

みの料理でお母さん

本格的な料理人仕込 今年の「母の日」は、

に感謝の気持ちを伝 届け料理厨房』の「松 えましょう! 円) は、和食専門店な 花堂御膳」(5500 『四季海鮮旬花お

らではの地元の旬の 素材を集めた逸品。海 果物と、とにかく 肉料理、野菜、釜 と近郊。詳細は直接お 問い合わせください。

43 5 6 7 7 電話注文受付時間は http://www.shunka.jp/ ●亀田町1-10 9時~18時。

せないところ。味はも 充実した内容が見逃

お母さんもきっと喜ぶ松花堂御膳

四季海鮮 旬花 お届け料理厨房 れること間違いなし かさも秀逸で、お母さ んもきっと喜んでく とより、見た目の華や

で、5個以上から受 予約は3日前まで

付。配達は旧函館市内



用の「牛カルビ黒胡椒

館トヨペット横を 入ったところにある 料理が評判。

円 (=写真)のお弁当 当」は、彩り豊かで品 ス」や骨付きカルビ使 数豊富。特に2160 は、「大海老チリソー 自慢の「特選中華弁 時30分、17時~LO21 ●桔梗町418-110 時30分。水曜休。P有。

コース料理のようなお弁当

の味」が大切な思い出

函館新道沿い・函 チャイナダイニング鳳凰 『チャイナダイニング ンテストで数々の受 鳳凰』は、中華料理コ 賞歴を持つシェフの 1190円(8品)

1620円 (9品)

な逸品。ほかに たコース料理のよう 炒め」など12品が付い

まで要予約。「特選 オ お弁当も有。各2日前 約)も好評。 (5940円~、 11時30分~LO14 I ド ブ 要予

お母さんに日頃の感謝の 気持ちを伝えましょう

5月9日は「母の日」。いまから100 年ほど前のアメリカで、母親を亡くし た女性が教会で追悼式を行い、参列 者にカーネーションを配ったのがそ の始まりといわれています。

今回は、ご自宅で家族そろって母 の日の食事会を楽しめるテイクアウ ト料理をチェックしてみました。いつ もはご自宅のキッチンで腕を振るう お母さんに、その日だけは上げ膳据 え膳のひと時を贈りませんか?



愛される地元の名店の和食

ては5月8、9日の2 人気の『旬暦 ひだか』 和食の名店として 日間、「母の日特別弁 配を行います。 当」(2700円)の宅 旬暦 ひだか

年利用しているファ の行事に合わせた料 店は、お祝い事や季節 を提供してきたこの 理を提供しており、長 感じさせる旬の料理 地元市民に四季を

ンの中には、「ひだか P 有。 ●中道1 - 2 - 5 分。第1・3水曜休。 時、7時~LO20時30 注文してください。 11時30分~LO14

の味でお祝いしては 希望日の2日前まで の日特別弁当」は宅配 いかがでしょう。「母 は、そんな地元の名店 に「青ぽ見た」と電話 いはず。今年の母の日 になっている人も多

A3ランクの黒毛和 円のすき焼き弁当は、

精肉店では、肉の旨味 える『阿さ利本店』の 創業120年を迎

円以上は予約販売。 円から3000円ま み店頭販売、1500 であり、1000円の 円)を提供。1000 1000~2500 プ。3000円のすき 焼き弁当は、黒毛和牛

23 0 4 2 1 ●宝来町 10-11 スのみを使用。10時~ の A 5 ランクのロー 17時。水曜休。P有。

ずつ作る「すき焼き弁 を引き立てる秘伝の すき焼き阿さ利本店 割下を使って1人前 当」(=写真、2000 てボリュームもアッ

ンクの黒毛和牛リブ ロースの分量が増え が上がる毎にA4ラ レンドしており、価格 ロースの2種類をブ ンクの黒毛和牛リブ

牛肩ロースとA4ラ

有名店の「すき焼き弁当」いかが…

ごちそうと言えば、やっぱりうなぎ!

うなぎ処 髙はし

開店以来、継ぎ足しで ふっくらトロリ、皮目 代で通う客もいるうな 守る上品なタレがご飯 はぱりっと香ばしい。 しつこくなく、身は ながら焼き上げるから を、丁寧に脂を落とし わった新鮮なうなぎ ぎの名店。国産にこだ 処 髙はし』は、親子3 創業44年の『うなぎ

その日の仕込み分が売り ☎ 56-0810 3240円) が2750円 「う な 重 (=写 真、上 「うな丼」が2700円~、 になじんであとを引くお 〜。当日でも注文可だが、 いしさ。テイクアウトなら 休。P有。 の予約がおすすめ。 ●五稜郭町 2-7 分、17時~LO20時。火曜 11時30分~LO13時45

山の幸と海の幸がたっぷり

タパスを数種類味わう たっぷりのパエリア 華お茶付きパエリア ターニャ』のお弁当で ことができます。お茶 と、スペインのおかず・ 2160円)は、海の幸 にしませんか?「豪 母の日の食卓を華やか している『マルモン 当」(三写真)

やかなスペイン料理を楽 すね。ほかのお弁当も色鮮 付きという点も嬉しいで しむことができます。テイ



切れ次第終了のため、早め

スペイン料理 マルモンターニャ

スペイン料理を提供

クアウトの受取時間は、正 とディナーの予約営業の み。17時30分~21時30分。 営業形態は、テイクアウト ●松陰町 31-13 火·第2水曜休。P有。 前日までの要予約。現在の

お弁当は1個~注文可能。 午と17時の1日2回のみ。

83-5993

館市内および近郊は配達

55-5255

お肉の旨みとボリュームに大満足!

