

青いほすと

698
2020
12.11

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

〒041-0801 函館市桂樹町379-27

phone (0138) 84-1002 FAX (0138) 84-1728 URL aopos.jp Email info@aopos.jp

おちゃのじかん

ほっとひと息つきたい時には『お家カフェ』。色々な種類のコーヒーや紅茶、ドリンク類のドリップパックやスティックを日替わりで楽しんでいます。

函館にないショップでも通販サイトから購入できちゃうから便利だね。

名前:りんママ 性別:女性 年齢:永遠の35歳

ゆーちゅーばー

コロナ禍でYouTubeを観る機会が増えた。テレビ画面に映し、お気に入りの動物ものや呑んべいの飲み歩き、車中泊の旅なんかを観ている。何だか、自分もYouTuberになれる気がして、ビデオカメラを買ってみた。



名前:R&N
性別:女性 年齢:48歳

おひるごはん

赤ちゃんが来て、つわりでパートを減らしている今、平日お休みの日は1人で楽チンでも少し気分を上げるランチを心掛けています。

いつも外食とまでは大変なので、レンチンの美味しそうなパスタにスープを添えてみたり、少しお高めなパンケーキmixで焼いたパンケーキにフルーツシロップや果物を添えてみたりするだけでも、特別感があって気分が上がります!

基本は、めんどくさくならない物で、少しだけお高いけど私だけ(笑)。写真は、和えるだけのうどんソースで味付けした素麺に卵の黄身を落として、きざみ海苔を散らしてみました。ランチを楽しめる分、ちよい足しの簡単なお漬け物や常備菜作りにも挑戦しています。



名前:Y・O
性別:女性
年齢:37歳

私のおうち時間

「ステイホーム」。この1年を振り返る時に思い浮かぶ言葉のひとつではないでしょうか?

外出を控えるという新しい日常にストレスはありましたが、そんな中で少しでも自宅で過ごす時間を楽しもうと工夫した人も多いのではないのでしょうか?

今回はSNSを通じて、素敵な「おうち時間」を過ごしている人達のアイデアを募集してみました。



たんかつ

私はお家の時間は「誕活」、お誕生日活動にあてています。知人のお誕生日を真剣に祝うため、プレゼントを作ります。その人のことを考えながら、大人が本気だして作るプレゼントは皆さんに喜んでいただいております。

例えば、①映画好きな男の子に作ったのは映画「千と千尋の神隠し」より、カオナシチョコレートです。スプーンにチョコを流し込み、顔をかきました。描いているうちに楽しくなってしまう、ゴールデンボンバーの樽美酒君を作ってしまった。②若い男の子には目玉ゼリーを。カルピスのゼリーをブドウジュースに浮かべました。③このたこ焼きは実はこれ、ミニシューです。ソースに見せかけたチョコをかけ、マヨに見立てたホワイトチョコソース、添えの紅ショウガを杏を干したものです。④お孫さんがいる方に作ったのはリアルサイズの段ボールの公衆電話でした。こちらは100均のハンズフリーイヤホンが仕込んであるためスマホをつなぐと通話ができます。⑤薔薇のアプルパイはインスタ女子に。カットして火を通したりんごをパイ生地と一緒にくるくると巻いて作りました。

この他にも様々なものを作っています。私のブログにもまとめていますのでぜひご覧になってください!
<https://himepop.net/?p=1021>

名前:姫 性別:女性 年齢:39歳



りょうり

コウケンテツのYouTubeを見て料理を作るのにはまっています! 母ちゃんも大喜び体重も増加中(笑)

