

# 青いほすと

700  
2021  
1.15

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 函館市桔梗町379-27  
phone (0138)84-1002 FAX (0138)84-1728 URL aopos.jp Email info@aopos.jp



スフレチーズケーキを1ホール  
パティスリー ショートベリー

「パティスリー ショートベリー」では、本紙700号記念として、通常1000円の「スフレチーズケーキ」を、「青いほすと見た」で、700円で提供。

この冬から新しい味わいになって再登場したこのケーキは、シンプルな材料で丁寧に作ることでクリームチーズの美味しさを引き立てています。しっとりふわふわ軽い食感も特徴。1人で1ホールいただくという至福のひとつときを楽しみチャンスかも…。

特別価格での提供は1月31日まで。販売は1日10個限定で、購入は1人1個(予約不可)。10時～19時(日曜日は18時まで)。不定休。P有。

●桔梗町418-112 ☎87-0500



旨い! 長崎ちゃんぽん  
ラーメン専科 麺次郎田家店

元和食職人が作る独自のラーメンが好評の「ラーメン専科 麺次郎田家店」では、本紙700号記念メニューとして、「長崎ちゃんぽん」(770円)を、1月31日までの期間限定で提供します。

麺は太麺ストレート、あっさり塩味の豚骨スープに野菜の甘みがほどよくマッチした味わいがとことんクセになりそうな1杯で、もちろん食べ応えも十分。魂のラーメン職人、中山武久店主が本紙読者の皆様の期待に応えるべく特別メニューに加えた渾身のちゃんぽんをぜひ、この機会にご賞味ください! 期間は1月31日まで。

11時～LO20時30分。不定休。P有。

●田家町5-19 ☎40-1663



魅惑のネパールカレー  
ポカラダイニング

本格ネパールカレーの店「ポカラダイニング」では、「チキンメティマライカレー」(=写真)と「チキンムグライカレー」の2種類のカレーを1月31日までの期間中、各税込700円、290円以内のドリンク付きなら770円で提供します。どちらのカレーもネパール人が大好きな味だそうで、奥深い味わいがとことんクセになりそうなネパールカレー。「ネパールカレーは食べ慣れている」という人もぜひこの機会に、2種類のカレーを味わってみてください。ネパールカレーの新たな魅力と出会うことができるはずです。

月～金曜日は11時～15時、17時～21時、土・日曜日は11時～21時。毎月最終水曜休。P有。

●日吉町3-2-1 ☎86-7573



人気のランチが700円!  
中国料理 香港

本格中華を気軽に味わえる「中国料理 香港」では、ランチメニューの中でも特に人気を集めている「麻婆豆腐ランチ」(小鉢、漬物、サラダ、スープ、杏仁豆腐付き950円)を、注文時に「青いほすと見た」で700円で提供します。

函館市内にファンが多いこの店の麻婆豆腐は、山椒の豊かな風味とほどよい辛味が特徴。辛さはお好みにより調整してくれるのも嬉しいところです。

ご飯が進むこの逸品をこの機会に格安で味わってみてはいかがでしょうか…。期間は1月31日まで。

11時30分～LO14時30分、17時～LO20時30分。水曜休。P有。

●柏木町7-2 ☎52-6478

## フリーペーパー 青いほすと 700号記念!

### 人気店の700円 特別メニュー

おかげさまで本紙は今号で700号を迎えることができました。ここまで発行してこられたのも、スポンサーの方々をはじめ、様々な企画の取材にご協力いただいた方々、そしていつも愛読いただき、編集室に向けて温かいお便りをお寄せいただいている数多くの読者の皆様のおかげです。

今回は読者の皆様への日頃のご愛顧に感謝して、人気店のご協力による特別メニューを特集しました。ぜひ、ご利用ください。掲載メニューの中には税別700円のものも含まれます。



表紙写真協力/ポカラダイニング

## お好みプレートが700円で!

レストハウス樹林



『レストハウス樹林』では、本紙の700号を記念して「お好みプレート」を700円で期間限定で提供します!