当」(=写真、2160 沙蘭』は、業者との信頼 円)は、霜降りと赤身の 当で、「韓流ステーキ弁 も使われる豪華なお弁 接待など特別な場面で 種類ある特選弁当は、 する焼き肉の名店。フ 間違いのない肉を提供 関係と確かな目利きで んBari・bari

国風太巻きのキムパ、それ バランスの良い国産牛の チェなどが入った満足度 ☎53-2633 ピリ辛のタッカルビや韓 に春雨を炒めたチャプ 旨み溢れるステーキ重に、 LO21時30分。不定休。P ●本町 10-7 らで、前日まで要予約。 11時~LO1時、17時~

の高い一品。注文は3個か(ミートハウス本町店)

『やきにくれすとら やきにくれすとらんBari・bari沙蘭

彩り豊かな2段重弁当

寿々半

料理を2段重箱に詰め のおすすめは、季節の 天丼」の2種類のご飯 と「海老と季節野菜の 2日前までに要予約) 込んだ月替わりの「彩 き合わせなどの詰め合 5月の内容は「筍ご飯 り弁当」(2500円、 と、旬の食材をふんだ んに使った焼き物や炊 和食の名店『寿々半』

品ひと品手作りされる同 店の人気メニューで母の おり、持ち帰りのほか旧函 わせ。手間を惜しまずに1 注文は1個から受けて 11時~17時。月曜休(祝日 ●本町 34 16 お休み中。注文受付時間は にも対応。店内飲食は現在 の場合は翌火曜に振替)。

おもてなしに最適なお弁当が人気!

カフェパニーノ

手軽に味わえる『カ げ物、焼き物、ご飯(十 をメインに、先付け、揚 ミスジローストビーフ フェパニーノ』は、おも いた「特選ビーフ御膳」 六穀米)、デザートが付 海道産和牛ステーキと を提供。おすすめは、北 てなしに最適なお弁当 本格的なパニーノを

日前の15時まで要予約。 が引き立ち口当たりは さです。販売は2個~、3 合わせも主役級の美味し さっぱり。手の込んだ付け 和風おろしソースで旨味 円)。柔らかく濃厚な肉は、 (お茶付き2160 86 7227 のみ。月曜休。P有。 の15時まで要予約)。11時 ~16時。日曜はお持ち帰り ●鍛治1 - 47-8 (1750円)も好評(前日 「特選ローストビーフ重」

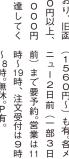
料亭の味で母の日のお祝いを

仕出し割烹 しげよし



以上の注文で配達してく 函館市外は10000円 館市内は5000円以上、 円からそろっており、旧函 (1560円~)も有。各メ

るテイクアウトのお弁当 1個からオーダーでき ●深堀町 1.7 ~18時。無休。P有。





ににがりを加えて固まったも

ろから始まります。次に豆を その豆乳ににがりを加える 絞って豆乳とおからに分け、 挽き、挽いた大豆を、圧力を 高温で炊きます。炊けた豆を かけながら100度ほどの

なる大豆を水に浸けるとこ 豆腐作りの作業は、原料と

遅いよ」と話す同店は、朝9時 から出来たての豆腐を販売。 代々受け継がれてきた技術 りの量などは変動するそう。 に浸す時間や、使用するにが

その微妙な変化に対応してい わる重さや、顔にかかる湯気 技が光ります。 特で、混ぜ方ひとつにも職人 ます。豆乳の混ぜ方も少し独 の温度などの感覚を頼りに、 と、豆乳を混ぜる時の手に伝

『笠井とうふ店』では、豆乳 まれの機械が活躍中

レトロな風貌が

まらないこの機

械は、『笠井とう

季節や豆の状態によって水 大豆の風味香るなめらかな豆腐

と豆腐ができあがります。

の豆腐屋さんより開店時間が

か? 4代目店主が「うちは他 は早いイメージがありません 豆腐屋さん。豆腐屋さんの朝

は

創業100年を超える



とても柔らかい「よせ豆 腐]と、--般的な絹豆腐と木 綿豆腐の中間の柔らかさの 「豆腐」はどちらも1丁230 円。1丁500gとうたっていま

Work

-未来を担う~

職業名

協力店

笠井とうふ店 豆腐製造・販売 混ぜ

方ひとつにも神経を研ぎ澄ます

飯の友

白いご飯が思わず進む!

全部なくなった時に僕は、ある決断をし た。そして透明のチューブを伝う液体が なのだろうか…」と思ったら涙がこぼれ と落ちる液体を眺めながら、「もう限界 くれたのだ。点滴の瓶からポツリポツリ ベッドにいた。東京在住の叔母が助けて た後に自宅で気を失い、気づくと病院の のある日、僕は体調不良で職場を早退し た。▼そんな東京暮らしが長く続いた頃 時間もなかったことで生活が乱れてい あまりお金がなかったことや自炊する 上、勤務時間が不規則で徹夜仕事も多く 界だった。なかなか仕事を覚えられない た。▼テレビ業界は想像以上に厳しい世 た。封筒には1万円札が何枚か入ってい 談っぽく笑顔で僕に封筒を渡してくれ 「ダメだったら帰ってきなさい」と、冗 れた。母親は函館に帰る目の別れ際に、 来てくれて、新生活の準備を手伝ってく もらった。▼上京の際には母親がついて よ」。同級生からはそんな嬉しい言葉を 作ったテレビ番組を楽しみにしている れた。「お前なら成功するよ」「お前が 高校時代の同級生が送別会を開いてく 験を受けた。数日後に採用通知が届くと 行ってテレビ番組の制作会社の採用試 の上京費用を貯めて、夜行列車で東京に

王な業務

今回取材した『笠井とうふ

すが、実際にはそれ以上の重さを感じます。 【営業時9時~20時30分(ただし無くなり次第終了) 間 】日曜日と祝日の月曜日

【定休日】松川町11-12【電話番号】41-6059

ふ店』で大豆を挽 くところから豆乳 とおからに分ける 作業までをこなし いる昭和51年 製の現役選手

前町小島産の細目昆布町産のスルメイカと松 ばれた逸品。 松前漬」は、優れた道産よこはま荘』の「手造り 北のハイグレード食品選定の松前漬 にがごめ昆布を加え、 ハイグレード食品」に選 に、北海道選定の「北 食品として2011年 松前町にある『旅館 。地元松前

七飯町の各道の駅、コー プさっぽろ湯川店内に ほか松前町、木古内町、 感覚のあっさりとした 仕込んでいます。サラダ ず 食品添加物は一切使わ 間熟成。保存料などの ある「北海道どさんこプ 10139-4-2040 松前町字博多15 いわいが特徴。同旅館の 素材を手切りして

旅館 よこはま荘

エアコンクリーニングが2台以上でお得に!

