

# 青いほすと

724  
2022  
1.14

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

## お年玉プレゼント



2022年最初の青いほすとはお年玉プレゼント特集です!! 「青ほ読者にお年玉をください!」本紙のそんなワガママな願いを、笑顔で快諾してくれた企業やお店の皆様のご協力のもと、魅力的な賞品がそろいました。応募方法は次ページを参照。たくさんのご応募をお待ちしています!



### 夜の日帰りプラン ペア利用券

提供/竹葉新葉亭

1名様



1949年創業の老舗『竹葉新葉亭』では現在、卒業祝いなど各種行事のお祝い向けに「夜の日帰りプラン」(1人8800円、開始時刻17時30分~19時30分)を用意しています。

歴史ある名亭で過ごすゆったりとしたひと時は格別です。旬の食材を使った特別会席料理と趣ある温泉を愉しんではいかがが…。竹葉新葉亭からは「夜の日帰りプラン」ペア利用券を1名様にプレゼント。

●函館市湯川町2-6-22 ☎0138-57-5171



### 市松模様海苔

提供/株式会社ヤマツ

6名様



西桔梗町にある業務用食品卸業の『株式会社ヤマツ』は、惜しまれつつ閉店した函館市内の海苔生産加工の名店「内田海苔店」を受け継ぎ、本社社屋で焼き海苔販売を始めた企業。事業継承後は、早くも有名寿司店などで使われる全国各地の焼き海苔を求め、多くの市民が足を運んでいます。今回は見た目が華やかな「市松模様海苔」(10枚入1000円)を6名様にプレゼント。柄はレーザーで

つけたもので着色料は不使用。賞品の引換は「株式会社ヤマツ」社屋。

●函館市西桔梗町537-4 ☎090-8635-7910



### 郷宝 特別純米 きたしずく

提供/箱館醸蔵有限会社

3名様



七飯町にある『箱館醸蔵』は、道南では実に35年ぶりに誕生した酒蔵。「道南の米、水、人で醸す酒」をコンセプトに作られた「郷宝」は、横津岳の伏流水仕込みの淡麗旨口の逸品です。今回は「郷宝 特別純米 きたしずく」(720ml1980円)を3名様にプレゼント。昨年12月に誕生した「きたしずく」は、すっきりとしりながらも味が豊かで、日本酒好きはもとより、家庭の食卓で和食のお供に1杯…という人にもぜひ味わってほしい1本。賞品の引換は七飯町「富原酒店」(七飯町大中山1-1-3、☎0120-202-396)。

●七飯町大中山1-2-3 ☎0138-65-5599



### 香り仕込みスパークリングワイン

赤・白2本セット

提供/株式会社はこだてわいん

2名様



多彩なワインを製造・販売する「はこだてわいん」より、厳選された原料と、香りを引き立てる製法にこだわった「香り仕込みスパークリングワイン赤・白2本セット」を2名様にプレゼント。白の「ケルナー」は、日本ワインコンクールで11年連続入賞。キレのある酸味とふくよかな果実味を楽しめます。サクラアワード2019金賞受賞の赤の「キャンベルアーリー」は、フレッシュで飽きのこない美味しさ。単品でも販売。賞品は本社直営ショップ「葡萄館本店」で引換。10時~17時30分。火曜休。P有。

●七飯町字上藤城11 ☎0138-65-8170



### 函館空港店限定商品券1000円分

他4店舗共通商品券500円分

提供/千秋庵総本家

各10名様



「千秋庵総本家」からは、昨年11月にオープンした函館空港店限定の1000円分商品券を10名様に、宝来町本店、本通店、丸井今井店、千秋庵菓寮(ハコビバ店)の4店舗共通の500円分商品券を10名様に! 空港店では飛行機に乗った山親爺の焼印が入った限定品「どらやき」(1個240円)や、新商品の「小さな山親爺」(380円)、Tシャツやトートバッグなどのオリジナルグッズのほか、

定番の焼き菓子も販売。函館空港店は9時~18時(金~日曜は19時まで)。

●函館市高松町511 函館空港国内線旅客ターミナルビル1階 ☎080-4983-7819

## 6 お食事券2000円分

提供/函太郎グループ **5名様**



「函太郎グループ」からは、イートインでもテイクアウトでも使える2000円分の全店共通食事券を5名様にプレゼント。グループ店は熟練職人が旬のネタを握る「グルメ回転寿司 函太郎」、ブランド肉の三元豚など、高品質のとんかつを低価格でお腹いっぱい味わえる「とんかつ かつきち」、石窯ならではの香ばしさと、素材の旨味を最大限に引き出したピッツアをはじめ、豊富なセットメニューやバイキングメニューも評判の「ピッツァリア アモリーノ」。様々な場面に合わせて、足を運んでみては。

