

# POSTIN FREEPAPER SINCE 1991 青いほすと

660  
2019.5.17

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



七重浜海水浴場の近くに掲げられている大華そば棧屋。ここに来たら定番メニューの「樽そば全部のせ」(11号真、1350円)をぜひ味わって！  
大きく厚い炙り焼豚、半熟煮玉子、噛むほど旨みが出るメンマなど自家製トッピングで麺が見えないほどのボリュームが特徴。  
●七重浜2・37・3  
☎48・5585

## 自家製トッピングがたっぷり

### 中華そば棧屋

きな看板が目印の「中華そば棧屋」。ここに来たら定番メニューの「樽そば全部のせ」(11号真、1350円)をぜひ味わって！  
大きく厚い炙り焼豚、半熟煮玉子、噛むほど旨みが出るメンマなど自家製トッピングで麺が見えないほどのボリュームが特徴。  
●七重浜2・37・3  
☎48・5585



七重浜4丁目にある『小川亭』は、創業から21年間愛される洋食レストラン。洋食歴45年のオーナーシェフが創る美味しい洋食メニューが昔から道南の洋食好きから大好評の隠れ家的1軒。11時30分〜クローズ13時30分のランチタイムの「本日のランチ」は、全7種類のセットメニューから選ぶことができ  
●七重浜4・12・26  
☎48・5515

## 七重浜の隠れ家的洋食の名店

### 洋風料理 小川亭

七重浜4丁目にある『小川亭』は、創業から21年間愛される洋食レストラン。洋食歴45年のオーナーシェフが創る美味しい洋食メニューが昔から道南の洋食好きから大好評の隠れ家的1軒。11時30分〜クローズ13時30分のランチタイムの「本日のランチ」は、全7種類のセットメニューから選ぶことができ  
●七重浜4・12・26  
☎48・5515

富岡町から七重浜に移動したばかりの『カフェ&バル カプリシユー』が、さで空気のようにながらスイーツまでおまかせの同店で、「いちごのパンケーキ」(1400円)は、美味し情報がいかが？ エスプーマ盛りだくさんの七重浜エリアのニューフェイスを、お見逃しなく！  
10時〜L O 20時30分



海辺に建つカフェで過ごすひととき  
分。月曜休。P有。  
●七重浜7・330  
☎83・6927

### カフェ&バル カプリシユー

イオン上磯店内にある『ファミリーレストラン 中華ジャンジャン』は、中華に和食に洋食と幅広く楽しめる1軒。おすすめは、6月末日頃までの予定で開催中の「チーズフェア 第1弾」のメニュー。1番人気は、モッツアレラチーズ、ミックスチーズ、チェダーチーズの味をそれぞれ楽しめる  
●七重浜4・44・1  
☎48・2400

「3種のチーズドリア」(スープ、サラダ付き950円)。変わらぬ美味しさのデミグラスソースとチーズのハーモニー「チーズハンバーグ」(スープ付き950円)と「チーズタッカルビセット」(スープ、ミニサラダ、ライス付き1026円)も好評。11時〜L O 20時。無休。P有。  
●七重浜4・44・1  
☎48・2400

とろける幸せ、チーズメニュー！  
ファミリーレストラン 中華ジャンジャン

# 七重浜グルメガイド

函館市からほど近い北斗市七重浜には、昔から人気の店をはじめ、注目の新店舗まで、人気の飲食店が幾つも点在しています。そこで今回はズバリ、七重浜のグルメに注目して、本紙厳選の10店舗を紹介してみました。この週末はぜひ、七重浜で美味しいひとときをお過ごしください。

表紙写真協力/洋風料理 小川亭

## ケーキもパンも充実!

ケーキとパンのお店たちはな

パティシエとパン職人がそれぞれの魅力を発揮する『ケーキとパン』のお店たちは、『は、どちらも充実の品ぞろえ。北海道産契約栽培小麦を100%使用したケーキの中でも、棒状のプリンが入った「カスタードプリンオムレット」(432円)は、ぜひ試して欲しいところ。「6種のフンド」(378円)と生地もフルーツケーキ(194円)とクリームの口溶けがたまらない「マロン」(162円)はお土産にも最適。パンのおすすめは、ふんわり生地に



蜂蜜レモン漬けレーズンを贅沢に使用した「レーズラウ」(378円)と生地もフルーツケーキ(194円)とクリームの口溶けがたまらない「マロン」(162円)。水曜休。P有。  
●七重浜 4・32・27  
☎76・15569

## そばと季節の味覚が人気

そば・食事処のとや

自家製麺のそばをはじめ、セットメニューなどで長年人気を集めている七重浜の有名店『そば・お食事処のとや』。



年に4回、四季ごとに変わる「季節のメニュー」は数産の「マコモダケの天ぷらと鮭トロゴ飯」(1296円)。6月いっぱい限定メニューなので、ぜひこの機会をお見逃しなく! 2階大広間では法要、各種宴会も承っています。11時〜L.O.21時30分。無休。P有。  
●七重浜 7・15・14  
☎49・45558

