POSTIN FREEPAPER

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

ある 『パーラー フタバ

ホーテ函館店2階に

MEGAドン・キ

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

ソフトクリームがパフェでも楽しめる

のソフトクリームと

2018.6.29



赤坂プリンスホテル

のソフトクリー ルーツ4~5種類 気。季節感あふれ 生クリームのコラ ム、フレッシュな と駒ケ岳牛乳使用 るフレッシュフ 左、720円)が人

元ホテルパティシエが作る絶品パフェ ザ・ランド・オブ・ドリーミング

ミング』では、東京・ ランド・オブ・ドリー 大縄町にある『ザ・ のパティシエとして ぐれパフェ」(=写真 哉子店主が作る「気ま 活躍してきた輪島美 問わずこのパフェを

時30分~18時。土・日をご賞味あれ! 10 曜、祝日休。 の後にぴったりのサ る「ミニパフェ」(=同 に限定で提供してい 目的に訪れる人が多 イズと好評。ぜひこの 右、410円)も、食事 いそう。ランチ利用者 夏こそ評判のパフェ

ヤ』のパフェは、根強 番人気の「生チョコパ チョコ2種類のソ フェ」は、バニラと

の味わい。バニラ る美味しさが魅惑 クリームのとろけ え、生チョコと生 ハーモニーに加 フトクリームの 45 1 9 7 8

パーラー フタバヤ 楽しめるのが魅力。1 リームをパフェでも い人気のソフトク ラミスパフェ」もお見 間違いない組み合わ 680円。10時~LO きめサイズで各 種類あるパフェは大 せに、ティラミスケー 20時。無休。P有。

●美原1-7-1 倉抹茶パフェ」、「イチ 逃しなく。ほかに、「小 キャラメルソースの ゴミルクパフェ」と4 キがコラボした 「ティ



チャーに高々と盛 4リットルのピッ (2679円)°1・ ラーパフェ べきは「相撲レス

73

豊富な種類のパフェがずらり

ズのパフェは盛り

人前という特大サイ

がること間違い

な

りますが、注目す (422円~) もあ ミニパフェ各種

分。無休。P有。 らないポイント。 が食べられる点はス ●美原1 - 7 - 1 イーツ好きにはたま 夜遅くまでパフェ 43 7 0 0 0 ホーテ函館店1階 MEGAドン・キ 11時~LO22時45

り付けられた4~5 目してみました。掲載店の中からお気に入りを 見つけて、ぜひ足を運んでみてくださいネ。

cover photo by The land of dreaming

て見た目もゴージャスで華やかなパ 老若男女問わず誰もが大好きな魅惑の ツ。食欲がなくなりがちな夏場でも、「パ フェなら大丈夫!」という人は少なくないので 。今回はズバリ、函館で評判のパフェに注

のパフェはサイズも 円) などのレギュー 館ドン・キホーテ店』 くりパフェ」(735 いろいろあり、全部で(ラーサイズのものや、 ベビーフェイス函館ドン・キホーテ店 『ベビーフェイス函 20種類ほど。「松ぼっ

コーヒーゼリーパフェがおすすめ coffee&bar 珊瑚堂

ほしい1品。

りパフェを食べない

人にもぜひ味わって

ボが秀逸で、老若男女

は、店内の大型海水魚 水槽がひときわ目を(600円)と「白玉和 『coffee&bar珊瑚堂』では、「コーヒーゼ 美原1丁目にある 引く素敵な店。この店 リーパフェ」(=写真、

どが人気のランチタ

ソースハンバーグ」な

「鉄板デミグラス

|ダッチコーヒーを |円) の2種類のパ||風パフェ| (600 使ったコーヒーゼ れも好評。特に フェがあっていず イムや、各種コーヒー メニューも好評。美し

●美原1 - 20-15 休。P有。 どうぞ…。 がら素敵なひと時を い海水魚に癒されな 11 時 5 24 時 不定

090-1525-2308

的で、普段はあま リーパフェは本格

全長約40センチのパフェ トップス ポップコーン

『トップス ポップコー いう背の高い 「トップス す。もちろん、シェアしても

きずに1人でも食べられま イスなどが入っており、飽

ポップコーン、メレンゲア

ン』では、全長約40センチと チョコパフェ」(648円) OK! 話題のパフェをぜ



ている点も お見逃しなく。10時~21時。 はなく、人気 円)のほか、「グラスジャー 高さだけで ラックスパフェ」(1080 めています。 派手でダイナミックな「デ 魅力。中に不定休。P有。 沢に使用し プスパフェ」(432円)も ソフトを贅 チョコ各864円)、「トッ の生ミルク が注目を集 ひお試しあれ。カラフルで ●宮前町 23-2 パフェ」(ストロベリー、

ジョリージェリーフィッシュ ます。15時~17時のカフェ

無添加のソフトクリームをパフェで

76 88 85

んだんに使っていてどれも

1個864円で提供してい

ブインの1階『ジョリー フェは、「いちごの練乳パ 216円でドリンクが付け サウス・シダー・ドライ ジェリーフィッシュ』のパ タイムに限りパフェト フェ」(=写 られる点も嬉しいところ。



プレイン曜、祝日はLO21時。水曜 興部町に 過ごしてみては…。 休。P有。 ●東山2 - 6 - 1 11時~LO22時。但し、日

食べながら、楽しい時間を

家族や友人とスイーツを

IJ I す。トッピングされている モニーが楽しめる一品で

茶房 菊泉

のは、水を使わず白玉粉と

手作りがうれしい和風パフェ

に建てられた酒問屋の別邸 『茶房 菊泉』は、大正時代(を活用した甘味処。店名を(絹ごし豆腐だけで練り上げ 冠 し た「菊 泉 パ フェ」 た「とうふ白玉」。ピンクは