## 7 映画ペア鑑賞券

提供/株式会社太陽グループ シネマ太陽函館 **3名様**



写真提供:コトブキシーティング株式会社  
撮影:村田雄彦

「シネマ太陽函館」より「映画鑑賞券」をペアで3名様にプレゼント。「スパイダーマン:ノー・ウェイ・ホーム」、「コンフィデンスマンJP 英雄編」など、注目作品が目白押し! 2月には「大怪獣のあとしまつ」、3月には「映画ドラえもん のび太の宇宙小戦争 2021」など、家族で楽しめる作品も公開予定です。毎月1日の「映画サービスデー」のほか、割引サービスも充実しています。映画の公開情報、各種サービスなどの詳細は「シネマ太陽函館」で検索を。年中無休、P有。  
●函館市松風町2-8 大門ビル6階 ☎0138-22-2021

## 8 い・ろ・は・す天然水 555mlペット 24本

提供/北海道コカ・コーラボトリング株式会社函館営業課 **3名様**



乾燥しがちなこの季節はしっかりと水分補給を! 「い・ろ・は・す天然水」は、厳選された全国6つの採水地の天然水を、環境にやさしい100%リサイクルのペットボトルにボトリング。北海道の「い・ろ・は・す天然水」には、ミネラルをバランスよく含んだ札幌市清田区の水を使用。毎日の水分補給やお料理、赤ちゃんのミルク作りにも、また防災グッズとしての備蓄にもおすすめ。今回は「北海道コカ・コーラボトリング株式会社函館営業課」より、「い・ろ・は・す天然水」555mlペット1ケース(24本入り)を3名様にプレゼント。賞品は青いぼすとオフィスで引換。

## 9 モンブランルーレ3種セット

提供/プレミアムロール専門店 ガトー・ルーレ **10名様**



宮前町にあるロールケーキ専門店「ガトー・ルーレ」に、創業10周年を記念した新商品「モンブランルーレ」(1個398円)が登場しました。人気のロールケーキの上に上質なクリームをのせたオリジナル。静岡県から取り寄せる苺・紅ほっぺを贅沢に使った「いちご」、刻んだ渋皮マロンがアクセントの「あまぐり」、生チョコクリームが濃厚な「ショコラ」の3種類。同店からはこの「モンブランルーレ」の3種セットを10名様に、10時~18時。月曜休。P有。賞品は店頭で引換。  
●函館市宮前町25-8 メゾン・ド・ソワ1階 ☎0138-40-9311

## 10 「日本料理 うなぎ 松前」のうな重(上)ペア食事券

提供/函館国際ホテル **1名様**



「函館国際ホテル」ではこのほど、東館2階の「日本料理松前」が「日本料理 うなぎ 松前」としてリニューアル。厳選した静岡産のうなぎを使ったメニューを提供しています。うなぎ好きにはたまらない店のメニューの中でも特にオススメは「うなぎ重特上」(1尾4500円)や「うなぎ御膳」(半身3500円~)など。1月16日までに来店してうなぎ料理を注文した人に「うなぎ入り卵焼き」をサービスしています。11時30分~LO14時30分、17時~LO20時。無休。  
●函館市大手町5-10 ☎0138-23-8756

## 11 濃いめのレモンサワー 350ml缶 24本

提供/サッポロビール株式会社北海道本部道央道南支社 **2名様**



「サッポロビール株式会社」より、「濃いめのレモンサワー」350ml缶24本入を2名様にプレゼントします。「濃い」は、生活を豊かにする。」をコンセプトに掲げた、この「濃いめのレモンサワー」は2020年、「居酒屋系レモンサワー」として多くの支持を得た商品。シチリア産手摘みレモン果汁と、レモン漬け込み酒を一部使用した「レモン味濃いめ」のしっかり酸っぱい味わいが特長です。後味がすっきりしているので食事と一緒に楽しんでみてください。賞品は青いぼすとオフィスで引換。

## 12 入浴券5枚セット

株式会社ケーケーエム **5名様**

「株式会社ケーケーエム」より、同社が運営する昭和温泉、山の手温泉、谷地頭温泉共通の「入浴券5枚セット」を5名様にプレゼント。昭和温泉と山の手温泉は、ジャグジー、露天風呂、サウナ、打たせ湯など、バラエティに富んだお風呂が好評。谷地頭温泉は鉄分を含んだ茶褐色の湯で、室内の3つの浴槽のほか五稜郭をかたどった露天風呂も人気。各施設食堂もあります。  
昭和温泉 ●函館市昭和2-39-1 ☎0138-42-4126  
山の手温泉 ●函館市山の手3-44-28 ☎0138-35-4126  
谷地頭温泉 ●函館市谷地頭町20-7 ☎0138-22-8371

