

青いほすと

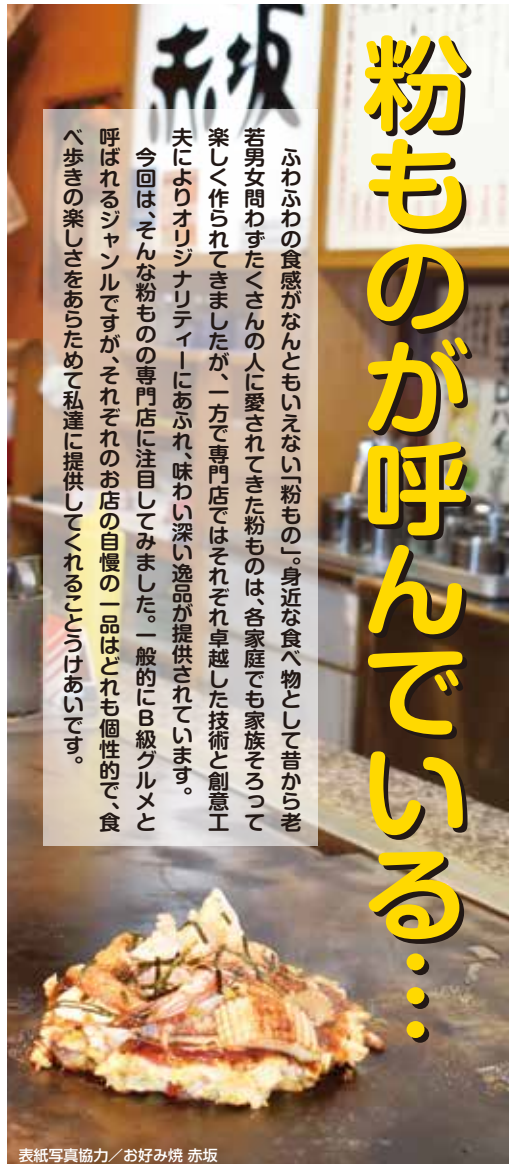
702
2021
2.12

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 函館市栢根町379-27
phone (0138)84-1002 FAX (0138)84-1728 URL aopos.jp Email info@aopos.jp

粉ものが呼んでる……

ふわふわの食感がなんともいえない「粉もの」。身近な食べ物として昔から若男女問わずたくさんの人に愛されてきた粉ものは、各家庭でも家族そろって楽しく作られてきましたが、一方で専門店ではそれぞれ卓越した技術と創意工夫によりオリジナリティーにあふれ、味わい深い逸品が提供されています。
今回は、そんな粉ものの専門店に注目してみました。一般的にB級グルメと呼ばれるジャンルですが、それぞれのお店の自慢の一品はどれも個性的で、食べ歩き楽しさをあらためて私達に提供してくれるところがいっぱいあります。



表紙写真協力/お好み焼 赤坂

ふわふわのチーズ味が人気！

こて屋

「MEGAドン・キ 感とチーズの風味がホーテ函館店」地下とことんクセになり1階のお好み焼き店 そうな逸品です。



「こて屋」で人気を集めているのが、「ふわふわ山芋チーズミルフィーユ玉」(写真、1078円)。3枚の生地の間にはチーズがたっぷりサンドされたものでふわふわ

この店のランチタイムは11時～14時30分の入店で限定メニューを90分食べ放題で平日が大人1078円(小学生528円、幼児無料)、土・日曜日は大人1298円(小学生638円、幼児無料)があり、大変お得です。11時～12時30分、無休。

●美原1・7・1
45・0050

タコのポッチ(頭)を使った評判の味

たこ焼き専門店 たこ壺

この2月で移転1 油七味やニンニク周年を迎えた田家町 しょう油などのマヨの「たこ焼き専門店」ネーズは無料。壺ねたこ壺は、函館近海で水揚げされたタコ トッピング各100円のポッチと呼ばれる。この2月21日は移頭の部分と、カツオと 転1周年で1組1 昆布の出汁が効いた バック限り6個を半生地を使った焼き た 額の125円で提供。のたこ焼きが自慢。火金曜は15時～21 6個250円、12個 時、土曜は11時30分 500円など。しょう 21時、日曜・祝日は11