えて豆の風 もちもち・ふわふわな食感 たコーヒー のセットも可。10時~17時。 さっぱりし ります。お茶やコーヒーと あんこと た自家製の 味を活かし は、甘さを抑 ゼリー、香ば 木曜休。 (700円) り込んで色付けしており、 パフェ」、季節のパフェがあ 「黒蜜パフェ」「とうふ白玉 がたまりません。ほかにも、 桜の塩漬け、緑は抹茶を練

函館っ子の老舗スイーツスポット

いる『明治パーラー』。この 函館っ子の思い出が詰まっ 函館で長く愛され続けて 店のパフェにはたくさんの



「ベリーベ 場合も有)。 LO21時。火曜休(営業する 680円です。10時30分~ りのった「クリームプリン」 ホイップクリームがたっぷ ディマドンナ」(=写真)と、 ケーキものっている「レ リンのほかにレアチーズ

カフェの大人パフェ

bal-del CLOE(クロエ)

の『CLOE (クロエ)』は、 ヒーを愉しみながら、ゆっ ポールスターSC向かい ネルドリップ抽出のコー



メニューが 同店の看板 店。そして、 広い客層で ことで、主婦 たりできる マンなど幅 やサラリー

パフェなの 」です。レギュ ☎8-7124 ●港町1-11-24

ちりとした食感が特徴的な

使った「自家製コーヒーブ 自家製コーヒーブリュレを

自家製コーヒーゼリーとブリュレのパフェ café TUTU(ツツ)

ベイエリアに建つ古い蔵を 『café TUTU』は、 改装した洒落た佇まいが印 象的なカフェ。同店のオス パフェ」(880円)。このほ リュレとコーヒーゼリーの



スメパフェ 作ったツル コーヒーで な自家焙煎 苦 コーヒーゼ 感が楽しめ ンとした食 は、香り豊か リーと、ほろ ●末広町 13-5 さともっ 自家製 時迄)。木曜休。P有。 リーのパフェ」(850円) 27 9 1 9 円)、「抹茶のパフェ かパフェは「チョコレート

明治パーラー ルソースが馴染んだ手作り 力的で、イチオシは、カラメ パフェメニューはどれも魅 (680円)など種類豊富な

はないで や、人気の ト パ フェ」 の2種類があり、 どちらも ているので (600円) しょうか。 「チョコレー 定番の プリンを使ったパフェ。プ

ルトパフェ」 **☎** 5-8811 リーヨーグ ●本通2-29-1 味のガトーショコラがのっ た「チョコレートパフェ」、 ラーメニューは、濃厚な風

|賑わう人気 フェも登場します。詳しく の記事をぜひ! は7月27日号の青いぽすと 中旬には夏の季節限定パ クセット1050円)。7月 種(各単品750円、ドリン の「あずき抹茶パフェ」の3 めながら繊細な甘さで人気 「ベリーパフェ」、和の控え 爽やかな酸味がクセになる 10 時 22

グルトのパフェ」(800 22時(日曜、連休最終日は21 が楽しめます。11時30分~ パフェ」(800円)、「ヨー (850円)、「紅芋と黒蜜ゼ

食のプロに教わる素敵なレシピ~テサート編~



サクランボのクレープ包み

【材料】(16個分) * サクランボのシロップ漬け * クレープ生地 ● グラニュー糖 ● 薄力粉 500a ●zk 200g 15g ●全卵 ●生クリーム 1パック 175g 5g ●生クリーム ●グラニュー糖 ●牛到. 250g 5g ●グラニュー糖 20g 1滴 ●バニラエッセンス 1滴

●市販のスポンジ ●ラズベリージャム ●カスタードクリーム

- 前日準備
 ① サクランボを洗い、ヘタを抜く。ヘタを抜いたところに割り箸を1本刺して種を押し出す。種を抜いたサクランボはパットなどに並べておく。
 ② 水とグラニュー糖を沸騰させサクランボにかけ、そこにチェリーブランデーも加えて熱いうちにラップをかけて一晩冷蔵庫で冷やす。

- ① クレープ生地の材料のグラニュー糖、薄力粉をボール
- ① グレーノ 壬 他の材料のグラニュー種、 澤月材をホール に入れてよく混ぜる。
 ② ① に全卵、 生クリーム、 牛乳、 ラム酒、 パニラエッセン スの順で加え、加える都度混ぜ合わせる。
 ③ 1時間ほど冷蔵庫で休ませてから20cm位のフライパンで薄く伸ばして焼いておく。

を使いない。 生クリームの材料の生クリーム、グラニュー糖、バニ ラエッセンスは冷やしてからしっかりと混ぜ、泡立て ておく。市販のスポンジは7cm×4cm×5mm位にカットしておく。

仕上げ

- 上り クレーブ生地にラズベリージャムを塗り、その上にカ スタードクリームを塗ったスポンジを中心より少し 手前に置く。 スポンジの上にサクランボのシロップ漬けを半分に
- 切ったものを4切れ乗せ、さらに生クリームを絞る。 クレーブ生地の手前から春巻きの様に巻いて完成。

サクランボのほかに、イチゴなどもオススメ

今回のレシピ提供者/小川 一彦 先生

洋菓子実習·製菓理論 製菓技術研究室長 函館洋菓子協会会長

●バニラエッセンス



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

7月27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

道南イベントガイド

シャンソン唄おう会コンサート HAKODATEパリ祭

■7月8日(日)午後1時30分開場、午後2時開演■ 場/金森ホール■全席自由1500円■問/☎ 090-3756-6448(井原)

奇才・ダリ版画展 炸裂するシュルレアリスムの世界

■7月14日(土)~8月26日(日)■一般1100円、高 大生600円、中学生300円、小学生以下無料■場・ 問/北海道立函館美術館 ☎56-6311

第16回 大門ジャズフェスティバル

■7月14日(土)、15日(日)午後1時~■森田万里 子トリオwith小山彰太ほか■プロ2バンド、地元7バンドが出演■場/大門グリーンプラザ■ 入場無料■問/ジャズスポット リーフ ☎

第22回兩館新聞社 兩館港花火大会

■7月15日(日)午後7時45分~■場/豊川ふ頭 ~青函連絡船記念館摩周丸前岸壁■荒天の場 合は翌16日に順延■問/函館新聞社 ☎ 40 - 5151

エコールドバレエ・Mayumi

第4回発表会「Sleeping Beauty」

■7月15日(日)午後5時30分開場、午後6時開演 ■ゲスト/柄本弾(東京バレエ団プリン ル)■全席自由前売2000円、当日2500円■場・問 /函館市芸術ホール ☎55-3521

2018 Kanemori Music Fes vol 1

海辺ですごす―日 ■7月16日(月・祝)午前10時~午後8時■素敵な 音楽と屋台を満喫■場/金森イベント広場■ 入場無料■問/金森赤レンガ倉庫 ☎27-5530

HEADLINE

そのエアコン、洗ってから使ってますか?

