

青いぽすと

発行元/株式会社青いぽすと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 [青いぽすと編集室] ☎(0138) 27-9210 [FAX] (0138) 23-5699
[URL] http://oceanplace.jp/aopos/ [Eメール] aopos@alto.ocn.ne.jp

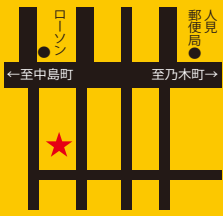
Issue.551 2014.10.31 [fri]

毎月2回(中旬・月末)発行



●人見町4、20
53・1751

人見町の住宅街にある惣菜店『くりや』の「とりももから揚げ」(100グラム180円)が人気! 手作りの惣菜が評判のこの店では、5個100円の看板メニュー「ポテトコロッケ」が有名ですが、とりももから揚げはその看板メニューに負けず劣らずのナンバー2商品。幅広い年齢層が買い求めに来る。そうで、長年買い続ける熱心なファンや、1キロまで買って行く人も少なくないそう。毎日たっぷり用意しているそうですが、揚げたてを味わうなら電話での事前注文がオススメ。夕食のおかずはもちろん、ビールなどのアルコールのおつまみにもぴったり! 営業時間は午前10時〜午後7時30分。毎週月曜日定休。駐車場有。



住宅街の惣菜店の人気とりから

くりや



●深堀町13、11
87・2211

体にやさしい手作りメニューが評判の定食屋さん『キッチンノスケヤ』の唐揚げは、2度揚げしてから自家製のタレにからめていきます。からつと揚がった唐揚げには、食欲をそそるニンニク醤油の風味に加え酢も入っている。さっぱりと味わえ女性にも好評。「唐揚げ」(1写真、1人前7個入り550円)と「唐揚げ定食」(ご飯、みそ汁、お新香、小鉢付き800円)のおかずのみ(600円)は、どちらもお持ち帰り可。お持ち帰りの大量注文は前日まで要予約。キッズスペースもあり。お子さん連れでも気兼ねなくどうぞ。営業時間は午前11時半〜午後2時半、午後6時〜午後9時。毎週月曜日定休。駐車場有。キッズスペース有。



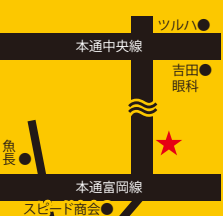
からつとさっぱり

キッチンノスケヤ



●本通2、6、22
54・3330

黄色いイメージカラーとユニークなメニュー名で知られる「Johnnyの手羽先」。この店で絶大な人気を集めているのが「ボブの唐揚げ」(大1080円、小540円)。おいしさの秘密は、南茅産産がごめ昆布醤油を使ったタレ。パリッとした皮と味わい深い肉が見事に調和した唐揚げは、冷めてもおいしい。評判で、ご飯のおかずやビールのお供にぴったり。3年前のオープン以来、買い続けていく熱心なファンもいる。最近では道南でのイベントの出店や移動販売でも人気。なんたってメニューの名前がカッコいい! テイクアウトは電話で事前注文を。営業時間は午前11時〜午後8時。毎月第2火曜日定休。



大好評! ボブの唐揚げ

Johnnyの手羽先



とっとりから
どれもみんな同じ?
いえいえ、
とっとりも個性的で
素敵なものがありました
とっとりもおおいしくて
ご飯のおかずでも
お酒のおつまみでもOK
それが:

表紙写真協力/Jonnyの手羽先



●昭和3、31、16
34・7260

「中国料理 彩風塘」の好物「若鶏の米粉唐揚げ」(1写真、真、1皿740円)は、ひと味違う食感。衣に北海道産のふっくらりんごを100%使用した米粉を使っているから、米粉は小麦粉と比べて油の吸収率が少なく、油で揚げてもヘルシーで軽い仕上がりになるそう。小麦粉と卵を使っていないのでアレルギーがある人も食べられると好評です。(気になる人は事前に問い合わせください)。同店の美味しさを家庭でも味わえる「米粉唐揚げ粉」(1袋350円)は、全国から問い合わせがある人気商品。営業時間は、午前11時30分〜午後3時(LO) / 午後2時30分、午後5時〜午後10時(LO) / 午後9時30分。毎週月曜日定休。駐車場有。



米粉を使った唐揚げが好評!

中国料理 彩風塘

安くて旨い唐揚げならこの店！

藤食堂

老若男女幅広い層が訪れる『藤食堂』は、お惣菜屋さん
が隣接しているのが大きな
特徴。種類豊富な惣菜は、
1パック100円〜とリー
ズナブル。「唐揚げ」（写真
1パック150円）は、醤油
ベースのタレに数種類のス
パイス、生姜の風味が食欲を
そそる1品。好きな惣菜を
チョイスして、食堂で味わう
こともできます。



できたてをすぐに味わい
たいなら「唐揚げ定食」
（700円）がおすすめ。



キャベツ、ポテトサラ
ダ、揚げ餃子、小鉢、漬
物、汁物がついて、ポ
リユームも栄養も満点。
お惣菜の唐揚げは、注文
数の多い場合のほか売
り切れの場合もありま
すので、事前電話注文が
確実です。営業時間は午
前11時〜午後8時。毎週
日曜日定休。駐車場有。
● 柏木町 36・15
☎ 52・43265

愛され続ける肉屋さんのから揚げ

たけだ精肉店

はこだて自由市場隣・若
松広路グリーンベルトに面
してある『たけだ精肉店』の
から揚げは、知る人ぞ知る人
気惣菜。生の伊達産鶏肉を
使っているの、しっとり柔
らかくジューシーなのはも
ちろん、ほんのり甘味のある
醤油ベースの味はクセにな
る美味しさ。から揚げをはじ
めて50年、この店のファンの
ために変わらぬ味を守り続



け、100g990円という
価格も値上げしてません。
ほかに「骨付鶏モモ肉の
蒸焼き」（1本290円）
や、「五穀味鶏の手羽先」
（1本80円）も常連客
に人気の品。大量に買い
求める人もいて、昼頃には
売り切れることが多いの
ですが、前日に電話
で予約すると確実に買
えます。営業時間は午前
8時半頃〜午後5時頃。
毎週日曜日、祝日定休。



