

POSTIN FREEPAPER 青いぽすと

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

640
2018.7.13

幻想的なスカイランタンも

大沼湖水まつり



写真提供/岩山優光

7月28、29日に大沼国定公園広場で『第109回大沼湖水まつり』が開催されます。夏の大沼を代表するこのお祭りは100年以上続く伝統があり、毎年行われる慰霊祭ではご詠歌に送られながら供養灯ろうを湖上へと流します。今年はスカイランタン(回収型)を夜空に浮かべ、さらに会場が幻想的な雰囲気。29日のステージイベントでは、山口ひろみさん、兵庫ケンイチさんによる歌謡ショーを開催します。花火大会は両日20:00～。供養灯ろうはイベント当日まで受付。詳細は一般社団法人七飯大沼国際観光コンベンション協会 ☎67-3020までお問い合わせください。

胸の奥にまで響きわたるような花火の音…、音楽フェスのスピーカーから流れるアーティストの歌声と客席からの大歓声…。今年も道南に夏がやってきました。夏になるといつもおなじみの夏のイベントに足を運んでいるという人も多いはず…。いつもは静かにイベントに参加している人も、今年こそは思い切り歓声をあげて盛り上がってみませんか？ 道南の短い夏だからこそ、夏の暑さよりもずっと熱い気持ちになってみませんか？

**夏の暑さより
ずっとずっと
熱くなるろう！**

2018.夏のイベントガイド

cover photo by Glaretone

函館の夏といえばやっぱりこのイベント!

はこだて国際民俗芸術祭



photo by Glaretone

いまや函館の夏に欠かせない超人気イベント、『はこだて国際民俗芸術祭』が8月5日(日)から8月11日(土・祝)まで開催されます。一般社団法人ワールズ・ミート・ジャパンの主催。今年も元町公園をメインに旧函

館区公会堂前、ペリー広場などの会場で、多数の海外・国内の民俗芸術団体がパフォーマンスを披露。港街・函館の熱い夏を盛り上げます。料金は、市民スポンサーパス4000円(元町公園会場7日間)、ワンデイパスは平日が1000円で土・日曜、祝日は2000円(元町公園会場1日間)。高校生以下はパス不要。ローソンチケット(Lコード11793)、カフェ・ドリフトドロップ(まちづくりセンター1F)、松柏堂プレイガイドほか各販売所で発売。詳細は同事務局 ☎52-3815まで。

楽しいお祭り&大迫力の花火大会

第37回しかべ海と温泉(いでゆ)のまつり

鹿部町最大のイベント『第37回しかべ海と温泉のまつり』が8月18日(土)8:30から21:00まで鹿部漁港で開催されます。応援合戦を受けながら白熱したゲームを繰り広げるカッター競漕、ふれあい水族館、多彩なステージ、豪華商品が多数そろった大ビンゴ大会など大人も子供も楽しめる内容。ハイライトは、打ち上げ花火を間近で見られる大迫力の花火大会が行われます(19:30～)。今年の夏は、ぜひ鹿部町へ! 荒天時は花火大会が翌日に順延、お祭りは鹿部町総合体育館で行います。詳細は鹿部温泉観光協会 ☎01372-7-3500(お祭り当日は道の駅しかべ間歇泉公園 ☎01372-7-5655)まで。



華麗でエネルギッシュな道南最古のお祭り

江差・姥神大神宮渡御祭

370有余年の歴史を誇る道南最古のお祭り『江差・姥神大神宮渡御祭』が、8月9日(木)、10日(金)、11日(土)に江差町一円で開催されます。8月10日と11日に行われる「宿入之儀」では、姥神大神宮境内で8人の白丁子がタイマツの火で参道を浄め、それに続き神輿が石段を駆け上がる様子は迫力満点。また、武者人形や歌舞伎人形などを配した勇壮華麗な13台の山車(ヤマ)が、祭り囃子の調べによって神輿とともに町内を練り歩きます。山車の中でも、宝暦年間に作られた「神功山」や唯一の船型山車「松寶丸」などは北海道文化財に指定されており、一見の価値あり! 詳細は姥神大神宮祭典協賛実行委員会(江差観光コンベンション協会) ☎0139-52-4815まで。



科学がグッと身近になる!

