

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 URL aopos.jp Email info@aopos.jp
TEL (0138)84-6816 FAX (0138)27-5001 1991年創刊 毎月2回(中旬・月末)発行

638
2018.6.15

6月28日は「ニワトリの日」

鶏肉という選択

6月28日は「ニワトリの日」。1978年6月に日本養鶏協会などが制定しました。高タンパクで低脂肪の鶏肉は、アスリートなどが毎日の食生活に取り入れているという話題も多く、ヘルシーな食材としてよく知られています。今回は、道南の飲食店で評判の様々な鶏肉料理に注目してみました。この週末はぜひ、様々なジャンルで使われるチキンの魅力をたっぷり楽しんでみてはいかがでしょうか。しょう……。



表紙写真協力/鶏料理専門店 鶏旬

外はパリッと中はジューシー鶏の半身揚げ
グリル塩豚

リーズナブルなメニューが豊富にそろった「グリル塩豚」の鶏肉料理といえは「鶏の半身揚げ」(783円、お持ち帰り793円)が有名。下味をつけてカラッと揚げた熱々の半身揚げは、外はパリッと中はジューシーで程よい塩加減も絶妙。1人前500グラム前後と食べ応えも十分。ビールにも合うこの一品、生ビール付きの「晩酌セット」(1100円)もあります。骨付きチキンフライが2つ付いた「Wチキンフライ」(961円)もお見逃しなく。各ライス、味噌汁付き。11時~20時30分(土・日曜、祝日は15時~17時30分クローズ)。月曜休(祝日は翌日休)。P有。



チキンレッグをスープカレーで

大ぶり、サクサク、スパイシー

味彩食堂

「奥芝商店函館本店」の「チキンレッグカレー」(写真、1010円)は、圧力鍋で茹でているのでスプーンでほぐせるほどに柔らかいのが特徴。その後、別の鍋に移し再度煮込みながら下味を付けているので肉の旨みそのままだに、スープカレーとの相性も抜群。しばしばスープのほか、ごろごろスープ・おおくスープ(ともに1100円)のどのスープでも注文可。鶏肉の旨味とスープカ



鶏肉料理といえ、昭和初期に誕生した「味彩食堂」のザンギははずせないところ。鶏もも肉を大ぶりにカットしたこのザンギは、サクサクの食感と溢れる肉汁、コクのある味わいがクセになる一品。卓上の自家製調味料「蝦夷山椒塩」をかける、スパイシーな風味が加わり、アルコールの相性も抜群。ザンギが4つ付いた「ザンギ定食」(ご飯、味噌汁、漬物付き)は、お腹を空かせて召し上がれ。こ



時間をかけた美味しさ

Balthus(バルテュス)

梁川町の「バルテュス」のディナータイム(LO22時30分)で提供している「とりもも肉のコンフィ」(写真、850円)はいかががでしよう。こちらは低温の油で3時間ほどかけてゆっくりと加熱している



に楽しんでみては、調理に時間がかかる料理なので訪れる際は予約が確実です。11時30分~15時、18時~23時。日曜休。P有。

レールと一緒にご賞味あれ! 平日11時30分~LO14時30分、17時30分~LO21時。土・日曜、祝日は通し営業。無休。P有。

●梁川町7、15 83・1017

の時期は、生ビールと一緒に「ザンギ単品」(3個450円)も間違いない組み合わせ。10時30分~LO20時25分。毎月第4水曜休。P有。

●五稜郭町29、22 87・0501

一緒に味わうのもオススメ。季節の野菜と一緒に

●梁川町10、14 84・6917

今夜は鶏肉のたたきで一杯

焼鳥けいちゃん



自慢の焼き鳥を中心に、厳選した鶏・豚・牛を使った肉料理を幅広く提供する「焼鳥けいちゃん」。人気の「たたき3種盛り」(980円)は、脂の乗り具合や食感が異なる3つの部位(もも・手羽・胸)が味わえるぜいたくな一品。玉ねぎやニンニクなどの薬味を添え、甘みのある九州産の醤油をつけて食べる。心。鶏料理に合う鹿児島産の芋焼酎も各種そろいます。梅肉で食べる磯部揚げ風。鹿兒島県から独自の「とり天」も人気上昇中。17時〜23時。不定休。

●松風町6・14
☎87・2329

これはうまい！ チキン南蛮

洋風ダイニングふじい



港町1丁目・大野新道沿いにある「洋風ダイニングふじい」はフレンチを中心に料理歴40年のオーナーが作る手作りの洋食メニューが人気の店。数あるメニューの中でも人気を集めているのが「チキン南蛮」。時間をかけて下ごしらえしたチキンの食感が秀逸で、それに自家製タルタルソースと黒甘酢ソースがマッチ。思わず白いご飯がすすむ逸品といえる。ランチタイム(11時〜14時)は1070円。水曜休。P有。ライス(おかわり1杯付き)・みそ汁・漬物・ソフ

●港町1・1526
☎62・5055

秋田県比内地鶏の炙り親子丼が大好評！

鶏料理専門店 鶏旬



親子丼といえば、やっぱりこの店！北斗市七重浜にある「鶏旬」で、ランチタイム(11時30分〜14時)限定で提供している「炙り親子丼」(サラダ、味噌汁付き900円)は、秋田県比内地鶏を使ったこの店自慢の逸品で、平日は昼休みのサラリーマン、土・日曜日は家族連れや遠方からやってくる人などで賑わっている。材料の都合により1日10食程度限定。軒！夜の営業は18時〜23時。毎週月曜休。日曜は評なのが、秋田県比内地鶏の鶏ガラを使った「塩ラーメン」(おむすび付き

●七重浜8・3・3
☎48・5253

甘みと食感が魅力、薩摩赤鶏

ウエスタンキッチン



ベルクラシック函館の向かい側の奥まった場所にある「ウエスタンキッチン」は、九州ブランドの純産鶏種・薩摩赤鶏を味わえる店。鹿児島県より直送で仕入れられている新鮮な赤鶏は甘みがあり、引き締まった肉質はほどよい歯ごたえ。自慢のタレで味わう「辛みそ鉄板焼き」(864円)や、肉付きの鶏皮を九州醤油で味わう「薩摩赤鶏の皮ボン」(518円)など、薩摩赤鶏を豊富に提供します。営業時間は17時〜ラスト。無休。飲み放題がリーズナブルな宴会も好評。6月30日まで

