

青いほすと

682
2020
4.17

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



大沼にあるお洒落なパン屋さん
おおぬまベーカリーぼこ

大沼駅向かいにある素敵な店内には、三角屋根のお洒落なパン屋でキュートなパン屋「食パン」(一本870円)をはじめ、カレーぼこは、フランスパン、塩パン、クリームパンなど、作りたての美味しパンがずらりそろっている。

大沼公園や鹿部町方面に車を走らせる際にはぜひ気軽に立ち寄ってみたい1軒としてオススメ。

9時~17時(季節により変更有)。月曜日(火曜不定休)。P有。

●七飯町大沼663・2
☎316664

木のぬくもりを感じる

大沼国定公園や森町の桜まつりなど、春の風景を楽しめるこの時期には、道の駅なないろ・「THE DANSHAKU LOUNGE」に立ち寄りませんか。おすめは、テイクアウトコーナーの「男爵じゃがバター」(1個300円)。しっとりホクホクで甘いある男爵いもはもちろん、トッピング(濃厚塩バター、塩辛味噌クリーム、イカスミ



●七飯町峠下379・3
☎828888



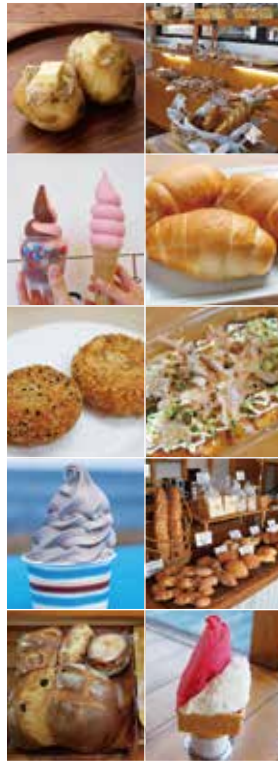
鹿部町のタコを贅沢に使用!
たご焼きまじゅ

鹿部町で金・土・日曜日のみ営業している『たご焼きまいど』は、大阪府出身の店主が営むアットホームなたご焼き屋さん。

外はカリカリ、中はトロトロのたご焼きの中には大きな鹿部産のタコが! ご自

身で茹でているというタコは柔らかくぶりっぷりの絶妙な茹で加減。たご焼き(8個300円)、15個500円)とお好み焼き(豚玉400円、ミックス600円)があり、お渡しまでに20分ほどかかるので電話予約がおすすめです。近所の子供達から愛されるたご焼きをドライブのお供にぜひ!

正午~17時。月~木曜日。
●鹿部町字鹿部11835
☎906002・13885



道南ぐるっとドライブ グお道 ル気南 メ軽

いよいよ行楽シーズンです。週末や連休にはご家族やお友達同士で郊外までドライブに出かける人も少なくないのでは...。

今回は、道南各地のお気軽な美味しい食べ物に注目してみました。ドライブの途中にちよっと立ち寄って、食事やおやつ、お土産に利用してみたいはかがでしようか?

美味しさとアイデアが詰まったコロッケ
道の駅あつさぶ内お休み処百姓屋

メーカー発祥の地、厚沢部町にある「道の駅あつさぶ」内の「お休み処百姓屋」では、今年で7年目の「メーカーインコロッケコンテスト」のグランプリを受賞したコロッケが食べられます。現在は平成30年度グランプリ「ひこま豚と肉みそコロッケ」(II号)がオススメです。11月(真左)と、令和元年グランプリの「ハイチーズ! つくね風コロッケ」(II号右)の2種類(各200円)。作

り置きをしていないので休日は売り切れすることも。早めの来店がオススメです。11月~4月は9時~17時、5月~10月は8時30分~18時。P有。

●厚沢部町緑町72・1
☎0139・643738



焼きたてのパンが好評

からだに優しいパンの店ハーベスト

北斗市久根別にある『からだに優しいパンの店ハーベスト』は、焼きたての美味しいパンや季節に合わせたパンを求めていつも賑わうパン屋さん。この春のおすめは、パンの中に桜餅が入った「桜もちぱん」(150円)と、桜の餡が入った「桜あんぱん」(130円)。



おすめ。お花見ドライブの時にぜひ立ち寄ってみては。9時〜17時30分。日曜日。ほか休有。ゴールデンウィーク休。P有。●北斗市久根別3,207-73,0897

可愛さも美味しさも満点の「恋苺ソフト」

ジョリ・クレール

戸切地陣屋跡史跡公園や八郎沼公園など北斗市で春の行楽を楽しむ日には、ケーキはもちろん焼き菓子も豊富にそろった「ジョリ・クレール」に立ち寄ってみてはいかがですか? ドライプのお供にぜひおすめしたいのは、モコモコソフトでお馴染み「恋苺ソフト」(350円)。