プレートの内容は、デミグラスソースと相性抜群のふっくらジューシーなハンバーグ、香草の香りが食欲をそそるしっとり柔らかい若鶏の香草焼き、大きくて食べ応えのあるフランクフルトと贅沢なラインナップ。提供期間は1月15日～31日。来店客が集中しないように、営業時間内なら何時でも注文することができて、土・日曜、祝日も提供。1日の限定数も設けないなど、お店が混雑しないような配慮も嬉しいところですね。

11時～LO20時。水曜休。P有。

●時任町3-12 ☎54-1258

## 人気のパンが入った「青ぼ700円セット」 ホームベーカリードッポ



手頃な価格で美味しいパンを提供する「ホームベーカリードッポ」では現在、「青いぼすと見た」で購入できる「青ぼ700円セット」を用意しています。

セットには、食パンの中でも一番人気の「上食」(1斤216円)や菓子パンの人気商品「ベビーミルク」(194円)をはじめ、3～4種類のパンが入っており、通常価格よりも20%程度お得な内容になっています。

期間は1月15日から1月31まで(日曜日を除く)。購入は1人1セット限りとなっており、また、1日10セット限定販売となっています。

8時～19時。日曜不定休(毎月最終日曜営業)。

●本通2-34-7 ☎32-0797

## デザート盛り合わせをコーヒー付きで プラッスリー カリヨン



末広町にある『プラッスリー カリヨン』は、食事やお茶を気軽に楽しめる欧風食堂。料理はもちろん、手作りデザートが美味しいことでも知られています。

1月15日～31日の期間、同店では「青ぼ見た」で、14時から限定で通常600円の「5種類のデザート盛り合わせ」を、コーヒー付きにして700円で提供します。午後のティータイム、ひと皿でいろいろ味わえるのがうれしいスイーツを食べ

に、足を運んでみるのはいかが…。

デザートの内容は日によって変わることがあります。

11時30分～21時30分(中休みする日も有)。水曜休。

●末広町15-1 ルネッサンス末広1階 ☎23-7737

## 期間限定メニューが700円で!

キッチンやまぐち



『キッチンやまぐち』では、青ぼ読者限定メニュー「チーズ焼きカレー」を700円で提供します。

挽き肉が入った辛口のオリジナルカレーとチーズがたっぷりとかかったこのメニューは、食べ進めていくと中から卵がとろおり。この卵によってピリッとしていた味がマイルドになり、味の変化も楽しめます。

この2度おいしいメニューは1月15日から31日までの期間中に1日10食限定で味わえます。肉感たっぷりで食べ応えのある同店自慢の「ハンバーグ」もぜひご賞味あれ!

11時30分～13時。水曜休。P有。

●北斗市久根別2-20-8 ☎73-3640

## 新メニュー「飲み比べセット」がお得に! テーラードコーヒー宮前店



居心地のいい空間でスペシャルティコーヒーを味わえる『テーラードコーヒー宮前店』では、新メニュー「飲み比べセット」(780円)が登場。そこで今回は1月15日～1月31日の期間中、「青いぼすと見た」で、この「飲み比べセット」を700円で提供します。

この新メニューは、「エチオピアモカ」の中煎りと深煎りとを同時に飲み比べできるというもの。コーヒーの風味が焙煎で変わるといえることを実感できるこの機会をぜひ、お見逃しなく!

9時30分～19時。ただし、「飲み比べセット」の利用は10時～18時30分となります。無休。P有。

●宮前町25-5 ☎86-5135

## サクサクのとんかつをお得に!

函館とんき大門店



昭和48年創業の「函館とんき大門店」では、根強い人気の「ロースかつ定食」注文の際に、「青いぼすと見た」で、通常990円のところを770円で提供します。

創業以来継ぎ足している植物性ラードやオリジナルのパン粉などを使用して作る同店のとんかつは、サクサクで濃厚。添加物不使用の自家製ソースも絶品で、とんかつはもちろんキャベツにもよく合います。

老舗の名店の味が格安で味わえるこのお得なこの機会をぜひ、お見逃しなく!

