

青いぼすと

722
2021
12.10

発行元／株式会社青いぼすと 発行人／熊谷 貴典 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

5種類の海鮮丼が見逃せない！

858食堂



「ホテルBRS函館五稜郭タワー前」の1階に今年3月、安くておいしい海鮮丼が評判の「居酒屋 HAKOYA」の姉妹店『858食堂』

がオープン。4月からは、市民が気軽に利用できるランチ営業を行っています。おすすめは「中トロ入り海宝丼」や「中トロ入り彩コロ丼」(漬物、岩のり味噌汁付き)など、5種類ある海鮮丼。ほかに「海老あんかけ焼きそば」「オムライス」(サラダ、みそ汁付き)などメニュー充実。価格は各880円(ワンドリンク付き)。「青ぼ見た」での特典期間中は、全ての海鮮丼に「イクラトッピング」(通常200円)をサービス！ 11時～13時30分。月曜休。P有。

●函館市五稜郭町35-3 ☎0138-35-6622(ホテル代表)



新店蔵出し

今年も残すところ、あとわずかとなりました。1年が経つのは早いんですね。

今回は、2021年にオープンしたお店に注目して、その中から本紙スタッフがピックアップしたお店10店舗を紹介してみました。お気に入りのお店を見つけてください。

今回、各店には、ご利用時に「青ぼ見た」でお得なサービスが受けられる特典を用意していただきました。期間は全店**2021年12月10日～2022年1月31日**となっております。



2021



オーガニック食品の専門店

山崎商店



函館市富岡町2丁目・東富岡郵便局付近にこの夏オープンした『山崎商店』はオーガニック食品の量り売りの店。

ドライフルー

ツやナッツ、ヴィーガンチョコレートを中心に、オーガニック関連の日用品や雑貨を販売しています。フードロス減らすための量り売りはもとより、プラスチックゴミ減量などの目的で、利用者には容器持参を呼びかけている点も注目されています。

「青ぼ見た」での特典期間中は、商品購入者に有機レーズンを20gプレゼントします。

木・金曜10時～15時、土曜11時～16時。その他営業日有。

●函館市富岡町2-63-1 ☎0138-86-5975

安くて美味しい隠れ家的そば処！

かくれそば処 番屋



繁華街・本町の路地裏にひっそりと建つ『かくれそば処 番屋』は、まさにその店名通りの穴場。

「ざるそば」「かけそば」(各380

円)、「ざるそば+ミニ二天丼セット」(＝写真、880円)、「えび天丼」「カツ丼」(各880円)、「うな丼」(980円)など、とにかくリーズナブルな点が早くも人気を集めている。しかも現在は各メニューに1ドリンクが無料で付いてくるというから、さらに嬉しいところ。

「青ぼ見た」での特典期間中は、全メニューの「大盛り」が通常+50円のところを無料で提供とのこと。ぜひお見逃しなく！ 11時～14時30分。日曜、祝日休。

●函館市本町31-32 ☎0138-55-5220

昔ながらのあっさりラーメン

らーめん 大和屋



若松町・高砂通沿いにこの5月にオープンした「らーめん 大和屋」は、昔ながらのあっさりスープのラーメンが自慢の1軒。

掲載写真の「しょうゆ」(650円)は、まさに子供の頃から慣れ親しんだ昔ながらの1杯。ほかには、函館らしい「しお」(同)や「みそ」(850円)があり、ラーメン以外では「あんかけやきそば」(900円)や「中華飯」(850円)も味わってみたいメニューだ。店内はこじんまり。「青ぼ見た」の特典期間中は、「大盛り」または「チャーシュー1枚」のいずれか好きなほうのサービスを選ぶことができる。

11時～22時(短縮営業の場合有)。不定休。P有。

●函館市若松町26-25 ☎0138-87-1807

ビールもランチも函館オリジナル

ozigi(オジギ)

7月にオープンした『オジギ』は、築100年の旧本久商店倉庫を活用したクラフトビール醸造所併設のバブで、IPAやヴァイツェン、白すだちなど常時5〜6種類の個性的なクラフトビールが楽しめる。ランチの注目メニューは、元「海のダイニングしろくま」のシェフが腕を振るう元祖「はこだてチャウダー」(パン付き1200円)。地場の野菜と旬の魚介をふんだんに使ったあったかスープは、この季節にピッタリ。「青ぼ見た」で前菜1品サービス!

