

青いほすと

704
2021
3.12

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



サンドイッチ図鑑 Sandwich Picture Book

3月13日は、「3」で「1」が挟まれていることから、「サンドイッチデー」といわれています。

18世紀のイギリスで、トランプ好きのサンドイッチ伯爵がトランプをしながら片手で食べられるものとして考案したといわれるサンドイッチ。ぜひこの機会に、個性的で魅力たっぷりの逸品を食べ歩いてみませんか？



A エルビスサンドが好評! CASANOVA(カサノヴァ)

宇賀浦町・漁火通にある「CASANOVA(カサノヴァ)」は、大きな窓から望む海の眺望が素晴らしいカフェ。評判のフードメニューの中に数種類あるサンドイッチはどれも個性的で、この店ならではの…。今回の巻頭特集で注目したのが、この店の「エルビスサンド」(1000円)。エルビス・プレスリーがこよなく愛したといわれるこの逸品はベーコン、バナナ、ピーナツバターという具材の組み合わせで、塩気と甘さが絶妙にマッチしたサンドイッチ。ソフトドリンクやアルコール類も豊富で、ランチタイムやウィークエンドにゆったり過ごせる1軒です。日～金曜10時～18時(18時以降は予約制)、土曜10時～24時。不定休。P有。

●宇賀浦町7-7 ☎76-1309

D 食パンと手作り具材のハーモニー パン・エスポワール戸倉店

100種類ほどのパンが並ぶ「パン・エスポワール戸倉店」では、しっとりふわふわでほんのりと甘いのある食パンを使った3種類のサンドイッチが評判。1番人気の「ベーコンエッグサンド」(189円)は、贅沢に4枚も使用したベーコンの塩味と自家製玉子サラダのまるやかな味わいが絶妙なバランス。ほかに、手作りの肉厚なヒレカツとポテトサラダが相性抜群「ヒレカツサンド」(216円)と3種類のハムを使った「ハムサンド」(324円)があり、どれも食べ応えがあります。こだわりの食パンと手作り具材のハーモニーをぜひ! パン、具材、ソースを選べる「クルストウィッチ」(432円)も好評。8時～18時(イートインスペース9時～)。不定休。P有。

●戸倉町316-1 ☎57-5595

C まるでケーキ! 専門店のフルーツサンド ロクテンハチ

全国の信頼できる農家から直接仕入れた果物を使ったサンドイッチが、常時20種類ほど並ぶ「ロクテンハチ」。旬にこだわり、定番のイチゴも栃木のとおおとめや福岡のあまおう(=写真、時価・取材時は600円)など、その時々で産地を変えている。果物の甘みと香りを引き立てるこっくりとした生クリームは、道産の動物性と植物性の2種類の絶妙なブレンドで、ボリュームたっぷりでも飽きがこない。素材を優しく包む生食パンは市内のパン店特注で、時間が経ってもモチっと柔らかい食感を目指し1月にリニューアル。まるでケーキを食べたような満足感!

11時～18時(日曜、祝日～16時)。無休。提携P有。
●本町7-23 ☎83-1939

B 喫茶店が青春だった大人達へ… パール・デル・クロエ

美味しいコーヒーが評判の港町1丁目の「パール・デル・クロエ」に新登場した「ナボカレーサンド」(単品638円、税別500円までのドリンク付きセット990円)を味わってみたら、喫茶店に行き始めた若い頃の思い出が蘇った。ナポリタンとキーマカレー、とろりと溶けたチーズをトーストでサンドしたこの逸品は、少し背伸びして大人に近づいた頃の喫茶店の軽食メニューを思い出させる。カリカリのパンの耳にホイップクリームを付けて味わう口直しも遊び心があってまたいい…。若い頃に比べて何となく1日が足早に過ぎ去っていると感じている大人達にぜひ味わってみていただきたい喫茶店のサンドイッチが、この店にある。10時～22時。無休。P有。

●港町1-11-24 ☎86-7124

**H****E****E** 迫力満点! 厚焼き玉子のサンドイッチ
手作りパンの家 こすもす

常時約60種類のパンが並び品ぞろえと、添加物を使わない安全安心の食材で愛される「手作りパンの家 こすもす」は、フルーツサンドやカツサンド、ベーグルサンドなど、サンドイッチもバラエティー豊か。

オススメは、2センチ以上もある厚焼き玉子を挟んだ「たまごサンド」(172円)。玉子焼きは鮮やかな黄色を出すため、ハーブなどを配合した顔を与えた鶏の卵をたっぷり使用。弾力のあるパンは、サンドイッチ用に粉を配合している。ジュシーでほんのり甘くどこか懐かしい味わいは、男性ファンも多いとか。人気商品のためお早めに! 予約もおすすめ。