名前:函館のモウケンテツ 性別:男性 年齢:51歳

はんどめいど

ハンドメイド作品の制作をしております。この自粛期間で決心が付き、今年から函館市内のハンドメイドショップで委託販売を始めました。

インターネットやアプリ以外でも店頭で並べてもらえるようなハンドメイド作家として大きな一歩を踏み出すことができました。



名前:*fantasy shop* michu
性別:女性
年齢:30代

いせきはっくつ

キラリスのはこだてみらい館で開かれていたJOMON EXPOを見たのをきっかけに息子が縄文にハマりました。みらい館ではバーチャル縄文遺跡発掘ツアーがあり、専用コントローラーで土偶や縄文土器の発掘が出来たので息子は何度もやりましたが、自宅用これを買ってやり始めました(笑)

名前:はこかわ
性別:女性
年齢:42歳



ざいすなう

起きたらテレビの前の座椅子にすわり、コーヒー飲んで携帯チェック、ゲーム。気づいたらどさんこワイド。その間立つのはトイレだけ。

名前:座椅子は体の一部です。 性別:女性 年齢:48歳

ぎんたま

コロナで学校が休校になってから子供との時間が増え、何か子供と一緒に楽しみたいなど思っていました。中々趣味が合わず困っていました。

たまたまHuluで昔私がハマっていた銀魂というアニメを見つけ子供にみせた所見事にハマり、それ以来、大人気の鬼滅の刃にも目もくれず、毎日私と一緒にみえています。

名前:ミーママ 性別:女性 年齢:44歳

つりざお

2007年より始めた冬のワカサギ釣り。13年が経ちましたが今年は「緊急事態宣言」により釣り回数が減りました。2月に本州の釣具専門店のパンフレット作製の撮影が大沼で行われ、その釣果が1,000匹を超えたと大沼漁業協同組合の担当様より連絡が入りました。コロナの中、楽しい釣りを終了する事が出来、また釣具の課題も、来シーズンへの思いと共に納竿となりました。

春、知事からの外出自粛要請で、暇を持て余し、3・4月の土曜・日曜日を使い、100均の電動消しゴムを改造した電動リールと、同じく100均の巻きずし用竹材を使って25~30センチの竹竿を10本位作製していました。今までプラスチック素材で竿を作成していましたが、自然素材を使った竹竿のしなり中々のものでした。

名前:のぶさん
性別:男性
年齢:60代



ながぶろ

最近あまりできていないですが、ゆっくりお風呂に入ってビールとつまみと共に映画を観る。至福の時間です!

名前:IRIE 性別:男性 年齢:30代

うたづくり

コロナが落ち着いたら再開するLiveの為の作詞、作曲活動。

名前:夢蔵 性別:男性 年齢:42歳

いいゆだな

色々な入浴剤を用意して「今日は草津に行く? 箱根?」なんて言いながら温泉に行った気分でお家でお風呂時間を楽しんでいます。

名前:お肌つる子 性別:女性 年齢:51歳

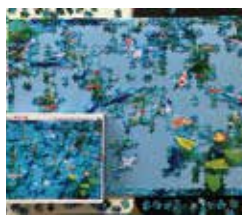
たのしみづくし

私は、たまっているメルカリ商品を一気に出してます。この冬はやりたかったファミコンのクリアも目指していて、楽しみがいっぱい! 仕事してるとなかなか出来ないけどこのコロナで、おうち時間が増えて、やっていなかった服の仕分けや、押し入れの中の様子とかがわかり、すっごい物を捨てて、片づけました。子供の幼稚園の作品は、画像としてネット保存したり、フリマアプリに出したり。

今は、ペットの小屋制作をもくろんでよ〜。

名前:まる 性別:女性 年齢:48歳

じぐそーぱずる



うちにもっている時はジグソーパズルをやっています。でも、難易度の高すぎるパズルを選んでしまい、なかなか完成しません(汗)

名前:のぼる
性別:男性 年齢:43歳

らいぶかんしょう

新しく始めた趣味は、大好きなアーティストのライブDVD鑑賞。昔の物をリサイクルショップで買い揃え、過去に行っていないライブなので新鮮な気持ちで観ています。

名前:J.Y 性別:男性 年齢:39歳

どーるはうす

「私のおうち時間」は趣味の手芸に全投入です! 普段は樹脂粘土やUVレジンなどで、ピアスやキーホルダーなどを作っていますが、変なスイッチが入るとドールハウス級の商品にも手を出します(笑)

今年はファンタジーな温室をイメージしてハウスを作ってみました。レジンで再現した水場がお気に入りです!