はこだて国際科学祭2018

『はこだて国際科学祭』は、子どもから大人まで幅広い世代が楽しめる催しが集合するフェスティバルです。10回目の今年は「『環境』から函館のしあわせを考える。」をテーマに、8月18日(土)から8月26日(日)までの9日間、複数の会場で科学体験イベントや講演会などが繰り広げられます。メイン会場の五稜郭タワーでは、開催テーマを掘り下げる展覧会、電子楽器テルミンのレクチャーコンサート、サイエンスショーなど。7月から始まっているプレイベントでは、自由研究向けの科学教室も多数開催されます。きっとあなたの興味にぴったりの催しがあるはず。詳細は、「はこだて国際科学祭」で検索。



今年も緑の島で熱い夏の2日間

道南函館黒船2018

函館の活性化を願って毎年開かれている『道南函館黒船2018』が今年も7月21、22日の2日間、函館港内・緑の島で開催されます。両日ともに午前10時30分から午後4時30分まで、「音楽」「ファッション」「食」という3つのテーマを融合させた各種催しが行われます。今回は、コリコ・田中直樹さん、中川翔子さん、島田秀平さん、アンジェラ佐藤さん、りゅうちえるさんらが来場してイベントを盛り上げます。入場無料。雨天決行、荒天中止。詳細は株式会社ファーストラッシュ内・函館黒船地域活性化協議会 ☎86-9900まで。公式サイトは「函館黒船」で検索。



約2メートルの巨大コロケ!

あっさぶふるさと夏まつり

厚沢部町役場前駐車場(厚沢部町新町)で開催される『あっさぶふるさと夏まつり』は7月21日(土)、22日(日)を予定。「世界一大きい」とも言われる約2メートルのコロケが、大型クレーン車と巨大フライパンを使って揚げられる様子を今年も楽しみにしている人も多いのではないのでしょうか。メークイン発祥の地・厚沢部町ならではの「巨大コロケ」は22日に行われます。そのほか、21日にはカラオケ大会、歌謡ショーを、22日にはヒーローショー、ご当地キャラクターショーなどが行われます。詳細は厚沢部町観光協会 ☎0139-64-3738まで。



北斗市きじひき高原でバーベキュー!

第6回きじひき高原まつり

大野平野を一望できるきじひき高原で、雄大な景色を眺めながらバーベキューを楽しむのが『きじひき高原まつり』。6周年を迎える今年も8月19日(日)10:00~15:00に開催されます。北斗市産の黒毛和牛やサフォーク羊、ブランド牛「北斗プライムビーフ」、海産物などの前売り券を事前に購入し、当日会場で食材と交換。コンロや炭、箸、皿、タレなどは主催者が用意しているので、道具の準備をせずに気軽に参加できるのが魅力です。前売り券の販売は8月15日までですが、数量限定のため購入はお早めに。ステージイベントや各種アトラクションも実施予定。前売り券の販売場所など詳細は北斗市役所観光課 ☎73-3111まで。



海のプールで楽しいイベント

第34回 元和台マリンフェスティバル

乙部町の海水浴場「元和台海滨公園 海のプール」が今年も7月22日~8月19日に開設され、この海のプールを会場に8月5日、『第34回 元和台マリンフェスティバル』が開催されます。ウニ・ツブ・ホタテ手づかみ体験、ダツタン漂流記レース、ちびっこ緑日など楽しい企画が盛りだくさんの1日。フェスティバル当日は清掃協力金として小学生以上の入場料100円。バリアフリービーチとして会場には障害者用更衣室やトイレ、水陸両用の車椅子も用意しています。ホタテ手づかみ体験はフェスティバル以外の土・日曜日、祝日、お盆期間にも実施。詳細は乙部町産業課商工労働観光係 ☎0139-62-2871まで。



伝説をモチーフにした熱い祭り

エゾ地の火まつり

函館から車で1時間半。上ノ国町中心部の上ノ国小学校グラウンドで毎年催される『エゾ地の火まつり』は、海の神の龍神と山の女神が年に1度出会う「龍燈伝説」をモチーフにした上ノ国町を代表するイベントです。昼の部と夜の部に分かれてひらかれ、昼の部はクイズ祭りなど子どもでも楽しめる多数の催しのほか、大人も楽しめるミニゲーム大会やステージショーなどが行われ、夜の部はバンド演奏や龍縮太鼓のほか、激しく燃え上がる高さ約5メートルの巨大たいまつを灯す天の川たいまつ明かしや花火大会など催しが充実。夏の夜空を焦がす暑いイベントに参加してみませんか。開催は8月14日(火)。荒天時は翌15日(水)に順延。入場無料。詳細はエゾ地の火まつり実行委員会(上ノ国町水産商工課商工観光グループ) ☎0139-55-2311まで。



HEADLINE

出会いを求める独身男女に朗報！

NPO法人 はこだて出会いサポートセンター JUNOALL



独身男女の出会いに向けて婚活支援活動をするNPO法人『はこだて出会いサポートセンター JUNOALL(ジュノール)』がこの春から本格的に事業を開始して注目されています。同センターでは現在、20歳以上の独身男女を対象に会員を集めています。