● 新川町 1・3
☎ 22・43115

知る人ぞ知る絶品唐揚げ

肉の松葉屋

深堀町にある『肉の松葉
屋』の「若鶏唐揚げ」は、40年前
のオープン当初からファン
の多い1品。お肉屋さんなら
ではの上質で新鮮な鶏肉を
生姜醤油と企業秘密の隠し
味が入ったタレに一晩漬
込み、振りかける程度の衣で
仕上げることで柔らかく
ジューシーな唐揚げが完成。
料金は100グラム220
円〜で、（写真）は200グ



ラム440円。タレに漬け込
んだ鶏肉も販売していて、自
宅で揚げたてを味わう
こともできます（100
グラム190円）。ど
ちらも売られる場合
がありますので、数が多い
場合は事前の電話注
文が確実。コロッケやカ
ツ、ハンバーグフライな
どの惣菜も人気。営業時
間は午前9時半〜午後
6時半（総菜は午後6時
まで）。毎週金曜日定休。
● 深堀町 3154
☎ 54・4907



2種類の鶏から揚げを提供

お惣菜 大地

市内美原の『お惣菜 大地』
では2種類のとりからを取
売。「鶏の唐揚げ」（写真、小
320円、中530円、大
740円）は、肉の美味しさ
にしょう油風味の下味が
マッチした、衣さつくり中は
ジューシーな1品。冷めても
美味しくいただけます。特製
ダレをからめた「大地の唐揚
げ」（11回手前、小330円、
中550円、大770円）も



根強いファンが多く、コクの
ある甘辛いタレが食欲をそ
そります。花園町にある
系列の居酒屋「うまいも
の処 海と大地」でも提
供（鶏の唐揚げ1皿
590円、大地の唐揚げ
同690円、持ち帰りも
可）。『お惣菜 大地』の営
業時間は午前11時〜午
後1時30分、午後4時30
分〜午後6時30分。毎週
日曜日、祝日定休。駐車
場有。



● 美原 4・18・24
☎ 46・0077

飽きずに食べられる！

湯の川阿佐利伊藤精肉店

大正10年創業の老舗『湯の
川阿佐利伊藤精肉店』の「鶏
のから揚げ」（100グラム
180円）は、家庭で食べる
お母さんのから揚げをイ
メージした飽きのこない味
付けが特徴的。塩味をベー
スにしています。2度揚げし、
最後は余熱で火を通して
るので衣がサクツツし、冷め
てもベタつきません。「国産
豚ロースカツ」（190円）や



「黒豚入りメンチカツ」
（110円）、「シューマイ」
（55円）、「豚角煮」
（100グラム220
円）など、から揚げ以外
の惣菜もお肉屋さんな
らではのお手頃価格で
販売。家庭で調理できる
冷凍のハンバーグやト
ンカツなどもあります。
営業時間は午前11時〜
午後6時。毎週日曜日、
毎月第2・3水曜日定
休。駐車場有。
● 湯浜町 9・32
☎ 33・0233



ポリユーム満点…どころじゃない

いか家

駅前エリアの人気スポット・大
門横丁内にある「いか
家」は、名物の餃子や焼きそ
ばなど、オーソドックスから
創作メニューまで多彩に楽
しめる居酒屋です。そんな同
店では、普通の唐揚げや半身
などがそろっていますが、今
紹介するのは「1キログ唐揚
げ」（1800円）。鶏モモ4
羽分、約5人前というこのメ
ニューは、同店のマスター曰



く「1人で食べなきゃダメ。
手助けするのは禁止ね（笑）」
という一品。下味がしつ
かりしている、ジュー
シーに仕上がる唐揚げ
ですが、やはりキーンと
いうポリユームはハー
ドルが高く、過去の成功
者は2人だけ。「我こそ
は！」と思う人はぜひ。
年末の宴会もお気軽に。
営業時間は午後5時〜
午後11時。不定休。

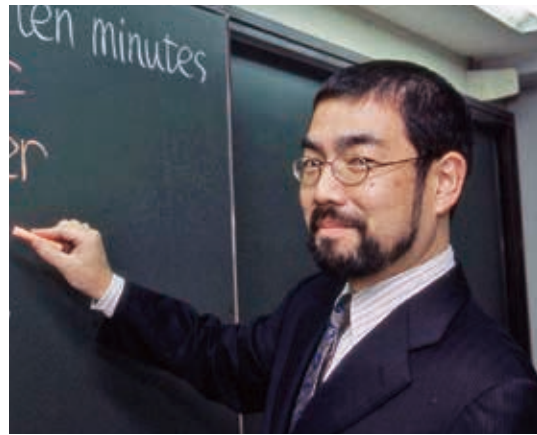


● 松風町 7・5
● 大門横丁内
☎ 090・38097・9031

東進の今井先生がやってくる！ 第一ゼミナール・東進衛星予備校

「わかる！ 面白すぎ
る、やる気出まくり！」
と受講生が絶賛する、テ
レビやCMでおなじみ
の東進の今井宏先生が
函館で特別公開授業を
行います。今井先生は早
稲田大学政経学部を卒

業後、広告代理店国内最
大手「電通」勤務を経て、
満を持して予備校界に
進出した英語の超大物
講師です。
ズバリ的を射た不思
議なほど分かる授業心
地よいスピード感と豊
富な話題、あふれる知識
で受講生を魅了するこ
とで生徒から絶大な人
気があります。成績アッ
プはもちろん、英語にと
どまらない話題豊富な
授業内容に、見識が広が
ること間違いナシ！
こんなチャンスは滅
多にありません。



■対象／高校生
(保護者、中学生も歓迎)
■参加費／無料
■日時／11月23日(日)
午後1時30分～午後
3時(午後1時受付開
始)
■場所／亀田福祉セン
ター1階
■申込方法／電話また
はホームページから
●杉並町4-12
☎31-5577
http://daichizemin.jp
office@daichizemin.jp

お金も時間もかからない！ 特定健診

日本人の死亡原因の
3分の2近くを占める
といわれる生活習慣病
は、若い時から健康診断
を受け、食事や運動に気
をつけることで防ぐこ
とができます。しかし、
「まだ若いしお金も時間
もかかって面倒と、つ
いつい健康診断を後回
しにしてはけません
か？」
函館市国保年金課で
は、そんな忙しい働き盛
りの健康づくりを応援



