

POSTIN FREEPAPER 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 Email info@aopos.jp
1991年創刊 毎月2回(中旬・月末)発行

637
2018.5.25



上質を知る女性の すすめたいのは、豊
ライフスタイルにお 川町の『タランチー
ネ』で取り扱って
いるドイッ「ガ
ボール」社の
シューズ。驚くほ
ど履きやすく、デ
ザイン性にも優れ
たこのシューズ
は、素材も良いの
で長く使える1足
になるはず。これ
からの季節には、
●豊川町 21・3
22 2 1 6 4

上質を履くライフスタイル

タランチーネ

素足での履き心地は
もちろん、コーデ
ィネートをオシャレに
仕上げてくれるデザ
インがそろうたサン
ダルが人気。ほかに



少し上質な暮らしに
こだわってみよう...

たとえばクラフトビール。なんとなく耳に
するようになってきたけれど、自分とは無縁
だと思っている人も多いのでは…。一般的にク
ラフトビールは小規模な醸造所で職人の手
によって作られた個性的なビール。気軽に味
わえる店もあるので、たまにはちよつと上質
な時を過ごすのも悪くないと思いませんか？
今回の特集は、少しだけこだわりの暮らし
を日常に取り入れる提案。いつも頑張ってい
る自分自身へのご褒美に、ちよつと上質な暮
らしを取り入れてみては…。

cover photo by BAR hanabi



樽生ビール3種を に注力しているお店
提供するなどビール 『BAR hanabi』。
このほど、1台
でクラフトビール
を4種類楽しめる
キリンビール株式
会社の新型ビール
サーバー「タップ
マルシェ」をイチ
早く導入し、ビー
ル好きの喉を潤し
ています。
クラフトビール
は全13種類ある中
から4種類を提供(1
杯756円)。どの味
わいが楽しめるかは
来店してからの楽し
しみとなっています。
クラフトビールは個
性豊かな味わいが楽
しめるので、ビールが
好きな人はもちろん
苦手な人も1度味
わってみてはいかが
17時〜25時。水曜
休。ノーチャージ。
●宝来町 34・1(蔵)
22 0 0 8 7

たまにはクラフトビールを…

BAR hanabi



昭和26年創業「米の 立ての鮮度の良いお
名久井」では、精米仕
米を提供しており、一
般的な白米から分
搗き米まで細かく
対応。店頭には約
20種類の玄米が並
んでいます。お
米マイスター五ツ
星認定の店主・名
久井修平さんと三
ツ星の恵さんが、
食感や粘りなど好
みに合わせておす
すめしてくれるの
で安心(1キロ460
円)。さらにこだ
わって特別栽培米や
無農薬米を味わうの
もおすすめです。また、
鮮度の良さを保つた
めには小まめに購入
し、密閉容器に入れて
冷蔵保存するのが良
いそう。お米がもつと
好きになるこの店に
行ってみたい。5キロ
〜配達可。8時30分
〜18時30分。日・祝休
。P有。
●松陰町 28・23
51 3 0 9 7

精米仕立てのお米を食卓に

米の名久井

心身ともに贅沢なバスタイムを

ザ・ボディショップ函館テオー店



天然原料を使用し、そろえている『ザ・ボ
ディショップ』函館
テオー店。今回
おすすめするの
は、香り、機能的
原料などにこだ
わったスパシリー
ズの入浴料「エジ
ブシヤンリラクシ
ングミルキーバス
パウダー」
(3456円)。フ
ローラルの心地よ
い香りに包まれな
がら、配合されてい
るハチミツやアーモ
ンドオイルなどがお肌
をしっとり整え、バス
タイムをリラクゼー
ションタイムへ導き
ます。贅沢なひと時
を、ぜひ！ 美味しい
香りの入浴料「バスボ
ム」(302円)、ボ
ディソープで泡風呂
も楽しめる「シャワー
ジェル」(1296円)
も人気。10時〜20時。
無休。P有。
●梁川町 10・25
32 0 3 0 3

たまにはクラフトビールを…

憧れの革製品を使う

手作り鞆の専門店 水芭蕉 函館店



革本来の持つ艶や独特の風合いがあるなど魅力が多い革製品。きちんとメンテナンスをすると何十年でも使い続けられ、使うほどに味わい深い色合いに変化していく点も魅力のひとつ。

扱っている「手作り鞆の専門店 水芭蕉 函館店」でお気に入りを見つけてみませんか？ オリジナルブランド「コードバン」をはじめ多くの革製品は名入れや修理にも対応しています。詳細はお問い合わせください。

●しおりやキーホルダーなどの小物から、ビジネスバッグやリュックサックなどの大きなものまで取り

9時30分～19時。無休。
契約P有。
●末広町13・9
●金森洋物館内
☎23・4040

より居心地のよいソファで過ごす

オーダーソファ専門店 brooco(ブロッコ) 函館店



オーダーソファ専門店「ブロッコ」では、6段階の座り心地、脚、サイズを選んで自宅にピッタリなソファをオーダーすることができま

心地も実際に座って確認することができます。足を運んでみて、こだわりのソファでくつろぐ姿を想像してみてください。来店時に「青ば見た」でソファ張り地を使ったオリジナルポーチをプレゼント！（1家族につき1個。先着20組限定）

