

青いほすと

721
2021
11.26

発行元/株式会社青いほすと 発行人/熊谷 貴典 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

ほたて昆布きんちゃく

砂原漁業協同組合

●森町砂原4-31-1 ☎01374-8-2550



『砂原漁業協同組合』女性部が考案した「ほたて昆布きんちゃく」(5個入り640円)ただし変動する場合は「浜の母さん」と呼ばれて親しまれている女性スタッフがひとつひとつ丁寧に手作業で包んだきんちゃくは、2010年に渡島総合振興局などが主催した「浜の母さん料理コンテスト」の最優秀賞を受賞。

シンプルな製法ながら、柔らかな食感と独特の風味の昆布とホタテの旨味のハイモノが絶妙。海の豊かなミネラルを含んだ逸品をぜひ一度、ご賞味あれ！
砂原町の道の駅「つどくろ・プラザ・さわら」で販売しています。

昆布巻

マルキチ食品株式会社

●函館市宇賀浦町18-10 ☎0138-51-3316



「昆布巻で世界に挑戦」を合言葉に、老舗料亭のギフトなど様々な販路で全国展開する「マルキチ食品株式会社」。評判の昆布巻は、戸井町漁協小安支所と共同開発した専用の真昆布を使用することで、絶妙な食感を実現。また、醤油使いの匠として醤油名匠大賞を受賞した味付けも、昆布の美味しさを引き立てています。

全てがバランス良く調和したこの昆布巻は、人気の「鱈昆布巻」のほか、タラコ、鮭、フオアグラなど10種類。同社で購入できますが、事前予約がスムーズです。
9時～17時。日曜休。函館朝市駅二市場内の「梶原昆布店」でも販売しています。

ホタテしぐれ煮

有限会社 タカハシ食品

●函館市釜谷町276-3(函館工場) ☎0138-84-8637



函館市釜谷町に工場がある『有限会社タカハシ食品』の看板製品のひとつである「ホタテしぐれ煮」(70グラム495円)は、噴火湾のホタテを砂糖、醤油、みりんを使った専用のタレで煮た逸品。10年ほど継ぎ足してきたタレを直火焚きする丁寧な製法により、ほどよい甘味と独特のホタテの食感を実現。小粒のホタテは食べやすく、ご飯のおかずにも、お酒のおつまみにもオススメです。

現在は函館工場での電話注文による通信販売(電話注文は月、金曜9時～17時、土曜9時～昼12時)または第1土曜9時～昼12時の函館工場での直売会で販売しています。

菜の花にしん漬

株式会社三豊函館工場

●北斗市追分4-2-8 ☎0138-73-5501



『株式会社三豊函館工場』は、函館市民には馴染み深い水産加工品を数多く製造。「菜の花にしん漬」もそのひとつで、発売からおよそ25年にわたり愛され続ける商品。味の決め手は、にしん1枚1枚に塩をまぶし、何層にも重ね合わせて寝かせる下処理。これにより、余分な水分や脂分、臭みが取れ、本来の旨味を引き出します。味や食感のアクセントとなる数の子や菜の花なども入っており、見た目も華やか。

市内各スーパーマーケットなどで販売。電話での取り寄せも可。電話受付は10時～16時。土・日曜、祝日休、水曜不定休。



いつもの食卓に 美味しさをプラス!

揚げだし豆腐
勝田商店
●七飯町大川7-4-12 ☎0138-65-6422



創業56年の豆腐店。口に入れてすぐ分かるおいしさよりも、毎日食べても飽きのこない素材な旨さを信条に、横津の湧水で丁寧に豆腐を作り続けている。原料を惜しみなく使いにがりだけで固め、水分を極力抑えてしっかり堅めに仕上げた豆腐は、香り豊かで口当たりなめらか。味しみが良く、多くの料理人もごそて使う。「揚げだし豆腐(303円)は、人気の寄せ豆腐をひと晩かけて水切りし、衣を付けずに高温で一気に揚げる。凝縮された大豆の旨みが口いっぱいに広がる逸品を、ぜひお試しあれ。7時〜17時(売り切れ次第閉店)。日曜休。P有。

黒焼鳥
ひこま豚食堂
●森町赤井川139 ☎01374-7-1456



生育環境を厳格に管理し健康に育てたことを認証されるSPF豚でおなじみの『ひこま豚食堂』と、札幌の居酒屋のコーポレーションで生まれたのが、この「黒焼鳥(691円)」。しっかりした肉質で、噛むほどこに旨みが広がるSPF豚の腕肉と豚タン、国産鶏のキンカン、モモ、皮をシンプルに塩・コンヨウでじっくりと香ばしく焼き上げた。レンジで温めるだけで炭火の香りが広がり、お家が居酒屋に早変わり。お酒のつまみにも、ご飯にもよし。店舗のほか、オンライン・ショップでも購入可。10時〜19時(3月〜10月は20時)。火・水曜休。P有。