## 半世紀以上続く味

焼肉・ホルモン 丸亀

創業57年の「丸亀」は長年愛され続けているお店。

「はみ出せ!! 丸亀ステーキ」(2570円)など、人気メニューは多くありますが、何といても1番の看板メニューはホルモン。大腸、小袋、ガツの味わいと食感を

楽しむ「ホルモン焼き」(450円)と「ホルモン鍋」(650円)があり、手間暇かけて仕込んだ新鮮な道産のホルモンは臭みを感じません。  
持ち帰り用「ホルモン鍋」(450円)も人気。スタミナをつけた日は、自宅でホ



ルモン鍋をゆつくり楽しむのもいいですね。  
16時30分〜23時。月曜休。P有。  
●七重浜 3・15・30  
☎49・2718

## お肉屋さんの自家熟成肉が楽しめる

しゃぶ匠七重浜店



『しゃぶ匠七重浜店』は、グループ全体で月間100トンもの肉をさばくお肉屋さん直営のしゃぶしゃぶ店。自家熟成し、ベストな状態まで寝かせた肉を注文を受けてからスライスするので鮮度が違います。同店こだわりの「地鶏昆布白だし」はお好みのだしの2種類の味を楽しめるのもうれしいポイント。熟成牛肉・熟成

豚肉・ラム肉食べ放題コースは時間無制限のランチが大人1880円、土・日・祝のホリデーランチは1980円。ディナーは1000円。2680円。ホリデーランチとディ

## 秋田県比内地鶏の炙り親子丼が大好評!

鶏料理専門店 鶏旬

親子丼といえば、やっぱりこの店!  
北斗市七重浜にある『鶏旬』で、ランチタイム(11時30分〜14時)限定で提供している「炙り親子丼」(サラダ、味噌汁付き900円)は、秋田県比内地鶏を使ったこの店自慢の逸品で、平日は



休日みのサラリーマン、土・日曜日は家族連れや遠方からやってくる人などで賑わっている。材料の都合により1日10食程度限定。さらにランチタイムに好評なのが、秋田県比内地鶏の鶏ガラを使った「塩ラーメン」(お

むすび付き700円)。うまい鶏肉料理なら間違いなしの1軒! 夜の営業は18時〜23時。毎週月曜休。日曜はランチのみの営業。P有。  
●七重浜 8・3・3  
☎48・52553

## 順番待ちができる人気ラーメン店!

らーめん初代社



7丁目にある『らーめん初代社』は素材からこだわったコクのあるスープが評判で、週末は順番待ちになることもある人気ラーメン店です。日ごと暖かくなるこの時期、同店では「つけ麺」(写真)がおすすめ。全粒粉を練り込んで風味を際立たせた自家製の極太麺を、トンコツベースの和風だしのタレにつけ、溶き卵にくぐらせて味わうのが社のつけ麺。麺300グラム(800円)が普通盛りとなっており、200グラム、400グラムなど麺の量を選べるのもポイントです。ラーメンにも負けない人気の「焼きうどん」もぜひお試しを。11時30分〜23時30分(L.O.23時15分)。不定休。P有。  
●七重浜 7・11・1  
☎49・0990

# HEADLINE

## 65歳からの有償ボランティア活動

### 函館市社会福祉協議会



介護施設などでボランティアを行うとポイントが付き、その貯まったポイントを換金できる「ボランティアポイント事業」を知っていますか？

『函館市社会福祉協議会』では65歳以上でボランティア活動に興味のある人を対象に「ボランティアポイント事業」に登録するための研修会「函館市介護支援ボランティアポイント事業研修会」を開きます。日時は5月31日(金)午後1時30分～午後4時40分。会場は函館市総合福祉センター(あいよる

21)4階会議室。参加対象は函館市在住の65歳以上(ただし要介護、要支援認定者などを除く)。5月24日(金)までに電話またはFAXで申し込み。申し込み・問い合わせは函館市社会福祉協議会事業課地域福祉係(担当/松野・石崎)まで。

活動内容としては介護施設の利用者の話し相手、趣味活動の補助、軽作業のお手伝いなどがあり、研修会で活動場所や活動内容についての詳細、活動者の経験談などを聞くことができます。あなたの元気と優しさをボランティア活動を通して活かせませんか？ 受付時間は午前8時45分～午後5時30分。毎週土・日曜日、祝日定休。駐車場有。

●若松町33-6 ☎23-2226 【FAX】23-2224

## 全国統一高校生テストと部活引退生の特別招待講習

### 第一ゼミナール・東進衛星予備校

『第一ゼミナール』(石田清塾長)は6月9日(日)に、センター試験会場となる北海道教育大学函館校で「全国統一高校生テスト」(参加無料)を実施します。全国から10万人が参加した昨年の試験は、市内の高校生200人が受験しました。高校での模試とは違う、他校生と同一会場で受ける本番さながらの模試に挑戦してみませんか？ 高校3年生にはセンター試験レベルの問題、高校1・2年生には「大学入学共通テスト」に対応した問題が出題されます。申し込み締切は5月30日(木)。



昨年北海道教育大学函館校で実施した全国統一高校生テストの光景

部活を終えた高校3年生のための「部活生特別招待講習」(無料)の受講生も募集しています。「部活を頑張った高3生の皆さん、受験本番まで残り約8カ月になりました。第一ゼミナール・東進衛星予備校でならまだ間に合います！ 特別招待講習で、まずは最先端の学習システムを体験してください」と同校。高校1・2年生には「夏期特別招待講習」(無料)を用意しています。この招待講習では英語4技能講座や実用的文章対策講座で、大学入学共通テスト対策を体験できます。

