

POSTIN FREEPAPER SINCE 1991 青いほすと

発行元/株式会社青いほすと 発行人/加藤 進 編集人/青山 慎司
〒040-0063 函館市若松町30-21
TEL (0138)84-6816 FAX (0138)27-5001 URL aopos.jp Eメール info@aopos.jp
Issue.627 2017.12.22[fri] 1991年創刊 毎月2回(中旬・月末)発行



1月13日、15日に木古内町の佐女川神社

木古内町の伝統神事 寒中みそぎフェスティバル

1月13日、15日に木古内町の佐女川神社「第188回寒中みそぎフェスティバル2018」が開催されます。寒中みそぎ祭は1831年から続く伝統神事で、毎年行修者と呼ばれる4人の若者が1月13日から水ゴリの鍛錬を行い、15日に厳寒の津軽海峡の中でご神体を

潔め、1年の豊漁豊作を祈願します。期間中の寒中みそぎフェスティバルでは、物産フェアや福引抽選会なども行われ、みそぎ公園には露店なども並び、木古内町を代表する伝統神事をひと目見に訪れた人達を迎えます。詳細は木古内町役場産業経済課水産商工グループ ☎011339223131までお問い合わせください。



2018年 冬のおでかけガイド

寒さなんて、吹き飛ばそう!



冬の味覚といえば、江差町文化会館大

心も体もあつたまる！ 冬江差 美味百彩なべまつり

冬の味覚といえば、江差町文化会館大ホールで開催される「冬江差 美味百彩なべまつり」では、道南に古くから伝わるクジラ汁やゴッコ汁など20種類以上の鍋が勢ぞろい。各店の鍋から来場者の投票によって決定するN・1(ナベワン)グランプリも見所のひとつ。鍋のほかにも、カニ飯やウニご飯、ジャンボコロッケに唐揚げ串などが並びます。さらに、お楽しみ抽選会、ステージイベント、芋の詰め放題など楽しい企画が盛りだくさん。日時：2月3日(土)16時～19時、2月4日(日)11時～14時。詳細は江差観光コンベンション協会 ☎011339223131まで。



旧南茅部地区・大庄

源泉かけ流しの天然温泉を満喫 ホテル 函館ひろめ荘

旧南茅部地区・大庄「は、源泉100%船町にある『ひろめかけ流しの泉質が異なる2種類の天然温泉を楽しむる温泉保養施設。日帰り温泉と宿泊者用の温泉は別棟になっており、宿泊した人は両方の浴場を楽しむます。年末年始には1月1～3日に餅つき大会、1月2日にお楽しみ抽選会など各種イベントも実施予定。宿泊する人のために函館市内、北斗市、七飯町および近郊のご自宅や指定の場所まで、毎日無料送迎バス(要予約)を運行しているのもポイント。日帰り入浴は10時～21時(受付終了は20時30分)、一般400円、小学生150円、幼児70円。宿泊プランなどはお問い合わせを。●大船町832-2 ☎2561111



雄大な駒ヶ岳を背

大沼名物、氷上ワカサギ釣り

雄大な駒ヶ岳を背に、大沼の冬の風物りに挑戦してみませんか。毎年1～3月の8～16時に毎日(ただし天候により変更の場合有)蕁菜沼で行われている「じゅんさい沼ワカサギ釣り」は、大沼漁業協同組合が運営。遊漁料は大人600円、中学生以下300円、幼児無料。●西大沼318-1 ☎08040407575

料、釣り道具一式セット(貸竿、仕掛け、餌、椅子、氷すく)500円も。外での穴釣りで、テントの持ち込みも可。寒い日は、暖房が効いたビニールハウスで楽しむこともできます。釣り道具一式セットもあるのでご家族やお友達同士のレジャーにオススメです！場所は、大沼公園駅から車で10分ほど。P有。

冬の味覚が主役の熱き戦い

しりうち味な合戦冬の陣カキVSニラまつり



冬に旬を迎える知内町をテーマに毎年開催される2大特産品「カキとニラ」をテーマにした「しりうち味な合戦冬の陣カキVSニラまつり」。海の幸カキと山の幸ニラを産地価格で販売するほか、特産品の販売、カキとニラを使用した創作料理や焼きガキコーナーなど賑わいをみせるコーナーは

かり。会場は知内町中央公民館・知内町スポーツセンター。

第20回目となる今回は2月中旬～下旬に開催予定。楽しい美味しい企画が盛りだくさんなので、家族や友人とのレジャーにピッタリ！

詳細は、知内町産業振興課商工観光係まで。

●上磯郡知内町字重内21-1
☎01392・5・6161

朝風呂とバイキングで始まる1日

湯の川観光ホテル 祥苑



「湯の川観光ホテル 祥苑」では、本紙読者限定の「日曜翌1月15日(12月29日)～1月3日を除く」に「朝風呂&バイキングプラン」を実施します。

このプランは、小学生～大人が1人2018円、2人で2018円(入湯税込)で朝風呂と朝食バイキングを楽

しめるというもの。利用は入浴時間5時～9時30分、朝食時間7時～8時30分。要事前予約。予約時に「青いばす」と見た」をお忘れなく。

小学生未満無料。3人以上の利用料金など詳しくはお問い合わせください。温泉から始まる素敵な1日をぜひ！

●湯川町2-4-20
☎3611000

そりで行く、白銀の絶景体験

アイスパーク・スノーマン



白銀の大沼でとっておきの冬の思い出作りが「ツアー」(1月下旬頃から営業予定、大人1500円、小学生750円、幼児無料)は、ちょっとした冒険気分を味わえるアクティビティ。大沼公園内にある乗船場からスノーモービルに連結した大型そりに

乗り、ベテランガイドの案内付で絶景ポイントでの写真撮影や氷の厚さ測定などをたっぷり楽しめま。プライベート釣り場でのわかさぎ釣りやスノーモービルの乗車体験などもできる予約制の「絶景バノラツアー」もイチオシ。8時～15時。不定休。詳細は、大沼合同遊船株式会社までお問い合わせください。

