

POSTIN FREEPAPER SINCE 1991 青いほすと

658

2019.4.12

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
phone (0138)84-6816 FAX (0138)27-5001 URL aopos.jp Email info@aopos.jp

そば好きをうならせる老舗の津軽そば

刃 山田

創業以来101年、手打ちの津軽そばが好評の老舗「山田」。もともと創始者の趣味が高じて開業したそばの味が現在は4代目に受け継がれている。読者の方から「鰯風味の出汁が美味しい」とコメントをいただいた通り、ウルメイワシの出汁が秀逸。もちろん、大豆をつなぎに使ったコシの強いそばを求めて長年通い続けているファンも多い。人気は、もりそばとかけそばの味を1度に楽しめる「かけもりセット」(写真、800円)。転勤で函館に住み始めた人も評判を聞いて数多く来店しているそうで、そば好きにはたまらない名店といえる。11時30分~13時30分前後。土曜、第3日曜休。店舗の向かい側にP有。



●宝来町25-2 ☎23-4438

昼も夜も幅広い層におすすめ!

旬のめぐみ屋

幅広い層が昼夜気軽に利用できる「旬のめぐみ屋」は、全室個室の店内で周りを気にせず過ごせる1軒。

ランチセットから夜の居酒屋メニューまで豊富にそろっていますが、本紙読者がおすすめしている2種類の唐揚げは、どちらも外はカリッ中はジューシーな食感が特徴です。



ランチタイムの「唐揚げ定食」(880円、コーヒー付き)のほか、昼も夜も味わえる単品メニューの「とり唐揚げ」(1人盛り529円、得盛り1058円)も人気。

もうひとつのおすすめ「レッドHOTザンギ」(単品572円)は、激辛具合がクセになり、アルコールも進みます。

11時30分~LO14時、17時~LO23時。月曜休。P有。
●中道2-8-2 ☎33-7773

本紙読者が選んだ

転勤族に おすすめの店

飲食店編



昨年12月の本紙で「転勤族の方々におすすめの店」を募集したところ、たくさんの方の情報をいただきました。そこで今号と次号の2回にわたり、いただいた情報を参考に、転勤族におすすめの店「飲食店編」と「専門店編」を特集します。

住宅街の隠れ家的人気寿司店

鮨 たかん



本紙読者の方から、「一品料理も美味しい寿司店」として転勤族におすすめしたい店とハガキをいただいたのが、美原3丁目の住宅街にある「鮨 たかん」。市内有名店で修行した店主が、生まれ育った美原で店を持ちたいという夢を実現した店。「極選」(写真、3240円)や「特上」(2160円)などの寿司はもちろん、住宅地ならではの寿司店だけに、常連客を飽きさせない「本日のおすすめ」という日替わりの一品料理が人気を集めており、全国各地の旨いものを提供している。利用客の好みで用意してくれるコースは握り3~5貫と一品料理で5400円~(飲み放題付き6480円~)。正午~14時、17時~23時。月曜休。P有。

●美原3-26-13 ☎84-1555

七輪焼きの生ラムが絶品

万代や

「転勤族にオススメのジンギスカンなら本通2丁目にあるこの店」と本紙読者からハガキをいただいた「万代や」。生後1年未満の羊のみを使用し、七輪と駒ヶ岳の備長炭で焼き上げる同店の生ラムは、臭みがなく柔らか。種類も充実しており、それぞれ特徴を生かして提供。幅広い層に好評の「生ラム肩ロース」(初回野菜付き734円)は、ジンギスカンが初めてという人にも最適。希少部位のヒレ肉「ラムテンドーロイン」(1296円)は、旨味とジューシーさが別格です。肉はもちろん、南茅部産昆布を贅沢に使った特製タレも絶品。「ラムスペアリブ」や「ラムタン塩」(各918円)も人気。17時30分~LO21時30分。水曜休。P有。



●本通2-13-26 ☎31-3233

表紙写真協力/鮨 たかん

住宅地にある可愛いお店

キッチン ハレの日

山の手の住宅地にある『kitchen(キッチン) ハレの日』は読者からのハガキに「可愛い店内でおいしい料理が食べられる」とありました。通年メニューの「明太子パスタとパンのプレート」(=写真)をはじめ、月替わりのプレートはドリンクが付いて999円、さらにデザートが付くセットは1150円。手づくりのパンや日替わりのスープなど手の込んだ料理が味わえます。そのほかパスタの単品やカレーなどランチメニューは営業時間中なら何時でも提供していますがどれも無くなり次第終了。パフェや白玉ぜんざい、デザートセットがある点も人気のひとつ。

11時～17時(5月以降11時～18時)。水曜休。P有。

●山の手3-9-17 ☎54-8080



薬膳食材を使ったランチ

Cafe谷地坂

中国医学理論に基づき中薬と併せて用いられる薬効成分を含む食材を薬膳食材と呼び、その中には高麗人参などのほかに生姜や菜の花などの身近な食材も多いそう。そんな薬膳食材を使った料理を提供している「Cafe谷地坂」は、料理はもとより眺望の良さや看板猫「ちー子」の接客がオススメと読者の声が届きました。季節によってメニューが変わる「谷地坂ランチ」(=写真)は飲み物とプチデザートが付いて980円(数に限りがあるので事前予約がおすすめ)。デザートメニューもあるので食事はもちろんティータイムにもピッタリです。