申し込み・問い合わせは電話またはホームページで受付中です。  
●杉並町4-12 ☎31-5577 <http://daichizemi.ne.jp>



## お客様が幸せになれる施設作り…

### 「福島の川温泉ホテル万徳」支配人 幸田敬司さん

インタビューを始めて筆者がすぐに思い浮かんだのは、サムエル・ウルマンの「将来の詩の一節だった」。『福島の川温泉ホテル万徳』の総支配人に就任した。大学卒業後に初めて就職したのはサイパンのリゾートホテル。パブル景気に沸く日本人の多くがゴルフ目的で訪れる中、貴重な日本人スタッフとして活躍。その後日本に戻り、いくつかのホテルに勤めて運営・管理の現場



でその手腕を發揮。2016年にリニューアルした同ホテルの魅力度向上の仕掛けとして注目されている。「施設やサービスがお客様の期待値を上回ってこそ、お客様は満足するものです。良い食材の提供、楽しいイベントの実施。そうした仕掛けにより、お客様が幸せになれる施設作りをしてゆきたいです」。趣味はスポーツ。特にサウナのライフワークだということ。自身は「スノーボード」と「赴任してすぐにスノーボードを楽しみました。サーフィンのポイントもすでに調べました。函館は自然に恵まれていて楽しい場所ですね」。趣味の話をする時はまるで少年のよう。そんな粋な遊び心を持った人だからこそ実現できるホテル運営があるのではないだろうか。

「青春とは人生のある期間をいいうのではなく心の様相をいいう」とは、サムエル・ウルマンの言葉。

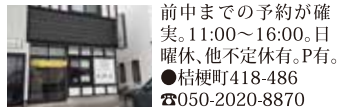
## 今月のおすすめスイーツ

### 大福の大阪屋「串大福」

#### 3つの味を楽しめる串大福

桔梗町にある「大福の大阪屋」は、甘さと塩加減が絶妙なあんど、つきたて餅を使って毎朝手作りされる大福が評判の店。「串

大福」(330円)は、小さめの紅大福(こしあん)、ごま大福(ごまあん)、草大福(粒あん)を、串だんごのように1本の串に刺したものが、可愛い見栄えがいろいろ味わってみたい気持ちをもくもくします。通常サイズの草大福と豆大福(各220円)に、粒あんとしあんを用意しているのも同店の特徴。水曜日限定販売の「ハート大福」(250円)にも注目です。各商品は朝1回作られ売り切れ次第販売終了となるので、購入は前日午前中までの予約が確実。11:00～16:00。日曜日、他不定休有。P有。  
●桔梗町418-486 ☎050-2020-8870



## 青ほの目

### 夕映えのバックフリップ

▼2010年の夏、「函館マリナーズ」が「ふれあい」というイベントで函館マリナーズ周辺で初めて開催された。北大水産学部内に事務局を設置した水産・海洋コーディネーター養成事務局の主催。水産物のタッチアップやパネル展示のほか、ヨット、シーカヤック、水上オートバイといった水上の乗り物の乗船体験や水上オートバイのショー(模範演技)が行われた。▼僕は若い頃から七重浜を拠点に、水上オートバイの趣味を楽しんでいる。免許を取得して、海上の交通ルールを遵守して楽しむ純粋なマリンスポーツだが、どうも周囲からのイメージは良くなかった。そんな中で、水上オートバイのアクロバティックなショーや乗船体験は函館の人達に對してイメージアップにつながるはずだと信じて地元仲間が結果として、さらにアクロバティックな演技を得意とする札幌のチームを招いてイベントを盛り上げた。▼真つ青な夏空に恵まれた2日間のイベントは子供から大人までたくさんの方の賑わいがあり、水上オートバイの乗船体験にも長蛇の列ができた。僕は岸壁からお客さんを水上オートバイに乗船させる役目をしてきたのだが、瞳を輝かせてワクワクしながら自分の順番を待つ子供達の姿がとても印象的だった。そして庄巻は札幌から来てくれた水上オートバイチームのアクロバティックなショー。一人乗りの小さな船体でジャンプやバックフリップなどの空中技を繰り返すショーは、おそろくほとんどどの函館市民が初めて見た光景ではないだろうか？ 岸壁からのお客さんの大歓声を聞いていたらどういふわけか涙がこぼれてきた。そして確信した。「僕は海の悪者ではない」と。▼最終日の演技終了後、札幌のチームは僕達の活動拠点である七重浜の浜辺に来て、函館の水上オートバイの仲間だけのためにショータイムを披露してくれた。すでに日没が近づいていたが、美しい夕焼けに包まれながら、盛り上がりは最高潮に達した。▼北斗市方面に行く時はいつも、七重浜の海水浴場のすぐ横の道路をクルマで走る。ゆるいカーブが近づいてきて水平線が視界に入った時いつも僕は、あの目見た夕映えのバックフリップを思い出す。▼今年もウェットスーツに袖を通す季節がやってきた。体力が衰えた1歳のオヤシになっても、どうしてもやめられないことがある…。(慎)

