

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 函館とつく株式会社内
[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.583 2016.2.26 [fri] 毎月2回(中旬・月末)発行



かけ流しの天然温泉と風情ある露天風呂で心も体も温まる「湯元花の湯」。純和風の造りの「和

かけ流しの天然温泉と庭園露天風呂が好評 湯元花の湯



冬季限定特別プラン
創業以来60年余り、癒

しの温泉と旬の味覚とおもてなしの心が評判の「竹葉新葉亭」

竹葉新葉亭

好評! 冬季限定特別プラン

日常を忘れて贅沢なひと時を過ごせると好評の「冬季限定特別プラン」が3月25日までとなっております。

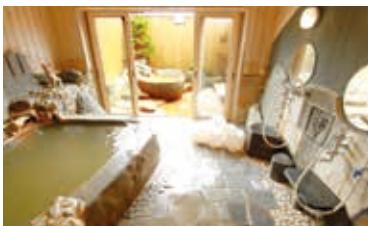
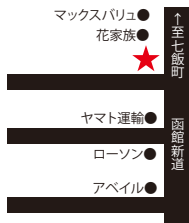
このプランは、「東館」指定「1人13650円(入湯税込)」とおまかせ和室」1人10950円(入湯税込)の2種類となっております。どちらのプランとも1泊2食付きで2人以上の利用が対象。4人での利用の場合は4人目の利用者のみ2000円引きとなります。チエックインは午後4時、チエックアウトは午前10時。土曜日、祝前日の利用は1人2160円アップとなります。予約は利用日の3日前までとなっておりますが、人気のため早めの予約をおススメします。

飲送迎会プラン
旬の素材を活かした和食のフルコースと温泉が堪能できる、「飲送迎会プラン」(1人8640円)、(飲物別)で贅沢なひと時を過ごしてはいかがでしょう。予算に応じた料理の相談もできます。

このプランと一緒に利用できる「飲み放題プラン」(1人2160円)は5人以上で利用可能。瓶ビール、焼酎、日本酒(熱燗・冷酒)、梅酒、ワイン、ウイスキー、ソフトドリンクが2時間飲み放題となります。家族や友人との思い出作りにもぜひどうぞ。完全予約制となっておりますので早めの予約がオススメです。

風庭園露天風呂」とカナタの庭園をモチーフにした「洋風庭園露天風呂」は毎週日曜日に男湯と女湯を入れ替えるので、両方のお風呂を楽しめます。坪庭、サウナ、ジャグジー、電気風呂、ジェットバスと設備も充実。美容・理容サロン、整体・足つぼ、あかすりエステ等も完備。理容・美容サロンと整体・足つぼは入浴なしでも利用可能。広々とした休憩スペースでは、リーズナブルなメニューを提供。種類や定食類等のほか、驚きの

☎34・2683
●桔梗町418・414



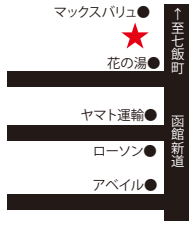
家族や友人など気心知れた人と気兼ねなく温泉を楽しむあなたには「湯元花の湯」裏手にあ

良質の温泉を貸切で贅沢気分 個室貸切温泉 花家族

りますが、人気のプランのため予約状況に応じてお断りすることもありますので早めの予約がオススメです。

る家族風呂「個室貸切温泉 花家族」がおすすです。贅沢気分が癒されることはもちろん、浴槽のお湯を利用毎に張り替えているので、安心して気持ちよく入浴できます。予約も可能(全6部屋)。

手すり付きの浴室もありますので、お気軽にお問い合せください。料金 は 庭付1室 1900円(1時間、3人まで)、露天風呂付1室 2500円(1時間、4人まで)。どちらも1人(小学生以上)増すごに



☎47・0800

道

温

快

適

泉

道

プ

施

南

ラ

設

湯

ン

ガ

イ

ド

ご家族やお友達同士で、のんびりと休日をお過ごしなら、やっぱり温泉施設がおススメ。道南には魅力的な温泉施設があり、地元の人達に向けたリーズナブルで美味・名湯を満喫できるプランもさまざまです。

今回は例年恒例の温泉施設の情報を集めた特集をお届けします。年度末のご宴会やご会合に利用してみるのも一考。ぜひ素敵なお時間を過ごしてください。

写真はイメージです

道南名湯 温泉施設 快適プラン 2016

老舗旅館を満喫できる日帰りプラン

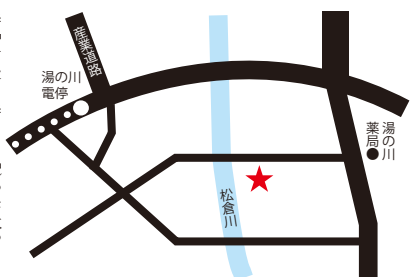
大黒屋旅館

大正7年創業の「大黒屋旅館」は、自慢の温泉と料理を堪能

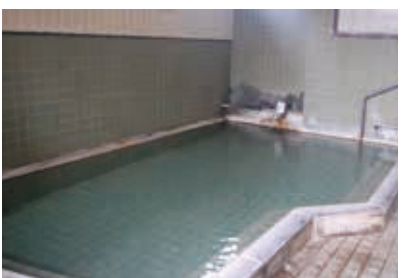
大正7年創業の「大黒屋旅館」は、自慢の温泉と料理を堪能できる老舗旅館です。加水加温は一切していない源泉かけ流しの温泉は、ナトリウム塩化物泉で、湯冷めしにくく塩の殺菌効果で皮膚病など幅広い効果があるとされています。

そんな同宿のおすすめは、天ぷら、刺身など本格和食に温泉入浴が付いた「ミニ会席セット」(2700円、2人)、要予約。ご夫婦やサークルのお仲間と、ちよとリッチで楽しい時間をお過ごしください。

営業時間は午前6時～深夜0時(食事は午前11時30分～午後1時、午後5時～午後9時(午後8時LO))。無休。



●湯川町3・2510
●59・2743



春までの限定プラン!