12時〜LO21時30分。火・水曜休。P無。
●函館市末広町16-13 ☎0138-24-2021



出来たてのブレンダーアイスを提供

北からの贈り物

『北からの贈り物』は、今春開業した「東急ステイ函館朝市 灯の湯」1階にあるアイスクリームショップ。北海道産のミルクで作ったアイスクリームと、冷凍フルーツやクッキーなどを専用マシンで混ぜ合わせた「ブレンダーアイス」(レギュラー450円、ラージ550円)を提供。注文を受けてから作るブレンダーアイスは濃厚でなめらか。もちもちのミルク葛餅が入った新感覚ドリンク「モチる」(各550円)も有。期間中は「青ぼ見た」で全品100円引き。11時〜17時30分。不定休。

●函館市大手町22-1-1 ☎0138-27-7109(ホテル代表)



探し出して行きたい生パスタ

カフェバー サリチュ

ヘアサロンをリニューアルした隠れ家的『カフェバー サリチュ』。その日の分だけを仕込む、卵の風味を活かしたモチモチの生パスタが楽しめる。ユニークなのが、旬の野菜を使い2日間かけて煮込む「牛すじカレーパスタ」(850円)。新鮮野菜の旨みがとろとろの牛すじにしみ込んでいる。ライスをチョイスできるのも嬉しい。身がたっぷりのカニクリームパスタ(1000円、要予約)もおすすめ。「青ぼ見た」でドリンクまたは自家製パンをサービス。11時〜15時、18時〜21時(夜は要予約、金・土曜のみ)。日曜休。P有。
●北斗市七重浜2-21-16 ☎090-8428-9164



会計時に青ぼ見たで10%割引!

FLOT(フロット)

10月1日に「カフェ トラットリア & (アンド)」内にオープンしたパティスリー「FLOT」は焼き菓子やケーキ、パンなどのお店。テイクアウトはもちろん、「&」でイートインもできます。「FLOT」と「&」のコラボメニューのパフェなど、イートインでしか味わえない商品も各種提供。クリスマスケーキの予約受付中。詳細はInstagram(FLOT_hakodate)で確認を。期間中会計時「青ぼ見た」で10%off。11時〜20時(予約ケーキ受渡のみ〜22時)。無休。

●函館市石川町85-1 函館蔦屋書店2階
カフェ トラットリア & 内 ☎0120-985-071



またひとつカレーの名店誕生の予感

函館ナントカ食堂

8月1日に十字街にオープンした『函館ナントカ食堂』。東京のカレー人気店で腕を振るったオーナーが、更なる美味しさを求めて誕生した「ナントカカレー」(800円)は、じっくり炒めた野菜の旨みと甘みがスパイスと複雑に絡み合うドライカレー。存在感のある合いびき肉は、部位にまでこだわっている。小麦粉を使わず素材のみでトロリと仕上げているから後味もスッパリ。期間中「青ぼ見た」で、大盛無料!

月曜11時〜15時、水〜日曜11時〜20時(売り切れ次第終了)。火曜休(祝日の場合は翌日)。P無。
●函館市末広町8-14 ☎0138-84-8919



アメリカンダイナー気分の極上バーガー

バーガーサービス ウォールデン

10月16日、大町電車道路沿いにオープンした『バーガーサービス ウォールデン』。噛み応えがあってジューシーなハンドチョップの炭火焼きパテを挟むのは、「ぼん・ぼん」の特注パンズ。ロースト玉ねぎの甘みとまろやかな自家製のケチャップとタルタルソースが肉の旨みを引き立てる。自家製スモークベーコンがたまらない「ベーコンチーズバーガー」(ポテト付き1595円)がイチオシ! 期間中はセットドリンク165円引き。11時30分〜LO14時、17時30分〜LO19時30分(日曜〜19時)。木曜休。P有。

●函館市大町3-16 ☎050-3176-6629





「郷土である道南の地酒を造りたかったんです」
今年5月、七飯町産の日本酒「郷宝（ごうほう）」を発売



道南発の日本酒に夢が広がる

「箱館釀蔵有限公司代表取締役 富原節子さん」

「箱館釀蔵有限公司」の代表取締役の富原節子さん

は、そう話す。

七飯町の米農家に生まれ、同町内にある酒販店に嫁いだ。豊かな水と美味しい米がある七飯町で地酒を造りたいという思いが芽生え、清酒製造事業からの撤退が決まった本州の酒造会社から事業を引き継ぎ酒造りを始めた。