会員になると川原町にある同センター事務所のパソコンで自身の条件に合う相手を探し、希望に応じてお見合いをすることができるほか、必要があれば同センターのスタッフからアドバイスを受けることもできます。若い人だけでなく一人暮らしの中高齢者の婚活支援も行っており、人生のパートナーを探しているたくさんの方の支援や函館での未婚率の減少問題の解消に一役買う組織として注目されています。年会費は12960円(その他の費用は一切かかりません)。詳細は電話でお問い合わせください。

●川原町18-2 ユートピア川原 ☎83-2713

消費税増税前に、我が家の外壁の塗り替えを！

工藤塗装

ご自宅の外壁をそろそろ塗り替えたいと思っている人は、消費税増税前の今がチャンスです！ 外壁塗装の専門店として30年の実績が定評の『工藤塗装』へ、今すぐお電話を！



屋根や外壁の変色・退色やコーキング周りのひび割れ・隙間ができたなど、塗り替えの目安は新築の時から8～10年後が一般的といわれています。『工藤塗装』ではどんな小さな仕事でも仕上がりに定評があります。

見積一例では、外壁塗装が2液型シリコン樹脂塗装(シーラー塗1回、仕上げ2回、計3回塗り)1㎡あたり1800円～。屋根塗装は、サビ止めが1㎡あたり1回500円～、シリコンルーフ塗装仕上げは1㎡あたり1回800円～。それぞれホームタンク、プロパンカーの塗り替えが無料サービスとなります。見積・相談は無料。1級技能士で職業訓練指導員でもある工藤春洋代表と1級技能士の工藤貴之さんが親子で仕上げる仕事は評判です。詳細はお気軽にお問い合わせください。

●日吉町2-22-34 ☎55-8479 【携帯電話】090-9082-4227

青ほの目

蓮始開

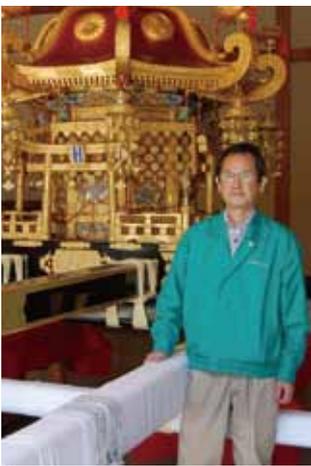
蓮始開と書いて「はすはじめ(ひらく)」と読む。1年を24等分して季節の呼称をつけた古代中国発祥の二十四節気は「立春」「秋分」など、日本でもよく知られているが、この二十四節気をさらに細かく分けて季節を表したのが七十二候。この七十二候では7月13日からは「蓮始開」。極楽に咲いているといわれる蓮の花は泥の中に生まれて清らかに咲くことから、清く生きるとのたとえとされているという。▼函館のお盆は7月。旧暦で7月に行われてきたお盆は改暦後に全国各地で8月になったが、函館は旧暦と変わらず7月がお盆になったため、全国的にも稀なケースとなった。僕は若い頃から来世とか輪廻転生というものを信じていなかったが、人はなぜお盆という習慣を大切にしているのだろうか。昔から思っていた▼「最近、子供の頃からテレビで観ていた芸能人やスポーツ選手などが亡くなったニュースが流れるたびに、自分も1日1日死に向かって生きているということを実感するようになった。また、過目のニュースでは僕よりずっと若い登山家が山中で亡くなったという話題が放送された。命の尊さというものについて若い頃よりリアルに考えるようになったこの頃、日本人がお盆という習慣を大切にしている理由も昔より何となく分かってきたような気がする▼この世の中にいま僕が存在しているのは、これまで命を繋いできてくださった皆さんのご先祖様のおかげである。僕が僕として生まれた確率は宝くじが当たるよりもずっと低い。だから大切に、せっかくなりたい。命を大切に、自分にとって有意義な人生を送らなければならない。少なくとも命を粗末したり、自暴自棄な生き方をしたりしてはいけない。いまの僕にとってお盆というのは、そういうことをあらためて振り返り、ご先祖様に感謝する時間だと思っている▼お盆といえは、親戚が一同に集まる機会でもある。親戚付き合いは苦手という人も少なくないだろう。実際、以前の僕がそうだった。しかしこの数年は母方の親戚と親しくさせてもらうようになり、生前の母親の思い出話などに花を咲かせる機会もできて、それはそれなりに有意義な時間だと思えるようになった▼この先、世の中がどうなっていくかは分からないが、世の中がどう変わるかと、蓮の花のように清く生きてゆきたいと願うこの頃(真)