●子供がいたらとすぐに汚してしまう「ペットを飼っている」と引っこさそう」など相談でき、座り

10時～19時。水・木曜日。P有。
●本通2・39・21
●83・5372

いつも以上の一杯を「ハンドドリップ」

オールドニューカフェ



「ハンドドリップで最低限気をつけるのがこの2点はです」と話してくれるのは「オールドニューカフェ」のバリスタ 亀山さん。まず1点目は「お湯を回し入れない。つい粉の全面にお湯を回しかけたくなりませんが、それはガマン。ドリップバーの中でお湯が対流するので1点に注

にお湯が行き渡ります。少しづつ注いで抽出されてきたら1度止めて蒸らすのも忘れずに。そして2点目が「最後に抽出されるコーヒーは捨てる」です。最後の1割ほどはいわゆる「出がらし」。これがコーヒーの味を悪くする原因。奥の深いドリップ技術ですが、まずはこの2点からはじめてみませんか。「オールドニューカフェ」は11時～23時。月曜休。

●本町32・6
☎55・2005

オーダー枕で眠りの質をアップ

丸井今井函館店5階寝具



毎日気持ち良く眠るために、枕にこだわって。5階寝具（メンテナンズ料込27000円）は、そば殻、パイプ、低反発など6種類ある中から好きな素材を選び、専用の計測器で後頭部と首の高さを測って、その測定結果をもとに寝心地を試しながら

フィット感を調節。理想的な寝姿勢を作るためにはマットや敷き布団と組み合わせたときのバランスや、使用感も考慮するたい。自宅で使用した後も調整できるように1年間高さ調節が無料です。また、除菌消臭も1年間無料。お店には5人のスリープアドバイザーも在籍。高すぎず、低すぎず、ピッタリ合った枕で眠って清々しい朝を迎えませんか？

●本町32・15
☎32・1358（売場直通）

憧れの鍋

丸井今井函館店5階リビング



季節の野菜と少しの水。ほとんど旨みがあふれ出すで、コトコト煮込んでいく。鍋物愛好者として、いつかは使ってみたくて憧れている人も多

「丸井今井函館店5階リビング」では、「ル・クルーゼ」のラインアップはギフトとしても人気。そんな鍋を自分用に用意してみませんか。定番の両手鍋「コット・ロンド」は20センチ（32400円）、22センチ（35640円）など。使いやすいおすすめです。鍋のほかマグカップ（3240円）などの小物類も展開しています。

●本町32・15
☎32・1359（売場直通）

目利きの店主に訊く、旬野菜と美味しい食べ方

八百屋すず辰



道南のみならず、全国の販売する「八百屋すず辰」。篤農家のおいしい野菜を野菜が続々と旬を迎えるこの時期、店頭には大阪・泉州の「水ナス」、七飯町産の「紫アスパラ」なども登場しています。水ナスは肉質がきめ細やかで味

味。みずみずしくて甘い水ナスの食感を味わえます。また紫アスパラは皮が薄いのので、こちらも生で薄めに切ってサラダや肉料理の付け合わせにどうぞ。スライスすると断面に外皮の紫と内側の薄黄緑色が現れて綺麗です。水ナスは9月頃、アスパラは6月上旬頃まで店頭に並び予定です。営業時間は11時～17時（土曜は12時30分）まで。日・祝休。

●本通1・24・3
☎76・9865

食のプロに教わる素敵なレシピ～洋食編～



サラダチキンとグリーンアスパラのオレンジ風味

- 【材料】(2人分)
- 市販のサラダチキン 1パック
 - オレンジ 1/2個
 - グリーンアスパラ(SSサイズ) 10本
 - マヨネーズ 80g
 - オレンジジュース(果汁100%) 50ml
 - 塩 少々
 - 香草 適量

下準備・オレンジは切る前に塩(分量外)で揉むようにしながら表面を洗い流し、皮の汚れをよく落としておく。

- ① 鍋に湯を沸かし、沸騰したらサラダチキンをパックのまま湯に入れ火を止める。そのまま7、8分温めておく。
- ② グリーンアスパラは硬い根元を切り落とし、好みの硬さに茹で、水に入れて冷ます。
- ③ オレンジは皮を剥き、皮は千切りにしてざっと茹でたあと、水にさらして苦味を取る。果肉は白くて薄い皮を剥いておく。
- ④ オレンジジュースを鍋に入れて30ccくらいになるまで煮詰める。マヨネーズと合わせたあと、レンジでほんの少し温めてから塩で味を調える。
- ⑤ サラダチキンのパックを湯から取り出し、食べやすいサイズにスライスする。
- ⑥ サラダチキン・アスパラ・オレンジ果肉・ソースを盛りつけて完成。香草など飾るとよりオシャレ。

今回のレシピは、フランス料理に使われるマルテースソースを家庭で手軽に楽しめるようにアレンジしたものだ。今の旬のアスパラは、マヨネーズにオレンジジュースを煮詰めたものを加えるだけでも良く合うので試してみてください。

今回のレシピ提供者/吉田 徹 先生

調理製菓専門学校教頭
西洋料理実習・調理理論・専門調理師
調理技術研究室長

レ・トック・プランシユ国際倶楽部日本支部会員
オーグスト・エスコフィエ協会会員

函館短期大学付設
調理製菓専門学校

●調理師科(2年制)
●製菓衛生師科(2年制)

函館市柏木町7-25
TEL 0138-53-5572

体験入学
6月24日(日)
体験入学のお申し込みはHPや電話にて受け付けております。
http://nomata-cook.ac.jp

HEADLINE

家族で楽しめる「2018春の大感謝祭」が6月16日から!