8時~17時。日曜、祝日休。P有。
●富岡町2-46-8 ☎40-8022

**I****F****F** パンも具材も絶品!
手づくりパンの家ムックル

「手づくりパンの家ムックル」は、はちみつのかさしい甘さとしっとり食感の角食が評判。この角食を使ったサンドイッチが人気で、隠し味のマスカルポーネが味の決め手の「たまごサンド」(230円)や、ツナサラダの中に香ばしいパン粉が入り、パンと具材の間の海苔もおいしいアクセントの「ツナサンド」(250円)、ボリューム満点の「ハムサンド」(250円)の3種類があり、1種類ずつ組み合わせた2個セットもあります。ほかに、木曜日限定(第3週水曜後の木曜を除く)のサンドイッチなどを提供しています。3月26日からはお得な感謝セールを実施しますので、詳細は本紙4ページ「なるほどトピックス」を要チェック。6時30分~17時30分。火曜、第3水曜休。P有。
●千代台町12-25 1階左 ☎84-5758

**J****G****G** 400通り以上の味を楽しめるサンドイッチ
グルマンカンタ

「グルマンカンタ」のサンドイッチは、パン、具材、ソースの組み合わせで400通り以上の味が楽しめます。この時期見逃せないのはマッシュポテト、カリカリベーコン、チーズ、わさび菜使用で期間限定の「ベーコンポテトチーズ」と「ごまコッペ」の組み合わせ。具材とパンのバランスが絶妙なこの逸品はソースなしで味わうのがおすすめ。定番のサンドイッチは、「ブリオッシュ&エビアボカド&バジルソース」と「バゲット&ローストビーフ&マスタード」が人気の組み合わせ。Lサイズ620円(=写真)、Sサイズ500円、2種類の味を楽しめるハーフ&ハーフ720円。11時~15時はランチセットを提供。

8時~19時。水曜休。P有。
●梁川町10-24 ☎33-5501

J ハンバーガーの原型サンド
山川ファーム ほっこり冬カフェ

「山川ファーム ほっこり冬カフェ」は、「山川牛」でおなじみの大沼にある「山川ファームモータウンファクトリー」が、冬季限定で営業している小さなカフェレストラン。ここでは120年前にアメリカで考案された、ハンバーガーの原型と言われているサンドイッチのレシピで作った「あらびきステーキサンド」(自家製ピクルス付、Mサイズが130g1000円、Lサイズは180g1200円)が楽しめます。恵まれた自然のなか健康に育てられた山川牛100%のあらびきステーキは歯切れが良く、肉の旨味が凝縮。3月30日の今季営業終了日までの提供。11時30分~15時。水・木曜休。P有。4月9日からは夏季限定ショップとして再オープンし、「ローストビーフサンド」を販売。
●七飯町宇大沼町889 ☎67-4920

I ボリューム大で満足感也大!
Take&Off(テイクアンドオフ)函館店

ふわふわ食感が特徴の札幌の有名店の食パンを使用したサンドイッチとスイーツの持ち帰り専門店「テイクアンドオフ函館店」。「フレンチフルーツサンド」(=写真、各420円~、数量限定)は、丁寧に焼き上げたフレンチトーストの中にフルーツとの相性を考慮したサッパリとしてしつこくないオリジナル生クリームと、フルーツがたっぷりて軽食にもデザートにもオススメ! ほかに、マスカルポーネが隠し味の「ソフトクリーム」や、ソフトクリームとグラノーラが楽しめる「ソフグラ」などもおすすめ。

10時~L18時30分。無休。P有。
●美原1-7-1 MEGAドン・キホーテ函館店
地下1階(ペットショップ向かい) ☎86-5856

H 本格的な味をカジュアルに
カフェ パニーノ

イタリア発祥のホットサンドとして知られる「パニーノ」が評判の「カフェ パニーノ」。波型の焼き目が特徴的なこのパンは外はカリッと中はモチっとした食感。8種類の具材はどれも彩り豊かでボリューム満点。1番人気の「ローストビーフ」(1個700円)は、やわらかな肉の旨味とガーリックソースが抜群の相性。女性に人気の「スモークサーモン&クリームチーズ」(1個550円)や、ゴダチーズと白オリーブが味の決め手の「ナポリサラミ&フォルマッジョ」(1個480円)など豊富。本格的な味を気軽に楽しめるパニーノを、ぜひお試しあれ。

3月末日まで金・土・日曜10時30分~15時の持ち帰りのみ営業。P有。4月から店内飲食開始予定。
●鍛冶1-47-8 ☎86-7227

コロナ禍における葬儀の際の感染防止の配慮

小田桐葬儀社・セレモニーハウス桐花

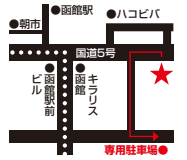


30～60人のメインホールと、小さな家族葬ができるリビングなどの施設が評判の家族葬向けの葬儀場『セレモニーハウス桐花』では、葬儀場の各席の距離をにおいてソーシャルディスタンスを保ったり、控え室においては空気循環や次亜塩素酸の利用などにより、新型コロナウイルス感染予防に配慮しています。現在、葬儀の際には開始時刻の2時間ほど前から受付や焼香を開始する場合がほとんどで、「密」を避ける配慮も万全です。

もともとこぢんまりした家族葬が多いホールですが、ホール内の設備が充実していて24時間体制の寝台霊柩車により医療機関からホールまで直接遺体を運ぶことができ、さらに函館駅前という利便性により利用が多いこともあって、コロナ禍における感染拡大防止には特に配慮しています。

同ホールでは入会金1万円で、いざという時あわてずに精神的・経済的不安もなく葬儀を行うことができる「桐花あんしんの会」の会員を募集しています。

●若松町23-9 ☎22-1684



働く人が“全員主役”のシゴト服ならお任せを!