神輿部長として例大祭に奉仕

函館八幡宮神輿会が主催する神輿部長 梶原健司さん

各地でさまざまなお祭り、垣会一の神輿部長。スタートが開かれる夏、毎年8月14・15日に行われる「函館八幡宮」の神輿は、「波島の国」帯の総鎮守の祭りとして、箱館調整するのが主な役目です。奉行が法制化したことにより安永9年に始まった由緒上、70人前後を1班として、ある祭りで、2年に1度神輿が市内西部地区を巡回する神輿渡御と、神輿が社殿に戻る際の迫力ある石段駆け上りが有名。梶原健司さん、梶原さんが瑞垣会の一員は、その神輿渡御を取り仕切る函館八幡宮の神輿の会「瑞垣」の今年で6回目。



神輿は15日の午前10時30分に函館八幡宮石段前を出発し、金森赤レンガ倉庫エリアを最初に、魚長食品、函館国際ホテル、朝市などを経由して、午後4時30分ごろ函館八幡宮の第一鳥居まで戻り、午後5時から石段駆け上りが行われます。2トン以上もある神輿が134段の石段を担ぎ手たちによって、ワッショイの掛け声とともに1分25秒ほどで駆け上がり、見応え十分。

神輿の担ぎ手は事前に申し込めば男女問わず一般参加できるものの、駆け上りにはコツがあり、初めての人には難しいと言われます。「やってみてみたいと思う方、方もしららっしやるなら、神輿と駆け上りを一度見てくださ。菊花紋が入った格式高い神輿も見る価値が多いにあります」と話す梶原さんは、例大祭は雨天決行。詳細は函館八幡宮 ☎2233636まで。

今月のおすすめスイーツ

PETI PATI(ぷてい ぱてい) 「いちごしょーとぱるふえ」

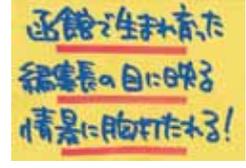
後味スツクリ、鈴木牧場の牛乳ソフトを使ったパフェ

『ぷていぱてい』は昨年4月に美原の赤川通沿いにオープンした洋菓子店。小さい子を持つママでもあるパティシエールが、アルミフリーのベーキングパウダーを使ったり、お酒を極力使わずに作った「自分の子どもにも安心して食べさせられるお菓子」を提供しています。店内は1階がケーキや焼き菓子が並ぶショップ、2階がイートインスペース。「いちごしょーとぱるふえ」(650円)は、ふわふわのスポンジケーキ、いちごソース、生クリームの上に、北斗市にある鈴木牧場のミルクを使ったソフトクリームを乗せたもの。テイクアウト、イートインどちらも可。ソフトクリームは単品なら300円。9:30～19:00(日曜は18:00まで)。木曜休。P有。●美原2-38-4 ☎070-4320-4357



上村さんありがとう!

要は活字を目で追うのがとても面倒くさいワケだ…。子供の頃から50代になった現在に至るまで、読書が大の苦手である。そんな僕が出版業界に30年も身を置き、本まで出してしまうのだから、世の中には不思議なことがあるものだ…。今年3月に発売開始した書籍「青ぼの目〜お天道様からいただいた編集長という生き方〜」の創刊が決まった時、僕はどうしてもやりたいことがひとつあった。それが、七重浜にある「本を読まない人のための本屋 ワンダフルワールド!」(本欄下のコーナー参照↓)に本を置いてもらうこと。「本を読まない人のための本屋で、本を読まない人が書いた本を売る」っていうワケだ。僕はこういうことを考える時が人生で最もワクワクするのだ。そんなワケで、函館篇書店での先行販売契約が終了後に同店店主の上村さんにお願いしたらすぐにOK。早速、本と一緒に店頭で並ぶPOPが当編集室に送られてきた。感動した! 上村さんありがとう、僕の本を読んでくださったんですね。お世辞でもとっても嬉しいです。本を読まない人のための本屋で、本を読まない人が書いた本を発売中です。



一部の人にきつと役立つホンやモノ
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

函館は温泉・サウナ天国
自宅近くに日帰り温泉があります。源泉かけ流しでいくつかの種類のお風呂、サウナがついていて銭湯価格で入れます。カラッと晴れた太陽の下、一条まとわぬ姿で屋外スペースに出ると半端ではない解放感があります。数百円払うだけでこの極楽! 感動して地元の方に話しますが「そだねー」程度の返事しかありません。そう、地元の方にとってこれは当たり前なのです。
私の実家がある大阪ですと料金は倍、温泉は循環式、露天に出て蒸し暑くて不快、利用者が多すぎて芋洗い状態。この状況を思い浮かべながら近所の温泉で青空を見上げると…それはもう薄ら笑いが出るほど格別だということをお伝えいたします。



