函館市、北斗市、七飯町全121,400世帯に無料配布　楽しい毎日のヒントをご家庭にお届けします。

青いぽすと

POSTIN FREEPAPER
SINCE 1991

発行元／株式会社青いぽすと　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.631　2018.2.23[fri]　1991年創刊　毎月2回(中旬・月末)発行

入浴付き宴会プランを4320円から用意

函館湯の川温泉 ホテル河畔亭

5400円プランイメージ

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『河畔亭』では、入浴付きの宴会プランを4320円(月～木曜日の平日限定)、5400円、6480円で用意しています。イチオシの5400円プランは、あんこう鍋や牛陶板焼きをはじめ、良質の食材をさまざまに調理した全11品を堪能できます。利用は会食だけの場合は4人からで、さらに10人以上ならプラス1200円で120分飲み放題付き(生ビール付きは1500円)にできるほか、カラオケ(先着順)も楽しめます。総檜造りの内風呂と風情ある庭園露天風呂で満喫できる温泉は手ぶらOK。15人以上はバスの送迎サービス有(先着順、函館市近郊限定)。予約受付時間は午前10時～午後9時。

●湯川町2-5-23
湯の川観光ホテル隣
☎57-0012

日帰り入浴とワンコインランチがおすすめ

ホテルテトラ湯の川温泉

日帰り入浴を楽しむなら、イオン湯川店斜め向かいに昨年オープンした『ホテルテトラ湯の川温泉』がおすすめです。同館の湯は、加水、加温をしていない源泉かけ流しの100%天然温泉。男湯にも女湯にも内風呂と岩風呂が用意されており、芯まで温まる自慢の湯をゆっくりと満喫できるほか、入浴後には和室の休憩室でくつろぐこともできます。日帰り入浴は午後1時～午後10時、入浴料500円、手ぶらセット800円。館内にはレストランもあり、親子丼やカツ丼などのワンコインランチ(小鉢、漬物、味噌汁付)などの食事も楽しめます。レストランの営業時間は午前11時30分～午後2時、午後5時～午後7時。

●湯川町3-12-11 根崎公園ラグビー場向かい　☎59-4126

名宿で過ごす和の贅沢

竹葉新葉亭

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』。

毎年好評の「なごみ宿泊プラン」は、1室2人の利用で1人12960円(3人以上の利用で1人10800円)となっており、優雅な和室で日常を忘れて贅沢なひと時を過ごせると人気のプランです(入湯税別)。1日3組限定で、1泊2食付きで2人以上の利用が対象。食事は部屋食となり、内容は通常のプランと異なります。チェックインは午後3時、チェックアウトは午前11時。土曜日、祝前日の利用や、新館をご希望の場合はそれぞれ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、人気プランのため早めの予約をオススメします。期間は3月31日(土)まで。

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「歓送迎会プラン」(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か。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2700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。

朝食イメージ

また、ランチと日帰り温泉が楽しめる期間限定の「ランチプラン」(1人3780円～)でプチ旅行気分を味わうのもいかがでしょう。食事は午後11時30分～、入浴は午後2時～。お部屋付きなので食事から入浴までの時間をゆっくりと過ごすことができます。

完全予約制となっておりますが、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。詳しくはお問い合わせください。

●湯川町2-6-22　☎57-5171

得 道南名湯プラン特集 2018

いで湯に浸かり、語り合う…

温泉が恋しい季節ですね。また、年度末を迎えて、何かと集まりが多い時期でもあります。そんな季節はぜひ、道南に点在する素晴らしい温泉施設を上手に利用したいものです。今回は本紙恒例の名湯プランの特集です。名湯と美味で心も体も癒されるひと時を…。

道南名湯プラン 2018

たまには家族や仲間同士でゆっくりと、名湯&美味で心も体も癒されるひと時をいかがですか…。各プランのお問い合わせ・ご予約の電話の際には、「青いぽすとで見た」とお忘れなく言ってくださいネ！

非日常の空間で、ひと足早い春のリラックス

KKRはこだて

上質な和と洋の空間でおもてなしする身近なリゾートとして人気の『KKRはこだて』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「ゆったりのんびりステイプラン」（1泊2日7800円、休前日は1000円増）が人気です。プラス1500円で食事をアップグレードした上に部屋食にしてもOK。4月20日までの期間限定スペシャルプランなので、ご予約はお早めに。

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2500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）をぜひ。

このほか、優しい雰囲気の中で、和洋、和中、中華から好みで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）。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、全てのコースで温泉を利用できる嬉しいプランです。

『KKRはこだて』では、春に嬉しい歓送迎会や、入学卒業などのお祝いごとに使える、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」という希望や質問は、気軽にお問い合わせください！

●湯川町2-8-14　☎57-8484

宴会は宿泊もお得な温泉で！

湯の浜ホテル

心を込めたサービスが自慢の『湯の浜ホテル』では、お得な宴会プランが盛りだくさん！

ボリューム満点の料理が嬉しい「円卓コース」（1人3780円～）や、ゆっくり楽める「おひとり膳コース」（4320円～）など、予算に合わせて様々な宴会プランを用意しています。

2時間飲み放題の「ご宴会特別飲み放題プラン」（1人1620円）は10人以上で利用可能。宴会プランを利用すると、源泉かけ流し天然温泉を自由に満喫できるほか、1泊朝食付の「特別ご宿泊プラン」（1室3人以上、1人4470円～）も併せて利用できます。

