

# POSTIN FREEPAPER SINCE 1991 青いぽすと

665  
2019.7.26

発行元/株式会社青いぽすと 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



1879年創業の『五島軒』は、函館に根づく西洋文化の味を『五島軒』は、函館に根

1879年創業の『五島軒』は、函館に根づく西洋文化の味を『五島軒』は、函館に根

老舗の味がサクサクのおかきに!



新たな函館土産として注目を集めているのが『おみやげグラ

新たな函館土産として注目を集めているのが『おみやげグラ



## 本紙記者が選んだ 道南のおすすすめ土産品

イカ伯爵の函館さきいかチヨコレート

キングベーク

感とチヨコレートの甘味にさきいかの塩気と旨味が絶妙にマッチした

みがき鯨の甘露煮

駅弁の函館みかど

販売場所は、JR函館駅、キヨスク新函館北斗コンコース店&ラッパ店&ホーム店。

五島軒

北島製パン株式会社

木古内町にある「北島製パン株式会社」のバウムクーヘンは、函館を代表する商品を：



函館の坂道でよく見られる石畳をイメージして、手間暇かけた製法で作られています。北海道産の小麦粉と卵を使用しているのもポイント。木箱に入っているのとお土産にもピッタリ。

木古内町にある「北島製パン株式会社」のバウムクーヘンは、函館を代表する商品を：

昭和11年創業の『函館みかど』といえ、昭和41年の発売以来、変わらぬ製法で受け継がれてきた「鯨みがき」が根強い人気を誇る逸品。このお弁当に使用されているみかどが、酒の香やニシン蕎麦など色々々楽しみかたがでできるのも魅力。



函館の坂道でよく見られる石畳をイメージして、手間暇かけた製法で作られています。北海道産の小麦粉と卵を使用しているのもポイント。木箱に入っているのとお土産にもピッタリ。

## 北斗市が誇る老舗米穀店の「米土産」

### 有限会社 澤田米穀店

北海道水田発祥の地・北斗市にある大正4年創業の老舗「澤田米穀店」は、農家と共に特別栽培米や農薬不使用米の生産に取り組み、生産者限定の思い入れのある米を取りそろえた粋な米屋である。

同店は、北斗の農家と一緒に作った「ふっくらんこ」の玄米・白米と、北斗つながりで「北斗の拳」がコラボレーションした「北斗の拳パッケージ」北斗ふっくらんこ（1個300g入り540円）を販売。

同店で購入の場合は5日前までの要予約。新函館北斗駅構内「ほつとマルシェおがーる」(9時～19時、無休)では常に販売しており、北斗市名産の大人気の観光土産となっている。

澤田米穀店は8時30分～19時。日曜・祝日休。

☎7322210



## 北海道民のソウルドリンク

### 株式会社小原



炭酸飲料「ガラナ」は1960年に全国の中小飲料メーカーで共同開発された商品。全国販売の際には北海道だけで根付いて以来、北海道民の飲み物としてお土産などに人気の商品です。

「株式会社小原」の「函館ガラナ」(151円)は函館市とその近郊の観光地の写真がパッケージされています。商品裏面に函館市のイベント情報を記載するなど函館愛にあふれた粋な心遣いも特徴です。

滋養強壮があるとブラジルで好まれている木の美に横津岳の湧き水や北海道産のジャガイモから抽出した液糖を加えた味わいは爽快感たっぷり。

五稜郭タワー、金森倉庫、セブンイレブンなどで販売しています。

☎656545

## 贅沢なコクと香りを楽しめるビール

### 株式会社マルカツ興産

『株式会社マルカツ興産』の「はこだてビール」といえば、函館の地ビールの元祖といえる逸品。函館市民はもとより、観光客などからも人気を集めているビールです。

そんなはこだてビールのなかでも、お土産品として特におすすめしたいのが、「社長のよく飲むビール」(330ml瓶648円)。

通常の2倍の量のモルト(麦芽)と函館山の地下水を100%使用し、1カ月じっくりと熟成させて完成するこのビールは、アルコール度数10%というの大きな特徴。贅沢なコクと香りを楽しめる特別なビールを、お土産にぜひ!

