

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

650
2018.12.14

1 平日限定1泊2食付き宿泊券 函館湯の川温泉ホテル万惣



『函館湯の川温泉ホテル万惣』より「平日限定1泊2食付き宿泊券」(1人12800円相当)をペアで1組様にプレゼント。宿泊の楽しみのひとつは、レストラン棟の「函館ダイニング蔵祭」で味わう多彩な料理。「夕食ビュッフェ」では、海鮮物をはじめライブキッチンで提供されるできたての料理にコラボメニューなど約80品目が食べ放題。和洋折衷約60品目が並ぶ「朝食ビュッフェ」と様々な湯を堪能できる温泉も好評。3月末日までのお得な宿泊プランは、平日1室4人利用で1人10584円。夕食バイキング付き日帰りプランは、5400円(除外日有)。各入湯税別途150円、要予約。

●湯川町1-15-3 【お問い合わせ・ご予約】☎57-5061

2 特別プランの宿泊券 竹葉新葉亭

『竹葉新葉亭』では2019年1月7日(月)から3月31日(日)までの期間中、平日1室2人利用時の1人料金が1泊2食付きで12960円(入湯税別)、同じく平日1室3人以上利用時の1人料金が1泊2食付きで10800円(入湯税別)になる特別プランを実施します。それぞれチェックインは15時、チェックアウトは11時。週末、祝前日は1人2160円アップ。食事は部屋食で夕食・朝食共にプラン専用の和食膳。予約は利用日の3日前まで。今回はこの特別プランをペアで1組様にプレゼントします。



●湯川町2-6-22 ☎57-5171

3 「のんびりステイプラン」1泊2食付き宿泊券 KKRIはこだて

『KKRIはこだて』より「のんびりステイプラン」(1泊2食付き)の宿泊券をペアで1組にプレゼントします。このプランは、日頃の感謝を込めて、函館市内在住の人限定で2019年3月31日(日)まで実施中。料金は、1泊2食付き1人7800円(別途入湯税150円)と、お得に宿泊できます。また、正午からチェックインできますので、のんびりと過ごせる点も魅力。さらに、プラス1500円で夕食のグレードアップと部屋食の対応も可能。家族や友人との集まりやカップルでのひと時など、様々な場面で利用してはいかがでしょうか? なお、人気のプランですので、ご予約はお早めどうぞ。



●湯川町2-8-14 ☎57-8484

ペア1組様

2018 クリスマスプレゼント特集

今年もやります! あなたがほしいもの ど〜んとプレゼント

早いもので今年もクリスマスがやってきます。クリスマスシーズンの青いほすとといえば…そう、毎年恒例の「クリスマスプレゼント特集」。今回もまた、日頃より本紙の発行にご理解とご協力をいただいている企業様、店舗様からゴージャスなプレゼントをご提供いただきました。「当たる確率が低いから…」と言わずに、ぜひあなたの奇跡を信じてご応募してみませんか? 夢を忘れず、奇跡を信じて…。

応募方法の詳細については
次のページをご覧ください。



掲載記事の内容にはプレゼント賞品以外の情報も含まれております。賞品の中には店頭引換券・当社オフィス引換券もございます。

7 サッポロチューハイ99.99(フォーナイン) **2名様**
 サッポロビール(株)北海道本部道南支社

純度99.99%の高純度ウオッカを使用した透明感のあるクリアな味わいで、飲み飽きないスムーズな飲み口が特長の本格チューハイ「99.99(フォーナイン)」のクリアドライ、クリアレモン2アイテムがサッポロビール株式会社より今年8月に発売されました。新フレーバーのクリアグレープフルーツをラインアップに加え、「研ぎ澄まされたうまさ」をぜひ、お楽しみください。今回はこの「99.99(フォーナイン)」350ml缶(24缶入り)を2名様にプレゼントします。アルコール賞品ですのでご応募は満20歳以上の方に限ります。応募ハガキには必ず年齢を明示してください。



4 1泊2食付きペア宿泊券 **ペア1組様**
 グリーンピア大沼

『グリーンピア大沼』より1泊2食付き宿泊券をペア1組様にプレゼント。同ホテルでは12月22、23日に「クリスマスパーティー」を開催します(時間は18時~20時)。



宿泊プランは大人11500円、小学生6000円、幼児4500円(各ディナー・バイキング・飲み放題付き、大人のみ入湯料別途150円)。日帰りプランは大人6500円、小学生3500円、幼児(3歳以上)2000円、各3歳未満の子供は入館料1080円がかかります。予約制。また、スキー場(幼児リフト無料)は12月22日オープン予定。