ユニフォーム北海道株式会社函館営業所

医療現場やオフィス、飲食店等のユニフォームや作業服のプロ集団『ユニフォーム北海道株式会社函館営業所』がこのほど市内堀川町に開業しました。

札幌市で長年に渡って企業ユニフォームを手がけてきたこの会社は、それぞれの職場のニーズに応じたデザインの「シゴト服」が好評です。特にこの6月からは食品衛生法の改正により食品関連事業の徹底した衛生管理が問われる中で、関連企業の白衣などへの専門知識の的確なアドバイスが注目されています。

また、イベント用のTシャツやジャンパー、名入れタオル、各種ノベルティグッズのオリジナル制作も定評。これからの企業や店舗はオリジナリティーが注目される時代。機能性、安全性、デザインなど、トータルで「シゴト服」に重点を置く同社のプロ集団にあなたのユニフォームを任せてみてはいかがでしょうか!

●堀川町27-13 ☎83-2580



「シゴト服のことなら私達にお任せください」と話すスタッフ

face

1度食べたらくせになるカレー

「カレーのPOCKEオーナー 内池久美子さん

シヤバシヤバ。

昨年2月、港町3丁目「カレーのPOCKE」を開業した内池久美子さんは、その自身が考案したカレーを、そんな言葉で表現した。

「ご家庭ではなかなか味わえないカレーを作りたいから、10種類以上新しいカレーを、と」



「函館市出身。高校を卒業後、道内各地で暮らした後、飲食店の経営を志して帰郷。都心で注目され始めたさらっとした食感のカレーの専門店を開業した。」

「函館のカレー好きの人に、新感覚のカレーを食べしてほしい」という思いで開業しました。試行錯誤の上で完成させた

たシヤバシヤバのカレーと、それに合うトッピングも考案。準備を進めて予定通り2月に開店したが、順風満帆なスタートではなかった。

「開店と同時にコロナウイルス感染拡大が日本でも始まりました。シヨックでした。コロナに負けるわけにはいかない、万全の感染予防対策で営業を続けてきました」

2〜3回食べるうちにその魅力にハマるものが、店のカレーの特徴だそう。常連客も増えてきている。

「若い人から高齢の方まで幅広い年齢層に喜んでいただいています。食べやすく胃にもたれないのが特徴です」

1周年を迎えた今年2月からはキーマカレーをメニューに加えた。従前のカレーと同時に味わえるメニューも用意しているそう。

「たくさんのお客様が帰り際に「また来るよ」と言ってくださるのが嬉しんです」

カレーのPOCKE ☎080・9615・9374。

今月のおすすめスイーツ

北海道ファーム「ジェラート」

搾りたて生乳100%!

『北海道ファーム』は、函館朝市すぐそばにあるジェラートショップ。オホーツク管内・遠軽町にある「ノルディックファーム」の搾りたて生乳100%を使ったジェラートを、添加物や保存料を加えずに毎朝お店で手作り。この時期は「ラムレーズン」「ココア」「クリームチーズ」などが人気です。シングル430円。ダブル480円。トリプル530円。ミルク味とイカシミ味がある「ソフトクリーム」(380円)も美味。持ち帰りカップジェラートもあります。7:30～14:00(変動有、5月からは夏営業時間)。不定休。

●大手町22-1 エエルロード内 ☎23-3520



青ほの目

日吉ヶ丘蹴球狂時代

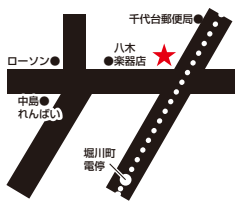
▼A君は高校時代のサッカー部のチームメイトだった。足が速くてボールタッチも巧みで、シュート力も抜群だったので、いずれはセンターフォワードか攻撃的ミッドフォワードになると思っていた。▼先輩が引退して後進の時代がやってきて試合形式の練習をする時に、監督が新しいポジションを発表した。A君はスイーパーというポジションに指名された。フィールドプレイヤーの中では最後の守備的な位置で、一般的にはセンターバックと呼ばれるポジションだ。▼まさか、と、チームメイトのみんなが耳を疑った。監督の言葉を最も信じられなかったのはA君本人だった。アウツしてすか!。A君は猛反発したが、監督命令は覆せなかった。

