

困った時は365日緊急修理
即日対応

電気温水器
 ケッキングヒーター
 各種暖房器
 水道修理

ほくでん省エネ推進協力店 北海道電力株認定電気工事業者
 電化と水廻りの専門店 **(株)小野寺機器** 年中無休
 ☎ 0120-330-660

函館市花園町28-3 http://www.onoderakiki.jp

函館市、北斗市、七飯町全121,000世帯無料配布 応援します! あなたの生き方

POST IN FREE PAPER SINCE 1991

青いぽすと

発行元/株式会社青いぽすとHD

発行人/三熊 秀明 編集人/青山 健司

〒040-8605 函館市分央町20番3号 函館どづく株式会社内
 [TEL] 営業・折込業務 ☎ (0138)23-5688 [青いぽすと編集室] ☎ (0138)23-9210 [FAX] (0138)23-5699
 [URL] http://oceanplace.jp/aopos/ [Eメール] aopos@alo.ocn.ne.jp

Issue.596 2016.9.16[fri]

毎月2回(中旬・月末)発行

あなたの会社
 買います!



- 仕事がある。
- でも、後継ぎがない。
ご相談ください。秘密は守ります。

有限公司みのり 代表取締役 加藤 進

代表直通 ☎ 090-9758-5422

得シニア生活。

近頃、「シニア世代」という言葉をよく聞きます。シニアは英語で「年上」というような意味合いの言葉らしいですが、我が国では一般的に60歳以上の人をそう呼ぶ場合が多いようです。今回はそんなシニア世代がちょっと得する情報のあれこれを探してみました。今回の巻頭特集のためのプランを用意してくれたお店もあります。掲載特典を活用して素敵なシニアライフをお過ごしください。

掲載内容をご利用の際は必ず年齢を証明できるものを持参ください。

60歳以上に生ビール1杯サービス!

居酒屋革命 笑藏

い、若い、ボリューム満点、と三拍子そろった居酒屋革命笑藏」。この8月からはランチメニューを取りそらも蕎麦とセットで円)も蕎麦とセットで1200円。夜は、数種類の貞を口替わりで楽しめる「蒸し貝セット」(1000円)がオスマ。9月19~30日の午後5時からは60歳以上で2000円以上利用の人に、会計時に生ビール1杯分サービス! グループの場合は2000円

円)も蕎麦とセットで1200円。夜は、数種類の貞を口替わりで楽しめる「蒸し貝セット」(1000円)がオスマ。9月19~30日の午後5時からは60歳以上で2000円以上利用の人に、会計時に生ビール1杯分サービス! グループの場合は2000円

出会った頃のような映画デートを:

シネマ太陽函館

シニアライフは映画鑑賞もお得!『シネマ太陽函館』では、夫婦のいすれかが50歳以上だと、夫婦2人で見たい映画はありますか? 映画はやはり映画館の大きなスクリーンで鑑賞するのが醍醐味。この特典を利用すれば、映画のチケット代を半額で購入可能。駐車場有。●松風町2-8 大門ビル6階

☎ 022-2021



掲載内容をご利用の際は必ず年齢を証明できるものを持参ください。

60歳以上に生ビール1杯サービス!

居酒屋革命 笑藏

い、若い、ボリューム満点、と三拍子そろった居酒屋革命笑藏」。この8月からはランチメニューを取りそらも蕎麦とセットで円)も蕎麦とセットで1200円。夜は、数種類の貞を口替わりで楽しめる「蒸し貝セット」(1000円)がオスマ。9月19~30日の午後5時からは60歳以上で2000円以上利用の人に、会計時に生ビール1杯分サービス! グループの場合は2000円

円)も蕎麦とセットで1200円。夜は、数種類の貞を口替わりで楽しめる「蒸し貝セット」(1000円)がオスマ。9月19~30日の午後5時からは60歳以上で2000円以上利用の人に、会計時に生ビール1杯分サービス! グループの場合は2000円

出会った頃のような映画デートを:

シネマ太陽函館

シニアライフは映画鑑賞もお得!『シネマ太陽函館』では、夫婦のいすれかが50歳以上だと、夫婦2人で見たい映画はありますか? 映画はやはり映画館の大きなスクリーンで鑑賞するのが醍醐味。この特典を利用すれば、映画のチケット代を半額で購入可能。駐車場有。●松風町2-8 大門ビル6階

☎ 022-2021



表紙写真協力/きんぎよ茶屋

60歳以上が期間限定で入場料半額!