見た目の可愛らしさはもちろんのこと、イチゴの酸味と甘味のバランスが抜群で、イチゴ感が増す粒々食感も魅力的な美味しさ。ほのかな甘みを

森町の人気ベーカリー

チロルの森

森町にある「チロルの森」は、地元民はもちろん近隣の町からも足を運ぶファンがいる人気のパン屋さん。食事パンをはじめ菓子パン、総菜パンなど、バラエティ豊かにシンプルで飽きのこないパンを提供。おすめはバター風味が効いた「デニッシュ食パン」(450円)や、カットしたそのデニッシュ食パンにハチミツ風味のバターを入れて焼いた看板商品の「ハニートースト」(250円)。



●森町字御幸町31,17 01374,2,6784

本古内の行列ができるパン屋さん

コッペン道士(ごっこ)

北海道じゃらんの読者が投票する「道の駅ランキング2020」で史上初の3年連続総合1位を獲得し、ますます注目を集める「道の駅みそぎの郷さこない」。ここでぜひ買っていただきたいのが、併設のパン屋さん「コッペン道士(ごっこ)」の「大ヒット商品」ばかりの「塩パン」(1個50円)。



「みそぎの塩」が小麦のうまみを引き立て、名前の通り、パキパキと何個でも食べられるそう。10時〜18時(売切次第終了)、不定休。●本古内町本町338,14 01392,6,7210

駒ヶ岳牛乳直営のジェラート店

ピカタの森アイス工房

道央自動車道大沼公園インターチェンジそばにある「ピカタの森アイス工房」は、ログハウスの風情が印象的な「株式会社駒ヶ岳牛乳」直営のジェラート店。



自然の中で健康に育った牛から搾った、生乳本来の美味しさを味わえる駒ヶ岳牛乳を使った乳製品、スイーツなどを販売しており、雄大な駒ヶ岳を眺めながら旬の果実を使ったジェラート(シ)分。不定休。P有。●森町字赤井川81,3 01374,5,2323

黒ゴマで当地キャラの色を再現

道の駅しかべ間歇泉公園

鹿部たらこを丸ごと1本のせた「プレミアムたらこ御膳」や温泉を利用した蒸し釜など、見どころの多い「道の駅しかべ間歇泉公園」。



目の前に広がる噴火湾や勢いよく温泉が噴き上がる間歇泉を見ながら、ひと休みしてみませんか? 8時30分〜18時、日曜のみソフト販売は16時30分まで(営業時間は同じ)。4〜9月は無休。●鹿部町鹿部18,1 01372,7,5655

一生涯続く生命保険から家計の見直しを

Hosta(ホスタ)函館



入学や進学など環境の変化に伴い何かと出費の多い新年度は、家計を見直すタイミング。経験豊富なアドバイザーがそろった『Hosta函館』の成迫賢太さん(=写真左)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おり、「家計を見直すためにも生命保険の見直しは慎重に行ってください」とアドバイス。

生命保険は、住宅の購入に次いで人生で2番目に高い買い物と言われることもよくあります。現在加入している生命保険を契約した頃と現在では家庭の環境なども変わっていて、必要な保証内容も変わっていることも少なくありません。「一生涯続く生命保険は、保障内容はもちろんのこと、トータルで支払う保険料を意識することが大切です」と成迫さん。『Hosta函館』では、家族構成や職業、将来設計などに合わせて生命保険の見直しのポイントを明確にアドバイス。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分かり、家計の見直しにも繋がります。無料相談は予約制。ホームページ『ホスタ函館』からも予約可。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。

●若松町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

利用者のさらなるニーズに応えるために2軒目の施設を開設

就労継続支援B型 リバース

素晴らしい人生とは何か? それはきつと、地位や名誉ではなく、何かに夢中になれる生き方ではないでしょうか? 障がいや悩みを抱えている人達に、働くことや学ぶこと、そして楽しむことの機会を作り、何かに夢中になれる生き方を応援しようという『就労継続支援B型 リバース』。この4月1日、七重浜海浜公園向かいに2軒目の施設「リバース2」をオープンさせました。



「利用者の方々が心豊かに過ごせる環境を作りたい」と話すサービス管理責任者の小橋由実さん。

同施設ではこれまで、地元企業から委託された各種作業をはじめ、陶芸や手工芸の作品を制作。個性豊かな陶芸作品が函館市内の飲食店で使われるなどの実績を作ってきました。そうした地域に根ざした活動が注目されて利用者が増加し、さらに様々な作業をもっとしたいという利用者のニーズに応える意味で開設したのが「リバース2」という施設。七重浜の海を見渡す施設では、日々の作業を快適にできるワーキングスペースの機能があり、本社ともほど近いことから、今後はさらに充実した事業の実践が注目されています。見学・体験も受け付けていますので、ぜひお気軽に問い合わせください。【リバース】●七重浜8-6-2 ☎83-7333 【リバース2】●七重浜1-13-11 ☎84-5106



「朝焼けのマイウイ島でヨガをしてる時って、本当に気持ちいいですよ」笑顔でそう話す児玉典子さんは、ヨガサロン「ヨガセッションルームアヌヘア」を函館市内で開いているヨガインストラクター。函館市出身。数年前にヨガの指導者を目指してハワイのマイウイ島でレッスンを受



マイウイ島の朝日のような...

