

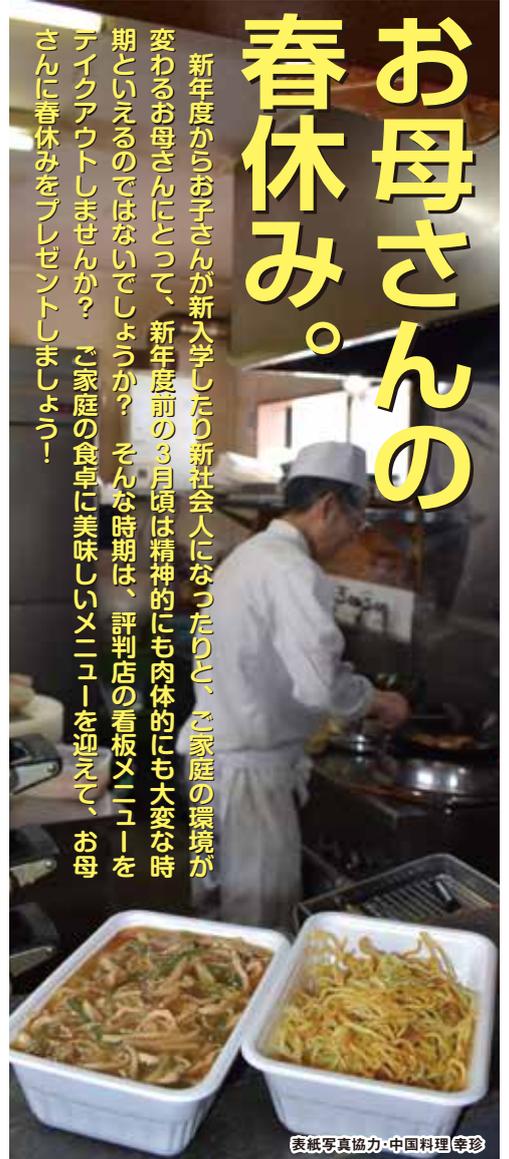
POSTIN FREEPAPER 青いほすと

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

656
2019.3.15

お母さんの 春休み。

新年度からお子さんが新入学したり新社会人になったりと、ご家庭の環境が変わるお母さんにとって、新年度前の3月頃は精神的にも肉体的にも大変な時期といえるのではないのでしょうか？ そんな時期は、評判店の看板メニューをテイクアウトしませんか？ ご家庭の食卓に美味しいメニューを迎えて、お母さんに春休みをプレゼントしましょう！



表紙写真協力・中国料理(幸珍)

和牛とデミグラスソースのコラボ！

ビーズ・ビー



洋食レストラン(2376円、テイクアウトは10容器代「ビーフチュー」108円)は、この味を求めて訪れる人も多い逸品。じっくり煮込んだ北海道産黒毛和牛のすね肉は、贅沢な厚みと箸で食べられる柔らかさが特徴。評判のデミグラスソースは和牛の味を引き立て、ご飯

にもパンにも合います。素材に合わせて調理法を変えている

●柏木町39-3
☎51-7881

自分好みのサンドイッチを！

グルマンカンタ



サンドイッチの店「グルマンカンタ」のメニューは全てテイ

620円。食べやすいサイズの「クロワッサン&スモークサーモン&アリオリス」(450円)に「本日のサラダ」(500円)を合わせると、400通りの味を楽しめます。おすめは「ブリオッシュ&エビアポカド&バジルソース」と「バゲット&ローストビーフ&マスタード」の組み合わせ(各

●梁川町10-24
☎33-5501

名店の「スパカツ」をご家庭で！

洋風ダイニングふじ



洋食メニューが評判の『洋風ダイニングふじ』では、釧路市発祥の「スパカツ」のテイクアウトが好評です。同店自慢のナポリタンにブランド豚・サチク麦王使用のトンカツがのった魅惑の逸品で、980円とリーズナブル。

味とポリウムで絶大な人気を誇る『中華料理 幸珍』の看板メニューとして評判のあんかけ焼きそばをご家庭で楽しみましょう。「豚肉とビーマンの細切りあんかけ」(写真右、940円)と「五目あんかけ」(写真左、890円)の2種類(各容器代込)。具材と麺が別の容器に入っているの、ほ

●昭和3-30-12
☎46-7705

お店のおいしさを自宅で

カフェカプリシュー



『カフェカプリシュー』サーロインを使用した人気の国産黒毛和牛の「ローストビーフ」(11写真、100グラム真、1300円)を自宅で味わいませるか? +150円でご飯を付けることもでき、その場合はご飯とローストビーフは別容器での提供と

同店は3月末をもって閉店し七重浜にカフェ&バルとして移転オープン(4月中旬予定)。移転後もテイクアウトできるほか新メニューも登場予定! 営業時間は10時~18時30分(L.O)。月曜休。P有。

