

POST IN FREE PAPER
SINCE 1991

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.545 2014.7.29 [Tue]

毎月2回(中旬・月末)発行



明治12年、初代若山惣太郎が五島英吉の協力で旧棧橋付近でロシア料理の店を開業。『五島軒』の

歴史が始まった。創業130年の『五島軒』のレストラン雪河亭では6月より、創業以来受け継がれるロシア料理を楽しむ「ロシア料理セット」(2376円)をランドメニューに加えた。内容はボルシチスープ、サーモンと昔のロシア風またはビーフストロガノフ、ロシア風サラダ、クワード、コーヒーマタは紅茶、パンまたはピロシキの5品。伝統ある建

物内の個室利用(有料)もできるので、遠方から来た人や帰郷したお子様等とのひと時にぜひ。営業時間は午前11時30分〜LO午後8時30分。無休。駐車場有。
●末広町4・5
☎23・1106



大正11年創業の老舗旅館として有名な湯の川温泉の『割烹旅館若松』。創業当時のままの玄関先や

本館の「部」など風情と豪華さを感じる館内は、時間がゆっくりと流れているようです。大小様々な個室会食場は全て海側に面しており、大きな窓から海を眺めながらの食事はまた格別。おすすりは地物を中心に旬の食材を最も美味しいう形で提供している「季節の懐石プラン」(9180円)。こちらは昼夜利用可能で、温泉も利用できます(2人、前日まで要予約。個室で気兼ねなく食事をし

て、ゆったりと温泉を楽しむ夏のひとときを過ごすにはいかがですか。なお、満室の場合もありますので、ご予約はお早めどうぞ。
●湯川町1・2・27
☎59・2171



食事と温泉でくつろぎのひとときを。

割烹旅館若松

ちよつと素敵なお店、函館ならではの、遠方からの来客や、帰郷した家族と行きたい

お盆休みで家族が帰省した時や、遠方からお客様がやって来た時には、函館ならではのちよつと素敵なお店で食事をしたいものです。今回はそんな視点から、大切な人や家族とのひと時を楽しみたいものにぴったりの店を探してみました。お店選びに迷った時のために、ぜひ今号を保存版にしてお役立てください。



表紙写真協力/五島軒



写真は料理の一例です。

遠方からのお客様や帰郷したご家族とのひと時なら、味はもとより見た目も美しい、地元の旬の

味覚たっぷりの料理が個室などで楽しめる『四季海鮮旬花』がオススメ。6月下旬から新しく登場した「海鮮ひつまぶし」(2700円)は、家族での贅沢なひと時にぴったり。また、肉・魚・野菜と、道南の旬の味覚が凝縮された「旬会席」(8100円、前日迄の要予約)は遠方から来た人に喜ばれる逸品。ほかに、釜炊きご飯を使った「究極のうに丼」(3240円)、「究極の活

いか丼」(3024円)もオススメです。個室は予約優先。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9時30分(LO/午後8時30分。無休。
●五稜郭町43・9
☎30・6336



この春リニューアルオープンした『炭火焼肉泉味亭』では、道内初の自社熟成和牛を味わうこと

ができます。熟成させたお肉はタンパク質が分解し、柔らかく噛むほどに旨味が溢れる逸品。手間ひまかけた上質な和牛をリーズナブルに提供しているのも特徴。「熟成和牛」のぶつ切り旨味カルメス(6388円)。市内で唯一味わえる松阪牛の中でも珍しい「松阪牛ミックスホルモン」(735円)。コースは3219円〜(2人)。京都やおよしから直送の「野菜の盛り合

わせ」(515円)は野菜本来の甘味を実感。営業時間は平日午後5時〜午後11時半(LO/午後11時、毎週土・日曜日、祝日は午後4時。無休。駐車場有。
●鍛冶1・49・6
☎56・5643



旨味が溢れ出す熟成和牛を堪能

炭火焼肉 泉味亭

道南の旬の味覚がたっぷり

四季海鮮 旬花

特別な日のランチにもピッタリ

レストランル・ヴァン

末広町にあるホテル「ヴィ&スパ」6階の『レストランル・ヴァン』で素敵なお時間をいかがでしょう。

ランチタイムのおススメは、旬の食材を使った料理がお得に味わえる「ランチコース」(1550円。写真はイメージュです)。メイン料理にパスタ、スープ、パン、サラダ、デザート、さらにコーヒーまたは紅茶が付いています。ロケーションも素晴らしいこちらは、夜にはまた違った表情が楽しめる好評。ディナータイムの食事は前日までの予約が必要です。

営業時間は午前11時30分〜

●末広町3・5
24・5300



午後3時(LO)午後2時、午後5時〜午後10時(LO)午後8時。毎週火曜日定休。駐車場有。

函館山で心に残るひと時を

函館山展望台レストランジエノバ

美しい函館山からの眺望。夜景はもちろん、清々しい昼景や



淡い光に包まれる日没前後の時間帯にも感動的な景色を楽しめます。お得なランチプランは、ロープウェイ往復乗車券付で1550円。8月のランチは、「和風ランチ」(11写真上)、「洋食ランチ」など4種類。ランチチケットは山麓駅。ロープウェイ乗車券販売窓口で販売。4人以上で利用できる120分飲み放題付会食プランや、夜は1日限定3組のみコース料理の予約ができます(繁忙期は予約できない場合も有。営業時間は4月25日〜10月15日は午前11時〜午後9時半(LO)／