●梁川町1820
☎33・6150

夏こそサムゲタン！

韓国健康酒家ビビンバ小屋



サムギョブサルやタッカンマリをはじめとする多彩な韓国料理で人気の「ビビンバ小屋」。同店のおすすめ鶏肉料理は、韓国では専門店もあるほどポピュラーな「参鶏湯(サムゲタン)」(1990円)です。ひな鳥の中に、もち米、高麗人参、ナツメグ、松の美など、栄養豊富な具材を入れて2日間煮込んで仕上げたのが同店のサムゲタン。冬のあったか料理と思いきや、韓国では日本という「うなぎ」的な位置付けで、そうで、夏バテ防止のスタミナメニューだそう。サム

●美原3・26・11
☎47・6669

鶏肉と卵を使った看板メニュー

ビーズビー



ニワトリ、鶏肉の料理といえばオムライスもはずせません。柏木町の洋食レストラン「ビーズビー」の「オムデミライス」(ランチタイムはスープ、サラダ、デザート、ドリンク付き1188円、デイナータイムは単品1026円)は、ケチャップ、白ワイン、隠し味の醤油で味付けした国産鶏モモ肉を使ったチキンライスを、毎朝届けられる新鮮卵で仕上げ、仕上げに仕上げながら煮込んだ自慢のデミグラスソースで味わう逸品。鶏肉料理はほかに

●柏木町39・3
☎51・7881

HEADLINE

五稜郭地区の貴重なランチどころ！

ドーマーイン函館五稜郭1階

ランチビュッフェ始めます 旬菜しゃぶしゃぶ葉な彩(はないろ)

素材にこだわった質の良いお肉とシャキシャキの新鮮野菜で人気を集める『旬菜しゃぶしゃぶ 葉な彩(はないろ)』が、6月20日(水)から待望のランチビュッフェ(1944円)をスタート。お肉は、牛肩ロース、鶏もも、道産豚のバラ・肩ロース、ラム



ロールの4種類をテーブルオーダー制で提供。鮮度抜群のお肉を注文を受けてからその都度切り出すので、おいしさに違いがはっきり表れます。地元農家から仕入れた野菜各種や豆腐、日替わりの副菜、そば、デザートも取り放題。時間も90分と長めなので、会話を楽しみながら落ち着いて食事が楽しめます。

ビュッフェのほか、生姜焼き・メンチカツ・すき焼きなどの肉料理がメインの日替わり定食(864円)をはじめ各種定食もあり、友人グループでの会食やママ会から忙しいビジネスマンのお昼ご飯まで幅広く対応してくれる、五稜郭地区の貴重なランチどころです。

営業時間はランチタイムが午前11時30分～午後2時、ディナータイムは午後5時30分～午後10時。毎週日曜日定休。

●本町29-26 ドーマーイン函館五稜郭1階 ☎84-1711



おいしい新鮮野菜をリーズナブルに 朝もぎ野菜ダイニング彩り家

彩り豊かな野菜を使ったリーズナブルな料理が楽しめる「朝もぎ野菜ダイニング 彩り家」。12種類のパスタその月のお勧めパスタの中から好きなものを選び、それにサラダ、前菜3品、ドリンク、デザート3点盛りが付いて1480円のランチセットが好評です。

6月のお勧めパスタは、地物野菜をふんだんに使った「夏野菜のパスタ」。初夏の日差しをいっぱい浴びて育った栄養価満点の野菜を食べて、暑い夏に向けてカラダの調子を整えておくのはいかがでしょう。

営業時間は午前11時30分～深夜0時。(ランチフードLO午後1時30分、ディナータイムは5時30分～LO11時30分)。毎週日曜日はランチタイム(午前11時30分～午後2時)のみ営業。毎週月曜日定休。

●本町29-26 ドーマーイン函館五稜郭1階 ☎53-0022



身近にある最先端の海洋研究を読みやすく

北海道立 松石隆さん

北大水産学部の前身である函館高等水産学校が設置されたのが昭和10年のこと。そこから80年以上にわたって函館で最先端の研究を続けてきた同学部だが、どのような研究が行われているかは意外と市民に知られていない。

「北大水産学部は海洋では世界最先端の研究を数多く手がけています。そのワクワク感やライブ感を多くの人たちに伝えたいと考えて『北水



介できるわけではないので、11名の先生たちには、『予告編』のような形をお願いしました。今後刊行する中で、それを掘り下げるような形になっていく予定です。」
この一冊だけで、海洋研究において世界で類を見ない数多くの研究を手がける北大水産学部の全てを知ることはできないが、その深く幅広い知識の入口に立つという意味では、非常に手軽な方法だ。
12ページで写真も多し、28ページなので、簡単に読めるようになっています。多くの人に手にとっていただきたいのですが、特に市内の中高生に読んでもらい、地域にある世界の第一線をもちと知ってもらいたい。」
北水ブックス第一巻の発行は8月6日。北大水産学部で行われている研究を分かりやすく紹介し、海洋研究の最前線に触れられる内容で、今後も定期的に行行される予定。定価1,800円＋税。詳細は、海文堂出版株式会社 ☎03・3815・3291。

今月のおすすめスイーツ

自家製ワッフルコーンのソフトクリーム

梁川町のテアオーデパート隣にあるパン、具材、ソースを選べるサンドイッチのお店「グルマンカンタ」。同店の「ソフトクリーム」(400円、毎週木曜日は300円)は、大沼の山川牧場自然牛乳で作ったミルクィなクリームと、注文を受けてから焼きあげる自家製ワッフルコーンのサクッと軽い食感が特徴的。キャラメル、ラズベリー、チョコの定番3種類のオリジナルソースと、8月いっぱいまでの期間限定フレーバーのパッションマンゴーソースが用意されており、好きな味をトッピングできるのもポイント。このソフトクリームを使ったパフェ(4種類各500円)も人気。ソフトクリーム、パフェはいずれもテイクアウトできます。8:00～19:00。水曜休。P有。