時30分～19時。毎週月曜、第2・4日曜休。
●田家町15・11
76・4856



バラエティーに富んだメニューがずらり

たこ焼き菜々

湯川町と富岡町に 番メニューのほか、各店を構える「たこ焼き 店限定メニューを提 供しています。写真 菜々」では、共通の定

のって鼻をくすぐる 出汁の香りと、あっさりとした美味しさを ぜい！

湯川店は、11時～20 時、水曜休。P有。富岡 店は、11時～20時。た だし日曜、祝日は19時 まで。木曜休。P有。

●湯川町1・2612
070・4077・7732

●富岡町1・4614
070・4231・9663



は、両店で食べられる「牡蠣だし醤油」(10個400円)。塩辛くない塩分控え目の醤油を使用しているの で、素材の味わいを引き立てています。熱々の湯気に

これぞ老舗のお好み焼き

お好み焼 赤坂

戦後まもなくマツ 函館に移転して開業 ーカーサー元帥の料理 した「お好み焼 赤坂」。昔から粉もの好きの函館っ子を魅



了してきた老舗は 現在2代目に受け 継がれ、昔と変わら ずアツアツのお 好み焼きが愛され 続けている。

●千代台町2・16
51・1212

のひとつ「海鮮お好み焼」(1650円)。エビ、イカ、カニ、ホタテを贅沢に使った食べ応え十分な逸品で、味はもとよりプリプリの魚介とフワフワの生地との食感のハイモニーがなんともいえない美味しさ。ぜひ一度、ご賞味あれ！
17時～18時30分。第3月曜休。P有。

本場仕込みのお好み焼きが評判!

大阪粉もん屋とん平

大阪で休業したスタッフ
フが作る本場仕込みのお
粉もん屋とん平



おすすめは、豚肉の量が圧倒的に多い「ぶたま」(780円、モダン焼1100円)。目の前の鉄板で、焼きと蒸しで最高の状態に仕上げぶたまは、外側カリッと焼かれた豚肉の食感と後からくる

「シンプルに」をモットーに提供

蛸焼こがね



宝来町の高田屋嘉兵衛像のそばにある『蛸焼こがね』は、昭和54年の創業以来40年以上にわたって愛されるたこ焼き屋さん。
オープン当時から使っている鉄板で焼き上げる同店のたこ焼は、やや小さめのサイズが特徴的。変わりダネなどのアレンジメニューは

す。ポイントは創業時から継ぎ足して使っている爽やかな酸味のあるオリジナルソース。飽きのこないすっきりとしたソースが、もっちり熟々の生地とマヨネーズのkokoroにマッチします。10個入り350円、15個入り500円という良心的な価格もGOOD!

14時30分〜21時(土・日は11時30分)。木曜休。
●宝来町22-1
☎27-7060

「青ぼ見た」で、お得な特別セットを提供!

たこぼうず

オープンから33年目を迎える「たこぼうず」のたこ焼きは、少しずつ返しながらかじり丁寧な焼き上げており、外はこんがり中はふわとろの絶妙な味わいに仕上がっています。ソースはあっさり系で、マヨネーズ、辛子マヨネーズ、マヨネーズなしを選べますが、何もつけなくても粉っぽさは一切なく、口の



千代台町・電車道路沿いにある「オーサカ鉄板Showハイ!ちゃん」では、お好み焼きやたこ焼き、焼きそばなどの鉄板料理をイートインとテイクアウトで提供。
評判の「お好み焼き」は、1人前とは思えない大きさが特徴。見た目はダイナミックですが、長芋をたっぷりと使用することでふ

味も大きさも価格も大満足!

オーサカ鉄板のShowハイ!ちゃん

品。「明太餅ボール」は、生地全体がモチっとしていてピリ辛の明太ソースと絶妙なコンビネーション。ほかにも、「スープカレーボール」など同店だけのメニューがあります。店内はカウンターと小上がり席があります。テイクアウト可。貸切対応可能。
正午〜22時。火曜休。P有。
●港町1-18-37
☎40-5757

多くのファンが通うお好み焼き店

お好み焼き105

「お好み焼き105」でオスメのお好み焼きは、ろっつています。今の焼きそばの麺が入った「麺入り」(700円)。ポススメ!あるこちらは、お好み焼きの本場・広島から取り寄せたソースの香りがたまりません。
地元の食材を使うこと
を意欲している同店では、旬の食材を使った季節限

業の場合有。木曜休。喫煙許可店。
●湯川町2-26-17
☎57-9194



全部食べたい変わり種たこ焼き!

たこ焼きお好みボールわや

「たこ焼きお好みボール」(400円)をはじめ、変わり種たこ焼きも豊富にそろっています。
なかでも人気急上昇中なのは「エビマヨボール」(II写真手前)と「明太餅ボール」(II同奥)、どちらも10個600円。「エビマヨボール」は、甘いマヨソースとぶりぶりのエビが子供に大人気の1



●港町1-18-37
☎40-5757

11時30分〜LO 17時
23時。ただし短縮営業

11時30分〜LO 17時
23時。ただし短縮営業

保険の親族登録制度を知っていますか？

Hosta(ホスタ)函館

『Hosta函館』では、経験豊富なアドバイザーが無料相談を行っています。今回は、CFPと1級ファイナンシャル・プランニング技能士の高梨しのぶさん(=写真中央)が相談を受けた50代の女性の話を紹介します。相談者の母親は80代。少し前から物忘れが激しくなったため、損害保険や生命保険の管理について相談がありました。「保険は契約者以外に教えられないことや手続きできないことがほとんどですが、親族を登録できる制度があり、登録しておくことで本人に代わって保険会社とやり取りできるようになります」と、高梨さんはアドバイス。契約者と円滑に連絡が取れない場合に備えることができるこの制度は、高齢者に限らず夫婦間など若い人も備えておくに安心です。「登録するためには本人の承諾やサインが必要ですので、今回の相談者のように心配な点がある場合は早めの登録がおすすめです」とも話します。