「クラウドファンディングで資金を募り、周囲の方々に支えられてここまでできました」
現在は七飯町内7軒の契約農家の酒米を使って酒造りを行っている。今年10月には東京都内で開催された北海道物産展に郷宝を出品。道南発全国展開へ向けて、富原さんの夢は大きく広がっている。

「米糠は糠床に使ったり、米粉は唐揚げに使ったり、酒造りには広がりがあります。函館水産高校の生徒さんがぶりフレークを作った際に、味付けにうちの酒粕を使っていたという経緯もあり、とても光栄に思っています」
「コロナ禍で落ち込んだ米の消費に貢献し、さらに世の中が暗いムードの中での郷宝の誕生はとても明るい話題となった。さらに、多くの地元企業が箱館釀蔵の副産物である米糠や酒粕を使っている。こうしたつながりが、地域経済の未来につながる日は遠くないことを感じさせてくれる。」

「インタビューの終わり頃、富原さんもお酒が好きですか？」の筆者の質問に少し照れながら、「はい」と答えてくださった笑顔がとても素敵だった。
（慎）

HEADLINE

がんと戦うために必要な準備

Hosta(ホスタ)函館

経験豊富なアドバイザーがそろった『Hosta函館』。今回は、住宅ローンアドバイザーの資格を持ちライフプランをトータルでサポートする成迫賢太さん（＝写真左）に、がんの備えについて伺いました。

「まず大切なのは、早期に発見することです。近年は、苦痛のない手軽な検査も増えています。早期に発見し、早期に治療を行うことで治癒率が高くなると言われています」と、成迫さん。新たな治療法も毎年発見されていますが、自分自身が納得できる治療を選択するためには、費用のことをしっかりと考え、備えておく必要があります。「がんと診断された時に受け取れる医療保険の一時金は、治療費や当面の生活費などに使うことができる重要な備えです。但し、一時金の受け取りが1度限りというものもありますので、加入している医療保険の一時金が、再発や転移などにも対応できるかを確



認してください」と、成迫さんはアドバイス。無料相談も行っていますので、お気軽にお問い合わせを。無料相談は電話予約制。電話やオンラインリモートでの相談可。

募集代理店はMS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。

●函館市若松町14-10

函館ツインタワー7階・MS北海道株式会社

☎0138-26-9018

来年1月から始動します

フリースクール チェリー

桔梗5丁目に開業した学校に行くことが困難なお子さんのための塾「菜の花塾」が、オープン当初から準備を進めていた併設のフリースクール『チェリー』の活動を、来年1月からスタートさせます。「1人ひとりの気持ちに優しく寄り添うこと」をモットーに、事情があって学校へ行くことができないでいるお子さんに「こういう場所があったらいいな」と思ってもらえるような、居心地の良い学びの場を

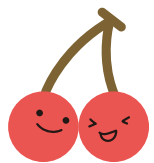


提供。スクールには心理カウンセラーが在籍しており、お子さんの不安などにしっかりと耳を傾けながら、自己肯定感を高め育むことに力を入れてゆく方針。勉強では1人ひとりに合わせ、ストレスのないよう声掛けと寄り添いを大切にしてください。「学校に行けない理由はさまざまです。どのお子さんでも心身に負担なく通うことができるように、無理のないスケジュールを組んでいますので、ご安心ください」とは同スクールのスタッフ。開校の日時など詳細はお問い合わせを。

●函館市桔梗5丁目26-14

ニューリーフセカンド203

☎090-8653-6473(代表:松田)



青ほの目

心よ、大空に羽ばたけ

▼僕の記憶に間違いがなければ、「マイケル・ジョーダン」は我が国でライト兄弟の次に、人類が空を飛べることを教えてくれた」と語ったのは、アメリカのオバマ大統領だったのだろうか？12月17日は「飛行機の日」。1903年のその日、アメリカノースカロライナ州で、ウィルバーとオーヴィルのライト兄弟が飛行機の初飛行に成功した。▼その記念すべき日から遡ること2年前、兄のウィルバーが弟のオーヴィルに話したある言葉がある。「これから1000年経っても、人類が空を飛ぶことはできないだろう」。▼飛行機の誕生が人類の歴史を大きく変えたことは、いまさらいうまでもない。その偉業を成し遂げた英雄も、実はとても弱気な発言をしていたことがあったというのだ。▼歴史にその名を刻んだ偉人というのは、いかなる時でも確固たる信念を持ち続け、揺るぎない精神力で世界を変えようとする人達だと思いがちだが、実はそんな偉人達も時に失敗して弱気になったり挫折したり、愚痴をこぼしたりするのだということを、ウィルバー・ライトの言葉から知ることができる。▼僕は編集者として様々な決断をしなければならぬ立場にあるが、決断力に自信がある時ばかりではない。何事にもチャレンジすることが大事だと分かっているながらも、慎重になったり躊躇したりしてしまうことが、年齢を重ねるごとに少しずつ増えている気がする。周囲を見渡せば自分と同時代は皆、確固たる信念で社会の一翼を担っているのだから、もっとしっかりしなくてはと思っているこの頃である。そんな時に、ウィルバー・ライトの言葉を聞いた。▼どんなに素晴らしいことを成し遂げた人でも、あるいはどんなに優れた才能を持った人でも、時々弱気になったり、あるいは気持ちが沈んだりすることがあるのだということを知った。そしてそこから這い上がって栄光へと向かうことが、人生を生きる上で大切なのだということを感じた。