●梁川町10-24 ☎33-5501



グルマンカンタ「ソフトクリーム」

青ぽの目

熟思黙想

▼アレヒ離れが顕著だというインターネットの普及など娯楽の多様化が主な理由なのだとか。いまとなっては、トレンディドラマ全盛期なんていわれなくなった時代が懐かしい。▼トレンディドラマの名作の中には毎週放送されていたものばかり、年に何回か放送されていたものもある。僕は年に1〜2回、秋冬に放送されていた「季節はすれの海岸物語」というシリーズのドラマが好きだった。「懐かしい」と思った人はきっと僕と同世代。頭の中でユーミンの『アスファニー』のイントロが流れたはまだ(笑)。▼4月下旬、人生で初めてのインフルエンザ感染である週末は釣りに行こうと決めていた矢先の発症だったのでっかりしたが、抗インフルエンザ薬のおかげなのか発症から2〜3日経過後は熱も下がりがり、ベッドでゆっくり物思いにふけることができた。気づくと今年に入ってから東京出張や書籍の出版などでゆっくり物思いにふける時間などほとんどなかった。ので、思いがけず気持ちにゆとりがある時間を神様からいただいたような感じがした。▼職場では、毎日ほとんど何かをじっくり考える時間もなく文案やグラフィックデザインを作っている僕だが、やはり必要にはじっくり何かを考える時間が必要だと痛感した。実際、病気が完治して職場に復帰した時は、頭の中のアイデアの引き出しが何となく増えた気がした。高松時代は授業についてゆけて、いつもの授業中にぼーっと物思いにふけていたのだが、考えてみればその頃によく考えていた「オレは何のために生まれてきたのだろう」といったような思考が、現在の仕事に多少なりとも役立っているような気がする。▼必要な情報がないアルタイムで手に入る時代、年に1〜2回のスペシャルドラマをオンエアの数日前から心待ちしていた頃のようなスロウな時の流れに身を任せ、たまにはぼーっと物思いにふける時間を持つことも、私達人間にとっては大事なことではないかと病欠中にも、考えた。▼現在、体調も良くなってすっかり元気になった僕は、心待ちしていた春の釣りに没頭している。釣れない時は、魚が考える時間を与えたくれたと思えばいい」とは、アーネスト・ヘミングウェイの名言。かの作家も物思いにふける時間を大切に思っていたに違いない。(慎)



毎日のお料理がグ〜ンと楽しく快適になるキッチンリフォームはいかがですか? 一般家庭のリフォームで定評の「リ・ウィンド」では、株式会社リ・ウィンドのシステムキッチン「アレスタ」(写真①)を提案しています。このシステムキッチンの特徴は、まずシンク内に2枚のプレートを並べたり2段にすることで、シンク内に調理スペースなど

毎日のお料理がグ〜ンと楽しくなります!

リ・ウィンド



どこかでゴスペルを聴いて、その迫力に感動した人も少なくないはず。そんなあなたも憧れのゴスペルのメンバーになりませんか? ゴスペルシンガーのジョン・ルーカスがディレクターを務める「HKG函館きぼうゴスペルクラブ」は現在、メンバーを集めています。ルーカスさんは仙台市で活動していた頃に東日本大震災で被災。函館在住の知人がルーカスさんを函館に呼び寄せたことがきっかけで、2014年に結成されたのがこのグループ。初心者も歓迎で、入会金および月謝はそれぞれ4500円。7月19日、



ゴスペルの素晴らしき世界へ、あなたも!

HKG函館きぼうゴスペルクラブ

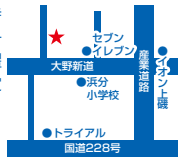
食べると元気モリモリのランチ!

三條屋カフェ



ランチのひと時からケーキやティークアウトなど、色々な楽しみ方ができる北斗市追分の『三條屋カフェ』。この店のランチタイムは午前11時30分〜午後2時(土・日曜日、祝日は午後3時迄)で、全5種類のメインが選べて各ドリンク付き。最近特に人気上昇中のメインは、「サイコロステーキのガーリックライス」(写真、サラダ、スープ、ドリンク付き1000円)。ほどよい味付けのガーリックライスはお好みで上についた水菜を混ぜ合わせて食べると味も食感も自分好み楽しめる。ステーキは柔らかくボリューム満点。美味しさはもとより、食べるとなんとなく元気が出る1品だ。営業時間は午前11時30分〜午後7時(LO/午後6時30分)。毎週月曜日、毎月第1・3日曜日定休。駐車場有。

●北斗市追分2-53-6
☎49-3038



函館っ子の青春の味

担当/ (SS) 記者

変わらない味。変わらない満足感。

みなと食堂

ランチタイムのみならず、一日中飛び交う「骨なし」という言葉。コレ、今も昔も変わらない「みなと食堂」の名物メニュー「からあげ定食」(700円)のことなんです。しっとり系の衣のまとった超ジューシーな仕上がりで数多くのファンを持つ、オンリーワンの定番メニューとして知られるコチラ。筆者などは、高校生時代に出会ってから30年近く経過してなお定期的に食べたくなる一品なのです。お腹まわりが気になる最近では、ご飯大盛りをガマンしなければならないのが哀しいですが、普通盛りでも大満足な人気食堂の定番メニューをぜひ! 営業時間は午前11時〜午後2時30分、午後4時30分〜午後7時30分。毎週月曜日定休。

●港町3-14-10 ☎42-0526



洋裁教室生徒募集!

洋服のリフォーム・お直し、オーダーの「リフォーム」は、初心者から熟練まで、タンスに眠っている洋服や和服をリメイクして、新しいアイテムを作り変えることもできます。もちろん、お子さんに手作りの洋服を作りたい人や子供服



リフォーム松永

リメイクしたい人も歓迎。詳しくは、電話でお問い合わせください。洋服のリフォームは「パンツ丈つめ」(650円)、「スカート丈つめ」(ウエストつめ)(各1550円)のほか、和服のリメイク、ニット、オーダーなどを承っています。



コース新設、出会いを支援

カップル誕生を支援している「函館婚活支援センター」は、利用者の要望に答えて「お友達コース」と「結婚コース」の2種類のコースを新設しました。「お友達コース」は、将来的には結婚まで発展する可能性があっても、まずは友達としての交際を重視したいという人へ向けたコース。「茶飲み友達を作りたい」と考える人や「今は結婚まで交際を避けたいけれど、交際を通して人生を充実させたい」と思う人にピッタリです。「結婚コース」は1対1の落ちつきと結婚相手を



人に最適なコース。十分な聞き取り調査をした上で、相応しい人を紹介します。どちらのコースも、相手にプロフィールなどを説明し、両者がお互いに出会いを希望した場合に引き合わせます。料金は1回の引き合わせにつき1万円。

函館婚活支援センター

入会金やその他一切の費用はかかりません。同センターでは、「日本国籍を持った健康で善良な人であること。また、自分の希望を叶えること。重点を置いて交際や結婚を望むものではなく、相手幸せにすること。十分な努力ができること。などの一定の入会資格を設けており、会員については「年収や履歴だけでは表せない、人間としてのクオリティの高さが誇りです」と所長である大野さんは話しています。自分に合った素敵な出会いを考えてみませんか? 詳しくはお気軽に左記までお問い合わせください。

●富岡町3、24-32
☎080-4041-1337

赤川交番の思い出

産業道路と赤川通を結ぶ交通量の多い交差点に存在して市民の安全を長年見守ってきた赤川交番が、今年4月13日に廃止になった。小学校1年生から高校1年生までをこの境界で過ごした僕にとって赤川交番は思い出深い交番だ...