湯遊ワンダーランド 扶桑社 まんしゅうきつこ 900円+税
温泉やサウナに必ずいる「変わった人」を思い起こさせる、サウナエッセイ漫画。

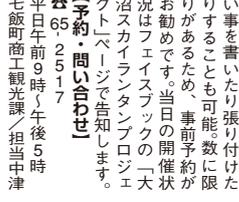
サラリと温かく、眠り快適:

創業17年「タジマ寝具」が自信を持っておすすめする「パシーマキルトケット」をご存知ですか? 「見た目はシングルですが、不思議なことに身体にまとわりつかず、寝相が悪くても朝まできちんとかかっています。使ってみると、その軽さと肌触りの良さに手放せなくなり、誰かに教えたくなくなり、誰か「オ」とは、多くのパシーマキルトケットのファンです。福岡県のメーカー「龍宮」の「パシーマキルトケット」は、脱脂綿を含んだ中綿を綿100%のガーゼ生地で挟んだ三層構造になっているので吸湿・吸水性に優れ、寝汗による蒸れ感に悩まされることがありません。温かいけれど、ガーゼの凸凹が肌にまとわりつかずサラリと使えます。熟練の精製技術で繊維製品の国際安全基準「エコテックススタンダード」で最も厳しい「製品分類1」の基準をクリア。赤ちゃんが使っても安心な品質の高さは、すべての人が安心して使えるという証でもあります。また、キルトティンク加工で丈夫に仕上げ、洗濯ネットを使わず丸洗いができるのも魅力。春夏は1枚で、春秋はパシーマキルトケットの上に毛布や合掛、冬は羽毛布団を加えて使えます。肌に触れる部分に常に使うことで、1年中気持ちよく眠れます。「パシーマキルトケット」の寝具は使えたらという声も多数。価格は「シングル」(145センチ×240センチ)税込7020円。お問い合わせは、道南地区取扱店の函館市まで、函館市内配送無料。営業時間は午前9時〜午後6時。毎週日曜日祝日定休。駐車場有。
●柏木町2-25
ホリデイスポーツクラブ 向かい
【ご相談フリーダイヤル】
0120-8466843
ホームページ「やすらぎショップタジマ」で検索



大沼にスカイランタン200個が飛び

灯籠流しや花火打上げなどで毎年に行われる大沼の夏祭り「大沼湖水まつり」(一般社団法人七飯大沼国際観光コンベンション協会主催)に、今年初めてスカイランタンが登場します。発売したのは、七飯町域おこし協会の中津歩司さん。「伝統あるお祭りをもっと若い世代にも知ってもらいたい」とインターネットで資金集め(クラウドファンディング)を行い、多くの賛同を得てスカイランタン200個の購入費用を調達しました。一般的なスカイランタンは火を灯した紙袋を飛ばしますが、大沼湖水まつりでは自然環境に配慮してLEDライトを入れた和紙の風船を使用し、紐を取り付けて回収できるようにしています。開催日は7月28日(土)・29日(日)で、両日も午後8時前に飛ばす予定(小雨決行)。「青いぼすと見た」で1個2000円でスカイランタンを購入できます。和紙に購入したスカイランタンを平日午前9時〜午後5時、七飯町商工観光課(担当中津)



24時間フィットネス函館初上陸!

24時間365日営業する世界3800店舗のフィットネスジムが函館初上陸! マシン特化型ジムの「エニタイムフィットネス」は、フィットネスジム王国のアメリカで最高峰と評される「ライブフィットネス」のマシンを導入。稼働回数やインテリバルタイムを確認できるカウンター&タビを装備した、同メーカー最高峰のインテリバルマシン「プレトリートメントマシン」など、初心者から上級者まで確実に満足できるライナップが特徴です。店舗設備もシャワールームや日焼けマシンなど幅広く完備。いつでも使えて月額7020円(税込)。入会月を。●花岡町19-1



「ハーバリウム」自由研究にいかが。

「リフレッシュサロン・Smile」(スマイル)では、今注目の「ハーバリウム」(写真上)の出張ワークショップを始めました。「ハーバリウム大・小2個セット」が通常3300円のところ、3000円+出張費500円で体験できます。1人での制作はもちろんです。親子や友人と1個ずつ制作することも可能。ハーバリウム人は最初にミニボトルで制作練習して楽しむことができます。夏らしいものや、名前の入ったオリジナルボトルなど多数あるほか、同店人気ナンバーワン「ハーバリウムキャンドル」があります(詳細は同店のブログを確認)。サロンでの制作も可。また、同サロンはもみほぐしの出張術が好評です。通常メニュー料金+出張費500円という良心的な料金も人気のひとつ(65歳以上・近郊無料)。出張用の簡易ヘッドを置くスペース。制作時間は午前11時〜午後9時(予約は午後7時まで受付)。予約制。駐車場有。●西栢町749-34
ベアコート982階C
☎090-2893-5324
ホームページ、ブログは「函館スマイルエステ」で検索