チキンローフ
ノイ・フランク
●函館市駒場町7-4 ☎0138-53-7886



新鮮な材料を吟味し、保存料を使わず丹念にハム・ソーセージを作り続けて35年の名店『ノイ・フランク』。素材と向き合い、淡々と味を守る姿勢には、親子3代で通うファンも。定番からスパイスや香味野菜を使ったもの、季節限定商品まで30種以上のレパートリーが並ぶが、ぜひ試してほしいのが、旨みをキウと閉じ込めたしつとり食感の「チキンローフ(コンソメ味、しよゆ味各100グラム380円)。余分な皮や脂を丁寧に除いた鶏胸肉をブルブルのゼラチンが包み込む味わい深いオードブルは、食卓をリッチにすること請け合い。11時〜19時。水曜、第3木曜休。P有。

かまぼこ
株式会社ヤマサ宮原
●函館市豊川町2-18 ☎0138-22-0765



明治16年創業の『株式会社ヤマサ宮原』では、毎日できたてのかまぼこを提供。特に、揚げたてが順次並ぶ午前中は、ふっくらと柔らかな食感やふわっと広がる魚の旨味を熱々で味わえるのが魅力。このかまぼこに玉ねぎの食感がアクセントになった「玉ねぎ揚げ(一枚129円)が根強い人気。ほかに、日替わりで楽しめるタコと紅シヨウガのちぎり揚げ「や」や「とうもろこしのちぎり揚げ」(各100グラム270円)など充実。真空パック入りも有。できる限り北海道産の食材を使用しています。10時〜12時、13時〜17時。日曜、祝日休。P有。

鮭フレーク うま辛ラー油仕立て
株式会社 合食 函館第一工場
●函館市港町2-14-11 ☎0120-514-549



「鮭フレークうま辛ラー油仕立て」は、『株式会社合食』が函館工場で製造する自社ブランド「函館あさひ」の鮭フレーク。天然の鮭を使い、食塩としょう油でシンプルに味付けしたフレークに、ゴマ油が香るラー油をプラス。しつとりとした食感と天然鮭の旨み、ほどよい塩加減、そこにピリ辛の刺激が加わった白いご飯のおいしさを引き立てる逸品です。チャーハンや焼きうどん、豆腐、サラダなどのトッピングにもおすすめです。お子さんや辛いものが苦手な人はご注意ください。希望小売価格税込217円。函館朝市の海産食品卸問屋「函館マルヨ」などで取り扱い中。

なめろう
坂井鮮魚店
●函館市石川町350-22 ☎0138-47-3009



南茅部の漁港や市場から仕入れた新鮮な魚介がそろう「坂井鮮魚店」は、魚介の持ち味を活かした惣菜も評判。鮮度抜群の魚を、味噌、生姜、ネギで味付けした「なめろう」は、魚の種類に合わせて切り方を要することで、より味わい深く仕上げた1品。取材時には「ブリのなめろう(100グラム2550円)が並んでいますが、食感や旨味が別格。ほかに、アジ、イナダ、フクラギ、ニシン、イワシなど、旬の魚で提供(価格は使用する魚により変動)。活タコで作る「酢タコ(200グラム380円)もおすすです。地方発送可。10時〜18時30分。水曜休。P有。

だし巻き卵
カフェアキラ
●函館市大手町12-11 ☎0138-27-2474



自家焙煎珈琲をはじめ、ランチやスイーツも評判の「カフェアキラ」では、オーナーが社長を務める「山丁長谷川商店」の70周年を記念して、だし巻き卵(500円)の店頭販売を開始。この商品は元々注文販売のみ行っていたもので、「気軽に購入できるようなった」と好評。特徴は、鱈出汁と昆布出汁をオリジナルブレンドした特製出汁を贅沢に使用している点。出汁の旨味はもちろし、焼き加減やふわとした口当たりなど、全てがバランスよく調和した逸品です。1日5パック限定(前日までの予約可)。10時30分〜17時30分。日曜休。P有。

本マグロキムチ
株式会社上野屋
●松前町字大沢95-2 ☎0139-42-2660



築地市場で最高級品ともされる、松前町で水揚げされた津軽海峡の天然本マグロ(クロマグロ)。船上で活けられた、身の締まり・色・香り、どれをとっても抜群のマグロをふんだんに使い、菜の花を加えてキムチに仕上げたのがこの「本マグロキムチ(1480円)。菜の花のシャキシャキとした食感とほのかな苦み、キムチの程よい辛さがアクセントとなつて、マグロ本来の旨みを一層際立たせている。ご飯もお酒もついつい進みそうな贅沢な逸品をぜひ。本社併設の直売店や七飯町の道の駅、公式ウェブサイトで販売。電話注文での取り寄せも可。