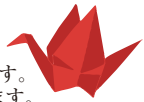


## 応募 ハガキまたは2次元コードからご応募ください

ハガキは希望賞品の番号と賞品名、郵便番号、住所、氏名、年齢、電話番号を明記し、下記宛先までご応募ください(5番は「函館空港店」または「4店舗共通」のいずれかを記入)。2次元コードからは、応募フォームに必要事項を記入の上ご応募ください。「3番」「4番」「11番」はアルコール製のため応募は20歳以上に限ります。

【宛先】〒041-0801 函館市桔梗町379-27  
株式会社青いぼすと「お年玉プレゼント」係

応募締切は1月24日必着。当選者の発表は発送にかえます。いただいた個人情報はプレゼントの発送にのみ使用します。





face

### 地球に優しい環境作りを...

「山崎商店店長 毛内美和子さん」

「プラスチックごみの問題など、私達は地球に優しい環境作りに対して、もっとアップロードしてゆく必要がある」

「山崎商店」のオーガニック食品の専門店「山崎商店」店長の毛内（もうない）美和子さんは話す。函館市出身。もともと健康作りに関心があり、ヨガを学んだことがきっかけで自身もヨガのインストラクターになった。その後、勤務する

ヨガスタジオがオーガニック食品の専門店を開業することになった際に、同店の店長になった。「食べて健康になるもの、地球環境に優しいもの。そういうものを取り扱っている店舗です」

店内にはドライフルーツをはじめヴィーガンチョコレートや各種オーガニック関連の日用品や雑貨が並ぶ。フードロスや、ごみ削減のために利用者に容器持参を呼びかけるなど、地球に優しい店舗であることにこだ

わっている。年齢や性別などに関係なく、どんな方にもおすすめしたい商品がそろっています。ご自身で利用されるためにお求めになるのももちろんご家族や親しいお友達などに贈るものとしてもぜひ、ご利用いただきたいです。そうした広がりや、環境に優しい未来を創ってゆくのだと信じています」

「プライベートでは2児の母親。ヨガのインストラクターとして、またオーガニック食品専門店の店長として、地球環境に優しい未来を描き続ける。山崎商店は ☎0138-86-5975。」

## HEADLINE

### 旬の味覚引き立つ冬期限定鍋コース！

#### 函館湯の川温泉 海と灯

古き良き函館湯の川を感じることができる温泉リゾートホテル「函館湯の川温泉 海と灯」。1階にある和食処「雲波」のディナータイムに期間限定の新メニューが登場しました。大沼牛と野菜という地産の味覚を「勝田商店の



豆乳鍋」「すき焼き」「しゃぶしゃぶ」のいずれかで味わえる「冬季限定鍋コース」(大人1人12000円、税・サービス料込)の内容は、前菜5種、お造り3種、メのうどん、果物盛り合わせ。また、函館近海の鮮魚と野菜の「寄せ鍋コース」(大人1人12000円、税・サービス料込)の内容は、前菜5種、お造り3種、メの雑炊またはラーメン、果物盛り合わせ。天候や仕入れ状況により、メニュー内容が一部変更となる場合有。

どちらのコースも前日まで要予約。ご褒美ディナーや新年会・謝恩会、晴れの日のお祝いなどはもちろん、大切なビジネスシーンにもオススメ。

和食処「雲波」の営業時間は11時30分～14時30分、17時30分～21時30分。

●函館市湯川町3-9-20 ☎0138-57-5393(雲波直通)

### ★ 催し案内

掲載内容は12月23日現在のもので、新型コロナウイルス感染状況等により内容が変更・中止となる場合があります。ご確認のうえ感染症対策をしてお出掛けください。

#### ★ 函館市民スケート場

1月16日(日)・23日(日)にイベントデー。11時～(開始15分前に場内呼びかけ)。各日定員200人。2月11日(金・祝)に感謝デー。来場者先着400人にプレゼントを用意。いずれも別途スケート場使用料。問い合わせは函館市民スケート場 ☎0138-54-5233



#### ★ 第0回 道南ご縁づくり

「何かやってみたい。でも何から始めていいかわからない」という人同士が、「まずは顔見知りになろう!」と企画された「ご縁づくり」イベント。2月11日(金・祝)14時～15時30分。会場は湯川寺。1月31日(日)まで要申込。問い合わせはTwitter「@GOEN\_Hakodate」。



#### ★ 第56回 大沼函館雪と氷の祭典

大沼湖から切り出した氷で作るジャンボ滑り台が人気。地元の小・中学生による雪像や函館アイスクーピングクラブによる氷像も展示。2月12日(土)・13日(金)9時～日没。大沼公園広場。問い合わせは一般社団法人七飯大沼国際観光コンベンション協会 ☎0138-67-3020