北ガスフレアスト函館南株式会社



『北ガスフレアスト函館南株式会社』では、6月16日、17日の午前10時～午後4時「北海道ガス株式会社函館支店」(万代町8-1、1階ショールーム&屋外会場※下記地図参照)で、「2018春の大感謝祭」を開催します。毎年恒例となるこの大感謝祭は、家族で楽しめるイベントが盛りだくさん! 屋外会場では野菜販売、カレーライス、たこ焼き、クレープなどの出張販売が並びます。

1階ショールームには、ガスコンロ、レンジフード、グリルオプション商品など2日間限りのお買い得商品が充実。さらに、50000円以上購入特典として行われる大抽選会では、JCBギフトカード30000円分をはじめ豪華景品が当たるチャンス。

そのほか、最新グリル機器を使った実演・試食コーナー、うちエコ診断コーナー、リフォーム相談、お得な北ガス電力への切り替えについても気軽に相談できます。より良い生活のお手伝いをする同社のイベントへ、ぜひ行ってみませんか。北ガスフレアスト函館南株式会社の担当エリアには折込チラシも配布しておりますので、そちらもご覧ください。

●豊川町22-13 ☎24-2010



今年で25回目、花と緑の楽しいイベント!

はこだて花と緑のフェスティバル2018

市民が花と緑に親しみ、1人ひとりが豊かさを実感できる「潤いのある生活」を提案する『はこだて花と緑のフェスティバル』が、はこだてグリーンプラザをメイン会場に今年も6月9日(土)、10日(日)の日程で開かれます。例年、花と緑で飾られた会場に2万人が足を運ぶ同フェスティバルは今年で25回目。生花を使ったイベントとしては道内一の規模とされています。期間中はフラワーマーケットをはじめ、アレンジメント作品や鉢植え作品などのオークション、各種ステージイベントなどさまざまな企画が用意されており、なかでもオープニングの「来場者先着300名に花苗プレゼント」と、会場を飾った花を1束500円で販売する「エンディングオークション」は毎年大人気。株式会社太陽グループ函館大門パーキングを会場にしたキッズエリアの緑日コーナーや軽食コーナー、ちびっこ消防士体験会などの各種体験会にも注目です。会場周辺の飲食店の協賛ランチもぜひお見逃しなく。時間は両日とも午前10時～午後4時。詳細は下記までお問い合わせを。



【事務局】(一財)函館市住宅都市施設公社 企画管理課 ☎40-3601

道南イベントガイド

ひのき屋20周年記念感謝祭
6月3日(日)午後1時開場 ■午後2時～大梵鐘突き鳴らし・ひのき屋第1部 ■午後3時～ひのき屋第2部・縁起餅まき ■入場無料(投銭歓迎) ■場/高龍寺(船見町21-11) ■屋外公演のため敷物・イス等各自持参 ■雨天時は内容を一部変更し、本堂で実施 ■問/ヒトココチ ☎51-5727

函館市芸術ホール開館20周年記念 平成30年度 函館新人演奏会 ～音楽の新しい風～
6月24日(日)午後2時開演 ■若手演奏家が出演 ■佐藤友夏(ソプラノ)、佐々木由美子(ピアノ)、近藤聖也(コントラバス)、長内翔太(ホルン)、鈴木亜衣(ソプラノ)、長内一真(ピアノ)、高橋宙詩(パーカッション) ■全席自由一般1000円、学生500円、中学生以下無料、未就学児入場不可 ■場/問/函館市芸術ホール ☎55-3521

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。詳細は各問い合わせて先までお願いします。

第33回 南かやべひろめ舟祭り
6月9日(土)午前9時～午後8時30分 ■舟漕ぎ競争、漁火パレード、郷土芸能発表会、函館真昆布詰め放題、真昆布加工品販売他 ■午後6時～HBCラジオ公開録音お笑いステージショー(出演/テツ&トモ、ものまね歌手・翔子、近江亜矢)、■場/白尻漁港 ■問/函館市南茅部支所産業建設課 ☎25-5119

函館どさんこファーム移転オープン記念 どんこフェスタin函館/【同時開催】第12回やぶさめ競技全国大会 日本一決定戦
6月24日(日)午前10時～ ■走っている馬の上からの射る流鏝馬(やぶさめ)は、迫力ある馬の姿や選手の衣装も見もの ■JA出張農協協力・夕張メロンの販売有 ■入場無料 ■場/どさんこファーム(東山町180-14) ■問/どさんこフェスタin函館開催実行委員会 ☎30-1035

日になるかもしれないから...。(横)