名前:Y. H. 性別:女性 年齢:32歳



だんしゃり

おうち時間が増えて、不要品を捨てたり徹底的に掃除をしたりして家の中がスッキリしました。スッキリしたら気分が良くなり、毎日散歩までするようになりました。

名前:けいこママ 性別:女性 年齢:74歳

しゃみせん

三味線(津軽)をたたくのは昼過ぎから夜方まで。21年目に入ったが、まだまだ思う音ではない。

練習を1日休めば技術の低下が自分でわかり、3日休めばお客(聞き手)にもわかる。同じ曲を何度も何度も弾いて自分の曲を生み出さなければならない。いつになったら感動が伝わる音が出せるのだろうか。

名前:熊 性別:男性 年齢:74歳

ぱんづくり



もともと、手作り&体を動かすことが好きでした。昨年 体調をくずして仕事を完全に辞めたので時間はたっぷりあります。ところが体調のせいでできない手作りがある。ストレス!! それでもめげない私。できる範囲でぼちぼち手作りを楽しんでいる。おり紙、編み物、エコクラフト、縫い物。同じものを続けると体に支障をきたすので、色々なものをつかえ、ひっかえ楽しむ毎日です。目が悪くなったのが一番の困りごと。

そんなときのピンチヒッターとして最近登場したのがパン作り。先生はYouTube。興味はあったけれど「難しそう」と逃げ腰だった私にもできました!! 全くの初心者でもおいしく焼けたときは感激。家族、身内、友達等に食べてもらい、美味しいと言われるのが最高の喜び。少しずつ、レパートリーが増えている今日この頃です。

名前:sue/スー 性別:女性 年齢:66歳



face 五島軒本店レストラン 調理長 秋保孝さん

「小学生の頃、親に連れられて食べたカツカレーが、初めて五島軒の味ですね」
創業明治12年、140年の歴史と伝統を誇る五島軒の本店レストラン「雪河亭」の調理長を今年から務めている秋保孝さんは振り返る。

函館市出身。函館短期大学付設調理製菓専門学校を卒業後、五島軒に入社。老舗の

伝統を守りつつ、新しいことに先入...

「やりがいがあるって仕事がいやらしい環境作りを心がけています。そうした環境の中で知識と理解を深めてもらいたいと思っています」
伝統的な料理方法や素材は変えずに、さらなるクオリティを追求してゆくことが信条。伝統を守りつつもさらにその先を見据えてゆく名店の厨房に新しい風を吹かせている。

「若い料理人が作ったものを味見する時は、ピンポイントではなく味に幅を持って味見をしています。料理人の個性は料理を魅力的にします。それを大切にしたいですね」
目指すのは厨房のチームワーク。個々の料理人のクリエイティブな発想に目を向けつつ、伝統の味を次の世代に受け継ぎたいと話す。

「厨房のみならず、お客様に喜んでもらいたいですね」

HEADLINE

新型コロナウイルス感染症の入院給付金

Hosta(ホスタ)函館

『Hosta函館』には現在、新型コロナウイルス感染症に関する相談が増えています。そこで今回は、新型コロナウイルス感染症の入院給付金について、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する成迫賢太さん(=写真左)に伺いました。



「本来は医療機関への入院による治療で受け取れる入院給付金ですが、新型コロナウイルス感染症は医療機関の満床などの理由で、医師の指示で臨時の施設や自宅などで療養する場合があります。現在加入している医療保険の保障内容が、そうしたケースに対応ができるものかどうかを確認してください」と、成迫さん。その上で不明な点があれば、気軽に相談してほしいと話しています。また、死亡保障や、長期間働くことができなくなった場合の保障についても、この機会に確認してみることをおすすめしています。