●茅部郡森町赤井川229 ☎01374-5-2277

8 海産物詰め合わせ5000円相当 **2名様**
 カネニ藤田水産直売店

函館朝市のメインストリートに面した「カネニ藤田水産直売店」からは、数の子たっぷりの松前漬やたらこなど、海産物の詰め合わせ(5000円相当)を2名様にプレゼント。

ガゴメ昆布と数種類の昆布・道産のイカを特別な割合でブレンドし、秘伝のタレに漬け込んだ数の子と合わせたカネニの松前漬は、通販を含めて年間120トン以上も売れている大ヒット商品。塩辛くないので食べやすく、塩分を気にする人も安心。カネニの身がたっぷり詰まった「かにまん」各種も観光客に人気です。「手を抜かず、原料にこだわっていい物を作り続けていきます」と藤田社長。営業時間は5時~15時頃(冬季)。

●若松町9-23 ☎22-0400

9 「映画鑑賞券」(1800円相当) **ペア3組様**
 株式会社太陽グループ シネマ太陽函館

『シネマ太陽函館』より「映画鑑賞券」をペアで3名様にプレゼント。今年は、ファンタスティックビースト、くるみ割り人形、来る、ドラゴンボール超、妖怪ウォッチ5、グリーンチと注目作品が目白押し! さらに12月21日からはニセコイ、シュガーラッシュ2の公開も! 料金がお得になる毎月1日の「映画サービスデー」(一般料金1100円、高校生以下800円)のほか割引サービスも充実。冬休み・お正月は家族や友人と映画館で過ごしてはいかが。詳細は公式ホームページ(「太陽グループシネマ太陽 函館」で検索)で確認可。年中無休。駐車場有。



写真提供/コトブキシーティング株式会社 撮影/村田雄彦

●松風町2-8 大門ビル6階 ☎22-2021

5 モダンヴィラスイートルーム1泊朝食付宿泊券 **ペア1組様**
 ロイヤルホテル みなみ北海道鹿部

『ロイヤルホテル みなみ北海道鹿部』では、年明け1月3日~3月31日の期間限定で「青いぼすと掲載記念プラン」を用意しています。このプランは予約時に「青いぼすと」で1泊2食付き、平日1室2~5人利用時1人8900円(サービス料・消費税込、入湯税150円別途)というプラン。休前日は1人+1000円(サービス料・消費税込)。部屋はホテルイチオシの「モダンヴィラスイートルーム」(禁煙)を用意しています。宿泊の2日前までに要予約。1日3組限定ですのでご予約はお早めに。同ホテルからは「モダンヴィラスイートルーム1泊朝食付宿泊券」をペアで1組様にプレゼント。



●茅部郡鹿部町本別530-127 ☎01372-7-3201

6 マスイクラ食べ放題の朝食付き宿泊券 **ペア1組様**
 函館湯の川温泉 ホテル河畔亭

源泉かけ流しの癒しの湯と、真心込めた手作り料理が自慢の『函館湯の川温泉 ホテル河畔亭』では、入浴付きの忘・新年会プランを4500円(月~木曜日の平日限定)、5500円、6500円で用意しています。利用は会食だけの場合は7人以上。さらに10人以上ならプラス1500円で120分飲み放題付き(生ビール付きは2000円)にできるほか、カラオケ(先着順)も楽しめます。宴会後の宿泊も特別価格で用意。総檜造りの内風呂と、風情ある庭園露天風呂で満喫できる温泉は手ぶらOK。15人以上はバス送迎有(先着順、函館市近郊限定)。『河畔亭』からはマスイクラが食べ放題の朝食付き宿泊券をペア1組様にプレゼント。



●湯川町2-5-23 ☎57-0012

10 JUKIミシン HZL-28 **1名様**
 越野ミシン商会

メーカー問わずミシンの修理・修繕を行っている『越野ミシン商会』は、今年で独立10周年。感謝の気持ちを込めて、「JUKIミシン」(HZL-28)を1名様にプレゼントします。自動糸通し機能や大きい模様選択ダイヤル&返し縫いレバーが付いているこのミシンは、日常ソーイングを気軽に楽しむのにピッタリ。使いやすいミシンです。現在は出張費5400円のところ、「青いぼすと」で3240円にサービス中です。ミシンの故障原因のほとんどは油切れや調整不足。この機会にぜひ、メンテナンスしてみませんか?

お気軽にお問い合わせください。毎週日曜日、祝日定休。
 ●大手町12-5 カサドール駅前303号 ☎27-6105【携帯電話】090-8638-9844



62	0400063	<p>函館市若松町30-21 株式会社青いぼすと 「クリスマスプレゼント」係</p>	<p>●希望賞品番号・賞品名 ●郵便番号 ●住所 ●氏名 ●年齢 サッポロチューハイ99.99 にご応募の方は必須 ●電話番号 ●来年春に転動してきた方に 教えたい函館の穴場</p>	<p>応募方法</p> <p>応募締切 12月26日必着</p> <p>左記の通りご応募ください。本紙では、来年春に転動で函館に来られた方にオススメの穴場スポットの特集を計画しています。応募ハガキに、あなたがオススメの穴場スポットとその理由を添えてください。観光ガイドブックには載っていない、地元の人ならではの飲食店、雑貨店、行楽スポットなどの情報をお寄せください。採用の場合はお住まいの町名と氏名のイニシャルを掲載します。ペンネーム希望の方はハガキに記載してください。</p>
----	---------	--	--	--