高校1年生の時に悪いことをして、赤川交番に呼び出されて取り調べを受けた。テレビドラマの犯人の取り調べみたいにこっぴどく怒鳴られるのかと思ったが、担当の2人の若い警察官は僕に優しくお説教してくれた。警察官の1人がセブンスターをうまそうに吸っているのを横目に、「オレも吸いてえな〜」と思った。全く反省の色もなく、警察官の言葉に「ハイハイ」と答えていた時に、母親が僕を迎えにきた。

2人の警察官に何度も何度も頭を下げて、「息子が本当に申し訳ありませんでした」と、目にうっすらと涙を浮かべながら謝り続ける母親の姿を見て、初めて自分がやらかしたことの重大さに気づいた。

大人になってからも赤川交番の近くを通るたびに、警察官に何度も頭を下げていた母親の小さな背中を思い出した。あれから随分、長い月日が流れた。母親が亡くなった年齢にだんだん近づいてきた頃になって、ずいぶん母親に迷惑をかけてしまったことを悔やんでいる。あの頃の僕はなぜ、真面目に生きることができなかったのか？

一部のみにきつと役立つホンヤモノ

本を読まない人のための本屋 ワンダフルワールド！
店主・上村佳樹
●七重浜4-39-1 ☎48-5201

アレルギーをなめると救急病院送りになります

うちの母はポロポロの赤ちゃん捨て猫を見つけると拾ってくるので、僕は幼い頃から猫と共に暮らしてきました。しかしどうやら僕は猫アレルギーらしく、ずっと目のかゆみや鼻のモゾモゾに悩まされてきました。年々アレルギーはひどくなる一方で、この間帰省したときには実家に泊ってられないレベルになりました。

僕には食物アレルギーもあり、アレルギーが特定できずストレスだったのもあって、先日36項目アレルギー検査をしました。結果を見て驚いたのは、猫アレルギー→反応なし。ハウスダストとダニ→反応あり、というもの。

歴代の猫ちゃん、40年近くアレルギーをキミたちのせいにしてごめん。そしてオカン、頼むからもっとちゃんと家の掃除をしてくれ。



キャアアア！
KADOKAWAエンターブレイン 鴻池剛 1000円+税
飼い主の思惑通りにならない自由奔放な猫「ぼんた」の、ちよっとシュールなギャグエッセイ漫画。



毎日ぐっすり眠れているか？心地良い眠りのために、毎日使っている布団を一度リフォームしてみませんか？

「タジマ寝具」の「羽毛布団リフォーム」は、綿布団打ち直しは、サイズや重さを替えて、自分に合った羽毛布団にします。敷き布団の場合は、軽くつぶれにくく暖かくて扱いやすいように作り替えます。布団がキレイになるのはもちろん、気持ちよく眠れて使い勝手が良くなるのが同店のリフォームの大きな魅力です。

羽毛布団リフォームは2万1060円。布団の打ち直しは掛・敷各8424円。布団丸洗

向かい
☎相談フリーダイヤル
0120・846・843
ホームページ「やすらぎショップタジマ」で検索

創業93年という長年の実績と知識に基づいた信頼の技術と、豊富な経験に裏打ちされた的確なアドバイスで多くの支持を得ている。テレビCMでもおなじみの「小野寺住設」から、快適と節水を両立した混合栓と、高性能便座のお知らせです。



TOTO台所ワンホール混合栓
パナソニック「ビューティートワレ」

従来のシングルレバー混合栓より、使いやすく環境にやさしいTOTOの「エコシングル」シリーズを特価で販売。同シリーズのモデルは、レバーの水と湯の境に「カチッ」というクリアな感覚を設け、水と湯を無駄なく使い分けて光熱費の節約につながります。

価格は「TOTO台所ワンホール」混合栓

通常7万8000円のところ、税込3万2400円標準工事費込、先着30台限り。いずれも数に限りがあるのでお早めに！
●美原3・1・5「フリーダイヤル」
0120・7550・750

創業93年という長年の実績と知識に基づいた信頼の技術と、豊富な経験に裏打ちされた的確なアドバイスで多くの支持を得ている。テレビCMでもおなじみの「小野寺住設」から、快適と節水を両立した混合栓と、高性能便座のお知らせです。

創業93年という長年の実績と知識に基づいた信頼の技術と、豊富な経験に裏打ちされた的確なアドバイスで多くの支持を得ている。テレビCMでもおなじみの「小野寺住設」から、快適と節水を両立した混合栓と、高性能便座のお知らせです。

創業93年という長年の実績と知識に基づいた信頼の技術と、豊富な経験に裏打ちされた的確なアドバイスで多くの支持を得ている。テレビCMでもおなじみの「小野寺住設」から、快適と節水を両立した混合栓と、高性能便座のお知らせです。

創業93年という長年の実績と知識に基づいた信頼の技術と、豊富な経験に裏打ちされた的確なアドバイスで多くの支持を得ている。テレビCMでもおなじみの「小野寺住設」から、快適と節水を両立した混合栓と、高性能便座のお知らせです。

やって良かった「羽毛布団リフォーム」

眠りを伝えるタジマ寝具

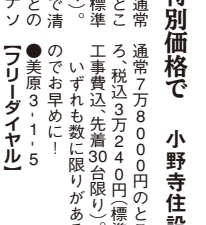
替えるなど使い勝手も工夫が、1人ひとりの好みに合わせてリフォームできる点が好評です。

古くなった羽毛布団は、羽毛を完全洗浄して足し羽毛をします。さらに生地を替え、サイズや重さをオーダーして自分に合った羽毛布団にします。敷き布団の場合は、軽くつぶれにくく暖かくて扱いやすいように作り替えます。布団がキレイになるのはもちろん、気持ちよく眠れて使い勝手が良くなるのが同店のリフォームの大きな魅力です。