パンもパスタも楽しめるランチセット  
パン・エスポワール



「パン・エスポワール戸倉店」の「ランチセット」が好評(午前11時～午後2時)。

おすすめは4種類ある「生パスタセット」(パン、サラダ付き540円)で、筆者のおすすめは、「ブルーチーズの生パスタ」。ブルーチーズのクセを抑えてクリーミーに仕上げたこのパスタは、コシのあるパスタにソースと生ハムの塩気やブラックペッパーがバランスよく絡む1品。

数種類のパンとサラダが付いた「チキングラタン」(648円)と「ハンバーググラタン」(同)や、パンと具材、ソースを選べる「クルストウィッチセット」(スープ、サラダ付き540円)もあります。

パン500円以上購入でドリンク1杯サービス。午前8時～午後7時(イトインスペースは午前9時～)。不定休。駐車場有。  
●戸倉町316-1  
☎57-5595



夏のオシャレ計画は函館葛屋書店へ



大人の女性の着たい服がそろそろセレクトショップ「アンジュール」が、5月26日まで「函館葛屋書店」に出店中！  
中央吹き抜けマルシェブースで展開されるのは、いまから使える夏物。中でも、上質なリネン素材のワンピースやブラウスは、年齢問わず夏のマストアイテム。そのほかにも、太めから細めまでバリエーション豊富なパンツや体型をカバーしてくれるデザインの商品が充実。今回は、服を引き立てくれる「フイオーレ」ジュエリーと、暮らしが楽しくなる「ほたる(ホタル)」のアンティーク家具や古道具もコラボ販売していますので、そちらもお見逃しなく。なお、期間中は函館葛屋書店内のみ営業。

アンジュール  
営業時間は午前10時～午後7時。商品入荷状況は、ブログ(左記)またはインスタグラム(@tonyos)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。通常営業時間外は5月28日より、営業時間は午前11時～午後7時不定休。駐車場有。5月21日は出店準備のため休業。●石川町350、21 ●カサケエルII 1階右 ☎3420990 <http://nour1969.exblog.jp/>

1人ひとりの個性と能力を最大限に伸ばす

教育機関として世界第2位の規模を誇り、キリスト教教育を土台とした三育教育グループの一員であり、道南唯一の私立小学校である「函館三育小学校」は、春の新生活に向けた学校見学会を6月16日(日)午前10時～昼12時30分に開催します。



同校は、世界の共通語である英語と音楽に力を入れており、英語は6年間を通して週3回の授業があるほか、いつも学校のどこから子供達の元気な歌声が聞こえるほど音楽に親しんでいます。  
1学年8人定員の少人数制と2学年複式学級編成も特徴。教職員は

函館三育小学校

子供達1人ひとりと深く関わることで、児童も同僚教室で学年別の授業が同時に行われる事に、自然と集中力が養われます。  
また、通常の授業に加え、異学年縦割グループ活動や、蒜沢川の手入れや苗木

植えなど、創りから「環境教育」も大切にこなしてきまし。聖書の教へに基づき、自分も他者も大切にすることを育てる教育にも力を入れている同校。ほかにも、夏休みなど長期休暇も含め、午後7時まで児童保育を利用できるのも特徴。  
見学会では学校説明や校内見学のほか、教職員や児童・保護者から生の声を聞ける昼食懇談会も実施。参加希望者は事前に電話連絡かホームページからお申し込みを。見学会以外でも随時見学可能(要事前連絡)。  
●栞梗5・26、1  
えんどう栞梗マタニティクリニック斜め向かい  
☎3422115

懐かしの味めぐり 担当/(ガ)記者

嬉しいお土産、大沼だんご 沼の家

大沼土産といえば、元祖「大沼だんご」。「沼の家」が1905年に開業して以来、100年以上も愛され続けている銘菓です。

「胡麻と醤油」「あんち醤油」、2種類の味の組み合わせで販売されており、小折が390円、大折が650円。折箱に詰められた小ぶりの可愛らしいおだんごは、舌ざわり滑らか、もっちりとした食感。これに甘すぎずサラッとした味わいのあん、ふわっと香る醤油、濃厚な黒胡麻がたっぷりかけられています。



消費期限は買った当日限り。残念ながら、遠方から来た人はお土産として持ち帰ることが難しい商品。元祖「大沼だんご」をお土産として美味しく楽しめるのは、地元に住む私達の特権ですね。

時間とともに固くなるのできたてを食べるのがベスト。店内にイトインスペースもあります。営業時間は午前8時30分～午後6時(売切次第閉店)。無休(年末年始を除く)。駐車場有。

●七飯町大沼町145 ☎67-2104

最新ユニットバスが45万円から！



写真イメージです  
大20万円の公的補助を受け、45万円(標準建築工事費込・税別の自己負担)でTOTOの最新ユニットバス(1坪タイプ)に入れ替えるオトクな企画です。

今年度は契約特典として、スイッチを押すだけで床の洗浄と除菌ができて、カビやビク汚れの発生を抑える最新機能「床ワイパー洗浄」。シャワーの高さを自在に調整できて手すりにもなる「スライドバー」。LEDダウンライト」の計3点(15万8700円相当)をもれなくプレゼント。メーカーの協力により、限定5台の提供となります。

