

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

645

2018.9.28



3



1



4



2

迷った時の 秋の10選 あんかけ焼きそば

もうすぐランチタイムという時などに、「今日は何を食べよう?」と迷ってしまう時はありませんか? そんな時は、とろりとしたあんと具たくさんが食欲をそそる「あんかけ焼きそば」はいかがでしょう。今回は本紙厳選の10店舗の自慢の1皿をピックアップしました。

1 伝説のあんかけ焼きそば
ラッキービエロ

「ラッキービエロ」の前身として本町で人気を集めていた中国料理店「シルクロード」。この店で大人気となっていた伝説のあんかけ焼きそばが現在、ラッキービエロ人見店、本通店、北斗飯生店の3店舗で復活メニューとして数量限定メニューに加わっており、オールトリアンはもとより、数多くのあんかけ感を魅了している。一皿745円。焼き加減が抜群の麺と具だくさんのあんかけの「ハリッ、トロッ」の食感のハーモニイが抜群の広東風。今日は何を食べようかと迷ったらぜひ、伝説のあんかけ焼きそばを賞味あれ! 伝説メニュー復活の聖地・人見店では1日50食限定。本通店、北斗飯生店では各1日20食限定。

2 絶妙! 手間をかけた人気店の味
中国料理 幸珍

「絶妙」昭和3丁目・産業道路沿いにある「中国料理 幸珍」の「豚肉とビーマンの細切りあんかけ焼きそば」(900円)をひと口食べた瞬間にその文字が頭に浮かんだ。肉の細切りのこととを中国料理では「肉糸(ルース)」と呼ぶ。豚バラ肉の塊を1度冷凍することで、細く均一な肉の細切りに仕上げることができる。そんな手間をかけたからこそ、ほろろと焦りが入った麺とごころの餡、細切りの豚肉とビーマンの絶妙な食感がたまらない皿が完成する。これぞ職人技! 営業時間は11時30分~13時30分、17時~19時30分。火曜休。P有。

●昭和3・3012
☎4677705

3 ランチは選べるあんが12種類!
チャイナダイニング鳳凰

本格中華をリーズナブルな価格で提供している「チャイナダイニング鳳凰」。あんかけ焼きそばは定番人気メニューだが、中でもお店イチオシなのが「フリフリ海老ワンタン黒胡椒あんかけ焼きそば」(980円)。カリッと揚げた自家製海老ワンタンに、食感の異なる2種類の黒胡椒をきかせたあんがからむ、他にはない一品だ。ランチではなんと12種類のあんかけから食べたいものを選んだら、焼きそば、炒飯、ラーメン、白飯のどれにかけるかまで選べるのも嬉しい。営業時間は11時30分~14時30分、17時~21時30分。水曜休。P有。

●桔梗町418-1110
☎8460004

4 塩派も醤油派も満足!
中国料理 李太白

個室でゆっくりと食事を楽しめる「中国料理 李太白」では、2種類のおんかけ焼きそばを提供。存在感のある海老が嬉しい「海老焼きそば」(950円)は、さっぱりとした塩味のあんが食材の旨味を引き立てる一品。醤油味の「五目焼きそば」(880円)も間違いない美味しさ。各+200円で倍量の大量。食材はそのままで、塩味と醤油味の変更も可。「麺・飯チョイスランチ」(麺類1350円、飯類1250円)の麺類メニューから前述した2種類の焼きそばを選ぶこともできます。営業時間は11時30分~14時30分、17時~20時30分。水曜休。P有。

●宮前町30-2
☎427778

5 創業から受け継がれてきた味
中国料理 香港

本格中華を気軽に味わえる「中国料理 香港」は、セックスマニューから一品料理まで充実。人気の「五目あんかけ焼きそば」(スープ付き880円)は、塩味をへースに中華の調味料や醤油を加えたあんが、あつさりしつつも深いコクを感じる一品。あんかけのたるみと食材の食感、麺の絡み具合も絶妙です。47年前の創業から変わらず受け継がれてきたあんかけ焼きそばを、ぜひ一配産可(詳細はお問い合わせ)。10月は麻婆ラーメン(780円)が500円になる企画も有。営業時間は11時30分〜LO14時30分、17時〜LO20時30分水曜休。P有。