HEADLINE

新年はオーダースーツで心機一転

イージーオーダースーツ専門店GINO

既製品とほぼ変わらない値段で自分だけのスーツが作れるイージーオーダー専門店「GINO(ジーノ)」。スーツ上下セットで32184円(税抜29800円)と格安ながら、生地は100種類以上、ボタン・裏地も各20種類以上から選ぶ自由さで評判です。採寸して1人ひとりの体型に合わせて縫製するので着心地は抜群。スーツ姿のカッコ良さもグッとアップします。



来店者が納得いくまで1人ずつ丁寧に対応するシステムのため、混雑する土・日曜日、祝日に来店する場合は事前に電話してからの来店がお勧め。来店の際は、普段来ていたスーツを持参すると丈の長さや裾の太さの調整が自分でイメージしやすくなります。もちろん手ぶらで来店してもOK。

営業時間は午前11時～午後8時、不定休。駐車場有。詳しくは「函館 GINO」で検索。

●田家町20-31 【フリーダイヤル】0120-915-789

書籍『青ぼの目』を2名様にクリスマスプレゼント!

青いぼすと編集室

今年1年ご愛読いただいた読者の皆様に感謝の意味を込めて、青いぼすと編集室から今年3月24日に創刊した書籍『青ぼの目・お天道様からいただいた編集人という生き方』(株式会社青いぼすと発行、青山慎司著、新書版136ページ、定価900円+税)を、本紙読者2名様にプレゼントします。

本書はフリーペーパー「青いぼすと」で長年連載してきたコラム「青ぼの目」の中から、特に読者の皆様から反響があったものに著者厳選のものを含めた44本のバックナンバーと、本書書き下ろし長編を1冊にまとめたもの。

現在、函館篤屋書店、函館栄好堂丸井今井店、文教堂書店函館昭和店、文教堂書店函館湯ノ川店、文教堂書店函館テオー店、くまざわ書店函館店、本を読まない人のための本屋 ワンダフルワールド!、株式会社青いぼすとオフィス(函館市若松町)、函館篤屋書店のショッピングサイト(下記QRコード)で発売中です。

当選者2名様に著者サイン入り書籍1冊をプレゼントします。

応募は〒040-0063、函館市若松町30-21、(株)青いぼすと「青ぼの目プレゼント」係まで。締切は12月26日。



青ぼの目

引き際

▼1987年9月20日、広島球場ではその年のベントレーズの優勝争いをしている巨人と広島の一戦が行われていた。巨人の1点リードで迎えた9回裏の広島は投手・江川が投じた渾身のストレートは打者・小早川のひと振りです。ライトスタンドに運ばれて広島が試合を制した。この1球で自身の限界を感じた江川は、その年に引退することを決意、男の引き際である。

▼少し前、10年以上使ってきた僕の編集作業用のパソコンが故障した。修理する選択もなかったワケではないが、印刷物の原稿をパソコンソフトで作成するDTP(デスクトップパブリッシング)の世界は制作ソフトや技術が日々進歩していることから、この機会に当社でDTPを担当している僕と(まい)記者のパソコン2台を、最新スペックを搭載したマシンに新調した。▼出版業界に身を置いて30年以上デザインの仕事をしてきたし、業界にDTP技術が導入された頃から独学で技術を学んで紙面を編集してきたので、最新スペックを導入してもすぐに業務に取りかかれると高を括っていたのだが、予想以上に頭がついてゆかず、新品のパソコンのスイッチを入れてすぐに仕事を始めた(まい)記者にあらこれ聞きたがら何と本紙の編集業務を任せている。悔しいが、思考能力は加齢とともに衰えている。▼(まい)記者は記者と営業の兼務で当社の社員となり、DTPの技術取得を自ら希望して僕と前任のDTP担当者から技術を学び、いまや記者と営業、制作のオールラウンドプレイヤーとして活躍している。

Face

50年以上の実績、魂の畳職人

「たかはし畳店代表 高橋 春吉さん」

「中継ぎ表」と書いて「なかつぎおもて」と読む。畳作りの製法のひとつで、い草の中央部分だけを贅沢に使用して仕上げる職人技である。「い草の一番良い部分だけを使った日本最高級の畳が、中継ぎ表の畳なんです」