3月末までの期間中は「青いぽすと読者限定宿泊プラン」も用意されており、予約時に「青ぽ見た」で1泊2食付き大人1人6630円で宿泊可能。食事はバイキング、平日限定、大人2人以上での申し込みとなっているほか、前日までの予約が必要です。

ほかにも、1人3000円で温泉と食事が楽しめる「日帰りランチプラン」や「日帰りバイキングプラン」など、気軽に楽しめるプランが好評。目前に広がる津軽海峡の絶景を満喫できる「展望風呂付客室プラン」もおすすめです。

休祝前日などは宿泊料金が変わることがありますので、詳しい内容はお問い合わせください。

●湯川町1-2-30　☎59-2231

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。そんな同館のおすすめはお造りや天ぷらなどの本格和食と、温泉入浴がセットになった「ミニ会食セット」（2700円、タオル貸出付、要事前予約）。このプランは個室でゆっくり過ごせるのも魅力。風情ある佇まいが印象的な創業100年を迎える老舗旅館で、ご夫婦やお友達どうしで、ちょっとリッチで楽しい時間を過ごしませんか。日帰り入浴の営業時間は午前6時～深夜0時。入浴料は大人500円、小人250円。

●湯川町3-25-10　☎59-2743

全国実力薬局100選に選出
うちやま薬局

体調を崩したらホームドクターがいる病院へ行くのが効果的ですが、それが全ではありません。病院へ行くまでもない軽い症状、または、病院へ行っても症状が改善しない。そんな時は「実力薬局」に相談してみませんか。

「実力薬局」とは、全国5万5千店以上ある薬局の中から、特に高い実績をあげている100店を厳選して指定しているもので、本町電車通り沿いの『うちやま薬局』は、北海道に2店舗しか存在しない「実力薬局（漢方・相談）部門」で選出された薬局です。

「最近は、通販でサプリメントを購入したり、ドラッグストアでパッケージを見て判断して薬を購入して失敗している人も見受けられます。それで上向けば問題ありませんが、上手くいかないときは『薬局』に相談するという選択肢も持っていただければと思いますね」と、薬剤師の内山賢治さん。

病院に通っても思うように治らない。市販薬では効果が薄いように感じる。など、体の悩みをお持ちなら、漢方のプロフェッショナルが相談に乗ってくれる「実力薬局」に頼るのも効果的かもしれません。

創業65年。この街に根ざして、愛され続ける実力薬局『うちやま薬局』でご相談してみませんか？　営業時間は、午前9時～午後6時30分。毎週日曜日、祝日定休。

●本町30-25

ホテル法華クラブ向かい

☎0120・2424・60

本年度センター試験も現役時より大幅得点アップ！
予備校・第一ゼミナール

『第一ゼミナール』（石田清塾長）は、浪人する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。生授業と東進本科コース、さらに自立学習の導入による「トリプル受講システム」で北大、札医大、教育大の道内大学はもちろん、東大、京大、一橋大、早大、慶大、国立大学医学部などに1900人以上の合格者を輩出。35年の経験と研鑽から生まれた生授業は、函館の受験生の特徴に合わせた明解・熱血の授業です。単に講義し受験技術を教え込むだけの場ではなく、受験勉強、受験生活全体の司令塔となります。

石田塾長のセンター直前講義

本科コースは、函館で東京の受験生と対等の環境で勉強することができる学習システム。生徒1人ひとりに合わせて講座を選択、各志望大学に特化した内容を受講できます。本年度のセンター試験では全教科で全国平均点を上回り、現役受験時より187点（900点満点）も得点アップした生徒がいたほか、英語の平均点が道内最上位レベルの150点となりました。

生授業の授業料は小・中学校の学習塾並み。東進サテライブ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。指導教科は全教科で、センター試験から国立二次、私大入試に対応。すでに入学受付を開始しており、定員になり次第募集を打ち切ります。詳細は、電話・ホームページからお問い合わせください。

●杉並町4-12

☎31-5577

http://daichizemi.ne.jp/office@daichizemi.ne.jp

シリーズ 道南の社長

こういう会社を作っています
時代の変化に対応できる企業でありたい
『龍文堂印刷株式会社』代表取締役　庄司 澄枝 さん

大正9年創業の老舗『龍文堂印刷（株）』創始者の庄司保治郎氏の実孫として函館に生まれ、平成8年に代表取締役に就任。印刷物の品質と納期厳守をモットーに経営手腕を発揮する。

東京オリンピックが開催される2020年に創業100年を迎える函館市内の印刷業の老舗、『龍文堂印刷株式会社』。インターネットビジネスの普及などで厳しい時代を迎えた印刷業界で、女性ならではのおもてなしの心と従業員を大切にする社風で優れた経営手腕を発揮しているのが、同社の庄司澄枝代表取締役。品質重視のためのテクノロジーの追求と納期の厳守をスローガンに掲げ、函館市内の企業から絶大な信頼を受けている。

「大正時代に創業した先代が死去してから経営を受け継いだ私の父は時代の流れに敏感な人でした。日本の高度成長でスーパーマーケットが台頭する中でチラシ印刷のニーズが増える時代を見据えて、北海道で最初に高速印刷が可能なオフセット輪転機を導入したり、工場の大型化のために社屋を移転したりと、時代の変化に対応しておりました」

時代のニーズに応じた伝統的社風を受け継ぐ庄司代表もまた、製版のデジタル化や最新印刷機の導入などの設備投資に力を入れ、それらを使いこなす人材のスキルアップや営業力の向上にも尽力している。一方で、「企業は働く人があってこそ」という理念のもと、従業員の人間性を大切に思う気持ちを重要視している。