●元町19・7
27・3127



午後9時、10月16日〜4月24日は午前11時〜午後8時半(LO)午後8時。ランチは午前11時半〜午後2時。無休。

視覚と味覚を刺激するスカイレストラン

パノラミック

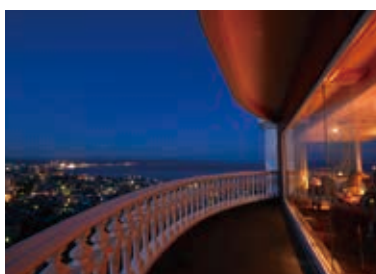
函館山の麓のコンドミニアムの最上階にある『パノラミック』



クは、眺望と旬の素材をふんだんに使ったフレンチで、観光客、地元客問わず人気を集めるレストランです。「おすすすめディナー」(11写真上、メイン、オードブル、スープ、デザート、ライスorパン、3150円)はメインにしっかりと仕上げた歯ごたえとジューシーな旨味を楽しめるサーロインステーキか、その日の仕入れによって変わる魚料理を選べるコースで、予約なしでも楽しめるのが特徴。この店で、函館の美しい夜景を素晴らしい食事とともに堪能しましょう。営業時間は午前11時

●青柳町10・3
26・8682

30分〜午後2時30分(LO)、午後5時30分〜午後9時(LO)。毎週水曜日定休。



厳選素材のランチとオンリーワンの眺望

レストランウイニング

ウイニングホテルの最上階にある『レストランウイニング』



グは、この店だけのロケーションと、道産素材にこだわった料理を愉しめるレストランです。人気の高い月替り「フレンチランチ」(メイン、パン、スープ、デザート、ドリンク、1800円)の8月は「もち豚香草パン粉焼」がメイン。さっぱりとした脂とモチリした肉質が特徴のルスツ産もち豚をシンプルにパン粉焼に。軽めのワインとも相性が良さそうなお品。スモークサーモンと北斗市産野菜を使った「鮭と夏野菜のバスタ」はサラダ、デザート、ドリンクが付いて1500円。

●末広町22・11
26・3111

ベイエリアの散策と、彩り豊かなランチをぜひ。営業時間は午前11時30分〜午後9時(ランチは午後2時まで)。無休。



和の空間で旬の毛がにを堪能

海鮮料理はこだて亭

津軽海峡を望む漁火通沿いに建つ『はこだて亭』は、純和風



の落ち着いた空間でゆったりと過ごせるかに料理の専門店。8月31日までは毛がにフェアと題し、旬の毛がに付きの各種コースを用意しています。写真(上)はその中のイチ押し、「毛蟹会席・旬海」(5940円。毛がに浜茹で半身盛りをはじめ、かとうろ豆富やずわい焼き、かに刺身、かに天ぷら、かに寿司盛合せなど全11品を楽しめます。

●広野町1・1
55・3330

営業時間は午前11時30分〜午後10時30分(LO)午後9時30分。ランチは平日限定(午後2時LO)。無休。駐車場有。



味覚の変化を楽しめる和洋折衷懐石を提供

懐石の里煌

函館山のふもとの小高い場所にあり、数寄屋造りの風情あ



る佇まいと、趣向を凝らした料理が評判の『懐石の里煌』店内には海を見下ろせる個室もあり、優雅なひと時を過ごすことができます。料理はフレンチやイタリアンの料理法も取り入れた味覚の変化に富んだ和洋折衷の懐石料理で、昼は2200円、夜は3500円から楽しめます。写真は10品前後の料理が並ぶ宴懐石「花舞」(2000円)。いずれもサービス料5%(個室利用の場合は10%)が別途かかります。

●住吉町17・1
27・7288

営業時間は午前11時30分〜午後3時(LO)午後1時30分、午後5時30分〜午後9時(LO)午後7時30分。毎週水曜日定休(月によって変動有)。駐車場有。



大人になってから学ぶことって、意外に楽しくないですか？ 今回は、プロ司会者である傍ら、ビジネスマンに向けた各種講座を行っている藤本恭子さんにビジネスシーンにおけるコミュニケーション、プレゼンテーションのコツについて解説していただきました。

ビジネスシーンのコミュニケーション、相手の心を3秒で掴む方法

ビジネスマンにとって社内での上司、部下、同僚とのコミュニケーション、あるいは得意先とのコミュニケーションの取り方はとても重要です。また、得意先に向けたプレゼンテーションのテクニックも重要です。

人に何かを話す時に重要なのは、伝えたい内容について「何のために」「何を」「どのように」伝えるかをまずしっかりと把握することです。特にプレゼンテーション等の際は、「ポイント(一番言いたいこと)」「リズム(理由)」「イグザンプル(具体例)」「ポイント(一番言いたいこと)」という構成で話しをする相手には伝わりやすいでしょう。これは、それぞれの頭文字を取り、「PREP法」と呼ばれる方法で

す。例えば「8月には夏期限定メニューを発売してはいかがでしょうか(P)。なぜなら、人は“限定”という言葉に弱いからです(R)。実際に“〇〇限定”と書かれた商品が売れた実績があります(E)。ですから、8月には夏期限定メニューを発売してはいかがでしょうか(P)」という感じですが、また、会話において相手から好印象を持ってもらえて、話題を広げ、さらに情報漏れを防ぐ方法として、バックトラッキングつまり相手の言葉をオウム返しする方法が有効です。例えば「7月29日号に広告を出してくださいと言われたら、「はい」だけでなく、「はい、7月29日号ですね」と答えるのです。そのほうが相手に、自分の話をちゃんと聞いているという印象を与えますし、言葉を繰り返すことで日付を間違えるのを防ぐことができ、さらに「8月はいかがでしょうか?」と付け加えれば、次のビ

ジネスチャンスにもなります。最後に、初めて会った相手でも3秒で心を掴む方法をお教えます。それは、会った瞬間に笑顔で挨拶することです。人の第一印象は6秒で決まります。笑顔は「受容」といって、無条件で相手を肯定・尊重して受け入れるものです。