「中華レストラン 杏梨」の「五目あんかけ焼きそば」の具材は五目というよりとても豊富。道産小麦を使用した麺はモチモチとした食感が特徴で、具材やあんに負けない存在感があります。ポテニウム満点のこちらは880円と嬉しい価格ですが、同メニューを含む8種から選べるメインメニューにサラダ、小皿料理(スープ、デザート)が付いた湯の川セック(1400円)はさらにお得! 「五目あんかけ焼きそば」は800円もあります。営業時間は11時30分〜LO14時30分、17時〜LO20時30分。水曜休。P有。

6 種類豊富な具材に舌鼓
中華レストラン 杏梨

多彩な一品料理からコース料理まで本格的な中国料理を愉しめる「中国料理 張家口」の「五目あんかけ焼きそば」(880円)は、大きめの具材がたっぷり入っていて多くの人を虜にしている逸品。同メニューと人気の一品料理を含む8品を味わうことができる宴会メニューは、特別な日の食事やパーティなどにもピッタリと好評です(20分飲み放題付1人3500円、利用は4人、テイクアウト限定。ほかにも「手作り辣油の四川担々麺」や餃子もオススメ。11時〜LO14時30分、17時〜LO20時30分。不定休。P有。

7 人気の理由は大きな具材
中国料理 張家口

サン・リフレ函館内の「ローカン」の「あんかけ焼きそば」(醤油味700円)は、開店以来20年以上に渡って同店の一番人気を誇る看板メニュー。大きな皿を埋め尽くす盛りりの良さと具材の多さに初めは圧倒されますが、食べ始めたらそのおいしさに驚き止まりません。あんかけの色が濃いのは、店主が独自に考案した技法で火を取り、その後一定期間寝かせた醤油を使っているから。食べてみると全く塩辛さはなく、まるやかな味わいに驚かされます。これからも内容を变えずにがんばっていきませうと店主。11時〜13時30分、日曜・祝日・第3木曜定休。

8 あんかけの色の濃さに秘密あり!
ローカン



「東春」は創業以来おおよそ50年愛され続ける中国料理店。人気のあんかけ焼きそばの中にもかたい焼きソバ(写真、1026円)は、バリバリの揚げ麺にトロリとあんの旨みが絡む至福の一品。五目あんかけの具には魚介や野菜などがたっぷり使われており、注目は自家製のチャーシュー。凝縮された旨味がしっとり柔らかな、優しく深い味わいです。あんは五目あんのほか塩味のエビあん、カニあんなどがあり、香ばしい焼き麺もイチオシ。11時〜LO14時30分、17時〜LO21時30分(日曜・祝日LO20時30分)。月曜休(祝日の場合は翌火曜休)。P有。

9 バリッパリの揚げ麺あんかけ
中国料理 東春



「注目の新店のあんかけ焼きそば 海まち中華 かりんとう」本町にある「かりんとう」は昨年12月にオープンした中華レストラン。札幌のホテルや市内のレストランで腕を磨いた料理長が油を極力控えた調理で素材の持ち味を生かした料理を提供。「五目あんかけ焼きそば」(900円)は、オースターソースをベースにしたコクのある味わいが楽しめます。あんかけ焼きそばでは、このほか大海老入りあんかけ焼きそば(ランチタイムはコーヒープッキ1500円、テイクアウトは単品1300円)もオススメ。ランチ土・日曜、祝日11時30分〜14時、テイクアウト18時〜翌2時(日曜、祝日〜22時)。月曜、第3火曜休。

●本町22-1-1 クリーンエステートビル1階
☎31-688-1

●石川町3-14-4
☎47-757-0

●湯川町2-7-2
☎76-63666

●柏木町7-1-2
☎52-647-8

●大森町2-14サン・リフレ函館1階
☎22-664-3

開放的な雰囲気が魅力

tete cafe(テテカフェ)