畳職人として55年の実績を持つ高橋春吉さんは話す。道内八雲町の出身、東京の畳店で長年修業を積んだ。当時、徒弟制度だったから仕事を覚えるまでは厳しい



職人技を披露した。「畳の良し悪しは、目に見えない所にあります。目に見える部分にばかりに手間をかけるか、それが職人として最も重要なことなんです」由緒ある神社で御神体が鎮座する畳台を手がけたこともあるほどの超一流の技術は和室が少なくなった昨今でも注目され、様々なメディアから取材されることも多いという。「最近では畳がある家も随分少なくなりました。でも、畳ついでうのはすごいものなんです。室内が乾燥している時は水分を発してくれ、部屋に湿気が多い時には湿気を吸ってくれる。畳の上にいると心が休まるにはそんな理由があります」時代のすう勢により畳店の後継はなく、高橋さんの引退後は閉店する予定だそう。「畳職人が畳を見た時に、これは高橋の仕事だな」と気づいてくれるようなものを残したいですね」

たかはし畳店は47・0759。

今月のおすすめスイーツ

カフェアキラ 「スキレットスモア」

外サック中ふわたろの焼きマシュマロ

市電・市役所前停留所の前に建つ「カフェアキラ」は、ガラス張りの洒落た建物や、6カ国の豆を扱う自家焙煎コーヒーをはじめ、ボリュームのあるランチ(1000円〜)、種類豊富なスイーツなど、幅広いメニューで支持される人気の店。「スキレットスモア」(500円)は、甘くて外はサクッ、中がふわたろの焼きマシュマロ。チョコレートとマシュマロをスキレットにのせてオーブンで焼いたもので、クラッカーをつけていただきます。甘い物が大好きな人ならぜひ1度! いちごをトッピングした「ストロベリースモア」(600円)と、ブルーベリーをトッピングした「ブルーベリースモア」(600円)もあります。10:30~18:00。不定休。P有。●大手町12-11 ☎27-2474



▼世の中の全てのことには始まりと終わりがあり、技術は日進月歩で進化を遂げ、人は誰しも一定のピークを過ぎると時間も残り少なくなってきたという実感が湧いてきたこの頃、業務内容によって自身の引き際を客観的に見極めてゆくことも大事なことと思いはじめています。▼それにしても、あの時の江川はなぜ、決め球にインハイのストレートを選んだのだろうか。カーブならきつと打ち取れたはずなのに。(慎)

食前からスイーツまで充実のメニュー

リロッタカフェ



北海道教育大函館校から徒歩約5分の場所にある「リロッタカフェ」は、食前からスイーツまで豊富なメニューが人気のカフェ。

季節を問わず人気の定番メニューが、「ぶりぶりえびのドリア」(950円)。スプーンを入れるとゴロゴロ現れる大きな海老は名前のとおりぶりぶりの食感で、豆乳で作られた自家製ホワイトソースとチーズとのハーモニーが絶品。午前11時～午後2時30分までのランチタイムには、週替わりで2種類のメニューからメインを選ぶセットが、コーヒーなどのドリンクとミニデザート付きで1200円とお得。パンケーキやパフェなどの軽食やスイーツも充実しており、どの時間帯に行っても悩む楽しみが味わえる。営業時間は午前11時～LO午後4時30分(祝日はLO午後4時)。毎週日曜日定休。駐車場有。
●白鳥町19-22
☎41-6655



冬も快適！ 玄関を風除室にしませんか？

リ・ウィンド

「自宅の玄関を風除室にしませんか？ 風除室は雪よけや風よけに高い効果があり、ホコリや花粉を侵入しにくくします。さらに、玄関が便利な収納スペースになるので、雪かきスコップや自転車などを保管することができます。」



ツインガードⅢ レール付タイプ
バリエーションが豊かなスタンダードタイプ

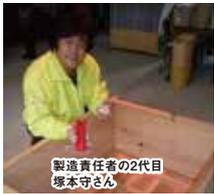
「亀田町の「リ・ウィンド」では、「リクシルツインガードⅢ引き戸システム」の「リ・ウィンド」(ランマ・レール・網戸付)を、来年3月末までの期間中、「雪ほ見た」で95000円(工事費・税込)で提供します。取付可能サイズは高さ3メートル以内、幅1・8メートル以内です。一般住宅のエクステリア

のリフォームなどで定評の「リ・ウィンド」では、断熱や遮熱、気密性に優れた樹脂製の設置をはじめ、室内の断熱性を向上させる各種リフォームの相談に応じています。寒さを防いで快適な冬を過ごすなら、ぜひお気軽に相談してみてください。営業時間は午前9時～午後5時30分。年末年始休業。
●亀田町1110
☎83-7688