【対象者】
40歳から74歳までの函
館市国民健康保険加入
者
【健診期間】
平成27年3月末まで
【健診費用】
無料
【検査内容】
血液、尿検査、血圧測定、
医師の診察など
【お問い合わせ先】
函館市国保年金課(健診
担当)
●五稜郭町23-1
☎32-2215



函館市国保年金課

青ばの目

夏の終わりの海辺で

▼その美しい自然現象を、「ヤコブの梯子(はしご)」と呼ぶのだという。▼9月の半ば頃、僕は休日を利用して道南の砂浜でマリンスポーツを楽しんでいた。夕方になって海から浜に上がる時に、浜辺からこちらのほうを見ている2人の姿を見つけた。その時は海水が目に入っていたのであまりよく見えなかったが、2人はご高齢のご夫婦のようで、ご主人は椅子に腰掛け、奥様はその横にしゃがんで、2人で海を見ていた。▼浜に上がった僕は目をバスタオルで拭き、そのご夫婦の様子を改めてちゃんと見た。そして日溜まりのようにほのぼのとしたご夫婦の後ろ姿を見て、幾つかのことに気づいた。ご主人が腰かけているのは車椅子であるということ。おそらくご近所に住んでいるご夫婦で、砂浜までは奥様が車椅子を押してきたのではないかと。そして2人の視線の先は夏の終わりの海ではなく、その彼方に望む空なのではないかということ。その日は曇り空で、雲の切れ間から太陽の光が何本か、まるで柱のように差し込んでいた。▼旧約聖書の中に、ヤコブが雲の切れ間から差す光の梯子で天使が昇降する夢を見たという記述があることからそのような自然現象を「ヤコブの梯子」と呼ぶのだという。その日も夕風の海に向かって太い光の柱が何本か差し込む光景がとても美しかった。そして何より、特に会話のひとつもするでなく、「ヤコブの梯子」を静かに眺めているご夫婦の姿がとても素敵だった。▼世界遺産があるような場所でもなく南の島の美しい楽園でもなく、道南の名も無き砂浜で一生忘れたいことができないような素晴らしい風景と出会うことができるから、生きていくということとは素晴らしいものだ。齢を重ねたせいには僕とは近頃、素敵なものに出会うたびに幸せとは何かを考えるようになった。その日、偶然見かけたご夫婦のことを僕は何も知らない。これまでもこれほど楽しい思い出を共有してきたのか？ これまでどれほどの困難を乗り越えてきたのか？ でもこうして、夏の終わりの西の空を仲良く眺めている2人の姿を見て、夫婦であることの幸せというはきつこういものではないのかと、強く感じた。▼「愛とはお互いに見つめあうことではなく、共に同じ方向を見つめることである」とは、サン・テグジュペリの言葉。11月22日は、「いい夫婦の日」。

青ば大学

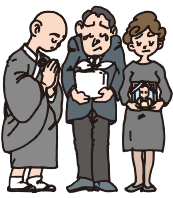
大人になってから学ぶことって、意外に楽しくないですか？ 今回は、『有限会社小田桐葬儀社』代表取締役の小田桐弘晃さんに、函館の葬儀事情や最近注目されている家族葬などについて解説していただきました。

函館の葬儀について

函館では、火葬した後にお通夜が行われるのが古からの風習です。なぜそのような流れになったかについては諸説がありますが、洞爺丸の転覆事故の際に、ご遺体の状態が良くないため、お通夜の前に火葬したのがそのはじまりであるという説がよく云われる話です。ほかには、漁師町ならではの日程的な都合という説もあります。北海道の中でも独特な風習であり、長万部あたりだと「火葬前にお通夜」と「火葬後にお通夜」がどちらでも良いという風習。札幌市ではほとんどが「火葬前にお通夜」です。そのため、市外からお通夜に来られた方は、ご遺体と最後のお別れができないことに驚かされることも多いので、予め函館独自の風習をお伝えいただくようアドバイスさせていただきます。

葬儀会場は町会館から大規模ホールへ移行し、ここ数年は函館で

も小～中規模の会場で行う家族葬が多くなってきています。当ホールを例にします



と、リビングで行う15人程度の葬儀から、メインホールで行う30人から最大70人程度までの葬儀です。やはり予算をある程度に抑え、本当に故人と親しかった人だけで行う葬儀というものが注目されているのだと思います。また、最近では葬儀委員長を立てずに、故人の紹介は喪主様か、プロの司会者に依頼するケースも増えています。さらに葬儀の内容も、例えば故人が生前に好きだった曲をBGMに使ったり、故人が好きだった色の花で祭壇を飾るなど、故人の生前を物語るものが増えてきているようです。もちろん、葬儀の規

模や内容に関わりなく、儀式的なことや親族の思いは重視すべきです。私共がよく質問される「葬儀に関する疑問」で多いのが、病院などで亡くなった場合、ご遺体をどうすればいいのか？ というような内容です。病院にもよりますが、あまり長時間ご遺体を置いておくことはできませんので、ご自宅かホールの安置室に運ばなければなりません。もちろん、予算についても、色々質問されることがよくあります。葬儀はあまり時間がない中であれこれしなければならぬことが多いので、予備知識を身につけ、万が一の時にどのような葬儀を行うのかを考えておくことも大切です。そういう意味では、葬儀社の会員になるというのもひとつの考え方です。

今回の講師 『有限会社小田桐葬儀社』代表取締役 小田桐弘晃さん



函館市出身。函館市内の大学を卒業後、家業である明治6年創業の老舗『有限会社小田桐葬儀社』に就職。その後、5代目として同社の経営を受け継いだ。時代の流れを読んで、長年従業員や家族から慣れ親しまれてきた社屋を家族葬向けのホールに全面改装した経営手腕が注目されている。ラグビーの名門・函館大学付属有斗高校ラグビー部時代に学んだ精神が、現在の会社経営に役立っているという。同社では現在、入会すると葬儀費用が割引になる「桐花あんしんの会」の会員を募集している。ホールの見学も随時受付中。
●若松町23-9 【フリーダイヤル】0120-22-1684

千代台町に素敵なヘアサロン「ヘアサロン シンプリ」は、100%天然で無添加の「PMヘナ」を使ったオーガニックヘナカラー・ヘナバック(各足湯付5400円)などのロハスなメニューが自慢で、店内も自然のぬくもりをイメージしたインテリア。お洒落な店内ながら格安料金も注目で、カット1620円、シャンプー1080円、まつ毛パーマ2160円。学生、丸刈り、前髪のみのカットは各1080円。ヘナカラー・ヘナバック、まつ毛パーマは要予約。営業時間は午前9時30分～午後7時。毎週水曜日、毎月第3木曜日定休。駐車場有。
千代台町17-2
☎87-0552