特別価格での提供は1月31日までとなります。

11時～LO20時。無休。P有。

●松風町5-13 ☎22-3998

## 野菜スープが決め手のルーカレー ロケットカレー函館本町店



札幌に4店舗を展開するスープカレーとルーカレーの専門店「ロケットカレー」は1月31日まで、通常1000円の「ハンバーグルーカレー」を「青ぼ見た」で店内飲食のみ700円で提供します。同店のルーカレーは独自にブレンドしたルーに注文を受けてから野菜スープを加えて仕上げるので、いつでもできたてのフレッシュ感が味わえるのが特徴。玉ねぎをたっぷり使っているためコクと甘みを感じられ、味に広がりがあります。辛さが苦手な人でも食べやすい「甘口」、標準的な「中辛」、辛さが得意な人にお薦めの「辛口」から選べます。

11時30分～22時30分。年末年始のみ休。

●本町6-15 キングスランドビル1階 ☎83-7776

## 「カツカレー南蛮」で寒さに勝つ! 酒・そば処 五稜郭ふでむら



石臼挽きの道産蕎麦粉を独自にブレンドしたのと越しの良いゴマそばを提供する「酒・そば処 五稜郭ふでむら」。2月15日まで「青ぼ見た」で、人気メニューの「カツカレー南蛮そば」(通常980円)にネギトロ丼半分(通常580円)を付けて700円で提供します。ダシが効いたそば屋のカレーは辛さの中に旨味が広がる深い味わい。営業時間内ならいつでも対応。人気の食べ放題も継続中。居酒屋メニュー全60品食べ放題付きの「しゃぶしゃぶコース」は2200円。90分飲み放題は980円～、予約で時間延長。2人から利用可。

11時～22時(そばがなくなり次第閉店)。無休。契約P有。

●五稜郭町36-1 ☎32-5014

この冬、煌めく奥座敷…

函館湯の川冬の灯り

函館の奥座敷が煌めくこの冬…。湯の川温泉足湯「湯巡り舞台」から鮫川沿い道路までがイルミネーションでライトアップされる『函館湯の川冬の灯り』が昨年12月1日から開催されています。湯の川冬の灯り実行委員会主催。

北海道の三大温泉地・湯の川温泉街が色鮮やかな光の空間になるイルミネーション・ライトアップイベント。開催中は日没から午後10時までの時間中、湯の川温泉足湯「湯巡り舞台」から鮫川沿い道路まで、イルミネーションがライトアップされます。

2回目となる今回は昨年よりもバージョンアップ。趣ある灯籠イルミネーションにモニュメントが加わり、美しく輝く光の空間が一層煌びやかに彩られます。この時期に限りライトアップされた足湯を楽しむことも一考。「和とモダン」が融合された新しい光の競演を楽しむことができます。

この冬はご家族やカップル、ご夫婦、お友達同士でぜひ、ロマンチックに演出された美しい湯の川温泉街の夜を散策してみませんか？



函館湯の川冬の灯りのポスター

期間中は下記の協賛宿泊施設に宿泊すると、宿泊先での飲物や追加料理や市内指定の飲食店で使える「函館市グルメクーポン」2000円分が1人1セットプレゼントされます。2021年1月4日～3月31日に宿泊した人が対象。このクーポンは函館市から各施設に割り当てられており、なくなり次第終了。

協賛宿泊施設は、「ホテル両宮館」「旅館一乃松」「イマジン ホテル&リゾート函館」「笑函館屋」「ホテルかもめ館」「KKRはこだて」「大黒屋旅館」「ホテルテトラ 湯の川温泉」「湯元啄木亭」「HAKODATE海峡の風」「望楼NOGUCHI函館」「竹葉新葉亭」「花びしホテル」「ホテル万惣」「湯の川観光ホテル祥苑」「湯の川プリンスホテル渚亭」「湯の浜ホテル」。

また、「函館の冬割」も函館市から各施設に割り当てられており、なくなり次第終了です。さらに宿泊補助券5000円が当たるチャンス。「函館の冬割」の予約受付期間は2021年2月1日～3月31日。

「函館の冬割」について詳細は、「湯の川温泉旅館組合」ホームページをご覧ください。また、本紙p8の広告もご覧ください。

そのほか、イベントの詳細などについてのお問い合わせは、函館湯の川温泉旅館協同組合 ☎57-8988までどうぞ。

face

農家直営のじゃがいも専門店が好評

「じゃがいもFACTORY」代表 田中知美さん



店内にずらりと並んだ24種類のじゃがいも…。3種類のフレンチフライの味が楽しめるトワフリット…。五稜郭町に昨年11月1日、「じゃがいもFACTORY」がオープンした。人気店「ポテトピザ」に農家直営のじゃがいも専門店を併設したのは、「有限会社オールのアイス」代表取締役の田中知

美さん。函館市出身五稜郭町で輸入雑貨店を始めたのを皮切りに、現在はイベント対応型「バー&カフェ」や昭和29年創業の老舗の味を受け継いだ「印度カレー 小いけ本店」を