「はこだて海鮮市場本店」 「はこだて海鮮市場西波止場店」 「はこだてビール」ほか、市内各土産店で販売しています。

☎225656

(麦芽)と函館山の地下水を100%使用し、1カ月じっくりと熟成させて完成するこのビールは、アルコール度数10%というの大きな特徴。贅沢なコクと香りを楽しめる特別なビールを、お土産にぜひ!



## はこだて和牛カレー

### 宿・きたかい

木古内町の特産品のひとつ「はこだて和牛」は、清潔な環境の中で大切に育てられた牛肉の希少ブランド。特徴は、極上の柔らかさ上品な風味や深い味わい。その美しさを余すことなく味わえるのが、木古内町の旅館「宿・きたかい」で提供する「はこだて和牛カレー」。

「はこだて和牛カレー」は、凝縮した旨味ととろける和牛が絶品。この味を忠実に再現した「はこだて和牛カレーレトルト」(中辛1人前864円)は、お土産におすすめ!

販売場所は宿・きたかいのほか、道の駅みそぎの郷きこない、函館空港売店。

☎01392225222



## ぜひ、味わっていただきたい逸品

### 株式会社かまだ商店

『株式会社かまだ商店』の「とろろ昆布汁」の美味しさは格別です。

函館周辺の限られた地域でしか採れない「がごめ昆布」のみを使用しており、品質にもこだわった味わいは旨味豊かでもまろやか。

使いやすい分包になっており、お湯を注ぐだけで美味しくいただけます。

「はこだて和牛カレー」の美味しいところ。素材からこだわった函館ならではのお土産品として喜ばれています。

価格は5食入540円。市内スーパー、土産物店、函館空港などのほか、インターネットでの購入も可能。ホームページは「株式会社かまだ商店」で検索を。

●川波町1546  
☎255552  
(本社代表)



## 作って楽しい! 食べて美味しい!

### 株式会社医食同源

中山薬品商会在がプロデュースする『株式会社医食同源』は、がごめ昆布を使った多彩な商品を販売しています。

注目は、「松前漬手作りセット」(972円)。北海道で水揚げされたスルメイカと函館産のがごめ昆布・天然真昆布に、保存料・化学調味料無添加のタレ付で、作る楽しさを味わいながら簡単に美味しい松前漬を作ることができます。

「はこだて海鮮市場本店」 「はこだて海鮮市場西波止場店」 「はこだてビール」ほか、市内各土産店で販売しています。

☎225656

(麦芽)と函館山の地下水を100%使用し、1カ月じっくりと熟成させて完成するこのビールは、アルコール度数10%というの大きな特徴。贅沢なコクと香りを楽しめる特別なビールを、お土産にぜひ!





「馬と自然のある暮らし」を体験する 大沼流山牧場 Paard Musée(パド ミュゼ)



馬が活躍していた時代をそのままに、「馬と共に過ごす暮らし」をコンセプトにした「大沼流山牧場Paard Musée」。

その1日は、午前に乗馬などを行い、午後は餌の運搬や放牧地作りなどをする。牧場のヤギは雑草を食べてくれて、野菜も自分たちで育てる。そんな自然と共に生きる人間本来の暮らしを体験できる同牧場の半日コース(1人6480円)は、午前9時～午後12時「馬の運動」、午後2時～午後5時「牧場作業」のどちらかを選ぶ(プログラムは変動有り)。



●七飯町東大沼 294-1

身寄りのない高齢者を家族の代わりに支援 一般社団法人スターライフ

頼れる家族がない人のため「家族が行うべきこと」は全て引き受ける「一般社団法人スターライフ」は、この5月で設立4周年を迎えました。



「身元保証人がいないからといって、身寄りのない高齢者が本来必要とな医療や介護を受けられない現状はおかしい」「身寄りのない高齢者の孤独死を防ぎたい」との切実な思いを抱いた各分野の専門家に よって設立され、函館・近郊で問題を抱えていた数多く の高齢者を救ってきまし

第2弾! 最新ユニットバスが45万円から!