11時～17時。木・金曜休。P有。

●谷地頭町31-2 ☎27-3351



ホッと心温まる昔懐かしの塩ラーメン

ラーメンのりんさん

昭和23年創業の老舗、『ラーメンのりんさん』。「塩ラーメンが美味」との声が読者から寄せられている。絶妙な塩加減と、手間暇かけて一からじっくりと丁寧に仕込まれた出汁がやみつきになる黄金のスープに、メンマ、長ねぎ、焼豚が盛り付けられたシンプルな昔懐かしい味の「塩ラーメン」(600円)。玉子チャーハンとセットになった「チャーハンセット」(ラーメンは塩、醤油、750円)もボリューム満点!! ラー油から餃子の皮まで手作りというこだわりも同店ならではの温かい人情味溢れる居心地の良さも魅力の店。11時30分～LO18時30分(スープなくなり次第閉店)。金曜休。P有。

●湯川町1-9-13 ☎57-7756



プロレス道場仕込みのもつ鍋を提供

ちゃんこ屋かつお

「もつ鍋を食べて感動! つわりで何も食べられないのに完食しました」との推薦コメントがあった『ちゃんこ屋かつお』は、函館在住の現役プロレスラーで函館観光大使でもあるカツオさんの店。「感動モノ」と言われた「もつ鍋」(1人前1000円)は、相撲部屋同様食事を「ちゃんこ」と呼ぶプロレス道場で、カツオさんがちゃんこ番をしていた時に覚えた調理法で作られており、下処理をしっかりとすることで臭みをなくしたもつのプリっとした食感と味噌ベースのコクのある味わいを楽しめます。「始めてみたら人気になった」という餃子(6個500円)も美味。18時～25時。火曜休(他イベント時休業の場合有)。

●本町10-22 青空ビル1階 ☎070-5600-3658



自家製無農薬野菜のコースを

五稜郭 代志川

本格和食に洋食の要素をワンポイント加えた創作料理を提供する『五稜郭 代志川』。読者からは「野菜中心の和食ランチがお勧め」と情報が寄せられました。同店では野菜の大半を無農薬の自家栽培でまかなっており、そのうまさ新鮮さ、食感の良さが評判だといいます。ランチは、10種類以上盛り付けた「野菜の大皿盛」をメインにした「野菜のコース」(2160円)が一番人気。優しく上品な味わいが心まで豊かにしてくれます。夜も各種コース有。野菜に限りがあるため、昼・夜とも予約が確実。11時30分～LO13時30分、17時30分～ラスト(予約に応じて変動)。月・火曜定休(予約で夜営業可)。

●五稜郭町10-12 ☎32-3201



函館の老舗居酒屋といえばこの店

魚河岸酒場 はこだて 魚一心

「新鮮で美味しい海鮮がボリューム満点! その上、とてもリーズナブル」と、本紙読者がおすすめする「魚河岸酒場 はこだて 魚一心」は、函館を代表する有名な老舗居酒屋。地元客はもちろん、道内外から訪れる客で賑わっています。

「特に変わったものはない、普通の酒場」と店長さんは話しますが、その味の良さは秀逸!

刺身包丁を振るう料理人を眺めつつカウンターに座り、生ビールを1杯。旨い刺身を肴に美味しいひと時に酔いしれてみませんか? 混み合うことが多いので、事前予約がおすすめです。

17時～22時45分。日曜休。

●松風町3-11 ☎26-0457



HEADLINE

未来へと繋がる家計の見直し

Hosta(ホスタ)函館



何かと出費の多い新年度は、家計の見直しを考える人も少なくないはず。そんな時に思い出してほしいのが、経験豊富なアドバイザーがそろった「Hosta函館」。

ホームページ「ホスタ函館」のお役立ち情報リンクにある「ライフプランNavi」では、必要な情報を入力することであなたのライフプランをシミュレーションできます。もちろん、もっと詳しく知りたい人、ライフプランを組み立てたい人は、お気軽にご相談ください。「家計の見直しを考える上で、生命保険の見直しは重要なポイントのひとつです。家族構成や職業、将来設計などに合わせて、見直しのポイントを明確にします」と話すのは、住宅ローンアドバイザーの資格を持ちライフプランをトータルでサポートしている成迫賢太さん(=写真左)。プロのアドバイスを受けることによって、自分では気が付かなかったことがわかり、それがあなたと家族の未来に繋がります。相談はいつでも無料。無料相談は予約制。ホームページ「ホスタ函館」からも予約できます。募集代理店はMS保険サービス北海道株式会社(Hosta函館)。引受保険会社は三井住友海上火災保険株式会社、三井住友海上あいおい生命保険株式会社。

●松岡町14-10 函館ツインタワー7階・MS保険サービス北海道株式会社
【フリーダイヤル】0120-12-9018

今年こそ、家の外装の塗り替えを!