人と人とのコミュニケーションが取りにくい時代といわれますが、ちょっとしたコツを覚えてはいかがでしょうか。

相手の言葉をオウム返しすると、自分の話をちゃんと聞いてくれているという印象を与える。「私、大変だったんです」

「そうなんですか」×「大変だったんですね。何があったのですか?」○

「手打ち蕎麦きたわせ」の持ち帰り用そば味噌(写真、1200円)が人気です。道産大豆を使った無添加味噌がベースの甘味噌と、香ばしい蕎麦の実が別々に包装されており、食べる直前に混ぜることで蕎麦の実の力強さと食感が楽しめます。ご飯はもちろんとソースにも合う逸品。不定期販売なので購入の際は事前確認が無難。オリジナルスイーツの「蕎麦の実のヌガー」もおススメ。営業時間は午前11時〜午後2時30分、午後5時30分〜午後9時30分(日曜日は通し営業。毎週火曜日定休)。

PREP法
POINT
1番言いたいこと
REASON
理由
EXAMPLE
具体例
POINT
1番言いたいこと



今回の講師 『有限会社オフィスK』代表取締役 藤本 恭子

フリーアナウンサー。セミナー講師。CDA(キャリアデベロップメントアドバイザー)。「コスメブラウド」ビューティーコンシェルジュ。

【お知らせ】

藤本恭子さんが展開するコスメ事業「コスメブラウド ハコダテ」(函館市柳町3-6 1階 ☎30-4466)では、UVケアの強い味方「パーフェクト UV ディフェンス モイスチャーレーベル」(30ml、4860円)を発売中。SPF 50+、PA++++。ノンケミカルで保湿効果があり、スキンケア効果も期待できる逸品です。



●松陰町10-16
☎87-0605

「手打ち蕎麦きたわせ」の持ち帰り用そば味噌(写真、1200円)が人気です。道産大豆を使った無添加味噌がベースの甘味噌と、香ばしい蕎麦の実が別々に包装されており、食べる直前に混ぜることで蕎麦の実の力強さと食感が楽しめます。ご飯はもちろんとソースにも合う逸品。不定期販売なので購入の際は事前確認が無難。オリジナルスイーツの「蕎麦の実のヌガー」もおススメ。営業時間は午前11時〜午後2時30分、午後5時30分〜午後9時30分(日曜日は通し営業。毎週火曜日定休)。

Message board

自家製そば味噌が好評!
手打ち蕎麦きたわせ

「手打ち蕎麦きたわせ」の持ち帰り用そば味噌(写真、1200円)が人気です。道産大豆を使った無添加味噌がベースの甘味噌と、香ばしい蕎麦の実が別々に包装されており、食べる直前に混ぜることで蕎麦の実の力強さと食感が楽しめます。ご飯はもちろんとソースにも合う逸品。不定期販売なので購入の際は事前確認が無難。オリジナルスイーツの「蕎麦の実のヌガー」もおススメ。営業時間は午前11時〜午後2時30分、午後5時30分〜午後9時30分(日曜日は通し営業。毎週火曜日定休)。

HEAD LINE

夏の新メニュー登場

新鮮な旬の味わいが楽しめる評判の和食居酒屋「いちい」では8月1日から、夏の新メニューが登場します。
「海鮮ちらし丼(11写真上、1200円)や「うなぎ釜飯(11同下、1600円)、「活いか(天候により入荷できない場合があります)をぜひ堪能ください。
また、お好み焼き・鉄板焼きでおなじみの『暖々』では、お得な「夜ランチ」を用意。火曜日から金曜日の午後5時から午後7時まで限定で、「白老牛の中落ちカルビセット」(1500円)

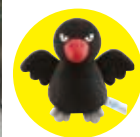


和食居酒屋「いちい」を注文することができ、8月1日から8月20日まで。
さらに、両店とも会計時に「青いほすと見た」で、次回から使える500円分のお食事券をプレゼント(8月1日から8月20日まで。1組につき1枚限り)。
営業時間は両店とも午前11時30分〜午後3時(LO/午後2時、午後5時〜午後10時30分(LO/午後10時)。毎週月曜日定休。駐車場有。
●深堀町13-7
☎56-1122
☎56-1133

和食居酒屋「いちい」

保険相談無料

保険に関する相談や、アフラックの保険手続きができる来店型保険店「アフラックサービス ショップ函館五稜郭店」が、アフラックは2014年3月末現在、個人保険、個人年金保険の合計保有契約件数2297万件。さらにがん保険、医療保険の契約件数は11年連続



「アフラックサービス ショップ函館五稜郭店」が、アフラックは2014年3月末現在、個人保険、個人年金保険の合計保有契約件数2297万件。さらにがん保険、医療保険の契約件数は11年連続

アフラックサービスショップ函館五稜郭店
募集代理店
北海道ファミリー株式会社
引受保険会社
アフラック函館支社
●本町6-12 テーオービル7階

北海道銀行
北海銀行
丸井

「フリーダイヤル」0120-322-505
●本町6-10
五稜郭ビル1階

「アフラックサービス ショップ函館五稜郭店」が、アフラックは2014年3月末現在、個人保険、個人年金保険の合計保有契約件数2297万件。さらにがん保険、医療保険の契約件数は11年連続