経営。さらにこのほど、道内せたな町に出向き、小いけのカレーとポテトピザを販売して好評となった、会社のスタッフとともに、せたな町でじゃがいも掘りも経験した。ピッチの中にあるチャンスを活かして、仲間とともに人気店を作り上げてきた。

「この1年の経験は、全てが自分自身のためになった1年といえます。スタッフのみんなが楽しく仕事をできる職場を運営していることが、私自身の誇りです」

「じゃがいもFACTORY」は五稜郭町 3・16、☎83・5254。

今月のおすすめスイーツ

嘉福堂キッチン「はこだて雪んこ」

素材本来の風味を楽しめます

『嘉福堂キッチン』の「はこだて雪んこ」は、厚沢部町産のサツマイモやカボ



チャを使った手作りのお菓子。畑から届けられる素材の皮をむいて裏ごし。それに函館牛乳を合わせ、焼き上げたペーストを1つひとつ丸い形に整え、求肥で包むまで全て手作業で作られています。冷凍状態を常温に置き、半解凍で味わうのがおすすめ。さつまいも味の「プレーン」や「カボチャ」のほか、「抹茶」「あんバター」「ヨーグルト」などのフレーバーも有。1個250円。追分町にある本社工場（キッチンカーまたは事務所）で購入できます。9:00～17:00（日・祝11:00～）。●追分町1-25 ☎62-6077

青ぼの目

通過点

▼普段は自宅の押入れの奥のほうにしまったままの古いアルバム。ページに、一枚の新聞記事の切り抜きを貼ってある。▼セピア色に焼けた1995年の夏の新聞記事は、青いはずと創刊100号の話題を取材していたあの時のもの。インタビュに答えていた当時の編集長の写真の横には、その頃サッカーをしていたため真っ黒に日焼けした僕が写っている。▼高校時代は全く勉強ができなく、テストの成績はクラスで最下位だった。志望する職業も思い浮かばず、東京に行けばいいことが見つかると思っただけで夜汽車に乗った。数年の都会暮らしで得たものは地下鉄の切符の買い方、スクランブル交差点の渡り方くらいだった。▼函館に戻ってからは職業安定所で何となく見つけた地元の新報社に就職して記者になった。子供の頃から1冊の本も読まなかった僕には最も遅い職業のはずだった。その頃は夢とか希望とか将来の目標とか、そんなものはもうとっくに忘れかけていて、先輩記者から教わった通りに取材をして記事を書いて、グラフィックデザイナーから教わった切り貼り作業のレイアウト業務をした。▼もうすぐ30歳になるという頃、当時の青いはずとの編集長に誘われて編集スタッフに加わった。入社当時は雑用ばかりだったが、やがて取材記者になり、さらに編集業務も任せられるようになり、副編集長になり、編集長になった。▼本紙はおかげさまで今号で700号を迎え、僕にとっては100号も700号も通過点に過ぎない。むしろ編集者としてのターニングポイントはいつとも突然やってきた。例えはもう何もかも嫌になって辞めようと思った時に読者の方から温かいお便りが寄せられて、もう少しだけ続けてみようと思った日。例えはかつての親会社で、子会社だった我々の事業の売却を決めた時に、現社長に会社の全株式を買っていただいた日。▼この仕事を続けてきてこれまで僕は、何文字くらいの原稿を書いたのだろうか。何人くらいの人を取材したのだろうか。何冊くらいの広告をデザインしたのだろうか。▼僕の編集人としての時間もいよいよ残り少なくなってきたが、いつまでも必要とされる情報紙が次の世代に続くように、いまの自分ができることをやっつけていこうと思っっている。単なる通過点に過ぎない。800号を目指して…。(慎)



## ひとめぐりバウム はーどくーへん 和創菓 ひとひら

『和創菓 ひとひら』は種類豊富に和洋菓子がそろった「ヨシダのお菓子」でおなじみの「株式会社 吉田食品」の直営店。同店には、しっかりとした食感のソフトタイプと、適度な歯応えを楽しめるハードタイプの2種類のバウムクーヘンがあり、筆者はそのハードタイプである「ひとめぐりバウム はーどくーへん」(スティック540円、ホール1296円)が好き。発酵バターとアーモンドプードルを使った香ばしく濃厚な味わいと、しっかりとした食べ心地が魅力です。そのままでも美味しくいただけますが、食べる前にオーブントースターで軽く温めるのもおすすめです! 9:00~19:00。無休。P有。