木のぬくもりあふれる店内。洞窟の中に「シンプリ」の9月にオープンしたヘアサロン。千代台町の電車道路沿いにこの日、偶然見かけたご夫婦のことを僕は何も知らない。これまでもこれほど楽しい思い出を共有してきたのか？ これまでどれほどの困難を乗り越えてきたのか？ でもこうして、夏の終わりの西の空を仲良く眺めている2人の姿を見て、夫婦であることの幸せというはきつこういものではないのかと、強く感じた。▼「愛とはお互いに見つめあうことではなく、共に同じ方向を見つめることである」とは、サン・テグジュペリの言葉。11月22日は、「いい夫婦の日」。

欲はあった方がいい

ミュージシャン達は何のために音楽を演るのでしょうか?

音楽を始める理由の定番といえば、学生時代に女の子にモテたいとか、注目されたいという他愛もない理由。これが、ある程度のレベルまで成長すると、ヒットチャートの1位になりたいとか、日本武道館でコンサートをしたいとか、憧れのミュージシャンと共演したいとか、海外デビューを成功させたいとか、夢という欲望というか目標がカタチになってくるものです。音楽でご飯を食べていくというのは、そんなに簡単ではないのは皆さんもご存知でしょうが、好きな音楽が仕事になり、それなりに稼げるようになり、その先に叶えたいものがあるからこそ続けていけるものなのではないかと思うのです。でも、最近のミュージシャン(特に若い世代)には、そんな剥き出しの欲望のようなものが感じられないのが残念です。なんか、温度が低いんです。そして、彼等の演る音楽にもそんな感じがしてしまふのは、もっと残念です。若者よ、成り上がれ!

今月のオススメ1枚目は、東儀秀樹×古澤巖×coba「TFC55」。以前から交流のある3人ですが、遂にユニットでのアルバムをリリース。全5曲のミニアルバムながら、東儀のヒチリキ(雅楽器)、古澤のヴァイオリン、cobaのアコーディオンが絶妙にからみ、アップテンポの曲もスローな曲も、この3人にしか出せない極上音世界!今年55歳のやんちゃな3人組に注目です。

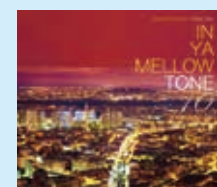
もう1枚は「IN YA MELLOW TONE」。シリーズ累計セールスが30万枚を越す人気コンプレーションの第10弾。“日本人の心に響くHIP HOP”を送り続けるGOON TRAXレーベルの通算100枚にもあたる記念すべきアルバム。HIP HOPという固定概念を捨てて聴いて欲しいです。年齢も性別も国籍も全く関係なく、染み込んでくるこのサウンドに偽りはなし! JAZZYでMELLOWな16曲収録。



東儀秀樹×古澤巖×coba
「TFC55」(1620円)



【筆者】
白井和也店長
玉光堂五稜郭店
●本町17-2
☎32-8525



「IN YA MELLOW TONE」
(2160円)

おせちの受付、始まりました

例年人気の『旬曆ひだ 人前22000円』の受付が『おせち』(写真、4) けが始まりました。



4人前 22,000円

旬曆ひだか

リピーターが多いという豪華な三段重おせちは数量限定、完売次第受付終了となりますので早めのご予約が確実です。

引渡しは、12月30日(午前10時〜午後6時)と、12月31日(午前9時〜午後3時)の2日間。旧函館市内に限り配達もしてくれるので忙しい年末に大助かり(時間の指定はできません)。

1年の締めくくりはぜひ、同店のおせちで...
営業時間は午前11時30分〜午後2時(LO)、午後5時〜午後8時30分(LO)。毎月第1・3水曜日定休。駐車場有。
●中道1・2・5
☎31・5077

DNAトレーニングダイエット

ピラティスやストレッチ体操をマンツーマンで指導するダイエツトサロン『シエイプ』では、DNA検査を行うトレーニングプログラムが好評です。



このプログラムは、DNA検査から導き出された遺伝子情報をもとに、ダイエットや健康のための、より効率的な運動や、食事法などについて指導をしてくれる。

消費、糖質代謝、脂質代謝、満腹中枢、血管収縮、筋肉に、関わる神経(運動神経、筋収縮、エネルギー供給、抗酸化能力)の9項目からなり、生まれつきの体質や筋肉のタイプなどを知ることがで

きます。また、身体の特性を理解するため体質に合わないダイエット法を避けることができます。
同店の代表・澤口絵美さん(写真下・右)は、このDNAトレーニングを行うことができる「セルフコールドトレーナー」の資格を持つ。1人ひとりの年齢や体力に合わせた無理なく効率の良いトレーニングプログラムを



●七飯町本町4・23・26
☎090・97753・2086

SHAPE(シエイプ)

提案してくれれます。体力に自信のない人も気軽にお願い合わせください。産後のお母さん向けのピラティス指導も人気。澤口さん自身も2人のお母さんです。
営業時間は午前10時〜午後5時。毎週日曜日。祝日定休。完全予約制。

人気のパフェを「青ぼ」読者限定価格で bar, de icloe(クローエ)

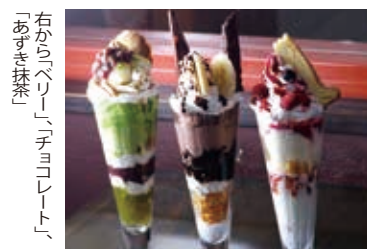
ポールスター函館向いにある『CLOE(クローエ)』は、お友達同士でのおしゃべりから、仕事の打ち合わせまで、幅広く使われているカフェです。同店ではネットリップ抽出のコーヒーやホットサンドなどの軽食のほか、定番から季節限定まで多彩なパフェを楽しめます。

11月末まで期間限定の「マロンパフェ(単品690円、ドリンクセット1050円)は、ふんだんに使った栗の風味を楽しめる一品。そのほか、チョコレリト、ベリー、あずき抹茶がそろったレギュラーメニューも好評です。



マロンパフェ

そしてパフェ全品を「青ぼ見た」でドリンクセット(200円引き、単品1000円引き)で楽しめます(11月24日まで)。寒くなるこの季節、あたたかい店内で美味しいパフェをぜひ。営業時間は午前10時〜午後10時。無休。
●港町1-11-24
☎86・7124



「あずき抹茶」
「右からベリー」,
「チョコレリト」

色々楽しめる2階スペースも人気!