ホテルリンブル函館



若 松町の「ホテルリンブル函館」2階に「スポーツツーリング」は、国内有名ゴルフコースを再現したゴルフコート、ウォーキングマ

シングが若い年齢を問う言葉を聞くだけ、なんとなく懐されるような今日この頃...。

ベイエリアの電車通沿

古 民家カフェについて

う言葉を聞いただけ、なんとなく懐され

るような今日この頃...。

古民家カフェのシニアセット

きんぎよ茶屋



古 民家カフェについて

う言葉を聞いただけ、なんとなく懐され

るような今日この頃...。

古民家カフェのシニアセット

きんぎよ茶屋

若 松町の「ホテルリンブル函館」2階に「スポーツツーリング」は、国内有名ゴルフコースを再現したゴルフコート、ウォーキングマ

シングが若い年齢を問う言葉を聞くだけ、なんとなく懐され

るような今日この頃...。

ベイエリアの電車通沿

古 民家カフェについて

う言葉を聞いただけ、なんとなく懐され

るような今日この頃...。

古民家カフェのシニアセット

きんぎよ茶屋

古 民家カフェについて

う言葉を聞いただけ、なんとなく懐され

るような今日この頃...。

古民家カフェのシニアセット

きんぎよ茶屋

特典満載、シニア輝くボウリング

ボウル・サンシャイン函館
シニアクラブ



60歳以上で入会可能な
ボウル・サンシャイン函館
シニアクラブは、1

月350円でプレーできます。毎月第3水曜日には、午前10時～午後5時の受付で2ゲーム無料となる「シニア健康ライフケア企画」を実施。中平日一般100円の割引(3ゲームパック)は800円となるなど、シニアの特典満載。50歳以上を対象とした「BS函館シニアクラブ」(会員登録料100円)の会員募集

個室でのんびり楽しめる

あつとほーむだいにんぐTAKEDA屋



岡町の閑静な住宅街にある「TAKEDA屋」では9月30日までの期間中、

60歳以上の人を含むグループのお会計が10%引き(ランチタイム、宴会コース除く)になります。ふわふわに仕上げた甘めの卵焼きにチーズが入る「TAKEDA屋風玉子焼(550円)」、デンマーク産のカマンベールチーズを丸ごと使った「ホットチーズンペール」(890円)などバラエティ豊かなフレーバードニューーや、酒好きの店主がセレクトした、地酒からワインまで多彩なアルコールメニュー。個室で気兼ねなく楽しめます。



TAKEDA屋で美味しい夜を。営業時間は午前11時～午後1時30分(火曜日定休、駐車場有)。

●富岡町2-49 24 ●富岡町2-49 24

本格洋食と上質な時間を

熊貓社中 洋食キッキンSatō



ソースやドレッシングまで手作りの「熊貓社中 洋食キッキンSatō」で

60歳以上の人、および60歳以上の人を含むグループを対象に合計金額が5%割引。さらにこの月中はオープン4周年を記念した「コース料理アソート」などが当たる抽選会もあります。(クルーズにつき1回)。ディナータイムのオーダーは特製醤油とわさびソースの「ルスツ」、ボーグのソテー」(=骨真上、ライス別1190円)。絶妙な焼き加減にも注目。営業時間は午前11時30分～午後2

時30分～10/午後2時、午後6時～午後9時30分(火曜日午後8時30分)。金土曜日は午後6時～午後11時(火曜日午後9時30分)。毎週木曜日定休。駐車場有。

●山の手2-9-22 ●080-6060-7-193

シティホテルの味と時間を

函館国際ホテル



館らしい立地と、伝統

と格式が織りなす

数々のサービス。「函館国際

ホテル」は函館に根付いたシ

ティホテルです。

東館8階「日本料理 松前

では、「青いぼく」とい

う、「青いぼく」という60歳以上の人

へ、ソフトドリンクを1杯

サービス。さらに10人以上、

1人5000円以上の会食

で、食前酒として山口県の銘

酒「獺祭」をサービスします。

写真上の一例は、厳選し

た収穫の秋を詠めた「季

節の会席」(7200円)。

ゆったりと落ちていた店内

で、旬の味を堪能してみませ

んか。

営業時間は午前11時30

分～午後2時30分(火曜日)

午後5時～午後8時30

分(火曜日無休)。

●大手町5-10

23-5151(代表)

シニアフォトがお得に!