河畔亭

源泉かけ流しの癒しの湯と、真心込めた手作り料理が自慢の「河畔湯の川温泉ホテル『河畔亭』」では、お得な期間限定プランを用意しています。

新幹線開業記念プラン



4月27日まで1泊2食付き
平日1人7300円(税・サービス料込、入湯税別途1500円、休前日はプラス10000円、3月26日を除く)。1日5組限定。食事は旬の新鮮素材を使った毛ガニ半身付きの和食膳の夕食と、北海道産イクラなどが食べ放題の朝食を楽しめます。美味しい料理と、心までほぐしてくれる源泉かけ流しの温泉を

新幹線開業記念プラン 料理イメージ



リーズナブルに満喫できるプランです。ご予約はお早めにとぞ。

宴会プラン

入浴付きの宴会プランも3月31日まで、4320円(月～木曜日限定コース、5400円、6480円で用意しています。おすすめはカキ鍋とアワビの陶板焼きの2種類のコースが付いた5400円のコース。宴会は各コース10人、プラス12000円で120分飲み放題を付けられます(生ビール付きは15000円)。カラオケ有。宴会後の宿泊も特別価格で用意していますので、詳しくは気軽にお問い合わせください。15人以上はバスの送迎サービス有(バス、カラオケは先着順。バスは函館市近郊限定)。

「河畔亭」の料理は安心安全がモットー。旬の新鮮な素材をふんだんに使い、料理人が真心込めて手作りしています。自慢のお湯は浴槽の床にも檜を敷き詰めた総檜造りの内風呂と、風情ある庭園露天風呂で満喫できます。お風呂は手ぶらOK。

客室も静かでゆつたりくつろげるので、落ち着いた時間を過ごせること間違いありません。忙しい日常から離れ、家族や友人同士など、大切な人とくつろぎのひと時を過ごしませんか。

●湯川町2・523
(湯の川観光ホテル隣)
☎57・0012



非日常の空間で、ひと足早い春のリラックス

KKRはごだて

上質な和と洋の空間でもてなしする身近なリゾートとして



人気の『KKRはごだて』では、正午からのアーリーチェックインで思う存分くつろげる、函館市民限定の「ゆつたりのんびりステイプラン」(1泊2日7300円、休前日は10000円増)がおすすめ。プラス15000円で食事をアップグレードした上部屋食にすることも可能に

なっています。3月31日までの期間限定なので、ご予約はお早め!

そして、日帰り派に嬉しい「お昼の会食プラン」も好評となっています。刺身、天ぷら、うなぎ、という豪華な組み合わせを楽しめる「高砂コース」(3000円)を筆頭に、バラエティ豊かなコースが25000円から選択できます。個室で味わう美味しい食事に温泉が付いた贅沢なランチタイム(午前11時～午後3時)はいかが



ですか?
このほか、優しい雰囲気の中で、和洋、和中華から好みて

選べるデラックスな料理が評判となっている「ご法要・ご法事会食プラン」(4700円)フリード

リンクプランも有り)こちらは、予算と好みに合わせた多彩な組み合わせが可能です。全てのコースで温泉を利用できるプランになっています。

ほかにもKKRはごだてでは、この時期嬉しい歓迎会や、入学卒業などのお祝いごとに使え、手頃でバリエーション豊かなプランが充実しています。「こんなことに使いたい」などの質問や希望は、気軽にお問い合わせを。日頃の疲れを源泉かけ流しの温泉と上質な料理で癒やしませんか。

●湯川町2・814
☎57・8484

壁紙の新リフォーム 函館クロスメイク オフィス・アサヒ

早くキレイに仕上げ、張り替えによるゴミも出ないエコロジーな新リフォーム「壁紙革命・クロスメイク」で、汚れた壁紙をきれいにしませんか。

お部屋のイメージが一新します。壁と天井の施工で6畳1室2万735円、壁のみは1万4256円、8畳1室2万7648円、(同1万9008円)など、費用は張り替えの約半分とリーズナブル。専用の特殊な染色剤を塗布することで、汚れた壁紙を真っ白に染めてゆくというオリジナル工法により、作業は短時間で済み、仕上げはデコボコ模様などクローズの質感がそのまま残り、小さなズレや剥がれなどの補修にも対応できるため新品同様と好評。染色剤には抗菌・消臭・防カビ効果があつて、有害なVOC

【揮発性有機化合物】は含まれていません。嫌な臭いもなし。

お問い合わせは「壁紙革命」の正規代理店「函館クロスメイク オフィス・アサヒ」までお気軽にどうぞ。見積もり無料。張替えも応相談。問い合わせ受け付け時間は午前9時～午後8時。

●港町3-14-11
☎83-7675
【携帯電話】080-1879-0200



本年度センター試験結果 現役時よりプラス1.74点 第一ゼミナル

【第一ゼミナル】(石田清塾長は「浪人するのなら札幌や東京の予備校」という常識を打ち破る、地元浪人生の救世主です。

「生」授業と東進サテライトによる「ダブル受講システム」で、これまでに1900人以上の浪人生を大学に送り込んできました。第一ゼミナル34年の経験と研鑽から生まれた「生」授業は、函館の受験生の特

「第一ゼミナル」では、「生」授業と東進サテライトによる「ダブル受講システム」で、これまでに1900人以上の浪人生を大学に送り込んできました。第一ゼミナル34年の経験と研鑽から生まれた「生」授業は、函館の受験生の特