羽毛布団リフォームは2万1060円。布団の打ち直しは掛・敷各8424円。布団丸洗

向かい
☎相談フリーダイヤル
0120・846・843
ホームページ「やすらぎショップタジマ」で検索

創業93年という長年の実績と知識に基づいた信頼の技術と、豊富な経験に裏打ちされた的確なアドバイスで多くの支持を得ている。テレビCMでもおなじみの「小野寺住設」から、快適と節水を両立した混合栓と、高性能便座のお知らせです。



TOTO台所ワンホール混合栓
パナソニック「ビューティートワレ」

従来のシングルレバー混合栓より、使いやすく環境にやさしいTOTOの「エコシングル」シリーズを特価で販売。同シリーズのモデルは、レバーの水と湯の境に「カチッ」というクリアな感覚を設け、水と湯を無駄なく使い分けて光熱費の節約につながります。

価格は「TOTO台所ワンホール」混合栓

通常7万8000円のところ、税込3万2400円標準工事費込、先着30台限り。いずれも数に限りがあるのでお早めに！
●美原3・1・5「フリーダイヤル」
0120・7550・750

創業93年という長年の実績と知識に基づいた信頼の技術と、豊富な経験に裏打ちされた的確なアドバイスで多くの支持を得ている。テレビCMでもおなじみの「小野寺住設」から、快適と節水を両立した混合栓と、高性能便座のお知らせです。

創業93年という長年の実績と知識に基づいた信頼の技術と、豊富な経験に裏打ちされた的確なアドバイスで多くの支持を得ている。テレビCMでもおなじみの「小野寺住設」から、快適と節水を両立した混合栓と、高性能便座のお知らせです。

創業93年という長年の実績と知識に基づいた信頼の技術と、豊富な経験に裏打ちされた的確なアドバイスで多くの支持を得ている。テレビCMでもおなじみの「小野寺住設」から、快適と節水を両立した混合栓と、高性能便座のお知らせです。

創業93年という長年の実績と知識に基づいた信頼の技術と、豊富な経験に裏打ちされた的確なアドバイスで多くの支持を得ている。テレビCMでもおなじみの「小野寺住設」から、快適と節水を両立した混合栓と、高性能便座のお知らせです。



美しい字と豊かな心を育てる書道

品し、師範・段・級の認定をしてもらうシステム。また、全国書初大会や全国書道コンクール、全書芸展にも出品しています。

月謝は一般で漢字3000円、かな3000円、細字3000円。子供は2500円、ペン習字2600円、ボールペン習字2600円と負担の少ない設定となっております。入金も免除されています。

五稜郭町34・7
（函館美術館裏通り）
駐車場有
☎53・0961

創業93年という長年の実績と知識に基づいた信頼の技術と、豊富な経験に裏打ちされた的確なアドバイスで多くの支持を得ている。テレビCMでもおなじみの「小野寺住設」から、快適と節水を両立した混合栓と、高性能便座のお知らせです。



TOTO台所ワンホール混合栓
パナソニック「ビューティートワレ」

従来のシングルレバー混合栓より、使いやすく環境にやさしいTOTOの「エコシングル」シリーズを特価で販売。同シリーズのモデルは、レバーの水と湯の境に「カチッ」というクリアな感覚を設け、水と湯を無駄なく使い分けて光熱費の節約につながります。

価格は「TOTO台所ワンホール」混合栓

通常7万8000円のところ、税込3万2400円標準工事費込、先着30台限り。いずれも数に限りがあるのでお早めに！
●美原3・1・5「フリーダイヤル」
0120・7550・750

創業93年という長年の実績と知識に基づいた信頼の技術と、豊富な経験に裏打ちされた的確なアドバイスで多くの支持を得ている。テレビCMでもおなじみの「小野寺住設」から、快適と節水を両立した混合栓と、高性能便座のお知らせです。

創業93年という長年の実績と知識に基づいた信頼の技術と、豊富な経験に裏打ちされた的確なアドバイスで多くの支持を得ている。テレビCMでもおなじみの「小野寺住設」から、快適と節水を両立した混合栓と、高性能便座のお知らせです。

創業93年という長年の実績と知識に基づいた信頼の技術と、豊富な経験に裏打ちされた的確なアドバイスで多くの支持を得ている。テレビCMでもおなじみの「小野寺住設」から、快適と節水を両立した混合栓と、高性能便座のお知らせです。

創業93年という長年の実績と知識に基づいた信頼の技術と、豊富な経験に裏打ちされた的確なアドバイスで多くの支持を得ている。テレビCMでもおなじみの「小野寺住設」から、快適と節水を両立した混合栓と、高性能便座のお知らせです。

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ませんか？

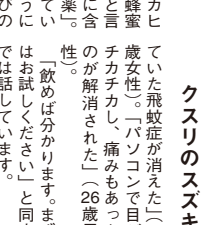
全日本書芸文化院常任理事を務める北野照碩先生が、美しい文字を目指す書道として書道習得したい人、師範位を習得したい人などに指導を行っており、6歳〜82歳までの幅広い受講生に筆を持つ喜びや楽しさを伝えています。

週1回のレッスンのほもちろん、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ます。

月謝は一般で漢字3000円、かな3000円、細字3000円。子供は2500円、ペン習字2600円、ボールペン習字2600円と負担の少ない設定となっております。入金も免除されています。

五稜郭町34・7
（函館美術館裏通り）
駐車場有
☎53・0961

創業93年という長年の実績と知識に基づいた信頼の技術と、豊富な経験に裏打ちされた的確なアドバイスで多くの支持を得ている。テレビCMでもおなじみの「小野寺住設」から、快適と節水を両立した混合栓と、高性能便座のお知らせです。



TOTO台所ワンホール混合栓
パナソニック「ビューティートワレ」

従来のシングルレバー混合栓より、使いやすく環境にやさしいTOTOの「エコシングル」シリーズを特価で販売。同シリーズのモデルは、レバーの水と湯の境に「カチッ」というクリアな感覚を設け、水と湯を無駄なく使い分けて光熱費の節約につながります。

価格は「TOTO台所ワンホール」混合栓

通常7万8000円のところ、税込3万2400円標準工事費込、先着30台限り。いずれも数に限りがあるのでお早めに！
●美原3・1・5「フリーダイヤル」
0120・7550・750