無料相談は予約制。ホームページ『ホスタ函館』から予約可。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

まだ間に合う! 「冬だけタケダ2020」

武田塾 函館校



「中央病院前」電停向かいにある『武田塾 函館校』。全国で約300校を展開しているこの塾の特徴は、「授業をしないで成績を伸ばす勉強法」。授業を受けているだけでは「分かる」で終わるため、「やってみる」「できる」までをしっかりとサポート。成績を伸ばすために重要な自学自習を確実に実行できるよう、塾生の目標に合わせた参考書を完璧にマスターします。並行して確認テストも行い、塾生の理解度を把握しながら指導することで着実に志望校に近づけます。

こうした勉強法を試して志望校への合格を目指して勉強を始めた人に向けた中学生～高校2年生対象の冬期講習「冬だけタケダ2020」が、11月1日～2月28日の間で1か月(4週分)受講できます。点数を取れる勉強を始めた人やお見逃しなく。また、最後の総仕上げをしたい高校3年生と既卒生には直前期講習「かけこみタケダ2020」がおすすめです。期間は11月1日～2月28日で、受講は受験に必要な全科目。各入会金無料。申し込みは11月1日～1月31日。定員には限りがあります。

詳細は電話またはホームページ「武田塾 函館校」まで。電話受付は午後1時～午後9時30分。毎週日曜日休校。

●本町3-12 カーニープレイス函館5階 ☎85-8325



今月のおすすめスイーツ

千秋庵菓寮
「りんご館パフェ」

食感の変化も楽しい季節のパフェ!

『千秋庵菓寮』は、カフェと実演コーナーを備えた函館駅前・ハコビバ内にある「千秋庵総本家」の甘味処。自慢の餡や、コーンフレークの代わりにクラッシュした元祖山親爺を使用するという、食感の変化が楽しめる「多重層」のパフェが好評です。写真の「りんご館パフェ」は、自家製餡、白餡を混ぜたホイップクリーム、旬の美味しいりんごを使ったこの時期だけの季節限定。単品780円、緑茶またはほうじ茶セットは+200円。10:00～19:00(LO18:30)。無休(元旦を除く)。提携P有。

●若松町12-8 ハコビバ内 ☎27-3472



青ほの目

僕のおうち時間

▼僕が小学校1年生の時の音楽の先生の指導法は絶対に間違っていた、いまでも思っている。▼音楽の授業で僕はハーモニカを吹かなくて、数日後の放課後に音楽室に呼ばれて先生の目の前でハーモニカを吹いた家で練習してきたつもりだが、僕の目の前で仁王立ちしている先生の前では緊張してちゃんとして吹けなくて、先生からゲンコツを食らった。涙が出るほど痛かったその時から僕は、音楽が大嫌いになった。▼子供に音楽の楽しさを教えられる音楽の先生のせいでは危うく人生を豊かにしてくれる素晴らしいものを失うところだったが、中学校1年生の時に北海道出身のミュージシャンから音楽の素晴らしさを教えていただいた。中学校1年生だった年の11月16日、歌番組として当時絶大な人気を集めていたTBSの「ザ・ベストテン」で第1位になった松山千春さんは、それまで頑なに断り続けてきたテレビ出演を決意。コンサートに来ていたお客さんが帰った後の旭川市民文化会館で、アコースティックギター一本で『季節の中で』を歌った感動した。▼数日後、母親に無理を言っていた8000円のフォークギターを買ってもらった雑誌の付録の「うた本」の巻末に掲載されたコード表を頼りに演奏を覚えた。最初はまともな音が出なかったが、やがて何となく弾き語りらしいことができるようになった。人前でもそれなりの弾き語りができるようになった頃、母親は大門の楽器店で3万円のモーリスを買ってくれた。▼僕はマリンスパーツやスキーなどアウトドア系の趣味を愉しんでいるので、家の中で趣味を愉しむ時間はそんなに多くないが、それでもたまに仕事から帰った後に自分の部屋でアコースティックギターを弾くことがある。ギターを覚えたばかりの頃に聴いた日本のフォークソングや海外アーティストの曲を演奏しているの、若い頃に買ったバンドスコアはボロボロで、テープで継ぎ接ぎだらけになっている。▼僕の部屋の壁には5本のギターが掛けてあって、その日の気分を選んで音を出している。中学生の頃に母親が買ってくれたモーリスで、ポップ・ソングを弾くこともある。Bowling in the Windのブルースハープを小学校時代の音楽の先生に聴かせて、「どうだー」と言っていたら、今思っている今日この頃。(順)