見積無料、オリコローンでの支払いもOK。補助金の予算には限りがあるので、申し込みはお早めに。過去3年間の補助金活用施工実績23件の「モダンリフォーム」にお気軽にお問い合わせください。  
函館市のリフォーム補助制度は函館市内在住者のみ適用される制度です。  
●若松町6・2・4 ☎8482224

モダンリフォーム

登録のみで素敵な出逢いを！



函館市内はもちろん全国各地の人の出逢いをサポートしている「ららぽーと」で、登録のみで出逢いを叶える「30日間お試し体験」を実施中。  
「年齢問わず、人生を豊かにするパートナーを見つけたら、全力でサポートします」とは、代表の米木司さん。期間は8月末日申し込みまでです。このチャンスをお見逃しなく！  
ほかにも様々な婚活プランを用意しており、1人ひとりに寄り添い相談にのっています。今年4月に誕生した「我が子に

ららぽーとブライダル  
代わって親の婚活では、お子さんに代わって婚活の疑似体験ができます。もちろん、遠方に住むお子さんの婚活も可能。活動内容や全国展開の様子などが分かるホームページもご覧ください。現在、20・80代の会員が入会中。シニア世代の婚活も大歓迎。初婚・再婚は問いません。出張相談無料。詳しくは、お気軽にお問い合わせを。  
ブライバシー保護のため予約制。受付は午前10時～午後6時。  
●新川町19・8 ☎270303  
ホームページは「函館ららぽーとブライダル」で検索

道南イベントガイド

第50回記念 箱館五稜郭祭

ならびに戊辰戦争集結150周年

■5月18日(土)、19日(日) ■碑前祭、土方歳三コンテス全国大会、維新行列・音楽パレード他 ■10月27日(日)まで150周年記念特別事業有 ■間ノ五稜郭タワー ☎51-4785

第51回 恵山つつじまつり

■5月18日(土)~6月2日(日) ■場ノ恵山山麓一帯(つつじ公園および前山) ■5月26日(日)午前10時~午後2時に特設ステージでイベント実施(音楽ステージ、ボニー乗馬体験、海鮮特産品販売会、露店コーナー他) ■間ノ函館市恵山支所産業建設課 ☎85-2336

第34回 南かやべひろめ舟祭り

■6月8日(土)午前9時~午後8時30分 ■舟漕ぎ競争、函館真昆布コーナー、漁火船披露他 ■午後6時~HBCラジオ公開録音「歌と笑いのステージショー」(出演ノ大江裕、原口あきまさ、瀬口佑希) ■場ノ白尻漁港 ■間ノ函館市南茅部支所産業建設課 ☎25-5119

漫才のDENDO全国ツアー

■7月7日(日)午後2時30分開場、午後3時開演 ■出演ノ中田カウス・ボタン、COWCOW、とろサーモン、ジャルジャル、ミキ ■前売4000円、当日4500円 ■場ノ七飯町文化センターパオニアホール ■間ノ七飯町文化協会 ☎66-2066

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先までお願いします


一部の人が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!

店主ノ上村佳樹  
●七重浜4-39-1 ☎48-5201

販売業のあるある早く言いたい

小さい商売って、ものすごくヒマな日があるんですよ。何時間経っても1人もお客さまが来ないっていう。そんな日はもうお客さまが来ないままお弁当の時間ですよ。熱いお茶を入れる、ご飯をチンする、おかずをチンする、いただきますって口を開けるじゃないですか。来るんですよお客さまが。最高のタイミングで。そのお客さまのお会計が終わったころにはすっかりお弁当が冷え冷えですよ。またお茶をチン、ご飯をチン、おかずをチン、ホカホカ食べごろです。イヤな予感がしますよね。予想通り入口の扉が開きます。この法則、絶対に名前があると思うんですが誰か知りませんか?



クックパッドの美味しい 厳選! 作りおき弁当  
新書出版社 1000円+税  
「マーフィの法則」という本を取り上げたかったのですが残念ながら絶版。複製して欲しいです。代わりにオススメのお弁当本を紹介しませぬ。



新築の際に地盤補強をしていないケースで傾いてしまう事故が全国的に発生しています。その割合は住宅が火災に遭う確率より高く、1000件に10件以上起きています。原因は様々ですが、代表的なのはコンクリートや鋼管の杭が固い地盤まで届いていないケースです。別のケースとして、軟弱な土にセメントを混合して固めたはずなのに、実際には十分に固まっていなかった例もあります。どちらのケースも、年数が経つにつれて地盤が沈下し建物が傾いていきます。公共事業の場合は地盤改良後に試験を行って強度を確かめますが、一般住宅では試験を行わない場合が多く、これが地盤沈下を引き起こす要因となっています。

山形砕石株式会社函館営業所  
一方ノ山形砕石株式会社函館営業所ノ取扱う地盤改良工法「HYSPED」工法は、施工時の品質管理を守る体制を何重にも設けています。施工後には必要に応じて公共事業と同じ基準の試験を行います。大切な家を支えてくれる地盤改良・補強工事には、全国6万棟の実績がある「HYSPED」工法がお勧めです。同営業所では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。

●美原3・1・5  
0120・750・750

●港町3・1412  
76・6726

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。



高額な修繕費用となることあり。また、それは分かっていますが「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しょう! 水まわりノプロが、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6月13日まで。この機会にまずはお問い合わせの機会にまずはお問い合わせをお願いします。