●西桔梗町851-13 ☎83-6668



## 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



## おばさんのおじさん化も同様でしょうか

人生の折り返し地点を過ぎ、残された時間の短さにおのきまします。嫌なこと、嫌なことに時間を割きたくない、好きなことのためにだけに時間を使いたいと強く思うようになりました。気を使わずの人も人生遠回ります。無理してその合わない人とつながろうと思わなくなりましたし、無礼な言動に対して怒りをあらわにすることもためらわなくなってきました。それで迷惑をかけたとしても、生きていけばお互い様ではないでしょうか。

人の視線を気にして我慢を重ね、心を閉じてこめてばかりの私でしたが、以前よりもだいたい気の向くままに振る舞えるようになりました。ですがこれがって客観的に見ると、いわゆる「老害」というやつなんですかね。

雨はこれから 東本昌平  
モーターマガジン社 636円+税  
人の心を捨てて働くのに疲れた主人公。残りの人生をどう生きるか。バイク乗りおじさんの葛藤を描くライフストーリー。



### 2月20日に確定申告無料相談会

家族経営や中小企業の経営ノウハウや記録、税金融資などサポートする「函館民主商工会」では2月20日(午後1時30分~午後5時)に函館市農田交流プラザ小会議室3で「確定申告無料相談会」を実施します。

新型コロナウイルス感染拡大予防の観点から参加は事前予約制。申告書の書き方から消費税の申告、決算の方法などについて、経験豊富な税理士や役員が分かりやすく教えてくれます。医療控除費などで申告する個人の参加も受け付けています。

設立から60年以上の歴史がある函館民主商工会はこれまで、商売の発展策や税金・資金繰り、経営ノウハウ



### 函館民主商工会

合には元請け業者は下請けの事業主に労災の加入を求めるとしてありますが、原則として事業主は労災加入ができないため、厚生労働省認可の労働保険事務組合に所属して特別加入しなくてはなりません。そこで、厚生労働省認可の函館民主商工会に加入する個人事業主が増えています。

家族経営や個人事業、中小企業の切実な要求や悩みを解決して加える函館民主商工会への加入についての詳細は気軽に電話してください。

営業時間は午前9時~午後6時。毎週土・日曜日祝日定休。駐車場有。

●中島町1815  
☎5233185

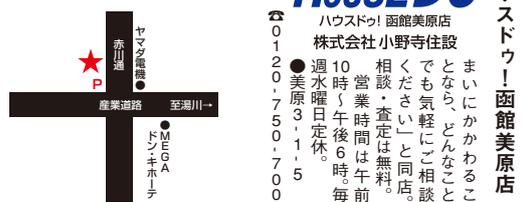
### 不動産なんでも相談会

美原の交差点前にある不動産売買専門店「ハウスドゥ! 函館美原店」では、毎週土・日曜日の午前10時~午後3時に、土地や住宅にかかわる相談をまとめてできる「不動産なんでも相談会」を開催しています。

空き家、売却、相続、境界線など、不動産にかかわる各種相談ができます。使わない家や土地を持っていて困っている方いませんか? 相続した不動産の処分などを検討している方など、この機会に相談してみるのはいかがでしょうか。同店を運営する「株式会社小野寺住設」は、建築および住宅設備の企業として創業96年の実績を誇る住まいのプロフェッショナル。店舗にはオリジナル顧客満足度調査の接客ランキングで、全国第1位を獲得した「パナソニックリフォームクラブ」も併設されているため、ショールームで住宅設備の展示品を見ながらリフォームの相談もできます。不動産や住

まいにかかわることとなり、どんなことでも気軽に相談ください」と同店。相談・査定は無料。営業時間は午前10時~午後6時。毎週水曜日定休。

●美原3-1-5  
☎0120-750700



### 体のために食べるお弁当

健康管理や食事療法食などのお弁当を冷凍宅配する「けんたくん」。栄養バランスのとれた食事で健康を維持したい人や自宅で作ることが多く、人により体重が増えてしまった人などにおすすめの「ひまわり御膳」(7食セット4375円)は、生活習慣病予防やダイエットなどの体のために手軽に続けられるバランス健康食。特に、栄養が偏りがちな単身者や食事の用意が大変な高齢者には好評で、健康に寄り添った豊富なメニューで食生活をサポート。