海峡の蕎麦しりうち

道の駅しりうち

おうちで食べる乾麺の蕎麦で、最近特に気に入っているのがこの「海峡の蕎麦しりうち」。「知内町畑作生産組合」が、地元の特産品である知内町産の蕎麦粉を使って作っている5割蕎麦で、つなぎに塩を加えずに作られているもの。風味の良い蕎麦を家で気軽に味わえるのがお気に入りのポイントです。320g入り500円。『道の駅しりうち』のほかに「道の駅みそぎの郷きこない」でも販売。どちらかの道の駅に立ち寄ったときはちょっと多めに購入しています。「道の駅しりうち」の営業時間は9:00～17:00(11月～3月)。月曜休(同、祝日の場合翌日)。12月31日～1月3日休業。P有。

●知内町湯の里48-13 ☎01392-6-2270



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



サヨナラだけが人生だ

身近な方が急逝されました。ひとことふたこと言葉を交わす程度の間柄でございましたので、周りの方に事情を聞くのにはばかかれ、詳しいことはわかりません。いつも元気で笑顔を絶やさない方でした。最後にお見かけしたとき、疲労が顔に出ておりましたので「あまりご無理されないでくださいね」と声をかけようとしたのですが、大きなお世話の行き場を失いました。文章にすることで私なりの追悼になればと思い書きました。どうか空の向こうまで届きますように。短い間ではありましたがお世話になりました。ありがとうございます。心よりご冥福をお祈りいたします。

花をながめて大切なことに気づく
100の言葉
宮永千恵／編 北村佑介／写真
かんき出版 1300円+税
花の写真とともに心に響く言葉が
つづられる名言集。めまぐるしい世の中を
生きる私たちに大切なことを思い出さ
せてくれる1冊です。



メンチカツが好評！ テイクアウト店がオープン
カウズキッチン
メンチカツや唐揚げ、お弁当のテイクアウト店「カウズキッチン」が11月20日、昭和2丁目の昭和温泉向かいにオープンしました。看板メニューは肉の旨味

がたつぷりの「どんとんメンチ」(1個120円)、5個500円。ブリとした食感の鶏の唐揚げ「チキカラ」(1個90円、6個500円)、厚沢部産メークイン使用の「ポテサラ」(110円)があります。また、弁当も4種類あり、イチオシの「どんとんメンチ弁当」(550円)は毎月10日に500円で販売されます。



●営業時間は午前11時～午後7時(L.O午後6時30分)無休(年始は休業。駐車場有。テイクアウトメニューは電話予約受付可。)
●昭和2丁37-8
☎8417111



ロボット教室無料体験会 ヒューマンアカデミーロボット教室函館原校
小学校でのプログラミング教育必修化が今年度から始まり、より深くプログラミングを学べる専門の教室への注目が高まっています。そこでお勧めしたいのが「ヒューマンアカデミーロボット教室函館原校」(運営母体/栄進ゼミ)。

ロボットクリエイターの第一人者である高橋智隆先生が監修するこの教室では、ブロックとギアで様々なロボットを作り、自分でプログラミングをしてそれを動かします。動きの組み合わせを試行錯誤する過程で問題の解決策を論理的に考えるプログラミング的思考が養われ、集中力や想像力も身につくと言われます。

●北原1-2-1
●フリーダイヤル
0120-948-514
(コールセンター)



年末特別セールを実施中!