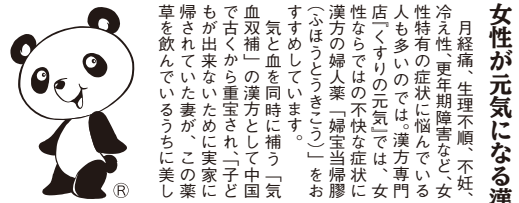
●美原3・1・5  
0120・750・750



思い出の詰まった愛着のある中古住宅の売り先は... 盛田不動産  
老朽化した家を新しく修復する「リノベーション」という言葉をよく聞くようになり、またこの言葉を日本語に訳すと「革新」という意味があります。古い家を修復する「リフォーム」という大きな違いは、新築時の価値を上回る住宅にするということです。

不動産では設計事務所とのコラボレーション企画「ノイエ」というリノベーション商品を作っています。同社は「ノイエ」企画の不動産の販売が好評なため、比較的高額で中古物件を買いたいところ、住宅のリノベーションは街のリノベーションにつながります。愛知県の不動産会社などで実績を積んだ盛田光治代表(ノイエ)の取り組みは、函館の街づくりの「革新」につなげる事業展開といえるのかも知れませんが、手放そうと考える中古物件はぜひ、同社に買取ってもらうのはいかがでしょうか。長年暮らしてきて思い出が詰まった愛着のある家は、新しい家主のライフスタイルに合った革新的な家に生まれ変わります。また、自身の生き方に合った住宅を手に入れた人もぜひ、同社に相談してみたいかがでしょうか。盛田不動産ならきっと、不動産売買に関する要望の素敵な「答え」を見つけてくれるのではないのでしょうか。

●美原4・35・9・1  
0120・621・038  
「フリーダイヤル」  
北海道知事海島2第1137号



女性元気がなる漢方はいかがが...  
月経痛、生理不順、不妊、くんだり、夫が連れ帰ったところ子どもが生まれた「女性特有の症状」に悩んでいる人も多いため、漢方専門店の「すりの元氣」では、女性ならではの不快な症状に漢方の婦人薬「婦宝当帰膠(ふぼとうきこう)」をおすすめしています。

「くすりの元氣」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ングのもと販売が許される「日本中医学研究会(別名)パダの漢方」の会員店で。相談は予約制。予約がない場合は電話でのご予約も可能です。

「くすりの元氣」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ングのもと販売が許される「日本中医学研究会(別名)パダの漢方」の会員店で。相談は予約制。予約がない場合は電話でのご予約も可能です。

●富岡町2・45・8  
41・1017



くすりの元氣  
問には対応できない場合もあるため必ず電話でご予約。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氣函館」で検索。

3種類のランチを用意



「nest(ネスト)」は石川町の新築住宅地にある席数10席の小さな店。東京でダイニングバーを経営していたというオーナーが、奥様の出身地である函館に移住し昨年6月にオープンさせました。店内は木の質感が活かされたモダンな空間で、小ぢんまりとしていながらも雰囲気良く、落ち着いた時間を過ごせます。料理は昼は麺メニュー、ご飯メニュー、パンメニューから選べる3種類のランチセット(各サラダ、ドリンク付き)を提供。写真は麺メニューのランチ「ビーフン炒め」(1000円)で、きしめんを思わせるもちもち食感の太麺ビーフンをピリ辛味に仕上げたもの。ランチはこのほか鳥取県の銘柄鶏・大山鶏を使ったご飯メニューの「チキンカレー」(1150円)と、パンメニューの「ホットサンド」(フライドポテト付き、1200円)を用意しています。オーナー1人で切り盛りしているため料理の提供までに時間がかかることもあるので、店内では時間に余裕を持って、美味しい料理を待ちながらゆっくり過ごすのがおススメ。夜はビール、ワイン、カクテルなどのアルコールメニューと、お酒に合う一品料理を提供しています。入店は事前の空席確認が確実。11:00~15:00(LO/14:30)、18:00~22:00(LO/21:00)。水曜休。P有。

●石川町181-2 ☎87-2095

CLOSE UP

頻尿の悩みを相談できます  
医療法人社団美原腎泌尿器科

二トリ函館店隣にある「医療法人社団美原腎泌尿器科」は、一般泌尿器診療と透析診療を行っている。身近なかかりつけ医として気軽に相談できる医療機関です。

大きな特徴は、院長の田崎雅敬先生が約20年に渡り携わってきた夜間頻尿外来で、初診の6~8割が夜間の頻尿で悩んでいる人なのだとか。トイレが近い、夜何度もトイレに行く、尿意を感じてからトイレまで間に合わない、急におこる強い尿意などで泌尿器科に行きたいけれど、診察の不安や恥ずかさに受診できない人もいます。ここでは、治療方法も診断されず、無理なく続けられるものを相談しながら進めていきます。



診療時間は毎週月、土曜日午前9時~正午、毎週月・水・金曜日午後1時30分~午後4時30分。初診受付は診療時間の30分前まで。透析の送迎有。毎週日曜日・祝日休診。

●美原2-13-8  
函館メディカルビル3階  
☎46-5657

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) 「生涯学び続けること」の大切さ



**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。

**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

日本人は「勤勉である」というイメージを、国内外問わず持たれているようです。私も長い間それを疑わずに生きてきました。しかし、本当にそうなのでしょうか。実は、教育機関を卒業した社会人の学習時間において、日本は先進国の中で最低レベルというデータがある通り、大人が勉強をしない国によつて、そしてそれと歩調を合わせるかのように、日本人は労働生産性も先進国では下位に位置しています。