上質な厳選素材を使ったメニューで、利用客に「素材本来のおいしさ」を届けることをコンセプトに昨年オープンした北斗市の「tete cafe」。1人はもちろん、ママ同士でおしゃべりしたい時にも、家族でも気軽に立ち寄れる開放的で温かな雰囲気が魅力。濃厚な北海道産ミルクを使用したジェラートにはキッズサイズ(250円)があり、冬は暖炉の前で可愛い動物モチーフのチェアに座りながら食べることもできます。心安らぐ非日常空間で、ハンドドリップのコーヒーを片手に、パパも癒しのひと時を。北斗市産の米粉を使ったワッフルなど、道南エリアの素材も使用。新函館北斗駅から徒歩3分、広い駐車場(約30台)もママには嬉しい。営業時間は午前11時～午後5時。毎週火曜日定休。

●北斗市市役1-7-5 ☎77-0606



道南・習いごとガイド

担当/(BP)記者

からだ美人楽トレ

NASS

幼児から大人まで目的に合わせてスポーツトレーニングが好評の「NASS」では、10月4日から大人向けのグループレッスン「からだ美人楽トレ」がスタートします。半円のボールを使ってゆるく楽にトレーニングを行うこのコースは、肩こり、腰痛、膝痛が気になる人、ダイエットしたい人、美しい姿勢を目指す人などにおすすめ。身体を動かしたいけれど、激しいのは無理...という人も気軽に始められる楽トレを、ぜひお見逃しなく! 日時は、毎週木曜日の午前10時～と午前11時～(各40分)。レッスン料は、1回1000円。要予約。なお、定員は各5人までとなっておりますので、ご予約はお早めにどうぞ。詳しくは、電話でお問い合わせください。

●梁川町8-17 ☎090-1838-8526



大人の秋冬コーデは函館鳶屋書店へ

大人の女性に人気のセレクトショップ「アンジュール」が、10月1日から10月14日まで「函館鳶屋書店」に出店します。同書店南側入口に設置されたコート類は、そろそろチェックしておきたいという。顔周りに明るい印象をもたせたいという女性に、大人ニットの大本命。扱いやすいストールも豊富にそろってあり、定番アイテムにプラスするおしゃれ度アップ。今季注目のリブニットブーツや秋冬のアクセサリー類もお見逃しな



く! カジュアルからお出かけ用まで多数入荷していますので、ぜひ足を運んでみては。なお、期間中は函館鳶屋書店内のみ営業で、営業時間は午前10時～午後7時。商品の入荷状況は、ブログ(左記)を要チェック。メンバーズカードの入会は随時可(入会金、年会費無料)。通常営業は10月16日から。アンジュールの通常営業時間は午前11時～午後7時。不定休。駐車場有。

●石川町350・21
カサデクエルⅡ 1階右
☎342090
http://unjour1969.exblog.jp/

アンジュール

「できる!」を増やす「小学生対象特別講座」

今年4月に開校した「学習塾ランクアップ」は、小学生から高校生までを対象に個別指導をはじめ、各コースともに1人1人の「できる!」を増やす授業を行っています。大きな特徴は現在の目標はもちろん、次の時代に活躍する能力開発と効率的な学習を行っている点。



9月からは速読を取り入れています。また、見る力を鍛える速読は、スポーツをしているお子さんにもおすすめです。「速読と勉強を併用することで、その効果は格段にアップします」と、塾長の加藤健さん。

水・金曜日
http://rankup2018.jp

学習塾ランクアップ

午後4時～午後5時(各55分)月謝は速読11科目7560円、速読12科目15120円テキスト代、諸経費別途。詳しくは、お気軽にお問い合わせください。

●昭和3・364
鈴木ビル1階
☎8366000

部門で各1チーム10人。総数で60チームを募集します。参加料は無料。参加費を課呈。優勝、準優勝、3位は表彰をして賞品授与します。応募締切は10月24日。詳細は函館アリーナや中央図書館などに置いてあるパンフレットか体育協会ホームページをご覧ください。あなたもチームを作り、かけ声を合わせての熱戦に参加してみませんか?