工藤塗装

「そろそろ家の外壁の塗り替えを…」という人はぜひ、消費税増税前に、外壁の塗り替え30年の実績が定評の『工藤塗装』へ!



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、プロパンカバ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

15minutes 2

▼道南の寒気がようやく緩み始めた2月下旬のある日、当社オフィスに1本の電話があった。「編集長、〇〇さんという方からお電話です」と、電話を取った女性スタッフの声を聞いて気がが高揚した。スーパースターからの電話だ。▼本紙2月1日発行分の本欄で、中学校時代の同級生であるU君のことを執筆した。昔からスポーツ万能で、キターも上手で勉強ができて美男子で、大学を卒業して日本を代表する一流企業に就職してそのグループ会社の社長になったU君は僕の心の中のスーパースターである。同号を発行後、随分迷った末にU君の元に1部を郵送することにした。職場は超有名企業なので、簡単に所在地を調べることができた。本紙1部のほかに、現在の僕の仕事についての簡単な説明を書いた手紙を添えた。▼僕は、現在の役職が分不相応だと思ってる。重責を全うできていない。いつも思っているリーダーになる人は仕事ができるだけでなく、人望が厚くなければならぬ。日本経済の未来を背負うような立場になったU君の活躍をインターネットなどで知るようになってから、人望が厚い人とはこういう人のことをいうのだと思ってきた。同級生ながら僕とU君とは提灯に釣り鐘なのだ。▼青山君? ○〇です。お久しぶりです。37年ぶりのスーパースターとの会話にしてはあまりに普通すぎて逆に緊張した。少しの時間、昔話の花を咲かせた後、U君は本紙と僕の文章をとても褒めてくれたので、嬉しくて会話中に何度も泣きそうになった。最後にお互いの連絡先を交換して、機会があったら会おうということになった。▼受話器の向こうのU君は昔と何にも変わってなかった。普通に中学校の野球部時代の思い出話をしていった。変わったのは僕のほうだ。U君が優れた経営者なのは昔から何でもできたからだけではない。少年の心を忘れていないからだ。ほんの15分くらいの会話の中で、僕は齢を重ねて忘れてかけていた大切な何かを思い出した。▼U君は、東京に来ることがあったらぜひ連絡してほしいと僕に言った。いつか胸を張ってU君に会いに行こう。社会的地位が違いますが、電話の後、U君からメールが届いた。「いい時間をいただきました」と書いてあった。U君はやっぱり僕の中のスーパースターだった。(慎)



美しく包むことの素晴らしさ...

株式会社スカカ商会専務取締役 梶原弘美さん

例えばふろしき。日本には、品物を美しく包むという文化がある。

「最近ではギフトの包装が簡略化していますが、大切な方への心のこもった贈り物には、素敵なラッピングをしていただくだけでもいいと思います」と話すのは、ギフト専門店「オスカ商会」の梶原弘美専務。ギフトのラッピングの技術



中、我が国で古来から受け継がれる品物を美しく包む文化を見直そうという思いで認定試験を受けた。「ワインボトルや電化製品、傘など、素敵なラッピングや質感にこだわった包装紙選びが、好評いただいています。特に男性が女性にプレゼントする場合には、とても素敵なラッピングを望まれることが多いですね。また、SNSの利用が盛んな中で、人に見せるラッピングが人気を集めています」

店舗は同協会の認定校にもなっており、今年の春からは資格を活かして有資格者を増やそうという意気込みをみせている。

万代町の本店にディスプレイされている梶原さんのラッピングはどれもお洒落で独創的。贈られた側の喜びが倍増するようなラッピングに興味があれば気軽に足を運んでほしいと、梶原さんはPRしている。オスカ商会本店は ☎4188880。

今月のおすすめスイーツ

マテリアクレープ なないろ・ななえ店 「春限定スイーツ」

2種類の春限定スイーツに注目!

今月は、国道5号線沿いにある「道の駅 なないろ・ななえ」内にあるクレープ屋さん、『マテリアクレープ』の春限定スイーツに注目。「さくらのクレープ」(380円)は、ピンク色をしたもちもち食感の生地が特徴。生クリームの上に桜の塩漬けと桜風味のソースがトッピングされており、甘さと塩気を同時に楽しめます。「はこだてワインパーム」(380円)は、「株式会社はこだてわいん」のコーポススイーツで、「青函トンネル貯蔵わいん」を生地に使った、ぶどうの爽やかな風味が楽しめるパームクーヘンの上に、生クリームをのせてキャンベルジュースをかけたもの。販売はいつでも5月いっぱいまでを予定。9:00~18:00。
●七飯町峠下380-2 ☎84-1530