久二野村水産株式会社

魚資源豊かな南茅部地域の前浜から届けられる、網元の獲れた商品をぎゅっけり詰め込んだお得なセットはいかが! 白尻町にある「久二野村水産」では、12月25日まで「年末特別セール」を実施中。同社は、定置網漁により自らの手で水揚げした新鮮な海の幸を使った海鮮珍味などを、自社工場による一貫した生産体制で製造・販売。商品の美味しさなどが評価され、食品の商品審査などで数々の受賞歴もある企業です。

●白尻町245
●フリーダイヤル
0120-323457



家にいる時間が長い今こそ快適な水まわりへ! 第一住宅設備
水まわりのトラブルに迅速対応と好評の「第一住宅設備」で、最新の水混合栓を数量限定の特別価格でお待ちできます。

「TOTOエコングル水栓」は水と湯の境に「カチッ」というクリア感を設けたレバーが特徴。水とお湯の使い分けがしやすくて、お湯の無駄使いを防ぐことができます。また、すっきりとしたデザインは汚れのふき取りやすさにも配慮されています。

●千代台町2915
●フリーダイヤル
0120-2222-592



耳まで美味しいピザが人気!

定番から季節や曜日限定のパンまでおよそ100種類のパンが並ぶ『パン・エスポワール戸倉店』では、11:00から14:00までランチセットを提供しています。



ソファ席とカウンター席のあるイトインスペースは、明るく清潔感があり、焼き立てのパンの香りが食欲をそそります。

3種類から選べる「ピザセット」(ドリンク付き)は、高温の窯で焼き上げた出来たてを味わえます。1番人気は、王道のマルゲリータ。耳まで美味しい生地は、北海道産小麦を使用。耳はカリッと香ばしく、中はもちもち噛むほどに広がる小麦の旨味にバジルとトマトソース、とろ〜りとろけたイタリア産のモッツアレラチーズが至福のハーモニー。食べ応えもありますので、男性にもおすすめです。テイクアウトも可能(要予約、540円)。ほかに、肉厚でボリューム満点「ヒレカツサンドセット」(サラダ、ドリンク付き)もあります。テイクアウトは、ヒレカツサンド、BLTホットサンド、ラスク、デザートがセットの「スマイルボックス」(要予約、756円)をどうぞ。ランチメニューは、各756円。購入したパンをイトインスペースで食べることもできます。ドリンクは、オレンジジュース110円、コーヒー200円(アイス、ホット有)。

8:00~18:00(イトインスペース9:00~)。不定休。P有。

●戸倉町316-1 ☎57-5595

CLOSE UP

クリスマスオードブルとおせち料理

ホテルリソール函館

『ホテルリソール函館』では現在「クリスマスオードブル」と「おせち料理」の予約を受付中です。

「クリスマスオードブル」(11写真上、4人盛6480円)は、クリスマスパーティーを彩る洋食オードブルが並んでいます。引き渡しは12月22~25日。各日10個限定(予約順)。予約はお早めにごぞ。毎年完売となる人気の「おせち料理」は、2人用「千寿」(4・5寸3段重54000円)、4人用「萬福」(11写真下、

●若松町6・3 ☎23・92669



やる気ってなんだろう?

教育の現場でよく聞かれるやる気という言葉。実は心理学用語にはやれませんが、動機づけという言葉に近い言葉に当たります。でも「やる気」というのは、ふわっとしている割に、勉強の世界ではやたらと目につく言葉でもあります。Mでもスイッチがあるように言われてきましたが、そんなスイッチを實際に見たことがある人はいるのでしょうか。悪いことに対しては「やる気」という言葉はあまり使われないうちに、実は大人の都合のいい方向に向かう動機のみを「やる気」と定義づけているようにも思っています。私は運動と勉強はよく似ていると感じます。個々の能力差はあれど、適切なトレーニングを重ねなければ一定以上の力は付かない。スポーツの世界では当たり前ですが、意外とその根本的なトレーニングの重要性がわかられていない気がします。まるで何かのきっかけでスイッチを押すように、「やる気」が出てきて成績が上がる、というようなイメージを持つている人が結構いるのではないのでしょうか。学力をつけるためには、トレーニングが必須です。そして平等に与えられた限られた時間の中で結果を出すためには、質も大切になります。ただ、そのトレーニングをし続ける意欲を引き出すための動機づけをどう行うか、ということについては、次回コラムです。

