ10種類以上の天然植物から抽出しているため安全。トリートメントする事で、天然植物からの有効成分が肌の奥深くへと浸透。短時間で肌を再生し、若々しくハリのある肌へと導きます。



before after  
ニキビ・赤ら顔でお悩み 1回の施術で驚きの変化!

通常5DAYS、52500円のところ、初回限定25000円 (1週間後の保湿ケア付)。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」  
0120-916722