おそうじ本舗 函館昭和店



快適な夏を過ごしたい人におすすめの 『おそうじ本舗 函館昭和店』では、8月31日 まで「エアコンクリーニングキャンペーン」 を実施中。期間中は「家庭用壁掛けタイプ」 税込10789円、「お掃除機能付きタイプ」税込 15109~21589円で提供します。専用の機材 とオリジナル洗剤でエアコンの臭いやカ ビ、ホコリなどを徹底的に落とすプロのお 掃除を、ぜひお試しください。さらに、期間

中の利用で「レンジフードカバー表面クリーニング」 「キッチンの蛇口磨き|「洗面ボウルクリーニング|のい ずれか1つを無料で体感できます(10~15分程度)。お得 なこの機会を、お見逃しなく! オフィスや店舗なども承 ります。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。

●本诵2-34-6 2階

【フリーダイヤル】0120-910-362



ご要望に合わせて女性スタッフも 対応します!

焼きたてワッフルはいかが…

ワーワーワッフル



梁川町の交通公園のそばにある『ワー ワーワッフル』は、サクサクふわふわの焼 きたてワッフルと、フルーツの自然な甘さ が楽しめるスムージーが好評のカフェ。 ワッフルはシングル(240円)、ダブル(360 円)、トリプル(480円)などから枚数を決 め、ソース(チョコレート、キャラメル、メ イプル各60円)、クリーム(ホイップク リーム160円、ソフトクリーム240円)、フ ルーツ(100円~)などのトッピングを選

んでオーダー。「注文を受けてから焼く焼きたての熱々ワッフルは、ホイップク リームや冷たいソフトクリームと相性抜群です。ぜひク リームをトッピングして味わってみてください」と同店 はPRしています。スムージー(460円~)はテイクアウト 可。営業時間は正午~LO午後8時(土・日曜日、祝日は午前 11時~)。毎週火曜日休。駐車場有。

掲載している企画です。いただいた全て的に、地元飲食店様のご協力により毎回のご意見やご感想をいただくことを目

良い紙面作りのために読者の皆様から 本紙の読者プレゼントコーナーは、

のお便りは本紙編集スタッフが必ず

中、わざわざ読者プレゼントにご応募いまた、ご病気で文字を書くことが大変な

ご愛読いただきありがとうございます

ただきたいと思います。

。▼いつも本紙を

はこの方の読者の声にお答えさせて

ただいて本当にありがとうございます

より

●梁川町12-13 ☎84-1472

を通しており、

僕も郵便受けに届いたも

す。▼どんな仕事でもそうなのかもしれのを社内で1番最初に目を通していま

ませんが、

ているのか?」と思うことがよくありま

「オレは何のためにこの仕事をし

出版業を30年もやっていると

「取材のお願いです」と言うと歓迎さ



います。文字を書くことは大変かとお察 です。出版業で仕事をする上で最も大事 です。出版業で仕事をする上で最も大事 ありません。今後とも、こさい。僕は貴方様の文字は 愛読いただき、掲載されて事のエンドユーザーは、い いるのか?」ということです。僕達の仕単に言うと、「誰から給料をいただいてドユーザー」という言葉があります。簡 う少し頑張ろう」という気持ちになりま者の方から素敵なお便りが届いて、「も をやっても長続きしなかった僕が出版いるような気がします。根気がなくて何 の皆様が毎月2回のささやかな楽しみ 業を30年も続けてこられたのは間違い ~3回ぐらい、「もう辞めよう」と思うこちになります。そんなワケで僕は年に2 冷たくされる時などは特にそんな気持 れるのに、「広告のお願いです」と言うと にしていただけるような紙面作りに精 ししますが、これからもぜひご応募くだ Jがあるのですが、 。神様から「もっと頑張れ」と言われて 。僕は貴方様の文字は全く見づらく ご利用いただいている読者の皆 「読者の声」のおかげです 掲載されている店舗や商 そんな時に エンドユーザー いつも本紙をご に限って読 ●「エン

らのハガキと察しました。今回の本欄で を書くのが困難になった読者の方か 名前の後に、それでめんなさい」。 ガキが届きました。ご病気で文 読者の れた読者プレゼントの応募ハ 「病気になって見づらくて 声のおかげです そんな1行が書

評の「夏休み・親子料理教ルの8月のテーマは毎年好れガスクッキングスクー

室」。8月7日(火)午前10時

- 午後1時に開催されま

組)。受講料は1000円2人1組。定員は12人(6

対象は小学生と保護者の

脱込)。講師は輪島美哉子

ジェラート。

ア、フレッシュフルーツ

す。メニュー

は、チーズドリ

土日限定のやさしい朝食

Cafe&Deli MARUSEN(マルセン)

函館国際ホテル隣の『マルセン』には、土日限 定の朝食セットがあるのです。パンケーキやフレンチトーストも良いのですが、「ちょっと疲れ てる」なんて時にぴったりの「お粥プレート」(土 日の午前11時まで限定、850円)が◎。梅干し、松 前漬け、ザーサイなどの多彩な薬味にたっぷり サラダ、そして鶏ガラスープをベースにした、と ことん優しい風味のお粥。なんすかね、四十路男子も癒やしちゃうパワフルな優しさをビシバシ感じます。こんな美味しいお粥を食べて1日を始 められたら、良い日になるだろうなと思う訳で す。美味しいお粥で素敵な週末を。営業時間は午 前9時~午後6時。無休。