「従業員が、朝起きた時に、今日は行きたくないなぁ…と思う会社ではダメ。従業員にとって働きがいのある会社でありたいと思っています」

代表取締役就任後間もなくの頃に最新の印刷機を導入した理由のひとつも、従業員に真っ新の機械を使ってもらいたいという思いだったそう。

「あらゆるものが多様化する時代、印刷業界も紙とインクを売る商いから販促企画の提案などまで踏み込んだ商いへの転換が求められています。そうした時代の変化に対応できる企業でありたいですね」

「この世で生き残るのは変化に対応できるもの」とはダーウィンの言葉。老舗印刷会社の101年目が函館の印刷業界の未来を創る日は遠くない…。

道南イベントガイド

第24回 投げ銭チャリティーコンサート「唄って・笑って・春が」

■3月11日㊐11時開演■江差三下り（北海道指定無形民俗文化財）他■入場無料（投げ銭制）■場／東本願寺函館別院東山支院（東山1－1－7）■問／事務局 ☎54－6331（内村）

第17回 投げ銭チャリティー・ファミリーコンサート

鈴木康弘 SOLO LIVE2018 ～男70!!燃ゆる心あるかぎり～

■4月8日㊐19時開演■元オフコース・鈴木康弘ライブ■前売5000円＋1ドリンクオーダー、当日5500円＋1ドリンクオーダー■場／問／カラオケ&ライブバーブライトン ☎54－3370

第33回 ビートルズパーティー

■3月20日㊋19時開演■出／レノン&マッカートニープラス■3000円（1ドリンク付）■場／LIVE B（梁川町19－10 MC5ビル）■問／サウンドパパ ☎55－6096

尺八の世界～天城越えから世界の音楽へ～

■4月22日㊐14時開演■出／和の恵四郎、工藤信也、井上さつき、Vest■また君に恋してる、函館物語、十勝馬唄、慕情他■前売1000円、当日1500円■場／函館市公民館■問／☎090－6991－7364（森岡）

掲載内容は天候など諸事情により変更になる場合があります。詳細は各お問い合わせ先までお願いします。

青ぽの目
One for all , All for one

▼今年ももうすぐ卒業シーズン。たくさんの思い出が詰まった学び舎を巣立ち、春から新社会人になる人も多いだろう。僕が卒業した高校は統廃合により現存していないが、宝石のような高校時代の思い出はいまも心の奥で輝いている。▼僕は高校時代にラグビーばかりやっていた記憶がある。でも、ラグビー部ではない。通っていた高校がラグビーの強豪校だったからなのか体育の授業はラグビーが多く、球技大会の種目もラグビーだった。▼高校生活最後の球技大会、僕達のクラスにはラグビー部のキャプテンがいたので優勝候補だった。僕はスクラムハーフというポジションに抜擢された。目立ちたがり屋だったので1人で相手を抜き去ってトライを決めてやろうと心に決めて大会に臨み、初戦でスクラムから出たボールを持って1人で走り出したら、ラグビー部のキャプテンにえらい剣幕で怒られた。「お前の役目はフォワードとバックスを繋ぐことだと…。その時は腹が立ったが、試合を重ねるごとにみんながひとつのボールを繋ぐラグビーの魅力を実感し、僕達のクラスは優勝した。▼毎年、卒業シーズン間近の本欄では、この春から社会人になる皆さんにエールの言葉を贈らせていただいている（以下）。▼春から社会人になる皆さんの中には、企業など組織の一員になる人も多いと思います。組織の中で仕事をしてゆくことはやりがいがある一方で、周囲とのコミュニケーションで悩んだりすることも多いのではないでしょうか。前述したラグビーの世界に、とても素晴らしい言葉があります。「One for all , All for one」。よく「1人は全員のために、全員は1人のために」と訳されますが、本来は、「1人は全員のために、全員はひとつの目的のために」なのだそうです。▼私達は何のために仕事をするのか？　自身の生活のため…、家族のため…。その通りだと思います。ただ、組織で仕事をする上で忘れていけないのは、その組織の目的を達成するために皆が力を合わせることが大切だということです。職場などの組織に明確なビジョンがあることでそこに属する人達の結束力が増して、それが組織の大きな力になります。そして皆さん1人1人の異なる個性がひとつの目的へと向かうことで、大きな目標の実現へとつながるでしょう。「One for all , All for one」。卒業おめでとうございます。　（慎）

3月3～11日に閉店セール　テーオーデパート1階アクセサリーコーナー

『テーオーデパート1階アクセサリーコーナー』は、3月11日をもって閉店することになり、3月3日(土)から11日(日)まで閉店セールを実施します。

全品30%オフとなるほか、540円均一ワゴンセール、1080円均一ワゴンセール、雑貨の50%オフなどお買い得な企画が盛りだくさんとなっておりますので家族や友人を誘って足を運んでみてはいかがでしょう。身につけるとワクワクするような素敵なアクセサリーをお得にゲットできるチャンスなので見逃せません。

これからの時期にもぴったりな桜などの花モチーフのアクセサリーも店頭に並び始めています。アクセサリーで春を先取りしませんか？　お気に入りを見つけるには品薄になる前の早めの来店がポイントです。

テーオーデパート1階、4階の営業時間は、午前10時～午後8時（他の階は午後7時まで）。

●梁川町10-25
テーオーデパート1階
アクセサリーコーナー
☎32-0001（代表）

始めよう！「ひとり人生」への備え　一般社団法人 スターライフ

単身世帯が増える現在、1人で老後に向き合うための準備を始める人が増えています。1人で生きる備えが必要なのは高齢者だけではなく、生涯未婚率の上昇が続く若い世代にも広がっており、「頼れる身寄りのない単身者の生き方」への関心が高まっています。