TOTORIMODELクラブ 会員の「モダンリフォーム」は、本紙5月17日号で紹介した限定企画「快適お風呂リフォーム」が好評につき第2弾を実施します。函館市の「住宅リフォーム補助制度」を活用して最大20万



写真はおイメージです。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TOTOTO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。第1弾の5台が完売間近のため、メーカーの協力でさらに5台用意しました。

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、カビやビント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(15万円8700円相当)をもれなくプレゼント。

見積無料、オリコローンでの支払いもOK。84回まで実質年率1.8%。補助金の予算には限りがあるの(今年度は開始から約1カ月で3分の1を消化)申し込みはお早めに。消費税込。前月の今がラストチャンスです。

●若松町6-1 8488224

習い事ガイド 担当/(BP)記者

楽しみながら学べる英会話 Tune(チューン)

函館アリーナ並びにある「Tune」では、楽しみながら学べる英会話のレッスンをしています。大きな特徴は「ランゲージエクスチェンジ」(言語交換)のスタイルでレッスンをしている点。講師のサポートにより、英語を覚えたい日本人と日本語を覚えたい外国人が互いに学び合いコミュニケーションを取りながら、実践的な会話をマスターしています。



●湯川町1-30-1 ☎85-6630

60代、70代のための無料リフォーム相談会

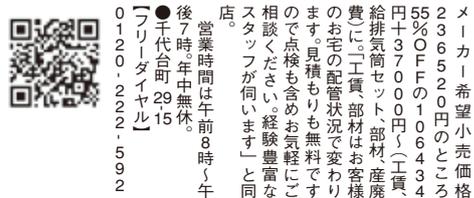
寒い、不便、不自由。そろりリフォームしなければならぬと思いつくままに、まだ大丈夫...と、リフォームするタイミングを逃していませんか? また、どこにリフォームのことを相談したらいいのか分からないという人もいます。そんな60代、70代の人にお知らせです。



星野リフォーム

ボイラーの調子はいかがですか?

ボイラーや水回りの事ならまかせて安心の「第一住宅設備」より、ボイラー無料点検&給湯器特価キャンペーンのお知らせです。自宅のボイラーにこんな症状はありませんか? 燃焼中の音がうるさくなった、お湯の温度が安定しない、煙やススが出る、においがする、シャワーの水圧が弱いている、こんな症状が一つでも当てはまる場合はこの機会に点検してみませんか。



OFFで提供。例えば「コロナ給湯貯湯式ボイラー」が162000円(工事部55000円)、「コロナ給湯直圧壁式ボイラー」が139000円(工事部55000円)です。

●千代台町2915 (フリーダイヤル) 0120-2222-592

営業時間は午前8時~午後7時(年中無休)