フォトスタジオいわなみ



ひとりで、またご夫婦

ませんか。「フォトスタジオ

いわなみ」では、西部地区に

てきた今を自分らしく写し

てきました。

ひとりで、またご夫婦

で、素敵に人生を重ね

いわなみ

では、西部地区に

建つ築100年の洋館を利用

した趣あるアトリエで撮影する「シニアフォト」が、

青いぼく

でアルバム付き

2万1384円(税別1万

9800円)が家族写真を

サービスでアルバム付き1

万778円(税別9800

円)になります。60歳以上(ご夫婦の場合)はどちらか一人

で、10月30日までに予約した

人が対象アトリエ周辺はロ

ケーションに適した場所も

多く、希望すれば屋外撮影の

リクエストにも応えてくれ

ます。少しめかして、ま

たはいつも自然な姿で、お

気に入りの写真を!

営業時間は午前10時～午後7時。

●富岡町3-28 12

45-2070

ヤツコマリカルド、冬のコート受注会

おしゃれに敏感な人の「ヤツコマリカルド」冬の新作コレクション受注会が9月16日から



【●】すがが木すまづ営業します。9月19日(祝)定休。9月22日(祝)定休。

タランチーネ

函館初！シミでお悩みのアナタに朗報

ビリーブ

美容外科でも使用される人気フェイシャルマシン、「ビリーブ」で、従来の光フェイシャルの施術経験者からは、「痛くない」ところを重ねて、鏡を見るのが楽しい」といふ声が多く寄せられ、みつきになる「マシン」と接する。「マシンと一緒に余裕を持って予約も立てやすい。受付時間は午後6時30分(土・日・祝)午後6時30分(土・日・祝)」とも。コース契



【●】日吉町3-7-38 毎週月曜日定休。予約

生を促すだけのマシンではも人気の理由です。現在「青ば見た」で通常の料金が1回限り中(10月13日まで)初回限定。もう歳だから諦めずアイテムをチェックできるこの機会をどうぞお見逃しなく。毎週日曜日と祝日定休。9月19日(祝)定休。9月22日(祝)定休。

やって良かった！ふとんリフォーム



パシーマ販売店 タジマ寝具

「新品を買うよりも、羽毛布団よりも、綿ボームや綿布サテンで替えて、色彩を替えたり、色を替えたり、色を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114年の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布団に生まれ変わります。それと同様のある羽毛布団に、よく足し羽毛することによつて、ふんわりとしたかさ高になり返しに作り替えながら、高さ

使う」「それが大きな魅力です。布団の打ち直し・掛・敷各8424円~、羽毛布団のリフォーム21060円~、布団の丸洗い3240円など承っています。お使いの羽毛や布団の状態を診断し見積りをしますので、まずはお電話でご相談ください。見積り無村出張取りも行っています。営業時間は午前9時~午後5時。毎週日曜日と祝日定休。9月19日(祝)定休。9月22日(祝)定休。

【●】柏木町2-25 ホリデイスポーツクラブ 向かい
【下記参照】

家族代行支援の事例“住居”

アパートでひとり暮らしをしていた高齢の男性。身内は離婚した妻との子供は、依然困難な状況でございまがい、「一切連絡取れないのであらず」ほかに頼ることのできる身寄りはありません。そんな中、住んでいたアパートの取り壊しが決まり退去することに。団体生活が嫌い」という本人の意思により、一般住宅への入居を希望しかし、身元保証へ身元引受人が不在で、不動産会社は物件探しに着手できませんでした。退去しない状態でした。面接は自宅まで訪問可能で、「スター・ライフ」は分割払いでの契約支払いが完了するのではなく、数年後で支援が必要となる頃は必要となるサポートが予定です。 「スター・ライフ」は身寄り