●富岡町1・44・1
☎83・6927

なります。

ほかにも電話予約で待たずに買えるテイクアウトメニューが充実しているのでぜひチェックを。

牛肉100%の本格的なハンバーガー

バーガーショップホットボックス



松風町の『バーガー』は、注文を受けてから備長シヨップホットボックス」炭で焼く本格的なハンバーガーが評判のお店。つなぎは使わず手こねで混ぜるパティは、北斗市「おぐに牧場」のおぐに和牛と豪州牛の牛肉100%で肉の旨味がしっかりと味わえる。天然酵母

母のパンズも備長炭で軽く炙つてあるので表面はカリッと、中はモチリ食感。テイクアウト(写真はスタンダードバーガー1080円)はおしゃれなボックスに入れてくれるので、お花見やママ仲間が集まる時のランチにもおすすめ。11時30分~L.O 14時30分、18時~L.O 21時(日・祝L.O 20時)。水曜・第3火曜休。P有。

●松風町3・11
☎22・2772

大きなエビフライで盛り上がるう!

レストランヨシヤ



手作りの優しい味わい、舗レストラン『ヨシヤ』。看を変わず守り続ける老板メニューはホームパーティーでも盛り上がること間違いないの大きな「エビフライ」で、店の自慢は入荷希少で品切れになることも多い「大エビ」(一本2850円)。また、「中エビ」(一本22・1365

本1780円、2本3080円)も人気で、中といつても26センチあるので迫力は満点。ほとんどのメニューは持ち帰り可能で、事前の電話注文がおすすめ。持ち帰りはメニューにより容器代100円がかかる場合があります。詳しくはお店にお問い合わせください。

11時~L.O 20時30分。水曜休(祝日の場合は営業)。

●弁天町5・6
☎22・1365

みんな大好き「カケチャーハン」で話題も弾む

麵屋しゃかりき



函館盲学校斜め向かい「ラーメンを含む全てのメニューが持ち帰り可能。人気の「函館カケチャーハン」(680円)は、あんなけ料理が好きな函館の文化を踏まえた同店オリジナルの味。強火でパリリと仕上げたチャーハンにコクのあ

るあんがよくからみ、ボリュームがあるのにペロリと食べられます。体に優しい味付けは「飽きずに食べてもらえるように」との心遣い。カニ、エビ、イカなど具材もたっぷり、この量とこのおいしきでこのお値段?とリピーター続出。2品以上の注文で全メニュー出前も可(片道15分程度)。11時~L.O 21時。木曜休。

●田家町20・41
☎76・8848

専門店のとんかつを自宅で

かつきち 宇賀浦店



揚げたてのとんかつをつきち。不動の1番人気手頃な価格で楽しめる『か「ロースかつ定食」(821円)をはじめとする定食メニューはお弁当にして持ち帰ることが出来ます。4種のコロツケや、ロースかつなどの「肉かつ」とエビフライなどの「海かつ」の

単品の持ち帰りも人気。ほのかな甘みがある上質な脂のつた「三元豚」を使用するなど素材にこだわった専門店のとんかつを自宅で味わってみてはいかがでしょうか。

定食の持ち帰りはかつきち全店で行的なっているので、利用しやすい点も嬉しいポイント。11時~L.O 21時。無休。P有。

●宇賀浦15・1
☎53・0147

本場のネパールカレーをテイクアウト

ヒマラヤダイニング亀田本町店



カレーのテイクアウト。本場のネパールカレーなら、JR五稜郭駅前にある評判の『ヒマラヤダイニング』がオススメ。同店ではチキンカレー、野菜カレー、ネパールの豆を使ったダールフライカレーなど、15種類のカレーを750円から用意してお

ときはサラダ付き、テイクアウトの場合はプレインナンまたはサフランライス付きで提供(ナンは2000円でプレインナン以外に変更可)。「タンドリーチキン」(2ピース500円)などカレー以外の単品メニューのテイクアウトもできます。持ち帰りは七飯店でも対応。10時~22時。無休。P有。

●亀田本町65・25
☎84・1164



「きものdeバル」は、バル街を普段着物で気軽に楽しんでもらおうと2011年から始めたイベント。着物で来場した人への酒やソフトドリンクの振る舞い、簡単な

「きものdeバル」は、バル街を普段着物で気軽に楽しんでもらおうと2011年から始めたイベント。着物で来場した人への酒やソフトドリンクの振る舞い、簡単な



ダンスに眠る宝探しが運ぶ幸せ

1000カ国ほどの外貨約50万円が集まり、ユニセフに贈られた。

函館西部地区バル街の協賛イベント「きものdeバル」実行委員会代表であり、「ハコダテだらせんプロジェクト」の代表も務める澤田かなこさんは、たおやかな着物姿からは想像できない行動力の持ち主。

「きものdeバル」は、バル街を普段着物で気軽に楽しんでもらおうと2011年から始めたイベント。着物で来場した人への酒やソフトドリンクの振る舞い、簡単な

HEADLINE

リブランドオープン!