●七飯町字大沼町1023・1
☎672229

冬の野外で思い切り遊ぼう！

ななえちピッコ雪まつり



2月18日(日)10時～16時(七飯町大中山時に、ななえあがまつ公園 5・122・1)で開催される「ななえちピッコ雪まつり」は、1日いっぱい思いきり野外で遊べる楽しいイベント。「氷の滑り台」や「スノーモービルで引くバナナボート体験」のほか、「雪中宝探し」や「ソリ引き

レース」などのレクリエーションもあり「凧揚げ」や「そり滑り」は貸出OK。すべて無料で遊べます。香川県三木町の本場讃岐うどんも300食無料提供(10時30分と14時に整理券配布)。暖を取りながら休めるプレハブ休憩室もあり、駐車場は約200台完備しています。

詳細は、ななえちピッコ雪まつり実行委員会(七飯町商工会) ☎657111まで。

上ノ国の海の幸、山の幸を満喫

食遊祭



1月28日(日)、10時～14時、上ノ国町民体育館(検1003)で開催される「食遊祭」は、地元でとれた農水産物などを使った美味しい食のイベント。地元飲食店や農漁業者などが腕をふるった郷土料理や鍋料理などを満喫できます。最も美味しい鍋料理を決める「天

河(テガ)一品味くらべ総選挙」や特産品などが当たる「お楽しみ抽選会」、龍焔太鼓の演奏などの各種ミニイベントも開催します。函館市内から上ノ国町までは車で約90分。体も心も温まる、とっておきの美味しひと時を過ごしたい、足を延ばしてみませんか？ 詳細は、食遊祭実行委員会(上ノ国町観光協会内) ☎0139553955まで。

楽しい、美味しい、たらこのイベント

鹿部たらこ祭り



「第7回鹿部たらこ祭り」13時、しかべ間歌泉公園で2月18日(日)の10時開催されます。注目のイベントは、たらこをこよなく愛する唇を競う「たらこクイズ」や「世界選手権」。鹿部町の応援ソング「GET TARAQO」を歌う「HAMBURGER BOYS」のライブも開催予定。また、口

ングランイベントとして、鹿部町内の飲食店や宿泊施設のたらこメニューを食へ歩くスタンプラリーも行われます。ほかにも、新物たらこや特産品の販売と抽選会、たらこを使ったグルメ紹介など、たらこを思う存分楽しめるお祭りです。内容変更の場合有。詳細は鹿部商工会青年部 ☎0137273344まで。

函館の浪人生を救つ予備校

予備校・第一ゼミナール

市内杉並町の「第一ゼミナール」では、4月から始まった本年度の浪人クラスも終盤に差し掛かり、現役時と比べて飛躍的な得点増となっています。10月のセンター模試において第一志望校の合格判定A、Bがすでに全体の70%を超え、特に英語平均点は全道ナンバーワン。

「『第一ゼミナール』には、地元函館から難関大学合格をつかむ4つの柱があります。」

①石田塾長と専任講師による情熱、明解、懇切丁寧な「生」授業。

②担任による面談を通じた学習指導(1)。



全国統一テストで愛媛生に接する石田塾長

「ゼミナールでなら実現可能となるでしょう」と塾長。

「『第一ゼミナール』が運営する東進函館杉並校、函館ラ・サール学園前校では、高1・2生を対象とした「センター試験同日体験受験」を1月13日(土)、1月14日(日)に亀田福祉センターで開催します。この模試は受験生が解くセンター試験と同じ問題を、同じ日にチャレンジすることになります。

受験料は無料。詳細は電話またはホームページからお問い合わせください。

●杉並町4-12-31
577
http://daichizemin.jp/
office@daichizemin.jp

HEADLINE

シリーズ 道南の社長

地方都市に豊かなライフスタイルを提案

有限会社ファーストフラッシュ代表取締役 小林一輝さん

函館や札幌でアパレル業や外食事業を展開する「有限会社ファーストフラッシュ」が、11月、アメリカのライフスタイルをテーマにしたファッショントレマに合わせた店舗を「サウス・シスター・ドライブ・イン」をオープンさせた。20代で同社を起業して以来、今年13目を迎えた小林一輝代表は、「これまで、地方都市における豊かなライフスタイルを提案していきたい当社を象徴する新店舗といえるのではないだろうか」と



函館市出身。札幌市で過ごした大学時代に、ハーレーダビッドソンで全国を旅した時に、地元愛の大切さを知り、20代で起業。地域を愛し、地域に貢献できる企業作りを目指している。

るジョリージェリーフイッシュは、80年代に青春を謳歌した函館の若者の思い出が詰まっていた。函館の人達にも受け継いでゆける会社でありたいと思っています。また、新店舗1階ではレディズ、キッズのアパレルやライフスタイル雑貨、2階ではアウトドアギアを販売。車社会も意識したセレクトで展開し、日常の楽しみ方を提案します」と小林代表。

地元ニーズに対応した店舗展開が注目される中、各地から函館に出店を計画する企業からのオファーも少なくないそう。そのひとつが、本町の新たなランドマーク的存在の「シエスタハコダテ」内にオープンした「フレッシュチーズのお店ロッコ」。

「北海道の牛乳を使ったフレッシュチーズを広めたいという札幌の企業からお話をいただき、実現に至った店です」

地域活性化を願って毎年主催している「HAKODATE BLACK」も来年で10回目を迎える。若者から常に注目されるカリスマ経営者は、住む人達がワクワクする地方都市の実現を目指している。

12月13日にランドオープン

とんかつ・天ぷら 華な美

市内本通・ジェームス本通店向かいにオープンした「華な美」は、厳選した豚肉を使った厚切りシューなど、新鮮なネタをこまめにブレンドした油でカラッと揚げた天ぷらなど、バラエティ豊かな和のメニューを愉しめるお店です。