▼以来、A君は試合のたびに、自分より前でプレイするチームメイトのプレイやポジションに対して大声で文句を言うようになった。やがて、味方のポジションの悪さに呆れたA君は自身で絶好のポジションに上がった。センターフォワードの選手を追い越してシュートを狙うようになった。最初はスイーパーにされた腹いせだと思った。しかしこれこそが、監督の本当の狙いだ。▼フランチ・ベッケンバウアーは1960〜70年代に活躍したドイツのサッカー選手。皇帝と呼ばれた彼のポジションはセンターバックだったが、後方から試合展開を窺ってチャンスになると攻撃に参加した。そのプレイスタイルから彼のポジションはイタリア語で自由を意味する「リベロ」と呼ばれた。▼サッカーでセンターバックは試合展開が把握しやすい位置なので、リベロの考え方は理に合っている。一方でディフェンスの要でもあるから守備と攻撃のバランスが取れた選手が適している。

▼函館北高校サッカー部時代の経験は現在の仕事に役立っている。出版業はチームプレイで業種も様々だが、本紙は少数のスタッフが紙面を作っている。取材から編集デザイン、営業、配布業務までを少数でこなしている当社スタッフは手前味噌ながら素晴らしい人材と求めているし、尊敬もしている。僕に求められるのは業務全体を把握できるポジションだろう。▼あの頃、攻撃的ミッドフィールダーの僕を追い越してゴールに向かったA君から学ぶことはまだまだあるように思っている。(慎)

シ情報が盛りだくさん! 皆様の潤いある暮らしを応援しています!!

毎週土・日曜日と祝日に限定販売のおすめは、バ



移転5周年感謝セール!
はちみつを練り込んだやさしい甘さとしっとり食感が評判の「角食」(1本870円、半分435円、1斤290円)をはじめ人気のパンがそろそろ「手づくりパンの家ムックル」が、中島廉売近くに移転してから6周年を迎えます。そこで、日頃の感謝を込めて「感謝セール」を行います。

期間は3月26日(28日)の3日間、70種類以上並ぶバ類全品が10%割引になります。

期間中は3月26日(28日)の3日間、70種類以上並ぶバ類全品が10%割引になります。

移転5周年感謝セール!

はちみつを練り込んだやさしい甘さとしっとり食感が評判の「角食」(1本870円、半分435円、1斤290円)をはじめ人気のパンがそろそろ「手づくりパンの家ムックル」が、中島廉売近くに移転してから6周年を迎えます。そこで、日頃の感謝を込めて「感謝セール」を行います。

手づくりパンの家ムックル

ろつていまずので、この機会をお見逃しなく! 期間中は電話がつかないくらいのご予約が予想されますので、ご了承ください。

営業時間は午前6時30分〜午後5時30分。毎週火曜日(毎月第3水曜日定休)駐車場有。
●千代台町 12 25 1階 左
☎ 84-5758



不動産相続の手続きはおまかせ!
「日頃から健康を見守るから死までには本籍を置いておきたい」というご希望が、財産や大切な人の絆を守るために法律的手助けする。いわば「かかりつけの法律家ホームロイヤール」です。

「日頃から健康を見守るから死までには本籍を置いておきたい」というご希望が、財産や大切な人の絆を守るために法律の手助けする。いわば「かかりつけの法律家ホームロイヤール」です。

「相続の手続きはすべて」
「相続の手続きはすべて」
「相続の手続きはすべて」

不動産相続の手続きはおまかせ!

「日頃から健康を見守るから死までには本籍を置いておきたい」というご希望が、財産や大切な人の絆を守るために法律の手助けする。いわば「かかりつけの法律家ホームロイヤール」です。

本紙記者のおすすめランチ 担当/(BP)記者

お得なセットメニューが充実!

そば処 松くら

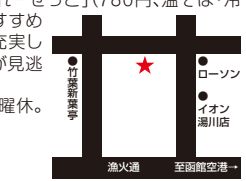


北海道産のそば粉を使用した風味豊かなそばと厳選した材料を使ってそばつゆが定評の『そば処 松くら』には、お家でボリュームのあるセットメニューが充実しています。

おすすめの「づけまぐろ丼セット」(830円、温そば・冷そば可)は、味わい深いそばはもちろろん、そばつゆの味の決め手となるかえしに調味料を加えて味付けしたマグロが絶品。美味しいそばとまぐろの2品を堪能できるこのメニューをぜひ味わってみてはいかがでしょうか。

ほかに、贅沢に盛り付けられた地鶏の天ぷらと野菜の天ぷらが付いた「とり天そば」(温そば830円、冷そば880円)、メンチカツが入った濃厚なカレーが評判の「かれーセット」(780円、温そば・冷そば可)などもおすすしたいメニュー。充実したセットメニューが見逃せません。

11時〜20時。火曜休。
●湯川町3-17-2
☎57-0011



着付け教室の受講生を募集!
「きもの処 処山影蔵」が、ネットや格、季節感も学べる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が学べる。旭川・小樽・帯広での開催も合わせ、1000人以上の生徒が通った実績を持っています。