の歌声のような心地良いメールに僕は「ずいぶん心が癒された。毎日の仕事が憂鬱にならないために必要なのは、仕事相手とのコミュニケーションと相手へのちょっとした気遣いだ」といって、この社員さんから学んだ。過日、この社員さんは社内での異動で当社の担当ではなくなりましたが、新しい職場環境でもあったとした気遣いで周囲の人の心を癒しているに違いない。▼職場のストレスの原因の多くは上司や同僚などとの人間関係だといふデータがある。相手からの気遣いや優しい言葉が期待するより前に、たとえほんのちょっとでも相手に感じてもらえるように自分から進んでコミュニケーションを深める言葉を発してみよう。

青はの目 筑紫国のカレン

▼カーペンタースの「雨の日と月曜日」という曲が好きだ。カレン・カーペンターが優しい歌声で、「雨の日と月曜日」は私を落ち着かせる...と歌っている。▼休日が終わって会社の仕事が始まる月曜日を憂鬱に感じるサラリーマンは少なくないよう。フルマンデー症候群とか、「ササエさん症候群」という言葉も一般的になっている。▼仕事内容を職場の人間関係など、毎日の仕事を憂鬱に感じる理由は様々である。幸いにして僕の場合は基本的にモノを作るのが好きなので、文章を書いたり広告をデザインしたりする毎日、それほど憂鬱に感じることがない。もちろん、営業成績が悪かったり管理職として難題に向き合わなければならぬ時にはストレスも溜まるが、日々の仕事の中で出会うちょっとした出来事に幸せを感じることが毎日楽しく仕事をする秘訣だと思っている。▼当社は福岡県の企業と取引があり、僕はその会社の女性社員さんとEメールで打ち合わせをする

ことがあるのだが、その社員さんからいただくEメールが素晴らしい。Eメールの本文は極めてシビアな商談なのだが、本文の前にはほんの少しだけ添えられた言葉が素敵なのだ。北海道が記録的大雪であるというニュースが全国的に流れた後にはそれを気遣う内容で、僕が本を出版した時にはそれを祝福してくれた言葉...、4月のはじめに届いたメールには、「こちらはずいぶん早くに葉桜です...う、遅く離れた南の街の春を感じさせる言葉が添えられた。函館から1800キロ離れた遠い街から届く、まるでカレンの歌声のような心地良いメールに僕は「ずいぶん心が癒された。毎日の仕事が憂鬱にならないために必要なのは、仕事相手とのコミュニケーションと相手へのちょっとした気遣いだ」といって、この社員さんから学んだ。過日、この社員さんは社内での異動で当社の担当ではなくなりましたが、新しい職場環境でもあったとした気遣いで周囲の人の心を癒しているに違いない。▼職場のストレスの原因の多くは上司や同僚などとの人間関係だといふデータがある。相手からの気遣いや優しい言葉が期待するより前に、たとえほんのちょっとでも相手に感じてもらえるように自分から進んでコミュニケーションを深める言葉を発してみよう。

小麦とバターのに包まれた朝食
ピーベリー

五稜郭公園の一角にある「ピーベリー」は、桜の季節はもちろん、散歩やジョギングのついでなど、様々な場面で利用される人気のカフェ。そんな同店の朝食は、早朝から正午まで楽しめる「モーニングセット」(880円)です。自家製パン、サラダ、ヨーグルトというシンプルなセットですが、オーダー後に焼き上げるこの自家製パンがとっっても美味しいのです。表面は香ばしい風味でサクサク食感、中はもっちりて食べごたえも十分という自家製パン。焼き上がりまで少し時間がかかりますが、待ち時間すら楽しみに思えちゃうほどの味。公園横の美味しい朝食をぜひ。営業時間は午前8時～午後5時。毎週月曜日定休。

●五稜郭町27-8 ☎54-0920



道南・習いごとガイド

世界で1つだけの食器を

公窯(Kou Gama)

趣味として陶芸を楽しむなら、陶芸教室「公窯」がおすすめ。陶芸は、子供から高齢者まで楽しめる習い事のひとつ。同教室では、電動ろくろや手捻りで自分の作りたい物を作ることができます。主に食器や日常雑器を作る人が多く、オリジナルの作品が家庭に彩りを添えています。教室は①毎週水曜日の午後7時～午後10時②毎週木曜日の午後3時～午後6時(月4回)。月謝は4500円(焼成費込、別途材料費1200円～)。まずは体験してみたいという人は、1回3000円(材料費込み)から始めてみるのもいいですね。子供の体験料金は、お問い合せを。見学可。体験と見学の日時応相談。

●高盛町16-2 【携帯電話】080-6094-0676

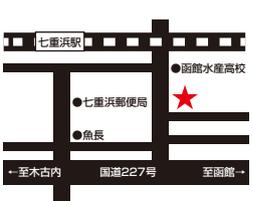


女性専用顔剃り店がオープン!