ホテルマイステイズ函館五稜郭

昨年5月にホテルネット函館が「ホテルマイステイズ函館五稜郭」として、リブランドオープンしました。

リニューアルした館内は、青を基調とした落ち着いた空間。函館市内や近郊の人が気軽に利用できる会議室もあり、会議や会合をはじめPTAの集まり、サークル活動などにも最適。6月末日までは「リブランドオープン記念」につき、利用時間午前9時～午後3時限定で、大会議室(スクール形式で最大36人可)通常3時間21600円、小会議室(スクール形式で最大16人可)通常3時間16200円のとおり、予約の際「青ぼみた」で各5%オフとお得。Wi-Fi、スクリーン、マイク、ホワイトボード、食事の持ち込み、駐車場はいつでも無料なので、室料のみで利用できます。



何かと便利なコンビニエンスストアも併設。これからの時期の集まりに、ぜひ利用してみてください。詳しくは、電話でお問い合わせください。

●本町26-17 ☎30-2111(担当/松倉)

3月20日から3日間、知内町生牡蠣と虎杖浜のたらこが格安!

まちのおさかな屋さん ☺ケロちゃん



田家町の魚屋さん「まちのおさかな屋さん」☺ケロちゃん」が3月20日で1周年を迎えます。そこで同店では3月20日から3日間、知内産生牡蠣を1個60円、道内白老町の虎杖浜の甘口たらこを300g750円で提供します。濁りのない海水と知内川からの栄養分でプリプリの知内産生牡蠣と、有名な虎杖浜のたらこを格安で手に入れるチャンスをお見逃しなく! それぞれなくなり次第終了。



知内産生牡蠣

同店は旬の海産物に特別にこだわっており、季節に応じた魚介類を取りそろえています。

毛ガニやタラバガニ、貝類、魚卵各種、魚の干物や珍

味も含め、家庭の食卓を彩る海の幸が店内にズラリと並んでいます。一般客に対しての卸値での提供も評判。地方発送も予算に応じて受け付けています。

営業時間は午前10時～午後6時。不定休。駐車場2台(店前・店横)。

●田家町2-15 ☎40-8880



今月のおすすめスイーツ

ホテル函館ロイヤル ベーカリーショップ 「ミルフィーユ」

カスタードクリームが絶品!

サクサクのパイ生地であっぴりのカスタードクリームをサンドし、その上にホイップクリームをのせてイチゴとブルーベリーをあしらった、見た目も華やかな写真のケーキは、大手町にあるホテル函館ロイヤル直営のスイーツ店「ホテル函館ロイヤルベーカリーショップ」の「ミルフィーユ」(1個356円)。パナレーズが入った濃厚な手作りカスタードクリームが大好評の人気のケーキです。このミルフィーユと同じカスタードクリームを使った「シュークリーム」(162円)や、ここでしか買えない「とろーりクリームパン」(216円)もオススメ。各種ケーキは大森町にあるホテルでも販売しています。大手町店の営業時間は10:00～17:00。日曜休。

●大手町15-8 ☎22-8386



青ほの目

新社会人の皆さんへ

▼適目、中学校時代の恩師から書籍「青ほの目」の読後感想をいただきました。2011年2月末号の本欄で「仰けは尊」というタイトルで執筆した女性先生の先生からのお便りでした。喜寿を迎えた先生からいただいた言葉のひとつには重みがあって、人生を生きていて忘れてはならない大切なことを教えていただきました。本欄をお借りして先生にお礼申し上げます。▼さて、例年この時期の本欄では、新社会人の皆さんに向けてエールを贈らせていただいています。(以下)▼新社会人になる皆さんにとっては、大きな希望と少しの不安を抱えて新年度を迎えることと思います。僕は子供の頃からよく勉強もせず将来の夢も持たずに何となく大人になっただけで、自身の人生経験の中からは言えませんが、皆さんより長く生きてきたので、自身の人生経験の中からちょっとしたアドバイスさせていただきます。▼皆さんの中には、思い描いていた仕事に就けなかったり、将来の夢が見つからないまま何となく就職する方もいるかと思えます。そんな方の中には、将来の夢が見つからないことに不安を抱いている方もいるのではないのでしょうか。夢なんか見つからなくても大丈夫です。僕も自分の夢が見つからないまま大人になりました。▼石の上にも三年」という言葉があります。どんな仕事でも3年くらい続ければ、自然にその仕事に対しての小さな目標が見つかるはず。要はその延長線上にあります。本の1冊も読んでみてください。僕が生活してゆくことだけを目的に出版業界に就職して、文章がうまくなることが目標になり、いつの間にか自分の本を出版することが夢になりました。▼これとついで、これまで生きてきて分かったことですが、人間というのは、たとえ失敗しても何かをしたことは後悔しないということです。失敗して心が折れそうになっても大抵のことは時の流れが癒してくれます。後悔するのは、やろうと思っただけでやらなかったことです。失敗するのは怖いですが、失敗を恐れてチャレンジしない自分ももったいないです。▼人生はシンプルです。せいぜい自分らしく生きればよい。幸せとは自分自身を振り返り過ぎた頃にそれに気づきました。だから僕より皆さんの時間がある皆さんのことが羨ましいです。(慎)