「きもの処 処山影蔵」が、ネットや格、季節感も学べる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が学べる。旭川・小樽・帯広での開催も合わせ、1000人以上の生徒が通った実績を持っています。



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「ハウスドゥ」が、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、「不動産なんでも相談会」を開催しています。



「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「ハウスドゥ」が、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、「不動産なんでも相談会」を開催しています。

「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「ハウスドゥ」が、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、「不動産なんでも相談会」を開催しています。

バックナンバー拾い読み 担当/(偵)記者

函館トリビア! ガイドブックに載っていない誰かに教えてくれる秘密

発行日/2016.3.15

一般的にあまり知られていない函館の歴史を紹介しました。



例えば、「函館にアメリカ大リーグが来たことがある」とか、「函館にヘレン・ケラーが2回来ている」とか…。だいたい、僕が新聞記者時代に得た知識でしたが、函館の歴史に詳しいことで知られる函館工業高等専門学校准教授の奥平理さんの取材協力で、「函館の消火栓はアメリカで使用されていたものをモデルに作られた」という内容を紹介させていただき、読者の皆様から反響をいただきました。

テレビ番組などでも活躍するほどの奥平さんですが、実は僕の中学校時代の同級生なんです。取材中も僕のことをずっと、「青ちゃん」と呼んでいました(笑)。職業は違いますが、お互いに函館の歴史をしっかりと後世に伝え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aapos.jpで見ることができます。



北海道産納豆 白乙女

株式会社だるま食品本舗

この「北海道産納豆 白乙女」は『株式会社だるま食品本舗』が、地元産大豆にこだわって商品開発した納豆シリーズのひとつ。乙部町産の「大莢白乙女大豆」を使った大粒納豆で、豆の瑞々しい味わいを楽しめます。この納豆、実は原料の豆の生産者が限定されているため、天候により収穫量に影響が出て、少し前まで販売を休止していた商品。現在、「イトーヨーカドー函館店」「MEGAドン・キホーテ函館店」「ホクレンショップ函館昭和田」などいくつかのスーパーマーケットで取り扱い中ですが、今も販売数は限られているそう。筆者は見つけたら即買い。タレ・からし付き、3個入り参考価格150円。



一部のの人にきっ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

そんな私の目撃情報お待ちしております

ある日私が徒歩通勤していると、少し前をゆっくり歩くおばちゃんがありました。私は遅刻しそうなのでおばちゃんを追い抜こうとしたのですが、横に並んだ瞬間突如数メートルダッシュして、私を抜かせまいとしました。小学校の徒競走クラスナンバーワン、運動会だけちょっとモテた私の心に火がつかます。しかしここで走っては大人げありません。なんとか競歩でおばちゃんとの距離を縮めます。しかし迫る私の気配に気づいたおばちゃんは、またも走り出して抜かせてくれません。私は悔しい気持ちをなんとか抑えて、涼しい顔でより一層お尻をプリンプリンして猛追します。その日以降も何度かおばちゃんに遭遇しデッドヒートを繰り返してありますが、いまだおばちゃんに勝てたことはございません。

ムリなく痛みなく完走できるランニングの教科書 宝島社 1100円+税
6か月で42.195km楽しく完走を目指す、アディダスと一流ランナーがイチから教える走りの基本。これを読んでおばちゃんに勝とうと思います。

初回1000円！ 自宅や施設などを訪問し、1人ひとりに合わせたリハビリや運動を提供する「フィットアップ」。
パーソナルトレーナーの国家資格を持ち現役理学療法士でもある代表の森田拓也さんは、札幌市内のスポーツ整形で経験を積み、障がい者スポーツ指導員としても活動するなど豊富な経験を活かし、函館では珍しい自費型訪問リハビリを行っています。

自費型訪問リハビリは、保険の範囲では制限があつてできないことをしっかりとカバーできるのが大きなメリット。さらに疾患や障がいに合わせて、オーダーメイドでサポートしてもらえます。



現在は、介護の必要なく過ごしたい高齢者、仕事が忙しくリハビリに通う時間がない30〜50代、腰痛などの対策に軽い運動を始めたけれど小さな子供がいて外出が難しい主婦、スポーツ時のケガの予防や対策のために利用する中学生の団体などに向けて幅広く対応しており、介護施設やケアマネジャーからの依頼も受けているそうです。市内の医療機関と連携しているため、必要な場合は受診をすすめてくれるので安心。

初回1000円、約1時間。お試料料金は、約1000円です。まずは1度体験してみたいかがかかっています。詳しくは、お気軽にお問い合わせください。
☎090-1644-5880



2年連続で成婚実績優秀賞を受賞！

ららぽーとブライダル



開業から今年で17年になる結婚相談所「ららぽーとブライダル」が昨年に続き、日本ブライダル連盟から道内の加盟相談所の中で多くの成婚を達成した相談所に贈られる「成婚実績優秀賞」を受賞しました。米木司代表は「相手のことが分かれば、相手の紹介者がプロファイル作りを工夫したとしても、米木司代表は「将来的に函館に移住したい」と望んでいる全国の各地の人が、当相談所の会員の中からパートナーを探すが、当相談所の会員が多い」と話します。今年こそ良縁を：という人はぜひ一度、相談してみたいかがかかっています。