ほかには、腎臓病や人工透析中の食事管理に持続しやすい価格の「低たんぱく食」(5食セット2970円)、硬い物が食べられず栄養バランスが気になる人におすすめの「やわらか食」(3食セット1716円)を用意。お弁当はいずれも冷凍庫で約6カ月保存でき、食べるときに電子レンジで温めるだけで簡単。備蓄食としても活用できます。健康な生活を維持したい人や医師の

ために手軽に続けられるバランス健康食。特に、栄養が偏りがちな単身者や食事の用意が大変な高齢者には好評で、健康に寄り添った豊富なメニューで食生活をサポート。

ほかには、腎臓病や人工透析中の食事管理に持続しやすい価格の「低たんぱく食」(5食セット2970円)、硬い物が食べられず栄養バランスが気になる人におすすめの「やわらか食」(3食セット1716円)を用意。お弁当はいずれも冷凍庫で約6カ月保存でき、食べるときに電子レンジで温めるだけで簡単。備蓄食としても活用できます。健康な生活を維持したい人や医師の

指導を受けている人など、毎日の食事に取り入れてみてはいかがでしょうか?

各種お弁当はおかずのみ。詳しくは、お気軽にお問い合わせください。宅配エリアは旧函館市内のみ。35個以上で配達可能。

●中道1-2515  
☎0120-0981156



### 悩まず、今すぐ相談を!

障害がある人が自分にと働ける街作りを目指して、就労支援を行っている「障害者就労移行支援事業所ジョブシード」。その実績が目まぐるしく伸びています。

本人はもちろんのこと、ご家族からの相談も歓迎しています。悩まずにぜひ今すぐご相談ください。

障害者手帳、障害者基礎年金の証明書、自立支援医療受給者証を持っていない人もお気軽にお問い合わせください。

●深堀町1-7  
☎83-8018

就業後も職場への定着などをサポートします。

すでに多数の利用者が一般企業などに就職しており、その実績が目まぐるしく伸びています。

本人はもちろんのこと、ご家族からの相談も歓迎しています。悩まずにぜひ今すぐご相談ください。

障害者手帳、障害者基礎年金の証明書、自立支援医療受給者証を持っていない人もお気軽にお問い合わせください。

●深堀町1-7  
☎83-8018

また、常勤の公認心理師とキャリアアカウンセラーが

また、常勤の公認心理師とキャリアアカウンセラーが



また、常勤の公認心理師とキャリアアカウンセラーが

また、常勤の公認心理師とキャリアアカウンセラーが



め、今年も新しい制服の採寸は早めがおすすめです。2月に入ると混雑するためお申し込み、採寸は早めがおすすめです。今年も新しい制服の採寸は早めがおすすめです。

●富岡町3・23・5  
北斗ビル1階  
(赤川通沿い)  
☎83-5554  
☎62-5510  
フリーダイヤル  
0800-777-0654

**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) スマールステップでやる気アップ!**



**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

2021年が始まりました。今年もよろしくお願ひします。前回は嫌々、やる気を出したために、やる気はよいからというお話ですが、まずは取り掛かるまでのハードルをなるべく低くすることです。特に小さいうちには、例えば宿題等のプリントをお母さんが机に出して鉛筆も置いておくなどの準備をしてあげ、自然に勉強をしていこうというシチュエーションを作り出すことです。その際、遊びに夢中になっているなら無理やり引き出すのではなく、切り替えのタイムラグも大切に、次に、集中力はなかなか続いてもいいので、なるべく短いゲーム感覚で、ゲーム感覚で勉強をやらせてあげるといいです。成長が目に見える工夫をすることが、これは、ゲームに夢中になっている、ゲーム感覚で勉強する喜びを感じられる仕掛けが良くて、それがスポーツも同じ、それを活かしてに繋がります。

昨年未だ、函館市内でも徐々に新型コロナウイルス感染症が増加傾向にあり、日々不安を感じながら、自粛生活を続けられている親御さんも多いと思います。子供の感染者数は大人と比べると少ないようですが、感染しやすいことが少なくないこともわかってきました。現時点で、国内で新型コロナウイルスに感染した子供は多くは家庭内で保護者から感染したか、集団の中で感染したものです。発熱、乾いた咳を認める一方で、鼻汁や鼻閉などの上気道症状は少ないとされています。大人と同じように発熱が続く肺炎になることもありますが、一部では嘔吐、腹痛や下痢などの消化器症状も認め、大人で報告されている嗅覚や味覚の異常は子供では少ないようです。感染していても無症状である可能性も言われていますが、子供は正確に症状を訴えられないことに大人が注意しなければなりません。