●大手町5-10 ☎85-8545



道南・習いごとガイド

担当/(BP)記者

楽しみながら体を鍛えたい人必見! ボルダリングジム エクストリーム

かな壁から急斜面まで楽しめる『ボルダ リングジム エクストリーム』は、体を鍛えたい 人、運動をして楽しみたい人、コンペに出たい 、外岩を登れるようになりたい人など、様々な 目的に合わせて利用できます。最新のクライミングホールドを使った課題も多数設定してお り、小学校低学年から50代までの男女が1つひと つクリアしてゆく面白さに夢中。着地時の安全 性を高めるため、床に緩衝材を使用しています ので、初心者も気軽に体験してみては。見学可。 初回(2時間)大人1500円、学生1200円。お得なマ ンスリーパス有。年会費、チョーク無料。営業時間は午後5時~午後10時、毎週土・日曜日は午後1 時~午後8時。毎週木曜日定休。駐車場有。

●亀田町8-44 【携帯電話】090-9183-9167



美しい字と豊かな心を育てる書道

の教室を開講しています。

6歳~82歳までの幅広い受 などに指導を行っており、人、師範位を習得したい人 が、美しい文字を目指す人、 事を務める北野照碩先生全日本書芸文化院常任理 趣味として書道を習いたい や楽しさを伝えてい講生に筆を持つ喜び をしてもらうシステム。ま

せて選べるのも嬉しいとこ 円、細字3000円。子供は 3000円、 ろ。月謝は の中から自分の予定に合わ 曜日の午前9時~午後5時 で、日時は毎週金・土・日 も出品しています。 レッスンは かな3000 週1回90分 般で漢字

> られますが、中には差し日々さまざまな相談が寄せ 迫って住む場所に困ってい

人スターライフ 援などを行う『一

代表の星さんのもとに

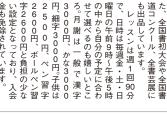
は

6

金も免除されています。 字2600円と負担の少な 2600円、ボールペン習 2500円、ペン習字 ●五稜郭町 34-7 い設定となっており、

チャレンジしませんか?夏休みは親子で料理に 毎年好評! 夏休み・親子料理教室

北ガスクッキングスクール



(函館美術館裏通り)

月東京の事務局に出 53 0 9 6 1 駐車場有

人を頼んでいた友人や親族

場をなくしてしまうのが、 出て行かざるをえないとい どの理由で契約更新ができ う例もありました。 いは亡くなってしまったな が入院してしまった、ある 人暮らしができる元気な こうした場合に最も行き 高齢者が賃貸物件から

お年寄りです。介護が必要

☎ ● 83 回 44 - 2 44 で引き受けています。万が で訪問可能です す。ご相談は無料で、自宅ま き取り・ご葬儀・納骨まで まった場合も、ご遺体の 頼れる家族や親族が身近に 家族の代わりにお勤めしま ーご本人が亡くなってし いない人の身元保証を終身 4

大切なお墓、泣いていませんか? お墓参りでは、お墓をき

るお墓も、きち 年と言われてい の石なら寿命は し、墓石は国産 ことができるの 輝きを取り戻す ことで、新品の んと手入れする ます。古く見え 1 5 0 2 0 0

h 負荷をかけないことで墓石かせて洗い上げます。強いことで、汚れ(有機物)を浮 る全般も承るほか、 て新品のように仕上げる、 0120-208-708 彫刻、建立など墓石に 洗浄以外にも、墓石の修理、 安珠ならではの技術です。 へのダメージを最小限にし 【フリーダイヤル】 ●富岡町2-64 ゆる相談は安珠まで

じゅ)] です。 かけることな に過度な負担を 安 ングの専門店 墓石クリーニ 新品と見間 珠(あ は、墓石

とさせていただきます。

締

(水)。申し込みは電話で受

時。キャンセルは開催日の曜日の午前9時~午後5

42-6505

します。受付は平日月~金

す)。当日はお子さん用の上

履きをご持参ください

申込締切は7月4日

階のクッキングスペース

会場は北ガス函館支店1

切後、詳細のご案内を送付 付。応募多数の場合は抽選

とキャンセル料がかかりま 3日前まで(3日を過ぎる

に掃除しますが、 墓石 に付着した苔や風雨による 墓石クリーニング 安珠(あんじゅ)

シミなどの汚れは、 落とすことはでの汚れは、簡単に きません。しか を 合。それを丁寧に刷り込むで、や墓石の種類で違う汚れので、や墓石の種類で違う汚れので、 を呼んでいます。周辺環境に 違うような仕上がりで評

ます。お墓にまつわるあら 行や墓終いなども行って 墓参代 関す

北野書道教室

品し、

師範・段・級の認定

で身元保証を引き受ける支にいない人を対象に、終身頼れる家族や親族が身近 元気な高齢者ほど住む場所に困る?? 般社団法 えるから立ち退いてくれ」 最近も、「アパートを建て替 る高齢者から相談を受ける 一般社団法人スターライフ

イフ』はそんな時のために、 『一般社団法人スターラ ほとんどの場合不動 産

ず、困っている」との相談が ないので部屋を借りられ 身寄りのないお年寄りか と大家さんから通告された ケースもあるといいます。 ですが、要介護でない健 なケースとして、長年保証 あったそうです。似たよう 一保証人を頼める人がい を借りて一人暮らしを続け す。 6 ようとします。しかしなが な高齢者は普通の賃貸物件 業者や大家さんに断られて な人は施設への入居も可

しまうのが現実だといいま

な時間を取り戻してはいか 筆を持つことで、心豊か

字・かな・細字・ペン・ボー がでしょうか。 ペン。子供は、毛筆・硬筆

野書道教室』では、一般は漢書芸文化院認定教場」の「北市内五稜郭町の「全日本

NARUHODOTOPICS

来上がった作品は、毎で、初心者も安心。出ます。基本から丁寧に 自分と向き合う時間のはもちろん、静かに ます。 を高めることもでき を持つことで集中力 で字が上達していく 週1回のレッスン

「有限会社福士サービス」で ブアコンの掃除にも定評のなどの分解整備をはじめエ

21600円のところ、

17280円。「壁置ストー

期間中は「FF式ストー早期割引」を実施中!