お顔剃りルーム美ハッピー



北斗市七重浜の理容院内に女性専用の顔剃り店がオープンし、注目されています。函館水産高校並び、カットハウス沼宮内(ぬまぐない)内にオープンした「お顔剃りルーム美ハッピー」は、カーテンで仕切られた落ち着いたスペース(Ⅱ写真裏)で気軽に顔剃りができます。同店では顔の毛を剃る際に古い角質も取り除く「お顔そり美容法」を行っています。気になる顔の産毛を剃ると同時にモチモチでメイクのりが良い肌を実現でき、さらに肩カッターや鼻・耳の産毛も丁寧に剃り、仕上げに保水・保湿を行ってくれるこの美容法をぜひ一度、体験してみませんか? 女性理容師が担当します。



●北斗市七重浜2・24 18 ☎48・8023



美しい字と豊かな心を育てる書道。筆を持つことで、心豊かな時間を取り戻してはいかがでしょうか。全日本書芸文化院常任理事を務める北野照碩先生が、美しい文字を習得する書芸文化院認定教場の「北野書道教室」では、一般は漢字・かな・細字・ペン・ボールペン。子供は、毛筆・硬筆。6歳から指導を行っている。講師に筆を持つ喜びや楽しさを伝えています。

週1回のレッスンで字が上達していくのはもちろん、静かに自分と向き合う時間を持つことで集中力を高めることもできます。基本から丁寧に指導してもらえると、初心者も安心。出来上がった作品は、毎月東京の事務局に出す。●五稜郭町34-7 (函館美術館裏通り) 駐車場有 ☎53・0961

北野書道教室

いつもと違う夏カレーに挑戦!

北ガスಕ್ಕッキングスクール

北ガスಕ್ಕッキングスクールの7月のテーマは「いつもと違う夏カレー」。7月19日(木)午前10時～午後1時に開催されます。メニューは、シーフードの白いカレー、牛肉とキノコの黒コマカレー、ジャスミンマカレ、フルーツポンチ、

サラダ。定員は12人。受講料は1500円。講師は輪島美哉子先生。また、7月4日(水)午前10時～午後1時に「パン教室」が開催されます。メニューは、ピザ、ピタ。定員は10人。受講料は1500円。講師は「パン教室」の小林フミ先生。



それぞれ会場は北ガス函館支店1階のಕ್ಕッキングスペースで、申込締切は5月30日(水)。申し込みは電話で受付。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。受付は平日午後5時～午前9時。金曜日の午前9時～午後5時。キャンセルは開催日の3日前まで(3



日過ぎるとキャンセル料がかかります。●万代町8・1 ☎42・6505

最新ユニットバスが45万円から!

モダンリフォーム

確実な施工と安心のアフターケアで信頼を集める、TOOTOリモテルクラブ会員の「モダンリフォーム」では、人気企画「ユニットバス・リフォーム」を今年も行います。これは函館市の「住宅リフォーム補助制度」を活用して最大20万円の公的補助を受け、45万円(標準建築工事費込・税別)の負担でTOOTOの最新ユニットバス(1坪タイプ)に入れ替えるというお手軽な企画です。補助金制度の取り扱いは、函館市

内に本店を置くリフォーム業者しか施工できないため(建築した業者は除く)、大手企業ではなく地元密着の「モダンリフォーム」がおすすめです。●若松町6・1 ☎84・8224

写真はイメージです



2018年6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 社交ダンス(初心者) 13:30~15:00
実践英会話15:00~16:00(定員10名※予約可)
- 2日 囲碁10:20~12:30
アロマクラフト13:30~15:00(定員6名※予約可)
- 3日 健康体操10:30~11:30
フラダンス13:00~14:00
エコものづくり13:30~15:00(定員5名※予約可)
リラクソヨガ14:30~15:30
- 5日 エコものづくり10:30~12:00(定員10名※予約可)
美エクササイズ10:30~11:30
リラクソヨガ12:00~13:00
実践英会話15:00~16:00(定員10名※予約可)
- 6日 クレイジュエリー講座10:30~12:00(定員6名※予約可)
樹脂粘土10:30~12:30(定員15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)
- 7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
- 8日 レジンアート①13:00~14:00、②14:00~15:00
健康体操14:00~15:00
実践英会話15:00~16:00(定員10名※予約可)
- 9日 囲碁10:20~12:30
アートキャンドル作り10:30~12:30
フラダンス14:30~15:30
- 10日 ヨガ講座10:30~11:40
カポと一緒に歌ってステップ13:00~14:15(定員20名※予約可)
実践英会話15:00~16:00(定員10名※予約可)
- 12日 健康体操14:00~15:00
似顔絵14:00~17:00
実践英会話15:00~16:00(定員10名※予約可)
- 13日 ディスコダンス講座10:30~12:00
カポライブ13:00~14:30
臨床美術14:00~15:30(定員10名※予約可)
リラクソヨガ15:30~16:30
- 14日 つまみ細工13:00~15:00
リラクソヨガ15:30~16:30
- 15日 創作舞踊と輪踊り講座13:00~14:30
実践英会話15:00~16:00(定員10名※予約可)
- 16日 囲碁10:20~12:30
アトナビ(巨)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
健康体操(初級)13:30~14:30
日本舞踊14:30~16:00
- 17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)
実践英会話15:00~16:00(定員10名※予約可)
- 19日 エコものづくり10:30~12:00(定員10名※予約可)
観光ガイド13:30~14:30
実践英会話15:00~16:00(定員10名※予約可)
- 20日 ディスコダンス講座10:30~12:00
健康体操14:00~15:00
英会話15:00~16:00(定員10名※予約可)
- 21日 社交ダンス(初心者)13:30~15:00
ロシア語講座14:15~15:15
アンガーマネジメントキッズ16:00~16:40
- 22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
実践英会話15:00~16:00(定員10名※予約可)
- 23日 囲碁10:20~12:30
フラダンス14:30~15:30
- 24日 ヨガ講座10:30~11:40
カポと一緒に歌ってステップ13:00~14:15(定員20名※予約可)
- 26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
似顔絵14:00~17:00
実践英会話15:00~16:00(定員10名※予約可)
- 27日 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15:00~16:30
- 28日 書道①14:00~15:00、②15:00~16:00
臨床美術14:00~15:30(定員10名※予約可)
- 30日 囲碁10:20~12:30
着付け13:00~14:30
日本舞踊14:30~16:00