「セッションルームアヌヘア」 児玉典子さん

のヨガの心地良さを函館の人にも体験してほしいと朝ヨガのレッスンを始めて人気が集めた。「ある時、私の教室にがんの患者さんが通ってくださったことを知り、がん患者さんを対象としたヨガを学ばずかけになりました」以来、がん患者の友達を持ちを少しでも明るくしたいという思いでレッスンを続けている。「私自身もこれまでのような経験をjして現在の仕事をしています。落ち込んだりしたこともありますが、ヨガにはそういうことを癒す力があると思っています」

今月のおすすめスイーツ

プレミアムロール専門店 ガトー・ルーレ 「春の6色ルーレ」

いろいろ味わえるのがうれしい

『ガトー・ルーレ』は材料、製法にこだわり、年間30種類以上のロールケーキ



を販売するロールケーキの専門店。「春の6色ルーレ」(1998円)は、西伊豆産の桜の葉の塩漬けで風味付けをした、この時期イチオシの「桜もちルーレ」(=写真手前)が入った詰め合わせ。素材の味を生地から練り込んだ6種類のロールケーキが入っており、いろいろ味わえるのが魅力です。手土産にも最適。函館駅にも店舗有。宮前町の本店で北海道物産展中止に伴うセール実施中。本店の営業時間は10:00~18:00。月曜日.P有。

●宮前町25-8 メゾン・ド・ソワ1階 ☎40-9311

青ぽの目

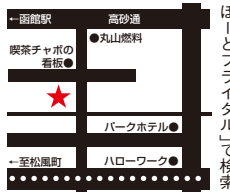
函館愛を読む

▼函館鳥屋書店発行のフリーマガジン「peeps (koyote)」の吉田智士編集長から1冊の本をいただいた。▼同編集部が昨年12月に発行したフォトダイアリー「今日も懲りずに函館歩き」の著者は、大阪府守口市で葬儀社を経営する佐藤政之さん。カメラが趣味の佐藤さんは大の函館好きが高じて、数年前から時間を見つけては何度も来函し、函館の街並みを撮影してきたという。▼そんな中で撮りためた写真をメインに、ご本人の函館に対する思いをエッセイにまとめてみたのがこの1冊。写真とエッセイで綴られた全66ページには、ご本人の「函館」がふれるほどに詰め込まれている。▼写真は、ベイエリアや漁港、函館市電など、函館らしい風景をモチーフにしたものほかに、地元市民が忘れていた古き良き時代のムードが色濃く残る日常の風景などが盛り込まれている。そして6編のエッセイでは、函館が好きになったきっかけや地元市民とのふれあいが描かれており、来函のたびに撮影だけでなく地元市民との交流を大切にしてきた様子が窺える。▼全国各地に「函館好き」は多い。函館が好きで移住してきたという人の話や、転勤で様々な場所を暮らした中で函館が一番好きになったという人の話も聞く。そういう人達の話も聞くたびに、私達地元市民が忘れてかけていた函館の良さをあらためて思い出させてくれることがある。佐藤さんが本の中で綴った本文の中にも、そういう意味ではとても印象的なものがあった(以下、書籍より引用)。「函館のええとこって、函館の人は「田舎だ」「なんもない」とかいいながらも函館のことめっちゃ好きやないですか。(中略)少なくとも僕がその街で出会った人たちは、みんなそれぞれ函館愛があって、しかもそれが強くて誇り高い」▼佐藤さんの著書を読んで、例えば僕や吉田編集長のような地元民の物書きが書くのとはまた違った函館の魅力の描き方があるのだと感じた。そしてそれは地元市民に負けて劣らずの「函館愛」がモチベーションになっているところも...。もちろん佐藤さんが撮影した写真についても然りで、魅みがかき混ぜ、これほどまでに美味そうに撮影した写真は見たことがなかったような気がする。▼今日も懲りずに函館歩き。は、定価1100円(税込)で函館鳥屋書店と同書店のオンラインストアで発売中。(慎)



出逢いを叶える「30日間お試し無料体験」
 開業から16年、函館市内をはじめ全国各地の人の結婚を叶えてきた「ららぽーとブライダル」。

今後もお出逢い機会がない方へは、結婚の素晴らしを伝えたいと、結婚相談所を「30日間お試し無料体験」を実施します。結婚相談所に不安がある人も気軽に体験できるこのプランは、30日間お見合いが成立するまで理想の相手を探すことができます。仕事が忙しく出逢いの場がない人、心の支えとなる相手と安心し過ごしたい中高年など、この機会に出逢いにチャレンジしてみませんか? もちろん、初婚・再婚は問いません。シニア世代の婚活歓迎。そのほかにも様々な婚活プランを用意しておりますので、活動内容や全国展開の