鯨ベーコンを卸値で

函館くじらロマン有限公司ABCつかもと

「北の海鮮工房有限公司ABCつかもと」が、例年大好評の鯨ウネベーコンの製造を開始しました。同店の鯨ベーコンは天然素材のみで製造。化学薬品、防腐剤、肉質軟化剤、タール系着色剤は一切使用せず、南米産の高級ミンク鯨を海洋深層水塩など3種類の天然塩と合わせ、杉の木樽でじっくり醸成。鯨の味の深さを追求しています。スライスした瞬間の香ばしさを、鯨製品取り扱い70年の同店の製品ならではの、DHA・EPA・オメガ3系脂肪酸が豊富で、健康にも良い食品です。販売価格は「特選ウネベーコン」100グラム市価3000円相当が2300円、「上ウネベーコン」同2500円相当が2000円など、0120-202727



製造責任者の2代目塚本守さん



函館っ子の青春の味 担当/（慎）記者

新米記者時代の思い出調味料

中華飯店 八宝園



20代の頃は、高盛町にあった新聞社に勤務していた。締切日は残業になるので、職場の近くの「中華飯店 八宝園」で出前を頼んだ。入社した頃は味噌ラーメンばかり注文していたのだが、ある時、先輩記者が食べているものがとても美味しく見えた。「先輩、それはなんという食べ物ですか?」「知らないのか? 中華飯だよ。八宝園といったら、コレだろ!」以来、「中華飯」(ネギスープ付き850円)を毎回注文するようになった。締切日の作業は深夜になることも多くて辛かったが、中華飯を食べられるかと思うと気持ちがワクワクした。いまも時々、八宝園で中華飯を食べることがある。井の真ん中の温玉を崩して、具だくさんの館と絡めていただくひとは新米記者時代の記憶が蘇ってくる。そんな昔の記憶も、僕にとっては中華飯を味わう調味料のひとつかな。営業時間は平日が午前11時～午後1時45分、午後5時～午後7時45分、土・日曜日、祝日は通し営業。毎週木曜日定休。駐車場有。
●高盛町25-1 ☎31-1771

「我こそは除雪の匠!」という人はいませんか?

除雪の匠(たくみ)



「雪かきが得意な人は、ぜひ私達と一緒に社会貢献ビジネスをしませんか?」と呼びかける佐野代表

「我こそは除雪の匠(たくみ)」という人、集まれ! 昨年の冬は記録的な大雪で自宅前の除雪などで苦労した人も多いため、株式会社青いはずとの親会社でもある「有限会社みどり」ではこのほど、雪かきを得意とする人を集めて組織を作り、除雪を必要とする人、除雪で困っている家庭を支援しようとする社会貢献ビジネス「除雪の匠」を起業。得意な雪かきでお金を稼ぎながら地域に貢献したい人を募集しています。個人事業主としての契約業務委託費として除雪の範囲などにより目安として30分800円以上が支払われます。自宅から徒歩で移動可能な地域の雪かきをやってくれる人をはじめ、遠方に移動できる人も歓迎。18歳以上で年齢は問わず、また男性女性も問いません。雪かきができなくて困っている人達の助けをしてくださいます。

移転オープン記念セール開催中! Mode(モード)くらふと

大前地区で約19年営業して手頃な婦人服の販売を行っていた「モードくらふと」が、今年10月、大縄町に移転オープンしました。これを記念して、現在「移転オープン記念セール」を開催中です。セール中は、ダウンコート、ニットワンピースにセーターなど、まだまだ活躍する冬物が30%オフと、かなりお得に開催中。大人の女性にオススメの商品が多数そろっていますので、この機会にぜひ足を運んでみてはいかがでしょうか。営業時間は午前10時～午後5時30分。毎週火曜日定休。
●大縄町10-10
☎43-7739





ちゃんぽん



あんかけ焼そば(ちゃんぽん焼そば)

本町にあるシエスタハコタテ地下1階のシエスタキッチン内にて、ちゃんぽん麺が楽しめるお店「函館ちゃんぽんby寿々半」が、3月中旬までの期間限定でオープンしています。創業から50年余りの歴史がある和食の名店「和食・すきやき・しゃぶしゃぶ寿々半」の料理長が、腕によりをかけた、栄養バランスも良い野菜たっぷりのちゃんぽん麺を提供。メニューはイチオシの「ちゃんぽん」(918円)、「野菜たっぷりちゃんぽん」(1004円)、「チャーシューちゃんぽん」(1080円)、「あんかけ焼そば(ちゃんぽん)」(1080円)の4種類を90分無料。●本町24-1 シエスタハコタテ地下1階 ☎2680808-1

CLOSE UP

期間限定出店中！
函館ちゃんぽんby寿々半



Delicious Spot 旬のめぐみ屋

昼も夜も幅広い層が楽しめる1軒



幅広い年齢層が昼夜問わず気軽に利用できる「旬のめぐみ屋」。全室個室の店内は、周りを気にせずゆっくりと過ごせる点も魅力です。豊富にそろったお得なランチセットの中では、冬