一般社団法人スター・ライフ

アパートでひとり暮らしをしていた高齢の男性。身内は離婚した妻との子供は、依然困難な状況でございまがい、「一切連絡取れないのであらず」ほかに頼ることのできる身寄りはありません。そんな中、住んでいたアパートの取り壊しが決まり退去することに。団体生活が嫌い」という本人の意思により、一般住宅への入居を希望しかし、身元保証へ身元引受人が不在で、不動産会社は物件探しに着手できませんでした。退去しない状態でした。面接は自宅まで訪問可能で、「スター・ライフ」は分割払いでの契約支払いが完了するのではなく、数年後で支援が必要となる頃は必要となるサポートが予定です。 「スター・ライフ」は身寄り

やって良かった！ふとんリフォーム



パシーマ販売店 タジマ寝具

「新品を買うよりも、羽毛布団よりも、綿ボームや綿布サテンで替えて、色彩を替えたり、色を替えたり、色を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114年の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布団に、よく足し羽毛することによつて、ふんわりとしたかさ高

使う」「それが大きな魅力です。布団の打ち直し・掛・敷各8424円~、羽毛布団のリフォーム21060円~、布団の丸洗い3240円など承っています。お使いの羽毛や布団の状態を診断し見積りをしますので、まずはお電話でご相談ください。見積り無村出張取りも行っています。営業時間は午前9時~午後5時。毎週日曜日と祝日定休。9月19日(祝)定休。9月22日(祝)定休。

【●】柏木町2-25 ホリデイスポーツクラブ 向かい
【下記参照】

家族代行支援の事例“住居”

アパートでひとり暮らしをしていた高齢の男性。身内は離婚した妻との子供は、依然困難な状況でございまがい、「一切連絡取れないのであらず」ほかに頼ることのできる身寄りはありません。そんな中、住んでいたアパートの取り壊しが決まり退去することに。団体生活が嫌い」という本人の意思により、一般住宅への入居を希望しかし、身元保証へ身元引受人が不在で、不動

一般社団法人スター・ライフ

アパートでひとり暮らしをしていた高齢の男性。身内は離婚した妻との子供は、依然困難な状況でございまがい、「一切連絡取れないのであらず」ほかに頼ることのできる身寄りはありません。そんな中、住んでいたアパートの取り壊しが決まり退去することに。団体生活が嫌い」という本人の意思により、一般住宅への入居を希望しかし、身元保証へ身元引受人が不在で、不動



炭火焼肉 藤

17:00～ラスト
不定休 P有
●川原町7-2 ☎56-8929



体に優しい食事と各種教室が好評！

コミュニティカフェ
家族



効率よく身につけるために②

連載
親子学習のすすめ 山崎藍

函館工業高校グラウンド向かいにある「炭火焼肉 藤」は、上質な肉を手頃な価格で味わえる穴場のお店。丁寧に作られた焼肉以外のメニューも充実しています。

おすすめの食べ放題プラン(90分、利用は2人～)は、テーブルオーダー式なので、ゆっくりと味わえる点も魅力。驚きの安さ「Cプラン」(1200円)の中では、豚カルビや鶏もも肉が人気。

1番人気の「Bプラン」を注文するなら、岩塩ハーブが味の決め手の丸ラムとサイコロカルビお忘れなく。エゾシカ肉のファインから喜ばれている「Aプラン」(3500円)は、もちろんシカ肉が食べ放題。サガリと石焼きビビンバも評判です。焼肉の味を引き立てるのは、道南産コンブを使用した自家製のタレ。

各プラン、魚介焼きやご飯ものなどもそろっており、デザートの手作りアイスクリーム(4種類)またはシャーベット(5種)まで満足のラインナップ。

そのほか、7種類のお肉を楽しめる「ファミリーコース」(2～3人前、2780円)や「ワンコイン焼肉定食」(500円)など、お得なメニューを用意。宴会プランは、飲み放題付きで2500円～承っております(要予約)。