焼肉もご飯も麺も選べるランチ

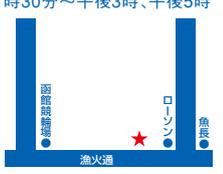
焼肉レストラン心亭函館広野店



昨年、ランチメニューをリニューアルした『焼肉レストラン心亭』。1番人気の「一心亭おすす

めランチ」(1293円)は、焼肉、ご飯類、麺類それぞれ3種類ずつあるメニューの中から、各1品ずつ選べるのが魅力。取材時は「徳用カルビ、豚カルビ、鶏肉」「スモールビビンバ」「ミニ盛岡冷麺」をチョイス。今日の気分でアレンジできるこのランチを、ぜひ！ 平日限定の週替わりランチ「ゴーゴーランチ」(594円)と「ロククロランチ」(712円)もお見逃しなく。ランチはホットドリンクバーの利用可。

営業時間は午前11時30分～午後3時、午後5時30分～午後9時30分。毎週土・日曜日、祝日は午前11時30分～午後10時。無休。駐車場有。
●広野町5-2
☎32-8929



函館っ子の青春の味

担当/ (ガ) 記者

こころに沁みるワンタンの味

りつ

「今ではこの辺りで1番古いラーメン店になったよ」と話す「りつ」の店主さん。



私が生まれた年に丸井デパートが本町に移転し、その頃にこの店も現在の場所で営業を始めた。それ以前は「笑福」という店名で、現在よりも千代台寄りにお店を構えていました。今年でかれこれ創業65年。この境界で育った私にとって、今も昔も「あって当たり前」の、なくてはならないラーメン店です。夜の外出ができる年頃になり、覚えてたのお酒を飲み、帰り道に食べたこの店の「ワンタンメン」(780円)。創業当初から変わらない店の看板を見る度に懐かしい気持ちになり、昔ながらの手作りワンタンの味は、こころの底に沁み込みます。

営業時間は正午～深夜0時。無休。
●本町33-5 ☎54-4087

移転4周年感謝セール!

はちみつを練り込んだやさしい甘さを楽しめる「角食」(1本870円)、半斤435円、1斤290円)を中心に、生地はもちもち、具材まで手づくりするという多彩なこだわりパンが人気の「ムックル」が、中島廉亮近くへの移転から4周年を記念して「感謝セール」を行います。

手づくりパンの家ムックル



セール期間は3月23日から25日までの3日間。70種類以上にもなるという、店内のパン全品が10%割引になります。鹿部町の別荘地で12年間営業し、地元はもとより遠方から訪れるほどの評判を得た「ムックル」の味を、この機会に試してみませんか。



着付け教室の受講生を募集!

「きもの処円山彩蔵」が運営する着付け教室は、本格的な着付けとコーディネートも検、季節感も学べると評判。これまでに札幌での開催も合わせ、600人以上の生徒が通った実績を持ちます。函館では4年前から開講している同教室が、今春7期目となる着付け教室「五稜郭教室」の受講生を募集します。

会場はホテルテトラ(梁川町17-16)。初級コースは月・火・木曜日に開講するのでライフスタイルに合った曜日を選ぶことができます。時間は午後0時30分、午後2時30分、3月25日(月)から順に開講。中級コースの受講生も募集。全コースとも1回2時間×全

10回で、受講料は5,000円(1回あたり500円)です。着物を「ただ着る」として「着こなす」のが大きく違います。コーディネート最新の流行を押さえた



きもの処円山彩蔵(さくら)

ら、着物を着る人の柄に合った「着こなし方」を教えてくれます。着物パーティーも開催しているのでも、着付けを披露できる場があるのも嬉しいポイント。初めて着物を着る人や、いらない人ももちろん、普段から着物を着ている人もぜひ受講ください。