## 青ほの目

### 相棒

▼書店の男性雑誌のコーナーに足を運ぶと腕時計の専門雑誌が並んでいる。腕時計が好きなのは多いのだから。▼僕は腕時計には全く興味がない。でも、腕時計がないと仕事に不便なので、「時刻が分かれれば何でもいい」という理由で選んだ安価な腕時計を長年愛用してきた。それが数年前、会社で重責を担わせていただくことになった時期に、「いつまでもそんな時計をしていては恥ずかしいでしょう」と、妻がイタリア製の自動巻時計をプレゼントしてくれた。以来、取材に向いた先などで、素敵な腕時計です。▼昨年の暮れ、愛用してきたその腕時計の文字盤のインデックスが剥がれてしまった。仕事で外回りをした時に腕時計がないと不便なものである。幸い、自宅の近くに時計店があったので、すぐに腕時計を持ち込んで修理を依頼した。▼その時計店は老舗で、ベテランの店主さんが剥がれたインデックスを見事に修理してくださった。修理していただいた腕時計を受け取って修理代を支払った際に、少したく店主さんと話す機会があった。「素晴らしい技術ですね」という僕の言葉に遠慮しながら店主さんは、「長年やってきたことですからねえ。でも、そろそろ閉店も考えているんですよ。いまはインターネットで時計を買う人が多くなってきましたから」と、話していた。▼インターネットの普及は私達の暮らしを便利にしてくれた。ITインフラの時代ともいわれる中で、僕も何とかIT社会の知識やスピードに追いついているが、常にITにアプローチしていなければやがて忘れてしまふ、思考が止まってしまうのではないかと思っている。それはまるで、自動巻時計のように。▼ベテラン職人さんのおかげで僕の腕時計は見事に蘇り、外回りの仕事には必ず着用している。僕にとっては相棒のような存在だ。気づけばクロコ型押しの本革バンドは経年変化で艶が増して、とてもいい感じになっている。世の中、新しいものはかりがいいわけではないと思う。今日この頃である。▼年齢を重ねるとに新しいことについてゆくのがやっとの自分ではあるが、編集人として経年変化しながら、これからはいいものを作ってゆきたいと思っている。左利きの僕の右手首にいつも着けている相棒とともだち。(博)

## 今年もお得なキャンペーンを行います!

### 第一住宅設備

『第一住宅設備』から、新型シャワートイレのお得なリフォームキャンペーンのお知らせです。毎回好評ですぐに完売してしまうシャワートイレが久しぶりに入荷。これは見逃せません!



新型パナソニックビューティートイレの新機能「ノズル除菌クリーニング」は、ノズルを除菌水で洗浄。抗菌効果の高い銀イオンを練りこんだ「ノズル抗菌シャッター」、「Ag+抗菌便座」で、着座面やノズルカバーも抗菌効果があります。掃除のしやすい段差や継ぎ目の

少ないデザインも魅力的。さらに、新たに追加された「リズム洗浄」、「ムーブ洗浄」により心地よい水流でしっかり洗え、「スマート暖房便座」が便座に座らなかった時間帯を曜日ごと学習し、自動で節電までしてくれます。

これほどの充実機能を追加した新型モデル「パナソニックビューティートイレCH941SPF」の気になる価格は、標準工事費込86900円のところ税込29700円(標準工事費込、先着20台限定)と、新型モデルになっても価格据え置き! また、上記商品の他も各メーカー希望小売価格より30~60%引きの特別割引価格で提供中です。見積もりは無料なので気軽にお問い合わせを。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



## 「中学進学講座」の生徒募集中!

### 集団&個別指導 栄進ゼミ本校

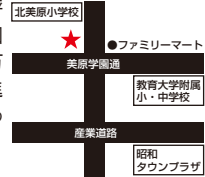


『集団&個別指導 栄進ゼミ本校』では、毎年2・3月の2カ月間限定で、小学校6年生を対象とした「中学進学講座」を開講しています。中学1年生の学習を小学校卒業前のこの時期からゆっくり始め、同じ内容を繰り返し学習し記憶する反復学習により、無理なく中学校勉強に対する力をつけてもらうのが目的。

指導科目は数学・国語・社会・理科・英語の5教科。通塾の日時は月・水・金曜の16時

~17時50分(50分×2教科)。2・3月の2カ月セット授業となっており、費用は2月分5500円、3月分11000円でどちらも教材費込。過去に受講した生徒とその保護者からは「1学期末の試験結果で上位に入れた!」と毎年好評の講座で、理解度が低いと感じられる場合には個別で無料補講を実施してくれるなど、フォローも万全。定員になり次第受付終了となります。「中学進学講座」は北美原の本校のみで実施。お問い合わせや申し込みの受付は電話のみ。