「生」授業の費用は小学・中学校の学習塾並みの授業料で受講できる他「東進サテライト」は申込時期により割引が効き、生活費も含めると札幌や東京の予備校に通わせる3分の1程度とお得。指導料は全教科にわたり、センター試験から国立二次、私立入試に対応。すでに入学受付を開始しており、定員になり次第に募集を打ち切ります。詳細は電話またはホームページからお問合せください。

●杉並町4-12
☎31-5577
http://daichizemi.ne.jp
office@daichizemi.ne.jp



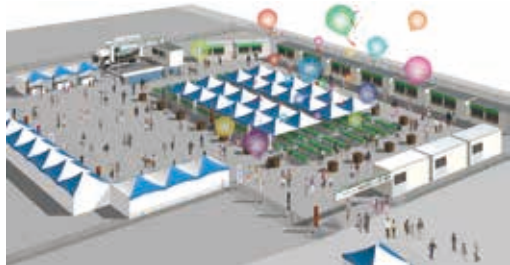
「生」授業の費用は小学・中学校の学習塾並みの授業料で受講できる他「東進サテライト」は申込時期により割引が効き、生活費も含めると札幌や東京の予備校に通わせる3分の1程度とお得。指導料は全教科にわたり、センター試験から国立二次、私立入試に対応。すでに入学受付を開始しており、定員になり次第に募集を打ち切ります。詳細は電話またはホームページからお問合せください。

道南イベントガイド

日程・掲載内容等は、天候など諸事情により変更になる場合もございます。イベントの詳細等につきましては、各お問い合わせ先までお願いします。

北海道新幹線開業記念イベント つながるニッポン祭り 3月26日(土)、27日(日)

来月、いよいよ北海道新幹線が開業します。北海道新幹線の開業当日の3月26日と翌27日の2日間、「新幹線で繋がるニッポン」をテーマに記念イベントが開催されます。会場はJR函館駅前特設会場。開業を祝うとともに市を挙げて来函者をお迎えして、函館の魅力を全国に向けて発信します。間／函館市企画部新幹線開業イベントプロジェクトチーム ☎21-3628(土・日曜日、祝日を除く午前9時～午後5時30分)。



各イベント概要

ようこそ函館へ。Festival

函館の人気店や地元のグルメが集合! 函館ならではの美味しいもので、来函者の皆さんをおもてなしします。鍋料理やコーヒーの振舞いサービスもあります。



新幹線で南へ。Festival

九州から東北までのご当地ラーメンやグルメが集合。郷土芸能や観光PRステージも実施されます。新幹線で繋がる沿線地域の魅力を体感しましょう。



つながるニッポンナイトイベント

開業日の夜には新幹線ヒストリー映像の放映やステージイベントが開催されます。また、エンディングには、新幹線カラーの花火が打ち上がります。地元市民と来函者のみならず、新幹線の開業をお祝いしましょう。

市民美術展 第16回 はこだて・冬・アート展

■2月28日(日)～3月6日(日)午前10時～午後7時(最終日は午後5時迄) ■入場無料 ■3月6日にワークショップ(午後1時半～、ペーパーレリーフ作り、定員20人、小学校低学年は保護者同伴) ■場・間／函館市芸術ホール ☎55-3521

ステージラボ2015 コンプレックス・シアターVol.4

■3月11日(金)～13日(日) ■市内5劇団の舞台をコンテスト形式で上演 ■パスチケット3000円(学生1500円)、1ステージチケット1000円(学生500円) ■場・間／函館市芸術ホール ☎55-3521

サンリオピューロランド25周年記念作品

「ハローキティのドリームトラベラー」 ■3月29日(火)1回目午前10時半開演、2回目午後1時半開演 ■全席指定2200円(2歳以下無料、席が必用な場合は有料) ■場・間／北斗市総合文化センターかなで ☎74-2000

弧の会 日本舞踊公演 コノカイズム

■3月19日(土)午後3時開演 ■男性舞踊家集団「弧の会」が紋付・袴姿で舞い踊る ■全席指定S席5000円、A席4000円(高校生以下半額、当日500円増) ■3月18日にチケット購入者特典として「日本舞踊って楽しい! 弧の会と踊ろうワークショップ」を実施(午後4時半～、小・中学生対象、足袋または白い靴下持参、申込締切2月29日) ■場・間／函館市民会館 ☎57-3111

道の駅しかべ間泉公園オープン記念

第5回鹿部たらこ祭り～GET TARACO～ ■3月27日(日) ■午前10時～午後1時 ■新物たらこ販売、炭火焼きたて無料サービス(2000枚限定)他 ■場・道の駅しかべ間泉公園(無料開放) ■2月27日～4月26日に「鹿部たらこ食べ歩き」、3月18日～5月17日に「鹿部たらこ食べ比べ」も実施 ■間／鹿部商工会青年部 ☎01372-7-3344(平日午前9時～午後5時半)

青の目 我が師の恩

▼「人生にはふたつの道しかない。ひとつは、奇跡などまったく存在しないかのように生きること。もうひとつは、すべてが奇跡であるかのように生きる」という言葉を残したのは、アインシュタインだった。▼中学・高校時代の成績が最低で本の1冊も読まず、毎日遊んでばかりいた僕が、ちゃんと就職をして仕事をさせていたに違いないことはまさに奇跡だと思う。あくまで自己分析だが、僕が現在の仕事で何とか通用している理由は、雑学の知識が少しばかり人様のために役立っていることだと思っ