Work

～未来を担う～

強くてしなやかな革を扱う

職業名 革作家

協力会社 HAKODATE CRAFT

主な業務

担当/(まい)記者

レザークラフト材料専門店「ローハイド」のオリジナルブランド「HAKODATE CRAFT」。

代表の本明礼央さんが「材料も大切だけれど、この型紙は命のようなもの」というのが試行錯誤によって生み出されたオリジナル作品の型紙。

手作業で作られる作品はどれも重厚感のなかにも温かさが感じられるものばかり。オーダーメイドにも対応しているほか、レザークラフト教室も開催しています。



移りゆく革の風合いをイメージして



丈夫でしなやかな性質をもつ革製品。その主な材料となる革は動物の種類、厚さ、硬さ、色など種類がさまざまあり、それを縫い合わせる糸にもたくさんの種類があります。財布やバッグなど作るものに合

わせて材料を選ぶのはもちろん、使用していくうちに現れてくる革の風合いをイメージしながら材料を選び、制作していくのもレザークラフトならではの醍醐味ではないでしょうか。ボタンひとつからでも気軽に買え、制作の相談にものってくれます。



目移りするほどの品揃え



レザークラフト材料専門店「ローハイド」の営業時間は10時～18時(第2・4土曜日は16時まで)。土・日曜、祝日休。P有。
●函館市東山2-1-33
☎0138-56-1564
<https://www.rawhide.co.jp/>

HEADLINE

ダブルキャンペーンで大掃除がお得!

おそうじ本舗 函館昭和店

『おそうじ本舗 函館昭和店』では、来年1月5日まで、「ダブルキャンペーン」を実施中。

期間中は、全メニューから9000円以上の注文で、プロが使っている「お掃除グッズ」(1400円相当)をプレゼント。グッズは、おそうじガイドブック、キッチン万能スポンジ、強力電解水クリーナー、マイクロモダンクロス



の4品。さらに、「エアコンクリーニング」(家庭用壁掛けタイプ通常12100円、お掃除機能付きタ

イプ+8800円)は、1100円引くと、ダブルでお得!

エアコンの暖房をつけた時に異臭がしたら、カビが温風で一気に放出されているかもしれません。清々しい空気と気持ちで新年を迎えたいこの時期こそ、奥の奥まで専門機材で徹底的に洗浄してくれるプロの掃除がおすすめです。

手の届かない場所や細かい部分の汚れが綺麗になる「浴室クリーニング」や「換気扇クリーニング」(各16500円)も好評。見積もり・相談無料。徹底した衛生対策に取り組み作業を行い、要望に合わせて女性スタッフが対応します。

各種クレジットカード利用可。電話受付は8時30分～19時30分。無休。

●函館市昭和3-24-18 ☎0120-910-362



ドクターの健康コラム

がじんしんち 雅人深致



理事長 田崎 雅敬

たんだ泌尿器科

函館市宮前町30番17号 ☎0138-45-7366

病気の不安を和らげる方法

人生を歩む過程で多くの人がなんらかの病気を経験します。病名を告げられ不安や恐怖を感じ、その後は落ち込み間違いであつて欲しいと祈ったり、どうして自分だけがと嘆いたり。

不安状態の持続は体調不良につながり、それがより一層不安を掻き立てるようになり、人は心の動揺が続いた後に自分を取り戻し、病気を受け入れ適応する能力を備えているとされます。ただ全ての人がそうとは言えません。また適応できたとしても不安は続くもの。

まずは自分の対処法を見つけて、以前別なつらい出来事にどう対処したか。興味のあることに集中する、やりたい事をしている未来の自分の姿を想像する、病気のことを勉強して自身の今を知る、進歩を続ける現代の医療に願いを託す、そして最後は信頼できる人に相談するなど。