青ばの目

30年前のお説教

▼夏の終わり頃、高校の同期会が開催される。卒業30周年記念なのだという。月日が流れるのは本当に速いものだ。▼函館市内在住の同期生が集まって幹事会を開くと昔話で盛り上がる。「あの同級生はどうしている」とか、「あの先生はどこに住んでいる」とか。そんな折、僕は高校3年生の時の担任の先生のことを思い出した。▼その先生は背が高く、いつも上品なスーツを着こなす。ダンディで優しい男の先生だった。専門教科は国語で、僕はその先生から現代国語を教えてもらっていた。▼あるテストの結果が出た直後、僕は先生に呼ばれて職員室でお説教されたことがあった。テストの結果は毎度のことながら学年で最低レベルだった。当時、僕には学校の成績が同じくらいの親友がいて、その時のテストの合計点もそんなに変わらなかった。違うのは、どの教科も同じくらいの点数しかとれない僕に対して、その親友は数学以外の教科の点数は僕と同じか少し低いくらいだったが、数学だけは学年トップクラスの点数だった。彼はいつも数学の成績がトップクラスだった。▼成績は同じくらいだが、お前と〇〇(親友の名前)では全然違うんだぞ。先生は職員室で、そう話し始めた。さらに、成績は良くなっても、他人よりも得意なものがあるということが大事なのだと続けた。そして最後に、「オレが教えている現代国語は、お前も理解できていっているようだけれど、可能性がありそうだから、頑張りてはどうか?」と。そんな素晴らしい先生に受け持たれながらも、結局、卒業するまで全く勉強することはなく、自分が得意なことを見つけられぬまま月日が経過してしまっただけで、あの日の先生の言葉は忘れている。▼それにしても、あれほど学校の成績が悪かったのに、なぜあんなに楽しい高校時代だったのだろうか? 放課後のグラウンドで汗を流したサッカー部。学校祭でビートを刻んだロックバンド。片思いをしていた女の子の手をつないだフォークダンス。高校生の本分以外のことを存分に楽しむことが、僕が得意なことだったのだろうか。▼(慎) ※本欄を執筆後、同期会の準備の段階で先生がお亡くなりになってしまったことを知り、心よりご冥福をお祈りし、僕の国語力を信じてくださった恩師への感謝の気持ちを忘れず、今後とも執筆業に精進してゆきたいと思っております。

開港155周年記念 函館港まつり

■8月1日(金)～5日(火) ■第59回道新花火大会、ワッショイはこでて、函館ペリーボート競漕、歩行者天国他 ■問/実行委員会(函館国際観光コンベンション協会) ☎27-3535

第007回 はこでて国際民俗芸術祭

■8月5日(火)～10日(日)午後4時(土・日曜日午後2時)～午後9時30分 ■会場/元町公園、ペリー広場他 ■スポンサーパス(期間通し券)2000円、ワンデイパス平日500円、土・日曜日1000円 ■問/ヒトココチ ☎51-5727

江差・姥大神宮渡御祭

■8月9日(土)宵宮祭、10日(日)本祭・下町巡行、11日(月)本祭・上町巡行 ■問/実行委員会(江差観光コンベンション協会) ☎0139-52-4815

第30回サマーカーニバルin知内

■8月14日(木)正午～午後8時45分終了予定 ■会場/知内町河川敷特設会場 ■問/実行委員会(知内商工会) ☎01392-5-5340

上ノ国町・エゾ地の火まつり

■8月14日(木)昼の部午後1時～、夜の部午後5時～ ■会場/上ノ国小学校グラウンド ■問/実行委員会(上ノ国町水産商工課) ☎0139-55-2311

第30回記念元和台マリンフェスティバル

第2弾「海のプールまつり」 ■8月14日(木) ■会場/乙部町元和台海浜公園海のプール ■清掃協力金1人100円(小学生以上) ■問/乙部町役場産業課商工労働観光係 ☎0139-62-2311

函館八幡宮例大祭

■8月14日(木)宵宮祭、15日(金)本祭 ■15日午前10時45分～神輿出発、午後5時～石段かけのぼり ■会場/函館八幡宮境内他 ■問/函館八幡宮 ☎22-3636

谷地頭町ふれあい夏まつり

■8月14日(木)、15日(金) ■歩行者天国、露店、カラオケ大会他 ■会場/函館八幡宮表参道 ■問/谷地頭町会 ☎22-0751

第33回しかべ海と温泉(いでゆ)のまつり

■8月16日(土)午前8時30分～ ■会場/鹿部漁港敷地内 ■問/事務局(鹿部商工会) ☎01372-7-3344

第49回 湯の川温泉花火大会

■8月23日(土)午後7時40分～午後8時40分 ■問/実行委員会(函館湯の川温泉旅館協同組合) ☎57-8988(平日午前9時～午後5時)

はこでて国際科学祭2014

■8月23日(土)～31日(日) ■会場/五稜郭タワー、函館市中央図書館、函館市青年センター他 ■一部有料 ■問/サイエンス・サポート函館 ☎34-6527 http://www.sciencefestival.jp/

第17回しりうち大漁まつり

■8月24日(日)午前9時～午後1時 ■会場/知内町浦元漁港 ■問/上磯郡漁業協同組合 ☎01392-5-5204

森町・三業まつり

■8月24日(日)午前10時～午後1時 ■会場/青葉ヶ丘公園内 ■問/実行委員会(森町商工労働観光課) ☎01374-7-1284

※イベントの日時、内容等は変わることがあります。詳細は主催者にお問い合わせください。



秋の夜長はケーキ作り！
北ガスクッキングスクールの9月のテーマは、「秋の夜長はケーキ作り！」。9月25日(土)午後6時30分～午後9時30分、内容はスフレチーズケーキ、栗とチョコチップクッキーのお申し込みは4人までとさせていただきます。申込締切は8月5日(火)。申し込みは電話で受け付け、応募多数の場合は抽選とさせていただきます。締切後、詳細のご案内を送付します。受付は月～金曜日、午前9時～午後5時。キャンセルは3日前までとなっております(3日を過ぎるとキャンセル料がかかります)。なお、受講料には材料費、消費税が含まれます。万代町8-1-42 6505