様子がよく分かるホームページもご覧ください。現在、20名超の会員が入会中。出張相談無料。ご相談は、お気軽にどうぞ。プライベート保護のため、予約受付は午前10時~午後6時。
 ●新川町 19 8
 ●27 03 03
 ホームページは「函館ららぽーとブライダル」で検索



ガボール春夏新作フェアが開催中!
 街はいよいよ春爛漫。履き心地の良い新しいスニーカーで、春の街を歩きたい。かかと部分が高いウェッジソールのスニーカー。ヒールの高い靴に慣れない、フラットな靴底のスニーカーだと歩きにくい人や、背を高く見せたいという人などにおすすめ。また、爽やかなイメージが漂うホワホワ素材もこの春の流行です。

カジュアルも選べる新作フェアに足を運んでみませんか?
 ●豊川町 21 3
 ●22 2 16 4



本紙記者のおすすめランチ 担当/ (横)記者

落ち着いた店内でゆったりとランチ

ビストロ パサバ
 落ち着いた店内でゆったりとランチが楽しめる。評判の「ビストロ パサバ」。人気の「パエリアランチ」(写真、数量限定、要前日予約、1600円)は、自慢のパエリアに前菜とスープ、コーヒー付き。また、「パサバ特製手ごねハンバーグセット」(1390円)は、オーナーシェフ自慢のハンバーグにスープ、サラダ、パンorライス、コーヒーor紅茶付き。ほかに期間限定メニューもあり、4月いっぱいまでは「ナシゴレン」(スープ、コーヒー付き、1000円)を提供中。

ごはんまりした店内は1人でも気兼ねなく利用できる雰囲気です。
 ランチタイムは11時30分~LO13時50分。夜は17時30分~LO20時。水・第2木曜日。P有。
 ●豊岡町1-18-5 ☎40-0633



バックナンバー拾い読み 担当/ (横)記者

青柳町界隈 BEST10

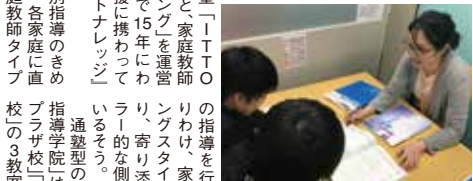
発行日/2001.6.15



2000年頃はよく、函館市内各地の「○○町BEST10」という特集企画をやっていた。そんな頃に編集会議でテーマが決まったのが、「青柳町界隈BEST10」。函館公園や函館山ふれあいセンターなど、函館山の麓ならではの場所を10箇所紹介した。実はこの時、僕がどうしても紹介したかったのが、函館公園の横通りの「桜坂」。いうまでもなく2000年には福山雅治さんの同名の曲が大ヒット。実は函館にも桜坂と呼ばれる坂があることを知って、これは掲載しなくてはと思ったことをよく覚えている。桜坂は、函館公園の「こどものくに」側の小さな坂道のこと。確かにお花見の季節になれば、間近に函館公園の桜を眺めることができる絶好のロケーションである。今年ももうすぐ桜の季節。お花見に出かけた時は、福山さんのヒット曲をちょっと口ずさみながら、函館の桜坂を歩いては、何だかんだとまたは、当社のホームページ aopos.jp で見ることが出来ます。

安心・安全な学習塾、家庭教師

「塾に行きたくても外に出られない。学校に行けない」。「勉強したいのに、なかなか勉強できる環境がない」。



ITTO個別指導学院
 個別指導学院「ITTO」の指導を行っています。どりわけ、家庭教師はコーチングスタイルを重視しており、寄り添えるカウンセラー的な側面も大切にしています。

「塾に行きたくても外に出られない。学校に行けない」。「勉強したいのに、なかなか勉強できる環境がない」。

少人数・個別指導のきめ細かい指導や、各家庭に直接訪問する家庭教師タイプの指導学院「ITTO個別指導学院」は、「昭和タウンプラザ校」「五稜郭校」「本通校」の3教室があり、通いや

すいのもポイント。部活などの予定に合わせた通塾も可能です。また、最近の入試には必須の「読解力強化」を重視したプログラムを導入しています。皆様のご要望に柔軟に対応していきますので、まずは1度ご相談ください。同校。
 4月中に入会すると、入会金(12000円)免除の特典があります。
 料金など詳細は電話、または各QRコードからWEBサイトでご確認ください。

問い合わせ
 ☎53 53 66



トリミング専門店 愛犬のスキンケア

3月にオープンしたドッグサロン「カラ」は、愛犬の肌トラブルに悩んでいたオーナーさんにぜひお勧めしたいお店。市内のドッグサロンで10年間勤務し、犬のスキンケアについて勉強を積んだ店