て、これが分からないヤツ、野球部辞めちゃえ!」と言った。野球に関係ある市か? 分からない。クラスには僕を含めて野球部員が5人。ヤバい、当てられたらどうしよう…。そう思った時、野球部のキャプテンが自ら拳手を答えた。「今治」。▼高校野球の強豪・今治西高校なら僕も知っていた。「今治西高校って、四国にあるんだあ…。だから四国は野球王国」。以来、甲子園大会のテレビ中継の時の試合前に流れる、両校がある街の紹介を観るようになり、たまに地図帳で場所を確認したりもした。野球だけではない。好きなことをしている時などに興味湧いたことを誰かに聞いたりして知識を得ることはとても楽しいことに気づいた。試験勉強はしなかったで成績は悪かったが、中学・高校時代に興味湧いたことが、中学・高校時代に湧いた僕は、少しばかり雑学の知識が身についた。前述した中学時代の先生の授業が楽しくて、知識を深めることの楽しさを知ったのだ。中学時代の先生のこんな自分にも、お天道様と米の飯がついてまわる人生を与えてくださった恩師であったと、いまでも心から感謝している。▼卒業シーズンが来るたびに、これまで出会ってきた恩師のことを思い出す。振り返ると人生の大事な場面にはいつもまるで奇跡のように素晴らしい先生がいたと思っ

て、そしていまさらながら人生で出会ってきた我が師の恩を忘れてはいけな

(慎)

これは誤魔化せない

今さらですが、テレビのデジタル放送(地デジ)ってやっぱり凄いです。凄いや怖い。怖いというか酷い。何が酷いのか? 昔のアイドルがしばらく芸能界から離れていて、久々にテレビに出演した時のビジュアルの誤魔化しようのない。まあ誰でも歳は取りますが、若い頃の記憶しかない分余計にそのギャップが激しく感じられ、アイドルだった頃の可愛さの方が夢だったような、何とも言えない気持ちになります。そして怒りの矛先は「こんなにはっきりと映す、いや、はっきりと映し過ぎるデジタル放送が全部悪いや〜!」と、なります。その点、ずっと現役でやってきた女優さんなんかは、防衛策もちゃんと考えていらっしゃる。普段から、お肌をいかに実年齢より若く見せることができるか、どうしたら実年齢より若い状態のお肌を保つことができるかなど、地デジをよく研究されている方が多いような気がします。でもそれは、女性ばかりではありません。男性はもっと酷い。元々汚いのがさらに…

今月のオススメ1枚目は「まど・みちお作品集〜ぞうさん〜」。2014年2月28日に104歳でこの世を去った詩人、まど・みちお。25歳でこの道はいつか来た道〜の北原白秋に認められ、33歳で太平洋戦争へ出兵。38歳まで出版社に入社。子供のための雑誌や書籍の出版の仕事の傍ら、詩や童謡を発表していました。代表作の「ぞうさん」「やぎさんゆうびん」「ふしぎなポケット」「一ねんせいになったら」などは、かなり幼い頃からグロテスクな子でなければ、みなさん歌ったはず。そんな世代を越えて愛されている童謡編と合唱曲編の2枚組で、改めて作者の思いと歌詞の意味を考えてみたい全54曲。

もう1枚は、デヴィッド・ボウイ★(ブラックスター)。2016年になり、69歳の誕生日(1月8日)に今作を発表。しかし、その2日後に星になってしまいました。永遠のロックスター、ボウイ。彼がその後の音楽シーンに与えた影響は、計りしれません。新作を発表する度に世の中を驚かせ、後ろを見ず、常に新しいことをボウイ流に表現してゆく。言葉だけでなく、映画やファッションでも常に革新的で衝撃的でした。余命を覚悟しながら制作したであろう今作も、若いアーティストを起用するなど今のサウンドを取り入れ、常に前を向いていたボウイ。何をしても、消されることのない存在感があるので、歌詞対訳を読むと、アルバム全体から最後のメッセージを感じます。ぜひ、今作と併せて過去の作品も聴いて欲しいです。合掌。



【筆者】
白井和也店長
玉光堂五稜郭店
●本町17-2
☎32-8525



「まど・みちお作品集
〜ぞうさん〜 (3024円)



デヴィッド・ボウイ★
(2700円)

新学年のスタートダッシュ! 春期特訓受付開始 未来塾

小学生の自立学習を支援する『未来塾』では、開塾1周年を記念して春期特訓を無料で受講できる特別キャンペーンを実施中です。春休みは、4月からの勉強を順調にスタートさせるための大切な時間です。春休みをどう過ごすかで学力に大きな差が出ます。春期特訓は3月25日から4月5日まで、春からの学習に必



未来塾
MIRAI JUKU

要な基礎学力の総復習を中心、新学年の学習の先取りをします。コースは小学校低学年、高学年、中学新1〜3年生の各学年の全5コース。どのコースでも1人ひとりの理解度に応じた学習プログラムを用意します。そのため自分のペースで学力を定着させることができ、定員は各コース10人先着順。『未来塾』の教育方針は、「教えてもらう」という姿勢から「自ら学ぶ」姿勢へ変えてゆくこと。つまり「自立学習」ができるように支援をすることです。「学び方」がわかれば学力はどんどん伸び、自ら進んで学習する姿勢が身につきます。ぜひ一度、教室で体験してください。家計にやさしい授業料と無料送迎も魅力です。お問合せは電話またはメールでお気軽にどうぞ。

- 田家町6-1
北斗ビル3階
☎050-1316-8134
- 【Eメール】
miraijuku_hakodate@ybhnet.jp
- 【DR】
miraijuku2015.jp



「終身家族代行支援」を提供する一般社団法人「スターライフ」には、頼れる身寄りがない高齢者、障がい者に関わる相談が多く寄せられています。頼れる身寄りのない高齢者の問題は法整備も整っておらず、様々な問題を解決できない現状があります。

ひとり暮らしの人生を支える 一般社団法人 スターライフ



「終身家族代行支援」を提供する一般社団法人「スターライフ」には、頼れる身寄りがない高齢者、障がい者に関わる相談が多く寄せられています。頼れる身寄りのない高齢者の問題は法整備も整っておらず、様々な問題を解決できない現状があります。