パソコンのブルーコンピュターがそろそろ『パソコンショップブルーコンピュター』が、この7月に改装リニューアルオープンしました！ パソコンやパソコン部品などがより充実した店内は、商品が見やすくなり選びやすくなったと評判。良いものを安く提供している中古パソコンは、9800円より充実のラインナップ。新品も販売しています。人気のオリジナルパソコンの製作も承り中。一段とパワーアップしたブルーコンピュターへさっそく出かけてみてはいかがですか。なお、商品は随時変動していますのでこまめにチェックを。営業時間は午前11時～午後7時。無休。店舗前駐車場有。大川町6-2 87-0516



秋の夜長はケーキ作り！

北ガスクッキングスクール



「プロが教える葬儀の豆知識⑤」
明治30年創業の『博善社』には、葬儀に関する様々な疑問や質問が寄せられます。その中には豆知識として使えるものもたくさんあるのでご紹介いたします。
○香典として包む金額の目安はどれほどでしょうか。
A香典とは、現金を不祝儀などのし袋に包み、線香や花などの代わりに死者の霊前に供えるもので、訃報の知らせを受けたら通夜または葬儀のいずれかに香典を持参します。ある調査では1番多いのが5000円、次に1万円、3000円と続きますが、親兄弟など関係の深い場合は3万円か5万円が多いようです。以上が都市部の傾向で、それ以外の地域はいくぶん低い金額の場合が多いですが、そのかわり喪家へのお手伝いなど、奉仕活動で提供すると考えてよいでしょう。香典袋の書き方は宗教によって異なります。宗教が分からない場合は「御霊前」と記入するのが一般的で、通夜でも葬儀でも使うことができます。そのほか、疑問があれば当社までご連絡ください。葬儀は日常に関わることで少ない上に、気軽に聞くのも気が引けるものです。葬儀に関する疑問や質問を少しでも感じたらプロのいる『博善社』に、気軽にお問い合わせを。
●末広町10-12 ☎27-1400



「プライムオブライフ」では「元氣なうちから入居するサービ付高齢者向け住宅『コソソ』」の杜「アクアグリーン」の見学会を開催中です。また、住まいの相談会もつづいています。函館市長の終身建物賃貸借事業認可を取得し、サービ付付高齢者向け住宅の登録をしたこの賃貸住宅は、エレベーター付きのバリアフリー住宅を一生賃借でき、死亡時に終了するという終身契約なので、安心して住めると高く評価されています。入居対象は60歳以上で、自立者から要支援の人に向いています。入居者は生涯居住権が保障され、面倒な更新手続きも不要。気にならずに住宅の設備は、維持費の節約になる省エネ住宅、段差のない床、玄関オートロック、24時間緊急通報システム、また、部屋にはお風呂、台所、大容量収納など生活に必要な設備が完備されているほか、スタッフが常駐

ワンランク上の終身用高齢者向け賃貸住宅
「プライムオブライフ」
更新手続きも不要。気にならずに住宅の設備は、維持費の節約になる省エネ住宅、段差のない床、玄関オートロック、24時間緊急通報システム、また、部屋にはお風呂、台所、大容量収納など生活に必要な設備が完備されているほか、スタッフが常駐

しているので、日々の生活の相談に加えて緊急時でも対応してくれます。ほかにも、3度の食事、加齢に対応した生活支援サービス(別料金)のほか、介護生活になっても外部の介護保険サービスの併用が可能なので安心して在宅生活を送れます。ワンランク上の住まいに住み替えて、安心で豊かなシニアライフを楽しみませんか。建物見学、住まいの相談は随時受け付けているのでお気軽にお問い合わせ先。プライムオブライフ ☎44-03335 アリストホーム ☎76-8970



いい店 食べ歩き
スープカレー奥芝商店
 11:00~15:00 (LO/14:30)
 17:00~22:00 (LO/21:30)
 不定休、P有
 ●梁川町7-15 ☎83-1017

札幌のスーパークレーの人気店「奥芝商店」の函館店として人気の「スーパークレー」奥芝商店函館本店と道南でSHOW。道南の食材にこだわり、七飯町の「つき農園」や、洞爺湖町の「佐々木ファーム」の無農薬野菜などを使った同店のカレーは、具材がメインというほど野菜のうまみが濃縮した逸品。
 オススメは、やわらかなチキンレッグと10種類ほどの野菜がたっぷり入ったボリューム満点の「やわらかチキン」夏の厳選旬野菜「写真、1210円。食材を炭火で炙ってもえるという同店だけの特徴をぜひ堪能ください。

スーパは、奥芝商店おなじみのエビ「おおくおスーパ」、函館店限定の「かごろスーパ」、トリガラベースの「ガラガラスーパ」の3種類。トッピングは20種類以上もあり、中嶋廉亮にある「堂守豆腐店」のきんちゃくや、「阿佐利」の「コロッケ」などちょっと贅沢なものが人気だそう。選べる辛さは0から12まであり、辛さごとに函館の名所などの名前が付いているのも同店ならでは。ティイクアウトメニュー（容器代+50円）も充実しているのも嬉しいところ。
 そのほか、ゆつくりと食

事が出来る小上がり席も好評。子供と一緒に楽しみたいときはラッシーがセツトになったお得な「お子様メニュー」（小学生以下限定）はいかが？
 以前混み合っていて入れなかつた人も、駐車場が増台した今がチャンス。今年の夏は同店のスーパークレーはいかが？