小上がりの個室もありますので、お子さん連れにも最適です。



● 教室休講
昭和2年10月
6月
5月
3月
16日
22日
全場有。9月19日～22日は全



筆者プロフィール

函館市出身。函館中部高校、国立弘前大学を卒業。学生時代から家庭教師、塾講師の経験を経て、2005年、堀川町に個別指導の学習塾「はこだてセカンドスクール」を開校。昨年、2校目となる宝来教室も開校。特技は占いで、「ハコラク」の占いページを担当。趣味は音楽鑑賞と野球観戦。好きな言葉は「為せば成る」。

はこだてセカンドスクール

堀川教室
堀川町19-4 富田ビル1階
堀川町電停徒歩1分
宝来教室
宝来町11-7 2階
サッポロドッグストア宝来店向かい
お問い合わせ・お申し込み ☎51-1766

はこだて医療情報 北斗歯科クリニック院長 土永浩史

口腔清掃不良の意外な落とし穴

歯に付いている白いもの、つまりブラーク(歯垢)。これは主に口腔内細菌と食べ物の残りかすからできています。この中にはミュータンス菌(*Streptococcus mutans*)と呼ばれる虫歯を引き起こす細菌が含まれています。ミュータンス菌は非水溶性グルカン(歯面にくつつく接着剤のようなもの)を产生し、歯面に強く付着する能力を持ち、虫歯を発生させます。その他にコラーゲン結合タンパクも保有し、血流に乗って心臓まで到達した後に心臓軟組織に付着して、感染性心内膜炎を起こす起炎菌としても知られています。最近の研究報告では、ミュータンス菌がこのコラーゲン結合タンパクを保有することで、お口から入ったミュータンス菌が脳血管の傷ついたところにくつき、局所的な炎症を起こし、また出血を止める役割である血小板の凝集阻害を起こして、脳出血を起こすのではないかと考えられています。

歯周病細菌が動脈硬化や糖尿病などと関連があるのは以前お伝えしてきましたが、歯周病に罹患していないとも、口腔清掃を怠るところの虫歯菌は増えていくことになります。このような細菌が重大疾病に関連があるのは驚くべきことです。

私たちは毎日ブラッシングを行い、また歯間ブラシやフロスなどの補助清掃器具を細かく上手に歯面に当て、お口の健康を保っています。また、萌出したての乳歯や永久歯をもつ子どもにはフッ化物を用いることが有効となります。しかし、歯科医院へ来院し、口腔清掃やフッ化物塗布などをしなくとも虫歯に罹患せず、いわゆる「歯医者いらす」の方もいらっしゃいます。虫歯の罹患しやすさは歯質の強さや食習慣など個人差があります。

このような虫歯になりにくい方でも、ご自身で清掃できなかった部分を歯科医院でキレイにしてもらうことは、健康の維持に有益であると思われます。

●北斗市追分2-56-5 ☎50-9090



ドクター講座

大沼公園クリニック院長 深山明義

こむら返りと漢方薬について

こむら返りとは、ふくらはぎや足の裏、太ももの筋肉が突然「けいれん」して痛みが出る状態のことです。いわゆる「足がつる」と表現されます。長時間立っていたことが原因で睡眠中や運動中に起こることが多いのです。熱中症の合併症としても起こりやすいことも特徴です。妊娠中や腎臓病、肝臓病が原因で起こることもありますが、健常な人でも起こります。先日、リオオリンピックの卓球の試合中に日本人選手が、右足のひきつる痛みをこらえて対戦していたことをご存知かと思います。こむら返りには芍薬甘草湯(しゃくやくかんぞうとう)が非常に効きます。「シャクヤク」と「カンゾウ」の2種類の生薬でできている単純な処方ですが、効果は顕著です。体力や体质に関係なく服用でき、筋肉の「けいれん」を伴う痛みを抑えます。こむら返りにこの薬を飲んで効果を実感された方もおられると思いますが、服用後5分以内に痛みが楽になります。痛みが起きた時でも早い効果を期待できますが、痛みの予防薬としても使えます。睡眠中に起きる場合には寝る前に一服飲む、登山する前に飲む、スポーツの練習や試合に備えてあらかじめ飲む等で、こむら返りの発作を防ぐことが可能ですが、尚、この薬はドーピングの心配はありません。こむら返りが起きやすい人は常備して置くことを勧めます。漢方に詳しい医療機関や薬局に相談すると良いと思います。この薬をこむら返りの他にぎっくり腰、尿路結石の痛み、胃けいれん、生理痛等にも使用しましたが、有効なことを確認しています。特に生理痛については「バッグに常備しているだけで安心する」とおっしゃる女性もいらっしゃいます。注意すべき副作用ですが、この薬にはカンゾウが含まれていますので長期間飲み続けると血清カリウム値の低下、むくみ、血圧上昇等が表れます。動悸、全身倦怠感、手足の脱力感、むくみ等に気付いたら直ちに医療機関受診が必要です。