「が身元保証、身元引受人としてグループホームへ入居。財産は法定後見人が管理しています。今後は、万が一亡くなった場合でも、希望通りの献体、納骨を行える体制が整い、不安なく生活を送っているそうです。法定後見費用は毎月数万円が生きていく間ずっと必要となりますが、「スターライフ」の終身契約金は60万円程度で抑えられました。

「万が一の時も、元気な現在も、頼れる身寄りのない人」の不安や孤独感を軽減できるような支援してゆきたい。代表の星さんは、自分の意思をしっかりと伝えることができるうちに、将来に備えることを勧められています。不安と向き合う事は決して楽なことではありません。安心できる方法を見つけていくこともできます。とても良心的な契約金の設定になっているので、一度相談してみたいかがでしょう。

「関館市でひとり暮らしをしてきた女性は、自宅で突然倒れ、急激に認知症が進行。献体登録をしていたため、亡くなった後も納骨までの支援を必要としていました。このようなケースでは成年後見人制度だけではカバーできず、地域包括支援センターより「スターライフ」へ相談が寄せられました。現在は「スターライフ」

- 山の手2-44-4
☎83-23312

健康的な髪と頭皮に

ストレスや乾燥、さらに今の時期は寒さによる血行不良などにより年齢問わず頭皮の湿疹、かゆみ、薄毛や円形脱毛症などトラブルが増えています。

「美髪とは、固く重量があり、指通りがよく、根元から立ち上がってボリュームがある髪のこととは、薬剤を使わず自然発毛力が評判の『ヘアークリーニング』のオーナー。髪は頭皮環境によって育てられおり、同店の「田口式温熱発毛療法」は、毛穴を広げて血行を良くし老廃物を出させ発毛を促すというもの。

血流が良くなるため「手足の先まで体が温まった」「肩こり首こりが楽になりぐっすり寝られた」「顔のむくみが取れ小顔になった」など好評です。1年の疲れが出るこの季節は抜け毛が始まる時期なので、しっかりとケアしてあげてはいかがでしょうか。エステ感覚で試してみても効果も期待できます。カットなどの通常の美容メニューも併せてどうぞ。



現在、「田口式温熱発毛療法」が、通常1回8000円のところ、お試し料金4000円。頭皮の目詰まりを揉み出す「ヘッドスパ」は通常4000円のところ、3000円となっております。どちらも3月11日まで、完全予約制。カウンセリングは無料。送迎・出張応相談。
●宝来町31-10
☎22-9482

切り抜き持参で20%オフ! ビスターレビスターレ函館店

産業道路沿いのケーズデンキ函館本店そばに、この1月オープンした「ビスターレビスターレ」は、道内11店舗を展開する人気ネパール・インドレストラン。同店ではオープン以来、おもてなしメニューが好評です。ランチのおすすりは2種類の日替わりカレーが楽しめる「Bセット」(900円)。このほかお昼は750円〜セットメニューを用意しています。写真(上)は「イナイタイム」に提供している「レイタイムセット」(1300円、男性もオーダー可で、内容はカレー(1種類)にナンまたはライスまたはサフランライス、チキン、ティッカ、マライティッカ、豆のスープ、サラダ、選べるドリンク、デザート付き。店内はお子連れにうれしい小上がり席もあります。ナンとラ



イスはおかり自由。現在好評につきこの記事の切り抜き持参で会計が20%オフになるオープン記念のキャンペーンを、3月14日まで引き続き実施中です(他券との併用不可)。営業時間は午前11時〜午後3時、午後5時〜午後9時30分。無休。駐車場有。

- 美原3-53-47
☎46-7711



迫力ある技の根源は楽しむ気持ち

ALLES体操クラブ

2004年発足の『ALLES体操クラブ』は、小学1年生～高校生のメンバーが「楽しく」「仲良く」「元氣よく」をモットーに活動しています。様々な種目と迫力ある技の数々が



目を引く器械体操の選手には、生まれ持った才能が必要なのでは…というのが筆者のイメージでしたが、同クラブでは姿勢や柔軟、前転、後転などの基礎から丁寧に指導。また、器具が高くて怖ければ低く、痛いのが怖ければマットで柔らかくするなど練習環境も工夫されています。そして、指導者が大切にしているのは、体操を好きになってもらえる指導をすること。「楽しく続けてゆけば技術と技能はついてくるものです」とは、代表の田中琢也先生。楽しそうに技に取り組む様子はもちろん、礼儀正しく、互いに協力し合う姿も印象的でした。

問/090-7648-9581(代表・田中)

(BP) 団長の応援メッセージ

練習中のシーンも感動的でした。より多くの人に感動を与える選手になってください!

WakuWaku セレクション

(慎) 記者

築100年の蔵を改装した素敵な店

BAR hanabi



宝来町にとびきりカッコいい店があると聞いて取材に行ってみた。グリーンベルト沿いの酒屋さん「国松商店」隣の「BAR hanabi」は、築100年の蔵を改装した1軒。遊び心あふれる素敵な店内は、

建築設計の技術がある店主自らが手作りのもの。看板メニューはギネス、パスパール、ハイネケンの3種類の樽生。特に、熟練の技で注がれるハーフ&ハーフはビール党をう



ならせる。値段もハイネケンのジョッキが500円など、それほど高くなく、ノーチャージというシステムも嬉しい。フードメニューでは「油そば」(650円)が大好評なのだそう。営業時間は午後5時～深夜1時。毎週水曜日定休。

●宝来町34-1蔵 ☎22-0087

なるほどトピックス

NICE JOB . NICE SHOP . NICE TASTE . SPECIAL INFORMATION .