日本は、基礎教育に関しては現在も比較的高いレベルを誇っています。ただ、高等教育においては卒業よりも入

学することが大変な傾向があるので、高校や大学に合格することが勉強のゴールになりがちなのにも一因があるのではないのでしょうか。もちろん、目的の高校や大学に合格することはとても素晴らしいことですが、ゴールはそこではなく、勉強を通して身に付けるべき最も大切なことは、自分の頭で考えて解決する力をつけることに尽きます。そこで、一生を通じて学び続けることが、急速に変わり続ける今後の時代に対応していくためには、より必要不可欠になっていくと確信しています。

ドクター講座



前多歯科クリニック 院長 前多 壯晃

歯科医療と体の健康の密接な関係

今回と次回6月14日増刊号の2回にわたり、歯科医療と体全体の健康管理の密接な関係について説明します。

自然無垢な歯が失われる原因の第1位である歯周病は、歯周病菌の感染により発症し、歯を支えている骨が、歯周病菌から逃げようとして自ら溶けることで少なくなり、結果として歯が失われる原因になるという病気で

す。歯周病は、歯と歯茎の間の歯周ポケットに存在しますが、この歯周病菌をブラッシングで完全に除去することは不可能なため、歯周病菌を除去するという内科的なアプローチが有効的となり得ます。

除菌をすることで歯周病菌は減少しますが、残念ながらものを噛むための土台である骨は完全に元通りにはなりません。そこで重要になってくるのが、骨が少なくなった状態でも、ものを正しく

噛むことができる噛み合わせの治療です。人間が健康的に生きていくために、「食べる」という行為は重要です。体の健康はもちろん、心の健康にも、ものを美味しく食べるということとは重要です。

自身の歯を失わないためにも、日頃からのブラッシングや歯科医での定期的な治療は重要ですが、歯周病に感染してしまつた後は、しっかりと食事ができるような治療を続けていくことが重要です。

そういう意味では、歯の健康と体全体の健康管理はとても密接で、歯周病治療後も歯科医で噛み合わせの治療を継続してゆくと大切

です。

本欄は前多歯科に取材し、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確認ください。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/青山]

函館のすぐお隣りの七重浜は新しい飲食店ができた。昔ながらの人気店がいろいろあったり、美味い話題が盛りだくさんです。夏は七重浜の海水浴場が賑わいをみせます。お仕事やお買い物などで七重浜によく足を運ぶ人はもちろん、普段はなかなか七重浜方面に足を運ぶことがない人も、ぜひこの機会にお出かけしてみたいいかがでしょうか。

## 読者の声

いつも楽しく読んでいます。手頃な食事のできる店を紹介してくれているので、参考にしていきます。

(富岡町 Y・H・M)  
\*ありがとございます。今後とも本紙のグルメ情報をぜひ、参考にさせていただきますね。

先日はプレゼントの当選、ありがとございました。早速「尾木咖喱」に家族みんなで行ってきました。とっても美味しくて、店員さんの対応も素晴らしいかったです。青いぼすとさん、美味しくて楽しい時間をありがとうございました。今(3月15日号)掲載されている「ムックル」のパンも超美味しいですね。「感謝セール」に行きます。

いつも楽しく読んでいます。手頃な食事のできる店を紹介してくれているので、参考にしていきます。

(湯浜町 K・H)  
\*これから本紙のグルメ情報をご利用ください。

おじさんが1人でも行けるお店の特集を！いつも届くのを楽しみにしています。行ってみたいお店は多々あるのですが、おじさんが1人でも行ける様なお店の特集なんてしてくれませんか？

いつも楽しく読んでいます。手頃な食事のできる店を紹介してくれているので、参考にしていきます。

配布スタッフさんに感謝しています。たまにそば屋さんの特集もお願い致します。いつも届けてくれる配布スタッフさんに感謝しています。事故、怪けに注意してください。(滝沢町 Y・T)

毎回楽しみ見やすくとも便利に利用させてもらっています。毎回楽しみで

いつも楽しく読んでいます。手頃な食事のできる店を紹介してくれているので、参考にしていきます。

「函館パインクラブ」主催のバンドテニス初心者講習が5月28日、6月7、14、21、28日、大町の中華会館裏に

今回の「デリシャスボット」コーナーで紹介した「ネスト」より、1000円分の食事券を3名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お書きの上、〒040-0063、函館市若松町30-21、株式会社青いぼすと「ネスト」係まで。締切は5月28日必着。

いつも楽しく読んでいます。手頃な食事のできる店を紹介してくれているので、参考にしていきます。

あるパインクラブテニスコートで開催されます。参加料は2カ月分1000円。性別・年齢・経験不問。用具は主催者で用意します。募集人数は30人。詳細は松原 ☎2311652まで。