●函館市体育協会
☎271004
http://www.hakodate-aijyo.com

全国展開のノウハウで安心取引の不動産会社

不動産屋さんとはいえ、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せん。そのイメージを覆すのが不動産売買専門店「ハウスドゥ」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



気軽に相談ください。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」「引越できない事柄がある」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

●美原3・1・5
☎0120・750・700



ハウスドゥ! 函館美原店

みてはいかがでしょうか。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。

●美原3・1・5
☎0120・750・700



2018年10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。

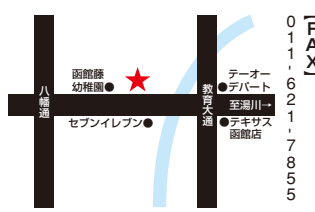
- 2日 エコものづくり10:30~12:00(定員10名※予約可)
実践英会話15:00~16:00(定員10名※予約可)
- 3日 初級ディスコダンス講座10:30~12:00
健康体操14:00~15:00
英会話15:00~16:00(定員10名※予約可)
- 4日 創作舞踊と輪舞り13:00~14:30
ロシア語講座14:15~15:15
書道14:30~15:30
- 5日 新聞でつくるちぎり絵13:00~14:30(定員5名※予約可)
社交ダンス(初心者)13:30~15:00
実践英会話15:00~16:00(定員10名※予約可)
- 6日 囲碁10:20~12:30
着付け13:00~14:30
健康体操初級13:30~14:30
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
- 7日 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)
らくらくリラクソロジー14:30~15:30
- 9日 樹脂粘土10:30~12:30(定員15名※予約可)
健康体操14:00~15:00
実践英会話15:00~16:00(定員10名※予約可)
- 10日 ディスコダンス講座10:30~12:00
レザークラフト13:00~15:00(定員10名※予約可)
カゴライプ13:00~14:30
社交ダンス(経験者)15:00~16:30
- 11日 つまみ細工13:00~15:00(定員20名※予約可)
らくらくリラクソロジー15:00~16:00
- 12日 クレイジュエリー10:30~12:00(定員6名※予約可)
レンアート13:00~15:00(定員5名※予約可)
健康体操14:00~15:00
実践英会話15:00~16:00(定員10名※予約可)
- 13日 囲碁10:20~12:30
アートキッズ10:30~12:00(定員10名※予約可)
フログ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
- 14日 アフリカ支援協会チャリティーイベント13:00~15:00
- 16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
実践英会話15:00~16:00(定員10名※予約可)
- 17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)
社交ダンス(初心者)13:30~15:00
ロシア語14:15~15:15
アンカーマネジメントキッズ16:00~16:40
- 19日 新聞でつくるちぎり絵13:00~14:30(定員5名※予約可)
創作舞踊と輪舞り13:00~14:30
実践英会話15:00~16:00(定員10名※予約可)
- 20日 囲碁10:20~12:30
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
健康体操初級13:30~14:30
日本舞踊14:30~16:00
- 21日 エコものづくり13:30~15:00(定員10名※予約可)
- 23日 クラフトバンド10:30~12:00(定員5名※予約可)
ハーバリウム講座11:00~12:00(定員20名※予約可)
健康体操14:00~15:00
実践英会話15:00~16:00(定員10名※予約可)
- 24日 ディスコダンス講座10:30~12:00
レザークラフト13:00~15:00(定員10名※予約可)
カゴライプ13:00~14:30
社交ダンス(経験者)15:00~16:30
- 25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)
- 26日 茶の湯12:00~14:00
レンアート13:00~15:00(定員5名※予約可)
健康体操14:00~15:00
実践英会話15:00~16:00(定員10名※予約可)
- 27日 囲碁10:20~12:30
- 28日 ヨガ講座10:30~11:40
カゴ歌ってステップ13:00~14:15
- 30日 フラゴ13:00~14:00
実践英会話15:00~16:00(定員10名※予約可)
- 31日 美エクササイズ10:30~11:30
リラクソロジー12:00~13:00
健康体操14:00~15:00
英会話15:00~16:00(定員10名※予約可)

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。

なるほどピクソ NICE JOB . NICE SHOP . NICE TASTE . SPECIAL INFORMAT



「公益社団法人北海道宅建物取引業協会」では、「不動産起業セミナー」を開催します。受講しやすいうち、1日集中講座で、不動産業を始めたい人を対象に経験豊富な講師が不動産業に係る体験談や基礎知識をレクチャーします。