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、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

ドクター講座

歯の矯正



向山歯科桔梗クリニック 院長 向山英明

□元のコンプレックスは、その人その人で感じ方が違います。多少の「歯並び」のズレでもとても気になる方、または同じズレでも全く平気な方など、まさに千差万別です。そして、我々歯科医師が思う正常な「歯並び」と皆さんの描く「歯並び」ともまた若干の違いがあります。矯正治療を始めるには「最終目標」をどこに設定するかを、患者さん本人と歯科医師が共通認識をもっていないといけません。その「最終目標」に達するために、はどのような処置をしなければならぬのか。どのような矯正装置を使わないといけないのか。その結果、治療方針、治療期間、治療費が大きく影響をします。そして、その方の生活習慣や生活環境も考慮しなければいけません。抜歯を伴うような本格矯正はブラケットという器具を歯面につけなければなりません。現代では金属色でない透明色のブラケットもあり審美的にも考慮され

る時代となりました。移動させる距離が少なく、審美的にブラケットを装着できない患者さんには「マウスピース矯正」という方法がありますが、1日17時間以上装着が必須で、食事、歯磨きの時間以外はマウスピースを装着していなければなりません。患者さん本人の協力度によって目標達成に大きく差が生じます。また、部分矯正という方法もあります。様々な条件をクリアしないと適応になりません。治療が終わると皆さんのメリットがあります。噛み合わせや歯並びの改善以外にも、バランスの取れた顔立ち、発音が明瞭、あごの痛み、頭痛、肩こり、腰痛、めまい等緩解することがあります。「歯並び」でお悩みの方はかかりつけの歯科医院にご相談してみたいかがでしよう。歯科医師と一緒に「最終目標」に向けて頑張ってみませんか?



『カフェ茶結』のハンドドリップコーヒーは1杯500円。食事は『牛すじカレーセット』と『ナポリタンセット』があって、それぞれ「ロイヤルブレンド」のサービスサイズが付いて900円。好きなレギュラーサイズのコーヒーを選べるセットなら1100円。営業時間中ならいつでも食事ができる点も魅力的な一軒です。

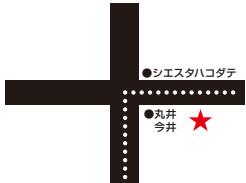
また、12種類のコーヒー豆の販売もしており、それぞれの豆の特徴などを聞いて気軽に

相談することができます。食事メニューもコーヒーもテイクアウト可。

11:00～19:00。不定休。P有(駐車可能な場所は日替わりです。駐車場については来店前に問い合わせを)。

●本町29-23 オールドスタイルホテル1階

☎090-8274-5693



STAFF

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

次号予告 12月25日号
もうすぐ700号! 700号目前特集
本紙は2021年1月15日発行分で700号を迎えます。そこで次号は、巻頭特集でこれまでの本紙のバックナンバーを振り返ります。

発行元/株式会社青いぼすと
〒041-0801 函館市桔梗町379-27
[電話]84-1002 [FAX]84-1728
[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。
掲載内容は11月26日現在のものです。

編集後記

今月のお題/あなたのおうち時間の過ごし方
秋の釣行...少し悩んだ末に購入した新しいロッドを持って堤防に立った。秋晴れの澄み切った青空のもと、少し冷たい微風を感じながら釣を開始。すぐにアタリがあり、儀的に理想的なフッキングと理想的なロッドのしなりで見事に1尾目をゲット。さらにその後も好調で、なかなかの釣果だった。こうなるとやっぱり...新しいリールも欲しくなるなあ...。(慎)
今月のお題/「青ぼの目」に書いたギターのほか、プラモデル作り、熱帯魚鑑賞、ウイスキーでも飲みながら...