三井住友海上あいおい生命では、親族連絡制度「家族Eye(アイ)」が家族の不安をサポート。詳しくは、お気軽にお問い合わせを。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

タクシーで安心移動…、今月から満65歳以上最大20%割引

相互交通株式会社

タクシー会社の『相互交通株式会社』の満65歳以上の利用者を対象にした割引サービスが今月からスタートしました。



このサービスは満65歳以上の利用者を対象に乗車料金を10%、往復なら20%割引するというもの。満65歳以上であることを証明できる公的機関発行の身分証をドライバーに提示するだけで利用できますが、同社が運営している「65倶楽部」に入会することにより、専用カード1枚をドライバーに提示するだけで乗車料金が割引になるのでとても便利です。

「タクシーの車内は、工場での定期的なオゾン除菌と運行中のエアコン活用と外気導入による積極的な車内換気でウイルス感染防止策を徹底している」(同社・諏訪部利夫取締役社長)という対策に加え、交通安全のことなども含めて、プロドライバー任せの安心な移動を積極的に取り入れるきっかけとして、高齢者におすすめです。ぜひこの機会に、同社の「65倶楽部」に入会してはいかがでしょうか。

詳細は同社内の「HK65割引カード申込事務局」☎41-4331までお問い合わせください。

face

1枚の絵画をより鮮やかにみせる

「絵画店店主 吉野研朗さん」

「函館は昔から全国的にも画家が多い街なんです。文化が活発な場所だったんです。現在、画材専門店としては本町の「絵画堂」の2代目店主・吉野研朗さんは話す。

「同居する店舗として市民に親しまれた。店舗兼住宅だったこの場所です。吉野さんは、空前のペーパームに加え、絵の具などを割引価格で販売していたことから多くの画家で賑わっていました。た頃を振り返る。」

「この頃は、絵画が忙しいうちの時代でした。僕は大学に進学してその後は企業に就職する。」

人生を思い描いていたのですが、忙しい店を手伝っているうちに自然に店を継ぐことになりました。」

「自身も絵を描くか? そんな質問をしてみた。」

「もともと趣味でモノクロ写真を撮影していました。そのうち黒ペンでモノクロ口画を描いてみたらそっちの方が面白くなって、現在も描き続けています。」

「細い線を幾重にも重ねて描かれたモノクロ口画のバリの風景は繊細だった。」

「これからも絵画を引き立てる額装をしてゆきたいです。」
絵画堂は ☎55・7783。

今月のおすすめスイーツ

御菓子処 ひとつ風 「いちご大福」

ミルクあんの「いちご大福」

季節感を大切に、丁寧に手作りされるお菓子が評判の「ひとつ風」に、今年も春



限定の「いちご大福」(220円)が登場しました。この店のいちご大福は、白あんに生クリームを加えたミルクあんを使っているのが特徴。ミルクの優しい風味が溶けこんだ上品な甘さのあんど、爽やかないちごが見事にマッチした逸品です。和菓子なのに「いちごミルク」を思わせる味わいを、毎年楽しみにしているというファンも多数。販売はこどもの日くらいまでを予定。購入は予約が確実です。少数の取り置きもお気軽に。9:00~17:00。水曜休、他火曜不定休。P有。

●松陰町8-1 ☎54-8977

青ほの目

Never give up!

▼2月12日は、「ベニシリンの目」なのだそう。イギリスのオックスフォード大学附属病院が1941年のその日、世界で初めてベニシリンの臨床実験に成功した。▼イギリスの細菌学者であるアレクサンダー・フレミング博士がアオカビから発見したベニシリンは世界で初めての抗生物質。第二次世界大戦の時には数多くの兵士を感染症から救ったことがよく知られており、20世紀で最も偉大な発明といわれている。▼ベニシリンといえは僕も、2009年にTBSの目曜劇場で放送されたドラマ「JIN」に思い出す。江戸時代にタイムスリップした医師が現代の医療知識で江戸時代の人々の病気を治すというストーリーの中で、医師がアオカビを培養してベニシリンを生産するシーンがあった。▼天然痘や結核、マラリア、ペスト、スペイン風邪、インフルエンザなど、人類の歴史は感染症との戦いであるといわれている。そしてその歴史は紀元前まで遡るらしい。▼世界中で続いている新型コロナウイルスによる感染拡大は日本でも戦後最大の困難といわれている。パンデミックの収束は一般的にワクチンと治療のための特效薬の完成といわれ、それまではマスク着用、三密回避、手洗い、消毒によってウイルスと共生してゆくしか方法がないというのが一般的な考え方。▼本稿を執筆している時点では、新型コロナウイルス感染症のワクチンの接種はアメリカやイギリスで行われており、日本では厚生労働省が2月下旬を目処に医療従事者にワクチン接種ができる体制整備を各自自治体へ指示。3月下旬からは高齢者や疾患のある人などを優先して4月頃に伝えられている。▼世界中の医療従事者の方々と、ウイルスに打ち勝つために研究を重ねている専門家の方々に敬意を払うことも心から感謝したい。そして我々人類の先駆者があらゆる感染症と戦って終息を迎えたように、人類の英知と努力によってコロナウイルスに打ち勝つ日が必ずやってくることを信じていたい。▼全て物事は終わりがあつた。したがって忍耐は成功を勝ち得る唯一の手段である。19世紀のロシアの作家として知られるマクシム・ゴーリキーの名言がやけに心に響く。この頃、明るく未来はそう遠くないことを心から願ってこそ「Never give up!」(慎)