10月27日(土)に「不動産起業セミナー」
「公益社団法人北海道宅建物取引業協会」では、「不動産起業セミナー」を開催します。受講しやすいうち、1日集中講座で、不動産業を始めたい人を対象に経験豊富な講師が不動産業に係る体験談や基礎知識をレクチャーします。

申込方法は同協会のホームページより専用の受講申込書をダウンロードし、必要事項を記載して10月19日までにFAXで申し込み。
●札幌市中央区北1西17-0111・642・4422
●FAX 011・621・7855

手作り料理でクリスマスパーティー
クリスマスに向けて、美哉子先生。ホームパーティーに欠かせない手作り料理にチャレンジしませんか？



クリスマスに向けて、美哉子先生。ホームパーティーに欠かせない手作り料理にチャレンジしませんか？
北ガスッキングスクールの11月のテーマは「クリスマスは手作り料理でホームパーティー」。11月15日(木)午前10時~午後1時に開催されます。
メニューは写真上から、ダツチオオープンでパエリア、若鶏の煮、クリスマスミルフィーユ。
定員は12人。受講料は2000円(税込)。講師は輪島。

抜け毛、薄毛が気になりますか？ヘアクリニクタグチ

「毎日シャンプーしていても、頭皮まではしっかり洗えていないことがほとんどで、自分ではそのことに気が付いていない。頭皮の汚れや毛穴詰まりは放っておくと、頭皮が赤くなり、かゆみや痛み、薄毛の原因になります。最近では女性でも額や頭頂部の抜け毛、薄毛に悩んでいる人がとても多い」と話すのは、薬剤を使わない独自の自然発毛法で、これまでに多くの抜け毛の悩みに対応してきた「ヘアクリニクタグチ」の田口代表。田口代表によると、頭皮の皮膚の面積は頭皮が7割、顔が3割。頭皮環境は顔の肌にも影響し、頭皮が健康になると顔の肌調子も良くなるのだそうです。田



「契約時には、人生のファイナルまで自分らしくあるために、頼れる身寄りがない不安を抱えている人はぜひご相談を。相談は無料で、自宅まで訪問します。」
●山の手2・44・83・23312
●宝来町31・1022・9482

自分の「おくり方」を託せる人はいますか？ 一般社団法人スタァライフ

人生の終わりを自分らしく迎えるための「終活」が一般的に、自分が死んだ後の葬儀や埋葬のあり方を元気にうちに考える人も増えてきました。家族や親族がいれば、自分の遺志を託しておけます。しかし、近年増加している身寄りのない高齢者にとって、「自分の死後、誰が骨を拾ってくれるのか」は切実な問題です。頼れる家族がいらない人の「散骨」など、契約者が希望する様々な「おくり方」をすべて書面に残して保存する必要があります。葬儀や埋葬・納骨に必要な費用はあらかじめ「スタァライフ」が預かって預託金として別管理し、契約者が死亡した際には責任を持って故人の希望を果たしてくれます。

人生のファイナルまで自分らしくあるために、頼れる身寄りがない不安を抱えている人はぜひご相談を。相談は無料で、自宅まで訪問します。
●山の手2・44・83・23312
●宝来町31・1022・9482

ドライブ時の寄り道にもオススメ



「デイサービス いちご農園」は「株式会社ケアサービスドワン」が運営している施設。昼は一般向けのレストランとなりデイサービスの利用者がスタッフとして働いているのが特徴。毎のケーキをモチーフにした外観がとてもインパクトあるのでは何の施設か気になっていた人も多いのでは…。外観のみならず内装もとても可愛らしく随所にこだわりが感じられる明るく開放的な空間になっています。メニューは「ランチA」(630円)と、「ランチB」(980円)がありどちらも10食限定、ミニドリンク付。七飯町近郊の食材や旬の食材をメインに使用し、栄養バランスやカロリーを考慮した料理を日替わりで提供。取材日のBランチは色とりどりの野菜が飾られた柔らかな鶏肉のフライで、オレンジの風味が後を引くドレッシングがフライと新鮮野菜の美味しさをより引き立てています。「ソフトドリンク」(350円)や「山川牛乳ソフトクリーム」(350円)、「いちご農園ソフトクリーム」(380円)もあり、10時～16時にはソフトクリームの対面販売も行っているためドライブの寄り道にもオススメ。店の外では、毎週土・日曜に地元の農家が野菜など持ち寄ってマルシェを行うほか、横津岳の湧水を自由に汲めるなど地域住民から親しまれています。