海沿いに建つ素敵な喫茶店

珈琲タートル



いよいよ行楽シーズンが到来です。恵山方面にお出かけの際には立ち寄りしてほしいのが、銭亀町にある『珈琲タートル』。海沿いに建つ素敵な店で、「スパゲティナポリタン」(600円、飲み物、スープ付)や「スパゲティベロンチーノ」(600円、飲み物、スープ付)「カレーライス」(500円、飲み物付き)、「オムライス」(600円、飲み物、スープ付き)、「生姜焼きライス」(700円、飲み物、スープ付き)などのお得なランチ向けメニューがそろっている。筆者イチオシは「ハンバーグライス」(=写真、800円、飲み物、スープ付き)。営業時間は4・11月が午前8時～午後4時30分、5・10月が午前8時～午後5時、6・9月が午前8時～午後5時30分、7・8月が午前8時～午後6時、12月～3月が午前8時～午後4時。毎週月・火曜日定休、駐車場有。

●銭亀駅 支所 ●銭亀駅郵便局
 ●至海川 恵山国道 至恵山●
 ●銭亀町会館
 津軽海峡

●銭亀町69
 ☎76-9073

懐かしの味めぐり 担当/（慎）記者

エビのチリソースで至福のひとつを…

中国料理 幸珍



中華料理の評判店として知られる昭和3丁目の「中国料理 幸珍」。この店の料理を味わった僕と同年代かあるいはもう少し歳上の函館っ子なら、「何だか懐かしい味」と思うのではないだろうか？ この店の店主さんは、函館の某有名ホテルの有名中華料理レストランの料理人を長年務めた人物。「豚肉とビーマンの細切りあんかけ焼きそば」(900円)がその懐かしさを象徴する1皿として評判だが、「エビのチリソース」(1100円)もそれに負けず劣らず、食べた瞬間に懐かしさを感じる逸品。トマトペースト、ネギ、生姜、ニンニク、豆板醤、そして酒醸(チューニャン)という中華料理に欠かせない調味料を使った昔ながらの手作りのソースのコクと甘みと、プリプリのエビのハーモニーが抜群。白いご飯と一緒に食べると至福のひとつが楽しめる。「本当に美味しいものは昔から変わらないんだな…」と感じさせてくれる1皿だ。営業時間は午前11時30分～LO午後1時30分、午後5時～LO午後7時30分。毎週火曜日定休、駐車場有。

●昭和3-30-12 ☎46-7705

ガボールの靴で春の街を歩きましょう！



春です！ ぽかぽか陽気に誘われて春の街を歩くなら「スニーカー」や「スニーカー」など履きやすく歩きやすい靴で出かけましょう。



今回の注目品はズバリ、白の軽快なシューズ。スニーカーといっても、スポーツブランドのデザインとはちよつと違い、カジュアルなからフオーマルの雰囲気もちょっと兼ね備えた、どんな服装にも合うデザインが特徴です。ほかにもサンダルやスリッポンなど、春夏向けのお洒落な靴を豊富に取りそろえ、カラーも白のほかにはネイビーが人気を集めそう。この春はガボールの素敵な靴で街を歩きましょう。

タランティーネ

最新設備の街の歯医者さん

五稜郭デンタルクリニック

五稜郭デンタルクリニック



本通1丁目・旧戸井線沿いの「五稜郭デンタルクリニック」は「最新の機材と衛生管理を追求する先進的な歯医者さんです。プライバシーに配慮した個室の診療室には治療に使う水を高度な衛生管理のもとで消毒するシステムを備えた最新の診療台を一部に導入。歯科用のCTスキャナーなど、南北海道エリアで導入が進んでいない最新機器をいち早くそろえ、高度で細やかな診療を実現しました。そのため、インプラントなどの先進医療も安心して受けることができます。

「地域に根ざした歯科医院」を目指す同クリニックは、相談のしやすさも特長。痛みはもちろん、定期的な診察やホワイトニングなど、歯にまつわることは何でも相談できます。

●本通1・377
 ☎83・7553

ストーブ分解整備割引キャンペーン実施中！

石油ストーブやポイラーなどの分解整備をはじめ、エアコンの掃除にも定評の「有限会社富士サービス」では、7月31日まで、「ストーブ分解整備割引キャンペーン」を実施中です。期間中は「FF式ストーブ」通常整備は万一に備えた損害賠償保険に加入していただきます。



石油ストーブやポイラー17280円(消耗部品、パックン別途)とお得。また、分解整備中にはストーブの貸し出しも行っています。そのほかのストーブもキャンペーンの対象となります。詳しくはお問い合わせください。なお、分解整備は万一に備えた損害賠償保険に加入していただきます。

有限会社富士サービス
 97200円とお得。設置と古いストーブの廃棄は無料で行います(設置条件により部材のみ別途必要な場合があります)。ほかにも多数限定でお得なストーブを用意していますので、お気軽にお問い合わせください。