大テーブルのカウンター、掘りこたつの小上がり、個室など、席のバリエーションは幅広く、家族や仲間ももちろん、女性1人でもゆたたりできるレイアウトとなっています。

料理のレベルの高さも特筆もの。イチオシの「留寿都ポーク厚切りコースかつ定食」(1598円)は、しっとり柔らかくジュー

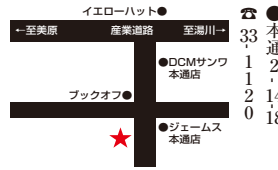


留寿都ポーク厚切りコースかつ定食

シーな留寿都ポークを堪能できる必食の逸品です。定食はごはん&キャベツのおかわり自由、丼物は大盛り無料というの嬉しいポイント。

そのほか、掘り寿司や一品料理もそろった通の新店へぜひ。営業時間は午前11時〜午後10時(L.O)午後9時20分。無休(年末年始は12月30日から元日まで休業)。

●本通2-14-18
331120



道南イベントガイド

2017-2018 函館山カワントダウンズシヤル

■函館山ロープウェイが12月31日22時翌1時に特別運行(最終のぼり0時30分)■大時日特別営業チケット1500円(往復乗車券、記念品が当たる抽選券、記念乗車券オリジナルポストカード付)■問/函館山ロープウェイ ☎2714150

■初笑い夢助落語会
1月8日(日)14時開演
■地元アマチュア落語会による新年恒例落語会
■投げ銭制・場・問/函館市青年センター ☎513390

■函館市芸術ホールバンクステーション2017
1月21日(土)14時15時30分 普段見ることのできない舞台裏などを見学
■参加無料・券集締切/1月14日(日)場・問/函館市芸術ホール ☎5513521

2018 スプリング・コンサート

■地元音楽家たちによる演奏会
【トータル・コンサート SPECIAL】
1月28日(土)14時開演
■木村久美子(ソプラノ)、能登川まき子(ピアノ)、武田薫(クラシックギター)、佐々木雅代(マリンバ)、伊藤亜希子(ピアノ)
【豊かな音色に包まれる心と魂】
2月10日(土)15時開演
■石崎岩雄が創る「ハーモニカの世界」(コンドルは飛んで行く、荒城の月変奏曲他)■高橋セリカが創る「アンサンブルの世界」(私は野の草ではなかつたか作品47-7他)
■全席自由・セット券一般3000円、学生1500円、1回券一般2000円、学生1000円
■場・問/函館市芸術ホール ☎5513521

青はの目

▼宝来町の電車通から函館山麓の日暮し通へと向かう護国神社坂は、かつて坂上に汐見町があったことから汐見坂と呼ばれていたという。坂上には坂の名の由来である函館護国神社があり、朱色の鳥居がアイストッ的存在となっている。▼年の暮れになると僕は毎年、本紙の年末号の初版の案内広告の依頼で函館護国神社に足を運んでいる。函館の街並みを一望する景観が美しい境内に入るとなんと心が改まるような気がして、そこに神聖な力みたいなものがあるのではないかと思ってしまう。

▼そんなところあるわけないだろう。私は毎日ここで暮らしているけど、何も感じないよ。数年前に他界した前宮司の真崎不二彦さんが、僕がパワースポットの発言をした時に、そう感じたことを覚えている。▼僕が本紙の仕事をはじめた頃からずっと、真崎さんは僕と親しくして下さった。何か用事があって会いに行くといつも蕎麦を用意してくれて、食事をしながらいろいろ話を僕に教えてくれた。文学、政治、経済、歴史の話を中心に、スポーツ、グルメ、映画の話に至るまであらゆるジャンルにおいて美に造詣が深い。コーヒーと葉巻をこよなく愛するが、酒は「いさ口」にない。野暮なことを嫌い、男の所作にこだわる。函館批評は辛口だが、そこには地元愛が込められている。ブッシュは、黒いスーツと水玉のスクタイ窓が雰囲気づくりにスタイル。ダンスもあふれるその生き様に、僕は勇気づけられて大切なことをたくさん学んだ。そして真崎さんといえはなんといってもその美しい文筆で書き上げる業界誌などへのエッセイが秀逸。僕が物書きとしてここまでやってこれたのは真崎さんが日々文章を学んだおかげだ。▼真崎さんが亡くなったからは後任の宮司さんが僕に親しく接して下さっていて、年末が近くなる初詣の案内広告の用事で函館護国神社に足を運んでいる。函館山の麓にある境内は自然に囲まれ、美しい函館の海と街を望む。やはりこの場所に立つとなんだか心が改まるような気がする。▼ここに、この場所の神聖な力みたいなものがこの街の未来を温かく見守っているように感じる。そんなことを書いている僕を見て真崎さんはあの手で、「そんなことあるわけないだろう」と言っているんだらうな... (笑) 来年もいっ今年でありますよ。 (慎)

年の暮れに思い出す

▼宝来町の電車通から函館山麓の日暮し通へと向かう護国神社坂は、かつて坂上に汐見町があったことから汐見坂と呼ばれていたという。坂上には坂の名の由来である函館護国神社があり、朱色の鳥居がアイストッ的存在となっている。▼年の暮れになると僕は毎年、本紙の年末号の初版の案内広告の依頼で函館護国神社に足を運んでいる。函館の街並みを一望する景観が美しい境内に入るとなんと心が改まるような気がして、そこに神聖な力みたいなものがあるのではないかと思ってしまう。