5月22日にレストラン棟がオープンした15畳の和室4部屋と「函館湯の川温泉ホテル」のレストラン棟のピッコフレストラン(1800席ある広々としたスペースに個室も完備。グレードアップした「夕食ピッコフレ」では、海鮮物を中心に約80品目を食へ放題。1本買いで調理されるマグロは、赤身から大トロまで提供。ライブキッチンには、お寿司、鉄板焼き、天ぷら、炙り料理が並び、コラボメニューの五島軒のイギリカスラー、函館のソーセイジ、花畑牧場のスイーツと並び6品目以上朝食ビュッフェもクオリティの高い料理が好評。さらに、新設の個室に

11:00～13:00(LO/12:30) ■不定休 ■P有
●七飯町字上藤城3-6 ☎64-1515

CLOSE UP

レストランがグレートアップ！ 函館湯の川温泉ホテル万惣

5月22日にレストラン棟がオープンした15畳の和室4部屋と「函館湯の川温泉ホテル」のレストラン棟のピッコフレストラン(1800席ある広々としたスペースに個室も完備。グレードアップした「夕食ピッコフレ」では、海鮮物を中心に約80品目を食へ放題。1本買いで調理されるマグロは、赤身から大トロまで提供。ライブキッチンには、お寿司、鉄板焼き、天ぷら、炙り料理が並び、コラボメニューの五島軒のイギリカスラー、函館のソーセイジ、花畑牧場のスイーツと並び6品目以上朝食ビュッフェもクオリティの高い料理が好評。さらに、新設の個室に



松田聡がズバリ！ 心の代書屋 行政書士 松田聡 事務所 函館市杉並町13-12 ☎33-4675

本気談

小笠原 行政書士の松田です。この文章が出る頃は既に杉並町事務所に移転し仕事をしています。先月末から事務所移転に忙しかつて目まぐるしい時期を過ごしてしまいましたが、未だの吹奏楽コンクールで札幌を日帰りし始め、その翌日は孫達が通う幼稚園の運動会に顔を出し、並行して事務所移転の準備が、これら全ては全て自分で決めたことだからあれこれ言いつつ自体ナセンスなのは充分かかっています。さて、孫達の運動会はカンカン照りの中、運動会に出場している子供達の動きの一挙手一投足を極力漏らさぬように目をキョロキョロさせながらジワリと見ていました。それが、実に面白く興味深い場面を幾度となく目にする事ができました。子供達は自分の想いのまま、気の向く方へ親達の声をよそに自分の本能という感覚で一直線に向かっています。それもある小さな身体でよくもまああんな賑やかな動きが出るものと感心していいですね。

山一食品株式会社

道内産のするめいかを皮付のまま加工した珍味として有名な「函館こがね」は、道南の食品加工業者8社が商標権を共同所有して製造販売している商品。その製造販売会社の「山一食品株式会社」は昭和26年創業の老舗。函館市港町1丁目目本社・工場、釧路市に工場・冷蔵庫を有し、100人ほどの従業員で函館名産の同製品を製造している。およそ1か月の製造工程により作られる製品は合成保存料・合成甘味料・合成着色料一切不使用で、道内産のするめいかの風味と味が凝縮された逸品として左党はもとより、老若男女問わず昔から親しまれている。販路は道内に限らず関東、関西など幅広く、特に関西以南での売上が高い。港町1丁目目の工場では大規模なオートメーション化を実現しているが、作業工程の随所における熟練の職人の手作業も製品の高いクオリティに大きな役割を担っている。 ●港町1-36-11 ☎43-1211