おそうじ本舗 函館昭和店

『おそうじ本舗 函館昭和店』では5月1日~6月30日に、2台以 上でお得な「エアコンクリーニングキャンペーン」を実施しま す。「家庭用壁掛けタイプ」通常税込1台12100円(お掃除機能 付きタイプは+8800円)が、2台以上の依頼で1台につき1100

エアコンの臭いの原因はカビの可能性があり、そのまま使用 するとカビが部屋中に飛び散ります。また、見落としがちなのがお掃除機能付きタイプで、 フィルター部分だけを掃除していても奥は汚れている場合が多いそう。同店では、どちらの タイプも安心の分解技術で外せるパーツを全て分解して洗浄。臭いやカビ、ホコリなどを徹

底的に綺麗にします。汚れは運転効率にも影響するため、クリーニング は光熱費の節約にもつながります。抗菌効果が期待できる「防カビチタ ンコーティング」(1台+3300円)などオプションも好評。徹底した衛生対 策に取り組み作業を行っています。要望に合わせて女性スタッフ対応。

理事長

業務用や店舗可。他店で断られたエアコンクリーニング応相談。見積もり・相談無料。各種 クレジットカード利用可。電話受付は午前8時30分~午後7時30分。無休。

●昭和3-24-18 【フリーダイヤル】0120-910-362

ドクターの 健康コラム がじんしんち ふれあって優しさ



健康診断で蛋白尿と言われたら

尿の中に含まれる蛋白の1日合計量が150mg以上の場合を蛋白尿といいます。 健診では試験紙を尿に浸して検査を行うことが多く、(-)陰性、(±)疑陽性、(+)陽 性と表記され(+)が出たら蛋白尿です。

蛋白尿は腎炎や腎症などの腎臓病や多発性骨髄腫、 膠原病など腎障害に関連した病気の可能性を示す所見 です。ただし、水分をあまり摂らず脱水や濃縮尿で(+)と なる場合や起立性蛋白尿と言って立位、運動などが刺激 になり病気でないのに一時的に(+)となることもあります。

健診で蛋白尿と言われたら、まずはかかりつけ医に相 談して尿の再検査を受けましょう。もしも蛋白尿が持続して いて詳しい検査が必要な場合は、専門医へ紹介してもら うことができます。



ぽの

自分がなりたい職業を見つけ

所函館市宮前町30番17号 電 0138-45-7366 (元)。たんだ泌尿器科

は、僕が東京暮らしに挫折した時の逃げ て見送ってくれた。そんな中で母親だけ にはたくさんの人が僕の成功を応援し はないのだろうかと思った。上京する時

るだけだ。▼生きていれば今年で85歳…。 中の母親は何も言わずに、ただ笑ってい の?」と遺影に話しかけても写真立ての 金は、函館に帰るための飛行機代だった カーネーションを飾る。「封筒の中のお 間の片隅にある母親の遺影の前に白い か?▼毎年5月になると僕は、自宅の居 道を作ってくれたのではないのだろう 5月9日は「母の日」

のを「豆腐」という商品名で販 りと水を抜きながら固めたも





今月の逸品

菜も国産を使って、 人参、しょうがなどの野 製たれに漬け込み3日 自家

30139 ラザ」でも販売。

をした頃のことを思い出した。そして、 ている時に、上京して母親と生活の準備 た後、住み慣れたアパートの荷造りをし た。▼勤めていた会社に退職届けを出し 「ダメだったら帰ってきなさい」と言っ

帰ってくるための飛行機代だったので たら東京暮らしに挫折した時に函館に えてみた。封筒の中のお金は、もしかし

て母親が渡してくれた封筒のことを考

で幾つかの会社に勤めてわずかばかり

東京に行けばきっと何かが見 ることができなかった。そこで、 ▼高校を卒業するまでに僕は

つかるだろうと思い、函館市内

封筒

経験を積み、障がい者ス ある代表の森田拓也さん を持ち現役理学療法士でも ナルトレーナーの国家資格 **『**フィットアップ』。パーソ リハビリや運動を提供する

札幌のスポーツ整形で

ポーツ指導員としても活動

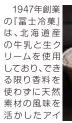
程度、身体の構造などに合 メリット。疾患や障がいの とカバーできるのが大きな てできないことをしっかり 保険の範囲では制限があっ

わせて、

オーダーメイ

天然素材の冷菓

冨士冷菓





いが特徴。定番から季節限定まで約40種類並ぶ

ご当地アイスクリームグランプリで最高金賞を 受賞した「獺祭 酒粕あいす」(350円)は、純米大吟 醸「獺祭」(だっさい)の絞りたて酒粕を使った香り 豊かで口当たりのいい逸品。新商品の「柚子」(320 円)は、高知県産の柚子果汁と柚子ピールが入った さわやかなアイスクリーム。

なぜ家族代行支援が必要なのか? スクリームとシャーベットの製造・販売を行ってい ます。 卵を使用していないので、さっぱりとした味わ 商品は、少量ずつ生産して作りたてを提供。

10時~17時(11~4月は16時まで)。木曜、第4月

一般社団法人スターライフ

●大森町18-15 ☎22-3819

青ぽ的★勝手に応援

初の八種競技で全道優勝を目指す!