▼そんなところあるわけないだろう。私は毎日ここで暮らしているけど、何も感じないよ。数年前に他界した前宮司の真崎不二彦さんが、僕がパワースポットの発言をした時に、そう感じたことを覚えている。▼僕が本紙の仕事をはじめた頃からずっと、真崎さんは僕と親しくして下さった。何か用事があって会いに行くといつも蕎麦を用意してくれて、食事をしながらいろいろ話を僕に教えてくれた。文学、政治、経済、歴史の話を中心に、スポーツ、グルメ、映画の話に至るまであらゆるジャンルにおいて美に造詣が深い。コーヒーと葉巻をこよなく愛するが、酒は「いさ口」にない。野暮なことを嫌い、男の所作にこだわる。函館批評は辛口だが、そこには地元愛が込められている。ブッシュは、黒いスーツと水玉のスクタイ窓が雰囲気づくりにスタイル。ダンスもあふれるその生き様に、僕は勇気づけられて大切なことをたくさん学んだ。そして真崎さんといえはなんといってもその美しい文筆で書き上げる業界誌などへのエッセイが秀逸。僕が物書きとしてここまでやってこれたのは真崎さんが日々文章を学んだおかげだ。▼真崎さんが亡くなったからは後任の宮司さんが僕に親しく接して下さっていて、年末が近くなる初詣の案内広告の用事で函館護国神社に足を運んでいる。函館山の麓にある境内は自然に囲まれ、美しい函館の海と街を望む。やはりこの場所に立つとなんだか心が改まるような気がする。▼ここに、この場所の神聖な力みたいなものがこの街の未来を温かく見守っているように感じる。そんなことを書いている僕を見て真崎さんはあの手で、「そんなことあるわけないだろう」と言っているんだらうな... (笑) 来年もいっ今年でありますよ。 (慎)

アツアツのカレー&カツ

とんかつ かつきち宇賀浦店

寒くなると恋しくなるモノってあると思います。個人的なイチオシは函館エリアで3店舗営業している「かつきち」の「煮込みカレーかつ定食」(961円)です。カレーはスープ状なので一瞬「ダンで伸ばしてるのかな」と思いますが、なかなかスパイシーで香り高く存在感は◎。このカレーにカツの旨みが徐々に溶け出し、独特の味を醸し出すわけです。で、何がすごいって、しっかり熱い。グツグツしてるので当たり前と言えども、この季節おすすめの一品をぜひ。営業時間は午前11時～午後9時30分。無休(元日休)。

●宇賀浦町15-1 (ほか上磯店、昭和タウンプラザ店有)
☎53-0147(宇賀浦店)



魅惑の看板男子 担当/ (BP) 記者

素敵な看板男子を毎回紹介します。本コーナーに登場する看板男子を募集中! ぜひ、情報をお寄せください。

情熱の整体師

整体屋HORITA 堀田賢史さん



今回の看板男子は「整体屋HORITA」の堀田賢史さん。自身が肩凝りや腰痛があったことをきっかけに、施術者を志した堀田さん。専門学院で基礎医学をはじめ安全を第一とした施術方法を学び、7年前に開業。「自分も以前は辛い症状がありましたので、今度は自分以外の方に楽になって頂きたいと思っています」と話す堀田さんは、来店時に行う施術だけではなく、体の使い方の良くないクセを取り除く方法からセルフケアまで丁寧にサポート。気になる症状がある人は、「改善させたい」という情熱を持って日々施術を行っている堀田さんに、1度相談してみても…。施術料は20分1500円～。営業時間は午前9時～午後8時(予約制、当日予約は午後6時まで)。不定休。駐車場有。

●日吉町3-2-33
【携帯電話】080-5831-6588

全国展開のノウハウで安心取引の不動産会社

不動産屋さんといえ、さりと手軽さで好評。なんでもかきこいで店舗に行きにくいというイメージがあります。そのイメージを覆すのが不動産売買専門店の「ハウストウ! 函館美原店」です。不動産査定は即時対応。売りたい物件の状況を確認し、近隣の売買契約例などと一緒に不動産価格をスピーディーに提供します。また、店舗に行かなくてもハウスドゥのホームページで必要項目を簡単に入力すれば不動産の相場がすぐに分かる「10秒でDo!」も使いやすい。



ハウストウ! 函館美原店
ハウストウ! 函館美原店が、創業92年の歴史を持つ「住まいのプロフェッショナル」小野寺住設が運営しているため、安心して相談ができます。営業時間は午前10時～午後6時。毎週水曜日休。
●美原 3・1・5
☎0120-755007



ハウストウ! 函館美原店

大人気のウィンターセールが1月2日から



トレンドアクセサリーがそろった「テーパーコート」1階アクセサリーコーナーでは、「ウィンターセール」を来年1月2日(火)から1月14日(日)まで開催します。期間中は全品30%オフと

なるので、この機会に気になつていたアクセサリーをゲットしてはいかがでしょうか。さらに特別特価商品が並ぶ「ウィンターセール」も同時開催します。商品も随時入れ替えられるので、お気に入りを見つけてみるのがオススメです。また、期間中に1000円抽選できる「ラッキーチケット」をプレゼント。アクセサリーコーナーで使える商品券が最大5000円分当たるチャンスがあります。外れなしとなっています。お見逃しなく。テーパーコート1・4の営業時間は、午前10時～午後8時(他の階は午後7時まで。ただし31日は午後6時閉店。1月1日は休業。1月2・3日は午後7時まで。4日から通常営業。)

●梁川町1025
アクセサリーコーナー
☎32-0001(代表)

自然製法でできた卸値販売

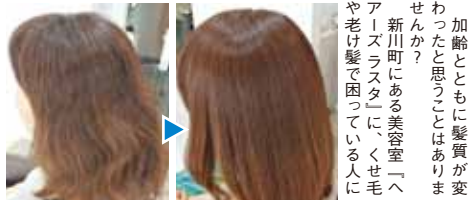


化学生成塩や肉質軟化剤などの食品添加物を一切使わず、赤い色には天然の木の優しさに配慮した製品が評判の「函館くじらロマン」の海鮮工房有限会社ABCつかもとでは、毎年大好評の鯨ベーコンを今年も製造直販卸値価格で店頭販売中です。鯨は健康に良いと言われるDHA、EPAなどのオメガ3系脂肪酸を含んだ食材。鯨製品を取り扱い70年の同店は、南水産産ミンククジラの1級品を海洋深層水塩など、3種類の天然塩と杉の木樽でじっくり熟成作り置きではない製造直後のできたてを提供しています。特選鯨ウネスベーコン(100グラム市価3000円相当