感染症予防で一番大切なことは、きちんと手を洗って乾かすこと。手洗いやアルコール製剤による消毒を何回もするように、手やウイリスが付きやすいところ、寝る前に保溫クリームを塗りましょう。また、マスクを正しくつけることも感染予防には大切です。紙のマスクはできれば毎日新しい物に切り替え、布のマスクは毎日洗いましょ。マスクをつけるときは、きちんと鼻と口が全部隠れるように、なるべく隙間ができないようにしましょう。また、マスクを着用していることが困難な小さなお子さんでは、外出自粛や三密を避けるなどを徹底しましょう。また、室内の換気をこまめに、してウイルスを追い出すようにすることも大切です。

**ドクター講座**



**小児の新型コロナウイルス感染症予防について**

佐藤内科小児科医院  
副院長 中里 諭美

目に見えないウイルスとの闘いは、どれだけやっても不十分ではないか? 安心できない! という気持ちになりがちです。今、私達にできることは、正しい知識を持って実行可能な対策を行うこと以外にありません。子供はなかなかかかろうと感染予防行動をとってくれず焦れることもありますが、根気強く一つずつできることを増やす心構えで、親子で頑張りましょう!

**CLOSE UP 新中学生の制服採寸会実施中**

1年中制服を取りそろえている市内富岡町のスクールウェア専門店『学生専科トシボ』が、中学校制服の採寸会を実施中です。好評につき年末で終了予定だったお得な「早期ご予約特典」も1月末日まで延長中。

同店の採寸会は大変お得なプレミアムゼント、新入学お楽しみ抽選会、関連商品割引クーポンなど特典がいっぱい。平日に採寸する「平日特典」として、便利な除菌グッズのプレゼントもありです。2月に入ると混雑するためお申し込み、採寸は早めがおすすめです。

ロナウィルス感染防止のため、入店は1家族3人までの対応となっていますのでご注意ください。同店の制服は3年間の無料アフターサービス付き。中学生は急に背が伸びるなど体型が変わりやすい時期ですが、それに合わせて3年間丈出し、袖出しを無料で対応してもらえます。(但し、購入時の補正は別途実費。制服以外の入学関連商品も専門店でならでは充実の品ぞろえ。1月23日(土)4月8日(木)は「1・1・1」上磯店特設会場でも採寸しています(対応校要確認)。

**Delicious Spot そばと酒 柏木町三貞**

**素材にこだわり、手間ひまかけて提供**

1950年創業。柏木町の電車道路沿いにある「そばと酒 柏木町三貞」は、開業から70年以上を数える老舗のそば処。4年ほど前にリニューアルした店舗は、黒を基調にしたモダンな外観が印象的です。店内も、木の質感を活かした温もりある空間となっており、落ち着いた食事を楽しめます。



良質の素材にこだわって、手間を惜しむことなく作られるそばはメニューもバラエティ豊か。中でも函館近郊の農家や、漁業関係者から仕入れる季節の素材を使った月替わりの創作そばが好評。1月は鴨肉を使ったそばが登場しています。また、定食や丼とのセットメニューなども根強い人気があります。写真は、えびが3尾入ったえび天重に温・冷を揃えるハーフサイズのそばが付いた「えび天重そば付き」(1199円、えび天重単品は1056円)。仕上げにタレを回しかけることで、揚げたての食感を楽しめる天重と、機械打ちながら「角」が立つように「包丁落とし」をした自慢の自家製そばを同時に味わうことができます。夜は「そば味噌」(418円)、「とり焼き」(748円)などお酒に合う一品料理も提供。

2月15日からスタートする「はこだてFOODフェスタ2021」にも参加します。11:00~15:00、17:00~21:00(日・祝~20:00)。LO各30分前(早じまいの場合有)。月曜休(祝日の場合はランチタイムのみ営業)。P有。  
●柏木町7-32 ☎52-1055