山崎楓太さん



市立函館高等学校陸上競技部 に所属する山崎楓太さん(16才) は、同校に入学した2020年に陸 上競技を始めた。

選んだのは八種競技。「全部で きたらカッコイイと思ったので…」 と話す。八種競技は100m、走幅 跳、砲丸投、400m、110mハード ル、やり投、走高跳、1500mの記 録を得点に換算して競うもので、 多くの要素が求められる過酷な 種目。しかもこの競技が行われる

ーーーーのはインターハイに繋がる大会のみで、昨年は1度 も実戦の機会がなかった。そこで山崎さんは、記録 会などで八種競技を想定して様々な種目に挑ん

だ。やり投げで出場した 全道新人大会では、2位 入賞を果たし同大会の 高校1年生新記録を マーク。

「今シー -ズンは八種競 技で全道優勝を目指し ます」と、山崎さん。今後 のカッコイイ姿に期待!



など、 時は、 齢で頼ることができない」立たれた「身内はいるが高 りません。「子供が遠方に住というのは特別な話ではあ の中には、保証人を頼める ことです。 んでいる」「パ 行っています。 家族的な役割を果たす いこともあります。高齢者 終身家族代行支援」 た高齢者や障がい者に、 そのような状況になった そもそも|身寄りがない 1人では対処できな 誰にでも起こり得る を

人がいないという理由で手

術や入院治療を受けられな スを受けられないというの る近年、 す。少子化や核家族化、高齢様々な場面で必要となりま 払いの連帯保証、万が一亡保証人は緊急時の対応や支 が現状で、 わる人がいなければサービ 険があっても「身寄り」に代 くなった場合の手続きなど しの高齢者が増加傾向にあ 化などが相まって1人暮ら できない場合があります。 、場合や高齢者施設に入所 医療保険や介護保 そうしたニーズ

で、「新しい家族として、不の相談を受けているそうけを必要としている高齢者関、高齢者施設などから助 込むか、 表の星さん 無料。自宅まで訪問可能。スてはいかがですか。相談は 支所に常備されています。 要な場合は直接電話で申 が分かるパンフレットが必 ターライフの支援内容など せるよう支援します」と、代 安なく安心して毎日を過ご 包括支援センター、 ています。同法人も、

> 原店』に相談してみません ある『ハウスドゥ!函館美 中なら、美原の交差点前に ンションなどの処分を検討 古住宅、土地、アパート・マ ることも増えています。 る、といった悩みを耳にす や空き家を持て余してい 近年は、相続した不動産ていて困っていませんか?

☎ ● 83 の手 2 - 44 - 2 44 -まずは1度、相談してみ 函館市役所と湯川 4

House D ハウスドゥ! 函館美原店

株式会社 小野寺住設

信業とはで建 頼96して、企宅およと 実の創業設よは

う人は、

査定金額を知りたい」「建物の取金額を知りたい」「建物の ているほか、土地や建物の実績なども積極的に公開し てくれるので、「不動産の買 金額をその場で無料査定し 体で物件情報を発信。売買 ウを活かし、さまざまな媒 まずは気軽にお問

ありません。査定料も不要。 場合には全国展開のノウハ また、売却の「仲介」をする

開催中。 ●美原3-1 5

午後3時には、住まいに関 0120-750-700 わる相談をまとめてできる 週土・日曜日の午前10時~ 後6時。毎週水曜日定休。 「不動産なんでも相談会」も 営業時間は午前10時~午 毎

そのままで、撤去の必要は に残っている家具や荷物も き取りしています。家の中

北海道知事渡島(3)第1114号

やケアマネージャーからの ている点も安心。介護施設 依頼も受けているそう。「介 施中です。 フォームキャンペーンを実 リフォームクラブ」では、リ が運営する「パナソニック

品が全て通常価格の30~

各種取り扱いメーカー

初回

1000円!

自宅や施設などを訪問し

必要な場合は受診をすすめ

フィットアップ

無金利リフォームローンキャンペーン!

創業96年の『小野寺住設』

了まで一括して請け負って

います。キャンペーン中は

1人ひとりに合わせた

す。

自費型訪問リハビリは、

訪問リハビリを行っていま し、函館では珍しい自費型 するなど豊富な経験を活か 自費型訪問リハビリ

のケガの予防をしたい」 ど幅広く対応していますの 対策をしたい」「スポーツ時 護の必要なく過ごしたい. い」「軽い運動を始めたいが 「リハビリに通う時間がな 腰痛などの な 装などを、

外出が難しい」「

岐にわたっており、新築、リ ノベーション、

フォーム、外壁張替、屋根塗 同店が手掛ける工事は多 相談から施工完 水まわりり 60%オフ。美原にある店舗

ど各種住宅設備の実物を展 トイレ5台、外壁パネルな 示中です。 ン3台、- Hヒーター11台、 バス3台、システムキッチ 完成後をイメー

ショールームではユニット せを 中!

ローンキャンペーンも開催回まで無金利のリフォーム フォーム事例を見ながら相 回まで無金利のリフォームト。7月31日までは、最長60 分かったりするのもポイン 談ができたり、概算金額が 1500物件以上の 毎週土曜日の午前10時 詳しくはお問い合わ

とめてできる相談会も開催 る住まいに関わる相談をま 午後3時には、建築士によ 0120-750 ●美原3-1-5 てはいかがでしょうか。 まずは気軽に立ち寄ってみ しています。見積もり無料。

小野寺住設

売りたい不動産の相談なら 使わない家や土地を持っ

解体せずに、現状渡しで引 場合は、建物にキズ、雨漏 してくれます。 設」が運営している不動産 あってもそのまま、古屋も り、漏水などの不具合が 売買専門店。親身な対応を 一買取」する い合わせを