が2300円)、「上ウネスベーコン」(同2500円)相当が2000円。その他、竜田揚げ用なども用意。レシビもあります。3000円以上のお買い上げに粗品進呈。販売期間は12月27日まで。営業時間は午前10時～午後4時半。駐車場有。
●谷地頭町22-5
【フリタイル】
0120-20-2727

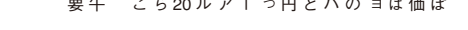


加齢による髪質の変化で悩んでいるなら



加齢とともに髪質が変わったと思うことはありませんか? 新川町にある美容室「ヘアースラスタ」に、くせ毛や老け髪で困っている人になつてきた「艶があった髪」の、乾燥していつつもサラサラと「髪がまとまりやすく、毎朝のお手入れが大変」というように、髪に艶を与え髪型を保てる効果も期待できるというトリートメントなので、パーマやカラーリングをしている髪にも利用できます。所要時間は60分ほど、効果は1・3ヶ月ほど続

くそうです。今なら、予約時に「若いはずと見た」という特別価格で利用できます。料金は「トリートメント」のみの通常8640円のところ7980円、「パーマ」の通常11880円のところ9980円となっております。さらに、トリートメント後のヘアオイル(3000円相当)を先着20人にプレゼント。これから乾燥してくる季節です。この機会をお見逃しなく! 営業時間は午前9時～午後7時。毎週月曜日定休。要予約。駐車場有。
●新川町19-11
☎22-7570



2018年1月の講座・イベントご案内

- 変更や中止の場合がありますので、お問い合わせください。
- 4日 創作舞踊と輪踊り講座13:00~14:30
ロシア講座14:15~15:15
書道14:30~15:30
 - 5日 社交ダンス(初心者)13:30~15:00
着付け13:00~14:30
日本舞踊14:30~16:00
 - 7日 健康体操10:30~11:30
エコものづくり13:30~15:00(定員5名※予約可)
 - 9日 似顔絵14:00~17:00
健康体操14:00~15:00
 - 10日 カポライプ13:00~14:30
社交ダンス(経験者)15:00~16:30
 - 11日 つまみ細工13:00~15:00(定員20名※予約可)
 - 12日 健康体操14:00~15:00
 - 13日 囲碁10:20~12:00
フラヨガ13:00~14:30
臨床美術14:00~15:30(定員10名※予約可)
フラダンス14:45~15:45
 - 14日 ヨガ講座10:30~11:40
創作舞踊と輪踊り講座13:00~14:30
エコものづくり13:30~15:00(定員10名※予約可)
 - 16日 エコものづくり10:30~12:00(定員5名※予約可)
観光ボランティア13:30~14:30
 - 17日 クラフトバンド10:30~12:00(定員5名※予約可)
健康体操14:00~15:00
英会話15:00~16:00(定員10名※予約可)
 - 18日 社交ダンス(初心者)13:30~15:00
ロシア講座14:15~15:15
 - 19日 創作舞踊と輪踊り講座13:00~14:30
 - 20日 囲碁10:20~12:00
アトナビ(耳・ハンドマッサージ)11:00~17:00(最終受付16:30)
着付け13:00~14:30
日本舞踊14:30~16:00
 - 21日 健康体操10:30~11:30
エコものづくり13:30~15:00(定員10名※予約可)
 - 23日 美エクササイズ10:30~11:30
リラックスヨガ12:00~13:00
似顔絵14:00~17:00
健康体操14:00~15:00
 - 24日 カポライプ13:00~14:30
社交ダンス(経験者向)15:00~16:30
 - 25日 古布で小物作り11:00~13:00(定員7名※予約可)
臨床美術14:00~15:30(定員10名※予約可)
書道①14:00~15:00、②15:00~16:00
 - 26日 茶の湯12:00~14:00
健康体操14:00~15:00
 - 27日 囲碁10:20~12:00
カポコンサート13:30~14:30
 - 28日 ヨガ講座10:30~11:40
 - 31日 クラフトバンド10:30~12:00(定員5名※予約可)
健康体操14:00~15:00
英会話15:00~16:00(定員10名※予約可)

青いばすと締切時の予定です。一部変更になる場合がありますので、ご了承ください。参加費は800円以下にて、それぞれ設定、詳細はお問い合わせください。

来店者全員に新年のプレゼント！ ライフサロン函館五稜郭店

保険や年金のことを気軽に相談できる来店型保険ショップ「ライフサロン函館五稜郭店」では、1月5日から1月31日まで新年のプレゼントを用意しています。期間中は、成年にちなんで来店者全員にドッグタオル、ワンちゃんと一緒に来店するとワンちゃんのおやつもプレゼント。さらに、簡単なアンケートに答えると、ダウン柔軟剤セットまたはダスキンスポンジからお好きなほうをプレゼントします。また、この機会に加入している保険の保証内容を確認するのをおすすめです。保険証券を持参の上、保険の確認を行った人には、グルメランチのお食事券(500円分)もプレゼント。



「風邪かな?」「頭痛や歯痛など、和らいで欲しい痛みがある時、

「ホームヘジ」
「かすみ園薬局」で検索
「LINEID」
「@kasumi」を検索

●宝来町 3110
●山の手 2144
●83 2312



年末年始も休まず営業します

柏木町の「園芸センター」がなくても「医療用医薬品」が買える珍しい形態の「かすみ園薬局」は、処方箋(せき)薬局です。土・日曜日(祝日は除く)も営業している点が好評な同薬局は、