引越の際のストーブの移設、取り付けも承り中。匂いや音などが気になるストーブやエアコンについてもご相談ください。

営業時間は午前8時～毎週日曜日 祝日定休。
 ●美原3・5817
 ●47・6305
 http://fukusss.com/

手ぶらで参加できる無料体験教室も

幼稚園、小・中・高等学校で書道講師を務めていた経験のある天満谷(てんみん)喜子(きこ)さんが書道の楽しさを教える「書の教室 優玄(ゆうげん)」亀田本町のキングベック近くにある同教室では小学1年生から大人まで書道を楽しんでいます。自宅で開いている教室のほか、のし書きなどの実用書、ボールペンも受講できるで大人になってからの趣味として始める人も多いそう。子供は毛筆、硬筆の両方を受講できる。体験教室も随時行っています。基礎をしっかりと学ぶことができます。3、4歳から受講可能。



書の教室 優玄

みてはいかが？。今なら、申込時に「言いばせ」と見た」というと書道セットをプレゼント。何か始めたくなる季節です。この機会に書道を始めませんか？ プレゼント期間は5月末日まで(定員になり次第終了)。月謝はお問い合わせください。駐車場有。

●亀田本町9・23
 ☎76・7782
 (天満谷まで)

道南イベントガイド

第72回 松前さくらまつり
 ■4月27日(土)～5月15日(水) ■武者行列(4月27日)、STVラジオ公開さくらまつりオンステージ(4月28日、出演/杜このみ、マロン陵)、はたらく車展示コーナー(5月2日)、こどもの日イベント(5月5日、ふわふわ広場、移動動物園等)他 ■場/松前公園 ■間/松前観光協会 ☎0139-42-2726

しりうち春のカキまつり
 ■5月3日(金)、4日(土)、5日(日)午前9時～午後2時 ■町特産品格安販売、焼きガキコーナー、知内大鍋他 ■場/知内町役場駐車場 ■間/知内町産業振興課商工観光係 ☎01392-5-6161

上ノ国町 よってけ市2019
 ■5月3日(金)、4日(土)、5日(日)午前9時30分～午後2時 ■超豪華パーベキュー(各日数量限定)、あわびジャンケン他 ■場/間/道の駅上ノ国もんじゅ ☎0139-55-3955

第28回 北海道女だけの相撲大会
 ■5月12日(日)午前9時30分～ ■場/福島大神宮境内相撲場(雨天時/福島町総合体育館) ■3月25日から参加申し込み受付中。定員(64人)に達し次第受付終了(参加資格/18歳以上の女性、参加料3000円) ■間/福島町観光協会 ☎0139-47-3004(福島町産業課内)

第7回 鹿部春のえびつぷ祭り
 ■5月19日(日)午前10時～午後2時(予定) ■えび、つぷ貝の直売、特産品販売、グルメブース他 ■場/鹿部公園 ■間/鹿部町役場食と観光推進室 ☎01372-7-5293


掲載内容は天候など諸事情により変更になる場合があります。詳細は各問い合わせて先までお願いします

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

年寄り笑うな行く道だもの

店番をしていると、道をたずねるためにご来店されるお客さまが思いのほかいらっしゃいます。基本的にお爺ちゃんかお婆ちゃんです。たずねられた目的地を「ここを曲がってまっすぐです」と説明しても、大抵ちがう方向を指さして「あっちだね!?!」と自信満々でまちがえます。口だけの説明では目的地にたどり着けるか心配でございますので、いっしょに表まで出て、極力シンプルでわかりやすく、大きな声と体を使いながら目的地までの道順を説明しております。ちなみに目的地は決まって「介護施設」が「斎場」のどちらかです。道案内にはいつも力が入ります。

置かれた場所で咲きなさい
 渡辺和子
 幻冬舎 500円+税
 長い人生の中で得た「モノ」とらえ方は、シンプルながらも、とても重みがあります。寄り添うように心にとっとと語る言葉。



高性能便座を特別価格で

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。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使いやすいお手入れもかんたんな高性能便座が、お得になるお知らせです。



性能便座が「ビューティー・トワレ」のときにこそ、掃除がスイッチひとつで出てくるほか、本体をワンタッチで脱着できるため手軽に隅々までお手入れすることができ、また、使用の度に「使用前」「使用中」「立ち上がり後」の3回、ノズルを自動洗浄するので掃除の後のキレイが長持ち。この「ビューティー・トワレ」を先着30台に限り、通常7万8000円のところ標準工事費込、税込3万9900円で提供します。ほとんどの便器に装着できる機種なので、便座の交換を検討中の人はこの機会をお見逃しなく。数に限りがありますのでお早めにご予約ください。

小野寺住設
 トワレを先着30台に限り、通常7万8000円のところ標準工事費込、税込3万9900円で提供します。ほとんどの便器に装着できる機種なので、便座の交換を検討中の人はこの機会をお見逃しなく。数に限りがありますのでお早めにご予約ください。

●美原3-1-5
フリーダイヤル
 0120-750-750

移転記念キャンペーン実施中

加齢とともに髪質が変わったと思つことはありませんか? 「ヘアズラスタ」では、くせ毛や老け髪で困っている人に「フュージョン」というトリートメントが人気です。こちらは「昔は直毛だったのに、最近くせ毛みたいになってきた」「艶がなくなった髪質」に、乾燥して