家での過ごし方といえば若いころは「寝ている」の一択でした。1人暮らしをしていたころ、お正月休みにトイレ以外ベッドから出ずに3日間寝続けたこともあります。今でも多分いけるはずとっていますが、「たくさん寝るのは若い証拠」と聞いたことがあるので果たしてどうか? と思っています。(七)
今月のお題/「断捨離で家の中がすっきり片付いた!」と書いてみたい。

私にとって情熱とお金と時間を費やすべきだと思っているものは漫画とゲームです。「大人なのに」と否定的な人もいますが、「鬼滅の刃」の大ブームによって大人の漫画人口が一気に増えたのではないのでしょうか。漫画界とゲーム界もって盛り上がり! 猛烈に応援しています。話題の映画は観てないけど。(まい)
今月のお題/クリアしていないゲームのやり込みと、漫画の読み直し。

ある日突然、人生で2度目となる虫歯の痛みに襲われました。しかも、あちこちの歯が痛み、頭や顔まで痛い、常に意識が歯に集中すること2週間。ついに、重い腰を上げ歯科へ。結果は、虫歯による痛みではありませんでした。何事も素人判断せず、早めの受診が大切ですが苦笑。(BP)
今月のお題/一切家事をせず、ゴロゴロだらだら過ごす。

函館に住んで、ぜいたくなったなあと思うことがふたつ。一つは、「鮭は紅鮭しか買わない」こと。函館に住むまでは食べたことがありませんでした。1度食べたら、紅鮭以外は食べられません。二つ目は、「マグロは本マグロに限る」。本マグロがいろいろな店で手軽に買えるので、もう味の薄いマグロには戻れません。(康)
今月のお題/このコーナーで何回か「ペーパークラフトに挑戦する」と書きましたが、まだ1個も作っていません。

みなとまち 市民プラザ
TEL 84-1002 FAX 84-1728 Email info@aopos.jp [担当/青山]

「色の美、墨の術」が七飯町歴史館で開催中
美術作品を展示する「色の美、墨の術」が11月20日から開催されています。書画や水墨画を中心に油彩画も紹介。12月27日まで、観覧無

「読者の声」
懐かしくなりました
終戦直後、鶏を飼って飯だけで生活していたことがあり、懐かしくなりました。今では料理として堂々と出てくることに驚きます。我が家でも昔を思い出しながら、おいしい卵かけご飯を作ってみました。(美原3丁目、T・ー)
*ぜひ、作ってください。

是非お友達と食へに行きます
卵かけご飯特集、み
部活で外に食へに行くことはできないけれど、は札幌近郊なのですが、2年が経ちます。実家は札幌近郊なのですが、

参考にしていきます
転勤族で東京から来て2年が経ちます。実家は札幌近郊なのですが、

読者プレゼント
今回の『デリシャス ポット』コーナーで紹介した「パン・エスポワール」より、「ピザセット」の利用券を5名様プレゼントします。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、〒041-0801、函館市桔梗町379-27、株式会社青いぼすと「エスポワール」係まで。締切は12月21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く場合がございます。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記述で紙面作りに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。

函館には土地勘が全くなく、いつも情報誌やネットの記事を頼りにして生活を充実させています。青いぼすとで役立つのは、①ドクター講座と②グルメ特集です。①は、ドク(松陰町、H・M)ターの専門領域の話が分かりやすく書いてあり、毎度勉強になります。②は、夫婦ともに食べ歩きが好きで参考にしています。今は子供が3人いるので、ファミリー向けのお店特集もやっていたら嬉しいですね。