▼「失敗は成功のもと」。幼少の頃に何度も聞いた言葉だ。これからどんな年齢を重ねてゆくことに失敗することはあっても、さらに少ずつ体力がなくなっても、そういうことを恐れずに何事にも果敢にチャレンジする精神を忘れたくない。そうすればきっといつか僕の心は、大空にだって羽ばたけはくはす…。

来年2月19日に確定申告無料相談会

函館民主商工会

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「函館民主商工会」では2022年2月19日13時30分～17時30分に函館市亀田交流プラザ3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。決算の方法や申告書の書き方などについて、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、商売の発展策や税金、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。昨年から新型コロナウイルス感染症に伴う国や自治体からの支援金などについての相談にも対応。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。建設業では一人親方や従業員が少ない個人事業主の労働災害保険や雇用保険の加入についての相談に対応。公共事業等で事業主が労働する場合には元請業者は下請けの事業主に労災の加入を求める場合がありますが、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ければなりません。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。9時～18時。土・日曜、祝日休。P有。

●函館市中島町18-15 ☎0138-52-3185

冬も快適！ リハビリや運動を自宅で

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」が好評。



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。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1000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対応。移動の大変な冬こそ、ぜひ利用してみてください。

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



iPhoneの故障トラブルの強い味方！

モバイル修理.jp 函館店

電話やメール、写真撮影など利用頻度の高いスマートフォン。うっかり落として画面にヒビが…ということはありませんか？

そんな時に頼りになるiPhone修理専門店の「モバイル修理.jp 函館店」が大手町にオープンしました。10月20日のオープン以来、函館市内はもちろん観光客の急な修理に対応しています。

「メーカーより部品を大量に仕入れる事で他店には真似できない地域最安値を実現！」と、うたっているのは全国展開している同店ならではのポイント。高い技術はもちろん、総務省登録修理業者で安心・安全の修理店として口コミで利用者が増えているそうです。画面の修理をはじめとするパーツの交換、データの復旧などの料金は店頭で提示されています。

Androidの修理やiPhone専用の周辺アクセサリーの取り扱いも有。修理はしたいけれど修理費用が心配で割れたまま使用しているという人もあきらめる前にまずはお店に相談してみるのがオススメです。

10時～19時。火・水曜休。P有。

●函館市大手町6-8 ☎0120-505-711



クリスマスとお正月は「海と灯」で

函館湯の川温泉 海と灯

今年7月にオープンした注目のホテル『函館湯の川温泉 海と灯』では、現在、クリスマスのお菓子・特製「シュートレン」(=写真右、1900円)を1階の売店で販売しています。限定30個。残りわずかとなっているので購入はお早めに。売店の営業時間は7時～9時、16時～21時。

同ホテル1階の和食処「雲波」では、2022年1月1日(土)～3日(月)の3日間、「お正月会席」が登場します。お正月らしい縁起がよいと言われている料理がずらり。1人前10500円、14000円、20000円の全3種類を用意しています。写真は14000円のもの。ディナータイム(17時30分～LO21時)限定で前日までの予約が必要です。



同店はランチタイム(11時30分～LO14時)には、活きの良い魚介を使った「海鮮丼」「造り御膳」「寿司御膳」などを提供。さらに新メニューも続々と登場しています。

●函館市湯川町3-9-20 ☎0138-57-5390(代表)

おすすめランチ

担当／(情)記者

手打ちそば工房 はぎ乃

土・日・月曜 11時30分～14時
P有
●北斗市萩野36-41
☎0138-77-7580



北斗市萩野の牧歌的シチュエーションにある「手打ちそば工房 はぎ乃」は、大野そば愛好会というグループで活動していた店主が6年ほど前に開業した1軒。自ら栽培して自然乾燥したそばを使っている「外二そば粉10」に對して小麦粉2の割合の手打ちそばが大好評で、多くのそば好きが足を運び、掲載写真は、オクラ、納豆、しょうが、食感をそめる「スタミナそば」(1000円)。