1人で生きるためにはどのような準備が必要になるのか、どのような選択肢があるのか、1度きりの人生を考える上で分からないことは多くありますが、介護や保険、法律、葬儀、遺品整理など、あらゆる分野の専門家が集まり、頼れる身寄りのない人を支援している「スターライフ」では、様々な状況にあるそれぞれの人生を安心して相談することができます。

気になる費用ですが、例えば高齢単身者に必要となる「終身家族代行支援」を受ける場合、「少額短期の終身保険」を利用すると、「スターライフ」の契約料に保険料を合わせても月々1万円未満（年齢や利用条件などにより異なります）。経済的な理由で諦めることなく、人生を考えることは可能です。

未来を考えるためには、早めの準備が大切なポイントになります。希望を叶える選択肢が増えるほか、憂いない前向きな日々にも繋がります。この春から、あなたも人生への備えを考え始めてみませんか？

契約までの費用は無料。面談は自宅まで訪問可能です。

●山の手2-44-4
☎83-2312

全国展開のノウハウで安心取引の不動産会社　ハウスドゥ！函館美原店

不動産屋さんといえば、なんだか難しそう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『ハウスドゥ！函館美原店』です。同店の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、すぐ売りたい人からは買い取り、そうでない場合は仲介により販売、とニーズに合わせた対応をしてくれる点も好評。「自宅や土地を売りたい方は、ぜひ気軽にご相談ください」と同店スタッフは話しています。

さらに、「老後の資金に不安がある」「引越しできない事情がある」などの悩みを解決するサービスとして、以前に紹介した、住み続けながら持ち家を売却できる「ハウス・リースバック」にも多数の問い合わせがあるなど、同店は大きな注目を集めています。

『ハウスドゥ！函館美原店』は、創業93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」が運営しているので、安心して相談ができるのもポイントです。まずは気軽に電話で相談してみてはいかがでしょう。

現在、土地、中古住宅、アパートなどの売却不動産を大々的に募集中です。急な相続や税務に関するご相談もお気軽にどうぞ。

営業時間は午前10時～午後6時。毎週水曜日定休。駐車場有。

●美原3-1-5
☎0120-750-700

HOUSEDO
ハウスドゥ！函館美原店
株式会社 小野寺住設

「函館消費者大学」の入学生を募集！　NPO法人 函館消費者協会

『NPO法人 函館消費者協会』では、「函館消費者大学」の平成30年度の入学生を募集します。

暮らしに関する法律・経済・文化・衣食住・環境・余暇問題など生活する上で必要な知識や情報を座学や実習を交えて、各界の専門家が講義してくれるもので、卒業すると卒業証書及び函館消費者大学消費生活学士の学位記が授与されます。

応募資格は函館市内在住または勤務している満18歳以上で、4年間の過程を継続して受講可能な人。消費者問題や消費者活動に興味のある人。受講会場はサン・リフレ函館。

日時は5月～10月の第2・4火曜日の午後1時～午後2時30分。費用は年間2500円（資料代、保険料を含む）。応募期間は3月1～31日。

入学申込は函館市役所、各支所、福祉センター、図書館など市営施設に設置してある「函館消費者大学申込書」に必要事項を記入し、官製はがき表面に申込者の住所と氏名を記入したものを同封して同協会まで郵送または持参。応募多数の場合は抽選となり、入学の可否は4月中までに通知されます。

あなたも地域を見守るサポーターとなって社会貢献しませんか？

受付時間は午前10時～午後5時。無休。

●若松町17-12
棒二森屋店本館6階
函館市消費生活センター内
☎26-2880

俺流カレー　担当／(SS)記者

意表を突く色の王道カレー
ハッピーハッピースポット

カレーといえば黄色から茶色がスタンダードで、たまにブラックやらホワイトやら、変化球的なカレーも存在しています。そんな中、変化球中の変化球カレーで話題をさらっているのが、JR五稜郭駅前にある『ハッピーハッピースポット』。ネーミングはズバリ「ピンクカレー」（サラダ付・1000円）。ピンクと言っても、よく見れば程度でしょ？　などとタカをくくっちゃいけません。思ってるよりピンクです。まじで。肝心の味ですが、これがまた思ってるよりカレーで、思っているより本格派。見た目通りのいちごポッキー味じゃありません。作るにはそれ相応の苦労が…この先はお店で訊いてください。営業時間は午前11時30分～午後9時。毎週水曜日定休。

●亀田本町65-27（AOKIビル1階）　☎84-5890

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。

イメージチェンジの楽しみを伝えたい…
ヘアーズサロン リンク
スタイリスト 出口隼也さん

今回の看板男子は『ヘアーズサロンリンク』の出口隼也さん。学生の頃から友人の髪をセットしていたという出口さんは、好きが高じて美容師の道へ。「最初は歩き方や話し方から指導を受けました」と話す出口さんですが、同店に勤務してから4年が経った現在は指名も多く、心のこもったサービスで1人ひとりの魅力を引き出しています。また、全日本理美容選手権のウイッグカットメンズ部門では全道準優勝の腕前を持ち、イメージチェンジの楽しみを伝えてゆきたいとのこと。「カットやセットのことなど気軽に聞いてください」と、出口さん。ぜひ、行ってみては。平日午前9時30分～午後6時30分。毎週日曜日、祝日午前9時～午後6時。毎週木曜日、毎月第2・3水曜日定休。駐車場有。