「きもの処岡山彩蔵」が、ネットや格、季節感も学べ、運営する着付け教室は、本格的な着付けとコーディネート。旭川・小樽・帯広での開催も合わせて、1000人以上の生徒が通った実績を持ちます。函館では6年前から開講している同教室が、今年11期目となる着付け教室（亀田教室）の受講生を募集します。会場は亀田交流プラザ（美原1・26・12を予定）初級コースは月・水・木曜日に開講するので、合わせて開講した曜日を選んでください。

「きもの処岡山彩蔵（さくら）」が、午後3時～5時、4月5日（月）から順に開講。1回2時間×全10回、受講料は5000円（1回あたり500円）。は、「YouTubチャンネル」で着物の楽しさを取り上げています。視聴は「まるまるさくら」で検索を、教室では講師の定期的なPCR検査受診など、コロナ対策を徹底しています。店舗の営業時間は午前10時30分～午後6時30分。●札幌市中央区南1条西25（フリーダイヤル）0120・829・847



「ヒューマンアカデミーロボット教室 函館美原校」(運営母体・栄進セミ) 小学校でのプログラミング教育必修化が昨年からはまり、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 函館美原校」。

第一号生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し、課題を解決する過程で問題の解決策を論理的に考え、集中力や想像力が養われ、集中力や想像力が身につくという評判です。基本となる「ベーシックコース」は、18カ月間で36回（1カ月に2回）の授業を行います。1回の授業は90分なので、他の習い事と並行して無理なく通うことができます。毎回好評の無料体験授業の追加開催も決定。2月

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

20、27日、3月6、13日のいずれも午後1時から、60分ロボットを一体作る事ができます。5歳から中学生まで申込み可能、親同伴可。無料体験授業の予約はQRコード、またはコールセンターへの電話で。感染症拡大防止のため少人数での開催となっておりますのでお申し込みはお早めにご確認ください。

授業の内容やコースの詳細などもQRコードから確認できます。

着付け教室の受講生を募集！

きもの処岡山彩蔵（さくら）



家族経営や中小企業の経営ノウハウや記帳、税金、融資などをサポートする一函館民主商工会。では2月20日午後1時30分～午後5時に函館市亀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。

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帳、税金、融資などをサポートする一函館民主商工会。では2月20日午後1時30分～午後5時に函館市亀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症拡大防止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。医療費控除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、商売の発展や税金、資金繰り、経営ノウハウなど商売の発展に繋がる相談に対応してきました。昨年は、新型コロナウイルス感染症に伴う函館市からの支援金等について相談等に対応。地元企業や個人事業主の強い味方として実績があります。さらに建設業においては、一人親方や従業員が少なく、個人事業主の労働災害保険や雇用保険の加入について相談にのります。公共事業等で事業主が労働する場合は、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くれ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18-15 52-33185

函館民主商工会



「不動産なんでも相談会」美原の交差点前にある不動産専門店「ハウスドゥ」函館美原店では、毎週土・日曜日の午前10時から午後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せん。使わない家や土地を持っていて困ったことはありませんか？相談したい不動産の処分などを検討しているなら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なら、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。毎週水曜日立休。

●美原3・1・5 0120・750・700



住宅街の隠れ家的イタリアン

美原3丁目の閑静な住宅街に、とびきり素敵なおしゃれなイタリアンレストランがある。この隠れ家的レストラン『NOSH(ノッシュ)』を5年ほど前にオープンしたのは、小樽市や大阪市の高級ホテルで腕を磨いたシェフ。生まれ故郷の函館で念願のご自身の店をオープンした。



ランチは「本日のパスタ」をメインに1650円(前菜、スープ、パスタ、デザート、コーヒー)、1980円(=写真、前菜、スープ、サラダ、ロールピッツァ、パスタ、デザート、コーヒー)、3300円(前菜、スープ、パスタ、サラダ、本日のメイン、パン、デザート、コーヒー)の3種類。夜は完全予約制で予約は前日まで受付。料理はもちろん、こじんまりした店内も落ち着いた雰囲気。11:30～LO13:30、18:00～21:00。火曜休。P有。●美原3-51-1 85-6073

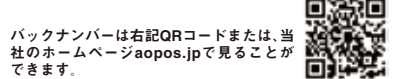
●ファミリーマート ●北海道教育大学 附属特別支援学校 ●至北斗市 産業道路 至滝川 ●BOOK OFF ●昭和タウン プラザ