飯の友

担当／(ヒ)記者

漬物各種

有限会社中村商店
●函館市中島町21-10
☎0138-51-7378



『有限会社中村商店』は、中島廉売にある創業から55年以上を数える漬物の専門店。季節ごとの美味しい野菜を使った自家製の漬物を中心に、約30種類ほどを毎日店頭で並べています。この時期は「鯉漬」や「赤かぶ干枝漬」(各200グラム324円)、たくあん漬の「糖しほり糠大根」(半割1本280円)などがおすすめて毎年楽しみにしている人も多い「赤かぶ糖漬」もそのころ店頭に並ぶころ。10時～16時。日曜休。P有。

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

●北斗市七重浜4-39-1
☎0138-48-5201

「切れ味バツグン！
というクチコミは本当でした」

新品のステーキナイフで、牛肉より先に自分の指を盛大に切つてしまいました。震える手で絆創膏を何重にも貼つてなんとか止血しましたが、周りは血まみれ。生来より血が苦手なので、卒倒しそうです。救急車を呼ぶほどで、あった武士のように天を仰いで倒れ込

人体絵本
ジュリアーノ・フォルナーリ 作
加藤季子 訳
ポプラ社 税込2200円

体の仕組みを解説した絵本。ポップアップ式で、内臓が骨や筋肉におおわれている多重構造が直感的に分かります。人体の仕組みに興味止まらなくなる1冊。

コーヒーのお試しセットをプレゼント！

株式会社珈研舎



1993年に秋田市で創業した『株式会社珈研舎』は、秋田市内に「自家焙煎珈琲 アラジン珈琲」の本店・山王店と泉店の2店舗を構えています。

店主が厳選したコーヒーの生豆を買い付け自家焙煎し、それぞれの個性を引き出しています。豆本来の風味や焙煎による苦味を楽しめる深入りコーヒーをメインに豊富な種類がそろっていて、同社のウェブサイト(下記QRコード参照)から購入することができます。商品ごとに特徴が分かりやすく記載されているのでまずは覗いてみてはいかがでしょうか。

本紙初登場を記念して、「お試しセット」(1600円相当)を抽選で24人にプレゼント。このセットは深煎りの詰め合わせ。酸味のあるコーヒーが苦手な人にもおすすめです。応募は郵便番号、住所、氏名、電話番号を明記の上、メール(aladdin.akita@gmail.com)またはFAX(018-863-7311)でご応募を。締切は12月20日(月)必着。当選者には直接商品が発送されます。個人情報保護法に基づき、応募先は直接商品が発送されるのみ使用。

【お問い合わせ】
自家焙煎珈琲 アラジン珈琲 山王店
●秋田市川元山下町2-1 ☎018-863-7333



売りたい不動産の相談なら

ハウストゥ! 函館美原店

使わない家や土地を持っていて困っていませんか?

中古住宅、土地、アパート・マンションなどの処分を検討中なら、美原の交差点前にある『ハウストゥ! 函館美原店』に相談を。同店は建築および住宅設備の企業として、創業96年を誇る「株式会社小野寺住設」が運営。「買取」の場合は建物にキズ、雨漏り、漏水などがあってもそのまま、古屋も解体せずに現状渡しで引き取りしています。家の中に残っている家具や荷物も撤去する必要はありません。査定料も不要。また、売却の「仲介」をする場合には全国展開のノウハウを活かし、さまざまな媒体で物件情報を発信。売買実績なども積極的に公開しているほか、土地や建物の金額をその場で無料査定。不動産の買取金額や建物の査定金額を知りたいという人は、まずは気軽にお問い合わせを。

ローン滞納による売却や、売りたいのに売れなくて困っているといった相談にも対応。10時～18時。水曜休。毎週土・日曜の10時～15時には住まいに関わる相談をまとめてできる「不動産なんでも相談会」も開催中。
●函館市美原3-1-5 ☎0120-750-700
北海道知事渡島(3)第1114号



ハウストゥ! 函館美原店
株式会社 小野寺住設



新しいコンロで新年を迎えよう!