主の狩野さんが、飼い主から聞き取りした情報と実際のワンちゃんの状態をもとに、肌の状態に合わせて最適なケアとカットを提案してくれます。

「子犬のようなふわふわの毛に戻る」といま注目を集めている
 高濃度美容液「シヤンブルー」や、マイルドなシャンプー「ミラブル」も導入。皮膚と被毛などのスキンケアを考えたワ
 ●白鳥町 15 1
 ●86 64 1 1

トリミング専門店 愛犬のスキンケア

ドッグサロン「カラ」
 ちゃんに優しいトリミングを施します。カット料金6000円、ミニチュアダックスフント(ロングコート)3200円、チワワ(ロングコート)3000円など(短毛種はカット代別)。
 5月10日まで、初回利用基本料金より10%引、シヤンブルーシャンプー(800円)を半額にするオプションキャンペーンを実施しています。電話での完全予約制。営業時間は午前9時~午後6時。毎週木曜日、毎月第3水曜日定休。駐車場有。

犬の狩野さんが、飼い主から聞き取りした情報と実際のワンちゃんの状態をもとに、肌の状態に合わせて最適なケアとカットを提案してくれます。

「子犬のようなふわふわの毛に戻る」といま注目を集めている
 高濃度美容液「シヤンブルー」や、マイルドなシャンプー「ミラブル」も導入。皮膚と被毛などのスキンケアを考えたワ
 ●白鳥町 15 1
 ●86 64 1 1

新米記者の頃に取材した名店

お好み焼 赤坂



20代の頃、函館市内で発行していた小さな新聞社で飲食店の連載記事の記者を担当していた。その頃、初めて取材したのが千代台町の「お好み焼 赤坂」。店主さんは昔、アメリカ大使館に勤務していた、マッカーサー元帥の食事を作っていただいたお好み焼の味が忘れられず、若い頃は何度も食べに行っていた。創業は昭和46年。半世紀近く営業を続けている老舗は現在、二代目の店主さんが切り盛りしている。久々にいただいた「ミックス焼」(イトイン935円、テイクアウト918円)はアツアツふわふわで、やっぱりとても美味しかった。現在も昔から通い続けている常連さんが多いそう。

最近の人気は2人用の「ミックス焼、ミックス焼そば、若鳥塩焼(野菜付)、とうふ焼(野菜付)」(3410円)。ぜひ一度、ご賞味あれ! 17時~24時(LO23時30分)。第3月曜休。P有。
●千代台町2-16 ☎51-1212



●本町 34, 14
☎090・8904・3740

春を感じる季節限定メニュー登場

蕎麦粉8に対して小麦粉2の割合の二八蕎麦を提供する「手打ち蕎麦蔵山」。店主が毎日直接打つ蕎麦は道産の蕎麦粉にこだわり、季節に応じて産地の配合を変えて最良の味を追求しています。春を感じる季節限定メニュー「手打ち蕎麦蔵山」の白挽きの粗挽きと細挽きを調合し、独特ののど越しを、つゆは札幌産カツオの枯木の厚削りと南産部産真昆布などで出汁を引くなど、蕎麦に対する店主の強いこだわりが感じられます。

手打ち蕎麦蔵山



自宅で安心「トリミング&ペットシッター」

千のキズナ

出張トリミングとペットシッターを行う「千のキズナ」が、4月1日にオープンしました。普段の生活空間で飼っているトリミングは、大切な愛犬も安心できるはず。他の犬もいなので、怖がりの方には特におすすすめ。また送迎の時間を気にせず気軽に利用できると好評です。もちろん、毛の始末と処分も行います。料金は、小型犬(2500円)で猫も可(3500円)。全身カット(3500円)も、出張費、交通費込み詳しくは、お問い合わせください。初めは、お問い合わせて利用する人も、お気軽にご相談ください。お問い合わせて時間は

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



人前で咳がしにくいご時世ですね

店頭で私が咳き込んでいる場面に遭遇しても「新型肺炎だ!」と決めつけるのは早合点でございます。というのも、近ごろ気管に何かが入り、むせることが多いです。食べ物が入ってしまふのはまだわかります。自分でもびっくりするのが唾液でございます。何の前触れもなくスポーンと唾液のかたまりが、きれいに気管に吸い込まれるのです。調べましたところ反射神経や筋力など、加齢による衰えからまますることでございましたが、それがきっかけで肺炎になることもあるそうです。「私が命を落とすときは、新型肺炎ではなく誤嚥性肺炎だろうな」と、のたうち回るたびに思うのであります。

さくらクレパス風ハブラシ 528円
口の中には非常に細菌が繁殖しやすい環境です。誤嚥して口腔内の細菌が肺に入ってしまうことで、肺炎のきっかけとなります。マメに歯磨きをして、口の中を清潔に保つことで誤嚥性肺炎の予防にもなるそうです。