●テオー ●アルペン
 ●デキマス ●マリエール 函館
 ●日聖ビル

CLOSE UP

函館の夏を彩る「函館港まつり」まで、あと数日ですね。



『ホテルリソル函館』では、8月2日に行われる「ワッショイはこだて」十字街・松風コーズ」に合わせて出店を行います！
 毎年大好評のリソルの出店は、華やかなパレードを眺めながらホテル自慢の料理を気軽に味わうことができます。



フードメニューは、料理長直伝のタレがおすす「焼き鳥」や「スタミナ焼そば」、「アメリカンドッグ」に「フライドポテト」などをホテル正面で販売します（300円）。ドリンクメニューはキリンラガー生ビール（500円）をはじめ、ソフトドリンク（150円）など。時間は午後3時～パレード終了まで

「ホテル前がパレードコースとなっており、お気軽にお立ち寄りください」と、同ホテルスタッフ「同。お祭り気分を盛り上げる一品として、ぜひ利用してみたいです。」
 なお、パレード順延時は、8月4日の開催日に変更となります。
 ●若松町6-3
 ☎23-9269

心の代書屋
松田聡がスバリ！



談
 本気と書いてマジ
 困りごと、悩みごと
 各種相談
 60分3,240円～
 電話でご予約下さい

青ぼかからのご縁
 行政書士の松田です。夏本番となりました。先日、市内の障がい者の自立支援と就労の場を提供している法人に顔を出してきました。
 すると、作業の真ん中であるにも関わらず皆さんが私を見るなり「マジの人だ！」と声をかけられました。おもわず赤面してしまっただけでした。もちろん、皆さんとは初対面です。
 初対面でありながらも昔からの知り合いのような雰囲気になります。私は「頑張っていますね」と励ましていたのが、いつの間にかこちらが励まされてきました。
 屈託がない笑顔でいつでもウェルカムという彼らの温かさから、私自身の心の中の膿を吐き出させてくれた気がします。
 最近ではホスピタリティという言葉が用いられています。その言葉が

用いられるようになったのは、私見ですが、日常生活の中で人との接点や様々な権利意識が変わってきた結果、気軽に声をかけにくい時代だからなのか意識的に用いられるようになったのかと解釈しています。
 しかし、そこでは自然な笑顔と声掛けが当たり前にあつて、ここが昔懐かしい空気を肌で感じる事ができました。
 また、私自身、毎月青いぼすにこのような文章を載せて頂いているものですが、皆さんもそれを読んでくださっているようです。初対面でもフレンドリーな雰囲気や声をかけて頂けたのは、そのきっかけとなつた青いぼすに感謝なのです。
 いつまで、この文章を載せて頂けるかは分かりませんが、私自身も文章が書けなくなるかもしれないけれど、自分が出来る限りのことを文章に認めてゆければと気持ちを持って新たにしています。
 青ぼかが繋いで下さったこれまで多くのご縁に感謝するとともに、いつも読んで下さっている皆様にも心から感謝いたします。そこで作業所「行き」多くの励ましと元気を頂戴し、これからの日常業務へのパワーを頂戴できました。青ぼかが繋いでくれた多くのご縁に感謝感謝です。

Healness & Wealness

最近の医療
 療法人社団健和会 大村病院
 診療放射線技師 **安川 剛礼**

●若松町27-16 ☎23-5165
 http://www.ohmura.or.jp/ issue.246



最近の医療技術の進歩はめざましく、日々X線装置にも高度化と使い易さを感じます。
 我々の日常生活におきまして、携帯からスマートフォンに替わる等みられますように、コシ出すことが、広いX線分野の中でも一般撮影に於いて特に重要であり、個々の技師において経験の差として表れてくる所なので、私個人としては日々積み重ねをお声かけすることが多いです。ですから安心して受診されることをおすすめします。けがを治すのに役立て、痛みを和らげることに協力できるようにがんばります。
 私は、これからも他の医療施設の方と交流し、正確な知識と情報を持ちながら地域連携を目指して行くことを考えています。
 医療の仕事に携わっている私も患者として病院へ行って、逆にX線撮影されることがありますが、みなさんの中には写せばどれも同じように写ると思っている

星占い
 7月29日～8月28日
 提供
占い専科21
 函館市梁川町8-20
 TEL 55-1031

牡羊座 3月21日～4月20日
 好調運。良い情報や話しが持ち込まれたり、爽やかに行動すれば上昇気流に海、山、海外旅行、帰省と出費が激むが家族揃っての行動は滞りまじり。
 牡牛座 4月21日～5月21日
 平穏運。ほぼ順調に収入は増えつつ出やすので出費は予算を立てる範囲内で済ませる。ところが肝要、男の大掃除が運気好転の決め手。花嫁修業。
 双子座 5月22日～6月21日
 平穏運。現状が物足りなく活動しなくなるが無理は禁物。目先の欲に足らなければ順調親子の対話大切。思いやりで家族が1にまとまる。おが大切。
 蟹座 6月22日～7月22日
 低迷運。物心両面苦勞の多、時、無理せず堅実に愛身の姿勢が無難。人愛の援助は素直に受けて吉。旅行吉。恋愛縁走の危険あり。胃腸障害注意。
 獅子座 7月23日～8月22日
 好調運。運気の追い風。気が力充実。チャレンジ精神が成功の可能性を広げる。恋愛喜び事に思ふ。家族に包まれろ。財、財や携帯紛失注意。
 乙女座 8月23日～9月22日
 低迷運。心労多く落ち込みやすい。趣味等て気持ちの前進に持て、仕事のミス注意。家族内のトラブル。暗い雰囲気や心かけて。腎臓、婦人病注意。
 天秤座 9月23日～10月22日
 変遷運。発想や価値観がズリと変わり行き詰まっていた問題が解決に向かう。暗示。職種や年齢に開係なく幅広く交流を。飲食過多による内臓系注意。
 蠍座 10月23日～11月22日
 低迷運。思うように進まず。気持ちも沈む。周囲の意見聞き焦らず知識の貯蓄と自己研鑽スキルに努め。無駄な出費。過労、腰痛、胃腸注意。
 射手座 11月23日～12月22日
 良好運。活動欲がみんまり。実力を示して高い評価を得。新しいアイデアを試して新鮮さを印象付け。新しい交流が嬉しい成果。ギャンブル熱中しないように。
 山羊座 12月23日～1月20日
 波乱運。順調に見えも波瀾多。見込み違ひ多。無理に進めば相手に足元を見られ信用もキス。家族に誤解や対立生じやす。注意。浮気。股泥沼。
 水瓶座 1月21日～2月18日
 漸進運。地味でも次第に運気向上。働く意欲も湧いてくる。友人の誘いや提案は応じて吉。金運地道に。夫婦で派手な口喧嘩の暗示あり注意。神経痛注意。
 魚座 2月19日～3月20日
 好転運。運気急転。多忙で動き通し。言動に配慮して謙遜な姿勢で。面倒な事からひとづつクリア。外目が向きやすい。家族の意見にも耳を傾ける。