今現在、病気の不安の中にいる人へわずかでも支えになれば幸いです。



青ぽの目

思いついて、これ下北
▼「まさかり」とは、まさかというだけの表現であろう。本州最北端に位置する下北半島は「まさかりの形をした半島」として知られている。

▼10月のはじめ、オートバイで下北半島を旅した。ふと思い立った1人旅である。▼津軽海峡フェリーに乗船して、片道90分ほどで大間町に到着。最初に向かった先は、下北半島の突端に立つ所屋崎灯台。明治時代に東北初の洋式灯台として造られた白亜の灯台は、古くから難破岬と呼ばれて多くの船乗りが恐れてきた場所の安全を守ってきた。この灯台からほど近い牧草地で長年放牧されているのが、寒立馬(かんだちめ)という馬。もともとは寒気と粗食に強い農耕馬として重用されてきたが、農業の機械化などで需要が減少して頭数が激減。しかしその後は自治体等の保護によって複数の寒立馬が放牧されている。本来の役割を果たして、いまは時代錯誤ともいえる運命の中にあつても、極寒に耐えながら本州最果ての地に立つ寒立馬から生きる勇気をもたらした。▼次に向かった先は、こちらも本州最果ての温泉街・下風呂温泉。戦時中、津軽海峡を守る要塞の工事資材を運ぶために、むつ市から大間町まで鉄道を敷設する計画があつたが、戦況の悪化により計画は中止。鉄道遺構のアーチ橋は遊歩道になり、そこに足湯が設置された。しばし足湯に浸かって幻の鉄路を眺めながら、あらためて平和の尊さを実感した。▼大間町内のホテルで体を休めた翌日は、下北半島西岸にある仏ヶ浦という観光名所に足を運んだ。数々の奇岩が織り成す神秘的な風景は、大自然が長い年月をかけて作り上げたものだといふ。それに比べれば1人の人間の生涯などあつという間のものであろう。だからこそ私達は、あつという間に過ぎゆく人生の1分1秒を大切に生きなければならぬといふことを痛感して、帰路のフェリーに乗った。▼函館と大間の距離はおよそ40キロ。函館から身近な場所に1泊2日の旅をしただけでも人生を生きる上で大切なことを幾つもおぼえてくれるから、やはり旅は素晴らしい。1人が旅をする目的は到着ではない。旅をすることそのものが旅なのだ。とは、ゲーテの言葉。▼会社勤めをしているとなかなか旅行もできないけれど、機会があればまた、1人旅してみたいと思つている。次はどこに行こうか? その行き先はオートバイまかせ、風まかせ。(慎)

姿勢分析でリハビリや運動が効果的!

フィットアップ

1人ひとりに合ったリハビリや運動の指導をする「自費型訪問リハビリ」の「フィットアップ」では、肩こりや腰痛などの原因にもなる体の歪みを分析する「最新AI姿勢分析システム」を導入。パーソナルトレーナーの国際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、体の歪みを細かく分析できるこのシステムを使い、より効果的なリハビリや運動の指導を行っています。実際には、6ポーズの写真撮影をするだけで、現在の体の歪みと今後こりが出やすい部位や、脂肪のつきやすい部位を推定。この結果や疾患などに合わせて、オーダーメイドでサポートをしています。

自費型訪問リハビリと姿勢分析合わせて通常約40分8000円のところ、初回約1時間10000円。医療機関と連携しているので、必要な場合は受診をおすすめします。介護施設やケアマネージャーからの依頼可。学生から高齢者まで幅広く対応。詳しくは、お気軽にお問い合わせを。

この秋開設したLINE(ライン)公式アカウントからも予約が可能。さらに、こりや痛み、姿勢のことなど、リハビリ関連のお得な情報も受け取れます。友だち追加は、QRコードからどうぞ。

☎090-1644-5880

クリスマスディナーで素敵な一夜を

函館湯の川温泉 海と灯



温泉リゾートホテル「函館湯の川温泉 海と灯」には2つの食事処があり、それぞれのお店の特色を活かした限定メニューがクリスマスの夜を彩ります。

1階の「雲波」では、17時30分～LO21時のディナータイム限定で「聖夜会席」(＝写真上、18000円)が登場します。新鮮な魚介をつかった握り寿司をはじめとする繊細な和食の数々にシャンパンが付いたこのメニューの提供期間は12月22～25日(前日までの要予約)。そのほか、ランチタイム(11時30分～LO14時)では「海鮮丼」「造り御膳」「寿司御膳」などを提供しています。

また、2階の「月舟」では、17時30分～LO21時に「クリスマスディナーbuffet」(大人1人4950円)を開催します。通常提供している新鮮な素材と道南中心の厳選した魚を使用したこだわりのbuffetメニューのほか、ターキーやクリスマスのデザートなど、クリスマスならではの彩り豊かで華やかな料理の数々を楽しむことができます。限定buffet開催期間は12月20～25日(前日までの要予約)。

☎函館市湯川町3-9-20 ☎0138-57-5390(代表)



契約者が亡くなった後も最後まで支援

一般社団法人スターライフ



「頼れる身寄りがない」「親族に負担をかけたくない」といった高齢者や障がい者に「終身家族代行支援」を行う「一般社団法人スターライフ」。緊急時には24時間体制で家族代わりのサポートを行い、契約者が亡くなった後も最後まで支援します。

夫に先立たれ、近くに身寄りのない高齢の女性は、日常生活や緊急時の対応など、希望に沿った形で支援してもらえらるスターライフに入会。この女性からは、「自分が死亡した後にお墓の継承者を探してほしい」という依頼もあり、これを含めて契約を結びました。スターライフの代表・星さんは「このようなご相談は多く、様々な解決方法からご提案しています」と話します。その後女性は亡くなりましたが、契約時の依頼に基づき、女性とほとんど交流のなかった夫の兄弟とお墓の取り扱いについて協議し、継承者を定めることができました。ほかにも、死亡後から7年間の墓守を依頼されているケースがあるそうです。1人で不安を抱えず、まずは相談してみてもいいかです。