道南にパナソニックリフォームクラブが誕生 ショップ軒数が全国で3000店舗を超えるリフォームショップ「パナソニックリフォームクラブ」が、道南エリアにも誕生しました。運営するのは創業95年の小野寺住設。オリコン顧客満足度1位を獲得した「パナソニックリフォームクラブ」のノウハウを導入し、道南エリアで安全安心なリフォームを提供。住宅は水回りのリフォームや壁紙交換で簡単に新鮮で快適な気持ちになるもの。リフォームで新築に引越したような感覚を味わってみませんか?同社スタッフ、屋根塗装や外壁の張り替え、IHヒーター交換、ボイラーの修理などを始めとした、住宅の定期的な修繕も安心してお任せできます。建築士による住宅診断(家検)も無料で対応。また、見積もりは全て無料、金利1・6%からのパナソニック独自のリフォームローン紹介も可。リフォームの本化や連帯保証人無しの相

●美原 3・1・5
☎0120・750・750

道南にパナソニックリフォームクラブが誕生

小野寺住設



IHKクッキングヒーターもお任せ!



住まいの事なら任せて安心の「第一住宅設備」からのお知らせです。IHKクッキングヒーターは各メーカーでも耐用年数が約10年と記載していることが多いよう。に寿命は10年前後ですが、使用中のモーター音が大きくなった、魚焼きグリルのにおいや汚れが取れない、修理費の見積金額が高くなったという悩みがあったら交換時期のサイン。パナソニックのIHKクッキングヒーター「KZ-G32A」をIHKクッキングヒーターからの交換で標準工事費込146300円のところ、税込82500円(標準工事費込)で提供(先着10台)。この商品は調理途中でひっくり返すことなく焼き上がる両面焼きグリルで、水入れも不要。光火センサー搭載で揚げ物もおいしくできます。

現在使用中のIHKクッキングヒーター、取付場所配線状況によって別途部材が必要な場合有。ガスコンロからの交換も可。点検・見積もりは無料。キャンペーン対象商品が多数そろっている機会にお気軽にご相談を! キャッシュレス決済で5%還元となる今がチャンスです。お気軽にお問い合わせください。営業時間は午前8時~午後7時。年中無休。各種クレジットカード、PayPay利用可。
●千代台町 29 15
フリーダイヤル
0120・222・592

第一住宅設備

見た目も味もインパクト大のザンギ定食



五稜郭タワーからほど近い「ダイニング北一味彩食堂」は、五稜郭タワーを訪れた観光客はもとより、地元の人達にも人気の店。同店2階の「函館麵厨房あじさい」の前身である「中華食堂味彩」と、昭和のはじめ頃に函館駅前地区にあった大衆食堂「北一食堂」をイメージした店内で、懐かしい雰囲気を楽しみながら過ごすことができる1軒。

当時の大衆食堂の味がそろうメニューの中でも特に人気は「ザンギ定食」(910円)。こぶしほどの大ききのザンギが目玉を引くこのメニューは、見た目のインパクトもさることながら、外はサクサク、中からは肉汁とともに旨味が溢れ出します。さらに、この店オリジナルの「蝦夷山椒塩」を軽くふりかけるとまた違った味わいを楽しめます。定食メニューの中では、大ぶりのシューマイ3個にザンギが1個付いた「シューマイ定食」(850円)も好評。お得な「日替わり定食」(ドリンク付き820円、数量限定)の利用は、平日の10:30~14:00。定食各種は、ご飯と味噌汁のおかわり3杯まで可。ほかに、厳選したスパイスを使ったカレーと至福の組み合わせ「ザンギカレー」(830円)や「カツカレー」(870円)、「ナポリタン」(670円)やパフェなどデザートもあります。10:30~LO20:25。第4水曜日(水曜が祝日の場合は翌日休)。P有。
●五稜郭町29-22 ☎87-0501

CLOSE UP

**医師が3人になりました
医療法人社団 たんだ泌尿器科**

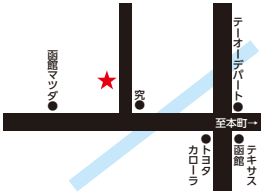
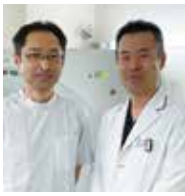
宮前町にある『たんだ泌尿器科』ではこの春、これまで2人体制だった診療が泌尿器科の専門医師3人の体制になりました。

3月いっばい閉院した「医療法人社団美原腎泌尿器科」の院長だった田崎雅敬医師(写真左)が理事長に就任し、前理事長の丹田勝敏医師が顧問になった役員変更にもなつたことで、院長として引き続き診療にあたる小野武紀医師(写真右)とともに3人で、医療を通してより地域に貢献してゆくクリニックを目指しています。診察は、かかりたいときに少しでも早く受診ができるように予約制にはしていません。院内にはCT装置

も設置しており、必要に応じて受診からCT撮影まで、スピード感を持って対応してもらえます。男女ともに多い排尿の悩みなども気軽に相談することができ、気になる症状のある人は相談してみてもいいかでしょう。