第一住宅設備

『第一住宅設備』からビルトインガスコンロ再入荷のお知らせです。一般的に家庭用ビルトインガスコンロの耐用年数は約10年が目安とされています。現在使用中のガスコンロに、炎の色が青ではなく赤やオレンジ色、すぐに点火できない、火力が弱く火力調節も不能、炎が自然に消えてしまうことがある、ガス臭さがあるなどの症状はありませんか? ひとつでも当てはまるならお得なこの機会に取り替えませんか?



今回紹介するノーリツビルトインコンロ「N3GT2RVQ1」は、揚げ物温度調整やタイマーなど、普段あまり使わない機能をカットしたシンプルな機種。そして操作性に優れ、リーズナブルな価格が魅力の商品です。家計応援キャンペーンとしてLPガス、都市ガスどちらでも同店標準工事費込み98780円のところで55000円で提供。「上記の機種はほんの一例です。ビルトインコンロのほぼ全品40～50%引きにてご提案させていただきます。お見積もり、点検は無料なのでお気軽にお電話いただければと思います」とスタッフ。

8時～19時。各種クレジットカード利用可。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



有明海からこんにちは! 焼海苔プレゼント!

御手水「最」厳選プロジェクト



日本一の海苔の生産量を誇る有明海。その初物の海苔が今月、競り、入札にかけられました。有明海苔の初競りはニュースなどにも取り上げられるほど、12月の風物詩になっています。

入札後、生海苔は火入れや焼きなどの工程を経て焼き海苔になります。

初摘み海苔は入札価格により値段が決まり、焼入れ工程などを経て製造されます。その焼入れにこだわった一品を『御手水「最」厳選プロジェクト!』が自信作としてラインアップ。

さらに、本紙初登場を記念して、その道40年のベテラン海苔師が吟味して選んだ今年の一番海苔「御手水」(9000円相当)を抽選で5人にプレゼント。応募は郵便番号、住所、氏名、電話番号を明記の上、メール(info@ochozu.com)、ハガキ、webサイト(下記URLまたはQRコード)のいずれかでご応募を。締切は12月20日(月)必着。当選者には直接商品が発送されます。個人情報保護法に基づき、応募先は直接商品が発送されるのみ使用。問い合わせは下記メールで受け付けています。

●佐賀県藤津郡太良町大浦丁466 <https://ochozu.jp/aoipost>





筆者プロフィール

函館市出身。函館中部高校、弘前大学卒業。高等学校教員免許取得。2005年、はこだてセカンドスクール開校。2021年度も第一志望校全員合格達成！

2021年春より、論理エッセイコース開講。今夏からオンライン自習室を始めました。毎日18時～22時30分開室中。
https://hakoseka.com

毎年、特に中3生は、高校受験を過ぎ、大きく成長することを感じています。テスト前に毎日通塾することになったが模試が入って日曜日が潰れつつ、文句を言うことなく集まって黙々と頑張る姿を見る度に、私は胸がいっぱいになります。

上手に教えさえすれば成績が上がる、と信じて疑わなかった20年前から自分でも学び取る力、すなわち自分の頭で考える力をつけることが、学力向上の上でも、そしてその後の人生において最も大切なことであると考えは変わって、1年間、それと成長してない自分にとって、受験生はとっても眩しく映るほどです。そしてこの年、受験生にはもう一つ役割があると思うようになりました。勉強を頑張るのほかに、その姿を後輩達に見せたい。まだ受験生ではない子供達も何かを手伝って取って欲しい。そして自分自身が受験生になった時の糧にしてくれるのではないかと、中3生には、そんな存在であってほしいと思っています。

兄弟が何人もいるのが当たり前だった時代と違い、兄や姉が勉強する姿を見ずに育つ子も珍しくなくなりました。受験生が目標に向かって必死に努力する姿を見せることは、何物にも代えがたい財産ではないかと思っています。そして後輩達もいずれ自分の番が来た時に、頑張っていた先輩の姿を思い出して頑張れたり、それを更に下の代に繋げていくような空間にしたいと思っています。今年も受験まで残り80日余りです。すべての受験生たちが合格を勝ち取れるようお祈りしています。

はこだてセカンドスクール

お問い合わせ
お申し込み ☎0138-51-1766

堀川教室

函館市堀川町19-4 富田ビル1階
堀川町電停徒歩1分

宝来教室

函館市宝来町11-7 2階
サツドラ宝来店向かい

ふわふわとろ〜り至福のオムライス
チーズチーズカフェ函館店

五感で楽しむチーズ料理の専門店『チーズチーズカフェ函館店』では、毎週土・日曜日にランチセットを提供。メレンゲを使ったインパクトのある1品「ふわふわの無重力チーズオムライス」(ミニサラダ付き1419円)は、メレンゲのふわふわ食感に加わる3種類のチーズの風味やとろけ具合など、全体の完成度が見事。ほかに、「ふわとろチーズの雪山キーマカレー」(ミニサラダ付き1419円)と、スープにサラダ、ポテトにバゲットにドリアまで付いた「とろ〜りチーズとジュシーハンバーグのグリルプレート」(1320円)があり、各+110円でドリンク付き。