相談は無料。自宅まで訪問可。支援内容などが分かるパンフレットの請求は、電話で申し込みのほか函館市役所、湯川支所、亀田支所の動画広告近辺に常備されています。

☎函館市山の手2-44-4 ☎0138-83-2312

金利0%のリフォームキャンペーン実施中

小野寺住設

創業96年の「小野寺住設」が運営する「パナソニックリフォームクラブ」では、50万円から最大500万円まで5年間(60回)金利0%の「安心リフォームキャンペーン」を実施中です。同店が手掛ける工事は多岐にわたっており、新築、リノベーション、水まわりリフォーム、外壁張替、屋根塗装などを、相談から施工完了まで一括して請け負っています。



キャンペーン中は各種取り扱いメーカーの製品が全て通常価格の30～60%オフ。美原にある店舗ショールームではユニットバス、システムキッチン、トイレ、稼動IHクッキングヒーター、外壁パネルなど各種住宅設備の実物を展示中。また、同社建築士によるリフォーム無料相談も行っています(要予約)。更に同社では、「車に車検があるように家にも定期点検が必要」と、パナソニック住宅健康診断の「家検」を、通常33000円のところ無料で行っています。「家検」には、住まいが「長持ち」「価格を維持」「維持費削減」「安心な暮らし」の4つのメリットがあります。詳しくはYouTubeの家検動画をご覧ください。

☎函館市美原3-1-5 ☎0120-750-750



ウェブサイト YouTube

おすすめランチ

担当/（撰）記者

かしわ屋

11時～15時 日曜日 P有
●函館市若松町26-25
☎0138-22-7604



函館市若松町・高砂通沿いにある「かしわ屋」は、大正10年創業の老舗です。この店で密かな人気を集めているのが「焼チーズカレー」(850円)。そばゆと汁が味の決め手のいわゆる「そば屋のカレー」の上に香ばしい焼チーズののった一杯。冷たい風が身にしみる晩秋のひと時は、3代目店主夫妻が営むアットホームな店内で、心も体も温まる「そば屋のカレー」を味わってみてはいかがでしょうか…。

青ぽの★勝手に応援

担当/（BP）記者

もっと上手い選手になる!

小山けいとさん



「函館市ユニオールFC」のメンバーで唯一の女の子が小山けいとさん(9歳)。サッカーを始めたのは、4歳の時。「お父さんがやってたので、やってみたくなった」と、あどけない表情で答える。しかし、監督がこんな時も「これま

せんで話すように、ブレイに入る」と気持ちの強さが表れ、向上心も強いポジションは、攻守両方において重要な役割を持つ左サイドミッドフィルダー。まだ小さな体で前に後ろに走り、ドリブルの技術も高いけいとさんは、男の子が相手でも臆することがない。課題は、パスの上達。目の前のことを1つひとつクリアして、目標である「もっともっと上手い選手になる」ため、懸命にボールを追いかける。

旬を食べなきやもったいない

八百屋「すず辰」
店主・鈴木辰徳
●函館市本通1-24-3
☎0138-76-9865
日・祝休、P有



北海道ではあまりなじみのない野菜かも
しれません。作付け順でいくと茨城・佐賀・徳
島と続き、北海道のほの字
も出てきません。料理でい
うと、きんぴら、天ぷら、煮
物。食物繊維豊富で腸内環
境を整え身体を温めてくれます。
すず辰では冬場になるとレンコンは2種
類販売します。茨城県の「ひかりれんこん」と

レンコン

石川県の「加賀れんこん」。前者は「シャキ
シャキ」、後者は「もちもち」です。レンコンと
いえばシャキシャキのイ
メージがもしませんが、
粘土質の畑だとデンプン質
のもちもちしたレンコン
に。輪切りにして断面を油で焼いて塩コショ
ウ、もっちり甘みが出ておいしいです。産地
だとすつて卵白や片栗粉で団子にして汁物



で食べるのもっちりうまします。
風邪をひいて咳だけ
残るって方がたまにい
ますが、そんな時はれん
こん湯です。皮ごとすつ
たしぼり汁にしょうが
のしぼり汁と蜂蜜足し
てお湯で割って飲むと
咳もスッキリです。

生活情報、グルメ、カルチャー etc…。皆様の充実した日常生活にきっと役立つ情報が盛りだくさん。

なるほど

高品質の海苔が好評!