亀田本町の住宅街にある『喫茶かたらん』は、落ち着いた空間でゆったり過ごせるお店。根強い人気の「ピエッカラーセット」(850円)付き。

函館山が見渡せ開放的な雰囲気。2階には、旭川市在住の陶芸家・むらせ先生の作品を展示・販売しています。個性豊かでお洒落な陶芸品をリーズナブルに提供していますので、ぜひご覧になってはいかがでしょうか(小皿350円)。また、同フロアでは「パッチワーク教室」を開講中。若手名の参加が可能です。日時は、毎月第2・4水曜日の午後1時〜午後4時。料金は1回1000円。そ



のほかの教室や会合、小さな展示会などにも利用できますので、詳しくは電話でお問い合わせください。



●亀田本町11・4
☎40・7710

マタニティフォト ～生まれる前から家族だよ～

赤ちゃんの誕生を心待ちにしている幸せな姿を、初めての家族写真として残してみませんか。『スタジオアリス』では、毎週火、日曜日の「マタニティの日」に嬉しい特典があります!

- 「マタニティの日」特典
- 撮影料無料(通常3240円)。
- Baby ShowerBook(3面台紙キャビネ版写真1枚付)プレゼント。
- お宮参り・百日祝いの撮影料無料券プレゼント。
- マタニティドレス無料。



ご予約は、電話またはホームページ「スタジオアリス」からどうぞ。

【取材協力】
こども写真城スタジオアリス函館石川町店
午前10時～午後7時
●石川町52-15
サントルマルヤマ2階(トイザらス函館店内)
【フリーダイヤル】0120-475-606

道南イベントガイド

第36回 女性センターまつり

■11月2日(日)午前10時～午後2時 ■バザー、作品展示、クイズラリー、バルーンルーム、食堂、喫茶他 ■会場/函館市女性センター、東川児童館 ■間/函館市女性センター ☎23-4188

第32回 ビートルズパーティー

■11月7日(金)午後6時30分開場 ■出演/リッキー&横浜リボルバー、ロンリーハーツクラブバンド(函館) ■会場/ブルーポイント(本町9-5 第1MCビル) ■チケット/3000円(1ドリンク) ■間/サウンドパパ ☎55-6096(予約可)

第33回 北斗市茂辺地さけまつり

■11月3日(祝)午前9時50分～午後2時 ■さけのつかみどり(抽選)、さけ鍋無料サービス(数量限定)、特産品販売他 ■会場/茂辺地川下流特設会場 ■間/北斗市経済部観光課 ☎73-3111

第31回 木古内ふるさと産業まつり

■11月3日(祝)午前9時30分～ ■ジャガイモはさみ取り大会、新米すくい大会、セリ市、物産販売他 ■会場/みそぎ公園 ■間/木古内町産業経済課水産商工グループ ☎01392-2-3131

画廊一花企画 安積徹日本画展

■11月9日(日)～22日(土)午前11時～午後4時 ■道南の自然を岩絵具で表現した作品を展示 ■入場無料 ■会場/間/画廊一花(山の手3-3-11) ☎090-8372-5483(渡辺)

浮世絵・雑誌・絵はがきに見る

幕末・明治の戦争イメージ

■11月15日(土)～1月21日(水) ■一般610円、高大生410円、小中生200円 ■会場/間/北海道立函館美術館 ☎56-6311

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!!

Q 香典は共同で出してもよいのでしょうか。
A 遺族・親族の皆さまは香典返し等の返礼などで大変忙しい思いをされています。共同で香典を包むのは、香典返し(会葬御礼品とは違います)が難しくなるため、やむを得ない場合のほかに避けるのが親切かと思えます。ただし、香典返しを發送する風習のない地方(函館地方もこれに当たります)

Q お寺に葬式の費用を尋ねるのは失礼にあたるのでしょうか。
A お葬式については一般の人が分からないのが当然です。金額面で失礼があつてはいけなもので、遠慮なく尋ねて良いですよ。なお「志で結構です」と言われ

では、共同でも構いません。その場合は各人の住所を忘れないで記載してください。Q お寺に葬式の費用を尋ねるのは失礼にあたるのでしょうか。博善社は葬儀に関する様々なことを知る「ことのできる葬儀社」です。葬儀に関する疑問や質問は気軽にお問い合わせを。
●末広町1012 ☎27-1400



五稜郭博善斎場



美原博善斎場



七飯博善斎場

プロが教える葬儀の豆知識⑧



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。
Q 香典は共同で出してもよいのでしょうか。
A 遺族・親族の皆さまは香典返し等の返礼などで大変忙しい思いをされています。共同で香典を包むのは、香典返し(会葬御礼品とは違います)が難しくなるため、やむを得ない場合のほかに避けるのが親切かと思えます。ただし、香典返しを發送する風習のない地方(函館地方もこれに当たります)



心もカラダもぼっかばか!
北ガスッキングスクールの12月のテーマは「心もカラダもぼっかばか!」冬のあつたかメニュー。12月3日(水)午後6時30分～午後9時30分と4日(木)午前10時～午後1時で、内容は豚肩ロースとゴボウの赤ワイン煮、オニオンバターライス、カブとタラのブイヨコ、おみくじ付のチョコレートケーキほか。定員は15人。受講料は3000円。講師は輪島美哉子先生。会場は北ガス函館支店1階のッキングスペース。1グループのお申し込みは4名までとさせていただきます。申込締切は11月7日(金)。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。受付は月々金曜日の午前9時～午後5時。キャンセルは3日前まで(3日を過ぎるとキャンセル料がかかります)。
●万代町8-1 ☎42-6505

北ガスッキングスクール

葬祭センター博善社



「変だな?」と思う前にボイラー点検を
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確かなアドバイスで多くの支持を得ている、テレビCMでもおなじみの「小野寺住設」から、給湯ボイラー点検のお得な情報のお知らせです。
気温が低く長かった昨シーズンの冬は、寒い冬を影で支えてくれた給湯ボイラーへの負担も大きくなっています。シャワーやお風呂など、日々の快適な生活に欠かせない給湯ボイラーの定期的な点検・整備を、寒くなる前の今こそおすすしめします。
『小野寺住設』では、長年の経験に基づいた