をかけたくない」といっりがない」「親族に負担ライフ』は、「頼れる身寄

人を引き受ける法人が増え に応える形で全国的に保証

医療機 行政、 『一般社団法人スター

相談にも対応 なくて困っているといった 相談や、売りたいのに売れ ローン滞納による売却の

ハウスドゥ!函館美原店

きます。また、医療機関上」へとつながってい機能の「維持」から「向もらえるので、今ある

090-1644 くは、お問い合わせを 約1時間1000円。詳し

と連携して

効果的な運動を教えて なく安全に続けられる なに身体の状態などを

染症対策を行って対応して

現在はマスク着用など感

います。初回お試し料金は、

える点も魅力。訪問の ドでサポートしてもら

かがですか。 で、

1度体験してみてはい

ジしやすい画像で、 全

塗り替えで住まいを丈夫に美しく

夢とロマンの車中泊の世界

取材協力/スーパーオートバックス函館

「エアストリーム」をご存じだろうか? 「知らない」 という人もきっと、アメリカ映画で1度くらいは見たこと があるのではないだろうか? 宇宙船のようなシル バーのボディのキャンピングトレーラーのブランドだ。

世の中は空前の車中泊ブーム。お気に入りのキャン ピングカーで週末などに旅行やアウトドアを満喫する ライフスタイルは、「バンライフ」とも呼ばれている。 今回は「GORDON MILLER(ゴードンミラー)」とい

うキャンピングカーのプライベートブランドを作った 『オートバックス』で、たくさんのアウトドア派を魅了し ている「バンライフ」に注目してみた。

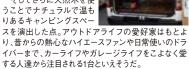
そこには紛れもなく、かつて映画で観た憧れのアメ リカのエアストリームのような世界観があった。

GMLVAN V-01

トヨタのハイエースをベースに作られた1台。ハイエースならではの快適な車内スペースにセンス良く配置されたテーブルやベッド が特徴的。



そしてさらに天然木を使



GMLVAN C-01

日産・NV200バネットをベースに作られた1台。ハイ エースとはまた違ったボディデザインとオリーブドラブ のボディカラーが、キャンピングカーにオシャレ感覚を 提案した1台といえるのではないだろうか?

GMLVAN V-01よりもひとまわり小さなボディなので、フット



- クの気軽さや運転の気軽さ などを重視する愛好者におすす めの1台といえるのではないだろ うか? GMLVAN V-01よりもボ ディが小さいことは特に気になら ない快適な内装。

GMLVAN C-01

参考販売価格 2WD1.6L ガソリンAT

4WD16L #VULVAT

¥3,740,000 (稅込)

GMLVAN V-01 参考販売価格 2WD2.OL ガソリン

¥4,972,000(稅込)

ィーゼル ¥5,555,000(稅込)

4WD2.8L ディーゼル

¥5,874,000 (稅込)



¥4,180,000 (稅込) 各車両の価格は取材当時(2021 年2月22日)のものです。



スーパーオートバックス函館 ●昭和3-5-1 ☎40-8000

なるほどトピックス

原料に、 ボディ洗浄料)を開発しま

ライコ)」

(フェイシャル&

自然素材を使った「洗粉(ア クゼーションエステサロン

『アリュール』が、北海道の

開業14年目を迎えるリラ

使うことで未来の環境を守る活動につながる洗粉

アリュール

そろそろこの機会に点検を

ションが豊富なギャザーブ 感が魅力。カラーバリエー く度に空気をはらむシアー ムあるゆるっとパンツは動 ンピースに注目。ボリュー 落感がアップするシャツワ でサラリと着るだけでお洒 リネンの表情豊かな風合い カラー。さらにこの時期は、 ジュ系はぜひ取り入れたい そろう今シーズンは、 物が充実!

の柄ソックスやバッグは見

枚。

さらに新ブランドも入荷

着こなしを格上げする1

本店での通常営業は5月25

逃せないアイテム。「出店5 しており、「フレンチブル」

2090-6093-8721

差し色に使って

らが使って良かった自信作 ながら研究開発を重ね、自 れた無農薬のハーブなどを フが経営する農場から仕入 取り組んでいる、元スタッ わない「環境再生型農業」に した。農薬や化学肥料を使 関係機関と協力し

す。洗粉「アリュールアラマ うことにより水質および土 を守りながらしっかりと洗 数量限定プレゼント中。肌 現在、洗粉無料サンプルを か ? ン」を使って「SDGs」の 壌汚染減少に貢献できま お問い合わせください。 験できます。まずは電話で える、ヌルヌルつるつると 取り組みを行ってみません した新感覚の使い心地を体 アンケート協力者に

30 65 8 ご覧ください。 ●本町 17-1 夜0時。無休。 WE' LL808 3 階

水しないので、みんなで使 しい洗粉は、有害物質を排 わない、人にも環境にも優 有害な化学物質を一切使 指導(10分~、1600円 6600円~)をはじめ、身ち500円~、 男性は ~)など、豊富なメニューを 体の悩みや体力に合わせた 時間を提案する待望の健康 トレーニングやセルフケア (アリュールアラマン)」を エステのウェブサロン ALLURE ARAMAN 営業時間は午前10時~深 詳しくは、楽しいおうち

ラー、 がうるさくなった、お湯の 機などにこんな症状が出て キャンペーンのお知ら 暖房機無料点検&特価ラー、電気温水器、各種 宅設備』から、各種ボイ いませんか? 燃焼中の音 せです。 指定工事店の「第一住 現在使っているボイ 地元で安心、 電気温水器、暖房 水道局

ij

音がする、循環不凍液をし スが出る、においがする、異 温度が安定しない、煙やス 点検をおすすめいたしま たり、設置後10年以上経過 んな症状がひとつでもあっ ばらく交換していない。こ していたらこの機会に無料 価格より各種ボイラー本につき各メーカー希望小売 ら生活応援キャンペーン中 タッフが無料点検にお伺い できます。「経験豊富なス 源の切り換えなどの提案も ら電気へ」というような熱 最新機器の紹介や、「ガスか おすすめ。エコ機能のある えられるか」などの相談も あるので、「水道光熱費を抑 いたします。さらに、いまな ど様々な機器の取り扱いが