●新川町19-8
☎27-03303

フィットアップ

食器洗い乾燥機もお任せ！

第一住宅設備

年中無休アフターサービスも任せて安心。第一住宅設備からのお知らせです。使用中のビルトイン食洗機に「庫内のおいが気になる」「洗い残しが多くなる」「電気代がかかるように感じている」といった症状はありますか？

たほうが費用を抑えることもあります。また、最新機器は機能も充実している。従来機器よりも節水、節電機能や洗浄能力が優れているなど、ランニングコストの面からみても、お得に使用できる商品です。

今回提案する商品は、ブラズマクラスター技術搭載のハイグレードモデルで、10年程度で買い替える人が多いです。使用頻度などによって異なりますが、オーブンタイプビルトイン食洗機RSW-404LP、取替工事は2〜3時間と短く、従来の機種に比べて水の使用量が約30%減少し、かつ修理代がかさむので、結果的に新しい機器に交換し、結果的に家計応援キャンペーンに



函館では珍しい！ 50種以上のメニューをサブスクで！
アリユール

リラクゼーションエステサロン「アリユール」がサブスク「アリユールサブスク」を開始。

オйлトリートメント、揉み出し、腸活セラピー、顔全体（オイル有・無）、「頭痛ケア」「快眠」などの整体やヘッドメニュー、10分つけ放題のまつ毛エクステ、姿勢・健康維持ヒップアップなどから

約30回分、3300円/月、スター10日付込み、自分のためはもうちょっとは、元気に過ごしたい、大切な誰かへのプレゼントにもおすすすめ。左記QRコードからLINE登録すると、その他利用できるメニューの確認やビデオ通話もできます。オンライン予約もできます。オンライン無休体験予約可能。店舗は換気や消毒など感染症対策も徹底。営業時間は午前10時〜深夜0時、無休。
●本町17-1
MELL808 3階
☎30-65808



つき同店標準工事費込253000円のところ税込154000円で提供！上記の機種はほんの一例です。見積り・点検無料。存のキッチンサイズに合う商品を探し、価格に提案するほか、設置場所の状況によっては追加料金が発生する場合もあるので、気軽にお電話を。

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。リフォーム低金利ローン利用可。
●千代台町29-15
フリーダイヤル
0120-2222-592



「北の海鮮工房有限
会社A.B.C.」がも
「運営する」【函館く
5「ロマン」が3月15
から4月15日まで、同
店自慢の「秘つくり鯨
ウネスパーン」を仲
卸価格、さらに宅配で
期間限定販売します。

「お客様のご要望
にお応えしての特別販
売。お届けのみの販売
は初めての試みです。同
社は、製造責任者で同
店2代目の塚本守代表
（写真裏下）の店の
鯨ペーパーは、南氷洋
産ミンククジラの1級
品を海洋深層水塩など
3種類の天然塩と、道
南杉の木樽を使い、10
にもおよぶ工程を経て

「北の海鮮工房有限
会社A.B.C.」がも
「運営する」【函館く
5「ロマン」が3月15
から4月15日まで、同
店自慢の「秘つくり鯨
ウネスパーン」を仲
卸価格、さらに宅配で
期間限定販売します。

「お客様のご要望
にお応えしての特別販
売。お届けのみの販売
は初めての試みです。同
社は、製造責任者で同
店2代目の塚本守代表
（写真裏下）の店の
鯨ペーパーは、南氷洋
産ミンククジラの1級
品を海洋深層水塩など
3種類の天然塩と、道
南杉の木樽を使い、10
にもおよぶ工程を経て



「北の海鮮工房有限
会社A.B.C.」がも
「運営する」【函館く
5「ロマン」が3月15
から4月15日まで、同
店自慢の「秘つくり鯨
ウネスパーン」を仲
卸価格、さらに宅配で
期間限定販売します。

Delicious Spot

ピッツェリア アモリーノ

海を見ながら本格ピッツァを堪能

漁火通いに建ち、南イ
タリアの民家をイメージし
たガラス張りの店内から目
の前に広がる海や函館山、
天気の良い日には青森を望
むこともできる絶好のロ
ケーション。『ピッツェリア
アモリーノ』は、そんな開放的な空間で石窯焼きのピツ
ツァや、新鮮魚介をはじめ素材にこだわった特製パスタ
などを味わえるイタリアンレストラン。