青いぼ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。

入院時の保証人に当てはまりますか? 一般社団法人スタールライフ

病気になるって入院する時、保証人の署名捺印を求められる経験がある人は少なくないはず。大抵の場合は親族などに気軽に頼んでくれるのではないだろうか。でも、身寄りになかったり近くに親族がいなかったりする場合、どうしたらいいか。また若いうちは実感がわきにくいものですが、実際には高齢の一人暮らし世帯でよく起きている問題です。



一般的に、保証人は患者本人の医療費の支払いを保証する人と思われがちですが、実はそのほかにも手術や緊急時の医療同意を求められたり、実際に銀行にお金を下ろすに行く必要があったり、患者の自宅に物

を取りに行く役目を求められることもあります。また、万が一患者が亡くなってしまった場合には、責任を持つて遺体を病院から搬出することが求められます。このようにたくさん責任を負わせてしまうだけに、なかなか人には頼みにくいものです。そして、残念なが

ら「保証人を頼める人がいない」という理由で病院での入院治療を受けることができません。お年寄りや孤獨死してしまうという例も現実起きています。「一般社団法人スタールライフ」は、そんな現状を何とか防ぎたいという思いで活動しており、頼れる家族や親族が身近にいない人の身元保証を終身で引き受けています。万が一本人が亡くなってしまった場合も、ご遺体の引き取り・ご葬儀・納骨まで家族の代わりにお勤めします。ご相談は無料で、自宅まで訪問可能です。

●山の手? 44.4
●電話 83-2312

着姿勢で素敵な写真を残しましょう ヴィーナスオブパング

市内桔梗の美容室「フー ルシユドスコール」が、美容師と着付師のお店「ヴィーナスオブパング」を市内杉並町に出店しました。美容室・レンタル衣装・着付・フォトスタジオが全て一カ所でそろえるお店です。



階段にチャイルドガード、トイレにおむつ台を設置するなど、家族でゆっくり過ごせる空間を目指しました。レンタル衣装は、藤田ニル・平祐奈・中村里紗など人気モデルブランドから古くからのお気に入り、さらにはご自身の衣装もご用意しています。お気軽ににご相談ください。展示会出展期間中は衣装が少なくない場合があります。事前の問い合わせが確実です。



●杉並町 20
●電話 83-6514 (美容部)
83-6524 (衣装部)

牛かつ専門店がオープン!



「函館に牛かつ文化を広めたい」と今年4月、牛かつの専門店「牛かつ稲家」が本町にオープンしました。加工肉や冷凍物などを使わずに、揚げ時間60秒で提供される牛かつは中がレアで柔らかく、厳選した肉ならでは旨味がたまり、なかも北斗市にあるおぐに牧場の口落け良いおぐにビーフを使用した「霜降

り」おぐにビーフ 黒毛和牛(2000円)は、口の中に広がる肉の旨味、甘みが評判の人気メニュー。手作りのメニューは「牛100%メンチカツ御膳」(1000円)もオススメです。御膳メニューはもち麦米、赤だし味の味噌汁、サラダ、漬物付きでご飯とみそ汁はおかわり自由。各種弁当(1000円)も。本町7-23 ☎83-1939



HAKODATEパリア

「長谷川典子シャンソン教室」主催によるステージ「HAKODATEパリア」が、7月8日(日)に金森ホールで開催されます。主幹・長谷川典子、長谷川典子は日本シャンソン協会の正会員で、これまで東京 関西 北海道 青森



節。「HAKODATEパリア」は、その7月に同教室が開いては、毎年恒例の舞台です。構成・演出は同教室主任・長谷川典子、長谷川典子は日本シャンソン協会の正会員で、これまで東京 関西 北海道 青森

●問い合わせ ☎090-9756-6448(井原)

長谷川典子シャンソン教室

●全国的に活躍し、さまざまなステージ経験も豊富。今回のステージでは、初舞台となる4人を加えた同教室メンバーなどで構成される「シャンソン唄おう会」の会員が、シャンソン28曲をドラマチックに歌いあげます。「メンバーたちの熱唱が、函館の街を華やかに飾ります。皆さまお誘いあわせの上、シャンソンのひとときをお楽しみください」と長谷川さん。ピアノ・宮永正良、午後1時30分開場、午後2時開演。

チケットは全席自由1500円で5月25日より松柏堂プレイガイドで発売開始。

子供と一緒に楽しいランチタイムを



七飯町の古民家を利用した温もりのあるお店「こっこ茶屋」の今期の営業が始まっています。テーブル席と2人用の椅子席があり、小さな子供と一緒にでもゆったりと食事が楽しめるようにテーブルの置いてあるスペースが広々として