●札幌市中央区南1西25(フリーダイヤル)0120-829-847

大好評! ボイラー & 排水管の無料点検キャンペーン

創業94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、見逃せないお知らせです。昨年9月に実施された、大きな反響で話題となった小野寺住設のボイラー & 排水管の無料点検キャンペーンが、4月14日までの期間限定で再び実施されます。長年使用したボイラーは意外なトラブルを抱えていることが少なくないほか、点検整備をするきっかけが少ない排水管は、そのままに



高額の修繕費用となることがあります。ただ、それは分かっている「今すぐ」という必然性がないので、なかなか点検する機会がないのも事実です。そんな時は小野寺住設の無料点検キャンペーンで、ボイラーや排水管の点検をしてみませんか! 水まわりプロが、しっかりと点検し、問題があれば予算や工期など、それぞれの家庭に最適な方法を提案してくれます。無料点検のチャンスはなかなかありません。期間は4月14日まで。この機会にまずはお問い合わせを。

●美原3-1-5
☎0120-750-750

手は顔よりも年齢が出やすいから... ネイルサロンノープル

手は顔よりも年齢が出やすいといわれています。手は顔のようにメイクができないので、若々しい手であるためには日常のお手入れが不可欠です。

ネイルケアやハンドケアで評判の「ネイルサロンノープル」代表の小沢貴代美さんは、ネイルアートとネイルケアの分野で函館では草分け的存在。およそ20年の実績を活かしたハンドケアとネイルケアに定評があります。

サロンでのお手入れにより、あかぎれや指先の硬化、爪の縦線、二枚爪、乾燥などを爪のお手入れがメインのベジックケア(4104円)をはじめ、ゴマージュで保湿するケア(5724円)、日常のお手入れ用のオイル付きのケア(5940円)

●山の手1-9-13 ☎85-6626



3歳児から学んだ

1月18日発行分の本紙「青ばの目」で、七飯スノーパークの Gondola 内で出会った初老の紳士との素敵な会話について執筆した。山麓から山頂までのわずかに15分の間にドラマチックな会話があると...。その後、2月上旬の週末に、今度は3歳児のスキーヤーと素敵なひとときを過ごした。

その日、朝一番の Gondola で一緒に遊んでいたのは、もうすぐ4歳になるという男児とそのおじいちゃん。「こんなに小さいのに1人で滑ることができるんですか?」とおじいちゃんに訊ねると、「どこでも1人で滑ってゆくよ」との答えが返ってきた。さらに男児に、「いつからスキーをやっているの?」と聞くと、人差し指と中指の2本を立てて、「2歳の時。まだ小さい頃」と本人は答えくれた。「小さい頃」という言葉に思わず吹き出しそうになったが、考えてみればわずか4年近くの人生の中で、1年1年の成長というのは著しく、2歳の頃は確かに「まだ小さい頃」なのだろう。

子供の頃は1年1年成長して大人になる。新入社員だって1年仕事をすればだいぶ成長するだろう。では、いまの自分はどうか? もう何年も前から出版業界ではベテランという意識を持ち、迷うことなく仕事をしてきた。僕は1年でどれだけ成長できているのだろうか? 全く成長していないのかもしれない。あの日、Gondola で出会った3歳児から大切なことを学んだ――。

一部の人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



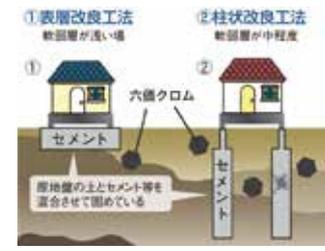
10年で変わったこと、10年で変わらないもの

僕が愛知県の雑貨書店で店長をしていた時に、職業体験で3日間だけ来てくれた中学生が僕のことをずっと覚えてくれていて、先日10年の時を経て、北斗市の僕のお店まで遊びに来てくれました。とてもうれしかったです。職業体験のとき一番後ろに隠れて、話しかけても恥ずかしそうに笑うだけの大人しい子だったのですが、あれから会っていない間に、海外留学したり、海外ボランティアしたり、東南アジア一人旅したり、大半の人よりもアグレッシブに生きていて、第一印象なんて当てにならないものだなあ、と思いました。



こうやって10年越しに再会できたのはコソコソとインスタグラムを投稿していたおかげなので、やはりインターネットで繋がる時代なのだ実感しました。

世界の危険に挑む99の言葉 丸山ゴンザレス イースト・プレス 686円+税 冒険者たちが残した、心を突き動かす力強い名言を99点収録。海を越え、世界へ飛び出した11冊です。



建物を作る際、その土地の地盤が弱ければ地盤改良が必要になります。幾つかの方法がありますが、一般的なのは軟弱な土にセメントを混合して固める工法です。浅い部分だけを固めると、六価クロムという発がん性物質が発生する可能性があります。実際に2007年には、土壌改良を行った市営住宅から基準値を超えた六価クロムが発生したと日経新聞が報じました。国も対策として、公共事業を行う際は現地の土壌と硬化剤セメントなどを混ぜ合わせて六価クロムが発生しないか確認することを義務付けています。

港町3-14-12 ●76-6726

地盤改良で発がん性物質が発生!?