人気はピッツァの食べ放題。平日と土曜日のランチタ
イム（最終入店15:00）に楽しめる「ピッツァ食べ放題ラ
ンチ」(90分)は、季節メニューなどの週替わりピッツァ2
種を含む22種類のピッツァ食べ放題に、6種類から選べ
るハーフパスタ1品、スーパバー、サラダバー、フールド
リンク、デザート食べ放題が付いて大人1848円、小学生
1078円、幼児330円。日曜・祝日の終日と、平日および土
曜日のディナータイム(17:00~)提供の「ピッツァオー
ダーバイキング」(90分、最終入店20:00、LO21:00)は大人
2288円、小学生1188円、幼児330円。平日と土曜日の
ランチタイムとディナータイムの間(15:00~16:45入
店)には17:00からの「ピッツァオーダーバイキング」が
お得に楽しめる早割サービスも有。

人気の窓側席は、夜は予約可。昼は来店順。テイクア
ウトメニューも充実。ピッツァは持ち帰りに限り、「うす焼
き」が「もちもち」かを選べます。

11:00~21:30。無休。P有。

●宇賀浦町6-10 ☎51-3338

連載 未来の話をして 著/山崎 藍(はこだてセカンドスクール) ポジティブワードに変換でやる気アップ



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

成績が上がらな生徒、上が
らない生徒には共通項があ
るよう感じます。その中
で私が気になるのは、お母
さんの表現が暗い場合で
す。その場合「どうせま
いから」「子供を定す
る言葉が多く出てきま
る。悪い気持ちになり、私
は悪い気持ちになり、ま
まです。子供は母さん
に「うん」と言わなから
「うん」と信じてほしいと思
っています。誰に何を言わ
なくても信じている。これ
が大事です。これを親が
どう表現を見せればパー
フが出てくるもの。
先回、わり算の問題を解
いていた小学生が、90分も
かかっちゃったと、提出し
てきました。私「早くさす
それ」に「うん」は大き
いことだ、自分ばかり算
に時間がかかると気がつい
たので、そこを一生懸命や
った。タイムアウト締めや
れるまで「もうをかける、
その小学生は再びやる気を
出してミスした問題を解き
指導する時に心がけてい
ることを私は、ネガテ
ィブな言葉は使わない。生
徒が言ってきたらポジテ
ィブな言葉に言い替える。点

数など種々を評価しないこ
とを徹底しています。自分
自身も暗いことはありま
すが、その結果など見ても
理由が下手にならぬ言われ
たらやめるのをなくしてい
ます。か。
点数を見せるのは嫌がる
生徒が「聞くとはい」で解
けてくと言わなから例
え「Oも違々と見せてほ
しい。間違っただけ可能
性があるんです。これが案
外解はるのにならぬ言われ
たりしないで聞かないか
かたことを言わなから
信頼関係ができて成績は
上がっていると思います。
これは、親子関係でもい
るのではないですか。
子供を心配あまり、とな
ないことを目を向けてあ
れこれ言いたくなる気持ち
はよくわかります。だけ
ますはそこにいるうちに
しかも始めて自分をほ
せさせることが勉強に
対する向きな気持ちに
なると思います。

ドクター講座

いま一度感染予防の徹底を

おの内科呼吸器内科クリニック
院長 小野貴広

新型コロナウイルスの
感染が中国で確認さ
れてからすでに1年以
上経過しました。いまだ
に感染収束の兆しも見
えず、みなさんも心労の
多い日々が続いている
と思います。

この1年でわかった
ことと言えば「感染が
すぐに広がり、いわゆる
クラスターを容易に発
生させてしまうという
こと」「感染しても無症
状の方がたくさんいる
ということ」だけです。
日本でも、ようやく「フ
ン」が接種段階にまで
こぎつけましたが、いま
だ治療法も確立してい
ないのが現状です。風邪
と一緒にたから恐れる必
要はないとメディアで
持論を展開している有
識者も多数ありますが、
味覚・嗅覚障害や脱毛、
全身倦怠感などが長期
間にわたって続くとい
うといった後遺症に悩ま
される方も多く、一般的
な風邪とは一線を画す感
染症ではないかと思っ
ています。もちろん高齢
者だけではなく、小さ
なお子さんにも感染し
ています。そのため、
大切なのは感染予防の
徹底と徹底です。

1年以上にわたる長
期間の感染予防の精神
的な疲弊や自粛疲れと
いわれる「コロナ慣れ」
により感染対策が疎か
になってきていないか、
いま一度考えてもらい
たく、今回のテーマで
話しをさせていただきます。
大半の方が徹底し

「自分が無症状の感染
者かもしれない」と考え
方を切り替えていたた
き、「感染するのを予防
するだけではない」「感
染させないように予防
する」心がけてくだ
さい。

また、ドアノブを介し
てクラスターが発生し
たと報道されたことも
ありました。「商業施設
などに入る」とだけで
はなれない場所から出
るとき「ご自宅に戻ら
れたときにもきちんと
アルコール消毒を行っ
ていたたきウイルスを
家庭内に持ち帰らない
ようにしてください。