●深堀町32-25　☎52-9009

秋田の夏がやってくる7日間！

函館蔦屋書店

昨年3月、函館蔦屋書店の広い店内を占拠した秋田県が今年もやってくる！「秋田蔦屋書店vol.2～あきたの夏祭り～」が3月5日(月)から3月11日(日)まで開催されます。「秋田県の1年間」の観光コンテンツが多くの来場者を魅了して話題を集めた2017年…。そして今年は夏に焦点をあて、歴史があり、勇壮で幻想的な夏祭りの数々を紹介します。

特に2016年12月にユネスコ無形文化遺産に登録された「山・鉾・屋台行事」表する「きりたんぽ」や、ご当地グルメの「横手やきそば」などといった秋田メニューを期間限定で提供します。

ある展示が見どころです。さらに今年は県内の各市町村の特産品の物販ブースを多数設けて、「食」の魅力も紹介。店内に突如現れるなまはげに大泣きする子供が続出した「なまはげ練り歩き」や、「秋田犬とのふれあい」など、昨年好評の企画も実施決定。さらに店内のレストランFUSUでは、秋田県を代

期間中は秋田県のスタッフが観光情報を丁寧に説明してくれます。独自の文化と個性が満載の秋田県。ぜひこの機会にイベントに足を運んで、「身近な秋田県」を楽しみませんか？

●石川町85-1
☎47-2600

着付け教室の受講生を募集！

きもの処 円山 彩蔵（さくら）

『きもの処 円山 彩蔵』が運営する着付け教室は、本格的な着付けとコーディネートや格、季節感も学べると評判。これまでに札幌での開催も合わせ、500人以上の生徒が通った実績を持ちます。函館では2年前から開講している同教室が、今春5期目となる着付け教室「五稜郭教室」の受講生を募集します。

会場はホテルテトラ（梁川町17-16）。初級コースは月・火・水曜日に開講するのでライフスタイルに合った曜日を選ぶことができます。時間は午後0時30分～午後2時30分。4月2日(月)から順に開講。中級クラスの受講生も募集中。全コースとも1回2時間×全10回で、受講料は5000円(1回あたり500円)。

着物を「ただ着る」のと「着こなす」のでは大きく違います。コーディネートの最新の流行を押さえながら、着物を着る人の人柄に合った「着こなし方」を教えてくれます。着物パーティーも開催しているので、学んだ着付けを披露できる場があるのも嬉しいポイント。初めて着物を着る人やしばらく着物を着ていない人はもちろん、普段から着物を着ている人もぜひ受講ください。

店舗の営業時間は午前10時30分～午後6時30分。毎週金曜日、祝日定休。

●札幌市中央区南1西25
【フリーダイヤル】0120-829-847

春の応援キャンペーン！

おそうじ本舗 函館昭和店

お掃除のことなら何でも気軽に相談できる『おそうじ本舗 函館昭和店』では、大家さんや不動産会社から提供。1人暮らしの引越しや家族の引越はもちろん、4月30日までの期間中、「春の応援キャンペーン」を実施します。

期間中は、引越し前または引越し後の「まるごとクリーニング」が、断然お得！ キッチン、換気扇、浴室、洗面所、トイレ、ガラスをそれぞれ単品で注文すると1DK通常5万6000円～のところ、全てセットで1DK2万4000円から

ご要望に応じて女性スタッフも対応します！

と、半額以下での注文も承ります。なお、部屋に物がない状態に限りキャンペーン対象となりますので、そのほかの場合は応相談。

さらに、希望の場所をお掃除してもらえる「お手伝いパック」通常3時間1万5000円のところ、キャンペーン中は1時間5000円から利用できます。引越しのお掃除は、プロにお任せを。

詳しくは、お気軽にお問い合わせください。お見積り、ご相談無料。電話受付は午前8時30分～午後7時30分。無休。

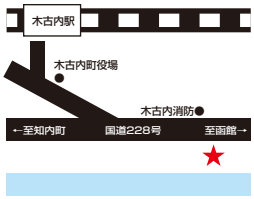
●本通2-34-6 2階
【フリーダイヤル】0120-910-362

湯治プランを用意

きこないビュウ温泉 のとや

木古内町の海沿いにある温泉旅館『きこないビュウ温泉のとや』で湯治はいかが。朝・夕4食付き2泊3日10000円の「湯治プラン」(1室2人以上)を用意しています。『のとや』の湯は加水なし源泉100%の木古内町唯一の天然温泉。泉質は弱塩化物泉で、殺菌効果のあるヨウ素も少量含まれているほか、ミネラル成分も多種含まれています。

到着次第電話をすれば木古内駅までの迎えもあるので、旅行気分で鉄道で足を運ぶのもおすすめ。また、5人以上なら函館市内までの無料送迎にも対応しています。3日以上滞在する場合は宿泊料の割引も有。詳しくはお問い合わせください。天気の良い日には青森まで見えるという海沿いの温泉旅館で、日常を忘れて日ごろの疲れをゆっくりと癒しませんか。



日帰り入浴もお気軽にどうぞ。日帰り入浴は大人500円、子ども(小学生)350円、幼児(3歳以上)250円で、営業時間は平日が午後3時～午後10時、土・日曜日は午前11時～午後10時。