選りすぐりの振袖や袴が豊富にそろった衣装ギャラリー「きものレンタルレコ」や、ロケーションの西部地区に洋館を再利用したハウススタジオを設け、成人式や卒業式の衣装選びをオールサポートしている『フォトスタジオいわなみ』。

小学校の卒業袴も充実している同店は、「華美になりすぎないように」との学校からの指導に沿った衣装選びや、ヘアメイクの相談にも対応。普段着慣れない袴を着用するため、式当日に困らない振る舞い方の指導もしてくれます。

また、成人式のプラン

では当日レンタルのほか、撮影風景のスナップ写真もデータでたっぷりついてくるアルバム撮影が家族の思い出作りになると評判。



CLOSE UP
衣装選びをオールサポート
フォトスタジオいわなみ

● 富岡町 3・28 12
● 富岡町 2・3・1
● ハウススタジオ
● 弁天町 15 12
● 問い合わせ
☎ 76-060605

Delicious Spot **麺屋 石ばし**

「こってりみそ」が1番人気



「麺屋 石ばし」は本通2丁目

に昨年オープンし、4月で1周年を迎えたラーメン店。ラーメン職人として経験豊富な店主が、地元の人に愛される地域密着型の店を目指して1杯1杯を大切に、「1度食べた人が2度、3度と食べにきてくれる味」と、「地元の人が家族連れで気軽に足を運んでくれる空間」作りをしています。

ラーメンは鶏ガラをメインにした「あっさりスープ」と豚骨100%の「こってりスープ」の2種類のスープを用意し、好みで選べるようにしています。

1番人気は「こってりスープ」の「みそ」(=写真、780円)で、朝早くから炊きはじめ、夕方までかけてじっくりと素材の旨味を引き出した後、1日寝かせて旨味を凝縮させたスープと、風味まるやかな味噌だれを合わせたコク深い味わいを堪能できます。クリーミーな口当たりのスープは、最後まで飲み干してしまいたくなる美味しさ。食べやすさも考慮してセレクトしたという細とも相性バッチリです。旨味を閉じ込めてから炊きあげ、提供する直前に軽く炙ってから出されるチャーシューも香ばしく美味。

店内は座席数をあえて少なめにし、空間を広く使っているの落ち着いて食事を楽しむことができます。赤ちゃんやお子さん連れにうれしい小上がり席もあります。

■ 11:00~20:30 ■ 水曜休 ■ P有
● 本通2-34-1 ☎ 83-1717

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) 3.フィンランドの教育に日本の未来を夢見る!



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。

以前教育先進国であるフィンランドの学校の様子をテレビで見ると驚いたことがあります。それは子供達がとても自由に勉強していること、制服もなく、中にはシヨッピングセンターの紙袋に穴をあけて袖を通して登校する子どももいて、さすがにその生徒は叱られていましたが、日本の教室の風景を見慣れていた私にとって衝撃的でした。

日本では中学生になると、当たり前のように制服を着て学校に通うようになります。制服は楽しい可愛らしい、それについて私は批判するつもりはないですが、ただその中で「なんで」と疑問を持つ子供がいます。

次回はフィンランドの教育制度について、もう少し掘り下げる予定です。

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

はこだて医療情報 佐藤内科小児科医院副院長 中里 諭美

ワン・オペ育児を考える②

ワンオペ育児は大変だ、大変だ。とばかり言っているけど仕方ないの、ワンオペ育児の負担を軽減するには一体どうすれば良いのでしょうか?

①夫と連絡を取り合う。仕事も育児もハウレンソウ!(報告・連絡・相談)

ワンオペ育児はどうしてもお母さんと子供の問題として捉えてしまいがちですが、家族であるお父さんにも考えてもらう必要がある問題です。仕事が忙しくて育児参加が難しいお父さん、いつもお仕事お疲れ様です。確かにお母さんみたくに育児・家事全般やるのは難しいですが、例えば、休日のお風呂だけ担当とか、ダイナミックな運動遊び担当とか、公園にお散歩担当とか、どれか1つ2つだけでもお母さんと交代するだけで、お母さんも助かるし、お父さんもお子さんとコミュニケーションが取れて、お父さん大好き! 楽しい! となりますから、ぜひやってみて下さいね。ちょっとそれも忙しくて無理そうというお父さん、インターネットで情報収集など男性の方が得意という方も多いのではないのでしょうか。ネットで子育て情報などを色々調べて、お母さんに教えてあげるのはどうですか?ワンオペ育児ママは睡眠時間を削ってネットで情報収集してますから、その分睡眠時間が確保でき喜ばれると思います。また、1番簡単かつ効果絶大なのは、精神的支援(言葉かけ)です。「いつも育児・家事頑張ってくれて有難う。」とか「ママ身体大丈夫?疲れてない?」とか日本人男性があまり得意ではないあれです。が、本当にお母さんのイライラと緊張が緩和する効果は絶大なんですよ。