2018年7月の講座・イベントご案内

1日 健康体操10:30~11:30

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。

なるほどトピックス NICE JOB . NICE SHOP . NICE TASTE . SPECIAL INFORMA

全国展開のノウハウで安心取引の不動産会社

確認し、近隣の売買契約例応。売りたい物件の状況を動産査定は即時対店」です。同店の不店」です。同店の不 スドゥ!函館美原売買専門店『ハウを覆すのが不動産 などと一緒に不動産価格を確認し、近隣の売買契約例 行きにくいという難しそうで店舗に 場合は仲介により販売、と らは買い取り、そうでない スピーディーに提供しま す。そのイメージ イメージがありま いえば、 なんだか すぐ売りたい人か

House D

ハウスドゥ! 函館美原店 株式会社 小野寺住設

却できる わせがあるなど、 バック」 「引越しできない事」 「引越しできない事」 「引越しできない事」 あるなど、同店は大」にも多数の問い合る「ハウス・リース 資金に不安がある」 さらに、「老後の

『ハウスドゥ!函館美原きな注目を集めています。 つ住まいのプロフェッショ店』は、創業33年の歴史を持

ているので、

安心して相談

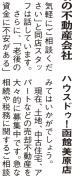
ち」のタルタル という「かつき という「かつき をいう「かつき

をたっぷりかて、自家製のタ

ができるのもポイント。ま

ナル「小野寺住設」が運営し

もお気軽にどうぞ。 相続や税務に関するご相談 後6時。毎週水曜日定休。 営業時間は午前10時~午 土地、中古住宅、





原因になり燃焼率は、故障や火災のホコリ、劣化など ない部分の汚れや 3年毎に分解整備 も低下するため、 ストーブの見え

ころ、14040円。「床暖 ブ」通常17280円のと (ページもご覧ください。環境 内容などがわかるホーム 軽にお問い合わせを。作業 軽にお問い合わせを。作業 期に掃除をお考えの人はも 評。ストーブを使わない時 ダストが気になる人にも好 **△** 47 63 05 17 にもおすすめです。ハウスり、長く使えるので経済的 で分解し徹底洗浄。効率よ 除菌できる「エアコン掃除」境に優しい洗剤でしっかり ~。毎週日曜日、祝日定休 くスムーズに動くようにな 同店の分解整備は、 (家庭用12830円)も承 中。営業時間は午前8時

中に大きな財産となって残ある子ども達にとって心の の壁」を突破していきます。教科全てに渡り「成績低迷 転体験」は、本来伸び盛りで こうした「苦手からの逆 子ども達の

ども達限定の塾。数パーセして「自信を失っている」子悩み」「通知表が頭打ち」そ悩ルズ学習塾』は、「伸び で、多様な角度から「正解」起点に、独特なスピード感 を重ねさせ自信を回復させ ある塾ではありません。 ントの成績上位者のために わかる」「できる」喜びを

とができるメソッド」で、5 転させるこ います。

ています。「週1回コース」ては珍しい返金保証も付け 最大週6回)に学習塾とし放題コース」(1万8千円、 とんどないことから、「通い

> ●赤川1 -ルズ学習塾ライオンズ教室 6



何よりも嬉しい」と話して 結果が伴わないことがほ

に得意にまで一

その後、

ヒルズ学習塾山の手教室 ●山の手1-1 館305 アシスト函館ヒルズA

真剣に考えていま計への負担軽減を 塾」にこだわり、家 軽にお問い合わせ かけない ください す。詳しくはお 「小さな

は無料。ムダな設は無料。ムダな設 ことも可能です。 低月謝で利用する

「たっぷりタルタルチキン南蛮定食」を特価で提供

てとんかつをはじめとすボリューム満点の揚げた る、多彩でリーズナブルな 「たっぷりタルタルチキンち』では、3店舗合同で メニューで人気の 『かつき

す。ア」を実施しま 南蛮定食フェ

チキン南蛮は、かつきちの 価格843円のところ、特ま ルチキン南蛮定食」を通常 一回は、この「たっぷりタルター」 す(7月12日まで)。 シャキ感が絶妙に絡み合う レベルの高い仕上がり。今

和タウンプラザ店は8時30前11時~午後9時LO(昭名物をぜひ。営業時間は午 分LO)。無休。 別価格627円で提供しま 人気とんかつ店の隠れた

とんかつ かつきち

コクとピクルスのシャ

77





中川翔子さん、島田秀 平さん、アンジェラ佐 目を迎える今回は、 コリコ・田中直樹さん、

から早くも10年目。節 このイベントも初開催

年から開催されてきた

ション」「食」という3 đ まで、「音楽」「ファッ 30分から午後4時30分 た各種催しが行われま つのテーマを融合させ 両日ともに午前10時

活性化 シュ内・函館黒船地域 会社ファーストフラッ 荒天中止。詳細は株式 9900まで。公式サ 入場無料。雨天決行、 協議会☎6

買いたいと2009 所にすることに一役 街にして住みたい場 函館をより楽しい

緑の島で開催されま

す

ら楽しめたらなと日々思いま した。北海道の短い夏を心か

た。

ンサートは無事終わりまし

さて、先月のカ☆ピバラコ

げます。 さんらが会場を盛り上 藤さん、りゅうちぇる

た。会場には幼児から高齢者

る小学生達に着目してイベン 日々練習に取り組み励んでいゴールドに届かないけれども くコンクールではなかなか

トを企画出来たらと思ってい

ます

ベントの企画は本当に難しい

私の本業とは全く異なるイ

小田島水産食品株式会社

の方まで多くのお客様がお越 賛歌を大合唱しました。お客 と出演者とが一体となり函館 は吹奏楽の演奏で会場の皆様 しくださいました。 中学生の合唱に始まり最後

ることができました。 したというお声を多々頂戴す 様から異口同音に笑顔で感動

ていることを実感できまし さがしっかりと心へ響き届い ようなことはありませんでし いた小さな子供達は泣き叫ぶ これは、 コンサートでは会場に来て 生の音楽の心地良 ことを実感しています。