●函館市北美原1-2-1 ☎0138-46-8877



## 悩まず、今すぐご相談を!

### 障害者就労移行支援事業所 ジョブシード

障害がある人が自分に合った職場環境でイキイキと働ける街作りを目指して就労支援を行っている『障害者就労移行支援事業所 ジョブシード』。



自立安定した職業生活を実現するための準備訓練が特徴のひとつで、仕事に必要なスキルやコミュニケーション、作業訓練などを行う施設内訓練や、施設外訓練、就職活動、職場定着と、無理のない体制でステップアップしてゆきます。また、常勤の公認心理師とキャリアカウンセラーが就職後も職場への定着などをサポートします。

すでに多数の利用者が一般企業などに就職しており、その実績が目まぐるしく伸びています。本人はもちろんのこと、家族からの相談も歓迎。悩まずにぜひご相談を。障害者手帳、障害者基礎年金の証明書、自立支援医療受給者証を持っていない人も気軽にお問い合わせください。

●函館市深堀町1-7 ☎0138-83-8018 ☎080-1896-1077(担当/平野)

## 6周年感謝のワンコインキャンペーン!

### ビスターレビスターレ函館店

美原3丁目・産業道路沿いにあるネパール・インドレストラン『ビスターレビスターレ』が1月22日で6周年!

それを記念し、1月14日~2月15日に6周年感謝企画の「平日ランチ限定・ワンコインキャンペーン」を実施します。期間中は「青ぼ見た」でチキンカレー、ターメリックライス、チーズナン、サラダを盛り合わせたメニューが平日の昼のみ税込500円で楽しめます。チーズナンはプレーンナンに変更可。ターメリックライス、チーズナンのおかわりは料金別途。+100円でプレーンラッシーもセットにできます。チキンカレーは同店の1番人気のメニューです。ネパール出身のシェフが作る本格ネパール・インドカレーをお得なこの機会に味わってみませんか? 11時~15時、17時~22時(LO各30分前、土・日曜日、祝日は通し営業)。無休。P有。



●函館市美原3-53-47 ☎0138-46-7711

## おすすめランチ

担当/ (慎) 記者

### オールドウェスタン

11時~15時、17時~21時、第2・4水曜のディナーと木曜休、P有  
●函館市西桔梗町835-57 ☎0138-76-7039



函館市西桔梗町の洋食レストラン「オールドウェスタン」が新しいオーナーシェフになって再開! ランチは白替わりサラダ、温野菜、ライスの「基本プレート」(400円)に、「ローストビーフ」(700円)、「ハンバーグ」(600円)、「白身魚のエスカベッシュ」(350円)などのメインを組み合わせた、とびきり美味しい洋食を食べたい時はぜひ足を運んでほしい1軒。

## 飯の友

担当/ (ヒ) 記者

### 麻婆豆腐

中国料理 香港 柏木店  
●函館市柏木町7-2 ☎0138-52-6478



柏木町にある「中国料理 香港の「麻婆豆腐」は、山椒の豊かな風味とほんのり辛い味が食欲をそそぐ、同店の豊富なメニューの中でもとりわけ人気のある一品。テイクアウト(要電話注文)もできる。自宅で気軽に味わうこともできます。辛さ調節可。テイクアウトの麻婆豆腐は1人前500円、11時30分~14時30分、17時~19時30分(テイクアウトは19時30分迄)。水曜休、P有。

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



実はこちらの文章、とあるエッセイのパロディです

ポディタールの替えどきがわかりません。今使っているポディタールも、いつ買ったのか記憶にないほど連れ添ってあります。数百円で買ったこのポディタール、特に気に入っているというわけでもありませんし、使い心地もへたつております。しかし、くたびれているとは違って、特に不都合はございませんので、捨てるのにもためらわれます。いっそのことカビでも生えて悪臭がし、派手に破れてくれれば、心置きなくゴミ箱にかげまはさばどうされていますか?

放り込めるのですが、良くも悪くも簡単にはへこたれませんが、十分に役割を果たしてくれたと思えますので、新しい年になったこのタイミングで気分一新、取り替えようかと思ったのですが、書いているうちに自分の有様のように思えて忍びなくなってきました。継続させるべきか、世代交代すべきか、皆さまはどうされていますか?