http://hoshino-r.com

2019年8月の講座・イベントのご案内

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。

- 1日 創作舞踊と輪踊り13:00~14:30  
書道14:30~15:30
- 2日 新聞でつくるちぎり絵13:00~15:00(定員10名※予約可)  
社交ダンス(初心者向)13:30~15:00
- 3日 囲碁10:20~12:30  
糸玉クラフト10:30~12:00(定員8名※予約制)  
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)
- 4日 健康体操10:30~11:30
- 6日 ふらっと大門なごみ(ゆる元体操)10:30~11:30  
樹脂粘土10:30~12:30  
着付け13:00~14:30  
日本舞踊14:30~16:00
- 7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
- 8日 つまみ細工13:00~15:00(定員20名※予約可)
- 9日 健康体操14:00~15:00
- 10日 囲碁10:20~12:30  
アートキャンドル作り10:30~12:30(定員8名※予約可)  
フラゴ13:00~14:00  
臨床美術14:00~15:30(定員10名※予約制)  
若返り・美エクスサイズ14:15~15:15  
ヨガ講座10:30~11:40  
カポと一緒に歌ってステップ13:00~14:15(定員20名※予約可)
- 13日 ふらっと大門なごみ(ゆる元体操)10:30~11:30  
健康体操14:00~15:00
- 14日 ディスコダンス講座10:30~12:00  
カボライブ13:00~14:30  
社交ダンス(経験者)15:00~16:30
- 15日 書道13:00~14:00  
社交ダンス(初心者向)13:30~15:00  
ロシア講座14:15~15:15
- 16日 タイルクラフト10:30~12:00(定員8名※予約可)  
中国漢方講座13:00~14:30(定員5名※予約可)  
新聞でつくるちぎり絵13:00~15:00(定員10名※予約可)  
創作舞踊と輪踊り13:00~14:30
- 17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
- 18日 健康体操10:30~11:30
- 20日 ふらっと大門なごみ(ゆる元体操)10:30~11:30  
ハンドメイドリボン講座10:30~12:00(定員6名※予約制)  
クラフトバンド10:30~12:00(定員5名※予約可)  
観光ガイド13:30~14:30  
アンガーマネジメントキッズ16:00~16:40
- 21日 ディスコダンス講座10:30~12:00  
英会話15:00~16:00(定員10名※予約可)
- 22日 書道14:00~15:00  
臨床美術14:00~15:30(定員10名※予約制)  
ロシア講座14:15~15:15
- 24日 囲碁10:20~12:30  
若返り・美エクスサイズ13:00~14:00  
フラゴ14:15~15:15
- 25日 ヨガ講座10:30~11:40  
カポと一緒に歌ってステップ13:00~14:15(定員20名※予約可)
- 27日 ふらっと大門なごみ(ゆる元体操)10:30~11:30  
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
- 28日 ディスコダンス講座10:30~12:00  
カボライブ13:00~14:30  
社交ダンス(経験者)15:00~16:30
- 29日 健康体操14:00~15:00  
ロシア講座14:15~15:15
- 30日 中国漢方講座13:00~14:30(定員10名※予約可)
- 31日 囲碁10:20~12:30  
健康体操14:00~15:00

青いはず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。

残暑をのりきろう！

北ガスクッキングスクールの9月のテーマは「残暑をのりきろう！」腸内フローラ!!。9月4日(水)午後6時30分~午後9時30分に開催されます。メニューは...



腸内フローラ!!

北ガスクッキングスクールは、鶏肉とお豆のレモンカレー、グリーン野菜の洋風ソレム、サラダ、ヨーグルトとドライマングーのグラスリアチーズケーキ。定員は12人。受講料は2,000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す。申込締切は8月1日(木)。



申し込みは電話で受付。応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いたします。受付は午後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)。

売りたい不動産、現状渡してOK

ハウストウ！函館美原店



ハウストウ！函館美原店 株式会社 小野寺住設

使わない家や土地を持っていて困っていませんか？「売却した不動産や空き家の処分を考えているが、どうしたらいいかわからない」というとき、「ハウストウ！函館美原店」では、「買取」の場合、建物の不具合、キズ、雨漏りもそのまま、古家でも解体せずに現状渡しで引き取りさせていただきます。家の中の家具や荷物もそのまま撤去の必要はなく、査定料も仲介手数料も不要。一方、「買取」は値段が市場価格よりどうしても低くなりがち。そのため手元にお金を多めに残したい場合

は、市場に出して「売却」していただく方が有効的です。「売却」の場合でも同店は、全国展開のハウハウを生かし、さまざまな媒体で物件情報を発信。「使わない不動産をどうするか」を不動産会社に相談するならば、東証一部上場・全国560店舗展開中の買取・売買専門店「ハウストウ！函館美原店」へぜひどうぞ。家を売却した後も引っ越したくない人のための住み続けながら持ち家を売却できる「ハウストウ！ハウストウ」は創業94年になる株式会社小野寺住設。母体が建築業と住宅設備業をしているので、住まいにかかわるさまざまなことを安心して相談できます。営業時間は午前10時~午後6時。毎週日曜日定休。

●美原3・1・5  
●0120・7550・7000  
北海道知事渡島2第114号



集まれ！ちびっ子水遊び広場

夏です！夏の函館の親子の遊びスポットといえば函館競輪公園広場に設置される「ちびっ子水遊び広場」がよく知られています。「競輪場で水遊び？」と最初は思いますが、最初は思いますが、実はロコミで人気がある夏の遊びの隠れたスポットなんです。人気の秘密は、水遊びの遊具がいろいろあること、駐車場があること、そして監視員がついているので安全なこと。



期間は7月19日(金)~8月18日(日)まで開催期間中、毎日開放されています(荒天中止)。7月24日、8月8日、8月13日はお休みとなります。期間中はスタンプレントを始め、先着プレゼントや競輪選手によるかき氷販売(不定期)、ゲリラピンゴ大会(不定期)といったイベントも行われます。入場は無料。今年の夏は親子で函館競輪場へ!