今年もキャリ

を雪原にさらし、それを粉砕して3年ほど発酵熟成させた

新潟県の伝統的な発酵食品。小泉さんの監修のもと創業 100年記念の新商品として発売された「かんずり入りいか

塩辛」は、深みのある味わいが評判となっている。現在は、

弁天町の社屋兼工場が観光マップや工場見学ツアーにも

掲載されており、ゆっくりと熟成された独特の風味とそれ

を長年守り受け継いできた職人の技が、昨今のスピード社

音楽を嗜むという機会が少な さったお客様の大半は、普段 き入っていました。 いる方々は涙を流しながら聴 た。また、介護施設へ入居して 今回、コンサートへ来て下 す。 ア教育の一環で微力ながらも 当事務所において中学生の職 るものと信じて疑いません。 業体験の場を提供してゆきま していれば、そこは何とかな しかし、「想い」に一点集中 子供達には、

「木樽仕込いか塩辛」で知られる大正

3年創業の老舗『小田島水産食品』。弁

天町の社屋で使っている木樽につい

て、「私の記憶では終戦直後から使って

いるものです」と話すのは、三代目の小

田島隆代表。木樽で熟成された同社の 塩辛は地元市民はもとより、観光客か らも函館土産として注目されてきたま

過ごすことができたことに感殺です。大変有意義な時間を 赤字になりましたが笑顔で相 くのことを学びました。 コンサート は無事終わり多

どうなん地産地消

イトは 「函館黒船」 で検

年も7月21、 2日間、 黒船2018』が今 が主催して毎年開か 地域活性化協議会. 組織する「函館黒船 願って若手経営者で れている『道南函館 CLOSE 逐 館の活性化を 函館港内 . 22 日 の

船

「朝ラ ー」しませんか?



Delicious Spot 麺屋 いなせ

『麺屋いなせ』は、朝7時 から営業しているラーメ ン店。市場で早朝から仕 事をする食のプロにも評 判のお店です。「塩ラーメ ン」(670円)などの定番メ ューも好評ですが、市 場関係者が飽きずに食べ

られるようにと店主さんが考えた「週替わり麺」は、これ を目当てに毎週通う人もいる人気です。

「週替わり麺」は全て800円で、「カレーラーメン」、 「担々麺」、「あんかけラーメン」など他にも種類は豊富。中 でも絶対見逃さずに食べたいのが「ワンタンメン」(=写 真)。口いっぱいに頬張るほどの大きなワンタンは、お肉 が多いので固めかと思いきや、驚くほどのフワッと食感。 ツルっと滑らかな皮の中に包まれたボリュームのあるお 肉は肉汁もたっぷり、ほどけるような美味しさがたまり ません。優しい細ストレート麺も魅力的。醤油と塩の透明 感の高い旨味溢れるスープで味わえます。

そのほか、たっぷり具材の「海鮮あんかけ焼きそば」 (830円)や、期間限定の「いなせ特製味噌ちゃんぽん麺」 (930円)などにも注目。サイドメニューの「味の匠手作り 餃子」(350円)をつまみに、生ビールを楽しむのもおすす めです。日が昇るのが早いこの季節、朝食にラーメンを食 べる「朝ラー」に出かけませんか?

■7:00~17:00(スープが無くなり次第終了)

■日曜定休(はこだて自由市場の休業日に準ずる) ■新川町1-2(はこだて自由市場内) ☎23-3677

きりの

原因になることさえありま

を困難にし、腰痛や寝た す。骨折は自立した生活 骨折することがありま ようなわずかな衝撃で 人では大事に至らない がもろくなると、健康な

緑の島が熱い2日間!

の代書屋

たようです。

たに音楽の楽しさを体感され

とが骨粗鬆症 を予防するこ 密度の減少を

食い止め、骨折

させるきっかけとなることから、 す。生活の質(QOL)を著しく低下

骨

UP

道南函館黒船2018

→気 談 本気と書いてマジ 田りごと、悩みで、 多種相談 04 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 2

松田聡がズバリ!心の代書后

コンサートから学ぶ いはずです。今回の企画を通そこには外力が働く余地はな わっている方々の姿がほとんは、日常的に音楽関係に携 ています。 越しいただけたことがせめて れている先生がお忙しい中お 内の小学校で吹奏楽を指導さ 伺ったことでした。しかし、 どいなかったと出演者から もの救いであり心から感謝し そもそも」を原点とすれば、 ひとつだけ残念だったこと 純粋に音楽を楽しむという

様々なことを、勝手ながら私 なりに感じることがありまし し地域の事情や特性のような

行政書士の松田です。 いよいよ夏の時期を迎えま

うなら、まだまだ真剣に取り います。いずれは、規模が小さ 組むことが山積していると思 未来ある子供達を本気で想

位部

や筋力増強運動を行ったところ、 の骨)の骨密度が0・1%、大腿骨近 経前の女性では年間平均で腰椎(腰 動(ジョギングやウォーキングなど) 究によると6~24か月の間、耐久運 上昇させる効果があります。ある研

して、 効な理由のひとつに、骨密度を維持・ 指導が不可欠と考えられています。 影響も大きく、 伝など避けることのできない要素が 治療の中心となっています。 ある一方、日頃の生活習慣が及ぼす 運動が骨粗鬆症の予防や改善に有 骨粗鬆症の発症は加齢や閉経、 適切な栄養摂取と運動習慣の 薬による治療と併行 遺