296 Healness & Wealness 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/

血圧脈派検査とは、動脈硬化の状態を調べる検査のひとつです。動脈硬化とは血管の壁にコレステロールなどが沈着し、血管の壁が厚くなり、硬くなるとともに内腔が狭くなる狭窄状態のことです。動脈硬化を放置するとさまざまな疾患につながる可能性があります。心臓の冠動脈に硬化が起こると狭心症や心筋梗塞、脳の動脈では脳出血や脳梗塞、足の動脈では下肢の壊死などを引き起こす恐れが考えられます。動脈硬化が起こりやすい原因として、肥満や生活習慣病です。また、高血圧、高コレステロール、喫煙、糖尿病、肥満などがあると、血管に負担をかけ、動脈硬化を促進します。検査の方法は仰向けに寝た状態で主に両腕と両足首の血圧や脈派(血液の流れ)を測定し、同時に心電図や心音の測定も行います。その結果を基に血管の狭窄や硬化を判定します。

動脈の狭窄の判定方法は腕の血圧と足首の血圧を測定し、その比から評価します。狭窄があると血圧の比が大きくなるためです。動脈硬化については腕から足首までの脈派の伝搬速度を計測し、血管のポンプのしなやかさとして評価しています。また、自分の年齢から同じ年齢の健康な人と比べ、血管の硬さが進んでいないかどうかと比較することができます。検査時間は5～10分程度で終わる簡単な検査です。測定機器が瞬時に計測し、すぐに結果が出ますので診察時に医師から診断を受けることも可能です。

血圧脈派検査について 臨床検査技師 中村 勲 (硬化) していただきます。それに加え食生活などの欧米化に伴い動脈硬化の人も増加しています。動脈硬化は進行すると現在の薬では改善することが難しく、進行を遅らせることしかできません。また、動脈硬化の状態は自覚症状があまり無く、自分ではなかなか分からないものです。そのため、動脈硬化症は「沈黙の殺人者」と呼ばれています。この検査で自分の動脈硬化の進行度を確認し、自分の血管がどのような状態か知っておくことも大切なことだと思われまます。



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

ありがとうございます！

新しい青いぼすとが新聞受けに入るとお昼休みに隅から隅までチェック！グルメやイベントがたくさん載っているのが半月分のレジャースケジュールを決めるのに役立っています。ありがとうございます！

（大町、M・I）
*どういたしまして。これからも隅から隅までチェックして青いぼすととの情報をどんどん活用ください！

食へに行ってきました
先月は「麵屋石臼」の食事券のプレゼントありがとうございました。8月に親戚の人達と一緒に食へに行ってきました。私はこってりスープの味噌を食べ

てきました。青いぼすとのおかげで函館に引越して1年半。青いぼすとさんのおかげでたくさん函館情報を知っています。これからも楽しみにしていますね！
（駒場町、S・K）
*1年半の函館暮らしでお気に入りのお店などは見つけられましたか？

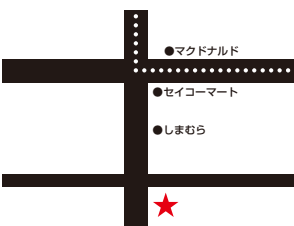
青いぼすとのおかげで函館に引越して1年半。青いぼすとさんのおかげでたくさん函館情報を知っています。これからも楽しみにしていますね！
（駒場町、S・K）
*1年半の函館暮らしでお気に入りのお店などは見つけられましたか？

お知らせ

無料調停相談が10月20日に
函館調停協会による

無料調停相談が10月20日に
函館調停協会による

無料調停相談が10月20日に
函館調停協会による



次号予告
10月12日号 大人の社会見学
10月26日号 真昼の女子会

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
営業 Sales planner	高松 郁子 Ikuko Takamatsu 佐々木 康弘 Yasuhiro Sasaki 中村 晴香 Haruka Nakamura 橋本 崇 Takashi Hashimoto

青いぼすと 設置場所のご案内
青いぼすと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。青いぼとと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] □カフェくあふあり
□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 □函館アリーナ
□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)

【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『デイサービス いちご農園』よりランチのご利用券を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、下記宛先まで応募ください。締切は10月9日。