セミナーの参加者募集

インテリア産業協会 北海道支部

「インテリア産業協会北海道支部」では、セミナー「北海道暮らしから育てる」を開催します。映像による工場見学と「TOTOPARTY」を明記し、次のいずれかの方法で8月7日までにお申し込みください(各セミナー定員20人、先着順)。

申込みが必要です。参加希望者は氏名(フリガナ)、郵便番号、住所、電話番号、メールアドレス、受講希望セミナー(A、B、両方)を明記し、次のいずれかの方法で8月7日までにお申し込みください(各セミナー定員20人、先着順)。

〒0003・0087  
札幌市、白石区、米里4・2・3・1長谷川産業株式会社内  
公益社団法人インテリア産業協会 北海道支部  
株式会社 小野寺住設  
〒011・8711・1744  
011・8711・1744  
Eメール  
jia-hokkaido@netfor.jp  
【問い合わせ先】  
jia-hokkaido@netfor.jp  
011・8711・1744



函館競輪場

今年はずでに7月19日から始まっており、8月18日まで開催期間中、毎日開放されています(荒天中止)。7月24日、8月8日、8月13日はお休みとなります。期間中はスタンプレントを始め、先着プレゼントや競輪選手によるかき氷販売(不定期)、ゲリラピンゴ大会(不定期)といったイベントも行われます。入場は無料。今年の夏は親子で函館競輪場へ!

期間中はスタンプレントを始め、先着プレゼントや競輪選手によるかき氷販売(不定期)、ゲリラピンゴ大会(不定期)といったイベントも行われます。入場は無料。今年の夏は親子で函館競輪場へ!



キャッシュレス機能や通訳機能があることで、外国人観光客の増加が見込めて、いわゆる

キャッシュレス時代への対応や訪日外国人観光客によるインバウンド消費など、社会のニーズにあった店舗運営をお考えの経営者の皆さんに朗報！

「ニッポンブラットフォーム」では、QRコード決済、クレジットカード決済といった

キャッシュレス機能や通訳機能など店舗運営上での便利な複数の機能を1台に兼ね備えたタブレット端末を無料で提供するサービスを函館でもスタートしました。

キャッシュレス化といったものを活用してよいのか分からないと困っている経営者さんも少なくないのでは？

詳細は左記までお気軽にどうぞ！

ニッポンブラットフォーム株式会社 函館支店

〒041-0811

0184-1111



CLOSE UP

インバウンド消費の売上増に！

ニッポンブラットフォーム

Delicious Spot

ダイニング アロサール

ランチバイキングが好評！

新函館北斗駅に隣接する「ホテル・ラ・ジェント・プラザ函館 北斗」の2階にあるレストラン『ダイニング アロサール』が好評です。



ランチバイキングでは、漬けサーモンとオクラなどを組み合わせた「ばくだん丼」を自由に作れるほか、季節の食材を使用した「旬の食材コーナー」や、地産産物の野菜を使ったサラダ、焼き立てのピザ、デザートなどが並びます。なかでも注目は鉄板を使って焼き立てを提供する「鉄板LIVE」(11:45~12:45)。味はもちろん格別で見ると人気です。ランチバイキングは11:30~14:00(LO/13:00)の間、大人1600円、小学生600円、未就学児無料。

朝食バイキング(1人1620円)は、5:45~10:00(LO/9:30)、アラカルトメニューを提供するディナーは17:30~21:30(LO/21:00)。レストラン名のアロサールはスペイン語で「水田」という意味。北斗市で育ったお米をベストな美味しさに炊き上げたご飯にもぜひ注目を。