「かすみ園薬局」
宴会などで暴飲暴食が続いて胃がもたれてしまった時などは無理せず足を運んでみてはいかがでしょうか。
希望により相談室を使用することもできるので、あまり人に聞かれたくない青年年末年始も休まず営業します。12月29日から1月3日までの間は時間を短縮し、正午~午後5時の営業となります。す。ただし3日は午後3時まで営業。

ひとりでお悩み相談

薬剤を使わない独自の発毛法が評判

へアクリニクタグチ

少子高齢化が進み、1人が暮らす人が増えています。が、頼れる身寄りがなく、保証人や身元引受人がいらないと必要な制度を受けられない現状があります。1人で暮らす人が社会的に孤立することを防ぐため活動している「スターライフ」は、非営利の一般社団法人。身寄りのない人の家族代わりとなって支援しています。

本格的な冬がやってきた。寒さによるストレスや血行不良は頭皮の乾燥、毛穴詰まりとともに髪のベタ付きやボリュームダウンを引き起こす。春になってからの抜け毛の原因となります。髪は頭皮環境によって育たれるもの。ストレスに負けない強い髪の再生復活には頭皮の健康が欠かせません。頭皮ケアなら、宝来町にある「へアクリニクタグチ」がオススメです。同店の「田口式温熱発毛療法」は、薬剤は一切使わない4代に渡って受け継がれてきた登録商標取得の自然発毛法です。毛穴を広げて血行を良くし、老廃物を出させることで頭皮の力を育て、自然な発毛を促します。



「スターライフ」は、1人ひとりの人生を大切に考えています。しかし、自分の人生を誰よりも大切に考えられるのは自分自身です。頼れる身寄りがなく不安を抱えている人は、自らの意思をしっかりと伝えられるうちに相談してください。安心してできる方法がきっと見つかるはずです。

●山の手 2144
●83 2312



「スターライフ」は、1人ひとりの人生を大切に考えています。しかし、自分の人生を誰よりも大切に考えられるのは自分自身です。頼れる身寄りがなく不安を抱えている人は、自らの意思をしっかりと伝えられるうちに相談してください。安心してできる方法がきっと見つかるはずです。

●山の手 2144
●83 2312

一般社団法人スターライフ

現状の制度では不十分な部分が多くありますが、制度が整うまで待つことはできません。今、命に関わる問題を抱えている人がいます。

「スターライフ」は、1人ひとりの人生を大切に考えています。しかし、自分の人生を誰よりも大切に考えられるのは自分自身です。頼れる身寄りがなく不安を抱えている人は、自らの意思をしっかりと伝えられるうちに相談してください。安心してできる方法がきっと見つかるはずです。

●山の手 2144
●83 2312



Delicious Spot

畑のレストランHuis~ゆい~
11:00~14:30(L.O)
ディナータイムは予約に応じて営業
本場定休(投票日の場合は、前日)
●北斗市道1-3-11 ☎83-1241
●新函館北斗駅
ドヨレンタリース

新函館北斗駅すぐ近くにある「Huis~ゆい」は、木の温もり溢れるレストラン。自社農園産の野菜や作物を中心に厳選した素材を使用し、自然の恵みを活かした料理を提供しています。

ハーブビュッフェコースの料金は1598円の2138円、小学生は540円引き、幼児は無料となっています。

現在は冬期営業時間となっております。営業となっておりますが、ディナータイムでの宴会やパーティーも予約に応じて利用可能。「畑の恵み堪能ディナープラン」(3500円)をはじめ、昼・夜のフランチもあり、各種料理プランにも、1500円(瓶ビール・グラスワイン・ハイボール)と2000円(生ビールカクテル・スパークリングワイン)の「ドリンク飲み放題」のオプションも可能です。

CLOSE UP

成人式のサポーターはお任せ！ HANAICHI 函館店

成人式は一生に1度の晴れ舞台。振袖を着る新成人はもろもろ、見守る家族もみんなが最高の笑顔で成人式を迎えられるようにサポートしてくれるのが本町に店舗を構える「HANAICHI 函館店」(旧晴れの日函館店)。振袖選びから前撮り記念写真、成人式当日の支度までフルサポートしてくれるので安心して成人式を迎えられます。

昨今では古き良き正統派の装いはもちろん、モダンな着こなしや個性的な着こなしをする人も多く見られるようになってきました。お店では振袖が豊富にそろっています。

12月23日・29日は振袖フェアを開催します。フェアの詳細は本紙4ページの広告をご覧ください。

営業時間は午前10時〜午後7時。毎週火・水曜日定休。

●本町8-18
ベストアムニティ
五楼郭ビル7階
⑤タックス五楼郭店隣
フリーダイヤル
0120-330039



540円引き、幼児は無料となっています。

現在は冬期営業時間となっております。営業となっておりますが、ディナータイムでの宴会やパーティーも予約に応じて利用可能。「畑の恵み堪能ディナープラン」(3500円)をはじめ、昼・夜のフランチもあり、各種料理プランにも、1500円(瓶ビール・グラスワイン・ハイボール)と2000円(生ビールカクテル・スパークリングワイン)の「ドリンク飲み放題」のオプションも可能です。

オールドフル、お弁当16個以上の注文も可能です。

0120-330039

287
Healness & Wealness
医療法人社団健和会 函館おおむら整形外科病院
●石川町125-1 ☎47-3300 <http://www.ohmura.or.jp/>

この所、日増しに寒さが強くなってきました。毎年この時期になりますと、気温の変化に体が追い付かず、普段は腰痛、頭痛と無縁な方で、突然症状に襲われることも多いかと思っております。

さて、ペインクリニックでよくお目にかかる症状に「腰痛」が腰痛頭痛でどう対処すれば良いの？

腰の周囲の「腰部脊柱管狭窄症」の他に、皆さん1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「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。

「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のでそのまま持続することが多いです。

この緊張型頭痛は前兆(前触れ症状)を伴わず、早朝、およ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、早朝目が覚めてしまうなどの睡眠障害が多く見受けられます。