●木古内町大平20-2
☎01392-2-4055

ふらっとDaimon 棒二森屋アネックス6階 ☎(0138)26-1188

2018年3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。

1日 創作舞踊と輪踊り講座13:00～14:30
ロシア語講座14:15～15:15
書道14:30～15:30
2日 社交ダンス(初心者)13:30～15:00
3日 囲碁10:20～12:00
着付け13:00～14:30
アロマクラフト13:30～15:00(定員6名※予約可)
日本舞踊14:30～16:00
4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)
6日 エコものづくり10:30～12:00(定員5名※予約可)
7日 レザークラフト13:00～15:00(定員10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)
9日 レジンアート①13:00～14:00、②14:00～15:00
健康体操14:00～15:00
10日 囲碁10:20～12:00
フラヨガ13:00～14:00
臨床美術14:00～15:30(定員10名※予約可)
フラダンス14:30～15:30
11日 ヨガ講座10:30～11:40
13日 似顔絵14:00～17:00
健康体操14:00～15:00
14日 クラフトバンド10:30～12:00(定員5名※予約可)
ディスコダンス講座10:30～12:00
カポライブ13:00～14:30
社交ダンス(経験者)15:00～16:30
15日 社交ダンス(初心者)13:30～15:00
ロシア講座14:15～15:15
16日 創作舞踊と輪踊り講座13:00～14:30
17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
18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)
20日 エコものづくり10:30～12:00(定員5名※予約可)
観光ガイド13:30～14:30
21日 レザークラフト13:00～15:00(定員10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)
22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
23日 茶の湯12:00～14:00
レジンアート①13:00～14:00、②14:00～15:00
健康体操14:00～15:00
24日 囲碁10:20～12:00
カポコンサート13:00～14:30
25日 ヨガ講座10:30～11:40
27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
28日 クラフトバンド10:30～12:00(定員5名※予約可)
ディスコダンス講座10:30～12:00
カポライブ13:00～14:30
社交ダンス(経験者)15:00～16:30

青いぽ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。

Delicious Spot

はる鮨

11:30～13:30、17:30～21:00
（日曜17:00～21:00）　火曜定休　P有
若松町18-17　☎22-8655

大門横丁から高砂通を挟んで向かい側、少しだけ奥まった所にある「はる鮨」は、ちょっと洒落た佇まいの隠れ家的なお寿司屋さん。10席ほどのこぢんまりとした店内はとても居心地がよく、温もりを感じる店の作りは落ち着いた雰囲気。1枚板の見事なカウンター越しに並ぶ表情豊かな器の数々にも目が惹かれます。

舌の肥えた地元客も納得の寿司の旨さは折り紙付き。近海産を中心とした間違いなしの良いネタを小さめのシャリで味わう握りは、バランス良く素材の旨さが際立ちます。握り寿司は1620円からで、意外にも身近な予算で楽しめることに驚きました。

「極上握り」は、アワビ、本マグロのトロ、ウニなどの贅沢極まる新鮮なネタが10カンで3024円。季節や天候によりネタは変わりますが、上等の旬の素材を最も美味しい状態でいただけることは確実。

夜は、色々な日替わりのおばんざい（216円）も並びます。思い思いの好きな1品で日本酒を楽しむ人も集い、心地よいひと時が流れています。

名店で長年腕を磨いてきた店主さんが「はる鮨」を開店させてから今年で5周年。人が人を呼び、常連となり通い続ける客が多い素敵なお店です。ぜひ1度足を運んでみませんか？

昼夜共に満席となることが多いので事前のご予約を！

CLOSE UP

歴史を重ね、今年で51年…

北ガスクッキングスクール

北海道ガス株式会社函館支店内のクッキングスペースで開催されている『北ガスクッキングスクール』が今年で51年目を迎え、講師の輪島美哉子先生（＝**写真下**）が講師就任から今年で10年目を迎えました。

同スクールは道内では小樽市を皮切りに函館、札幌の両市でも開催されるようになった歴史ある料理教室。リーズナブルな会費で身近な料理から本格的な料理までをテーマに毎月1回程度のスケジュールで開催されてきました。

特に函館での教室では、東京の有名ホテルのパティシエとして活躍してきた輪島先生による分かりやすくて楽しい料理やスイーツのレシピが好評です。また、函館市内でパン教室を開いている小林フミさんを講師に招いてのパン教室や、道南のプロのシェフを講師に迎えての料理教室「シェフからシェフへ～美食の輪」も開催し、人気を集めています。

受講生は主婦が中心ですが、会社勤めの女性にも人気があり、親子参加企画の際にも申込多数となっています。それらの北ガス函館支店主催のクッキングスクールの開催案内は、各開催前の本紙「なるほどトピックス」でご確認ください。

●万代町8-1
☎42-6505

心の代書屋 松田聡がズバリ！

本気談

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。

行政書士 松田聡 事務所
函館市神山町245-21　☎33-4675

道

行政書士の松田です。

今年に入り、あっという間に1ヶ月が過ぎてゆきました。今年の冬は函館らしからぬ大雪と寒波に見舞われ面喰いました。

そんな中、先月は毎週帯広や札幌への出張が続き全て自動車で移動しました。

この1ヶ月間の走行距離は4千キロメートルを超えました。今の車に乗り始めてから1ヶ月五千km超えが最高です。あの時は、船で本州へ渡り、東北、北関東、関越、北陸、日本海東北、秋田の各高速路と、5号線に沿って青森へ向かい、函館に戻るや否や道東方面へ向かうという激しくも開き直るほどの距離を走りました。

先月、帯広へ向かった際は、函館市内近郊の大雪により大沼公園インターまで2時間を要しました。高速道に乗り走行している途中、幾度と無くホワイトアウト状態となり、緊張と錯覚が交互に繰り返されました。