バックナンバー拾い読み

七章で綴る家族のかたち

私ども情報紙にとって最も大切なもの…それはやはり、いつもご愛読してくださっている読者の皆様です。本紙ではバレンタインデーの時期に、読者の皆様からいただいたほのぼのエピソードを掲載してきました。特にこの号では、「家族」をテーマにお便りをいただきました。時代が流れても、社会情勢が色々変わっても、変わらないものは家族の絆であると僕は思っています。いまは世界中が新型コロナウイルスの感染拡大で大変なことになっていますが、家族の絆でどんな困難も乗り越えてゆけたら、私達の未来はきっと素敵なものになると信じています。世の中が大変な時に我々のような情報紙にできることなどそれほどありませんが、この号を編集した時の気持ちを忘れず、仕事をしてゆきたいと思っています。

バックナンバーは右記QRコードまたは、当社のホームページaopos.jpで見ることができます。



クロワッサン・オ・ブール

にこにこばん

『にこにこばん』は、七飯町大川・国道5号線沿いにある「豆パン100円」と書かれた看板が目印のパン屋さん。1番人気は「豆パン」(税込108円)ですが、筆者のおすすめは、発酵バターを使った香り豊かな「クロワッサン・オ・ブール」(=写真、1個税込170円)。つやつやのきつね色に焼きあがった外側はサクッと軽い食感、中は少し弾力があって、もっちりとしていてのが特徴のクロワッサンです。焼きたての香ばしさと、発酵バターの豊かな旨味、香りをしっかりと味わえます。なくなり次第販売終了になるので購入はお早めに。予約も可。9:00~17:00。日・月曜休。P有。



●七飯町大川3-3-1 ☎76-6693

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
ワンダブルワールド!
店主・上村佳樹
●七重浜4-39-1 ☎48-5201

「読んでます!」とってくださる方ありがとうございます

文章を書くのが苦手な私でございますが、仕事上どうしても駄文をさらさざるを得ません。文章量自体は短く、ならば簡単でしようと思われるかもしれませんが、これはこれで枠に収めるのが大変で、足したり引いたり、ああでもないこうでもない推敲を重ねます。そうやって完成させますと、なぜか不思議と心が軽くなる瞬間がございます。濁っていた考えや気持ちを洗い出して、核心をクッキリと浮かび上がらせることは、自己カウンセリングになるのかもしれない。

今はブログやSNSといった、誰もが使える表現場所がございます。皆さまのモヤモヤも、人に見せるとして真剣に文字に起こしてみると、思わぬ心の整理になるかもしれません。

スティル・ライフ 池澤夏樹
中央公論新社 540円+税
今まで読んだ小説の中で、1番出だしが美しいと感じた小説。このような鮮やかな文章を、自分でも1度は書き上げてみたいものです。

なるほどトピックス 衣・食・住etc…。日常生活にきつと役立つイ



引越しを全力でサポートします! 株式会社ケイズサービス

転職や進学、就職などで引越が増える時期です。希望の日に業者が見つからないなど、引越しのことで困っていることはありませんか?

函館市追分町にある「株式会社ケイズサービス」は、大手引越し業者数社の下請けとして10年以上培った経験を活かし、新生活に向けての第一歩となる引越しを全力でサポートしています。

経験豊富なスタッフは、思い入れのある荷物を迅速、丁寧に運ぶことはもちろん、引越し費用の急な見積もり作成から急な引越しまで、スピーディーに対応します。

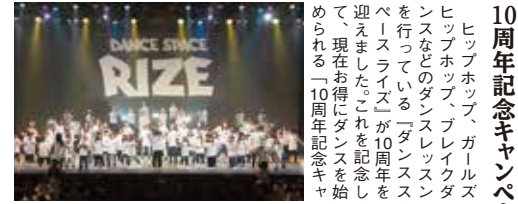
「柔軟に対応しますので、まずはお気軽にご相談ください」と、同社スタッフ、家

族の人数や家財の量、引越場所などを考慮して最適なプランを提案していますので、詳しくはお気軽にお問い合わせを。

見積もり無料。オフィスの移動可。

営業時間は午前8時~午後7時(問合わせ電話は時間外対応可)無休。

●追分町5-38 ☎455300



10周年記念キャンペーン実施中!

ダンススペースライズ

「りますので、詳しくは電話でお問い合わせください。」

対象は、3歳~一般。レッスンはマスク着用、消毒、換気などの感染症対策を行いながら、今年10月に開催を予定している「10周年記念公演&第3回発表会」に向けて楽しく取り組んでいます。ダンスに興味のある初心者から見逃しなく!この機会をお見逃しなく!

●西栲町589-552階 ☎8411330

在宅時間が長くと気になってくる水道料金

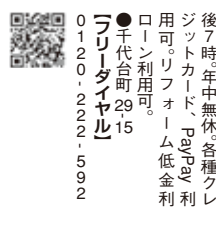
水まわりの緊急メンテナンスで好評の「第二住宅設備」の水トイレへの取り替えキャンペーンは、開始後すぐに販売限定数に達するほど大好評要望に応えて今回も価格据え置きで提供! 前回のキャンペーンを見逃してしまつた人もこの機会にぜひ!