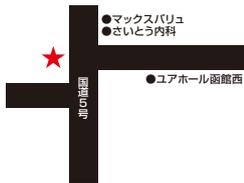


『とんかつ処 まつ』は、「とん悦」の姉妹店として11月1日にオープン。北海道産のとんかつをリード100%で揚げ、低価格で提供しています。定食はご飯の大盛り無料。写真右は「ヒレとんかつ定食」(880円)に+450円でエビフライをトッピングして美味しさとボリュームをプラス。左の「タレかつ丼」(690円)は、オリジナルのタレがたっぷり染み込んだかつが食欲をそそります。

各種テイクアウト可。店舗から2km圏内は宅配も可(2個以上の注文、エリアなど要事前確認)。

11:30~14:30(LO14:00)、17:00~20:30(LO20:00)。水曜休。P有。

●万代町16-28 ☎85-6232



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 1月29日号

港街拉麵物語

寒い季節はやっぱりラーメンが食べたくなりますね。次号は毎年好評のラーメン特集をお届けします。乞うご期待!

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12月23日現在のものです。

編集後記 今月のお題/2021年の私の抱負

高校時代はサッカー部だった。だから、高校を卒業したばかりの1986年に開催されたサッカーの世界カップメキシコ大会に注目していた。5人抜き…神の手…。テレビに映ったアルゼンチンの背番号10のスーパースターに夢になった。昨年11月25日他界されたディエゴ・マラドーナさんのご冥福を、心よりお祈り申し上げます。(慎)

今月のお題/溪流釣りに挑戦してみたいと思っています。

オフィス移転から数カ月。会社が今の場所になってから手荒れをしなくなりました。前のオフィスでは手洗いや洗い物をすると手のひらがガサガサになり、洗剤を変えたりせっけんを変えたりと工夫が必要でした。でも今は手荒れがほとんどなく快適。原因は水でしょうか? 同じ函館市内なのにそんなことってある?(ヒ)

今月のお題/もう何年も前から新年の抱負といえはこれ1本! 元気に過ごす!!

穏やかに落ち着いたトーンで話す人に惹かれます。自分が早口なので無い物ねだりってやつですね。同じような話し方も相手によっては小バカにされているように感じてしまうのは、坊主憎けりや…ってやつでしょうね。わかってはいますが好きな人に対して許容範囲が膨大に広がるのは仕方ないよね。(まい)

今月のお題/少しは落ち着いた振る舞いをしようかな。

毎年一応は、今年の抱負的なものを考えてはいるんです。ただ、その年が終わる頃になって、今年の抱負が何だったのか思い出せなかったり、抱負を決められないまま1年が過ぎたり…なんてこともありますが、今年も懲りずにいくつか決めました。結果は、年末の編集後記で。(BP)

今月のお題/資格を取る。福井県に行く。上品な女性になる。

今年の冬は週末ごとに函館港で花火が上がりますね。基坂ではすでに「はこだて光の万華鏡」と題した光の演出がスタート。2月5日からは、金曜・土曜・祝前日に元町公園でも大規模な光の演出があります。全国各地で光や映像の演出を手掛ける東京の会社が企画制作を担当。すごそうなので、とっても期待しています。(康)

今月のお題/「無理をせず健康に生きる」のが1番。どんな目標を立ててもこれがなきゃ始まらない。

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ください。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、事前に必ず電話で確認してください。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 84-1002 FAX 84-1728 Email info@aopos.jp [担当/青山]

読者の声  
応援しています  
ポストに青いぼすとが入っていると嬉しくなります。仕事から帰宅してバタバタしながら「家事が済んだら見よう」と、小さな楽しみに

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。

本紙はおかげさまで今回で7000号を迎えました。そこで今号では飲食店の皆様のご厚意により、7000円×二二(税別7000円を含む)の特別企画を特集でお届けしました。ご協力いただいた各店舗様には、紙面をお借りして心より御礼申し上げます。

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「そばと酒 柏木町三真」より、1000円の食事券を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、青いぼすとに送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「三真プレゼント」係まで。締切は1月25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。

♪ 応援しています。活用させていただきます。 (七飯町鳴川、A・M) \*ご愛読いただき、ありがとうございます。 \*ぜひ、リベンジしてください!! 先日 (七重浜3丁目、C・Y) リベンジしなきゃ! 「北斗志軒」気になっていました!! 折っています。 行ったに残念!! 定休 (七重浜3丁目、C・Y) 行きたら残念!! 定休 \*ぜひ、リベンジしてください!!