期間限定メニューの「石焼チーズカレーセット」(980円)がおすすめ。オリジナルのカレーソースには、じっくり丁寧に煮込まれた玉ネギやフルーツ、豚肉の出汁などが溶け込んでおり、温泉卵とオリジナルチーズソースとの相性も抜群。ボリューム満点、熱々のとろける美味しさを、この冬ぜひ味わってみては。そのほかにも、根強い人気の「エビ天井セット」や「あんかけ焼そばセット」(各980円)、茨城産コシヒカリの上に築地直送の本マグロなどを贅沢に使用した「海鮮丼セット」(1380円)など充実。お子さん連れに嬉しい「お子様ランチ」(680円)もあります。ランチタイムの食事は、コーヒーをサービス。

夜は、10月からの新メニュー「肉盛り合わせ」(1280円)、「国産炙り牛サロインステーキ」(980円)、「肉寿司3種食べくらべ」(980円)をお見逃しなく！宴会プランは、2時間飲み放題付きの「お手軽コース」(3500円)～。利用は、4～45人(前日まで要予約)。詳しくは、お問い合わせを。

■11:30～14:30(LO/14:00)、17:00～23:30(LO/23:00)
■無休 ■P有
●中道2-8-2 ☎33-7773

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) 大学入試が変わります



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、「ハコクラ」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

大学入試が変わる、という話がよく聞かれるようになってきました。大きく変わる点は、センター試験が2019年で廃止され、2020年から「大学入学共通テスト」が始まることです。現在のセンター試験は、マークシート方式ですが、共通テストは国語、数学において記述式問題が導入されることと、英語において民間の英語4技能(読む・聞く・書く・話す)資格、検定を共通テストと併用すること、そして、思考力、判断力、表現力を重視したマークシート問題と改善を行う予定です。背景には社会のグローバル化や情報化が

進み、従来の「知識、技能」を中心とした学力評価から、それを活用するための思考力、判断力、表現力が、一層求められる時代になってきたことが挙げられます。連日外国人労働者の受け入れ問題がテレビを賑わせていますが、今後、多文化との共生社会になることは避けられず、世界の人間と協働するために、主体的に学ぶ力や問題解決力が不可欠になるでしょう。教育の現場でもアクティブラーニングという言葉が数年前から聞かれるようになってきましたが、座学中心から能動的な学びへの転換が期待されているのだと、強く感じています。

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

夜間のトイレ

「1回くらいならいいよ。毎晩3回も4回も起きるんだから寝てられないって」。そこで、晩ごはんには飲むビールを1本減らしてみた。しかし、「それがさ、ぜんぜん回数減らないの。ビールが減ってストレスたまっただけ」。そこで、試しにビールを飲まずに寝てみた。しかし、「ぜんぜんダメ。飲まないで寝たのに2回も起きたわ」。

どうして夜トイレに起きてしまうのか。

「まあ、歳だからな。それもあります。「ビールもやっぱり悪いのか?」。もちろんそれもあります。「まさか病気が起こないべな?」。意外とそれがけっこうあります。

夜間何度もトイレに起きるけれど、日中はむしろあまり行かない。これは夜間多尿と呼ばれる病態が疑われます。昼間も夜間も分けへだてなくトイレに近い。これは過活動膀胱や排尿障害の可能性がります。

夜間頻尿は年齢のせいだとか、夜に飲むお酒のせいだと思っている人が多く、本来なら治療が必要なのに泌尿器科を受診していない方が大勢います。

夜間多尿や過活動膀胱、排尿障害は治療で改善が可能です。さらに泌尿器科では病気の治療以外にも、それぞれの方の生活習慣の中にある原因も見つけ出し改善指導しています。毎晩かならずトイレで目が覚める方は泌尿器科受診がおすすめです。

「それなら受診してみるべか」。受診すれば良くなるようなので、ビールを元の本数に戻すことにした。いえいえ、ビールもやはり控えめに。

●美原2-13-8 函館メディカルビル3階 ☎46-5657



ドクター講座 向山歯科結核クリニック院長 向山英明

歯医者が怖い理由

患者さんに「歯医者で何が不安ですか?」とお聞きすると、圧倒的に1位にランクインするのが「何をされているかわからない」「これから何をされるのかわからない」と答えます。要するに、術前にこれから行う治療法や内容を患者さんは知らないまま「板の鯉」状態でユニットに横になっているのです。

最近、よく耳にするようになった言葉で「インフォームド・コンセント」という言葉があります。これを日本語に直すと「説明と同意」と言います。患者さんに病状や治療法について十分に理解していただき、情報を共有し、治療法を選択し同意するプロセスのことです。これからの医療には必須事項となっています。

2位にランクインするのが「どのくらいの期間通院が必要なのか?」「どのくらい費用がかかるのか?」と答えます。これはまるでメニューもなく、値段も書いていないお店で食事をしているのと同じ感覚で、「一体、いくらかかるのだろう?」と食べた心地がしないのではないのでしょうか?