の ローン利用可。 用可。リフォーム低金利 が ジットカード、PayPay 利

後7時。年中無休。各種クレ

●千代台町 29



また、灯油、電気、ガスな

れるエステ(女性の分す。そんなサロンでは、癒さ

ト回答にも対応していま よる洗粉の詳細、アンケー

https://allure-araman.jp

また、オンライン接客に

タッフ。

B

ご相談ください」と同店ス OFFにて提供させてい体、電気温水器を40~55 すのでこの機会にお気軽に だきます。見積もり無料で 営業時間は午前8時~午 電気温水器を40~55% た

第 一住宅設備

間は午前11時~午後7時。日からで、こちらの営業時 ●石川町350-21 駐車場有。 不定休(5月9、24日休業) カーサデクエルノⅡ1階右

んカードの分割手数料が10 広く取りそろえています_ は休業となります。石川町・ 営業期間中は石川町・本店 回まで無料のキャンペーン を。5月1~23日は、ほくせ ログやインスタグラムは からフォーマルまでより幅 |函館アンジュール||で検索 なお、函館蔦屋書店での 入荷状況などが分かるブ 構造を守ってくれる屋根や住まいの顔であり、家の り込むと、雨漏りを引き起 外壁ですが、年月とともに こすなど、住まいの寿命に グの劣化部分から雨水が入 んですが、万が一コーキン 化が進んでしまうもの。 び割れや色褪せといった劣 紫外線や雨風によって、ひ 見た目の美しさはもちろ

着たい春物やひと足早く夏 シェブースには、

淡い色合いが

を実施中です。

時に、「函館蔦屋書店」に出 日までの午前10時~午後7

』が、5月10日から5月23

と、スタッフ。

同店の中央吹き抜けマル

いますぐ

材と塗料の相性の組 装工事ですが、実際には だけと思われがちな塗 な対応と誠実な施工」。 塗るまでの工程と、 般にペンキを塗る

2090-9439-2232

張替が必要になる場合もあ外壁材の取り換えや屋根の です。塗装工事に携わって 年に1度が目安。大切な住 ちさせるなら、定期的なメ が『株式会社三徳塗装工業』 ンテナンスは欠かせませ まいを経済的に美しく長持 ます。外壁の塗り直しは10 そんな時に頼りになるの 様の立場に立った親身 長のモットーは、「お客 士の資格を持つ木村 26年、一級建築塗装技能 費用がかさんでしまい

●北美原3 - 21-3 お電話でお問い合わせを。 相談や見積もりは無料

応してくれます。 塗装など、様々な塗装に対 ほか、室内の塗装や家具の まま活かせるクリア塗装の す。現在の建材の色をその らムラ無く美しく仕上げま ね塗りで、 〜3回、外壁なら3回の重 の目で選定し、屋根なら2 な耐久性の高い塗料をプロ す。そのうえで素材に最適 地の状態を十分に整えま 鉄部のサビ落としなど、 キング、ひび割れ等の補修、 の高圧洗浄、 状態を診断し、まずは外壁 強度を保ちなが 窓周りのコー

親切丁寧に外壁や屋根の

合わせが大切」と木村社長

Ŋ

関わることも。放置すれば

ジの2部構成。 ゲストに迎えたステー

シャンソン唄おう会事務局

2090-3756-6448

動く事務所とは、キャンに気づきました。 るのはもったいないこと務所機能だけで終わらせ

ピングカーを応用し活用

ド/193 - 453)

などで販売中。 問い合わせ

> し始めていると、単なる事 してきました。これを検討 から「動く事務所」を検討

音楽大学卒業のピアニ 経てドイツ国立ケルン 国立音楽大学大学院を ル歌手・榛葉樹人さん、 歌」に出演中のテノー 会員による第1部と、 るシャンソン唄おう会 谷川典子さんが主宰す 函館市芸術ホールで設 スト・吉田幸央さんを FORESTA] O 立10周年記念コンサー 函館』が5月15日(土)、 BS日本・こころの ンソン協会正会員の長 上を開催します。 として音楽番組 同会会長で日本シャ ーラスグル Ī

チケットぴあ (Pコー 1500円。チケット は函館市芸術ホール、

『シャンソン唄おう会 3000円、高校生 分開演。全席自由一般1時間場、午後1時30 さい」と長谷川さん。 日本語歌詞で唄いま 「シャンソン、カン ター・室町あかねさん す。ぜひお楽しみくだ することにも注目。 がステージング指導を ベース・勝海亮。午後 口な世界の歌を美しい ツォーネなど少しレト ピアノ・宮永正良、

> 本気 本気と書いてマジ

困りごと、悩みごと 各種相談 60分3,300円~

動く事務所

なってきているように思の仕方は以前とは趣が異 染症対策として、昨年暮れ ました。コロナ禍での仕事 今年も新年度に突入し 当事務所では、コロナ感 行政書士の松田です。

申 時に抑えることが出来る 時間的ロスとコストを同どこにいても仕事ができ、 のです。 み、車内 Wi-Fi と繋げるとやプリンタなどを持ち込 その一方で、レンタカー

ます。 カーで過ごしてみることご家族とキャンピング 最小限の準備を施してい分に機能するための必要 ٢ 用としてはもちろんのこ として貸し出すのは、仕事 レジャー用としても十

ことも良いでしょう。地元 行ってきます。決算書、見終えたら、お金を借りに 積書、事業計画書持参で 持ちでいます。 の方々に有効に積極的に や、仲間でイベントを行う 活用していただきたい気 まずは、この原稿を書き

が、

館カール・レイモン』のスタッ とその味は、『株式会社 教師」と呼ばれた職人魂 ている。そして「胃袋の宣

知らせします。 に負けるな。動く事務所の 立てられたら…その一心す。少しでも、函館の役に コロナに負けるな、

はどうでしょうか?