また、同ホテルは日帰り入浴も行っているため、食事と入浴を楽しむのもオススメ。日帰り入浴は500円。P有。

●北斗市市渡1-1-7 ☎77-5055



キャッシュレス化といったものを活用してよいのか分からないと困っている経営者さんも少なくないのでは？

詳細は左記までお気軽にどうぞ！

ニッポンブラットフォーム株式会社 函館支店

〒041-0811

0184-1111

0184-1111

0184-1111

0184-1111

0184-1111

0184-1111

0184-1111

0184-1111

行政書士の松田です。いつもこのながら今年も時間の進みが速く港まつりが間近に迫っています。さて、当事務所では例年の恒例行事である「職業体験」を開催します。毎年中学生を受け入れてきています。事務所として第1回目の子供達は既に30歳前後になっており、中には結婚しなすような状況に至ることも見られます。

今年も、来月中旬に福島町立福島中学校の生徒さん4名も来ることになっています。仕事との関係で松前町へ行った際、福島中学校へ立ち寄り、子供達とお会いできたいです。関心があれば、子供達自身が当事務所に興味を持ってくださるとのことです。目的が違いますが、子供達との会話から、不安を抱えているように思っています。職業体験を通じて、私自身、そのことを今一度見つめ直せたらと考えています。昔は、朝市でのアルバイトが、寒かったけれども賑やかで人情を体感し楽しかったことが懐かしく思い出されます。

行政書士の松田です。いつもこのながら今年も時間の進みが速く港まつりが間近に迫っています。さて、当事務所では例年の恒例行事である「職業体験」を開催します。毎年中学生を受け入れてきています。事務所として第1回目の子供達は既に30歳前後になっており、中には結婚しなすような状況に至ることも見られます。

今年も、来月中旬に福島町立福島中学校の生徒さん4名も来ることになっています。仕事との関係で松前町へ行った際、福島中学校へ立ち寄り、子供達とお会いできたいです。関心があれば、子供達自身が当事務所に興味を持ってくださるとのことです。目的が違いますが、子供達との会話から、不安を抱えているように思っています。職業体験を通じて、私自身、そのことを今一度見つめ直せたらと考えています。昔は、朝市でのアルバイトが、寒かったけれども賑やかで人情を体感し楽しかったことが懐かしく思い出されます。

本気談

本気と書いてマジ 困りごと、悩みごと 各種相談 60分3,240円〜 電話でご予約下さい。



行政書士 松田 事務所 函館市杉並町13-12 ☎33-4675

編集長のひとり言

焼肉



人生で大切なことは何か？「自分の居場所があること」だと僕は思う。そして僕の場合のそれは、ガレージ。マリンジェットやバイク、自転車、釣り道具など、好きなものに囲まれて楽しむ「焼肉」はまさに至福のひとつである。

肉はあまり高級なものでもなくていい。道具にも全くこだわらない。アウトドアを本格的に楽しんでいる人には笑われるだろう。それでもいい。3000円ぐらいで買ったCDプレイヤーから流れるジャズの心地よいメロディーを聞きながら炭の火を起こして、じっくりと肉を焼く。

食材や道具にはこだわらないが、飲み物にはこだわる。ビールはコロナ・エキストラ。夜が更けてきたらスコッチウイスキーなんかもいい。安いCDプレイヤーから流れるナットキングコールの「Smoke gets in your eyes」を聞きながらスコッチの香りを楽しんでいる時に、間違いなくここが自分の居場所だと気づく。ほろ酔い心地で物思いにふけっているとたまに肉を焦がしてしまい、狭いガレージの中で煙が充満して煙が目にしみる――。

人生で大切なことは何か？「自分の居場所があること」だと僕は思う。そして僕の場合のそれは、ガレージ。マリンジェットやバイク、自転車、釣り道具など、好きなものに囲まれて楽しむ「焼肉」はまさに至福のひとつである。

肉はあまり高級なものでもなくていい。道具にも全くこだわらない。アウトドアを本格的に楽しんでいる人には笑われるだろう。それでもいい。3000円ぐらいで買ったCDプレイヤーから流れるジャズの心地よいメロディーを聞きながら炭の火を起こして、じっくりと肉を焼く。