山形砕石株式会社函館営業所 だだし、一般住宅など民間の建物については義務化されておらず、六価クロム発生のリスクをめぐることができません。一方「山形砕石株式会社函館営業所」で扱う「HYSPEDD工法」は天然の砕石のみを使って地盤改良するため、六価クロムが発生するおそれはありません。内科医へのアンケート調査でも84%が「要めたい」と回答しました。大切な家や建物を建てる前に、ぜひお問い合わせください。3月末には同工法の現場見学会を行います。詳細は決まり次第ホームページで告知されます。



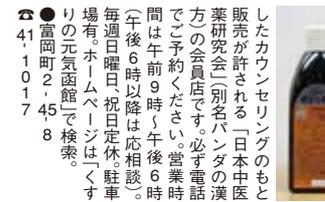
湯の川温泉笑函館屋 カルト(1620円) 2160円増) 前日までの予約で夕食の注文も可。ニユーは、函館近海の鮮魚を使ったお寿司がメインのコース「写真上」5400円、寿司の追加注文無料。と、気軽に旬の味覚と握りたてのお寿司を楽しむセットメニュー(3240円) 函館牛めしなどのアラ

今年もやります! 大好評の道南限定プラン

源かけ流しの温泉と、落ち着いた空間が好評の「湯の川温泉笑函館屋」。4月26日までは昨年大好評の「道南限定プラン」を用意。平日泊朝食付で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(休前日2160円増)。前日までの予約で夕食の注文も可。ニユーは、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。と、気軽に旬の味覚と握りたてのお寿司を楽しむセットメニュー(3240円) 函館牛めしなどのアラ

まだまだ多い咳と冷えの悩みに:

漢方専門店「くすりの元気」で、長引く辛い「咳」と「冷え」についてお話を伺いました。「インフルエンザや風邪の後に残る体が温まると出る咳、痰がからむ寝られない咳、そんなお悩みの方に、おいしい婦宝当帰膠(ふほうとうきこう) 働き手にもならない、子も産めない血虚な女性が食べた元気がなくなったといふ云われがある葉草の(当帰)が約70%も入っています。お湯割りで飲むとお腹からポカポカ。お嬢さまの生理痛の改善にも好評です。試飲もできます。と話しています。「くすりの元気」は現代中医学の知識を学んで、しっかりと



したカウンセリグのもと販売が許される「日本中医学研究会(別名パンダの漢方)の会員店です。必ず電話でご予約ください。営業時間は午前9時~午後6時(午後6時以降は応相談)。毎週日曜日、祝日定休。駐車場有。ホームページは「くすりの元気函館」で検索。 ●富岡町2-45-8 ☎41-1017

くすりの元気

漢方専門店「くすりの元気」で、長引く辛い「咳」と「冷え」についてお話を伺いました。「インフルエンザや風邪の後に残る体が温まると出る咳、痰がからむ寝られない咳、そんなお悩みの方に、おいしい婦宝当帰膠(ふほうとうきこう) 働き手にもならない、子も産めない血虚な女性が食べた元気がなくなったといふ云われがある葉草の(当帰)が約70%も入っています。お湯割りで飲むとお腹からポカポカ。お嬢さまの生理痛の改善にも好評です。試飲もできます。と話しています。「くすりの元気」は現代中医学の知識を学んで、しっかりと

春の行楽弁当に挑戦!

北ガスクッキングスクールの4月のテーマは、「春の行楽弁当」。4月11日(木)午前10時~午後1時に開催されます。メニューは春の行楽弁当(赤飯、ぼろもち、唐揚げ、甘酒、かんてん、チーズケーキ。定員は12人。受講料は2000円。講師は輪島美哉子先生。会場は北ガス函館支店1階のクッキングスペースで申込締切は3月20日(水)。申し込みは電話で受付。応

北ガスクッキングスクール

募多数の場合は抽選とさせていただきます。締切後、詳細のご案内を送付します。受付は月~金曜日の午前9時~午後5時。キャンセルは開催日の3日前まで(3日)を過ぎるとキャンセル料がかかります。



●万代町8-1 ☎42-65005



高級感ある店内には、フエイシャルルームとボディールーム各3室、シャワールーム付きVIPルーム、シャワールーム付きパウダールームなどを設置し、日常とは異なる特別な時間を過ごすことができます。