ない時は、多くの皆様に利動く事務所として活用し

だてレンタカー 活用してもらうため、はこ

してレンタカーとして貸

方

気清浄機を設置します。

具体的には、

当事務所で

ため次亜塩素酸による空 に、車内には感染症対策の 会社とタッグを組み、さら してゆきます。お取引先の

10

周年記念コンサー

シャンソン 唄おう会 函館

印度カレー小いけ 地元市民から長年愛される老舗の味

創業は昭和23年。「空こがし」をベースに独自の技術で 作り上げたカレーが長年親しまれてきた『印度カレー小 いけ』。

老舗の暖簾を守る三代目店主の小池亘さんは、カレ とチーズの相性を活かした「チーズフォンデュカレー」 (=写真、1100円)を新たな看板メニューにして、オール ドファンはもとより、老若男女問わず幅広い人達から人 気を集めている

もちろん、カ レー好きには た ま ら な い -スカツカ レー」(1250 円)や、卵と チーズがたっ ぷりの「チキン カレー」(1220 円)、創業当時



からファンの多い「かつ丼」(1100円)といったライン ナップも好評。ご飯は函館育ちのふっくりんこを使用。昔 と変わらず、地元に根ざした飲食店経営が数多くの利用 者から注目されている。

アットホームな雰囲気の店内には、創業者の小池義次 郎氏の写真が飾られており、創業当時からのおもてなし の精神が変わらず受け継がれている

11:00~LO14:30、17:30~LO20:30。木曜·第1水曜 休。P有。

●宝来町22-5 ☎22-5100

に「腫れ」があります。訴

膝に関する症状の中

です。

えの主なものに膝が腫

くとクセになるのか?

それでは「膝の水を抜

田聡がズバリ! シリウスというベンが代表を務める株式会社気清浄機は、高校の同級生

ます。

関節は骨、軟骨、関節

くなってきたなどがあり つっぱる、正座ができな れてきた、膝を曲げると

またすぐたまってしまい せん。膝の水を抜いても ですが、クセにはなりま

何度抜いても繰り返す

心の代書屋

国的に注目されている企明け』にも出演するなど全 業です。 最近では、『ガイアの夜 企業から仕入れた

包んでいる関節包の内

作られています。関節を 包、滑膜、靭帯などから

面に滑膜という組織が

これは膝自体の調子が

したのかもしれません。 ボロボロになる」と表現 くとクセになる」「膝が ので、先人達は「水を抜

大々的にお披露目する予日中に新聞やラジオで動く事務所について、近 動く事務所は、パソコン

あり、

. 何らかの原因で滑

起こすと、関節液が多

まっていないため、またた るのではなく、炎症が治 膜が刺激されて炎症を

の水を抜くことでたま 悪いままだからです。膝

す。 ような働きをしていま ムーズに動かす潤滑油の 3 心ほどあり、関節をス ります。実は、この膝の 量に生産され、 水は健康な膝にも1~ 「水たまり」の状態にな いわゆる

は膝の涙」「風邪をひい に充血してしまいます 頑張った結果の産物な るためです。目が真っ赤 ゴミを洗い流そうとす ミが入ったときに涙が出 のです。皆さんも目にゴ 膝が自身を守るために るかと思います。これは る方もいます。膝の水は た膝の鼻水」と表現す 医師の中には「膝の水 涙によってゴミはな も重要です。 どの基本的な生活改善 る方法など様々ありま り、関節内に注射をす 出続けます。膝も同じこ 重コントロールや体操な 皆さんご自身による体 す。お薬も大事ですが たり、塗り薬を使用した 働きのある薬を服用し なります。炎症を抑える を抑えることが重要と とが言えます。膝の炎症

くなり目は守られます。 体を守る役目があるの 病原体を早く排出して ますが、これも鼻や喉の 粘膜に炎症が起きて鼻 風邪をひいた時の鼻水 がつまって鼻水が出てき とをおすすめします。 外科医に相談されるこ とつでもありますので 関節症の初期症状のひ たまることは、変形性膝 あるようでしたら、 膝に痛み・違和感など このように膝に水が

327 Thealness & Wealness 医療法人社団健和会 函館おおむら整形外科病院 ●石川町125-1 ☎47-3300 http://www.ohmura.or

リハビリテーション課 課長 武藤

綾郁

の水を抜くと クセになる…?

ム・ソーセージ店を開業。 田コウさんと結ばれ、2人 の缶詰会社の仕事で函館 ジ店を経営した。 館に戻ってハム・ソーセー しかしその2年後には函 でドイツで暮らし始めてス に赴任。そこで出会った勝 工技術を学び、日米合同 ロッパやアメリカで食肉加 帝国の食肉加工を営む家 ン氏は家業を継ぐべくヨー に生まれたカール・レイモ オーストリア・ハンガリー

ツのハイネマン大統領よ 店舗前には像が建立され 前の自宅の横に作られた 努力を称えて「功労勲章 り、日本とドイツの友好の ソーセージ作りを続けた。 イツ伝統製法によるハム・ に自宅兼工場を作り、ド 製造を開始。函館市元町 は再びハム・ソーセージの の時期を迎えるも、戦後 は迫害を受けるなど苦難 するとカール・レイモン氏 十字章」が贈られた。 レイモンハウス元町店」 の 1987年に死去。生 第二次世界大戦が勃発 1974年には西ドイ

よね? 風邪そのもの なさい」とは言いません

が治らなければ鼻水は

るから鼻をかむのをやめ が、風邪をひいて鼻をか まるのです。例えばです

んでいる人に「クセにな



胃袋の宣教師 函館ゆかり つく…。 人に会い

カール・レイモン

新店舗&リニューアル情報



仕込みから全てを店内で調理している塩唐揚げテイクア ウト専門店『クイーン オブ チキン』は、冷めてもサクッとした 食感の唐揚げと手羽先を販売しています。

唐揚げは、藻塩(もしお)と鰹節をたっぷり使って鶏肉に味 付けしたあっさりとした味わいの「クイーンソルト」(=写真) のほかに、「クイーンテリヤキ」「クイーンホット」など5種類が

あり、どれもサツマイモと

ジャガイモの素揚げ付きで1パック950円。

手羽先は、シンプルな「ウイングソルト」のほか、「ウイングス パイス」など4種類あり、どれも5本950円。「大学芋」をはじめ今 後も新メニュー登場予定です!