食材や道具にはこだわらないが、飲み物にはこだわる。ビールはコロナ・エキストラ。夜が更けてきたらスコッチウイスキーなんかもいい。安いCDプレイヤーから流れるナットキングコールの「Smoke gets in your eyes」を聞きながらスコッチの香りを楽しんでいる時に、間違いなくここが自分の居場所だと気づく。ほろ酔い心地で物思いにふけっているとたまに肉を焦がしてしまい、狭いガレージの中で煙が充満して煙が目にしみる――。

節症とは膝の軟骨や半月板が破壊される疾患です。多くは年齢や肥満等で発病します。関節リウマチ、靭帯・半月板損傷から二次的に発症するものもありません。初期は立ち上がったとき、しゃがんだときに痛みが生じます。悪化すると歩くのが辛くなったり、階段の上り下りが困難になります。末期になると、安静時、夜間にも痛むようになります。O脚などの変形や、膝が完全に伸び切らない、正座ができないなどの拘縮も起こります。

まずは安静、内服、ヒアルロン酸注射、リハビリなどをします。これらで痛みが改善しない、生活に支障が

変形性膝関節症 医師 五十嵐 達弥

ゴルフなどの軽い運動、運動、自転車に乗ることもできます。膝の状態を見極め、適切な時期に適切な治療をすることが重要です。経験のある医者にみてもらうことが重要です。医者がいい手術をするだけではよくありません。看護師、リハビリなどでチーム医療に取り組んでいる病院に受診するのがいいと思います。

変形性膝関節症 医師 五十嵐 達弥

2〜3週間の入院で帰宅します。術後は膝を曲げるリハビリをして

変形性膝関節症 医師 五十嵐 達弥

変形性膝関節症 医師 五十嵐 達弥

変形性膝関節症 医師 五十嵐 達弥

306 Healness & Wealness

医療法人社団健和会 函館おむら整形外科病院

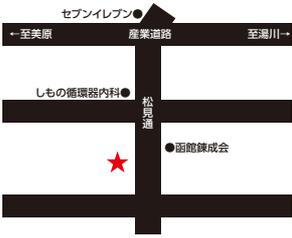
●石川町125-1 ☎47-3300 http://www.ohmura.or.jp/



変形性膝関節症についてお話しします。膝は体重を支え、立ったり歩いたりするのに必要です。3つの骨で構成されています。クッションの役割をします。膝はちようつがいのように1本の軸を中心にして動いているように見えますが、ずれたり、ねじれながら複雑に動きます。

変形性膝関節症 医師 五十嵐 達弥

変形性膝関節症 医師 五十嵐 達弥



**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

谷藤 梓  
Azusa Tanifuji

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

今回のお便り/函館市で買えるその場でつくって頂く焼きイカ

函館にはおいしいお土産がたくさんありますが、普通で発送しにくいお土産品を、お土産屋さんで買える焼きイカと、その中でもお土産として売られている焼きイカと、その違いが、今回の特集企画、ぜひお役立て下さい。

今回のお便り/函館市で買えるその場でつくって頂く焼きイカ

## 新店舗・リニューアル情報

### スイーツカフェカロメリア

今年6月に鍛冶に移転オープンした「カロメリア」は、新鮮で安心安全な厳選素材を使用し、丁寧で作られるスイーツが評判。根強い人気の「カロメリア」259円などカロメリア風に仕上げた味はそのままだに、インパクトのある楽しいケーキも登場。中でも、メロン半分を大胆に使った「赤玉メロン」(810円)は幅広い層に好評です。「これまで以上に笑顔

と喜びを届けるケーキを提供します」とは、代表の鎌谷泰仁さん。焼き菓子などギフト商品も充実。記念日におすすめの「オリジナルフォトケーキ」(12センチ3456円)・2日前まで要予約)もお見逃しなく！

10時~19時。木曜休。P有。

●鍛冶1・48・29・1  
☎32・5060

## 次号予告

### 8月16日号 プリン特集

暑い夏こそ美味しく食べたいプリン。道南にあるいろんなプリンを一挙紹介します。

### 8月30日号 ホテルランチ特集

たまにはホテルでちょっと贅沢なランチタイム…道南のホテルの自慢のランチを一挙紹介します。

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考え、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。