〒040-0063
函館市若松町30-21
株式会社青いぼすと
「いちご農園」係

無料調停相談が10月20日午前10時〜午後3時に中島れんばいふれあいセンターで実施されます。函館調停協会に所属する民事調停委員・家事調停委員が金銭、売買、土地建物、消費生活、信販関係、交通事故による損害賠償、夫婦間の問題、相続関係など家族・親族間の紛争などの相談を受けます。予約不要。詳細は函館調停協会 ☎38

無料調停相談が10月20日午前10時〜午後3時に中島れんばいふれあいセンターで実施されます。函館調停協会に所属する民事調停委員・家事調停委員が金銭、売買、土地建物、消費生活、信販関係、交通事故による損害賠償、夫婦間の問題、相続関係など家族・親族間の紛争などの相談を受けます。予約不要。詳細は函館調停協会 ☎38

無料調停相談が10月20日午前10時〜午後3時に中島れんばいふれあいセンターで実施されます。函館調停協会に所属する民事調停委員・家事調停委員が金銭、売買、土地建物、消費生活、信販関係、交通事故による損害賠償、夫婦間の問題、相続関係など家族・親族間の紛争などの相談を受けます。予約不要。詳細は函館調停協会 ☎38

10月の無料相談会

法テラス函館

「法テラス函館」では、函館市と函館弁護士会との共催事業として「くらしのお困りごと無料相談会」を実施します。

函館市在住の人を対象に開かれるこの相談会は全3回。生活のトラブル、雇関係のトラブル、借金のことなどを弁護士や相談員に相談することができます。



日本司法支援センター 国地方事務所
法テラス函館
 法テラスは公益法人です

函館市役所での相談会は10月11日(木)、午後1時～午後5時。予約受付は10月1日～5日。亀田支所での相談会は10月18日(木)、午後1時～午後5時。予約受付は10月9日～12日。湯川支所での相談会は10月25日(木)、午後1時～午後5時。予約受付は10月15日～19日。申し込みは函館市役所保健福祉部生活支援第1課(☎21

3089)まで(平日午前8時45分～午後5時30分)。問い合わせは「法テラス函館」まで。「相談してよかった」と安心して生活していくためにも、悩みを抱え込まずにまずは相談してみてもいいかでしょう。

法テラスの受付時間は
 午前9時～午後5時。毎週土・日曜日・祝日定休
 駐車場有。
 ●若松町6・7
 三井生命函館若松町ビル5階
 ☎050・3333・5660

セミナーの参加者を募集

インテリア産業協会

「インテリア産業協会北海道支部」が10月24日(水)、桔梗町にある「TOTO株式会社函館ショールーム」でセミナー「北海道暮らしから育てるインテリアキャンペーン2018 in 函館」を開催します。

現在、その参加者を募集中で、窓まわり商品のメンテナンスについて学ぶの楽しさ、魅力などについて話をする「もっと知りたい! インテリアコーディネートセミナーのお仕事」と題した「セミナーB」(午後2時15分～午後3時30分)の2部構成。

「日々暮色舎」代表の増永佳奈さんが普段の仕事の紹介を交えながら、インテリアコーディネートセミナーの楽しさ、魅力などについて話をする「もっと知りたい! インテリアコーディネートセミナーのお仕事」と題した「セミナーB」(午後2時15分～午後3時30分)の2部構成。



「もっと知りたい! インテリアコーディネートセミナーのお仕事」と題した「セミナーB」(午後2時15分～午後3時30分)の2部構成。

「日々暮色舎」代表の増永佳奈さんが普段の仕事の紹介を交えながら、インテリアコーディネートセミナーの楽しさ、魅力などについて話をする「もっと知りたい! インテリアコーディネートセミナーのお仕事」と題した「セミナーB」(午後2時15分～午後3時30分)の2部構成。



【セミナーのお仕事】
 インテリア産業協会北海道支部
 〒0003・0023
 札幌市白石区南郷通19丁目北アースイートデコレーションなんごう店4階
 公益社団法人インテリア産業協会 北海道支部
 【FAX】
 011・8602・0070
 【Eメール】
 jia-hokkaido@interior.jp
 【問い合わせ先】
 011・846・3577