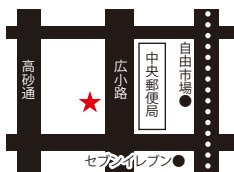
新店舗&リニューアル

狸穴(マミアナ)茶房



新川町・中央郵便局向かいの広小路沿いに7月1日、古民家を再利用した『狸穴茶房』という素敵なお店がオープンしました。今年の春から始めたランチ営業が好評で、注目度が高まっている中島町・共愛会病院向かいのレストラン「マーノ」の姉妹店。店内は古民家ならではのどこか懐かしいムードとなっており、そんな中、午前11時30分～午後2時はランチタイムとして和洋の料理を楽しめる「日替わりランチセット」(=写真、1000円、1日30食限定)を提供。また、午後2時～午後5時はコーヒーなどのお茶と甘味メニューを用意しています。お酒が楽しめる午後5時からの夜の営業もスタートしました。小さな手書きの看板がさりげなく置かれた、ひっそり目立たない隠れ家風の佇まいも魅力的です。営業時間は午前11時30分～午後9時。毎週日曜日定休。駐車場無。

●新川町2-19 ☎87-0408



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3,240円を… 宅配料込3,290円

お申し込み お問い合わせ 株式会社青いぼすとHD TEL(0138)23-5688

ご注文受付/月～金曜日午前9時～午後5時(担当/本間)



次号予告

8月19日号 洋食特集

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
副編集長	平井 由佳	Yuka Hirai
ライター	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 幸幸	Fumiyuki Takekoshi
通販事業	本間 尚子	Naoko Honma

函館に寄港する豪華客船を見るたびに、いつかあんな船に乗って世界中を旅してみたいと思つても、お金と時間がたつてくると無理なんだろうなあ。そんな考えながら、豪華客船を遠くに望む岸壁で小さな魚を釣り上げた夏の夕暮れ..。(蓮)

洋裁の本に載っていた、ボタン通りに作った日除け用アームカバーの使い心地がすごく良い。でもお金と時間がたつてくると無理なんだろうなあ。そんな考えながら、豪華客船を遠くに望む岸壁で小さな魚を釣り上げた夏の夕暮れ..。(蓮)

去年に続いて庭にカラスの被害が続出。でもカラスとはかき思つていたのが、先日見かけた後姿が..。(蓮)

あれはムクドリか十姉妹かはたまた別の鳥。なにぶん、後姿をちらりと見ただけなので、さだかではありませんが、果たして真犯人は? (蓮)

昨年一昨年に取得した資格の上の級を取得することと一人映画に行くという目標を達成できました。今年の目標は取得した資格を生かすための行動と一人旅資格を生かす方は小さな1歩を踏み出しましたか? (一人旅)

は妄想している間に半年が過ぎている状態です。(B.P)

いすねD810。突然なに?と思うかも知れませんが、D810の新型カメラです。高画素なので大きなプリントにも耐えられるし、高感度性能も良好。そして、いかに写真撮るのが上手なカメラか、どうしてフィルムとデジタルとを30万という価格ですべて..。(S)

電子レンジの取扱説明書には「危険! アルミホイルなどを加熱しないでください」とありますが、どれほど危険なのかははじめて目撃してびっくり仰天しました。衝撃でふ厚い耐熱ガラス部分が木端微塵に..。私がかつたんじやありませんよ..。(カ)

以前、伊勢海老の脱皮を見計らって脱皮したものを出荷するといふような職業(職人)をアビで見ました。私も最近ザリガニの脱皮のタイミングを分かるようになり、予想通りに抜け殻を見た時はとても感動します。別に出荷する訳じゃないけど..。(まい)

編集後記

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

私にも主人にも大切な... 今日。青は、いつも楽しみにしています。先日配達され、ゆづくり、じつくり読みたく、テレビ横に置いたはずがありません。でも主人が仕事から戻り解決です。主人は朝、勤務時間より早く家を出て、車中でスポーツ新聞を読みます。青はももって行かれます。

いことありそう 道南イベントガイド、役に立っています。近郊のいろいろなイベント、面白そうですね。さわやかな6月、きつといことありそうながします。(湯川町3丁目、T・T)

*ありがとうございます。

夏ですね。ご家族の夏休みの思い出や、遠方からいらつしゃつたお客様などとのひと時に、素敵なお店でお食事を! 今回はそんな時におすすめのお店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ご感想などは、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。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。