創業91年という長年の実績と信頼の技術で広く支持される、テレビCMでもおなじみの『小野寺住設建築部』は、手軽にできる小さなリフォームから、家まるごと

もありますが、1日で出来る手軽なリフォームでも暮らしを快適にしてくれま

地元企業の「お手軽リフォーム」

小野寺住設建築部

北海道初! 「味覚変容ダイエット」



「味覚変容ダイエット」は、味覚変容ダイエットの味覚変容ダイエットの味覚変容ダイエ

北海道初! 「味覚変容ダイエット」

スタジオリシエル

ダイエットに失敗してき

料金1人3500円(45分、2人で5000円)60分、予約制なので、事前に電話でご確認ください。

安心で豊かな老後生活をおくる高齢者の住まい

プライムオブライフ

お1人様の生活になつて、自由気ままに安心快適な暮らしをおくるには、元気なうちに、お1人での生活がしやすい高齢者住宅への住み替えをおすすめしま

「プライムオブライフ」が提供する住まいは、自分のライフパターが守られた家庭生活ができるようになつており、居室には、台所、お風呂、洗面、トイレ、収納下足箱などを完備し、持ち込んだ荷物を収納できる専用の納戸も付いています。

「問、合わせ」 44,03335

ヘルシーライフに「ルイボスティー」



青いはずとHD

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的なお茶はいかがですか?

「ルイボスティー」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

製品はティーバッグになつているので、飲みたいた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。

「ルイボスティー」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。



るを、本紙読者の方に限り、宅配料込3290円で販売します。



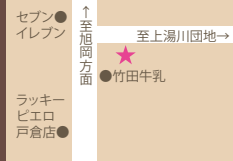
本紙の発行元『株式会社青いはずとHD』では現在、本紙紙上にて「ルイボスティー」

本紙紙上販売のロングセラー商品です。ぜひこの機会に利用してみませんか。お申し込みは月々金曜日(祝日を除く)の午前9時～午後5時。

いい店食べ歩き

食彩 などの里

11:00~15:00
17:00~21:00
不定休 P有
●上湯川町28-6 ☎84-6763



恵山近海で獲れるごつごつが旬を迎えています。布袋魚とも呼ばれるごつごつは、コラーゲンたっぷりのブルブルとした肉質がたまらない冬ならではの魚。上湯川町にある『などの里』では「ご汁」（600円）をはじめ、「ごつごつ」（600円）を、ごつごつご唐揚げ（500円）など、あらゆるごつごつ料理を楽しむことができます。全部食べたい人には「ごつごつくし定食」（1300円）がオススメ。3月末頃までごつごつを味わうこ

とができます。恵山道の駅から移転してきたこの店で、今も昔も変わらぬ人気を誇るのは「がごめ昆布ラーメン」（塩・醤油、各590円）。がごめ昆布を練り込んだ自家製麺が特徴で、昔からのファンが多く遠方から食べに来るといふ人も多いそう。刺身や蒲焼井で脂の乗った根ほつけを満喫することもでき、恵山名物のフランス鴨もぜひ味わってみたい一品です。また、人気が高くて格安のえぞ鹿

肉料理は「えぞ鹿焼肉定食」と「えぞ鹿すきやき定食」（各880円）。えぞ鹿は焼鳥で「えぞ鹿焼鳥」などを味わえるほか、「ヒレ刺し」（450円）にも注目です。3月末までの間、本紙を持参すると、料理は全て1品につき各100円引きとなります。この機会に1度行ってみたいいかがでしょうか。事前に電話で予約するとテイクアウトも可能です。



漢方カフェで相談してみよう

よねざわ薬品

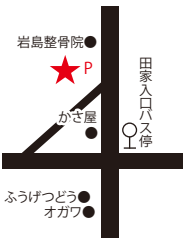
富岡町にある『よねざわ薬品』内に、漢方カフェが登場しました。薬局、薬店が取り扱っている漢方煎薬を、体調や体の悩みを相談したうえで1杯（378円）ずつ購入できるという



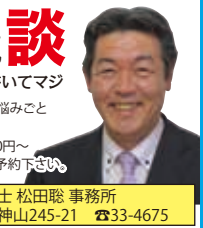
をこなせるほどになり、ステロイドを飲まずに済んでいることにも喜ばれている。「長く風邪が治らないと相談に来られた方が、煎じ薬のほうが効き目が良く、その後、日によって変わる体調にも動揺せずに対処できた」など、体が改善した人から喜びの報告もよく届きます。体の悩みや不調があるなら、漢方カフェでまずは気軽に相談してみたいかが。

同店では米澤弘美先生の親身なカウンセリングが好評。一足がパンパンにむくんでいるお母様を心配したお嬢さまが来店。持ち帰った煎じ茶で翌朝、これまでにないほど大量の排尿があり、足が驚くほどシユツとした「リウマチを発症し、あまりの痛みに駆け込んだ患者さまが家事

●富岡町2・20・8
赤川通沿い
☎84-53339



心の代書屋 松田聡がズバリ!



行政書士の松田です。行政書士の仕事は中心は官公庁に対し、何からの許可や認可、免許といった各種申請手続きを得意とする職種です。しかし、昨今の少子高齢化に伴って、高齢者からの様々な相談が寄せられています。その内容は、おひとり暮らしの方から、将来の介護や病気の財産、相続など多方面にわたる不安や心配ごとなどです。

「ご本人いわく、「あと数年であの世に行くから、元氣なうちに整理すべきことは自らの責任で整理することが自分に課せられた課題」と話していました。私自身、多くのお客様から色々なお話しをお伺いしますが、いつも教えられ気づかされていることに感謝しています。これは、行政書士という業種だけでなく、どのような業種であってもお客様から教えられ気づかされることは共通なことでしょう。私も、お会いするお客様をお手本に良い人生を送るべく、しっかりと目を見開き心でお話を聴けるよう日々研鑽を積み重ねればと自戒しています。どんなに辛く悔しいことがあっても、そこに「ありがたさ」の気持ちは避けられません。」