●七飯町大沼258 ☎67-3032



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。掲載日は編集室にてお任せ下さい。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またはEメールをお寄せいただく際には、事前に必ず電話でご連絡ください。FAXまたはEメールでのお申し込みは受け付けておりませんので、ご了承ください。

お申し込み TEL(0138) 27-9210 FAX(0138) 23-5699
お問い合わせ [Eメール] aoi-post@aurora.ocn.ne.jp

【担当】坂本

9月19日は「敬老の日」です。今回の特集では、シニア世代がちょっと得をする情報を集めてみました。ぜひご活用ください。

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、お便り、読者のプレゼントに添えていたいたい感想などは、ご住所の町名とショール入りで、「読者の声」として掲載させていただきます。

（桔梗3丁目、T.O）

私もスキーを滑りに行った事がないのでこんな素晴らしい景色が見られるとは知りませんでした。

天気の良い日にぜひひ母に気持ちいいひとときを過ごさせてあげたいです。どうぞよろしくお願ねだた。

いいいたします。

私もスキーを滑りに行つた事がないのでこんな素晴らしい景色が見られるとは知りませんでした。

天気の良い日にぜひひ母に気持ちいいひとときを過ごさせてあげたいです。どうぞよろしくお願ねだた。

天気の良い日にぜひひ母に気持ちいいひとときを過ごさせてあげたいです。どうぞよろしくお願ねだた。

お便り、読者のプレゼントに添えていたいたい感想などは、ご住所の町名とショール入りで、「読者の声」として掲載させていただきます。

天気の良い日にぜひひ母に気持ちいいひとときを過ごさせてあげたいです。どうぞよろしくお願ねだた。

●大川町1-18
【コールセンター】
0570-030-365

駐車場有。深夜0時無休
前時分まで実施。営業時間は午前1時半まで。料金5,400円(税込)



FIT365函館八幡通り(フィットサンロクゴ)
新店舗・リユースアル情報

紙上通販



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入り メーカー希望小売価格3,240円を…宅配料込3,290円



ひばの湯

天然ヒバ精油、ヒノキチオール、シソの葉エキス、天然乳化剤を原料にした乳白色の入浴液。お肌がすべすべになり、体がポカポカに温まります。

1000cc入り1本、メーカー小売価格4320円を…宅配料込4,350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)

予告 9月30日号 牙物特集 10月14日号 モンブラン特集

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・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://oceancplace.jp/aopos/

staff

編集後記

発行者 Publisher	三熊 秀明 Hideaki Mikuma
編集長 Editor in chief	青山 健司 Shinji Aoyama
副編集長 Assistant editor	平井 由佳 Yuka Hirai
ライター Reporter	花輪 志保里 Shihori Hanawa
	品川 真一郎 Shinichiro Shinagawa
	高松 郁子 Ikuo Takamatsu
	坂本 麻衣 Mai Sakamoto
制作 DTP & WEB	武越 史幸 Fumiyo Takekoshi
通販事業 Mail order	本間 尚子 Naoko Honma

僕の高齢化現象→欲しいものがあって100円ショップに入ったが、店に入った途端に何を買おうとしたか忘れて、思い出せないので帰宅。帰宅後、日焼けしてかゆい背中を搔こうとしたが手が届かず、100円ショップで買おうとしたのは孫の手だったと思い出した。(健)