「TOTOP」のアレストQRの洗浄水量は従来より約71%節水となる4.8リットル、小3・6リットルの超節水トイレです。年間約14200円もお得になり、さらにフチなし形状、トルネード洗浄お掃除が楽に! 気になる価格マスクをしてのご訪問、訪

「第一住宅設備は、引き続き従業員朝・昼の検温、訪

「第一住宅設備は、引き続き従業員朝・昼の検温、訪

「第一住宅設備は、引き続き従業員朝・昼の検温、訪



「第一住宅設備は、引き続き従業員朝・昼の検温、訪

「第一住宅設備は、引き続き従業員朝・昼の検温、訪

「第一住宅設備は、引き続き従業員朝・昼の検温、訪

美容と健康維持をサポート Bodymake Studio Routine (ルティネ)

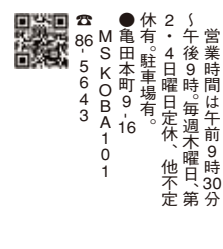


「ダヴィンチボディメイカー」は、ヨガとピラティスの要素を取り入れ、チューブを使って行う注目目のエクササイズ(「写真上」)。その効果については、赤坂代表は「しなやかな筋肉を作り、体幹強化による美しいウエストラインと上向きヒップラインを手に入れることができます。また、有酸素運動と筋力アップを同時に行えるので、短時間での脂肪燃焼を実現できます」と話しています。レッスンは全員が目が行き届く少人数制のグループレッスン。1人ひとりの間にパーソナルを設け、換気、消毒、マスク着用を徹底しながらトレーニング指導しています。ほか

「第一住宅設備は、引き続き従業員朝・昼の検温、訪

「第一住宅設備は、引き続き従業員朝・昼の検温、訪

「第一住宅設備は、引き続き従業員朝・昼の検温、訪



「第一住宅設備は、引き続き従業員朝・昼の検温、訪

「第一住宅設備は、引き続き従業員朝・昼の検温、訪

「第一住宅設備は、引き続き従業員朝・昼の検温、訪



記念写真の前撮りは西部地区に建つ洋館を再利用したハウススタジオや、街中のロケーション撮影などに

●富岡町2・3・1
●弁天町15・12
●富岡町3・28・12
●きものレンタルレコ
●富岡町2・3・1
●ハウススタジオ
●弁天町15・12
●富岡町3・28・12
●きものレンタルレコ

成人式レンタルプランが好評
フォトスタジオいわなみ

衣装選びから撮影当日レンタルまでオールサポートのレンタルプランが好評の『フォトスタジオいわなみ』では、「わたしのはなみママを喜ばせる日」をコンセプトに、成人式のサポートをしています。可愛くて上質と評判の衣裳は、店主が年に数回京都まで足を運び、直接手に取って品質、デザインを吟味。富岡町の赤川通沿いには姉妹店の着物専用ギャラリー「きものレンタルレコ」もあります。

記念写真の前撮りは西部地区に建つ洋館を再利用したハウススタジオや、街中のロケーション撮影などに

Delicious Spot **ビストロコパン**

旨味が詰まった贅沢なオムライス

この春17周年を迎える『ビストロコパン』は、気軽に味わえる洋食料理が定評。2年前からは、和洋中様々な料理を取り入れたお弁当とお惣菜の販売も行っていきます。



おすすめは、ランチタイムとディナータイムのほか、テイクアウトもできる「白老牛のすじ入りデミグラスソースのオムライス」(970円、ランチタイムはドリンク付き)。デミグラスソースは白老牛のすじ肉や香味野菜をじっくり煮込んでおり、旨味とコクが料理を引き立てています。このデミグラスソースにブイヨンと赤ワインで柔らかく煮込んだ白老牛のすじ肉が入り、ふわふわ玉子とバターライスのオムライスにかかると、まさに至福のハーモニー。オープン当初から人気の「コパンの大人様らんち」(1日5食限定、1430円)も見逃せないところ。

月・火・水曜日のお昼は、日替わりのお弁当、ご飯もの、種類(各540円)のほか、数種類の惣菜を提供。全営業日に利用できるテイクアウトもあり、オムライスやパスタなどの単品や「コパンのお弁当」(1290円、要予約)が人気(料金や料理内容など応相談)。「北海道産和牛のローストビーフ」など手作りの料理が並ぶ「コパンのオードブル」(2人前4250円〜、2日前まで要予約)は、ホームパーティーなどに最適。月・火・水曜11:00~LO16:00(テイクアウトのみ、無くなり次第終了)。イートイン金・土・日曜11:30~LO15:00、月~日曜17:30~LO20:30。木曜休。P有。