持てる効果が期待できるトリートメントというもので、トリートメントなので、パーマやカラーリングをしている髪にも利用できます。所要時間はセミロングの長さで60分ほどで、効果は1ヶ月ほど続きます。今なら予約時に「青いぼすと利用」という特別料金で利用できます。料金は「ビューティー・トワレ」の通常86400円のところ79800円「ビューティー・トワレ」の通常86400円のところ79800円「ビューティー・トワレ」の通常86400円のところ79800円

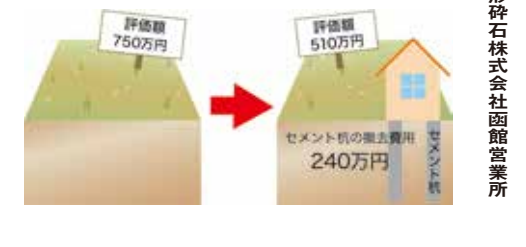
ヘアズラスタ
 営業時間は午前9時30分～午後7時。毎週水曜日定休。要予約。駐車場有。
 ●北浜町2-20
 ☎86-921-1

地盤改良で土地の資産価値が下がるのは? 山形砕石株式会社函館営業所

マイホームや店舗・社屋などを建てる際、地盤が弱ければ地盤改良が必要になります。でも、工法によっては土地の資産価値が下がってしまうことをご存じでしょうか。

2001年に国の基準で改定され、土壌汚染や埋設物がある土地はその撤去費用を差し引いて土地評価額を算定することになりました。従来、地盤改良で使っているセメントや鉄の杭などは「埋設物」に当たると認め、土地の資産価値を下げてしまいます。一般的な住宅の場合、土地評価額が250万円近く下がる可能性があります。さらにもし、将来土地を売却する際は、地盤改良工事の倍以上の費用をかけて杭を撤去しなければなりません。

一方、「山形砕石株式会社函館営業所」で扱う「HYSPED工法」は天然の砕石のみを使って地盤改良するため「埋設物」として扱われず、撤去の必要もないため資産価値が下がることもありません。将来の子や孫の世代にマイナスの資産と建物を建てる前に、地盤改良の方法についても工務店とご相談ください。同営業所でも、電話でのお問い合わせや来所での相談を受け付けています。お気軽にどうぞ。



漢方で目の健康を

「ピン트가合わない、ショボショボするなど目でお困りなら漢方を」と話すのは、漢方専門店「くすりの元気」のカウンセラー・石田悦子さん。

石田さんによると、心身の機能が活発になる春は、血を蓄える肝臓がフル活動。この肝臓の状態がとりわけ現れやすいのが目です。目の23倍の血液を必要とする肝臓の働きが鈍ると健康な血液が十分に行き渡らなず、ばやける、かすむ、視力低下、ドライアイなどの症状が現れるのだそうです。また、血流が低下すると濁った充血やクマが出やすくなったり、目の量が不足すると、目のピン트가合わない、フワフワ感があることもあるのだそうです。中医漢方には血を整える飲み薬「くすりの元気」は「くすりの元気」は「くすりの元気」は「くすりの元気」

「くすりの元気」は「くすりの元気」は「くすりの元気」は「くすりの元気」

現代医学の知識を学んで、しっかりとしたカウンセリングのもと販売が許される「日本中医学研究会」(別名「漢方の漢方」)の会員店。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」で検索。

●富岡町2-45-8
 ☎41-1017

知識を記した冊子「読む目くすり」をプレゼント中。相談は予約制です。予約がない訪問には対応できないこともありますのでご注意ください。



日々のストレスをしばし忘れて、非日常のくつろぎを気軽に味わいたい。そんな時は、レトロな雰囲気と様々なパリエーションの個性的なお風呂やサウナがそろった大浴場、北海道の美味しい食材が堪能できるレストランが自慢の『湯の川温泉ホテル万惣』の日帰りプランはいかがですか？

レストラン「蔵祭」1周年記念として4月1日から始まった地元客限定の日帰りプランが見逃せません。ゴールデンウィーク中（4月27日～5月5日）を除いた5月22日までの期間、大人6630円、子供5000円割引。大人6900円、子供2970円で利用できるのので超お得です！館内にある「今様文明開化絵巻」がコンセプトの「暖炉アート」も一見の価値あり！ご夫婦やご家族でいますぐ、『湯の川温泉ホテル万惣』の日帰りプランをご利用しましょう。

予約は電話受付のみとなります。電話の際は必ず「言は見た」と伝えてください。
●湯川町1-15-3
☎57-50061

「言は見た」でなんと5000円割引。大人6900円、子供2970円で利用できるのので超お得です！館内にある「今様文明開化絵巻」がコンセプトの「暖炉アート」も一見の価値あり！ご夫婦やご家族でいますぐ、『湯の川温泉ホテル万惣』の日帰りプランをご利用しましょう。