創業93年という長年の実績と知識に基づいた信頼の技術と、豊富な経験に裏打ちされた的確なアドバイスで多くの支持を得ている。テレビCMでもおなじみの「小野寺住設」から、快適と節水を両立した混合栓と、高性能便座のお知らせです。

創業93年という長年の実績と知識に基づいた信頼の技術と、豊富な経験に裏打ちされた的確なアドバイスで多くの支持を得ている。テレビCMでもおなじみの「小野寺住設」から、快適と節水を両立した混合栓と、高性能便座のお知らせです。

創業93年という長年の実績と知識に基づいた信頼の技術と、豊富な経験に裏打ちされた的確なアドバイスで多くの支持を得ている。テレビCMでもおなじみの「小野寺住設」から、快適と節水を両立した混合栓と、高性能便座のお知らせです。

創業93年という長年の実績と知識に基づいた信頼の技術と、豊富な経験に裏打ちされた的確なアドバイスで多くの支持を得ている。テレビCMでもおなじみの「小野寺住設」から、快適と節水を両立した混合栓と、高性能便座のお知らせです。

目のトラブルはありますか？

白内障、緑内障、かすみ、目、飛蚊症、目の乾き、目の使いすぎ、疲れ目などの症状がグーンと改善されると評判の商品が「クスリ」の「ススキ」で購入できます。

「クスリ」の「ススキ」は、鯉から取れる鯉魚胆の濃縮乾燥粉末、真珠貝粉末、高麗人参、ハツ目鯉、フカヒレ、レコク菜、小麦胚芽、蜂蜜など、昔から目に良いと言われてきたものが豊富に含有され、まさに「食べる目薬」。

「クスリ」の「ススキ」は、鯉から取れる鯉魚胆の濃縮乾燥粉末、高麗人参、ハツ目鯉、フカヒレ、レコク菜、小麦胚芽、蜂蜜など、昔から目に良いと言われてきたものが豊富に含有され、まさに「食べる目薬」。

「クスリ」の「ススキ」は、鯉から取れる鯉魚胆の濃縮乾燥粉末、高麗人参、ハツ目鯉、フカヒレ、レコク菜、小麦胚芽、蜂蜜など、昔から目に良いと言われてきたものが豊富に含有され、まさに「食べる目薬」。

「クスリ」の「ススキ」は、鯉から取れる鯉魚胆の濃縮乾燥粉末、高麗人参、ハツ目鯉、フカヒレ、レコク菜、小麦胚芽、蜂蜜など、昔から目に良いと言われてきたものが豊富に含有され、まさに「食べる目薬」。

「クスリ」の「ススキ」は、鯉から取れる鯉魚胆の濃縮乾燥粉末、高麗人参、ハツ目鯉、フカヒレ、レコク菜、小麦胚芽、蜂蜜など、昔から目に良いと言われてきたものが豊富に含有され、まさに「食べる目薬」。

「クスリ」の「ススキ」は、鯉から取れる鯉魚胆の濃縮乾燥粉末、高麗人参、ハツ目鯉、フカヒレ、レコク菜、小麦胚芽、蜂蜜など、昔から目に良いと言われてきたものが豊富に含有され、まさに「食べる目薬」。



クスリのススキ

クスリのススキ

クスリのススキ

クスリのススキ

クスリのススキ

クスリのススキ

クスリのススキ

クスリのススキ

クスリのススキ

クスリのススキ

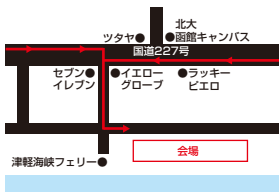
クスリのススキ

クスリのススキ

クスリのススキ



5000に統一して提供します。



年に1度の中古車の祭典・大中古車博の会場が同時開催される「第5回来て、食べて、感動回館とんぶり博2018」が6月16、17日の2日間、港町・津軽海峡フェリー隣の特設会場が開かれます。

中古車博のイベントとして例年開催されているフリーイベントで、普段はなかなか食べに行けなかった有名店や人気店のどんぶりや、堂に楽しんでいた「ゴン」や「コン」が「コン」で、お見逃しなく。

CLOSE UP
好評のグルメイベントが今年も！
回館とんぶり博2018



開催時間は両日とも午前11時～午後4時。掘り出し物の中古車をお探しの人も、有名店の美味しいどんぶりを食べたいという人も、楽しんでワクワクするこの2日間をぜひお見逃しなく。

Delicious Spot caferest axis(アクシス)

素敵な味との出会いが楽しいな軒



カジュアルに本格イタリアンを楽しめる「アクシス」は、四季に合った食材と調理法で素材の持ち味を最大限に引き出す料理を提供しています。特に、地元の野菜や自家栽培

の野菜を使った料理は評判。

落ち着いた雰囲気の内でも魅力のひとつで、ゆったりとしたソファ席でゆっくりと食事を味わえます。

ランチセット(1200円～)のおすすめ「Bセット」(1500円)は、旬の味を堪能できる本日の前菜、メインは本日のパスタorピッツアorお肉から1品セレクト、自家製パン、本日のドルチェ、ドリンクが付いたメニュー。取材時の「トマトソースのパスタ」は、酸味と甘みのバランスが絶妙な自家製トマトソースが絶品。パスタはもちろん、生地から手作りのピッツアにお肉料理と、どれも味わってみたい…という人は「大皿おまかせ取り分けコース」(1人2000円、2人～、昼夜有)が最適。

ディナータイムは、セット(1800円)、コース(3000円)のほか、パスタメニュー(各1200円)、ピッツアメニュー(800円～)と充実。

そのほか、手作りにこだわったカフェタイムのスイーツも評判なので、ぜひこちらもぜひお見逃しなく。

その日その日の味との出会いが楽しいな1皿があるこの店にぜひ、足を運んでみては…。

- ランチ11:00～LO14:00、カフェ14:00～17:00
- ディナー17:00～LO20:00
- 水曜休 ■P有
- 五稜郭町35-1 ホーム企画ビル1階 ☎31-6222

連載 未来の話をしよう 著/山崎 藍 (はこだてセカンドスクール) 2.弁証法的視点のもう一つのメリット



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。2015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。2018年度は札幌北高校をはじめ、第一志望校全員合格。

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 サツドラ宝来店向かい
お問い合わせ・お申し込み ☎51-1766