この頭痛は女性に多く、また遺伝性は無いですが、家族単位でこの疾患が集中しているというデータも出ています。

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。

副院長 大村直久
この頭痛は女性に多く、また遺伝性は無いですが、家族単位でこの疾患が集中しているというデータも出ています。

心の代書屋 松田聡がズバリ！

本気談
本気で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
函館市神山村245-21 ☎333-4675

カ☆ビバ☆パソコンサート
行政書士の松田です。毎年、年末には当事務所主催のパソコンサートを開催してきました。昨年、遠軽町のホラネ口さん、函館の小田桐陽一さん、吉本佐輔さんを招きご会室にて行いました。

昨年の打ち上げ時に、次回は芸術ホールを会場にする、と断言し、このことを忠実に実行するため、時間を掛けて余念なく準備を進めています。その結果、今年5月13日の開催を取りやめ、来年5月13日曜日に開催することに決定しました。

そのパソコンサートは、「カ☆ビバ☆パソコンサート」と名づけた理由には、カ☆ビバのゆかりの地から脱け出し、日頃の晴曇から脱け出し、でもその自分の取り戻したいの願いからです。

また、開催目的は、少子高齢化社会となった今、昔ながらの歳の離れた世代との交流が希薄な時代となり、若者男女問わず、世代間交流を図ることを目的としています。現在のところ、出演者や内容は、函館市内の中学生や様々なジャンルの音楽家の皆さんによる合唱や吹奏楽、ピアノやパーカッションなど多岐にわたります。

行政書士業務とは、全くかけ離れている内容に見えるでしょうが、どの世代もどの職種にも共通する内容なので、尙敬なら、みんな1人の人だからです。

そのよなことから、今は、来年5月13日の開催に向けて、様々な職種の方々に集まっていた方をはじめ多くの皆様笑顔でいっしょに準備を進めています。

どんな内容になるか、準備しているそれぞれが期待を膨らませていきます。

詳細は、今後逐次お知らせしていきます。

皆様にとって、この1年はどのような年だったでしょうか。喜怒哀楽や一言一葉といった、日常生活の中で様々な出来事に対して、なかと前に進めたのではないかと思います。

一休さんが「本当に困った際、弟子たちに「本当に困った際に」と言ったとか、一休さんが亡くなり数年後、弟子らに「お前たちはよいよ、その手紙を開ける時が来て、その中には「大丈夫、なんとなんと」だけ書かれていたそうです。焦って逆立ちしないで、なようになるのでも、これから来年は、取って捨てかきさ意識して過ごしていきたいものです。今年1年も、私の拙い文章をお読みいただきありがとうございます。来年もまたよろしくお願ひ申し上げます。

(まい)記者の 今月のピックアップ

スケートの季節がやってきた！

函館市民スケート場

『函館市民スケート場』が12月16日にオープンし、早くもスケートを楽しむ人で賑わっています。

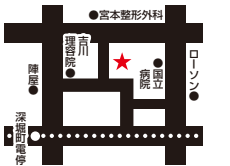
1月21日、28日には、リンクで簡単に遊べるゲームが盛りだくさんのイベントが行われます。幼児から大人まで参加できるので家族でのレジャーにもピッタリ。寒い冬こそ外で体を使って遊びましょう！ 函館市内在住・在学の小中学生は使用料が無料になる点や、午後4時から使用料が半額になる点もポイント。ラーメン・うどんなどが食べられる軽食コーナーもあります。

利用時間は正午〜午後7時(土・日曜日、祝日、小中学校の冬休み期間は午前10時〜午後7時)。悪天候などでリンクが利用できないこともあります。使用料やイベントについての詳細は直接お問い合わせください。

●金堀町10-8 (市営函館競輪場内)
☎54-5233



フルーリール
 体に優しいメニューを提供する「フルーリール」が川原町に移転しました。新店舗の入口はユートピア川原の裏側に位置しており、1歩店内に入ると日常とは異なるゆったりとした空間が広がっています。根強い人気の「豆カレーセット」(1450円)と「イカナポリタ」(各1350円)は、各ドリンクとデザート付き。毎週火・



金曜日には、テイクアウトのお惣菜(150円)と焼き菓子(120円)を販売中。営業時間はランチ11時30分〜15時、LO/14時、カフェ15時〜LO/17時。ディナーは1日1組限定(3日前まで要予約)。毎週日曜日、祝日定休(毎週第4日曜日は営業。駐車場有)。
 ●川原町18・2 ユートピア川原108
 ☎ 87・2161

お得情報

食事利用の際に「青いぼすと見た」で、100円引き(1月末日まで)。

次号予告

1月12日号 「青いぼすと見た」でお得な情報
 1月26日号 港街拉麺物語

発行元/株式会社青いぼすと

〒040-0063 函館市若松町30-21

【電話】(0138)84-6816 【FAX】(0138)27-5001

【E-mail】info@aopos.jp 【URL】aopos.jp

STAFF

発行者 加藤 進
 PUBLISHER SUSUMU KATO

編集長 青山 慎司
 EDITOR IN CHIEF SHINJI AOYAMA

副編集長 平井 由佳
 ASSISTANT CHIEF YUKA HIRAI

エディター 坂本 麻衣
 EDITOR MAI SAKAMOTO

ライター 花輪 志保里
 REPORTER SHIHORI HANAWA

品川 真一郎
 SHINICHIRO SHINAGAWA

高松 郁子
 IKUKO TAKAMATSU

営業部長 橋本 崇
 SALES MANAGER TAKASHI HASHIMOTO

青いぼすと設置場所のご案内

青いぼすと是一般家庭に宅配しているほか、右記の場所に設置しております。青いぼすとのお配達地域にお住まいの方は、ぜひ最寄りの青いぼすと設置場所をご利用ください。設置部数に限りがございます。予めご了承ください。