また、店名の意味である「真実の美」同様、本物の美しさを追求したメニューが充実。お

●石川町1800 40
フリーダイヤル
0120-016-512

先端美容を提供。お問い合わせ・ご相談は、お気軽にご予約。営業時間は午前10時～午後7時(受付は午後6時まで)。毎週木曜日定休。駐車場有。

まずは、美白やリフトアップなどに効果的な肌の奥層にまで美容成分を届けるために超高速の高圧ジェットエアとナノ技術を駆使した「高圧シヨットフエイシャル」(初回8640円)や、痩身や部分痩せに定評のある高周波痩身機器「ハイパーナイフ」(初回4900円)など、最先端美容を提供。お問い合わせ・ご相談は、お気軽にご予約。営業時間は午前10時～午後7時(受付は午後6時まで)。毎週木曜日定休。駐車場有。



CLOSE UP
本物の美を追求したメニューが充実
ウェリテポータ

Delicious Spot 酒・そば処 五稜郭ふでむら

「春の天ぷら定食」が登場します



オープンは平成元年。五稜郭公園のそばにある「酒・そば処 五稜郭ふでむら」は、石臼挽きの北海道産そば粉を独自にブレンドしたのど越しの良いごまそばをメインに、もてなしの気持ちにあふれたお手頃価格の日替わりランチなど、バラエティ豊かにメニューをそろえ、観光スポットにありながら地元の人から根強く支持されている良店です。写真のメニューは3月15日から提供する季節限定の「春の天ぷら定食」(ご飯、みそ汁、お新香、サラダ、小鉢付き780円)。

たらの芽やたけのこ、ふきのとうなどの春野菜と、海老などの海鮮を使った天ぷらを揚げたてで味わえるように、2回に分けてテーブルまで運んでくれるというものです。みそ汁は+100円でそばに変更可。提供は4月下旬ころまでを予定しています。このほか、「日替わりビジネスランチ」(750円)もお得です。風味豊かな出汁と、オープン時から継ぎ足し継ぎ足し使っているかえしを合わせた自慢のつゆで味わうそばは、かけそば550円～。夜は居酒屋メニュー全60品食べ放題付きの宴会プラン(1980円～、+980円で飲み放題付き)も用意しており、この月から生ガキ食べ放題コース(1980円、他の宴会プランに+980円でセット可)も登場。宴会プランは全コース90分(事前予約をすると120分)、2人～。

- 11:00～15:00、17:00～22:00(なくなり次第終了)
- 無休 ■契約P有
- 五稜郭町36-1 ☎32-5014

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)



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、[ハコクラク]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。

絶対積極という考え方
個人的な話になるのですが先日、2回続けて事故にありました。幸いどちらの事故も誰かケガをしないので済んだのですが、その話をすると2種類の反応がありました。それは「それは災難、ついでになかったね」というものと「その程度で済んで良かったね」というものと同じ。状況に対する反応の違いは、受け止め方の違いによるものですが、後者のような考え方を「絶対積極」と言います。絶対積極とは「良いことも悪いことも、良いことであること自覚、実感する」考え方で、普段私たちが良いことが、悪いことに対しては消極的になり、一喜一憂しがちです。勉強する時に一喜一憂は最大の敵。人は思った通りの人間になつていくものであり、ミスをするたびに「自分はその問題すらできない」と思っている。本当に成績も伸びないからではないんだ。と思う人は本当に運も悪くなり。無理しても「良い」とも悪いこともすべてが辛ひであり、有難いことだと考えることは大切。降りかかったマイナスな出来事は、この程度で良かった。次はそうならないようにしよう。と考えられる強い心の状態を作ることが、前回お話しした失敗の効用を知ること。勉強の成果を上げるために大事な土台となるので。

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 北斗歯科クリニック院長 土佐浩史

歯を移植して有効利用

激しく走り回り、動き回る子供が転んで口をぶつけたとき、よく起きやすいのが歯の骨折(歯が折れる)、あるいは歯の脱臼(歯が抜ける)です。最近ではインターネットで情報を得たお母さんが、折れた歯や抜けた歯を早期に歯科医院へ持ってきてくださったり、中にはちゃんと抜けた歯を成分無調整牛乳に入れて来られる方が増えました。その場合はその後の治療成績が高まり、歯科医の立場からはありがたい傾向です。

こういった抜けた歯でも、元の位置に戻すとまた再び歯として機能する可能性があります。この術式を「歯の再植」といいますが、早期に戻すと成功率が高くなります。これと同じ原理で、歯を抜いて違う場所に移す術式を「歯の移植」といいます。

よく行われる例として、奥歯(第一大臼歯や第二大臼歯など)をやむを得ず抜歯しなければならない場合に、その歯を抜いた部位にかみ合わせに関わっていない親不知(智歯)などを移植するというものです。成功すれば移植した歯の根の周りに通常の骨や歯根膜などの組織が再生し、年齢が若いほど成功率が高まります。