温泉マークポディタール  
税込550円



お風呂アイテムはなぜか昭和レトロな雰囲気でそろえたいなっちゃいます。こちらの他にも色々なポディタールがございます。

心も体もほっこのスペシャルメニュー

ヤギーズコーヒー



「なかなかやつ」、「謎なやつ」。柏木町にある『ヤギーズコーヒー』の炭焼き自家焙煎コーヒーには、そんな名前が付けられている。人には「固定観念」がある。例えば、「コーヒーのネーミングはカタカナが普通」とか…。そんな固定観念から離れたその先に、ワクワク感みたいなものが生まれる。「なかなかやつって、どんな味のコーヒーなのかな?」みたいな…。

『ヤギーズコーヒー』では、人気の「ケーキセット(ベリーケーキまたはメープルナッツケーキ)」と、店舗併設サロンでの揉みほぐしメニュー(頭・肩・足などいづれか1カ所)を、セットで2000円の「ほっこりセット」にして2月28日までの期間限定で提供中。状況により当日の揉みほぐしができない場合があるので、利用の際は店舗にご確認を。

スイーツと揉みほぐし。かけ離れた2つのことだが、固定観念から離れたその先に、ワクワク感みたいなものが生まれる。柏木町の一軒家を改装した「謎なやつ」は案外、「なかなかやつ」なのかもしれない。

11時~LO16時30分。火曜休。P有。

●函館市柏木町7-65 ☎080-1886-9906

「最新システムで行う姿勢相談室」開催!

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」が好評につき、コンテジ吉小会議室にて毎月2回、「最新システムで行う姿勢相談室」を開催します。1月は18日と25日の18時~20時の間で1人約30分(基本的にマンツーマンで行います)。定員は各日3人(要予約)。参加費は2000円。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おり、この「姿勢相談室」でも相談やアドバイスを実施。さらに、完全オーダーメイドの姿勢資料をプレゼント。「自分の姿勢を知り意識して生活すると、体の調子に差が出てきます」と森田さん。まずは、自分自身の姿勢をチェックしてみませんか? LINE(ライン)公式アカウントからも予約可能。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2次元コードからどうぞ。自費型訪問リハビリは姿勢分析と合わせて通常約40分8000円のところ、初回約1時間1000円。

☎090-1644-5880



売りたい不動産の相談なら

ハウスドゥ! 函館美原店



ハウスドゥ! 函館美原店  
株式会社 小野寺住設

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「ハウスドゥ! 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97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時には住まいに関す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



太良町からこんにちは! 無農薬多修良みかん

御手水「最」厳選プロジェクト

名付けて「御手水みかん大作戦!」。先月に続き、佐賀県藤津郡太良町の「御手水「最」厳選プロジェクト」より、第2弾として「みかん」が登場! 自然本来の力強く、懐かしい味わいを楽しめる「多修良みかん」は、甘さだけではなく①皮を剥いた瞬間に強い香りがする。②剥きづらいと感じるほど実がバンバン。③甘みはもちろんちよとした酸味も楽しめる。④飲み込んだあと、もう1度みかんの香りが印象に残る…。そんな30~40年前の昔懐かしい味わいのみかん。



今回は北海道の市場ではあまり出回ることがなく、「メルカリ」でも大人気の「竹選・多修良みかん」(5000円相当)を抽選で8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、ハガキまたはウェブサイト(下記URL)からご応募を。締切は1月31日必着。当選者には直接賞品が発送されます。個人情報保護法に準拠したダイレクトメールの発送のみに使用。問い合わせはウェブサイトからどうぞ。

【問い合わせ・応募先】

御手水「最」厳選プロジェクト

【ウェブ】<http://ochozu.jp/products/detail/mikan.html>

【ハガキ】〒849-1612 佐賀県藤津郡太良町大浦丁466

### スープカレーは60種類のバリエーション ロケットカレー函館本町店



本町交差点そばに位置する『ロケットカレー』は、道内に5店舗を展開するスープカレーとルーカレーの店。昨年11月にオープン1周年を迎えました。スープカレーは、スッパリとした味わいに仕上げたところ特徴的な「オリジナル」をはじめ、ほどよい酸味が特徴的な「トマト」、まるやかで甘みのある「ココナッツ」など、5種類のスープと、「チキン」「ホルカラ」「ベジタブル」など、12種類のメイン具材の組み合わせにより、60通りにもなるメニューから好みの味を堪能できます。たまねぎをじっくり煮込んだ甘みとコクのあるルーカレーも人気。テイクアウト可。店から2~3km圏内は宅配も可能。11時30分~LO22時30分。無休。P無。  
●函館市本町6-15 キングスランドビル1階  
☎0138-83-7776

### 漢字1文字目標を決めよう

2022年が始まりました。歳を重ねるたびに1年が過ぎるのがどんどん早く感じることを実感してはいますが、数年前から始めたことがあります。それは、年の初めに漢字1文字で目標を決めること。以前から「今年はこの年にしたい」と言う目標は考えていたのですが、3カ月後にはすっかり忘れてしまった。日々をただこなすだけになってしまいがちでした。そこで、お正月に今年1年の目標の漢字1文字を決め、それを家族や親しい友人に宣言したり、スケジュール帳に書いた。1年間で目標を達成して過すようにしています。年末には、自分自身でどうだったか振り返ったり、お互いどうだったか話し合ったり、おしゃべりして、また来年の候補をほらち考えながらお正月にまた1文字目標を決めます。漢字1文字だとさすがに忘れませんが、周りに宣言することで常に意識することができ、ずぼらな私でも続けることができました。