●富岡町1-24-6 ☎45-3300

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

「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/

変化する時代の中で

私自身、子育てをやる中で子供の成長を考えた時、自立してしっかりと自分の人生を歩いていける人になってほしいと思っています。では、自立とはどういったことか。自立の定義は「自分ひとりで生きていくこと、他人と共生していくことができること」つまり、経済的な自立ではなく、精神的な自立であると考えられています。家庭で子育てに専念している女性にも、自立した女性には多くいます。先行きが不透明な現代を生きていることは、簡単ではありません。その中で私たちが人間に求められるのは、周囲と連携し、新しい何かを作り出せる力です。そして困難にぶつかった時には自分を振り返り、立ち止まりながら考えることが出来る人が

今後の社会に求められる人です。では、自立した人に育てるにはどうすべきか。それは自分の姿をありのままに見せていくこと。急遽に変化する社会の中で、親が手取り足取り何かを教える行為はもはや時代錯誤です。それよりも、自分自身がいきいきと生き、そんな生き様を自分の子供に見せることがとても大切であると考えています。もちろん親だっという面も悪くありません。悪い面も見せながら、子供は失敗にめげずチャレンジする気持ちを学び取ることが出来ます。身近な母親が進化し続ける人生を見せることが、子供の自立につながります。私は思っています。

ドクター講座

にきび治療には、時間がかかります

あるインターネット調査で、想定していた皮膚科での治療期間でいちばん多かったのは1〜7日の40%、82%の人が35日以内でした。また、2回目の受診をしなかった理由でいちばん多かったのが、「期待する肌の状態になれなかった」という回答でした。他の調査で、「にきびで気になる症状を聞いたところ、約50%が、「にきびの痕」と回答され、どの程度の治療で満足するかという設問では、75%以上が「完全に綺麗に治したい」と回答されました。この調査から、「にきび」を短期間でそして完全に綺麗に治したいという気持ちがあがりますが、残念ながら、1か月以内で「にきび」のきない綺麗な肌になるのは難しいと思います。

まずは、「にきび」がどうしてできるのかをご理解いただきたいと思えます。最初は、皮脂の分泌が増え、目には見えませんが毛穴に皮脂がたまり始めます。その後、古い角質で毛穴が塞がり、毛穴の中に皮脂がたまって、触れるとざらざらする白・黒にきびになります。ニキビ菌は皮脂を好み酸素を嫌うため、とんとん

増えて炎症を起し、赤にきびになってしまいます。さらに炎症が進み、毛穴の壁が壊れ周りの組織にまで炎症が広がると、皮下に膿の袋ができる囊肿(うしゅ)や、硬く盛り上がる硬結(こうけつ)、凸凹した瘢痕(はんこ)が残ってしまふことがあり、ここまでくると治すのは難しくなります。

「にきび」治療の目標は、「にきび」の始まりである毛穴の詰まりがでない状態、つまり手で触れてつるつるした皮膚が維持できるようにすることです。毛穴の詰まりを防ぐ外用薬の効果の判断には3か月程度、つるつるした皮膚になるためには1年以上が必要で、継続することが重要です。薬によって最初に刺激を感じることがありますが、それを防ぐために、塗り方、塗る量などを工夫していただきます。また場合によっては漢方薬内服も勧められています。

ニキビケア商品をドラッグストアや通信販売で購入するのは違っていて、医療機関を受診するには勇気が、またその後、定期的に通院するには忍耐が必要だと思いますが一緒に頑張りましょう。



うめき皮膚科
院長 梅木 薫



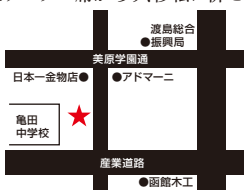
昨年10月、『らめめん喜楽』が富岡町から美原3丁目に移転しました。

マイルドな辛さがクセになる「辛みそらめめん」(900円)や、岩海苔の風味が効いた「岩海苔とんこつ塩らめめん」(900円)など、寒い日に恋しくなる1杯がそろっています。

店内には、カウンター席とテーブル席があり、移転に併せて除菌タイプのエアコンを導入。駐車場も分かりやすくなったことでさらに快適で通いやすくなったこの店で、熱々ラーメンはいかがでしょう。

平日は11:30~14:30、17:00~L020:30、土・日曜、祝日は、11:00~14:30、17:00~L020:30。火曜休。P有(7台可)。

●美原3-21-26 ☎84-6699



みなとまち 市民プラザ

TEL 84-1002 FAX 84-1728 Email info@aopos.jp [担当/青山]

このコーナーでは、読者の皆様からの本紙に対する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。登刊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。

読者の声

面白く読みました
『私のおうち時間』昨年12月11日号)を面白く読みました。十人十色で多くの過ごし方があり楽しくなりました。沢山の話を一冊にまと

イートインでもテイクアウトでも、気軽に食べられて美味しいのが、「粉もの」と呼ばれるたこ焼きやお好み焼き。今回は街で評判の「粉もの」のお店に注目してみました。掲載店の中からお気に入りの一つを、たまにはご家庭の食卓で家族そろって味わってみてはいかがでしょうか。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。