株式会社ヤマツ



函館市西桔梗町にある業務用食品卸
業の老舗「株式会社ヤマツ」は、惜しまれ
つつ閉店した函館市新川町の海苔生産
加工の老舗の名店「内田海苔店」を受け
継ぎ、西桔梗町の本社社屋で焼き海苔の
販売をしています。

同社では今回、ひやま漁業組合の「天
然岩海苔(竹)」(=写真上、10枚入)を、
「青ば見た」で先着50個限定で4800円で
同社社屋で販売します。



また、お歳暮やお年賀におすすめの海
苔や全国各地の厳選された高品質の焼
き海苔を販売していますので、年末年始
を前にぜひ、
購入してみ
てはいかが
でしょう?
社屋での
販売は土・日曜日、祝日を除く平日の9時~17時。
●函館市西桔梗町537-4 ☎090-8635-7910



クリスマス用メニューの予約受付中

クッキングショップ大林



JR五稜郭駅前にある手作り惣菜
の販売店「クッキングショップ大林」
では、クリスマス用の「丸どり」
(1620円)、「若どりレッグ」(300
円)、「手羽先揚げ」(100g210円)の
早めの事前予約を推奨しています。

創業からおよそ50年を数える同店
は、秘伝のタレに漬け込んでから揚
げる国産鶏を使った「手羽先揚げ」

が美味しいと評判。クリスマスシーズンは例年大変混み合っ
て、当日の電話
注文や直前の予約では対応しきれないこともあるほど大人気です。「何かと
忙しい年末、待ち時間を少なく確実に買い求めいただくためにも早め
のご予約を」と同店。クリスマス用「丸どり」は12月23~25日のみ販売。「若
どりレッグ」と「手羽先揚げ」は毎日店頭に並びます
が、クリスマス期間は12月20日までに予約をすると
購入確実。今年のクリスマスは、大林のテイクアウト
メニューを味わってみませんか?

10時~19時30分(日曜は18時30分まで)。第1・3
日曜休。P有。
●函館市亀田本町65-25 ☎0138-41-2823



1人ひとりの気持ちに寄り添う塾

菜の花塾

「学校がちっと苦手。フリースクールも考えてしまう…」
そんな気持ちに寄り添うマンツーマンの塾が桔梗5丁目に開設されまし
た。進学や学習のレベルアップのためではなく、事情があり学校に行くことが
できないお子さんに、将来に向けて「こ
こだけは大事だよ」とポイントをしぼった勉強
を教えることがモットー。『菜の花塾』という名
称には「菜の花が咲く温かい場所のように、心
穏やかに安心して勉強できる場所でありたい」
という願いが込められています。塾内には看護
師の有資格者の心理カウンセラーが迎えてく
れるカウンセリングルーム「はるはる」も併設。「日頃の悩みにすぐ寄り添える
ように住宅内に開業しました。心のマッサージを目指して精一杯取り組んで
まいります。カウンセリングは弱い人が行く場所ではありません。ストレスで
免疫が弱れば誰もが心が風邪をひくかもしれないの
です」とはカウンセラーのはるはるさん。詳細はお問
い合わせを。今後はフリースクールも開設予定。
カウンセリング中は電話に出ることができないの
で、その際は着信への折り返し対応となります。
●函館市桔梗5丁目26-14 ニューリーフセカンド203
☎090-8653-6473



今年のうちに洗面化粧台を取り替えませんか?

第一住宅設備

水まわりのことなららせて安心の「第一住宅設備」
から洗面化粧台取り替えキャンペーンのご案内です。

TOTO Vシリーズ洗面化粧台は従来品の奥行52~
58cmに比べ、奥行わずか49cmと薄型なので、マン
ションの狭いスペースや間取りによって設置方法が限
られる場所などにも対応できます。さらに、お湯と水
をきちんと使い分けて燃料費を節約できる「エコシン
グル水栓」、ガラスのくもり止めはヒーターを使わずに
電気代を節約できる「エコミラー」など、エコ機能が備
わっているのはもちろん、泡や髪の毛がスイスイ流れる「すべり台ボウル」、
段差が少なく水垢などの汚れがたまりにくい排水口など、毎日のお手入れが
簡単な洗面化粧台です。

気になる価格は、久々の洗面化粧台取り替えキャンペーンにつきTOTO V
シリーズ一面鏡(間口75cm・ホワイト)を20台限定で標準工事費込み
176000円のところ、標準工事費込み77000円に!

ほかにも40~60%引きの水まわり商品が多数あるので、お気軽にお問
い合せてください。

8時~19時。各種クレジットカード・リフォーム低金利ローン利
用可。

●函館市千代台町29-15 ☎0120-222-592



期間限定メニュー続々登場!
中華料理 壹龍火(いちりゅうか)



バラエティに富んだメニューが人気を呼んでいる『中華料理 壹龍火(いちりゅうか)』。現在注目されているのは「エビチリナポリタン」(=写真、1000円、提供は12月30日のランチタイムまで)。エビチリとナポリタンという意外な組み合わせですが、ケチャップ繋がりでの相性は抜群です。店内飲食の場合はスープ飲み放題付き。ラーメン以外のメニューはテイクアウト可(容器代別途+50円)。

「壹龍火豪華おせち」(15000円)や、「壹龍火絶品中華オーードブル」(5800円と4800円の2種)の注文も受付中!