CLOSE UP
お手頃料金で贅沢なひと時
湯の川温泉 ホテル万惣

Delicious Spot **バーラーフタバヤ**

注目の「肉フェア」

MEGAドン・キホーテ函館店2階にある「バーラーフタバヤ」は、長年愛され続けているメニューから新しいメニューまで幅広くそろつた店。

注目は、好評開催中の「肉フェア」。おすすめの「オムカツライス」(サラダ、スープ付き1058円)は、サクッと揚がった豚肉のカツレツとピラフが入ったふわとろ玉子のオムライスに甘さ控えめのデミグラスソースが抜群の相性。そのほかにも、スキレットで熱々を味わえる「ビーフシチューセット」(ご飯、スープ付き1490円)や女性に好評の「チキンのサラダ仕立てセット」(ご飯、スープ付き1058円)など、全6品の肉料理を用意するこのフェアはこの夏頃まで開催する予定。ランチにディナーに、ぜひご賞味あれ！ もちろん、甘めのソースがたっぷりかかった「ハンバーグ」(スープ付き864円)や「名古屋うどん」(スープ付き734円)も安定の美味しさです。

また、別腹で選びたいのが、根強い人気のソフトクリームを使ったパフェ。中でも、バナナとチョコ2種類のソフトクリームに生チョコと生クリームの組み合わせ「生チョコパフェ」(680円)は、魅惑の味。なお、店内は分煙になりました。10:00～20:30(LO/20:00)。無休。P有。

●美原1-7-1 ☎45-1978

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) **基礎英語を聴こう**

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。昨年、石田勝紀主宰の認定ファシリテーター取得。今年度よりママカフェを不定期開催予定。

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

今月から新年度が始まりました。進学、進級など、新しい環境に飛び込む方も多いことと思います。

英語を学んだことがない人が初めて触れる教材として、ラジオの「基礎英語」をお勧めします。理由は、何となくでも手軽に始められること。ラジオがなくてもスマホのアプリで聴くことができ、聴き逃しても過去1週間分まで遡って聴くことができます。お金もかかりません(テキストを買わないと)。教材に比べ安価です。毎日15分、同じ時間に聴く習慣を作ると、勉強の導入のルーティーンを作るのにも有効です。内容も歴史があるだけに素晴らしく、一応中学生向けのコンセプトではありますが、中学生に限らず、中学生に限らずですが、中学生に限らず英語を学ぶ多くの人が十分役立つ内容だと思います。中学生にとっては、学校よりも少し早めに文法の勉強ができ、教科書にない語彙表現もたくさん覚えられる、何よりも声に出すことで、綴りと音の関連がいつの間にか身につくという利点があります。英語が苦手な人の共通点に、とにかく声に出さないという点があります。学校では自信がなくてなかなか声が出せないと言っている人も、自宅で1人であればハードルが下がっているのではないかと思います。今月から1年間新しいシリーズが始まるので、これを機会に英語への扉を開いてみてはいかがでしょうか。

胃腸腫はまれですが、切除した患者さん多いですが、癌になることはないと言われています。薬を継続するかは主治医と相談するのがよいでしょう。

胃のバリウム検査で胃ポリープと診断されても、粘膜下腫瘍や胃癌のこともあります。必ず胃の内視鏡検査を受けて安心してください。さらにピロリ菌の検査を受けたことがない人は、ぜひ受けてください。陽性なら除菌治療を受けてください。

ドクター講座

胃ポリープと言われたら

胃のバリウム検査で胃ポリープと診断されても心配しないでください。心配するのは、内視鏡検査を受けてからにしてください。

胃ポリープとは、胃に発生する上皮由来で良性の胃の内腔に突出した隆起性病変のことをいいます。特殊なものに胃腺腫があります。一般的なポリープとしては過形成性ポリープと胃底腺ポリープの2つです。内視鏡で専門医が観察すると、どういふポリープかの診断は容易です。

胃腺腫はまれですが、ピロリ菌感染と関係があり、前癌病変と考えられフォロワーが必要です。専門医が勧めるときには内視鏡治療を受けてください。

過形成性ポリープもピロリ菌感染と関係があり、癌化することがあるためフォロワーが必要です。まれに出血することがあります。ピロリ菌を排除すると、ポリープが小さくなったり消失することもありますが、まず除菌治療を受けてください。

胃底腺ポリープはピロリ菌感染のない胃に発生します。多発することが多いのですが、癌化することはないと

言われています。心配されている患者さんが多いのですが、通常は観察のみで組織検査の必要ありません。ですので、内視鏡検査で胃底腺ポリープと言われたら安心して大丈夫です。最近PPIまたはP-CABと呼ばれる胃薬を内服している患者さんを多く見かけますが、すばらしい薬ですが、覚えておいたいただきたいのは胃底腺ポリープの数が増えたり、大きくなることがあります。びっくりするほど大きくなって切除した患者さん多いですが、癌になることはないと言われています。薬を継続するかは主治医と相談するのがよいでしょう。

胃のバリウム検査で胃ポリープと診断されても、粘膜下腫瘍や胃癌のこともあります。必ず胃の内視鏡検査を受けて安心してください。さらにピロリ菌の検査を受けたことがない人は、ぜひ受けてください。陽性なら除菌治療を受けてください。