11:00~19:00。年中無休。P有。

●昭和3-8-17 ☎86-6765



STAFF

発行者 加藤 進

編集長 青山 慎司 Editor in chief Shinji Aoyama

副編集長 平井 由佳

エディター 坂本 麻衣 Editor Mai Sakamoto

ライター 花輪 志保里

安沢 ともこ

次号予告 5月14日号

道南·郊外グルメへGo!

発行元/株式会社青いぽすと

〒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4月15日現在のものです。

編集後記

今号の『青げの日』の続きを・・・・東京で暮らしていたアパートの大家さんのおばちゃんに部屋の鍵を返 して、それまでお世話になったお礼とお別れの挨拶をした時のおばちゃんのひと言に胸が熱くなった。 「きっとあなたには、東京より生まれ故郷のほうが合っているのよ。北海道でたくましく生きてゆきなさ い!」。これまでたくさんの人の優しさに支えられて、僕は今日を生きている…。 (慎)

昨年1月にひとめぼれし衝動買いした旅行鞄。暖かくなったらこれを持って出かけようと思っていたのに、コロナの影響で昨年は1度も使えないまま終わりました。そして今年も使う予定はいまのところ無 使いたい、使いたいと思いながら眺めていたら使う前に見飽きてしまう。そうなる前に早く使いた

普段は記憶の隅にあることも、ふとした瞬間に鮮明に思い出したりするものです。その記憶のスイッチ 自改はblackのMicroMacLotAcLotAcelotAce

日頃から歩くことを心がけている友人の話を聞き、普段私はどのくらい歩いているのか気になったので 計ってみました。結果は、予想外にたくさん歩いていました。おそらく、家の中の無駄な動きと毎日のようにある買い出しが歩数に表れたのでしょう。この際、ウォーキングせずに1万歩を目指してみます。

うかつにも最近まで気づかなかったのだけど、六花亭五稜郭店の壁から大きな桜の絵が消えていた。 劣化のために撤去してもう数年になるという。奇しくも同じ時期、そのモデルとなった五稜郭公園の桜 の木も、虫食いのため切り倒されたとか。絵は今帯広で保管されているそうだ。いつか修復され戻って きてくれたらと願っている。

青いぽすと設置場所 青いぽ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

テニポンの体験教

お知ら

に美味しいものを食べ で家族そろって母の日 におすす 気持ちをこめて、ご自宅 今回はそんな母の日 Ŕ

ウトメニューを一挙紹 キッチンに立たなくて 済むような逸品をチョ 主役のお母さんが の テイクア

様からのお便りをお待 ちしております。 編集室では読者の皆 とても助かっています。 *函館暮らし、エンジョ (西旭岡町

H · H)

ので行ってみたい いつも気になってい イしてくださいね! 毎回 楽しみに見てい た

後1時からサン・リフ

・函館で開催されます。

号 ます。今回

のダイニングこまつ

*いいです.

ね

雛祭リの

2 月 26

ツ「テニポン」の体験教

全天候型屋内スポー

室が5月7、14日の各午

日 (美原4丁目 いいですよね。 乗り切って行こうと思っ ています。散歩、 も一人暮らしで家にこ もりがちの人達が多く、 ,をかけ合って元気に Ţ 気持ち

ンブランの記事をみて、 を押してくれます。 で、 歩いて行けるお店なの 背中を押してくれます お 「青ぽ」 菓子工房レーヴモ |の情報は背中

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『印度カレー小いけ』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、青いぽすと に対するご感想もお書きの上、〒041-0801、函館市桔梗町379-27、株式会社青いぽすと「小い け」係まで。締切は5月10日必着。

お寄せいただいたお使り、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がございます。この目的以外での使用はいたしません。本書に読者プレゼントを施の当選かの企業・店舗等の利用来、本書に読者プレゼントを加り当選かの企業・店舗の利用券送付後に企業・店舗の別類その他の都合で利用券送付接に企業・店舗の利用券と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。

読者の 館に移住して5年

味しいですよ。

(北美原1丁目 と思います。

H

です。お母さんに感謝の

(市川) ン協会質

)まで。

40 詳細はテニポ

いたのでぜひ行きたい

5月9日は

一母の日」

定員5人。

さん、

いつも気になって

3度美味しいお店めぐ の事が少しずつわかって 様々な情報を頂き、函館 のです。青いぽすとから リが楽しみのひとつな 主人と2人、月に2~ して5年が過ぎました。 札幌から函館に移 今年もうれしい雛祭り

リです。子供、 の記事を読み大変共感 増する「フレイル状態」 を読んでコロナ禍で激 (青いぽすと) 703号 を願ってお祝いします。 今年もうれしい雛祭 孫の成長 になります。普段行った

しています。私の周りに を広げるのに今後もよ うと思います。行動の幅 事のない店へ行ってみよ *今後ともぜひ、ご愛読 ろしくお願いします。 (港町3丁目、Y・Y)

*ハンバーグがとても美 N いつも、 でいるので。とても参考 初 に先がけて、特集を組ん 初めてお便りします。 めてお便りします 季節やイベント たね~。

うれしいです。記事や店 ます。どの記事も身近で 身近でうれしい いつも楽しみにしてい

ネ〜。

本紙をご愛 のお出かけ…。今後とも * 美原5丁目 いですね~。 読ください S 、親子で 0

がれる行事を大切にし お祝い…。昔から受け継 焼き菓子を食べて春を なか雪が消えませんが、 *本当に雪が多い冬でし (昭和町、K・ \mathbb{W}

てゆきたいですね。

行けるところをお願 します。

せてたまに連れていって けてドライブをかねて もらっています。春に向 に○をつけて、 娘にも見