雪はほぼ降ってはいないのですが、路肩に高く降り積もった雪が横風により舞い上がり、加えて前方の車が巻上げる雪により視界がほぼゼロに等しい状態に陥ったのです。

こういう場面では、やはり車間距離を大きく保ち、想定外のことを想定し、咄嗟の対応が可能なマージンを持つことが最善でしょう。

大沼公園インターから芽室インターまでの途中、道路の状態は凍結、圧雪、乾燥、湿潤と刻々と目まぐるしく変化し続けました。

路面変化は、日常生活での感情の変化にも似たような感覚です。以前、お客様から「人生ケセラセラ。なんとかなるものだからね。命を取られることは無い」と笑顔で話していたことを走行しながら想い出していました。

路面変化は人生の縮図などと気障なことを考えてもいました（笑）。

ところで、航空機や電車等の時間を購入すれば身体的には確かに楽です。が、自動車移動で時間を費やしたとしても、その途中で各地の自然や物理的特徴を如実に知ることが出来、これは行政書士の業務にも大きなヒントを与えてくれる貴重な糧となるのです。目的だけを済ませて戻るような勿体ないことは絶対をつけても良い程避けています。何故なら、時間と燃料の有効活用に尽きるからです。

出張の度、遠くで待っているお客様とお会いすれば、その表情と会話から疲れなんて一気に吹き飛ぶものです。今年も新たな相棒と走り続けることになるでしょう。まずは健康第一と安全第一ですね。あっ、4人目の孫が産まれたようです。

（まい）記者の 今月のピックアップ

ひなまつりに飲茶はいかが？

ラビスタ函館ベイ1階 海風楼

大正ロマンを感じさせるクラシカルな装いの「ラビスタ函館ベイ」。居心地の良い客室は6タイプあり、設備やサービスも充実していると定評があります。宿泊しなくても利用できる「レストラン ノルテ」や、『海風楼』は地元の人にも人気です。

現在、『海風楼』では「ひなまつりフェア」を開催しており、「ひなまつり・飲茶セット」（＝写真、3000円）が味わえます。期間は3月末日まで。今なら注文時または会計時に「青いぽすと見た」で会計より10%OFF！　この機会に友人を誘って足を運んでみてはいかがでしょう。

営業時間は午前11時30分～午後2時30分（LO／午後2時）、午後5時30分～午後9時30分（LO／午後8時30分）。無休。駐車場有。

●豊川町12-6（ラビスタ函館ベイ1階）　☎23-6225

HAKODATE OHMURA
Healness & Wealness　289

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/

大腿骨近位部骨折

副院長　大本 浩史

高齢者が転倒して脚の付け根を痛がっている場合、ほとんどの方にふとももの骨（大腿骨）の骨折が認められます。手首（橈骨遠位端骨折）、肩（上腕骨外科頚骨折）、背骨（脊椎圧迫骨折）と合わせて老人の4大骨折と呼ばれています。

若い人でも起こる骨折ですが、交通事故や高所よりの転落といった大きな力が加わって引き起こされます。一方、高齢者の場合には骨粗しょう症が進行しているため、平地歩行中の転倒といったわずかな力でも発生します。骨折後は通常脚を動かすことができなくなり立つことも歩くことも困難となりますが、骨折部があまりずれていない場合や認知症の方の場合にはまれに歩行可能なこともあります。X線検査で診断はほぼ可能ですが、初診時にはっきりとした骨折がなく後にずれてきて診断されることや、MRI検査によって初めて診断がつくこともあります。

治療は全ての症例で手術的治療がまず考慮されます。長期間ベッドで安静にしていると筋力などの身体能力が急激に低下し、肺炎や膀胱炎といった感染症、褥瘡（とこずれ）、認知症の進行などが合併症として出現することで、最悪の場合生命に危険をもたらす可能性があります。それらを避けるためには早期の適切な手術とリハビリテーションがとても重要です。しかしながら全身状態が悪く、また手術に耐えるだけの体力がないなどの場合には床上安静で経過をみることもあります。

手術的治療には、金属を用いて骨折部を固定する骨接合術、骨を一部取り除いて金属に置き換える人工骨頭挿入術や人工関節置換術などが挙げられます。骨折の部位やずれの程度により選択される治療方法が異なりますし、病院によっても異なることがあります。

転倒は意外にも屋内で起こることが多いため、段差の解消や手すりの設置などの環境整備も重要です。また筋力低下を防ぐため体操や散歩も効果があり、無理のない範囲で続けて行うことが良いとされています。

新店舗・リニューアル情報

ホテルテトラ湯の川温泉

イオン湯川店向かいにオープンした『ホテルテトラ湯の川温泉』は、地元の人が気軽に利用できる日帰り入浴（500円、飲み物付き手ぶらセット800円。利用は13時～21時）とレストランが好評。加水や加温をしていない源泉掛け流し100％の天然温泉は、泉質が良く体が芯から温まります。男女とも内湯と露天風呂を完備していて、趣のある雰囲気の中ゆったりと過ごせる点も魅力。レストラン（和室休憩室の利用可）では、ワンコインランチの丼セットなどのほか、夜は定食や鍋料理など季節に合わせて提供。食事の利用は11時30分～14時、17時～19時。P有。