います。部屋の奥はキッズスペースになっているので、子供たちは遊びながら飽きることなく過ごすことができます。また、ペーパーバスケットを貸してくれる点や、オムツ替えスペースがある点は赤ちゃんと一緒に外出する際の嬉しいポイント。一番人気の「こっこ茶屋定食」(1000円)は、主菜、副菜2品、ご飯、味噌汁がセット(数量限定)。メニュー内容はその日によって違うので店内にあるボードで確認を。このほか「チーズカレー」(650円)、「目玉焼きカレー」(650円)、「野菜カレー」(750円)、「キッズカレー」(300円)などがあり、子供向けに「こま塩おにぎり」(100円)もあります。アレルギー食と離乳食のみ持込可。ドリンクはもちろ、ジェラートやパフェなどのデザートもあるので、食事だけではなくスイーツタイムを過ごすのもオススメ。同店では「こっこ茶屋講座&リフレッシュ」というイベントの日もあります。イベントに参加しなくても食事は可。イベントの予定確認、申し込みのほか、貸切による臨時休業の情報などは同店のSNSでも確認することができます。今期営業は11月末まで。

11:00~14:30 月・土・日曜、祝日休 P有
七飯町本町3-11-45 ☎64-4630

CLOSE UP

函館競輪場にアンガールズがやってくる

6月は函館競輪場がおもしろい!「函館競輪開設68周年記念GⅢナイター」五稜郭杯争奪戦が6月2日(土)から6月5日(火)までの4日間、函館競輪場で開催され、期間中は楽しいイベントが盛りだくさんです。
6月2日(土)①午後4時7分頃②午後5時55分頃③午後6時④ナイター⑤Jエレクト・Cueの元メンバーで、歌手活動のほか舞台など多方面で活躍している岡井千聖さんの競輪トークショー。6月3日(日)①午後4時7分頃②午後5時55分頃③午後6時④ナイター⑤Jエレクト・Cueの元メンバーで、歌手活動のほか舞台など多方面で活躍している岡井千聖さんの競輪トークショー。6月3日(日)①午後4時7分頃②午後5時55分頃③午後6時④ナイター⑤Jエレクト・Cueの元メンバーで、歌手活動のほか舞台など多方面で活躍している岡井千聖さんの競輪トークショー。



金堀町10-8
51,3121

本気談
松田聡がズバリ!
心年代屋
松田聡がズバリ!
本気と書いてマジ
語りごと、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 ☎333-4675

どうなん地産地消
株式会社天狗堂宝船
「きびだんご」といえば、道南の人ならほとんどが知る北海道銘菓。砂糖と水飴、あんで味付けしただんごをオブラートで包んだ独特の食感懐かしい味として受け継がれている。このきびだんごの製造販売を行っている『株式会社天狗堂宝船』は昭和28年創業。昔から変わらぬ味とパッケージのきびだんごをメインに、昨年から土産用にパッケージがデザインされたものを商品化。北海道開拓にあたった屯田兵の携帯食であったことから開拓者の助け合いの精神である「起備団合」に由来して発売されたストーリーを全国に向けて発信している。「きびだんご」と聞いて岡山県を連想する人が多いようですが、北海道開拓と関連していることを強調することで、北海道の食べ物としての価値をつけようと思いましたが、4代目社長の千葉仁さんは話す。平成19年に七飯町に移転してからは、同町の幼稚園の節分行事にきびだんごを寄付したり、町民イベントに協賛するなど、地域貢献も積極的に行っている。さらに、同町が日本で最初に西洋りんごが栽培された場所であることにちなみ、同町産のりんごを使用した商品も製造販売している。
●七飯町字中島205-1 ☎66-3200

292
Healness & Wealness
医療法人社団健和会 函館おむら整形外科病院
●石川町125-1 ☎47-8666 http://www.ohmura.or.jp/
何気なく動いている自宅の中で、どの程度の段差があるのか意識したことはあるでしょうか。パリアフリー化が増えているとはいえ、敷居や上がりかまち、トイレや浴室の出入りなど、多くの場所段差があります。
退院して自宅
通所リハビリテーションおむら所長 永井 匡美
自宅での転倒予防について
段差解消に便利です。スリは、上がりかまちの

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。

TEL 84-6816 FAX 27-5001 Email info@aopos.jp [担当/平井]

読者の声

春です
大雪からいつききに雪解けがすすみ春です。これからは緑の美しい季節になり、桜が咲くのを今楽しみにしています。「春を告げる魅惑のランチ10選」(3月30日号)良かったです。気温もかなり上がり、お出かけのときにはお友達とランチして、おしゃべりして楽しんでいただい。青ほを参考にしないでランチを選んでみたいと思います。
(美原、K・M)

健康・医療情報に注目
健康関係、医療関係の情報紹介がわかりやすく、参考にさせていただきます。
(榎本町、C・S)

歯・口の健康講座が6月3日に「一般社団法人函館歯科医師会」が主催の健康講座「健口から健康☆そして健康へ」が、6月3日午前10時から函館市総合保健センターで開催されます。講座内容は、鍋谷大史さんによる「お子さんの歯を守るために親として出来ること、出来ないこと」、北海道渡島保健所主任技師・丹下貴司さんによる「健口生活のすゝめ、あなたにだけ長生きの秘訣をお教えします」。参加無料。小学生までを対象にしたフッ化物無料体験(先着50人、5月28日から6月1日まで)に要事前申込や、同時開催として「親と子のよい歯のコンクール」も実施。詳細は函館歯科医師会 ☎23,3650。