市

重要です。骨折経験や腰痛などの関 で実施することが、安全のためには 定期的な骨密度の評価を行ったうえ を維持し、転びにくい体を作ること するためにも、 が大切と言えます。 どのような運動を行う場合でも いつまでもハッラッとした生活を 運動を続け、身体機能 かかりつけ医

骨粗鬆症と運動 リハビリテーション課 理学療法士 では歩幅が狭く、体勢が不安定にな すくなります るのでわずかな段差でもつまずきや 歩き方になることです。すり足歩行 武藤 綾郁

地面に足を引

きずるような

が き方として「すり足歩行」があります 高齢者の転倒の原因となりやすい歩 とバランス能力の維持・向上です。 運動のもうひとつの効果は、 これは筋力の衰えから歩行時に らなくなり、 足が高く上が 筋力

つのに必要です。 負荷をかけ続けることが強い骨を保 ます。そのため、普段から骨に適度な を作る細胞(骨芽細胞)が活発になり なったり、血流がよくなることで骨 けて骨にカルシウムが沈着しやすく ります。運動をするとその刺激を受 応じて骨自身を強くする仕組みがあ 89%上昇したとされています。 骨には負荷がかかるとその負荷に

Healness & Wealness

医療法人社団健和会 函館おおむら整形外科病院

骨粗鬆症によって骨

●石川町125-1 ☎47-3300 http://www.ohmura.or.jp/

腰椎で0・8%、大腿骨近位部で0 0・90%上昇し、 閉経後の女性では

会の中でひと際その存在感を放っているような気がする。

(脚の付け根の骨) の骨密度が さに「函館の味」のひとつ。そして小田島隆代表が著名な発 酵学者・小泉武夫さんとの出会いによって創業100年を迎 えた今から3年ほど前に作り上げたのが、「かんずり入りい か塩辛」(=写真)。かんずりとは、半年間塩漬けした唐辛子

整形外科医などに相談してから運動 節痛がある場合は、

●弁天町20-7 ☎22-4312



●シエスタハコダテ

7月27日号

Staff

発行者

編集長 Editor in chief

副編集長

エディター Editor

ライター

Reporter

営業

Assistant chief

.....

7月13日号 道南・夏のイベントガイド

発行元/株式会社青いぽすと

〒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

本紙おすすめ夏麺10選

加藤 進 Susumu Kato

青山 慎司 Shinji Aoyama

平井 由佳

坂本 麻衣 Mai Sakamoto

花輪 志保里

Shihori Hanawa

品川 真一郎 Shinichiro Shinagawa

高松 郁子

佐々木 康弘

Yasuhiro Sasaki

Takashi Hashimoto

橋本 崇

Yuka Hirai

個の が 室スペース有) 楽な座るタイプも用意。人気 「ヘッドスパ」(3780円、 師として活躍してきた ij 東京など

け グチェアで心地良く施術を受 落ち着いた雰囲気の店内では、幅広い層のキレイをサポート。 ファータイプのスタイリン シャンプー台は首や腰

では、お子さんから高齢者まで 今年3月にオープンした『へ . | &スパアフェクション] 日は 毛髪へ近づけてゆきます。7月 オーナーが、頭皮を整え丈夫な

ヘアー&スパ アフェクション 新店舗・リニューアル情報

10800円とお得。毎週木曜11880円とお得。毎週木曜 ジ保護トリー 31日までは 19時。予約優 65歳以上10%割引き。9時 「縮毛矯正十ダメー トメント」 先。火 |通常

過日、我が家から徒歩でも気軽に行ける岸壁で40cmのマコガレイを釣り上げた。海が身近な函館っていいところだと実感。それにしても、スゲーな、オレル・40cmだぜ、釣りは今までロックフィッシュが専門だったが、今後は平 物との二刀流を目指すかな…。

フィギュアスケートを観るときは他のことを一切せずに テレビ画面だけに集中します。そのため時間があるとき しか観戦することができず、いつも遅れ遅れで試合を観 ています。つい先日オリンピックを観終わりました。後は 世界選手権。みんな頑張れ。終わってるけど。

息子の運動会で、保護者競技の玉入れに出ました。息子は

無理。いつか行けたらいいな、と妄想しつつ今はブック持 参で受けられる特典で満足しています。 (ガ)

突然ですが、勝手に考えた「イベントを継続させる3か条」 です。(1)地域の振興や活性化を目的として掲げない。やりたいことを追求すれば結果として付いてくる。(2)決定権を持つ人を増やさない。意見は広く聞いて少人数で決 める。(3)アドバイスや助言を聞きすぎない。

編集後記

種類豊富なパフェが紙面に並んで幸せでした。ところで 本紙記者陣もなかなか個性豊かなんです。その中でも私は平凡なはず、強いて言えば編集長に1日3回くらい「薄情だ」と言われるくらいですかね。パフェも人もぬるいよりは冷たいくらいでいいじゃない。

を指する。 自組でしたが、気がつくと赤組の輪の中にいました。帰宅 後「どうして赤組で出てたの~?」と、少々不満気な息子。 大丈夫だよ、ママの投げた貼けつもかごに入ってないか ら…と、言うべきだったでしょうか苦笑。

シーズンになったのでぼちぼち走っているのですが、今年はどうにも身が入りません。なんすかね、この「やる気スイッチ」がどこにあるか分からない感じ、という訳で、適当に練習するのですが、当然ながらレースはボロボロ、ボクのやる気スイッチはどこにあるのでしょうか。(SS)

道の駅スタンプブックを購入しました。こういうモノを 手にするとスタンプラリー全駅完全制覇を夢見て盛り上 がりますが、ウチの状況では2年間で全駅回るのはとても

青いぽすと 設置場所のご案内

Sales planner

青いぽすとは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。 青いぽすとの未配達地域にお住まいの方は、ぜひ最寄りの青いぽすと設置場 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」 □カフェくあふぉり □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)