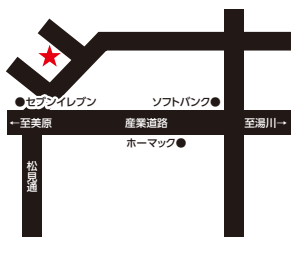
お寄せいただいたお便り、読者プレゼントのご感想等は、ご住所の町名とイニシャル入りで「読者の声」として掲載させていただきます。いただいた個人情報はプレゼントの発送と個人を特定できない程度で紙面作りで使用させていただきます。本紙、読者プレゼント企画の当選分の企業・店舗等の利用券につきましては、当選者への利用券送付後に企業・店舗の閉鎖その他の都合で利用券を使用できなくなった場合、利用券は無効となりますので予めご了承ください。

いつも楽しく読んでいます。手頃な食事のできる店を紹介してくれているので、参考にしていきます。

## 新店舗・リニューアル情報

東山の住宅街に女性専門の美容室「Kino(キント)」がオープンしました。「私自身も主婦なので」と話すオーナーが、「仕事や家事で忙しい毎日を過ごしている女性にリフレッシュしてもらいたい」との思いで開業したサロンです。セット面を1席だけにした明るく清潔感あふれる店内で、1人ひとり丁寧に接客、施術しているのが特徴です。ちよっとしたキッズズ

ベースも有。カット3996円、パーマ5400円、カラー4860円。5月17日から6月いっぱいまで、前述のメニューを利用した人に限り予約時に「青いぼすとを見た」でヘッドスパをサービスしてくれます。9時30分～18時。日曜休。P有。  
●東山2・8・22  
☎6814117



**次号予告**  
5月31日号 父の日のプレゼント特集  
6月16日は父の日です。今年はお父さんに、ちょっと素敵なプレゼントをいかがですか？  
6月14日号 温泉+食事のお得なひととき  
旅行じゃなくても近場の温泉と美味しい食事を楽しみましょう。美味しい飲食店がある温泉施設を一挙紹介します。

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

当社は質・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捉え、個人情報保護マネジメントシステムを確立・実践し、個人情報の適正な利用・保管・管理を実現します。

加藤 進  
Susumu Kato  
編集長 青山 慎司  
Shinji Aoyama  
副編集長 平井 由佳  
Yuka Hirai  
Assistant chief 坂本 麻衣  
Mai Sakamoto  
Editor 谷藤 梓  
Azusa Tanifuji  
ライター 花輪 志保里  
Shihori Hanawa  
Reporter 高松 郁子  
Ikuko Takamatsu  
佐々木 康弘  
Yasuhiro Sasoki

**今号のお題** 今号のお題「七重浜の思い出」  
4月12日号の印刷直後に、店主さんの病気のため同号に掲載したかね山田の閉店が決まった。同号発行後すぐに閉店となったが、個人的には最後の老舗の名店を取材できて良かったと思ってる。長い間お疲れ様でした。(慎)  
今号のお題「中学校時代に同級生と海水浴をしたこと」  
20歳まで七重浜に住んでいたもので、子供時代の思い出は私の場合ほとんどが七重浜での出来事。自転車に乗る練習をしたことが、学校まで徒歩30分かつたこと。どこかの放し飼いの犬に追いかけられたことも有。(じ)  
今号のお題「中1の夏休み家の前で野良ガメを拾う」  
カニや小魚を追いかけたり海で遊ぶのが最高。海で遊んでいる時に突然の雨に降られて濡れ濡れになって、しばらくは凍った状態で凍りついてしまった。濡れた服が乾いていた事があるくらい夢中で遊んでくれる。(ま)  
今号のお題「スルメを餌にカニ釣り。めっちゃ楽しい」  
新元号、令和になる前に、断捨離をしました。自分では取納上手だと自負して上手でした！思い切った断捨離で家もスッキリ！良いスタートになりました。(タニ)  
今号のお題「家族みんなで行った七重浜のスパビーチ」  
毎日考えるのは今日のご飯は何にしよう！というところ。春からは数年ぶりにお弁当作りが始まり、1食分考えることが増えました。おそく、私の頭の中の大部分は食べ物が占めています。  
今号のお題「機が通っていた以前のゆうあい幼稚園」  
息子が幼い頃流れるプールがあるスパビーチや動物園が、いっぱいいるスパパークへよく遊びに行っていた。その息子は今年27歳。母を全然覚えてくれないが、一緒に遊んだことやお遊園地に行ったことなどは覚えてる。(B)  
今号のお題「大型レジャービルだった頃のスパビーチ」  
七重浜海水浴場に友人と待ち合わせした時のこと。互いに「来たよー！スパビーチにメッセージを送ったの、どっちにも届かない」という謎の現象が起きた。おまけに同じ駐車場内だったので、なぜか会えませんでした。(麻)

- 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
  - キヲリス函館内「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

## お知らせ

「函館パインクラブ」主催のバンドテニス初心者講習が5月28日、6月7、14、21、28日、大町の中華会館裏に

あるパインクラブテニスコートで開催されます。参加料は2カ月分1000円。性別・年齢・経験不問。用具は主催者で用意します。募集人数は30人。詳細は松原 ☎2311652まで。



今回の「デリシャスボット」コーナーで紹介した「ネスト」より、1000円分の食事券を3名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お書きの上、〒040-0063、函館市若松町30-21、株式会社青いぼすと「ネスト」係まで。締切は5月28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はプレゼントの発送と個人を特定できない程度で紙面作りで使用させていただきます。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。