●八幡町2112
☎41-18118

医療法人社団
東野内科消化器科クリニック
院長 東野清

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待ちしております。掲載日は編集部にお任せ下さい。営利目的の情報掲載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/青山]

今回からこのコーナーは青山が担当する(笑)。気になったお店にこの機会に行ってみようと思えました。(追分町 A・N)

いよいよ新年度。転勤族の方々が全国からいらっしやる時期ではないでしょうか？

全部食べてみたくなりました。おいしそうなカレーパン特集を見たら全部食べて見たくなりました。どのお店も、いろいろな工夫をしているのがすごいですね。うちの味が1番と自信を持っておいしくなれ、おいしくなれと思いつつ作つて下さい。(深畑町 M・H)

読者の声
かならず気になるカレーパン
今回(2月15日号)の「カレーパン」興味深くと読んでいただきありがとうございます。パン屋さんに作つて下さい。(深畑町 M・H)

お知らせ
篠笛「花明かりコンサート」が6月9日に
日本の伝統楽器・篠笛の音色に魅れる「花明かりコンサート」が6月9日(①午前11時)②午後1時30分、五稜郭タワーアトリウムで開催されます。主催は山口花ざん。入場無料。詳細は0177433354(山口)まで。

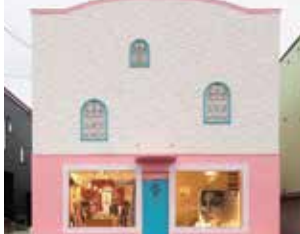
裁判員制度市民説明会が5月18日に
裁判員経験者の貴重な経験談や裁判官の説明が聴ける「裁判員制度市民説明会」が5月18日午前10時30分～午前11時30分に函館市中央図書館大研修室で行われガイドで取扱。詳細は0177433354(山口)まで。

函館ドルフィンズ第22回定期演奏会が6月8日に
函館ドルフィンズ第22回定期演奏会が6月8日午後6時から函館市芸術ホールで開催されます。指定席前売800円、当日1000円(小学生以下前売500円)、当日700円、自由席前売600円、当日800円(小学生以下無料)。チケットは松柏堂プレイガイドで取扱。詳細は0177433354(山口)まで。

新店舗・リニューアル情報

185(イチハチ)()

昨年11月にオープンした「185」は、美容室「カベリア185」と絵画ギャラリー「ガレリア185」が併設する1軒。「カベリア185」は、プライベートサロンイメージでゆつたりと利用できます。「カット」(4860円)のほか、「オーガニック商品も取り扱っており、「オーガニックカラー」(7020円)や「ヘアトスバ」(5400円)は好評。



次号予告
4月26日号 転勤族にオススメの専門店
転勤族の方々にオススメの店の第2弾のテーマはズバリ、「専門店」。個性的な道南の専門店を紹介しします。

5月17日号 七重浜グルメガイド
人気店から新店舗まで、美味しい話題が盛りだくさんの七重浜の飲食店を徹底チェック!

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

当社は資・サービス・満足を提供する企業でありたいと考えておりますが、中でも個人情報保護はその大前提と考え、個人情報保護マナーシミュレーションを確立・実践し、個人情報情報の適正な利用・保管・管理を実現します。

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
谷藤 梓 Azusa Tanifuji
営業 Sales planner 瀧 恵 Megumi Taki

編集後記 今回のお題「転勤族にオススメの飲食店」

3月上旬のよう晴れた日に今年初めての釣行。数日前の寒さが過ぎた中で、良い釣果の2日目を釣り上げました。寒い本音を聞きながら、「先日はお天気に感謝しています。寒い本音を聞きながら、先日はお天気に感謝しています。寒い本音を聞きながら、先日はお天気に感謝しています。」

090・7646・8493 (島田)まで。
本読み聞かせ会「おはなしの会」が4月14日午後2時から函館駅前ビル5階・くまざわ書店で開催されます。時間は30分程度。参加無料。詳細はくまざわ書店017721まで。

今回の「デリシャススポット」コーナーで紹介した『パーラーフタバヤ』より、1000円分の食事券を5名様様にプレゼントします。応募はハガキに郵便番号、住所、氏名、電話番号を明記の上、青いぼすとに対するご感想もたっぷりとお書きの上、〒040-0063、函館市若松町30-21、株式会社青いぼすと「フタバヤ」係まで。締切は4月23日必着。

お寄せいただいたお便り、読者プレゼントのご感想等は、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。いただいた個人情報に基づく掲載の決定と個人を特定できない記述で紙面制作に使用させていただきます。この目的以外での使用はいたしません。本紙・読者プレゼント企画の当選分の企業・店舗等の利用券につきましては、当選者への利用券送付後に企業・店舗の閉鎖その他の都合で利用券を使用できなくなった場合、利用券は無効となりますので予めご了承ください。

青いぼすと設置場所のご案内
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] □カフェくあふおり
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)
津軽海峡フェリー函館フェリーターミナル □津軽海峡フェリー大間フェリーターミナル