月〜金曜17時30分〜LO23時、土・日曜は11時30分〜LO14時、17時30分〜土曜LO23時、日曜LO20時。不定休。

●函館市本町8-11 ☎0138-86-7303

話題のドルチェ缶はいかが？

カバーナ ローサ カリーナ

今月の
おすすめ
スイーツ



見た目インパクト大の今話題のスイーツ缶詰「ドルチェ缶」。その自動販売機が、JR函館五稜郭駅のほど近くに今年7月にオープンした、「カバーナ ローサ カリーナ」の店舗前に登場。本格スイーツがいつでも気軽に味わえると好評です。幅広い層に人気の「イチゴショート缶」(=写真、780円)は、甘さ控えめの生クリームとスポンジ生地が間違いない組み合わせで、そこに加わるイチゴの酸味やキャラメリーゼしたクラッシュアーモンドが絶妙なアクセント。ほかに、「ティラミス缶」(800円)、「マカロン缶」(750円)、「円山めろマリトッツォ」(420円)などそろっており、新商品の「パフェ缶」(780円〜)も見逃せないところ。さっそく、試してみたいいかがですか。

自動販売機なので24時間いつでも買えます！

●函館市亀田本町45-18 【お問い合わせ】☎0138-85-8585

ドクター講座

「知覚過敏症」について



「向山歯科桔梗クリニック」院長 向山 英明

浸透圧の影響で3層目の「歯髄(しすい)」に刺激を与えると「痛み」を感じます(導水力学説といいます)。

「歯」は大きく分けると、歯肉(しにく)から出ている歯冠(しかん)と、歯肉の中にある歯根(しこん)に分かれます。エナメル質があるのは歯冠部だけです。歯フラシする力が強く「シゴシ」磨いたり、磨くストロークが大きいと歯頸部(しけいぶ)に「くさび状」の欠損を作ります。これを楔状欠損(けつじょうけつせん)といいます。うけつせん)といいますが、そこに冷たい風や冷たい飲み物が触れると、「ピリ」っと電気が走るような刺激が起こります。

また、歯肉が加齢や歯周病によって退縮し、歯根面が露出するとこれもまた「ピリ」と刺激が出る場合があります。その他に、強い歯ぎしりをしたり、強く食いしばりをよくする人は、「歯」の歯頸部が剥がれ落ち、楔状欠損を起します。

このような原因がもとで「歯」がしみる症状を出すことを「知覚過敏症」といいます。

「虫歯」でもないのに「象牙質(きょうしつ)」がしみたり、「歯み締める」と痛みが出る方は、もしかしたら「知覚過敏症」かもしれません。「かきつけの歯科医院」にご相談ください。

「象牙質(きょうしつ)」は「象牙細管(きょうしつさいかん)」という細かい管状の組織があり、その中では水分で満たされています。この水分が、

寒い季節になり、冷たい風を吸い込んだときや、冷たい飲み物を飲んだときなど「歯」が「キーン」としみた経験はありませんか？ それはもしかしたら「知覚過敏症」かもしれません。今回は「知覚過敏症」とはどんなメカニズムで起こるのでしょうか？ 「歯」の構造は3層構造をしています。1層目にあるのが「エナメル質」です。「歯」の外形を作っているのがこのエナメル質です。非常に固い組織で摩耗検査レベルではダイヤモンドの次に固い組織と言われている。厚さは約1ミリ(永久歯の場合)で「知覚」はありませんが、よって、このエナメル質で留まっていた虫歯(初期蝕蝕)は痛みがありません。早期発見の虫歯治療が、痛みを感じないのはこれが理由です。

世界でひとつだけの筆文字

『BAYはこだて』のギャラリーブースを拠点に活動する筆文字アーティスト・夢蔵さんの作品は、不思議とその時の自分にしっくりくる言葉が書かれています。

世界に1つだけの贈り物としてもおすすめです。お任せでの書下ろしのほか、好きな言葉、色、デザイン、名刺、看板など要望に応じています。価格は、色紙1000円～、杉原紙2500円～。オンラインリモート、発送可。詳しくは「函館筆文字夢蔵」で検索を。11時～17時。水・木曜休(祝日の場合営業)、他不定休有。