②ファミリーサポートや延長保育、子育てサロン、市の子育て支援制度の利用

ファミリーサポートは子供を預けたい依頼者会員が、子供を預かることができる提携会員に有償で預ける相互援助の仕組みです(ただし、事前の会員登録や打ち合わせが必要ですので、詳しくはお問合せ下さい)。
→函館市のHP子育て情報リンク集「はこすく」参照

③医療機関の利用

体調を崩したお子さん、お母さんに早めの受診をお勧めしたいのですが、忙しいとそうもいかない時もありますね。ただお母さんが倒れては一大事! 遠慮せずに受診してご相談下さい。お母さんが元気になって笑顔になると、お子さんも笑顔になりますよ。

● 桔梗 4-8-25 ☎ 46-1212



ドクター講座 前多歯科クリニック院長 前多 壯児

歯の健康ときれいな笑顔、全身疾患の密接な関係

きれいで健康的な笑顔でいるために重要なのは顔の表情筋です。歯の噛み合わせが悪いと、この表情筋の動きが悪くなってしまいます。例えば口の下から顎に伸びる

オトガイ筋はきれいなフェイスラインを作るために重要ですが、噛み合わせが原因で顎の筋肉が緊張していると、きれいな笑顔を作ることができなくなります。当院では美容外科の診療科目を設けていますが、その主な理由は、歯科医療と美容が密接な関係を持っているからです。さらに歯の噛み合わせは頭痛や肩こり、腰痛の原因にもつながります。

このように、歯の健康が体全体の健康と密接な関係があることから当院では、「医歯薬連携」に注目して、前述した美容外科、そして内科の標榜科目も取得して、それぞれの医師と連携しながら患者さんと向き合っています。

臓器的な役割をしている大切な歯が失われる原因の第1位である歯周病は、糖尿病をはじめ心筋梗塞や認知症と言った全身疾患へのリスクが高まる感染症でもあります。さらには歯の治療で使用する有害金属が体に及ぼす影響も含めると、「医歯薬連携」の重要性がますます注目されるといえるのではないのでしょうか?

きれいな笑顔や臓器的役割を果たしている歯が失われないように、そしてそれが全身疾患につながらないようにするためにも、歯科医にも「かかりつけ医」を見つけることが大事ではないでしょうか?

本欄は前多先生に取材し、本紙記者が執筆しました。

● 千歳町 11-2 ☎ 23-5000



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

青ほを参考に

毎号楽しみにさせていたいただいておます。今回(7月11日号)七飯の道の駅が紹介されていってとても参考になりました。まだ行ってないの、記事を読んでないので、記事を読んで行ってみたいと思えます。(追分町、A・N)

青いほすと毎回とても楽しみにしていらす。思えば20年前、東京から今住んでいるところに来て、いちばん困るのが病院でした。その時青ほの医療情報がどれだけ役にたったのか! とても有難かったです!

有難かったです! 青いほすと毎回とても楽しみにしていらす。思えば20年前、東京から今住んでいるところに来て、いちばん困るのが病院でした。その時青ほの医療情報がどれだけ役にたったのか! とても有難かったです!

どうでございます。これからもよろしくお願ひします。

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きます。ご住所がござ

【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『麵屋 石ばし』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、青いほすとに対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7月23日。

〒040-0063
函館市若松町30-21
株式会社青いほすと
「石ばし」係

新店舗・リニューアル情報

ヴィーナス オブ バング

杉並町の電車道路沿いにオープンした「ヴィーナスオブバング」は、カットやパーマなどの施術に加え、衣裳レンタルや着付け、写真撮影などにも対応できるフォトスタジオ付きの美容室。店内は階段にチャイルドガードやトイレにおむつ台があり、家族連れやお子さんと連れにも配慮。ヘアメイクと写真撮影のセットプランが好評で、なかでも「シニアポート

●杉並町2042
☎83-6514



次号予告

7月27日号 爽やか夏庭

8月17日号 夏バテ解消、スタミナ料理

発行元/株式会社青いほすと
〒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

編集後記

この原稿を書いている頃、人生最大級の悔しさを味わっている。寝ても覚めても悔しくて仕方ない。悔しさを生きる上でこの悔しさをなくしたい。考えるたびに泣きたくなる。あー悔しい。人生やり直したい。(慎)