1日も早い「コロナ感
染者ゼロ」を目指し、い
ま一度感染予防の徹底
をお願いいたします。ま
たくし自身もみなさま
とともに感染予防に努
めてまいります。

新店舗リニューアル情報 焼肉レストラン一心亭 函館中道店



肉のプロが厳選し高品質の焼肉をお手頃価格で満喫できる人気店「一心亭」の2号店『焼肉レストラン一心亭 函館中道店』が昨年12月24日にオープンしました。

席を立たずにビュッフェを楽しめるテーブルオーダービュッフェの「お値打ちコース」(品数100品以上)は、大人1人税抜2998円(65歳以上500円引)、小学生半額、幼児・乳児無料)。オーダーは楽々・安心のタッチパネル式。

野菜ソムリエが厳選したサラダを楽しめる「サラダバー」や、最近注目されている「ジェラートバー」もあります。

17:00~23:30(LO/23:00)、ただし最終入店22:30。年中無休。P有。

●中道2-52-8 ☎83-5565



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)
- 安沢 ともこ (Tomoko Yasuzawa)

次号予告 3月26日号

HAKODATE NEW SWEETS STREET

有名スイーツ店が点在して最近注目されている石川町近隣のエリアにスポットを当てて、各店の魅力に迫ってみました。どうぞご期待!

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2月25日現在のものです。

編集後記 今月のお題/私にとっての3度(サンド)目の正直

物置を整理していた時に、何十冊もの大学ノートが入った段ボール箱を見つけた。だいぶ前に、合格率が約15%の国家資格を取得するために勉強した時のノートだった。懐かしくなって、びしり書かれた勉強ノートをめくってたら、会社の昼休みに3分で食事を済ませて、残りの57分で必死に勉強していた3年間を思い出した。(慎)

今月のお題/難関といわれた国家資格を3年目に合格できたこと。スゲー嬉しいなあ...、自分を褒めたいと思った。

1月で放送されている「フィギュアスケートTV」という番組があります。毎月楽しみに何年も見続けているのですが、つい最近放送日時が変わり、それ以降複数回見逃しています。放送日時変更は過去にもあり、見逃したこともあるのですがこんなに連続はない。試合の少ない今シーズン、数少ない楽しみなのにもったいない!(ヒ)

今月のお題/今回の「フィギュアスケートTV」絶対鑑賞!

「もしもの時」についての話し合いは早めしておくことが大切です。私が最近交わした取り決めは『婚活パーティーでバッテリー会ってしまった時は初対面のふりをする』というものです。同じく初対面のふりをしてほしい人は連絡ください。私との出会いをもう1度体験できるメリットも!(まい)

今月のお題/どうしても思いつかない。覚えていないのか、諦めが良いのか、失敗などなかったのか。

5人の子供達が途切れることなく通った小学校でしたが、ついにアンカーとなる息子が卒業します。家族で楽しみにしていた最後の行事は、これまでとは異なるものになりましたが、小さな運動会もフェイスシールドをつけて演じた舞台の上の姿も私の心にしっかりと焼きついています。お世話になりました。(BP)

今月のお題/3度目になる前の2度を忘れてしまうタイプです苦笑。

親知らずが疼いている。歯茎の中に埋まっていた、それが隣の歯にも悪さをして、あごの骨がしみしみと痛い。口を大きく開けることができないので、せつ々のボリュームなサンドイッチも、端の方からちびちびとしか噛めなくて悲しかった。ごはんはスプーンでちょっとずつ食べている。なのに痩せない。なんで。(ヤス)

今月のお題/ダイエット。3度どころじゃなければ。今回はコナミのアプリでレコーディングダイエットだ!

- 青いぼすと設置場所 青いぼすとは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
 - キラリス函館内「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(北斗市・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

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

3月13日は数字の3が1を挟んでいることから、「サンドイッチの日」とされています。サンドイッチの始まりは18世紀のイギリスでポーカー好きのサンドイッチ伯爵がポーカーを楽しみながら片手で食べられるようにと発案した食べ物といわれています。今回は巻で評判のサンドイッチに注目してみました。

読者の声 読者の皆様からの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。

700号すこい。青は「青の目」を読み共感しました。人生は、どんなんでん返しがあるかわかりません。でも、一生懸命頑張ったからこそ、その今があるのだと思います。コロナに負けず、通過してください。(北斗市久根別、Y・K) *それは良かったです。*頑張ります。

参考になります。青いぼすととは他のフリーペーパーに比べて身近な店が多数載っている。食事の参考になります。今はコロナで大変な時ですが、青いぼすとを讀んでいる時は楽しい時間を過ごさせてもらっています。これから重点を置いて今後情報をよく願っています。(北斗市向野、T・Y) *頑張ります。

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「ピッツェリア アモリーノ」より、1000円の食事券を10名様にごプレゼントします。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、〒041-0801、函館市桔梗町379-27、株式会社青いぼすと「アモリーノ」係まで。締切は3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。個人情報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。

お知らせ

史上最大の発明ともいわれる「回転」に注目し、人々の暮らしの中で使われてきた回転する道具の種類や仕組みをより身近に感じられる企画展示です。3月28日まで、午前9時〜午後5時。観覧無料。入館時はマスク着用。詳細は電話 661-2181まで。