歯が抜けた部位を治す方法として、ブリッジ、義歯、インプラントによる治療が通常行われます。両側に歯があり、その真ん中の歯が抜けた場合などでは保険適用ではブリッジが多いですが、その両隣の歯を削る必要があります。また、インプラントでは隣の歯を削らなくて済むのが利点ですが、保険適用外となります。一方、歯を移植する方法は保険適用の場合があり、隣の歯を削る可能性が通常低くなり、移植歯が存在し、移す部位の骨が十分あるなど条件がそろえば治療方法のひとつとなります。適応可能な症例はあまり多くありませんが、かかりつけの歯科医の診断でこの術式が適応症だと判断された場合に実際に進めていく流れとなります。その上で移植が成功した場合には患者さんにとっても有益であると思われます。

●北斗市追分2-56-5 ☎50-9090

ドクター講座 おの内科呼吸器内科クリニック院長 小野貴広

CT スキャンを導入してよかったこと

「胸部レントゲン写真で肺に何かがありそうだけど、ここじゃわからないから大きな病院を紹介します。紹介状を用意しますから後日、受診してください。大きな病院も予約制なので、1～2週間は待つことになるかもしれません」

「咳が止まらない」「呼吸が苦しい」という症状で何気なく受診したクリニックでこう言われたら…。患者さんは当日まで不安で不安でたまりないう夜を過ごすことでしょう…。わたくしも総合病院に勤務していたときには、「この1週間不安で不安で夜も眠れなかったのよ」という類いの声をたくさん耳にしてきました。では、総合病院受診後にどんな検査を行うのか…。

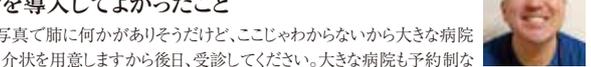
それが多くの場合、「胸部CT」となります。なぜなら、「胸部レントゲン写真」では、「何かがある」ということかわからないからです。それが、昔の肺の病気(結核など)の痕跡なのか、今の肺炎なのか、はたまた悪性疾患(肺癌)なのかは明確に区別することが困難なため、より詳しく、肺の中を調べる必要があります。

「それではCTの検査をしますね。ですが、CTは予約制のため、今日中に検査するとすると何時間も待っていただくことになります。ご都合が悪いようであれば、CT検査の予約をしておいてください。これもまた総合病院でよくある会話です。予約をするにしても、検査できるのはここからまた1週間、2週間先。もしくは当日何時間も待つか…。

そういった精神的・肉体的・時間的負担を軽減するために、当クリニックにCTスキャンを導入することに決めました。胸部レントゲン写真を撮ってからCTが必要と判断し、実際に検査を行って、大きな総合病院で紹介する必要があるかどうかを短時間で決定できれば、もし総合病院で紹介となっても早い時間であれば当日、遅くても翌日には総合病院へ赴き、今後の相談をしてもらうことができます。これが、わたくしがCTスキャンを導入して本当によかったと思えることです。

●花園町10-2 ☎33-1818

おの内科呼吸器内科クリニック院長 小野貴広



「咳が止まらない」「呼吸が苦しい」という症状で何気なく受診したクリニックでこう言われたら…。患者さんは当日まで不安で不安でたまりないう夜を過ごすことでしょう…。わたくしも総合病院に勤務していたときには、「この1週間不安で不安で夜も眠れなかったのよ」という類いの声をたくさん耳にしてきました。では、総合病院受診後にどんな検査を行うのか…。

それが多くの場合、「胸部CT」となります。なぜなら、「胸部レントゲン写真」では、「何かがある」ということかわからないからです。それが、昔の肺の病気(結核など)の痕跡なのか、今の肺炎なのか、はたまた悪性疾患(肺癌)なのかは明確に区別することが困難なため、より詳しく、肺の中を調べる必要があります。

「それではCTの検査をしますね。ですが、CTは予約制のため、今日中に検査するとすると何時間も待っていただくことになります。ご都合が悪いようであれば、CT検査の予約をしておいてください。これもまた総合病院でよくある会話です。予約をするにしても、検査できるのはここからまた1週間、2週間先。もしくは当日何時間も待つか…。

そういった精神的・肉体的・時間的負担を軽減するために、当クリニックにCTスキャンを導入することに決めました。胸部レントゲン写真を撮ってからCTが必要と判断し、実際に検査を行って、大きな総合病院で紹介する必要があるかどうかを短時間で決定できれば、もし総合病院で紹介となっても早い時間であれば当日、遅くても翌日には総合病院へ赴き、今後の相談をしてもらうことができます。これが、わたくしがCTスキャンを導入して本当によかったと思えることです。

●花園町10-2 ☎33-1818