「ご本人は、日常生活に関する全ての家事を普通にこなすし、書類にサインする時は流暢であり、それも優しい丁寧な文字でした。お話をしつかり時間をかけてお伺いすると、適度な心配りや不安ごとを常に抱えており、その原因を探るため、これ

「ご本人いわく、「あと数年であの世に行くから、元氣なうちに整理すべきことは自らの責任で整理することが自分に課せられた課題」と話していました。私自身、多くのお客様から色々なお話しをお伺いしますが、いつも教えられ気づかされていることに感謝しています。これは、行政書士という業種だけでなく、どのような業種であってもお客様から教えられ気づかされることは共通なことでしょう。私も、お会いするお客様をお手本に良い人生を送るべく、しっかりと目を見開き心でお話を聴けるよう日々研鑽を積み重ねればと自戒しています。どんなに辛く悔しいことがあっても、そこに「ありがたさ」の気持ちは避けられません。」

Healness & Wealness

魅力ある技術へ
医療法人社団健和会
函館おおむら整形外科病院 診療放射線技師

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

安川 剛礼

issue.265



おかげさまで、当院が移転しまして1年が過ぎました。その間、レントゲン部門におきまして診療放射線技師の人数も増え、お待たせすることなく検査を受けることができ、そして緊急を要するなど患者様の状況に幅広く対応することができるようになりました。また技師1人ひとりもそれぞれ長所があり、機械装置に詳しく、コミュニケーションが上手だったりサービスがより充実するようになり、コミュニケーションが上手だったりサービスがより充実するようになり、

新しい道具を使用するなど、私ひとりでは気づくことができなかったアイディアで創意工夫がなされるようになり、日々どのようにすれば良いか考えています。いつも心がけていることですが、なによりも患者様への思いやりが大事だと思いますので、検査前の不安を取り除き、良い結果が得られるよう努力してまいります。機械の面ではMRI装置を新たに導入し、患者様に対してより早く治療の手助けをすることができるようになりました。MRI装置の特徴はトンネル部（ホア）がワイドで短く、照明点灯と暑さ防止の送風の機能が

九星気学占い

～総合運～
2月26日～3月28日
●提供●
レディース占い専科
函館市宝来町11-7 TEL 23-0661

- 一白水星 昭和11、20、29、38、47、56生 平成2、11、20生
 - 二黒土星 昭和19、28、37、46、55生 平成1、10、19生
 - 三碧木星 昭和18、27、36、45、54、63生 平成9、18生
 - 四緑木星 昭和17、26、35、44、53、62生 平成8、17生
 - 五黄土星 昭和16、25、34、43、52、61生 平成7、16生
 - 六白金星 昭和15、24、33、42、51、60生 平成6、15、24生
 - 七赤金星 昭和14、23、32、41、50、59生 平成5、14、23生
 - 八白土星 昭和13、22、31、40、49、58生 平成4、13、22生
 - 九紫火星 昭和12、21、30、39、48、57生 平成3、12、21生
- ※1月1日～2月3日生まれは前年の星になります。



『ヒマラヤダイニング』は富岡町にオープンしたネパールレストラン。現地から仕入れたスパイスを使って、カレーをメインに本場の味を提供しています。12種類あるカレーは辛いものも多く、好みに応じて辛くもできます。ランチメニューの「Bセット」(=写真、890円)は、野菜カレーと日替わりの2種類のカレーに、焼きたてナンまたはサフランライス、サラダが付く食

新装開店

本場の味を楽しめます

ヒマラヤダイニング

べ応えあるひと皿。プラス100円でラッシーまたはソフトドリンクも付けられます。セットメニューはこのほかランチが650円〜、ディナーは1200円〜。ナンとライスはお替り自由。来店者全員に豆のスープサービス。営業時間は午前11時〜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)。無休。駐車場有。
●富岡町3-39-19 ☎85-6882



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 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)

紙上通販

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・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/

STAFF

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 史幸	Fumiyuki Takekoshi
通販事業	本間 尚子	Naoko Honma

次号予告

3月15日号 函館に来た人に教えたいこと

3月29日号 休日ランチ特集

編集後記

次号発行に向けて、函館の色々な歴史やちょっとしたエピソードなどについて取材を進めている。あらためて函館という街の魅力や、大火などを乗り越えてきた人達の心意気などを痛感した。次回3月15日号「函館にやって来た人にちょっと教えたい10のコト」、Coming soon!! (慎)

ある日の仕事帰り、凍った路面にびくつきながら会社近くの裏通りを車でトロトロ走っていたら、前方を何か動物が横切った。大きき的には猫。でも猫にしてはしっぽが太い。「このかたちはもしかして…?」と思ったらそう、キツネ。「こんなところには!?」とちよと驚く。(ヒ)

ずいぶん以前のことで、炊飯器料理の特集の折り、女性スタッフが我が家に集まり、あれこれ試作しましたし、電子レンジでおやつを作るという企画では、何度も試みたため家族にも試食協力してもらいました。その時の1番人気がうぐいす餅だったと、桃の節句を前に思い出しました。(亜)

寒がゆなので、冬は着膨れています。もちろん、ヒートテックを愛用。タイツは厚さ重視で選び、カイロも手放せません。外にいる時は、フードを被りマスクで顔を覆っているため「顔が見えてない」とか「露出ゼロ」などと言われていますが、待ち遠しい春はすぐそこですね。(BP)

大会が近いのと痩せたいってことで、ジムに行って走らんですがコレがなかなか難しいです。ご飯を食べてから行くと身体が重くて走れない。ご飯を食べないで行く、帰ってから必要以上に食べちゃう。おまけにとっちらしてもビールが美味い。そんなこんなで少々太りました…。(SS)