また前年2021年を漢字で振り返る企画がありましたが、漢字1文字目標自体は新しいものでも新しいものでもないと思えます。しかし、目標や1年の振り返りを1文字で表せるのは日本語ならではの良さだと思いますし、何より手軽でありながら、行動は大きく変わると思います。今年も始まる2週間。ぜひとも漢字1文字目標を決めて、周りに宣言してはいかがでしょうか。

### 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、弘前大学卒業。高等専門学校一種教員免許取得。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、論理エンジンコース開講。今夏からオンライン学習室を始めました。毎日18時~22時30分開室中。  
<https://hakoseka.com>

### 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

### ソフトクリーム付きの嬉しいセット!



『コーヒールームきくち』といえば、ジェラートのような食感のモカソフトが有名。この時期は店内でゆっくりと味わってみませんか？ おすすめの「抹茶フォンダンショコラセット」(ドリンク付き980円、単品680円)は、抹茶チョコソースが中からとろ〜り出てくる抹茶フォンダンショコラと、モカ、バニラ、ミックスから選べるソフトクリームを味わえる嬉しいメニュー。コーヒールームにホイップクリームを入れたり、バニラソフトに小倉あんをのせたりすると味の変化も楽しめます。ほかに、ソフトクリームとチーズケーキまたは抹茶ケーキのセットを提供(ドリンク付き880円)。9時30分~18時30分。無休。P有。  
●函館市湯川町3-13-19 ☎0138-59-3495

### コーヒールームきくち

今月のおすすめスイーツ

### トクター講座 新たな変異株オミクロン株について



「佐藤内科小児科医院」副院長 中里 諭美

昨年の夏、全国的に猛威をふるった新型コロナウイルスオミクロン株。このオミクロン株による第5波が急激に収束し、その原因はコロナウイルスワクチン接種率が全国的に70%を超えたからだと、ウイルスが変異を繰り返す中で自滅したからだと、はたまた日本人の慎重な国民性ゆえに、まだ第6波がいつ来るかわからないよと、マスク着用、感染防御対策、三密回避を引き続き徹底していたが、それとも言われていたが、実は、オミクロン株は、オミクロン株(令和3年11月下旬現在)。

正体不明のこのオミクロン株の特徴が少しずつ明らかになってきました。オミクロン株は最初に南アフリカで報告され、世界中で感染が急拡大しています。南アフリカではデルタ株からの置き換わりが急速に進み、感染力はデルタ株よりも強い恐れがある一方、軽症や無症状で済む傾向も指摘されています。重症化リスクは不明ですが、令和3年12月3日時点では、欧州などの16カ国で109件確認され、判明分では全員が軽症か無症状で死者の報告はないようです。厚労省によると、成田空港検疫で感染確認された2人も発熱、倦怠感などの症状はあるが軽症とのこと。また、新型コロナウイルスワクチンを2回接種後に感染する「ブレークスルー感染」の報告が相次いでおり、専門家が分析を急いでいます。感染研によると、同株はウイルスが細胞に侵入する際に使う表面の突起「スパイク蛋白質」の変異が約30カ所あり、デルタ株などの10カ所前後を大きく上回るため、ワクチン接種や以前の感染で体内に作られた抗体が効きにくくなっている恐れもある。このことですが、ワクチン効果がデルタ株よりも下がっているかどうかは、もう少し状況を見る必要があります。

いずれにしろ、私たちができることは、情報と冷静に向き合い、変異株オミクロン株に対しても①ワクチン接種②マスク着用やうがい手洗い・手指消毒・換気の徹底など感染対策③三密回避などの1人ひとりができる対策を継続することが重要です。国民全体が年末年始の往来を控えて、第6波が「来る来る詐欺」で終わることを切に願います。

香ばしいゴマあんが絶品の栄餅のゴマ大福

『栄餅』と言えば、明治33年創業の老舗のお餅屋さん。筆者イチオシの「ゴマ大福」(1個140円)は、販売スタートから10年ほど経つという商品で、年末のアルバイトスタッフの夜食として作った裏メニューを商品化したものさそう。黒ゴマと白ゴマをすり混ぜて、こしあんに加えているというあんは香ばしく、餅はコシがあって風味も◎。白大福と青えんどう豆入りの紅大福の2種類あります。その日作ったものをその日のうちに売り切るので、遅い時間は売り切れることも有。購入は事前予約か早めの訪問がおすすめ。8時~17時。水曜日。