当院では、この秋から初診時に「診療の流れ」をご説明することにいたしました。口腔内検査を行い、その検査結果を説明致します。それから治療計画を提案し、どの歯をどのように治療するのか? どのような材質があるのか? どのくらい期間がかかるのか? どのくらい費用がかかるのか? などひとつも多く不安要素を取り除いていただき治療に専念していただきたいと考えております。できるだけ多くの情報を提供し、患者さん自身が選べるシステムの構築を図って参ります。

「ホスピタリティー」という言葉を聞いたことがあるでしょうか? 日本語で言うと「おもてなしの心」といったところでしょうか。歯科医院には、気分良く来院する患者さんはほとんどいません。来院する患者さんのほとんどが「痛み」を抱えていたり、「不安」や「心配」を抱えていたりします。そんな心理状態の患者さんに対して、医療スタッフが「心配り」や「目配り」をするのは当たり前な時代です。今や「心配り」をして少しでも患者さんのストレスを取り除いてあげることが我々に課せられた使命だと思っております。

診療等でお困りのことがありましたら、かかりつけの歯科医院スタッフにご相談してみてください。快く相談に乗ってくれることと思います。「ラポール」(=信頼関係)のある関係作りがあってこそ、満足のいく治療を続けることができます。

●栞根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。営利的な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

楽しみが増えました
函館へ来て1年半が過ぎ、たくさんの方のサポート観光に行きましただけでも、青いほすとを見たと「大人の社会見学」(10月12日号特集)としてまだまだ穴場があることがわかり、楽しみが増えました。地元ならではの情報や分からないこともまだまだあるので、次回も期待しています!!
(追分町、K・O)

ありがとうございます
*ありがとうございます。青いほすとを参考に、これからも楽しみに函館ライフを送っていただけたらうれしいです!
良い特集ですね
情報たっぷりです
見れました。大人の

社会見学を見ていて知らない場所もあったので、情報を知らせてきてよかったです。良い特集ですね。今後も楽しみにしています。
(亀田町、E・K)

大人の社会見学の特集は、取材もとても楽しいものでした。これからもご愛読お願いします。
一気に読みました
「わあ〜行ってきたい〜」見学できるんだあ〜と一気に読みました。今回の特集でも楽しみが増えました。1人からもOKでお土産まで有なんてウハウハですね。予約します!(笑)
(七重浜、K・N)

頑張ってください
毎回はどういうことか書いてあるか楽しみに待っております。食事関係とかみなとまち市民プラザとか楽しみです。食べることが好きなので特に飲食店の情報に楽しんでいます。大変になるのもいいものがあるように頑張ってください。
(桔梗、Y・I)

元氣な私
長い間苦しみ、闘い続けてきた病からついに解放されつつある今、青いほすとの外食情報があります。魅力的です。来週は誕生日なので元氣な私で美味しい物を食べたいと楽しみにしています。
(川原町、M・N)

元氣な私
長い間苦しみ、闘い続けてきた病からついに解放されつつある今、青いほすとの外食情報があります。魅力的です。来週は誕生日なので元氣な私で美味しい物を食べたいと楽しみにしています。
(川原町、M・N)

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12月26日。

元氣な私
長い間苦しみ、闘い続けてきた病からついに解放されつつある今、青いほすとの外食情報があります。魅力的です。来週は誕生日なので元氣な私で美味しい物を食べたいと楽しみにしています。
(川原町、M・N)

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12月26日。

〒040-0063
函館市若松町30-21
株式会社青いほすと
「旬のめぐみ屋」係

新店舗・リニューアル情報

北海道しやぶしやぶボックケ函館店

札幌の人気ラムしゃぶ専門店「北海道しやぶしやぶボックケ」の函館店が本町にオープンしました。注文を受けてから目の前でスライスされる新鮮なラム肉を、羅臼昆布ダシのスープと、黒ゴマ入りのまっ黒なオリジナル塩ダレスープの2色鍋でいただくことができます。野菜も北海道産を中心に厳選して使用しているのが特徴。年内いっぱいまでは通常90分

3800円のラムしゃぶ食べ飲み放題が、「青いほすと」見た目で120分3280円(ビール付きは1500円)、エゾシカ肉とビール付きの食べ飲み放題コースも通常90分で楽しめます。営業時間は17時〜翌3時(LO/2時30分)。無休(12月31日、1月1日は休み)。

●本町1,1,3
532929



次号予告
12月21日号 ポーニさんありがとう
1月18日号 港街拉麺物語

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

編集後記

編集後記を読んだ方から、「楽しそうな職場」とのお便りが届きました。楽しいですよ、営業の瀬さんから「編集長は高校時代の成績はビリだったのに仕事はできますね」と褒められ、多忙な日に(まい)記者をランチに誘ったら「それどころじゃないでしょ」と優しく注意され...。(慎)