【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『こっこ茶屋』より、1000円分の食事券を5名様にプレゼントします。
伝統&現代工芸作家展が函館萬屋書店で「箱館伝統工芸&現代工芸作家展」が6月16・17日に函館萬屋書店で開かれます。函館で活動する17人の工芸作家が作品を展示・販売。展示作品は、漆芸、刺繍、和紙、押絵と、ちりめん細工、手づくりバッグ、帽子、トールペイント、シャドウボックスアートなど。時間は午前10時〜午後6時。問い合わせは ☎090・6874・2450(せせぎとよみ)。

応募方法
ハガキに郵便番号、住所、氏名、電話番号を明記し、青いぼすに送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6月4日。
〒040-0063 函館市若松町30-21 株式会社青いぼすと「こっこ茶屋」係

お詫びと訂正
4月27日発行分本欄において誤りがありました。読者の皆様ならびに関係者の皆様にお詫びし、下記の通り訂正します。
記
キッズフェスティバル (誤)午前11時〜午後3時 (正)午前10時〜午後3時
篠笛「花明かりコンサート」 (誤)午前10時〜 (正)午前11時〜午後1時30分〜
以上

新店舗・リニューアル情報

はこだてラーメン横丁 函館家

今年1月オープンした「はこだてラーメン横丁 函館家」は、豚骨ベースのスープを使った家系ラーメンを中心に、鶏ガラスープのあっさりラーメン、北海道各地のこだわりラーメン、ニユーが充実。トッピングは100円からそろい、4種類の麺をはじめ、脂の量、茹で加減、味の濃さを選べるので、自分好みにカスタムできます。まず

は、人気の家系ラーメンを試してみたい(味噌、塩、醤油各850円)。ランチタイムはライス&漬物無料。出前可。ラーメン注文時に「青いぼすと」で「100円トッピング2品」(フットドリンク)「アイススム」のいずれかをサービス(6月25日迄)。11時〜14時、18時〜深夜3時。ほぼ年中無休。
●若松町 18・6 ☎27・7888

編集後記

体調不良で会社を早退すると言ったら(七)記者から、「ニセコでTシャツでスキーを滑るからだと叱られた。翌日は会社を休んで内科に行ったらなんとインフルエンザ。会社を休んでいる間も、(七)記者から叱られたらどうしよう怖かったです。これって、バワハラ? (慎)

陰謀。編集長が私を陥れようとしている。悪い評判を広めようとしている。「ニセコでTシャツでスキーを滑るからだ!」なんて言っていない。「滑るからですよ!」って言ったんです。ちゃんと敬語で言いました! 叱ったなんて誤解です。口調がほんの少しきつかっただけ! (七)

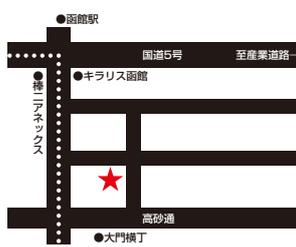
今号に掲載のレシピを家で作ってみようかとさっそくコンビニでサラダチキンを買いました。帰って袋の中を見るとサラダチキンと一緒に肉拭きが、店員さんの鋭い観察眼に私は「調理せずにかじりついて食べる人」と映ったんだぞ? ワイルドだろ? (まい)

毎年、思うんです。今年は細心の注意を払って日焼けをしないように気をつけようって。で、最初は似合わないサンングラスをかけたり、帽子をかぶったり、日傘をさしたりするわけなんです。段々あなになり、しまいはずびんで出かける有様。今年こそ、絶対焼きません。(BP)

キュウリが好きです。まあそれほど積極的に好きではなく、サラダに入っていると嬉しい程度ですが。で、最近知ったのですが、キュウリは最も栄養の多い野菜としてギネス認定されているとか。なんすかね、この大きなお世話な感じ。そういうのは知らせないでほしい。(SS)

毎日長時間車を運転しているの、で、日焼けして沢山シミができてしまいました。特にシミが多くできてしまったのは窓に一番近い左手。そんな私の手にハンドクリームを塗りながら「美味しくなったのかな?」と娘が一言。バナナのシュガースポットじゃないってば! (ガ)

人気アニメに相次いで函館が登場しています。「新幹線変形ロボシンカリオン」には、摩周丸や函館山山頂が登場。「ラブライブ!サンシャイン!!」では丸々2話が函館編となり、アニメで描かれた場所を訪ねるファンが全国から続々と訪れています。サブカルの方はすぞい! (康)



次号予告
6月15日号 鶏肉料理特集
6月29日号 パフェ特集

発行元/株式会社青いぼすと
〒040-0063 函館市若松町30-21
[電話]84-6816 [FAX]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
	佐々木 康弘 Yasuhiro Sasaki
営業 Sales planner	橋本 崇 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、下記の場所に設置しております。青いぼすの未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] カフェくあふおひ

函館市女性センター シエスタハコダテ内[Gスクエア] ふらっとDaimon 函館市民会館

函館市青年センター 函館市中央図書館 北斗市総合文化センターかなで〜

野菜100円ショップ(七飯町本町) 道の駅なないろ・ななえ