診療時間は毎週月・水・金曜日が午前と午後の診療で、午前9時~午前11時45分、午後4時45分~午後6時45分。毎週火・木・土曜日は午前のみの診療で、午前9時~午前11時45分。毎週日曜日、祝日休診。

●宮前町3017
☎45-733666



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)

夢を叶える



筆者プロフィール
函館市出身。函館中部高校、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。2020年、第一志望校全員合格。昨年度より吉本芸人も出演の理社映像授業を導入中。
<https://hakoseka.com/>

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

新年度が始まりましたが、昨年度末はコロナウイルスにより生活に大きな支障を強いられました。私は仕事柄、受験生と関わりがありましたが、今回改めて新しい経験で受験生は最後の追い込みの時期に学校で授業を受けることも友達や先生に会うこともできず、また入試においても面接がなくなるといった面接がなくなるといった、一変業式はできるのだろうか、など心配が重なり、正直受験勉強どころではなかったのではないのでしょうか。それでも、現状を受け入れ、精一杯努力する姿には胸を打たれました。高校で人生は決まらないうちから、私は思いますが、私も、行きたい高校があった、そのために懸命に努力することは確実に自

分の自信に繋がります。今、受験の数日前に昨年受験生だった高校生の女の子が、「受験生に」といって、手書きしたお菓子を差し入れてくれ、私に先に涙ぐんでしまいました。生徒達も泣いたり、お礼を言ったりと、照れくさそうにしたりと様々でしたが、現役の先輩からの応援は力になったと思えます。そして、結果は全員合格をつかみ取ることもできました。ただ、ここがゴールではありません。夢は叶えてからが本当の始まりである、私は思います。この度、夢への第一歩を踏み出したみんなのこの先が輝く未来でありますことを心から願っています。

ドクター講座

胆嚢ポリープと言われたら



医療法人社団東野内科クリニック
院長 東野 清

胆嚢ポリープとは、胆嚢の内面に生じる限局した隆起性病変の総称です。胆石や胆嚢炎の合併がなければ、症状はありません。血液検査でも異常を認めません。そのため、ポリープの大きさを参考に、超音波検査で経過観察します。

胆嚢ポリープの発見率は5~10%で、やや男性に多いとされています。胆嚢ポリープは体位変換で移動しない、音響陰影を伴わないことから、胆石とは容易に鑑別することができず、発見されるポリープのほとんどが10ミリ以下であり、その多くが良性のコレステロールポリープで、しばしば多発します。大きくても癌になることはありません。コレステロールポリープ以外の胆嚢の良性ポリープもありますが、最も重要なことは胆嚢癌との鑑別です。コレステロールポリープの特徴的な超音波像は、輝度の高い点状エコーの集まりからなっていて、桑の実(あるいは金平糖)状で有茎性であれば確定診断となり、経過観察のみでよしな

がら、必ずしも特徴的でない場合があります。

胆嚢ポリープの大きさががん化率は、サイズが大きくなると急激に増加します。胆嚢ポリープに対する薬物療法はありません。治療方針は経過観察か手術のいずれかになります。一般的には、5ミリ以下のポリープは1年で、5~10ミリのポリープは6カ月ごとに経過観察します。10ミリを超えるものはがん化率が高くなるため、EUS(超音波内視鏡)などで良性と診断できれば経過観察しますが、悪性を否定できないときには胆嚢摘出を検討することになります。

私が主治医なら、10ミリを超えるもの、広基性のもの、徐々に大きくなるものについては、明らかに良性の確信がなければ手術を勧めます。

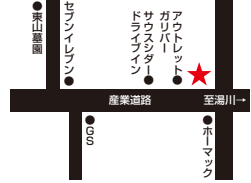


『エクスマバイル』は、昨年12月6日にオープンした月々980円〜利用できる格安スマホのお店。同店の最大のポイントは速度制限なくインターネット使い放題で月々3850円の「限界突破WiFi」があること。専用のWiFi端末はスマートフォンほどの大きさで持ち運びもしやすいので自宅だけでなく会社やお店でも使用できると好評です。初期費用無料なので気軽に始められるのも人気のひとつ。iPhoneの修理も行ってきます。

4月末日まで「青ぼ見た」でスマートフォンの画面が傷に強くなるガラスコーティング(通常2200円)が無料に!

11:00~19:00。火曜、第2・4水曜休。P有。

●東山2-5-19 ☎85-6920



STAFF

- 発行者 加藤 進
Publisher Susumu Kato
編集長 青山 慎司
Editor in chief Shinji Aoyama
副編集長 平井 由佳
Assistant chief Yuka Hirai
エディター 坂本 麻衣
Editor Mai Sakamoto
ライター 花輪 志保里
Reporter Shihori Hanawa
佐々木 康弘
Yasuhiro Sasaki

次号予告 5月1日号

母の日のプレゼント特集

5月10日は「母の日」です。いつも家族のために頑張ってくれているお母さんに、素敵な贈り物を!