当たりました!! 来年3月に埼玉県で行われる世界フィギュアスケート選手権大会の観戦チケット、でも、観たい日程2日間のうち1日分だけ、もう1日分あきらめず当たるまで抽選に申し込み続けるか、予約が取れるうちに飛行機とホテルを押さえてしまうか思案中。(七)

今年も飯寿司を漬けました! 今年はなかなか寒くならなかったので例年より遅めの漬け込みになりました。材料を切る、漬ける、水分を切る、たくさんの工程がある中でも一番好きなのは「飯寿司漬けるってすごいね」って言ってもらえるところです。(まい)

今年も残りわずかですね。私にとっては良くも悪くも、予想だにしないことが起こった1年でした。そして、来年に想いを馳せる今日この頃ですが、どんな時も「おこらず、人と比べず、面白がって平気に生きればいい」という樹木希林さんの言葉を思い出して、日々を楽しみます。(BP)

日が暮れるのがとても早い今日この頃。仕事が終わって同じ時間に帰宅しているのに、暗い何となくやる気が出ません。早い時間に眠くなるし、早く寝ているにもかかわらず朝も寝坊がち。今年の冬至は12月22日。だんだん日が長くなっていくのが楽しみです。(ガ)

1年半前に老衰で亡くなった飼っていた猫が保健所のホームページに「迷い猫」として載っていました。「生まれ変わりたいだー」と見入っていたら、今いる猫が「そんなことより私を見て」と言わんばかりに画面の前に立ちはだか動かなくなりました。やきもち?(康)

クリスマスまでの1ヶ月、1日1個ずつ扉をめくるとお菓子が出てきて、カウントダウンを楽しめるアドベントカレンダー。今年こそは息子と1日1個のさやかな楽しみを味わうのだ! と毎年買うも、3〜4日で全ての扉全開。それでも今年こそ! と意地をこらして買います。(ハル)

SPOTLIGHT

今年もやります！ 大好評「道南限定プラン」

湯の川温泉笑函館屋

全26室の小さなホテルならではの安らぎと、落ち着いた空間が好評の「湯の川温泉笑函館屋」。このホテルの魅力は、源泉かけ流しの温泉。内風呂と露天風呂を備えた浴場は、岩風呂とタイル風呂の2タイプがあり、時間帯で男女が入れ替わるので両方楽しめます。4月26日までは昨年も大好評の「道南限定プラン」を用意。1泊素泊まりで、1室2人〜4人で1

人5400円、1泊朝食付きで1室2人〜4人で1人6480円とお得。前日までの予約で、夕食の注文も可。メニューは、函館近海の鮮魚を使ったお寿司がメインのコース（写真上、5400円、寿司の追加注文無料。時期により内容は違う場合があります）と、気軽に旬の味覚と握りたてのお寿司を楽しめるセットメニュー（3240円、函館牛めしや海鮮丼などのアラカルト（1620円）、2160円）を用意。ビュッフェスタイルの朝食は、グリルコーナーで熱々を提供する「朝からステーキ」、マグロの中落ち、イカ、サーモン、いくらなどの新鮮な刺身を好みの丼にして味わえる「朝から函館海鮮丼」、朝からカレー」の3つのご



だわり。そのほか、ドリンクコーナーでは函館美鈴



のコーヒー、函館牛乳のソフトクリーム、スパークリングワインが午後3時から午後10時まで無料（日帰り入浴の場合は500円で利用可）なのも嬉しいところ。予約の際は「青いぼすと見た」を忘れずに。日帰り入浴は6000円で、午後3時〜午後10時。●湯川町3・10・3 ☎3622000

ラーメン好きにたまらないイベント開催中

らーめん若大将

ラーメン好きにビッグニュース！西桔梗と北美原1丁目・トライアル美原店敷地内に2店舗を展開する「らーめん若大将」では、期間限定のお得なイベントを開催中。月曜日は「ギョーザの日」で、ギョーザ5個が通常330円が150円（タイクアウトを除く）、火曜日は「ソフトクリームの日」で、北美原別邸限

定でソフトクリームが半額、水曜日は「がつりの日」で、セットメニューが100円引、木曜日は「シニアの日」で60歳以上1人につき150円引き、金曜日は「家族の日」で3人以上の家族来店でギョーザ5個をサービス。西桔梗本店で人気を集めてきた同店は、たくさんのお客で賑わうトライアル美原店敷地内に2店舗目の「北美原別邸」をオープンして、ますます注目されています。寒い日にはやっぱりあったかいラーメンが1番です。家族そろって美味しいラーメンをお得に味わうなら



いまがチャンスです。本ページ下の広告もご参照ください。●西桔梗849・10 ☎837722 ●北美原1・5・1 ☎841512



分、毎週火曜日定休。北美原別邸の営業時間は午前11時〜深夜1時（L.O.深夜0時30分）、年中無休。 ●西桔梗本店 ☎837722 ●北美原別邸 ☎841512