11時30分～LO14時30分、17時～LO19時30分(短縮営業の場合有)。水曜、第3木曜休。P有。

●函館市石川町52-196 ☎0138-76-7962

心の代書屋
松田聡がズバリ!



本気談

本気と書いてマシ
ゆりこと、幅みこと
各種相談
60分3,300円-
電話でご予約下さい。

行政書士 松田聡 事務所
函館市杉並町13-12 ☎0138-33-4675

ついに我が家も...

行政書士の松田です。
寒くなって参りました。
皆様、コロナ禍も続いでい
ますが、引き続きお身体に
はご自愛ください。

さて、事務所には終活に
ついてのご相談を受けるこ
とが度々ありまして、介護
や看護等々の今後のこと
についての内容が多く寄せら
れていきます。そんな中、我が
家でも実母が転倒し、一時
的に歩行困難になり鎖骨の
一部を骨折したのですが、
いよいよ介護認定を受ける
ことになりました。担当の
ケアマネさんが細部にわら
り動いてくれたものです
ら、大変心強く思っています。
「息子は何をやっていま
す。」と叱られてはさすが、
専門的なことになると完全
にお任せしない、先のこと
に支障を来し兼ねませ
ん。ですから、口を出さず、
書類に必要なことを記入す
ることに徹しています。そ
んな母が初めてショートス
テイに出かけました。帰っ
て来るなり、元気にならな
いとね。と、ボンッと話して

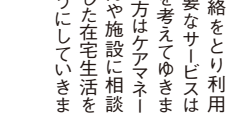
函館歴史探訪
明治時代の息吹を感じる
洋食の歴史

日本は1858年にアメリカ
と日米修好通商条約を締結。翌
年の1859年、函館(箱館)は
横浜・長崎とともに国際貿易港
として開港した。以降、明治時代
にかけて函館にはたくさん
の人が来訪。函館は全国に先駆けて
洋食文化が発展した。

そんな歴史の中で1879年
に開業したのが「五島軒」。五島
吉氏がロシア料理の技法を学ぶ
ロシア料理とパンの店として若山惣
太郎と開業。その後は西洋料理店
となり親しまれた。

大正・昭和の大火での建物の
焼失や、終戦時に建物がアメリ
カ軍の司令部が置かれて店を接
取されるなどの苦難を乗り越え
た五島軒は現在も、函館市民は
もとより全国的に人気のレストラ
ンとして知られ、「明治の洋食カ
レーゼ」(II写真)やロシア料理
の「ボルシチ」といったメニューでそ
の洋食の歴史を受け継いでいる。

もちろん古くからの洋食文化
が思いつく函
館には洋食
の評判店が
幾つもあ
り、函館の
魅力のひとつとして全
国から注
目されて



Health & Wealness

医療法人社団健和会 函館おむら整形外科病院
●函館市石川町125-1 ☎0138-47-8666
http://www.ohmura.or.jp/



デイサービスと
デイケアの違い

通所リハビリテーション
おむら所長 朝倉 正貴

介護保険のサービス
で、デイサービスとデイケ
アの違いを理解している
人はいますか? 多くの
方は違いが分からないと
思います。そのため、こ
こではデイサービスとデイ
ケアの違いについてまとめ
ていきます。

デイサービスは介護保
険のサービスで、「通所介
護」と呼ばれており、利用
者様は送迎により施設に
通い、食事や入浴、機能訓
練などの介護サービスを受
けることができます。

例えば老人ホームや施設
に入居するほど介護量が
重くはなくて、日常生活
でお風呂だけでなく、日常生
活で不安な方、日常生活
で不安な方、1人の時間
が多く外出の機会を作ら
ない方、趣味活動がしたい
方、趣味活動がしたい
方、1人では不安な方など、
介護する家族の負担を
減らしたい方の利用が多
いです。

デイケアは介護保険
サービスで、「通所リハビリ
テーション」と呼ばれ、送
迎により施設に行き、リハ
ビリテーションを主目的
に行います。デイケアで食
事や入浴のサービスが受
けられないわけではなく、
リハビリテーションを主目
的として行うものを言
います。例えば在宅生活で
転倒リスクが高く歩行が
不安定な方や、退院後間
もない方で在宅生活が不

素晴らしき趣味の世界
軽快な音楽に合わせて踊る
フォークダンスの魅力

フォークダンスといえは、
学生時代を思い出す人も少
なくないのでは。:
フォークダンスは昔から
世界中で踊られているダン
スで、みんなで輪になって軽
快なテンポに合わせて踊る
楽しさがその魅力。