●函館市豊川町11-5 ☎090-7655-8915



編集後記

年齢を重ねるごとに、寒さを感じるようになった。若い頃はとにかく暑がり、冬でも軽装でちやうど長くダウンジャケットなどを着るのには冬にダウンジャケットを脱ぎ捨てた(笑)。ところが最近はその寒さに慣れたのか、ダウンジャケットが欠かれない。そんな冬がいよいよ到来、雪がききかた、毎週末(と)に楽しもうとスキーは歳をとった現在も現役。さあ、白銀の季節が今年もやってきた。

好きなものや、つい手に取ってしまうものには誰にでも「傾向」があると思う。私の場合、キラキラが付いているものは基本何でも好き。キラキラしていい、キラキラは昔からなぜかウサギのもの。似合っている、似合っていないの二意見は受け付けません。お笑い芸人は薄着もしくは服を着ていない人、裸芸人が好きなわけではなく、面白く思う芸人さん(と)裸が多い。

玉子焼きの乱れは心の乱れ。玉子焼きは心をなつそうです。実際はどうでしょうね。フライパンの問題だともいいますか? そんなに平穩な心であつても玉子焼きがフライパンについている、もはや炒り卵になつたかと思ふ、と思うんです。つまり心の乱れは玉子焼きの乱れ。玉子焼きが炒り卵になつたときにオススメンのはじめから炒り卵を作ります(と)いう開き画。

10月下旬のこと。病院へ行く、そのまゝ入院することになり、必要な荷物を予供達のセレクトで持ってきてもらった。数時間後、届いた荷物は、大量の食べ物や飲み物の入ったバッグをきめて計3つ。明日にでも退院するつもりでいた私にとって、手厚すぎる入院グッズでしたが、予供達の気持ちのよさが伝わったので、入っていたフェイスマスクを顔に「コロンコロして」過ごしました(笑)。(BP)

グレイヘアにして1年が経ったと前号で書いたが、思い立って茶髪に戻してみた。グレイヘアにしてから知らず知らずのうちに髪が白くなっていく、今年度は今年白くなったから気付かれないという事態に陥っている。思えば10代からテクニ、ソバージュ、ワンレン、ツーフロと様々な髪型をしてきた。ドレッドにしてみたいと言った時はさすがに止められた。いつかはアフロと金髪に挑戦したい。(ヤス)

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25日現在のものです。

次号予告 12月24日号 あなたにとっての今年の漢字

青いぼすと設置場所 青いぼすとは下記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 ☐ ふらっとDaimon ☐ 中島れんばいふれあいセンター
- ☐ キラリス函館内「えぞりす」 ☐ 函館市女性センター ☐ 函館市青年センター ☐ キングストア堀川店
- ☐ 函館栄好堂丸井今井店 ☐ シエスタハコダテ内「Gスクエア」 ☐ 函館市中央図書館 ☐ 函館アリーナ
- ☐ 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
- ☐ 道の駅なないろ・ななえ ☐ 野菜100円ショップ(七飯町本町)
- ☐ 北斗市総合文化センター・かなで〜 ☐ 北斗市総合体育館 ☐ スーパーとうかい(北斗店・砂原店)

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]

読者の声

豆はマメに食べろ

今回(10月15日号)も楽しく読みました。私は豆製品を毎日摂るようにしています。美味しいうし健康にも良い。食生活が乱れがちな方へ一言、豆はマメに食べる。コメント載せてくださり嬉しかったです。寒いとラーメンが恋しくなりました。

切り抜いてストックしようかな

年齢と共に活動範囲が狭くなってきた中、コロナ禍ですます出掛ける機会が減りました。そんな中でも青いぼすととは多くの情報を届けてくださるのを楽しみに読ませていただいております。コロナ禍がおさまったらちよつとずつ出掛けて

これも豆でしなね

特集の豆を使った料理を見て、最後にコーヒードとカカオ豆が出てきました。これも豆でした。思わずほつこりしました。

毎回楽しみ

青いぼすを毎回、楽しみにしています。以前、おすめラントで、ワンコインでコーヒードのお店を紹介していたので行ってみたら、とても良いお店で、今は主人が気に入って、2人で通っています。

青いぼすと

今回の「デリシャススポット」コーナーで紹介した「チーズチーズカフェ」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、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「チーズチーズカフェ」係まで。締切は12月20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に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。