先日、入浴中のこと。夜なのに外から草刈り機の音が聞こえてきた。「こんな時間に!?」などと思いつつながら浴室から出てみると、もっと大きな「ブーン」という音。大きなハチが1匹洗面所をブンブン飛んでいました。草刈り機の音じゃなかったのね。怖!!(ヒ)

この号を制作している今とても暑い。買ったばかりの夏服の出番はなく、セールで買った冬物が活躍中。水槽を洗うとか、木を切るとか、ペンキを塗るとか、外で焼肉するとか、釣竿の準備するとか、いろいろ外でやりたいことがあるから暖かくなって!(まい)

空に雲、大きな木や海や山、自然を眺めるのは好きなんです。インドア派です。そんな私が、時にはアクティブにしよう! と思い立ち、大沼で自転車をレンタルしました。もちろん、目指すは湖畔一周。結果、30分も経たずに自転車返却。電動自転車をレンタルした意味…苦笑。(BP)

今年もランニングシーズンになり、いくつか大会にも出ているのですが、さっぱりタイムが上ががりません。その理由は知ってます。まるで走ってない。「こんなハズじゃないのになぁ」などと思いつつながら函館マラソンは今週末(現在6/27)。まあタイムは期待できません…。(SS)

漂白剤を入れてお気に入りの白いシャツを洗濯したら赤く染まってしまった。以前、同じように洗った時には何ともなかったのに。調べてみると塩素系の漂白剤は日焼け止めが付着している部分に反応して赤く変色してしまうとのこと。そんなの知らなかったよー。(ガ)

毎週末ほぼ必ず市内・近郊のイベントに足を運んでいます。数年前までは1日2~3本イベントをはしごしたりもしていましたが、年齢とともに無理ができなくなってきました。ここで、イベントが好きな人のあるあるネタをひとつ、「行きたいイベントの日程はかぶりがち」(廉)

SPOTLIGHT

後悔しない！ 60代のための住宅見学会 星野リフォーム

北向きで寒く孤立感と閉塞感がある台所。食器戸棚や冷蔵庫も使いづらく、ずっと使っていたステンレスの流し台には不満だらけ。ドアを開けると狭い廊下がふさがり、いちいち遠回りするのが煩わしい。60代のリフォームはこうした不満を解消する最後のチャンスです。

「星野リフォーム」の住宅見学会が7月28日(土)・29日(日)に市内山の手で開催されます。開放感と安心感があ

びにくる4人のやんちゃな孫をしつかり見守れる対面キッチン。開閉で邪魔にならないストレスセ口の折込ドア式トイレ。さらに「福祉住環境コーディネーター」を持つ「星野リフォーム」だから実現できる、2年後まで見えた工夫とアイデアを随所に盛り込みました。

見学会では建築主さんと直接話すこともできるので、必ずひとつは参考になるものがあるはずです。

建築主さんのご協力をいただき先着8組限定。来場者限定のプレゼントも用意しています。60代の後悔しないリフォーム。興味ある人はまず、左記までお問い合わせを。

●本通2・33・11
 ☎0059777888
<http://www.hoshino-r.com>



選ばれる塗装屋さん

創業38年の「小林ペイント工業」は、安心して施工を任せられることができる塗装屋さん。細やかな見積りと分かりやすい説明が好評で、高く評価される塗装技術で信頼を積み重ねてきました。

有限会社 小林ペイント工業



スタッフは20年以上のベテラン職人ばかりで、函館の職人では唯一、函館区旧公会堂の塗装を手がける職人として選ばれました。一般の人には分からないことも多い職人さんの仕事ですが、特に住宅の外壁や屋根の塗装の技術は仕上がりの見ただけでは分かりにくく、塗装技術の差が出てくるのは塗装してから数年が経過した頃。施工不良だと塗装が浮いてきたり剥がれたりしてきます。

こと。その責任感を持ち丁寧に施工することに誇りを持っています」と話す小林正代表(「零専」)は、腕の良い職人さんの仕事を褒められることに自信を持っているのだそう。

「お客様にとって住宅の外壁や屋根の塗装は一般的に10年に1度ほどの

塗装技術を通じて培われた豊富な知識と経験は、様々な住まいの悩みに関する相談先としても信頼を集めています。

宅に関する心配事を誰に相談したらよいか悩んだ時にも頼れる住まいのホームドクター的な社長さんです。ぜひ相談してみてはいかがでしょうか。

●中道2・41・5
 ☎53・3780
フリーダイヤル
 0120・5399・536
 北海道知事許可(渡)第3081号1級塗装技能士