夏ですね。ご家族の夏休みの思い出や、遠方からいらつしゃつたお客様などとのひと時に、素敵なお店でお食事を! 今回はそんな時におすすめのお店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ご感想などは、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。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。

お知らせ

パフェが大好き 毎月楽しみにしています。今回(5月30日号)はパフェ特集でした。パフェが大好きです。これからの季節にピッタリ。マンゴーパフェがあることに驚いています。青いぼすとさんのお陰で、知らなかつた情報を得て、感激! 絶対食べに行つてきます!! (七飯町鳴川、K・I)

*ありがとうございます。

陸上自衛隊 函館駐屯地のイベントのご案内 函館駐屯地では8月8日午後5時～午後8時30分に「函館駐屯地盆踊り大会」が開かれます。当日は駐屯地が一般開放され、各種模擬売店、ふあふあ、花火などが行われます。また、8月31日午前8時30分～午後3時には「函館駐屯地64周年創立記念行事」が開かれます。当日は駐屯地が一

般開放され、観閲行進や戦闘訓練展示、戦車・各種戦車車両試乗、各種模擬売店、子供広場などが行われます。雨天の場合は行事内容の一部変更有。各詳細は函館駐屯地広報班 ☎51-9171 (内線370・371)まで。

紋別市市制施行60周年記念特別コンサートが8月29日午後6時30分から紋別市民会館第1ホールで開催されます。世界を一世風靡したイ・ムジチ楽奏団の元コンサートマスターのフエリニコ・アゴスティーニ氏を迎え、ヴィヴァルディの四季をお届けします。入場料は全席指定で前売券一般1000円(当日券1500円)、高校生以下無料。チケットはローソンチケットで取り扱います。詳細は紋別市教育委員会生涯学習課社会教育係 ☎0115-81581、2416(紋別市民会館内)まで。

男女平等参画関係法律相談が8月21日に公益財団法人北海道女性協会の「平成26年度男女平等参画関係法律相談」が8月21日午後1時30分から美原4丁目の渡島総合振興局で行われます。ドメスティックバイオレンス、セクシュアル・ハラスメント、ストーカー、雇用、離婚等の法律問題に関する無料相談。相談時間は1人30分。相談員は、函館弁護士会所属の伊藤諒子弁護士。電話による事前予約制。定員6人(先着順)。7月22日より受付を開始しており、定員に達した場合、キャンセル待ちとなります。お申し込み・お問い合わせは、同協会 ☎011-251-6349まで。

プレゼント

『スーパーカーリー奥芝商店 函館本店』道南でSHOWSより、1000円分の食事券を5名様にプレゼント。応募はハガキに郵便番号、住所、氏名、電話番号を明記し、青いぼすとに対す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「奥芝商店」係まで。締切は8月8日。



Spotlights

ナチュラル雑貨店オープン

へりー

陣川町のパークゴルフ場近くに、ナチュラル雑貨のお店が6月1日にオープンしました。かわいらしい食器や、ハンドメイドの布・革製バックなど、つい手にとつてみたくなるような生活雑貨が並ぶ店内は、温かみのある優しい空間。照明器具やステンドグラス、更にはワインテージカメラなども取り扱っています。

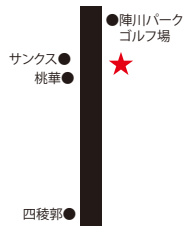
郵便受けなどもありますが、自分で設置するのが難しいものは無料で取り付け等してもらえの嬉しいところ。雑貨だけではなく、店内を飾る手作りの棚やディスプレイラック、家具なども購入可能。気に入ったものを買うだけでなく、DIYをサポーター・アドバイスしてくれ

もらえるほか、工具もお店で使わせてもらえます。木材や塗料なども購入可能。やわらかい色調と美しい仕上がりで人気の塗料「バターミルクペイント」も豊富な色がそろっています。ナチュラルなDIY生活を楽しまたい人は『ペリー』をぜひ見に行ってみてください。お気に入り雑貨を見つけたら、手作りりの夢が広がる素敵なお店です。

営業時間は午前11時～午後6時。毎週水曜日定休。
●陣川町103-41
☎83-1714



るの大きな椅子やテーブルなどの家具から小物まで、様々な木製品の手作りに関わる技術の提供に教えて



地元企業で安心リフォーム

小野寺住設

創業89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『小野寺住設建築部』は、水まわりのリフォームはもちろん、小さな工事から家まるごとリフォームまでまかせられる地元企業です。

7000円。そのほか、気分を一新できるお部屋の「クロス張替え」は平米あたり700円、冷気の流れ込みを劇的に少なくできる「窓サッシ交換」

日々、生活する中で「収納がもう少しあれば」「いや」「お風呂やトイレに手すりがあれば、立ち上がりやすい」など、ちょっとしたことで生活が楽になるということはありませんか？



before

after

では、そんな生活の課題をリーズナブルに改善してくれます。手軽にしっかりと取り付けられる「トイレ手すり取替」は



は普通窓なら8000円から対応できます。以上は一例ですが、「気になるけれど値段が高そう」と思っておきらめられていることがあれば、まずはご相談を。意外と手軽にできるかもしれませんよ。そのほか、介護リフォームの介護保険や助成金の手続き申請も代行してくれるので、さらにお得な価格になる可能性もあるほか、低金利ローンも用意しています。見積りは無料なので、ぜひお気軽に。

営業時間は午前7時～午後10時。年中無休。建築業許可北海道知事許可(般-20) 渡第2426号
建築士事務所登録北海道知事許可(渡)1031号
●美原1-22-9(本社)【フリーダイヤル】0120-7550-750