このコーナーでは、読者の皆様からのお使りやイベント情報、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こざいます。FAXまたはEメールをお寄せいただく際には、事前に必す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]

シエスタハコダテで **地元情報が楽しい** はありますか?こかお気に入りのお店 です。N・Oさんはど*私もたこ焼き大好き すぐに行こうと思いまいた「蛸焼こがね」には とが多くて気になって 仕事で店の前を通るこ もぜひお願いします。 す。お好み焼きの特集 (松風町、N・O)

お食事券ありがとう

事券で久々に回ってい りそうでなかったのでたこ焼きの特集はあ だいた「はる鮨」のお食 ようかな? 先日いた また、 す。今後ともご愛読 かって良かったです。 *ありがとうございま 読むのが楽しみです。 (柏木町、E・M)

毎回読者の声

ろしくお願いします。

【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『麺屋いな せ』より、1000円分の食事券を5

名様にプレゼントします。

チェックをします。地は フ リ ー ペ ー パ ー入手しました。旅先で

情報など読んでいて楽

使わない」というこだ いお店で、「冷凍は一切た。とても雰囲気の良 かせていただきましないおすし屋さんに行

元のオススメのお店や

す。(ヒ) さんの米麹の編集後記が好きで**甘酒の話** 甘酒、 われているらしく、 ているらしく、健い、「飲む点滴」と言

かったです。行ったこたこ焼き特集が良 との無い店の値段が分 由むの むのをやめました。理私は控えめじゃなく飲 *(ヒ)です (七飯町、Y・S) 美味しいから。つ 。同感です。

の「デリシャス・スポッ *読者プレゼント付き ト」コーナーは特に人

ていただく場合がござ

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7月9日。

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

(千歳市、E・S)とありがたいです。 りがとうございます。 *遠くからのお便りあ 台数も載せてもらえる 焼き、行きたいお店がしいです。今回のたこ たくさん! 駐車場の でとうございます。ま とうございました。 たです。どうもありが するくらい美味しかっ *プレゼント当選おめ (美原、 わりのネタもうっとり R T

まさに小腹の味方のたう回の「旨いたこ焼 う回の「旨いたこ焼 う回の「旨いたこ焼

読者の声

こ焼きは大好きです。

函館滞在は楽しめたで

しょうか。

ね。 た応募してくださ い でいましたが…。

めにしました。健康のと聞きものすごく控え ためのものが不健康に もなるって何なんで しょうね!! (ブドウ糖) 過多になる て コーナーの情報を

(昭和、T・S) んでいます! 参考にして外食を楽し がいつも紹介されてい行ったことのない店 楽しみにしています!

の声』として掲載させ 者プレゼントに添えて ニシャル入りで『読者 は、ご住所の町名とイいただいたご感想など 集しています。お寄 さまからのお便りを募 いただいたお便り、 編集室では読者の皆 読 ぜ

作ってはせっせと飲ん ルトメーカーを買 康にと思い私もヨーグ 糖分 い飲み過ぎるので…。

スポット」コーナーを 毎回「デリシャス・ のでいます。

ださい 気のあるコーナー す 今 後ともご愛読く

法教育という出前講座も

まざまな相談内容に応じ 『法テラス函館』 は、さ ます。 前講座を行う予定があり

ルなどに直面した時に す。そして、現状は何のトる国が設立した機関で ラブルも抱えていなくて 口を無料で案内してくれ 法制度や、最適な相談窓 も借金問題や離婚トラブ て問題を解決するための 「こんなときどうしたら 曜日は午後5時まで)や、(午前9時~午後9時、土 メールによる情報提供が での電話による情報提供 0570 - 078374)

良いか」というような社 備えられる 要な知識を に行って 座」も積極的 よう「出前講 あります。

ます。 L١

辛い痛みで悩んでいませんか? わ病院」で出 出前講 講 一前講

る」「腰痛が長引き日常生腰痛や神経痛に困ってい 引く」「3ヶ月以上長引く が治っても強い痛みが長 苦しんでいる人も…。「長 「帯状疱疹の皮膚症状 身に激痛が生じる症状で

活に支障が出ている」な

痛みに関することで

悩んでいる人が多いそう また、「繊維筋痛症」の 4 によって解明されつつあい 組み」も新しい医療機器いれれていた「痛みの仕いわれていた」 ます。さまざま

神経伝達物質、そ神経伝達物質、それの伝わり方、環境に強い影響を関いていること、でいること、では、 できない いき できる できる いった 内的 間)といった内的 らないと諦めてしまう前いこと。神経痛だから治まま生活していくのは辛 に相談してみては…。

今までの治療法が きたことによって 分~正午。予約可。駐車場分~午後6時30分。毎週診療時間は午前8時30 ●日吉町3-

いるそうです。 大幅に見直されて

やなづめ医院

一 わかってきました」とは 因と仕組み、治療方法が 引く痛みについてその原 『やなづめ医院』の簗詰院 ます。長年痛みに悩み苦 組み合わせて治療を行い ス、認知行動療法などを 動療法、マインドフルネ 院では、新しい治療法、運 しんでいる人は痛みの専

医学生時代に教育されて てみませんか? 門家である同院に相談し

私が

トレス、精神状態、た外的環境と、ス度、湿度、風といっな痛みは、気圧、温 か?」と築詰院長は話してみませんいます。新みを抱えた、 歩の世の中で解明されて いなかったことも日進月

ような体の一部または全 る薬剤もわかって れらに影響を与え

実施されてどで数多く 町の「なるか日には七飯 日と7月18 おり、7月4

病院や学

めま る き が 込

法テラス函館

週土・日曜日、祝日定休。午前9時~午後5時。毎 座についてや、窓口での 駐車場有の 相談の予約受付時間は、

●若松町6-7 三井生命函館若松町ビ

ル 5 階

2050-3383-5560