遊びに行くと、どれだけ全力で遊んでいるんだろう…という汚れ具合で帰宅する小学生の息子。ある時、靴に大量の砂が入っていて「こんなに砂が入るなんてことある?」と聞くと、息子は息子の友達は口をそろえて「あるよね~!」と。小学校2年生あるあるですか?(BP)

夏の暑さを乗り切るため「ムリしないでマイペース」を第一に過ごしていましたが…。ハッと気づくと全てが雑然となっています。この調子で過ごし、あっという間にお正月が来る、というのが毎年のパターン。さあ、気を引き締めて日々を大切に過ごすぞ。(まい)

探し物をしていたところ赤ちゃんの写真を発見。私の赤ちゃん時代はお世辞にも「可愛い」とは言えない姿をしています。以前は「こんな写真誰にも見られたくない」と思っていましたが今見ると面白い。「こっちを睨むな!」と言いたくなる写真もあります。(ヒ)

縫製式土器にハマりました。南茅部や八戸の博物館の展示や資料やを見ていると、情熱的なものもあるし、カワイイものもあるし、割と適当なものもあるし、何とも言えない魅力があります。そして、その辺の土を焼き縮めた物が数千年も残っているのが理解できません。(SS)

亡き祖父が大事にしていた鷄時計があります。最近は何度直しても何時間もズレるという破天荒な時計として来客を驚かせています。そもそも祖父の度重なる手入れによって鷄は取れなくなっています。それで鷄は取れなくなっているので、時々バッパーと鳴るオブジェとして今も活躍中。(まい)

1時30分から午後3時20分まで。受講無料。定員は30人。会場および申し込み・問い合わせは、函館歯科医師会館(大手町3-3-3)で。3650ままで。

『お口と体の健幸講座』の受講座内容は9月29日(木)午後3時(木)まで。伊東福雄&平佐修ジョイントコンサート「夜景とギターの調べ」が9月30日(金)午後6時(木)まで。安田ギタークラブ主催による伊東福雄&平佐による「夜景とギターの調べ」とギターの調べが9月30日(木)午後6時(木)まで。

10名様にプレゼント。応募

1000円分の食事券を

10名様に郵便番号、住所、氏名、電話番号を明記

10名様に贈呈。函館歯科医師会館(大手町3-3-3)まで。

「成火焼肉藤」より、函館どつく内

はハガキに郵便番号、住所、氏名、電話番号を明記

10名様に贈呈。函館歯科医師会館(大手町3-3-3)まで。

成火焼肉藤

SPOTLIGHT

サービス付高齢者向け住宅が1月に新規開設されます すまい元気

サービス付高齢者向け住宅が1月に新規開設されます。快適なための充実した施設で、サービス付高齢者宅すまい元気がオーブンします。

産業道路からほど近い北斗市重浜5丁目に今年11月、サービス付き高齢者

福祉施設の建設で多くの実績がある、ミサワホー

ムの介護施設の建築ノウハウが詰め込まれた建物です。1階には大空間でのマッサージリハビリ、歩行訓練、物理療法に特徴がある「デイサービス元気」が久根別2丁目から移転し併設されま

では、より函館市に近くなるた

め送迎可能なデイサービス



見学随時受付！ サービス付き高齢者向け住宅 サルーテ石川

石川町の函館運転試験場前にあるサービス付き高齢者向け住宅「サルーテ石川」は、自立のほか、要支援の要介護の人も利用できる賃貸契約方式の介護事業所である。

お問い合わせ先

● 北斗市久根別2丁目
10月1日から予約受付がス

部屋は全23室あり、10月1日から予約受付がス

タード。申し込み・問い合わせは、「デイサービス元気」までお電話でどうぞ。

【お問い合わせ先】
● 北斗市久根別2丁目
73-8300

● お問い合わせ先
● 石川町4丁目
47-4165
(ベニネ函館悠楽内・入居相談室)

温泉が完備され、管理栄養士による見学ご相談は随時受付ておりますので、詳しく述べています。

天然温泉完備
● 入居相談室