私は二つ折りの携帯電話「ガラケー」を使っています。スマートフォンが当たり前になった今、「ガラケー」を知らない小学生もいて「このケータイ、ゲームできないんだね」と心配してくれました。ゲームはできないけれど、ちゃんと通話ができるんだよ。(ガ)

商品パッケージのデザインとは偉大で購買意欲をとて掻き立てられます。同じ商品とわかっていてもつい買ってしまうですね。さらに桃の節句となると可愛いパッケージばかり。お嬢様と仏壇の周りが一気に賑やかになります。去年と同じアナ雪率高し!(まい)

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。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]

道南にある素敵な温泉施設でのんびり過ごしませんか? 今回は毎年恒例の道南の温泉施設の特集をお届けしました。3月は宴会や会合も増える時期です。そんな機会にもぜひ、温泉施設を利用してみたいかがたがどうですか?
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。場合がございませぬ。
ハガキの郵便料金は現在52円ですので、プレゼントにご応募の際はご注意ください。

読者の声

嬉しさを感じました
10年ぶりに函館に帰ってきました。雪が全然ない
とか、あちこち変わった街の景色にびくつきたり、そして、この「青いぼすと」は、変わらずに存在してた事に、うれしさを感ずきホッとしました。これからの「青いぼすと」の情報など、楽しみにしています。
(西楳町、K・O)

とてもおもしろかった
今回の2016年の抱負、とてもおもしろかったです。色んな人がいるんだなと思いました。これからも沢山アンケートを集めたりして道南を活性化させる担い手のフリーペーパーであつてほしい!
(七飯町大中山、H・S)
*ありがたうございませぬ。

朗読、確かに…
私は転勤族なので、地の情報はずっとも嬉しいです。函館に来て1年、お
気が入りの店は切つてファイルしています
青いぼすと、毎回楽しみしています。食べ物のお店は1番楽しみで家族みんなで行くお店や友人と
朗読、確かに…
私は転勤族なので、地の情報はずっとも嬉しいです。函館に来て1年、お

店や色々な場所も調べて、やっとなにかの地に慣れて来たかな? と思つているところ。今回は青の目の煩惱、確かに!! と
思え、本人(慎)さん? にお会いしたいと思いがつきました(笑)。書ききれないので、これで失礼します。
(上湯川町、T・S)
*嬉しいですよ。

『食彩なとわの里』より1000円分の食事券を10名様様に
今回の「いい店食、歩き」コーナーで紹介した「食彩なとわの里」より、1000円分の食事券を10名様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、電話番号を明記の上、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「プレゼント」係まで。締切は3月8日。



プレゼント

SPOTLIGHT

陣川町の農園を貸し出していきます！

この春から、本格的な家庭菜園を楽しみませんか？

市内桔梗町にある『株式会社明德工業』では、史跡・四稜郭からほど近い、自然に囲まれた陣川町の農園を一般の人達に貸し出しています。

農園の利用期間（開園期間）は4月～11月で、契約料金は、1区画5メートル×5メートルで1年間5000円。作物は借りた人が自由に栽培・収穫することができ、閉園日までに利用区画の作物の収穫を終えて、片付けを終えることが条件。

現在、全区画のうちおよそ半分が契約済みで数に限りがありますので、お申し込みはお早めにとぞ。

また、現地の見学は開園期間なら随時受付。詳細は直接お問い合わせください。

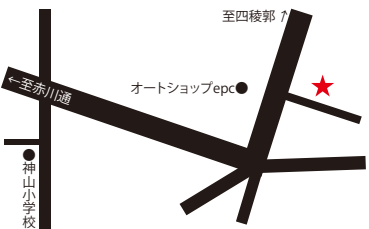
●陣川町農園

●株式会社明德工業

●桔梗町418-488
●46-8665



家庭菜園をやってみたいという人や、現在家庭菜園をやっているが、もっと広い場所でもやりたいという人、セカンドライフの趣味として、自然に囲まれた場所から菜園を始めたという人などにオススメです。



不動産の相続、任意売却の相談はお気軽に！

有限会社アート

市内松川町の不動産会社『アート』の高島繁社長（写真）のもとには最近、不動産の遺産相続や名義変更などに関する相談が増えています。

「亡くなった方が所有していた不動産を遺族が相続する場合には、その手続きが複雑だったり時間がかかったりする場合があります。相続した不動産の名義変更には期限があります。相続した不動産の名義変更の期限はありますが、亡くなられた方の名義のままにしておくと不動産売却の時にスムーズにいかないケースがあります。また、相続した不動産に住宅ローンの残債務があったり、相続人が複数いてそ



れぞれが遠方にいる場合や、相続人の中に認知症の方がいたりする場合、あるいはマイナスの遺産（債務）も多かったりすると、様々な問題が発生する可能性があります」と、高島社長。依頼を受けた高島社長は必要に応じて弁護士や司法書士と連携しながら対応しているほか、逆に、弁護士・司法書士から相続対象不動産の査定依頼も増えているそうです。高島社長は不動産の専門家としての視点から、「親御さんが施設に入ったことや死去したことなどで必要になった不動産の名義変更や相続のことで問題が発生した場合などは、できるだけ早めに法律の専門家などに相談することをおすすめします」と話します。

条件で不動産を売却しようという任意売却に関する分野でも定評があります。「任意売却は債権者と債務者の合意によって不動産を売買するものです。残債については、債権者と債務者が話し合いを送れる範囲で支払っていきます。多額の借金を抱えてしまった後に生活を再生していく方法です」と高島社長。さらに、「家を手放したくないと頑張ることも大切ですが、どうにもならない場合は頑張らないほうがいい時もあります。生活を少しでも楽なものにすることは大切なこと。不動産の任意売却について、ぜひお気軽にご相談ください」と話しています。

●松川町6-1
44-3020
http://art.biz.co.jp/
北海道知事渡島(え)room番号