●湯川町3-12-11
☎59-4126

お得情報
温泉またはレストラン利用の際「青ぽ見た」で、500ミリリットルのナチュラルミネラルウォーター「励水」（はげます）をプレゼント（3月3日まで）。

次号予告

3月16日号	懐かしい店特集
3月16日号	SEASON plus 春
3月30日号	春ランチ10選

発行元／株式会社青いぽすと
〒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 PUBLISHER	加藤 進 SUSUMU KATO
編集長 EDITOR IN CHIEF	青山 慎司 SHINJI AOYAMA
副編集長 ASSISTANT CHIEF	平井 由佳 YUKA HIRAI
エディター EDITOR	坂本 麻衣 MAI SAKAMOTO
ライター REPORTER	花輪 志保里 SHIHORI HANAWA
	品川 真一郎 SHINICHIRO SHINAGAWA
	高松 郁子 IKUKO TAKAMATSU
営業部長 SALES MANAGER	橋本 崇 TAKASHI HASHIMOTO

編集後記

1月末頃に東京出張。前日まで東京は雪のせいで大変だったそうだが、僕が到着した日から雲ひとつない青空。東京滞在中の函館は大雪で、帰りの飛行機が引き返すかもしれないことも懸念されたが、僕が乗った便は青空の広がる函館空港に定刻通りに着陸。オレ、もってるワ～！ （慎）

この号が出るころにはまだ開催中のオリンピック。昨年4月にフィギュアスケートの浅田真央ちゃんが現役を引退するまでは彼女が代表に選ばれても選ばれなくても現地で観戦しようと思っていました。チケット取れたかは分からないけど。というか取り方も知らなかったけど。（ヒ）

節分の日に恵方巻きと歳の数の豆を食べました。豆を食べているときに喉に引っ掛かってしまいそれからずっと喉が痛いです。その後ガラガラ声になってます。無病息災を願ったはずなのに…。豆のパワーはすごいんですね。そりゃ鬼も追い払えるわけだ。 （まい）

子供がいなかったら聴いていないと思われる曲を聴く場面が多々あります。最近よく聴くのはWANIMAとベリーグッドマンですが、これがなかなかいいんです。先日は、子供達に付き合って…くらいの感じで映画「チアダン」を観ましたが、号泣したのは私でした。日々新鮮です。 （BP）

話せば長くなり事情がありまして、10分ちょいの芝居の脚本を書き、それを演じるという罰ゲーム的な修行をさせられています。これまでドラマや映画で、幾多の俳優さんたちに「下手だな」などと言ってきた訳ですが、全員の家に出向いて土下座して謝りたい気持ちでいっぱいです、ハイ。（SS）

最近、娘は変わったお弁当を要求してきます。お弁当箱丸ごといっぱいの茶碗蒸し、生卵付すき焼き風弁当、水筒に温かい緑茶を持参してのお茶漬け弁当など… 頑張って作ってきたけれど、次回リクエストされたつけ麺はちょっとヤバいんじゃない？ 麺がのびちゃうよ？ （ガ）

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 お問い合わせ　TEL（0138）84-6816 FAX（0138）27-5001
【Eメール】info@aopos.jp　［担当／平井］

今年の冬は大雪の日が多く、雪かきなどで皆さまお疲れではありませんか。冬のストレスはぜひ、今号掲載の温泉施設で癒してください。

編集室では読者の皆さま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。

読者の声

ゆったり訪ねてみます

道南にもたくさんのお出かけ場所やイベントがあり、時間をかけながらゆったり訪ねてみます。行くところも少ない北海道の冬を回ってみます。意外と知らなかったことが多過ぎます。（美原、T・I）

＊昨年12月22日発行の「冬のお出かけガイド」特集に寄せられたお便りでした。冬の道南巡り、楽しめていますでしょうか。

楽しみに読んでま～す

冬ならではのイベントサイコ～。江差のゴッコ汁食べたーい!!

ゴッコのたまごだ～い好き。カニ飯、うに飯もよだれが出そう。いつも読みやすく、とっても楽しみに読んでま～す。4年勤めたパートを辞め、1月から新しいところでパートしま～す。緊張しますが頑張りまーす。（北美原、K・K）

＊元気なお便りありがとうございます。こちらも「冬のお出かけガイド」に寄せられたおハガキでした。新しい仕事頑張ってくださいね。

ひっくり返して…

先日所用で札幌へ行くとき、JRの中で青ぽを見ようとバッグの中に入れ、席につくなり見てました。列車がいい感じで揺れ始めると爆睡だったと思いますが…。札幌へ着くまでに表、裏とひっくり返し読みまくり、特に気になった朝風呂バイキングのホテル祥苑さんに行こうと決めています。いつも丁寧な情報をありがとうございます。（七重浜、K・N）

＊「旅のお供に青いぽすと」ありがとうございます。今後とも表、裏とひっくり返して、ぜひご愛読ください。朝風呂バイキングは私も気になっていました。

お知らせ

「日本語日本文化講座夏期セミナー」参加留学生のホストファミリーを募集中

『一般財団法人北海道国際交流センター』が、「日本語日本文化講座夏期セミナー」の参加留学生を受け入れてくれるホストファミリーを募集しています。受入期間は6月16日～8月11日の約2カ月間（1カ月からの受入も可）。応募条件は函館市、北斗市、七飯町内で、同センター（元町14-1）まで公共交通機関で通学できるエリアにお住まいのご家庭。英語を話せるかどうかは問いませんが、ご家族全員の同意があり、個室と平日に朝・夕2食、週末に3食用意できることなど。募集締切は4月末日。興味のある人にむけ、3月24日「函館市中央図書館」、3月31日「七飯町文化センター」、4月7日「北斗市総合文化センターかなで～る」において、ホストファミリー経験者との座談会を実施します（要予約）。詳細は同センター☎22-0770まで。

【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『はる鮨』より、1000円分の食事券を10名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、青いぽすとに対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3月2日。

〒040-0063
函館市若松町30-21
株式会社青いぽすと
「はる鮨」係