前回、弁証法的視点を持つことの有用性について書きました。弁証法とは、ある考えを持った時に、それに反する考えをあえてつづけることにより、自分の考えの悪い点が見えたり、その2つを合わせてより良い考えが生まれるというものです。弁証法のもう一つのメリットは、自分の意見と違う考えに対して柔軟に対応できるような中にも、まず自分の中にもう一つ反対の考えを持つことに慣れること。他者から自分の意見に反論されても、それを排除しようとは思わず、むしろ民主主義とは多様な意見を持つ人々が共に生きる社会であること。民主主義とは多様な意見を持つ人々が共に生きる社会であること。民主主義とは多様な意見を持つ人々が共に生きる社会であること。民主主義とは多様な意見を持つ人々が共に生きる社会であること。

はこだて医療情報 医療法人社団美原腎泌尿器科院長 田崎雅敬



念のためにトイレに行くのは悪い習慣？

家を出る前に念のためおしっこをしておこう。途中で出たくなったら困るから列車に乗る前にトイレへ寄っておこう。

実はこれ、頻尿の原因となる悪い習慣であることが分かってきました。膀胱は主に筋肉でできており、尿を出すのも貯めるのも、この筋肉の運動によって行われます。まだまだお若いのに念のためにトイレに行く、言い換えれば非常に少ないおしっこでトイレに行くということは、膀胱の尿を貯める筋肉運動をさぼっていることになるのです。

それともうひとつ悪い習慣があります。おしっこがしたくなったらすぐにトイレへ行く習慣です。念のためトイレに行く場合に比べればまだ少しは貯めていると言えますが、おしっこがしたいと感じる尿量は約200mlです。成人膀胱の最大容量は約500mlですから、この場合もやはり尿を貯める筋肉運動をさぼっていることになりす。

このように膀胱の尿を貯める運動をさぼり、少ないおしっこで排尿する習慣が毎日のように繰り返されると、当然のことながら膀胱の尿を貯める筋肉は衰え、やがておしっこが十分に貯められない状態、つまり頻尿になってしまいます。

念のためトイレに行かない、おしっこがしたくてもすぐには行かない、そしておしっこを少し我慢してからトイレに行くようにする。おしっこの我慢は「膀胱訓練」とも呼ばれ膀胱機能障害の治療にも用いられています。頻尿にならないようにするためにも、あるいはすでに頻尿で困っているならなおさらのこと、おしっこの我慢を始めてみましょう。ただし注意も必要です。おしっこの我慢も極端に過ぎると痛みや排尿困難などトラブルを生じることがあります。余裕のある範囲の我慢から始めてください。また、頻尿の原因はさまざまであり、中には排尿障害や膀胱痛など重大な病気が原因となっていることもあります。我慢を続けても症状が改善しないときや排尿困難や残尿感、痛みや出血など頻尿以外の症状がある場合には泌尿器科を受診しましょう。問診と超音波検査などの簡単な検査により診断、治療が可能です。

●美原2-13-8 函館メディカルビル3階 ☎46-5657

ドクター講座 向山歯科桔梗クリニック院長 向山英明



「入れ歯」でお困りのことはありませんか？

やむを得ず歯を失い、入れ歯(義歯)を使用することになったときに、違和感がなかなか取れない方が多くいらっしゃいます。入れ歯(義歯)は歯の喪失数が増すにつれて徐々に大きなものへと移行していきま。す。ですから、いきなり大きな入れ歯(義歯)を口腔内に入れるようなことになると、慣れるまでに時間とストレスがかかることとなってしまいます。小さな入れ歯(義歯)から使用し、徐々に慣れていくことをお勧めいたします。

入れ歯(義歯)を入れて「物を噛むと痛い」「入れただけでも痛い」という症状の方は、どこかに不適合なところがあるはず。かかりつけの歯科医師に入れ歯(義歯)の調整をしてもらってください。「痛み」は慣れることはありません。痛くないように噛むように工夫して食べるようになり、正しい顎の位置で食べられなくなりますので、我慢せずに歯科医院を受診してください。

「食べ物の味が変わった」とおっしゃる方がいらっしゃいます。入れ歯の材料のプラスチック部分や、金属部分に味を感じる場合はよほどのことがない限り「慣れ」で解消できますが、残っている歯があり、その治療に何種類もの金属が入っていると金属イオンに遊離が起こります。これは「慣れ」では克服できません。

「発音しにくくなった」とおっしゃる方は、入れ歯を装着すると「舌」の動きがこれまでのようにならなくなってしまいますので発音しにくくなります。しかし、これは「慣れ」することで克服できます。

「上顎の総入れ歯(義歯)が落ちる」とお悩みの方がいらっしゃいます。上顎の総入れ歯(義歯)は、吸盤のように上顎粘膜に吸着して固定されています。前歯部分で強く噛みしめると入れ歯(義歯)が転覆し、奥の床縁部から空気が入り外れます。これは入れ歯(義歯)を外すときと同じ仕組みです。しかし、どこで噛んでも外れる方は入れ歯(義歯)の調整が必要です。かかりつけの歯科医院にご相談ください。

●桔梗4-15-13 ☎46-8811

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

届くとすぐに

函館に来て1年が経ちますが、初めは函館人のものという気がしていましたが、今は届くとすぐに目を通し楽しんでしまっています。

も読みやすく役立ち内容だと思えました。(川原町、K・H)
*ありがたうございます。保存版としてぜひご活用ください。

続けてください

私はいつも青ほの目を待ち遠しく拝読しております。自分にとっても思い当たるものがたくさんあります。これからも続けてください。

は上村氏のコラムが大のお気に入り。店内(ワンダフルワールド)のPOP同様独特で個性あふれるコメントに思わず微笑んでもうす。これからもユニークなグッズを紹介してください。(本通、Y・K)

お知らせ

松川町・W *ご愛読ありがとうございます。書籍「青ほの目」もよろしくお願ひします。

美味い食べ物屋さん。これからもたくさん紹介してください。(東山、T・M)

役立つ内容

今回の「暮らしの手引き相談窓口ガイド」(4月13日号)は、とてもわかりやすく保存版として利用できるの先良かったです。連絡先

たっさん紹介して。美味い食べ物屋さん。これからもたくさん紹介してください。(東山、T・M)

お知らせ アニメーション無料上映会が6月23日にアニメーションの無料上映会「アニメーション」

ジョン・トラバースが、6月23日に北海道立函館美術館講堂で開催される「新千歳空港開港50周年記念」の「新千歳空港国際アニメーション映画祭」が、今年で5周年となることを記念し企画されたもので、子どもから大人まで楽しめる世界のアニメーション8作品の上映と、北海道情報大学准教授であり、映像作