## 編集後記 今回のお題「オススの観光土産品

本紙を執筆している頃、せっかくなのでマリンスポーツシーズンの間に遠征して雨と晴と残念な日が続いている。この号が発行される頃には、真夏の太陽の下を思い切り遊んでいることに期待したい。

今回のお題「函館カレイモノのページ」

今年の「青いぼすと」の大会は、全日本スケジューリングが発表になりました。今年はNHK杯が札幌、全日本は東京開催。どちらも観戦したいけどチケットが取れるかわかりません。取れなく悔しいのと取れて観戦できるとか、いい！

今回のお題「株式会社ムロタのせんべいシリーズ」

草野さんの講演会に出席し、いつもチャレンジ精神を注いでいるお話を聞きました。また、質疑応答の時に函館に来た必ず食べるものを聞いてみたところ、函館は魚が美味しくて、お土産は魚が美味しいです。お土産は魚が美味しいです。お土産は魚が美味しいです。

この間から、次号が「かぶり」を歌いながら、函館の笑みで近づいて来ます。どうも函館のお友達か、函館に来てお土産を買って帰る。どうも函館のお友達か、函館に来てお土産を買って帰る。どうも函館のお友達か、函館に来てお土産を買って帰る。

- 青いぼすと設置場所 青いぼすと下記の場所にも設置しております。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
  - 函館市女性センター
  - 函館栄好堂丸井今井店
  - カフェくあふり
  - キララ函館内「PRONTO」[えぞりす]
  - 中島れんぱいふれあいセンター
  - シェスタハコダテ内「Gスクエア」
  - 函館市青年センター
  - 函館アリーナ
  - ふらっとDaimon
  - 函館市中央図書館
  - キングストア堀川店
  - 函館フットボールパーク
  - 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
  - 北斗市総合体育館
  - 野菜100円ショップ(七飯町本町)
  - スーパーとうかい(北斗店・砂原店)
  - 津軽海峡フェリー函館ターミナル
  - 津軽海峡フェリー大間フェリーターミナル

## お知らせ

### 「弦楽合奏団アンサンブル・アダージヨ」定期演奏会が7月27日に

「弦楽合奏団アンサンブル・アダージヨ」の28回定期演奏会が7月27日(午後2時から)青柳町

## 読者の声

### 大要参考になりました

いつもカラー紙面でみやすく、しかもフリーペーパーでもありがたいです。今回(5月31日号)の父の日の贈りもの特集は、父の日はいつも悩むので大要参考になりました。特に美鈴コーヒの「手挽きミル」は自分も欲しいです。あとは新聞をとっていい自分にとって、住んでいる町や近郊の情報を知りたいので、函館市や近郊の読者の方々や青いぼすとスタッフの方々に紙面上にて情報の交換会みたいなものをやってもらえればうれしいです。よろしくお願ひします。(北斗市向野T・Y)

### 「青いぼすと」のひと押しが有効

いつも楽しく読んでいます。スイーツ、グルメ情報が特に好きです。近所の気になるお店が載っているの背中を押さしてくれます。SNSで情報は取れますが「青いぼすと」のひと押しが有効です。単身赴任者には最適です。(昭和町K・W)

### 楽しい記事を期待しております

毎回とてもたのしみに見ております。情報がとても良くてはならないフリーペーパーだと感じております。これからも楽しい記事を期待しておりますのでよろしくお願ひします。(亀田本町T・S)

### 家庭菜園を楽しむ良い時がきました

毎回拝見させていただいておりましたが、とて

だいておりますが、とても参考にさせていただきます。ありがとうございます。季節柄、天候も良くなり、花を植えたり食物を植えたりして家庭菜園を楽しむ良い時が来ました。天候に恵まれて季節が進みます。

みゆく時、函館に生活を出来る事に感謝しております。(西栲町K・M)

\*素敵なお便りをありがとうございました。



今回の「デリシャススポット」コーナーで紹介した「ダイニング アロサール」より、1600円分のランチバイキング利用券を10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、青いぼすとに対してお感想もお書きの上、〒040-0063、函館市若松町30-21、株式会社青いぼすと「アロサール」係まで。締切は8月6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、ご住所の町名とインシャル入りで「読者の声」として掲載させていただきます。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記事で紙面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。