高い技術と幅広い知識を持つ専門スタッフが、石油ボイラーの点検・整備を行います。正しく整備したボイラーは、燃費が改善され、ボイラー自体の寿命も伸びます。長期に見ると大きな節約にもつながります。点検は3000円、バーナー清掃は5000円から承りますので、お気軽にご相談下さい。
ボイラーの調子を見直すなら今がチャンス! 地元の特約店「小野寺住設」までお気軽にお電話を!
●美原1-22-9 ☎0120-7500-7500

小野寺住設



コラソン



翠の杜

終身契約が可能な高齢者向け賃貸マンション
写真の建物は、高齢になっても安心、快適な在宅生活を送れる終身賃貸借事業認可を受けた賃貸マンション。
終身契約のバリアフリー住宅で、60歳以上の単身者、高齢夫婦世帯、その親族も同居できるほか、怪我や病気で障害のある人も年齢に関係なく入居できます。契

約更新などで退去を求められる心配もありません。自宅のような環境で今までの変わらない生活を送ることができ、終の棲家として自宅から住み替えられ、持ち家の整理なども可能。スタッフが常駐しているため、日常の生活相談や緊急時にも対応してもらえ、必要に応じて有料の食事サービス(3食対応)、介護が必要になったときは外部介護サービスと併用して住み続けることができます。
部屋はいろいろなタイプがあり、自立した生活に必要な設備も完備。終身の認可賃貸住宅は軒数が少なく、「コラソン」や「翠の杜」の2箇所。この機会に今の暮らしを見直し、安心で豊かな自身のためのシニアライフを始めませんか。
建物見学、入居相談は随時受け付け中。気軽にご相談ください。希望者には送迎も有。問い合わせは「コラソン」大森まで。
☎44-03335

プライムオブライフ



いい店 食べ歩き

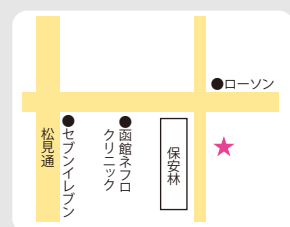
ラストラ

11:30~14:30 17:30~21:00
月曜日(祝日の場合、火曜日)・第3火曜日休、駐車場有
●本通1-4-1 ☎31-2372

本通の住宅街にあるお洒落なイタリアンレストラン『ラストラ』。店内の大きな窓からは隣接する林の鮮やかな緑が望め、街中に居ることを忘れてしまいそうな心地よさ。シエフがこだわるのは素材。七飯町の松本農園など、地元生産者との連携を長年続けており、安全で安心して食べられる料理を大切に考えています。写真は魚貝とトマトの旨味たっぷりトマトのペスカトレのパンスタを選んだ1620円のランチ。パスタは4種類ほどの中から選べ、3種のお肉のパテが楽しい前菜、優しい味わいの自家製パン、自家製デザートとコーヒーを満喫できます。デザートはティラミスは、濃厚でふわっとした口溶けがたまりません。店内の雰囲気は、小さな子供から大人までゆつくり過ごせる家庭的な優しさ。まるで親しい友人の家に遊びに来たような心地よさがあります。幼少の頃から十数年、この店に通う常連客の成長を喜ぶシエフの笑顔は幸せそうです。テラスでは犬を遊ばせておくことができるので愛犬家にも嬉しいお店。宴会は5人から30人まで。20人以上でお店を貸し切ることが出来ます。

トとコーヒーを満喫できます。デザートはティラミスは、濃厚でふわっとした口溶けがたまりません。店内の雰囲気は、小さな子供から大人までゆつくり過ごせる家庭的な優しさ。まるで親しい友人の家に遊びに来たような心地よさがあります。幼少の頃から十数年、この店に通う常連客の成長を喜ぶシエフの笑顔は幸せそうです。テラスでは犬を遊ばせておくことができるので愛犬家にも嬉しいお店。宴会は5人から30人まで。20人以上でお店を貸し切ることが出来ます。

理教室も開催しています。1時間半ほどの教室で、会費は3000円。料理を楽しまながら、シエフのテクニックを教わってもらえるのが好評。家での料理がもと素敵になる、楽しいひと時を過ごしてみませんか。詳しくはお気軽にお問い合わせください。



CLOSE UP

大好評のラーメンが300円で食べられる2日間!

ラーメン1杯300円の2日間!
ラーメン専科 麵次郎田家店



人気ラーメン店「ラーメン専科 麵次郎田家店」は今年12月6日でオープン20周年を迎えますが、長年のご愛顧に感謝して11月4、5日の2日間、ラーメンを1杯300円で提供します。

2日間にわたり、1杯300円で提供するの塩ラーメン、醤油ラーメン、味噌ラーメン。期間中は特別メニューでの営業となり、別料金でラーメンに各種トッピングができるほか、ギョーザとライス各通常価格が販売されます。

同店は、和食職人だった中山武久店主が、厳しい修行時代に学んだ技術と独創的なアイデアで、看板メニューとして知られる「合わせみそラーメン」をはじめ、数々の人気メニューを作り出し、ラーメン党の間で話題を集めている1軒。中山さんは「これまで、来店いただいた皆様へ感謝するイベントとして過去に10周年、15周年の時に実施してきたもの

←至亀田本町 至中道→
★五稜中学校
道営住宅 田家町団地
☎40 16663
●田家町5-19

心の代書屋 松田聡がスバリ!