●函館市栄町5-13 ☎0138-22-5482

我が家のお正月に欠かせないのが「汁」で、毎年義母が直径50センチの鍋で煮込んでおられる。その汁は、お餅のあんにも酒のあてにもなるような具だくさんで、家族みんなの大好物だ。義母を見送った一昨年から、記憶をたどりながら自分で作るようになり、義母がいたように、お世話になった方々におすそ分けをしているが、懐かしいあの味には到底及ばない。ここが違いの秘密かな。(ヤシ)

この年末年始は必ず料理を作るのを休めようかと思つています。理由は長年作つてきた料理が今の家族の人数や平均年齢に合っていないような気がするから。主に重作の量を調整すれば良いので、早く体力が衰えてきたけれど、まだまだスキーマは現役でいたい。心は白銀の世界へ、と言いたいところだが、最近スキーマの後の温泉のほうにちよつと楽しみだつたりして...。(笑)

編集後記

読者の皆さま明けましておめでとうございませう！ 本年も青いぼすとをよろしくお願ひいたします!! このコーナーでは皆さまからのお便りをお待ちしています。青いぼすとへご意見・ご感想はもちろん、イベント情報やサークルのメンバー募集などの情報も随時募集中！ 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。

TEL 0138-84-1002 FAX 0138-84-1728 Mail info@aopos.jp

読者の声

読者 温泉企画へのお便り
①2回に渡つた日帰り温泉ガイドはうれしうれしい企画です。いくつもの施設は経験していますが、今後は多くの温泉に挑戦してみます。(函館市美原1・T)
②大好きな温泉！ 大好きなピザ(11月12日号) デリシャススポットコーナーの「ピッツェットコラニマ」！ 役立ち情報がいっぱいでうれしうれしいです。温泉情報はとても分かります、これからは温泉生活に必要な情報ばかりです。ありがとうございます。(函館市昭和K・M)
③毎号青いぼすと楽しく見えております。温泉は近所のなごみ、花園温泉と、雨宮館にはよく行ったりします。ひろ遠いですが、ちよこちよこ入りに行ったりして見ます。日帰り温泉を改めて見まして、こんなにいっぱいあるんだな...。と知れました。いざあこれからは温泉がさあに恋しくなりますね。(函館市花園町1・S)
\*身近な場所に気軽に入れるリーズナブルな温泉施設がいくつもある函館は、賢い街だと思ひます。まだまだ寒い日が続きますが、温泉に浸かって暖かい春をのんびり待ちたいですね。
足が冷たくて...
冷え性がひどくなり足が冷たいと全然眠れません(涙)。デブニマ、以前からずーっと食べみてくださった。
♡ご縁がありますように(笑)。
(函館市石川町U・E)
\*冷え性で眠れないんですか!? ならば温泉です！ 「冷えは万病の元」と聞いたことがありますが、くれぐれもご自愛ください。
こんな情報希望！
毎号楽しみにしています。ランチのお店、新店などは特に注目しています。ぜひ大盛りの店特集。コロナ禍でも営業時間の遅いお店などの情報も嬉しいかな。
(函館市美原A・K)
\*お便りありがとうございます。
昨年8月10日号の特集しました左の2次元コードから閲覧できますので、ぜひチェックしてみてください。



発行元/株式会社青いぼすと
〒041-0801 函館市桔梗町379-27
電話 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。
本紙の内容は2021年12月23日現在のものです。

次号予告 1月28日号 ホットスナック特集

発行者 熊谷 貴典
Publisher Tekanori Kumagai
プロデューサー 玉橋 健彦
Producer Taketoku Yamahashi
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 Misa Sakamoto
ライター 花輪 志保里
Reporter Shihori Hanawa
安沢 ともこ
Tomoko Yasuzawa
小野 大樹
Takio Ono
配布業務 Posting reader

青いぼすと設置場所 青いぼすと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 □ふらつと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〜る □北斗市総合体育館 □スーパーとうかい(北斗店・砂原店)

読者プレゼント Webから応募ができるようになりました!

今回の「デリシャススポット」コーナーで紹介した「ロケットカレー函館本町店」より、1000円分の食事券を5名様にプレゼントします。ハガキに郵便番号、住所、氏名、電話番号を明記し、最近の出来事や思っていること、紙面に対する感想などを書き添えて、下記宛先までお送りください。また、今号よりウェブからもご応募いただけるようになりました。締切は1月24日必着。



【ハガキ】〒041-0801 函館市桔梗町379-27 株式会社青いぼすと「ロケットカレー」係
応募フォームはこちら▶

【ウェブ】応募フォームに必要な事項を記入の上ご応募ください

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く場合がございます。この目的以外での使用はいたしません。