なつかしい！
『Face』コーナーの五島軒の調理長の秋保さんは調理師学校で一緒に学んだ同級生なのでとてもなつかしい。また立派になられた事をお

めると意外と楽しめるかも。この時期、貴重なお話でした。(美原3丁目T・I) *特集に対するご感想、ありがとうございます。 *買いに行きます (谷地頭町にクジラ肉の加工・販売をしているお店がある事がわかりました。なつかしいのでウネスヘーコンを買いに行きます。(駒場町、H・S) *懐かしいですね。(柏木町、S・I) *頑張ります！

普段のくらしの気分になれました
青ほの目、僕のおうち

どろきながら記事を読ませていただきました。私も小さいころに母に連れられてきて食べたハンバーガーセットがなつかしいのですが今でもこのメニューはあるのだろうか？ 機会があれば行ってみたいです。(釜谷町、H・I) *五島軒は函館っ子にとって思い出の場所ですよ。(鶴の舞橋) 青森県津軽郡鶴田町の「鶴の舞橋」一見してきました。確か1月17日号の編集後記で行きたいと書いていたのが実現して良かったですね。津軽の人は、優しいです。鶴田町の親戚に11月27日号の「みちのくを旅して」が載っている青いぼすと2部と、書籍「青ほの目」2冊を送りました。とても喜んでい

ました。コロナ禍の中、日常とは違うウツウツとした気分の日々も、読んだ瞬間何ら以前と変わらぬ普段のくらしの気分になれました。ありがとう。ごさいませ。(花園町、H・S) *それは良かったです。(青ほのファンより)

ました。津軽は水が美味しいです。だから肌が綺麗な人が多いのかな。(上野町、R・N) *アリガトウございませ。鶴の舞橋は人生で1番行ってみたい場所でした。(青ほのファンより)

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「ビストロコパン」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、〒041-0801、函館市桔梗町379-27、株式会社青いぼすと「コパン」係まで。締切は2月22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には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。

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
- 安沢 ともこ
Tomoko Yasuzawa

次号予告 2月26日号

人気スイーツ店の焼き菓子特集

道南の人気スイーツ店の焼き菓子に注目！ 贈り物にもぴったりの素敵な焼き菓子を掲載店の中から探してみてください。

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。
掲載内容は1月28日現在のものです。

編集後記

今月のお題/心が粉々になった出来事(または思い出)

中学生頃から30代頃に至るまで、「クイズドレミファソ」のお茶の間の解答率が抜群に早かった。超超ウルトラインパクトだっけ、けっこう楽勝だった。今年の1月上旬に久々に放送されたドレミファソに挑戦。全く答えられない...、出題される曲が新しい...、イントロは分かるが曲名が出てこない...。あー、悲しい。トシは取りたくない。(慎)

今月のお題/「サザエさん」のテーマソングのイントロが流れた時に、ど忘れして答えられなかったこと。

すごく寒かった日。気が付いたら足首のあたりが冷えて痛む。「冬用のスリッパを持ってきておけば良かった」と言ったところ、(まい)記者が「持って来てる」と言いながら机の下からモコモコのスリッパを取り出し、自分で履いてました。貸してほしかったわけではない。でも、君が履いても私の足は温まらない。(七)

今月のお題/まささらなスケジュール帳の1文字目を消せないボールペンで書き損じた。

子供の頃にも遊んだ「水で膨らむフィギュア」をゲットしたので早速水に投入！ 仕事から帰ったら、今日どれだけ膨らんだかを確認するのですが、まだまだ変化を感じられない4日目...初日よりは大きくなりましたが、まだまだ伸び代があると思うんですね。私が飽きる前に浴槽サイズになれ！(まい)

今月のお題/私の心は防弾ガラス製なので砕けません。そして熱しやすく冷めやすい性質を持っています。

駅伝やマラソンを見るのは好きですが、自分は全く走りません。走れる気がしません。そんな私ではありますが、ほんの気の迷いでランニングマシンに挑戦。スローペースでしたが、ずっと走っていたくらい気分爽快でした。というわけで、ランニングマシンが欲しい今日この頃。(BP)

今月のお題/ハートが頑丈なので、粉々になりません。

はじめまして、ヤスです。旭川の酒造「男山」の立春朝搾りを予約して手に入れました。立春の早朝に搾り、その日のうちに出荷される生原酒で、全国の酒蔵で作られています。保存がきかないため、主に蔵のある都道府県内にしか出回らない貴重なもの。年に1度、できたての春を味わうよるごびです。(ヤス)

今月のお題/愛犬に、買ったばかりのamazon Fire TV Stickのリモコンを噛み砕かれました。

- 青いぼすと設置場所 青いぼすと下記の場合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
 - キラリス函館内「PRONTO」[えぞりす]
 - 中島れんばいふれあいセンター
 - シエスタハコダテ内「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
 - 道の駅ななる・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
 - 野菓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

オサムちゃんへ
「オサムちゃん」元気が

ぼの目」へのお便り、ありがとうございました。 (青ほのファンより)