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

行政書士 松田聡 事務所 函館市神山245-21 ☎33-4675

遺言

行政書士の松田です。今年も紅葉が美しい季節となりました。間もなく降雪の声も聞こえてくるのでしようか。

季節の移り変わりが、年々速さを増していること実感する今日この頃です。あれから何年の時を経過したのだろうかと思問する場面に出くわすことがあります。

先日、数年前に遺言書を作成されたお客様がお亡くなりになったと、ご親族からご連絡を頂戴しました。遺言書には「子供達には、永遠に仲良く、お母さんに孝養を尽くしてください」と書かれた方でした。

時の移りゆく速さを実感すると同時に当時のお元氣な姿を思い出し、あの声がかしくもあり寂しさを感じていました。遺言書に書かれた付言をお読みになったご親族は、お父様の子供達や奥様に対する心優しい想いを実感されたことと思

私も、そのお手伝いが出来たことに感謝しております。これまでに、遺言を遺されたお客様の中には、いわゆる「付言部分」を自分の葬儀の席上で参列者に対して読み聞かせて欲しいとお願いされたことがありました。

ある葬儀は今でも忘れられることが出来ません。病に伏しながらも「松田さん、自分の財産のことで家族が揉めるなんて到底考えられない、それよりも妻や子供達が、自分がいなくなっても不安にならないように、自分の目に見えない想いもしっかりと遺したい」と力強く言われたのでした。

時を経て、突然その日がやってきました。身が亡くなったような焦燥感に駆られたものでした。葬儀の席上では本人に成り代わり遺言の付言を代読させていたいただきました。涙が止まりませんでした。

たが、参列された皆様からは「悲しいというよりもお疲れ様という感情が残った素晴らしい葬儀だった」と、口々におっしゃっていました。が印象的でした。

もちろん、ご家族の皆様も感動されていた様子が見えたり心に残っています。私自身、この先いつどうなるか分かりません。自分の想いと遺影を準備しておかなければなりません。毎月青紙に掲載されているこの文章が遺言の一部と位置づけられるよう、さらに気持ちを高めて文章を書くところと心新たにしたいところです。

Health & Wellness

腰痛、頭痛ってどう対処すれば良いの?

医療法人社団健和会 函館おもむら整形外科病院 副院長(麻酔科)

大村 直久

●石川町125-1 ☎47-3300 http://www.ohmura.or.jp/

issue.249



「片頭痛」の他にも、単なる頭痛と誤解されやすい肩こりからくる「緊張型筋緊張性頭痛」などがあります。

この所、日増しに寒さが強くなってきました。毎年この季節になりますと、気温の変化に体が追いつかず普段は腰痛、頭痛と無縁な方でも、突然症状に襲われ困ってしまうこともあるかと思えます。さて、ペインクリニックでよくお目にかかる症状に「腰痛」があります。腰の周囲の痛みには、「腰椎間板ヘルニア」や「腰部脊柱管狭窄症」の他に、皆さん一度は耳にされたこともある「ぎっくり腰」や、骨盤の高さの痛みであれば、場合によっては仙腸関節という骨盤を構成する骨のつなぎ目の炎症などによる痛みの可能性もあります。

ただ、どんな痛みでも見つけ次第すぐに注射などで治療していいわけではなく、痺れなどの神経症状を伴う場合は、原因となる病気に對して「整形外科的な診察・治療を必要とする場合」もあります。腰痛の他にも、よくお目にかかる症状には「頭痛」があります。これには前回の記事で触れた

「緊張型頭痛」は頭の両側によくおきますが、時には片側の場合もあります。頭痛は頭全体や後頭部、首筋に及ぶこともあります。その痛みは数時間から数日かけて悪化しますが、その後は極端には悪化しないでそのまま持続する事が多いです。この緊張型頭痛は前兆(前触れ症状)を伴わず、早朝、及び、夕方によく生じることが多く、「寝入りが悪い、夜中に何回も覚めてしまう、早朝に目が覚めてしまう」といった痛みであれば、場合によっては仙腸関節という骨盤を構成する骨のつなぎ目の炎症などによる痛みの可能性もあります。治療ですが、主には飲み薬による治療があります。痛みに対する治療としては神経ブロック注射だけでなく、支える筋肉をリハビリテーション運動等で強化し、結果、痛みをコントロールしたりもします。目にかかる症状には「頭痛」があります。これには前回の記事で触れた

星占い

10月31日~11月27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

牡牛座 4月21日~5月21日

双子座 5月22日~6月21日

蟹座 6月22日~7月22日

獅子座 7月23日~8月22日

乙女座 8月23日~9月22日

天秤座 9月23日~10月22日

射手座 10月23日~11月21日

山羊座 12月22日~1月20日

水瓶座 1月21日~2月18日

双鱼座 2月19日~3月20日

牡羊座 3月21日~4月20日

牡牛座 4月21日~5月21日

双子座 5月22日~6月21日

蟹座 6月22日~7月22日

獅子座 7月23日~8月22日

乙女座 8月23日~9月22日

天秤座 9月23日~10月22日

射手座 10月23日~11月21日

山羊座 12月22日~1月20日

水瓶座 1月21日~2月18日

双鱼座 2月19日~3月20日

新店舗&リニューアル

しん善



湯川町で長年親しまれてきた寿司店『しん善』がこのほど、駒場町・函館競馬場横に移転オープンした。湯川町界隈在住の人や競馬ファンなどから好評の寿司は「極」(3450円)、「特上」(2350円)、「上」(1750円)、「並」(1550円)、「さしみ盛」は1人前2160円〜。生ビールは540円。日本酒は「八海山」「立山」「春鹿」などがそろっており、注目は口あたりが良く女性でも飲みやすく発泡清酒「すず音」が季節に応じて数種類あり、常時味わえる「すず音」(300ml1300円)、「花めくすず音」(限定、300ml1500円)など、お寿司にもびったりの1杯が楽しめる。ほかには、「ワイン」(赤・白、各グラス550円)、「樽詰めハイボール」(350円)やフルーツフレーバーで楽しむ「樽ハイサワー」(430円)も有。営業時間は正午〜午後2時30分、午後5時〜午後11時。不定休。駐車場有。

●駒場町11-15 アトウレ1階 ☎83-7897



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**

☎注文受付/月〜金曜日午前9時〜午後5時(担当/本間)



次号予告

11月14日号

年末年始グルメ特集 vol.1

11月21日号

年末年始グルメ特集 vol.2

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

iPadのドラママシンのアプリで自分好みのドラマパートを作り、自動演奏に合わせてアコースティックギターを弾きながら、今さらながらデジタルの進歩はすごい。若い頃は憧れだけで、自分にはできないだろうと思っていたことも、できちゃったよ。(慎)

近所で飼われている羊の詩人、懐かしいと聞いたので近寄りたかったけれど、道路から奥まった場所にながれていて近づけない。そこで聞けるかなと思いつながら遠くからメーンと呼んでみたところ、羊の目と見ている。さては君も私に興味があるな。(仁)