このように介護保険で
似たような言葉でも大き
く違いがあります。そのた
め、ケアマネジャーさん
と多く連絡をとり利用
者様が必要ないサービスは
何なのかを考えてゆきま
す。不安な方はケアマネ
ジャーさんや施設に相談
し、安心した在宅生活を
送れるようにしていきま
しょう。



健康増進にも最適。
詳細は☎0138 47
0438(代表)其浦・そ
のうらまでどうぞ。

クープ・オ・クールの手間ひまかけたリュスティック

常時80種類のパンが並ぶ『クープ・オ・クール』。あれこれ選ぶのも楽しいけれどイチオシは、ふわふわもちもち食感がたまらない「リュスティック」(195円～)。



水をたっぷり含ませたフランスパン生地にストレスを与えないよう、機械ではなく手で幾度も畳んで仕上げているから、道産小麦の旨みがしっかり味わえ、鼻に抜ける香りも豊か。オーナーの信条「シンプル・デリシャス(美味しさこそすべて)」が伝わる、手間ひまかけた看板商品。特大サイズは、より食感が楽しめるのでおススメ。6時～17時。火・水曜休。P有。

●函館市本通4-32-3 ☎0138-55-9209

グレイヘアにして1年が経った祖母譲りの若白髪で10代の頃から前髪の一部に白髪が来たり、高校時代は一部の友人にヒソヒソと噂されてきた。関口宏のヒソヒソである。緊急事態宣言で人と会う機会が減りやがらんと決断して白髪染めをやめてみた。なんと案外はこたが。思いのほか評判も上々だった。たまたま、久しぶりに会った人には気が付かれずにスルーされるのが唯一の難点である。(ヤス)

晩秋の休日思い立って一人で木古内方面にオートバイでツーリングに出かけた。これまで何度となくクルマで通っている道でも、乗り物が変わると周囲の景色が全然違う。それにしても函館の周辺は海や山などの自然に囲まれていて、行ってみればまた楽しめる場所があることを実感させて、来年もオートバイで津軽海峡を越えてみようかと密かに計画している。この頃。(慎)

発行元／株式会社青いぼすと
〒041-0801 函館市桔梗町379-27
電話 0138-84-1002 FAX 0138-84-1728
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。
本紙の内容は2021年11月11日現在のものです。

次号予告 12月10日号 今年オープンした店特集

発行者 Publisher 熊谷 貴典 Takanori Kumagai
プロデューサー Producer 玉橋 健彦 Takehiko Tamahashi
編集長 Editor in chief 青山 慎司 Shinsji Aoyama
副編集長 Assistant chief 平井 由佳 Yuka Hirai
エディター Editor 坂本 麻衣 Mai Sakamoto
ライター Reporter 花輪 志保里 Shihori Hanae
安沢 ともこ Tomoko Yasuzawa
配布業務 Posting reader 小野 大樹 Taiki Ono

みなとまち市民プラザ

読者の声 情報コーナー

このコーナーでは、読者の皆様からのお便りをお待ちしております。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。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、事前に電話でご一報ください。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 0138-84-1002 FAX 0138-84-1728 Email info@aopos.jp [担当／青山]

いつもの食卓でちよつと美味しいものが1品加わっただけで、なんとこく幸せな気分になれることありませんか？ 今回は、道南のちよつと美味しいものに注目してみました。探してみればまだまだ道南には、美味しいものがあるのです。ぜひ皆様のご家庭の食卓に迎えて味わってみませんか？

お知らせ

「老人クラブ健康サークル」では参加者を募集中。毎週火曜日9時から14時30分まで湯川町「哲心荘」で輪おどりや健康マージャンなどを行っています。詳細は後藤(☎0138-578496)まで。

「老人クラブ健康サークル」では参加者を募集中。毎週火曜日9時から14時30分まで湯川町「哲心荘」で輪おどりや健康マージャンなどを行っています。詳細は後藤(☎0138-578496)まで。

読者の声

妻が大変乗り気。スイーツ特集は我が家では妻が大変乗り気です。(函館市美原3丁目、T・I) *それは良かったです。

秋を感じるものばかり。青いぼすととは、グルメ情報満載でいつも参考にしています。今回(10月11日号)紹介されていたパフェは秋を感じるものばかりで、食べてみたいものばかりでした。秋の和菓子も知りたくなりました。機会があれば特集お願いします。(函館市日吉町1丁目、N・I) *ご愛読いただき、ありがとうございます。パフェは見た目が素敵ですね！

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「壹龍火」より、1000円の食事券を5名様にプレゼントします。応募は八ガキに郵便番号、住所、氏名、電話番号を明記の上、皆様の日常生活の中での出来事や最近思っていること、青いぼすとに対するご感想などをお書きの上、〒041-0801、函館市桔梗町379-27、株式会社青いぼすと「壹龍火」係まで。締切は12月6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・店舗の用紙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。