【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『アクシス』より、1000円分の食事券を5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、青いぼすとに對するご感想もたつ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25日。

〒040-0063 函館市若松町30-21 株式会社青いぼすと「アクシス」係

家の大島慶太郎氏のトークプログラムによる「Aプログラム」(午前10時30分~午後11時)の「Bプログラム」(午前11時40分~昼12時20分)の2部構成。入場無料。詳細は新千歳空港国際アニメーション映画祭実行委員会事務局 ☎011-206-1280 (平日午前10時~午後6時)まで。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。

新店舗・リニューアル情報

ワフワフツッフル

サクサクふわふわで口当たり軽いブリュッセルタイプのベルギーワフツッフルと、スムージーを提供するカフェ「ワフワフツッフル」が梁川町にオープンしました。ワフツッフルはシングル(240円)、ダブル(360円)、トリプル(480円)など枚数を選び、ソース(3種類各60円)、クリーム(160円)、フルーツ(100円)などを組み合わせて、自分好み

にカスタマイズしていただきます。注文を受けてから焼くワフツッフルは、出来たてならではの熱々サクサク食感。凍らせたフルーツを使って作るスムージー(460円)も果物の自然な味が楽しめる好評です。スムージーはテイクアウト可。正午~L.O20時(土・日、祝日は11時)。火曜休。P有。

編集後記

「鶏が先か、卵が先か」とよくいうが、僕は昔から、「そんなの鶏に決まっているだろ」という持論がある。僕なりの理由もちゃんある。まあ、子供の頃から勉強もろくにせずこの1冊も読まないクセに屁理屈ばかり言っているから、いつまで経ってもダメなんだろうな…。(慎)

近所の空き地に羊が帰ってきました。しかも今年は羊ちゃんを2匹連れていきます。この羊ちゃんたちがとっても可愛い。ちよちよと歩きまわっている姿を見ているだけで癒されます。できることなら友達になりたい。どなたか羊と友達になる方法知りませんか…。(七)

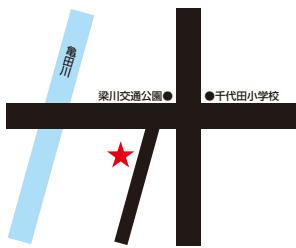
昔からずっと好きでした。でも最近は胸がモヤモヤしちゃうんです。大人の階段をまた1つ上ったのだでしょうか。あ、カルピスの話です。あんなに好きだったのに胸焼けが…。それに比べると鶏肉はあっさりしていて良いですね。特に胸肉とササミが好きです。(まい)

毎日買い物をするついでに、数日分ずつまとめ買いをしています。そのわりに、ほぼほぼ毎日買い物に行ってます。調味料だったり日用品だったり、何故か順番に足りなくなるんですかね。そして今日も、昨日は気がつかなかった数品を買いに行っています。(BP)

20年数年ぶりにゴルフというモノに手を出してみました。道具も良くなってると簡単だろ。なんて高をくったのは一瞬の出来事。素振りまでできることが、ボールを前にするとなぜできなくなるのか。コレが20年前も今も謎のままです。で、これからは謎なんだろうなあ。(SS)

母が日帰りでも両眼同時に白内障手術を受けました。噂には聞いていましたが、手術の手軽さには本当に驚きました。近視も改善し快適に見えるようになった母は喜び勇んでガラケーからスマホへ変更。現在SNSの特訓中ですが手術よりも相当手こずっているようです。(ガ)

日本三大地鶏のうち、函館から最も産地に近いのは秋田県比内地鶏。しっかりと身が締まっていてコクがあり、噛むほどに旨みが出てきます。と偉そうに言っていますが、昨年あった秋田出張の際に超久しぶりに食べました。今年も秋田出張があるので、再び食べられるかも？(康)



次号予告
6月29日号 パフェの甘い誘惑
7月13日号 道南・夏のイベントガイド

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 Shiori Hanawa
	品川 真一郎 Shinichiro Shinagawa
	高松 郁子 Ikuko Takomatsu
	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
□函館市地域交流まちづくりセンター □キラリス函館内「PRONTO」[えぞりず] □カフェくあふおり
□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 □函館栄好堂丸井今井店 □道の駅なないろ・ななえ
□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)

SPOTLIGHT

自転車乗車中の事故に備えていますか？

「Hosta 函館」の成道

「Hosta 函館」の成道



「日常生活賠償特約」は、自動車の火災保険に付帯できる特約で、加入者はもちろんお子さんなど家族が自転車乗車中に歩行者と接触し怪我をさせてしまった場合、治療費をカバーしてくれる保険です。「時代に合わせたリスクを考え、自転車事故に対する備えは必要です」と、成迫さん。現在加入している自動車保険や火災保険に「日常生活賠償特約」がついているか、加入者だけでなく家族も対象となるかなど、いま一度確認してみたいかがでしょうか。

詳しく知りたい人、具体的なアドバイスが欲しい人などは、お気軽に無料相談をご利用ください（予約制）。ホームページ「Hosta 函館」からも予約可。

●若松町 14・10
函館ツインタワー7階・MS 保険サービス北海道株式会社（Hosta 函館）

●募集代理店
MS 保険サービス北海道株式会社（Hosta 函館）

●「引受保険会社」
三井住友海上あいおい生命保険株式会社
三井住友海上火災保険株式会社

バスで行く！ 施設見学

「施設見学」を開催し、就職や再就職のための支援を行っています。

7月20日（金）午後12時50分～午後4時は、平成30年度第1回福祉マンパワートレーニング「バスで行く！ 施設見学」を開催します。

この講習会は、施設見学を通し障がい者支援施設の特徴を踏まえ、近年の社会福祉情勢を学び知識や技術を再確認するとともに、就業への手がかりを見つけることが目的。対象は、福祉の職場に就職を希望している人のほか、福祉の資格を持っていないが福祉に興味のある人など。どなたでも参加可能で現在参加者を募集中です。

見学先は、社会福祉法人仲愛会「ワークショップまるやま庄」と「星が丘寮」。ワークショップまるやま庄の團長・紀谷智彦さんによる「知的障がい者支援の目指すもの」と題した講義も実施します。移動は「函館市総合福祉センター」より無料バスが運行されます。参加費は無料。お問い合わせ・お申し込みは、下記の電話まで。

函館市福祉人材バンク

は随時受付可。
●函館市若松町 33・6
●函館市総合福祉センター3階
☎ 23・8546