母の葉についた虫のその後。保健所に電話して「除虫剤をまいた後の実への影響は？」と聞いたところ「安全かどうかは不明。心配なら薬をやめて虫のついた葉を切り取り処分しては」といわれました。以来車手とマスクで武装して切り取りにせいでたす毎日。(亜)

ガン化した細胞やウイルス化した細胞を攻撃するナチニルスター細胞の映像を観て感動。それ以来今日も1日体を守ってくれてありがとうとナチニルキラー細胞に声をかけています。細胞に限らず、植物に月や太陽車にパソコンと何にでも話しかける私。(P)

40歳になりファッションへのこだわりは年々減退。今では「衛生的に問題なければそれでいい」という指針で生きています。が先日数年前にいいじゃないコレ!という服を発見。即買したのですが、家に帰ると合う服が無く…。という訳で新しいスポンが欲しいな。(S)

年一度、登りに行く函館山。自宅からは車ではなく自転車で娘を乗せて出発。去年は鶴宮コースだったのですが、今年には七曲コースを歩いてみました。元気な娘とは裏腹に、40代母は千畳敷に着いた頃には口へ口へ、それでも秋の素晴らしい風景に癒された1日でした。(分)

友人とお互いに子供を連れて会う機会が増えたある日「お母さんに友達っぽい居たんだねと言われました。良かったと思って休日は子供に合わせたのに友達がいらないと思われていたのか。話の登場人物は空想上の人だと思われていたのか。悲しい。(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

おばあちゃんの話

青ほの目、おばあちゃんの話(8月29日号)。おばあちゃんにとっては自慢の初孫で常に慎重さんの事を気にかけていた様子が痛い程伝わり、私の母との思い出を重ね、何度も読み返して涙がこぼれました。

お墓参りに行きます
いつもいつも楽しみに
しております。今回は「敬
老特集」で、母と一緒に
行きたいと思っております。

「何ひとつ孝行しなかった
自分を悔いながら…」と結
んでありましたが、そんな
事ありません。小さい頃から
おばあちゃん、おばあちゃん
と、中学生になって
もおばあちゃんの側に居
てあげられていた事がす
でにおばあちゃん孝行に
なっているのです。最後に
施設に訪ね、顔を見せてあ
げた事が一番のおばあ
ちゃん孝行になったの
かも知れませんね。これか
らもおばあちゃんの事を思
い出してあげることが孝
行になっているのだと思
います。感動のお話をあり
がとうございました。切り
抜き保存します。スタッフ
の皆様、風邪を引かないよ
うにね!!
(港町1丁目、S・K)

今号の巻頭特集はとり
から一色!「嫌いな人は
いるの?」って思うくら
い、みんな大好きな鶏の唐
揚げですが、いろいろなお
店を取材してみると…
鶏の唐揚げがあることを
実感します。

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
だく場合がございます。

「青ほの目」のおばあちゃんの話は感動しました。お墓参りに行きます。(時任町、T・O)

なつかしきでいっぱい
旬の話題が多く楽しん
でいます。もちろんランチ
の参考にさせてもらって
いますが、今回の「青ほの
目」は50年前に亡くなっ
た祖母を思い出しました。
いつも可愛がつくれたら
祖母の顔を思い出した
かしきでいっぱいになり
ました。ありがとうござい
ました。(北斗市追分、Y)

「青ほの目」のおばあちゃんの話は感動しました。お墓参りに行きます。(時任町、T・O)

「高松町、A・I」
*ぜひ、楽しい食歩きを
楽しんでください。
イタリア料理特集をやっ
てほしい
青いぼすと、いつも楽し
みにして読んでます。最近
は子供と一緒に見て「こ
のランチ行きたいね」と
話しながら見てました。次
はうちの子供の大好きな
イタリア料理特集やって
ほしいです。
(港町2丁目、M・H)

「北斗市追分、Y」
*8月29日号「青ほの目」
に対するご感想を何通も
いただき、本当にありが
とうございます。心から感謝
します。

「高松町、A・I」
*ぜひ、楽しい食歩きを
楽しんでください。
イタリア料理特集をやっ
てほしい
青いぼすと、いつも楽し
みにして読んでます。最近
は子供と一緒に見て「こ
のランチ行きたいね」と
話しながら見てました。次
はうちの子供の大好きな
イタリア料理特集やって
ほしいです。
(港町2丁目、M・H)

「高松町、A・I」
*ぜひ、楽しい食歩きを
楽しんでください。
イタリア料理特集をやっ
てほしい
青いぼすと、いつも楽し
みにして読んでます。最近
は子供と一緒に見て「こ
のランチ行きたいね」と
話しながら見てました。次
はうちの子供の大好きな
イタリア料理特集やって
ほしいです。
(港町2丁目、M・H)

プレゼント
『ラス テラ』より、
1000円分の食事券を
5名様
今回の『いい店食歩
き』で紹介した『ラステ
ラ』より、1000円分の
食事券を5名様にプレ
ゼントします。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っ
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「ラス テラプレ
ゼント」係まで。締切は11月
11日。



Spotlight

11月無料体験・無料お試しキャンペーン受付中！ 公文式

くもんでは、11月に最大4回教室で学習できる。無料体験学習を受付中です。初回来室時に学力診断を実施し、一人ひとりに合った「ちょうどいい」教材を使い、学ぶ楽しさを感じられるところからはじめられます。幼児、小学生以上、中学生以上。くもんでは長年培ってきたノウハウを使い、それぞれの立場にあわせた的確な学力診断で、はじめやすく続けやすい学習を提供します。

またくもんでは、自ら学び考える土台を育てる0.5歳向けのプログラム

「Baby Kumon」も



行っています。学習を楽しみ、自ら進んで継続するためには、知的好奇心を刺激することが重要

この機会にぜひ、くもんを体験してみませんか？ 入会金、教材費等、費用は一切かかりません。YouTubeで学習の体験談や教科の説明動画等を配信中。くもん



いくもんチャンネル」で検索を。

詳しくはホームページ「くもんいくもん」で検索。またはフリーダイヤル「0120-372-100」までお問い合わせください。

地元企業で安心リフォーム

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

小野寺住設

ば一度ご相談を。思っているより手軽にできるかもしれませぬよ。

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。

after before



『小野寺住設』は、生活のちよつとした課題をリーズナブルな価格で的確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」は普通窓なら80000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」と思っていた

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】 0120-750-750