- 函館市地域交流まちづくりセンター
- キラリス函館内「PRONTO」[えぞりす]
- シェスタハコダテ内「Gスクエア」
- 函館市女性センター
- 函館市青年センター
- カフェくあふあり
- 函館市民会館
- 函館市中央図書館
- 北斗市総合文化センター・かなで〜る
- 野菜100円ショップ(七飯町本町)

みなとまち市民プラザ ■読者の声を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。営利目的の情報掲載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一報ください。FAXまたはEメールのみ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 TEL (0138) 84-6816 FAX (0138) 27-5001
 お問い合わせ [Eメール] info@aopos.jp

[担当/平井]

今号が青いぼすと2017年最終号となります。今年もご愛読ありがとうございました。2018年もよろしくお願ひいたします！

読者の声
 懐かしい話がいっぱい
 「函館昭和物語」は大変面白く読ませてくれました。子供のころ蓬萊町(現宝来町)に住んでおり、懐かしい話でいっぱいでした。そして、懐かしい話をもらえました。昨年の秋からパートの仕事をしていましたが、体調を崩し、仕事を休んでおり、またゆっくり青いぼすとを読めるようになりたいです。「函館昭和物語」に行きつづけたカメラ屋さんが載っていました。興味深く読むことができて、皆さん長くご商売を続けられる方々

で、私もまた体調を整えて頑張ろうと決心をもらえました。(松陰町E・K)
 「木調はいいかですか。寒い日が続いていますが1日も早く元気が戻りますように。」
 どんな感じかなと...
 昔々(一)青柳小学校に通っていたころ、「桜路」さんの前は通学路の折りに建物や眺め、中はどうな感じかなと思っていました。今度かつての同級生を誘って行ってみたいですね。(豊川町、Y・S)

「子供時代を思い出して...」
 「青いぼすと」を讀んで、パートの大食堂やお化け屋敷、お気に入りのTV番組など懐かしい子供のことを思い出して、ホッとする気分になりました。今は認知症でグループホームに入所している父に、次の面会時「覚えて

ませんか?」と聞いてみようと思ひます。お父さん: ちよつとだけでも覚えていてくれたらうれいね...。(中道、S・O)
 *このときの「青いぼすと」のテーマは「僕が生まれ育った昭和」。お父様と楽しい時間を過ごせましたでしょうか。

隅から隅まで
 隅から隅まで青いぼすととはいっても楽しみに読ませていた
 だいておりません。新聞をとってないわが家では、魅力的な情報がいろいろ分りやすく見やすく載っているの隅から隅まで見たいです。これからも情報をお願ひいたします。(中道、T・K)
 *ご愛読ありがとうございます。2018年も皆様にご愛読いただき心掛けていきます! 今後ともご愛読をお願ひいたします。

【プレゼント】
 今回の『デリシャス・スポット』コーナーで紹介した『畑のレストランHuis〜ゆい〜』より、1000円分の食事券を5名様様にプレゼントします。

応募方法
 ハガキに郵便番号、住所、氏名、電話番号を明記し、青いぼすとに對するご感想もたっぷりとお書き添えの上、下記宛先までご応募ください。締切は1月5日。

〒040-0063 函館市若松町30-21 株式会社青いぼすと 「ゆい」係

SPOTLIGHT

生涯安心して快適に暮らせる住まいを提供

ペーネ函館悠楽

天然温泉付き住宅型有料老人ホーム「ペーネ函館 悠楽」は、年齢を重ねても自分らしく自由で快適な生活を終身過ごせる住まいです。

ホテルのような華やかな施設内には、多目的スペース、ビリヤード台、麻雀卓、カラオケルームなどを完備し、温泉のある贅沢な暮らしも実現。居室はプライベートを確保できるゆとりのある空間



で、夫婦などで利用できるコネクティブルームも用意。管理栄養士の監修の食事は、地元の新鮮な食材を中心としたバランスのよいメニュー。居室のIHキッチンで料理を作ることでもできます。

生活相談員などのスタッフは、医療や介護に日常生活の様々な相談に応じており、必要な場合には介護保険による在宅サービスを受けられます。敷地内には、協力医療機関や介護事業所が隣接している点も安心。

悠楽での生活が困難になった場合には、介護付有料老人ホーム「ペーネ函館和楽」への住み替えが可能で、その際入居一時金の負担はありません。元気な今を謳歌でき、

重度の介護や医療ケアが必要になった時の不安も解消できるのが「ペーネ函館 悠楽」です。

1日単位の短期入居から月単位の利用までお得なる「マンスリープラン」（朝食付 1ヵ月145800円）もありますので、詳しくはお気軽にお問い合わせ。見学、お問い合わせ、申し込みは「フリーダイヤル」0120-337675まで。

●ペーネ函館 悠楽
石川町464-1
☎47-4165

実践創業塾、事業計画を思いから形に

函館地域産業振興財団

「函館地域産業振興財団」では、函館市・北斗市・七飯町で創業予定の人または、創業間もない人や新事業展開などを考える企業の人を対象に「実践創業塾」を開講します。

前期課程は、2月8・9日午前9時～午後5時30分（8日講義後に交流会有り）。創業に必要な実践的知識を得るための講義を受講。前期課程後か



ら後期課程までの1ヶ月間は講師等がメール対応で事業計画をブラッシュアップ。後期課程は、3月8日か3月9日のいずれか1日1時間程度、事業計画について講師との個別相談を行います。講師は「株式会社ヒューマン・キャピタル・マネジメント」代表取締役社長の土井尚人氏。受講料無料（8日の交流会費、昼食料は参加者負担）。募集締切1月22日。定員15人。申込方法は、ホームページから事業計画書等の様式をダウンロードして申込書類を作成した後、入力フォームからファイル添付で申し込みまたは、必要書類をメールや持参での申し込みも可。

あなたの持っている強みを見つめ直し、事業計画のニーズやターゲットなどを再確認することで、より具体的なビジネス

●お問い合わせ先
函館市産業支援センター
☎ 34-2561
●桔梗町379-32