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、個人情報保護マネー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

今月のお題/ドライブの時に食べたいもの

久しぶりにプラモデルを作った。中学時代から始めて大人になっても少し前まではよく作っていた。この度は、昔に比べればかなりパーツの少ない製品を購入。腕に覚えがあるので楽勝だろうと思って高を括って作り始めたら老眼が進んでいて細かい作業が大変になったことを実感。ニッパー、ピンセット、ヤスリ...新しい道具に老眼鏡だ、コリャ(笑)。(慎)
今月のお題/フレンチドッグ。

昨年初体験したカブトムシの飼育。なかなか楽しかったので今年でもできれば飼いたいなと思っておりますが、実は昨年の飼育ケースが片づけをサボったせいで部屋の隅でほこりをかぶっています。中身は入ったままです。暖かくなってきたし、ちゃんと片付けなくてはと思っていますがフタを開けるのがちょっと怖い。(七)

今月のお題/グミ。やわらかめが好き。ミンティアのあんまり辛いやつもいる。

昨年の秋にザリガニ釣りに行ったらもう寒くて冬眠した後だったのか釣果ゼロ。暖かくなったらリベンジに行くにあたって今か今かと時期を見計らっています。冬眠から覚めていないと釣れないし夏になってスズメバチがいたら危ないし難しいところ。ザリガニとヌマエビを飼う水槽はスタンバイOK!(まい)

今月のお題/じゃがりこコラー必須。あと行った先でソフトクリーム食べる!

日に何度もハンドルを握り、運転しない日はまずありません。トータルすると長い時間車を走らせている日もありますが、お世辞にも運転センスがあるとは思えないので遠出はしません。しかし、ここ最近遠出への憧れが増し、やればできるんじゃない? という気持ちも...。(BP)

今月のお題/あまり食べませんが、ハード系のグミは必須。

これだけ期間が続くと、「自粛」という暮らしにも慣れてきたと感じます。毎週末必ず何かのイベントに行っていた私も、週末の過ごし方が「おいしい食べ物と温泉を目当てに郊外にドライブに出かける」にすっかり変わりました。それで最近気付いてきたのが、「自粛は太る」ってことです。(康)

今月のお題/家を出る時に用意したおにぎりを食べるのが結局一番おいしい。

みなとまち 市民プラザ

このコーナーでは、読者の皆様からの本紙に対するご感想やお便りをお待ちしております。また、イベント情報、サークルのメンバー募集などのお知らせも掲載しております。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。掲載につきましても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がございます。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]

読者の声

やはり!降りました
今年雪が少ななくてホッとしましたが、やはり!降りました。雪かきも湿り雪で重さとの闘いで、腕と腰にも響きます。これからもまだ油断出来ませんが、マイペースで身体をいたわりつつ、頑張ります。(千歳町、M・Y)

私も気になっていたら
いつも「青いぼすと」を読みながら、お気に入りの言葉、きいたわ♡なりやみません。(鍛冶一丁目、C・S)

グロテスクな姿にびっくり!!
昨年12月に転動で函館に越して来ました。スーパリーの魚コーナーには見たことのない魚がたくさん。魚好きの私としては嬉しいのですが、「ゴッゴ」のグロテスクな姿にびっくり!!(七飯町大中山、H・S)

毎回青いぼすとが入っていると読むの楽しみです。今回のほのぼのエピソード、本当にほのぼのできました。みんなこういう気持ちをもつて助け合って生きていたら平和だろうなと思いました。(七飯町大中山、H・S)

読者プレゼント
今回の「デリシャススポット」コーナーで紹介した「ダイニング北一味彩食堂」より、1000円分の食事券を5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「味彩食堂」係まで。締切は4月27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等はプレゼントの発送と個人を特定できない記述で紙面作りで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。

今号より紙面を一部リニューアルしました。今年度もご愛読のほど、よろしく願います。さて今回は、郊外の特集。春の行楽の際などに立ち寄ってください。編集室では読者の皆様からのお便りをお待ちしております。

雪が少なく毎日ラクだと思っていた矢先の雪!やっぱり降りましたね。先のお便りもありがとうございました。

笑いや涙目になりながら...
「特別企画」ほのぼの目になりながら読みました。沢山の人の思いや歴史を知り感動しました。(美原3丁目、T・I)

本当にほのぼの
毎回青いぼすとが入っていると読むの楽しみです。今回のほのぼのエピソード、本当にほのぼのできました。みんなこういう気持ちをもつて助け合って生きていたら平和だろうなと思いました。(七飯町大中山、H・S)

負けないうで、がんばらなきゃ!!
毎号、青いぼすとを案ずりに拝見しております。パレタインディー特別企画ほのぼのエピソードを拝見して、すごく楽しいコーナーです。読んで喜んでいただきたいと思います。

は生涯現役のコーナー(Tao)を拝見し、すごく勇気をもらいました。私は40代(笑)、負けないうで、がんばらなきゃ!!(花園町、S・I)