

青いほすと

お店と読者の架け橋になる

vol.731

2022年4月29日発行号

家族のみんなへ

いつも頑張っているお母さんへの感謝の気持ちは、「プレゼント」という形で受け取ります。つきましてはリクエストをお伝えしますね。

お母さんより



母の日

Happy mother's Day

欲しいもののリスト

美味しいものでホッと一息。たまには贅沢したいから。

目にも楽しい贅沢なアフタヌーンティ

VMGカフェ



赤レンガ倉庫を再利用した「ニッポニア・ホテル 函館港町」の「VMGカフェ」では、北海道ならではの素材を使った「アフタヌーンティ」(3,200円、2時間制)を楽しめる。6月までは道産イチゴがメインのメニューを提供。タルトなど焼菓子4種、ムースなど生菓子5種、自家製スモークサーモンのサンドイッチや雪の下ニンジンポタージュなどのセイボリー4種は、どれもシェフが腕を振るうホテルメイド。コーヒー、紅茶、ハーブティなど10種のフリードリンクとともに贅沢な時間を過ごす。完全予約制(前日15時迄受付)。10時30分~LO16時。無休。提携P有。

●函館市豊川町11-8 ☎0120-210-289

幸せな気分になれるチョコレート

プティ ベルジュ

厳しい品質基準が設けられているベルギーチョコレートの専門店「プティ ベルジュ」には、幸せな気分になれるご褒美チョコがそろっています。自慢のチョコレートを贅沢に使った「濃厚ガトーショコラ」(850円、ファミリーサイズ1,690円)は、ずっしりと重みのある正統派チョコレートケーキ。女性に人気の「ベルギーチョコタルト」(ホワイト、ミルク、ダーク各1個160円)はサクサクのタルト生地がいいアクセント。チョコ好きにはたまらない「割れチョコ」(各627円)はプレーンのほか「ナッツ」「マシュマロ」も人気。10時30分~17時。月・火・金曜休。P有。



●函館市石川町46 ☎0138-68-1354

愛情いっぱいに育った卵のプリン

里山楽房

鶏を健康的に育てる平飼いを実践する「小野養鶏場」。餌場の土作りから手間をかけ、地元野菜や海産物、乳製品など、30~40種類もの素材からブレンドする無添加の餌を与えた鶏の卵は、1玉150円という価格もうなずけるとびきりの美味しさ。採れたて卵やスイーツ、惣菜が並ぶ直営店「里山楽房」でぜひ手に取ってほしいのは、卵黄約2個分を贅沢に使用した「コタプリン」(600円)。濃厚でとろけるような舌ざわりとなめらかなど越しは、まさにご褒美プリン。全卵を使ったしっかり食感に、道産てんさい糖のカラメルがアクセントを添える「クラシック」(600円)もお見逃しなく。11時~16時。月~木曜休。P有。



●七飯町鳴川4-3-8 ☎080-1977-9972

パパからママへのプレゼントにも

地酒・ワイン屋 みのや

4月3日にジャンボイエロー亀田店向かいに移転したばかり。日本ソムリエ協会認定ワインアドバイザーが目利きをする同店は、豊富な銘柄がそろい、函館では手に入りにくい名酒も並ぶ。おすすめはイタリアワインの赤「ヴァレンチノ・メルロー フェウディ・デル・ピシヨット」(3,773円)。フルボディのしっかりした味わいながら、果実味が豊かでクセもなく飲みやすい1本で、煮込み料理などにピッタリだとか。ラベルに描かれた赤いバラの花言葉は「愛情」。日ごろ口に出せない思いをワインに込め、カーネーションの代わりに贈ってみては? 10時~20時(日曜・祝日19時)。水曜休。P有。

●函館市亀田町22-10 ☎0138-43-0020



いつもキレイでいたいから。

やさしく光るママへの贈り物

Cloud9(クラウド・ナイン)



主にヨーロッパのアンティークのパーツや、天然石を使ったオリジナルのアクセサリが並ぶ。シンプルで華奢なアイテムが多く、また、直接肌に触れる部分にはアレルギーに配慮した素材を使用しているため長時間着けていてもストレスを感じにくいのがうれしい。2,000円台~12,000円台という手取りやすい価格帯も魅力。オーナーとの何気ない会話を楽しみ

ながら、綺麗なものに触れるひとときは息抜きにもなるはず。「子連れでもお気軽にどうぞ」と同店。13時30分~17時。火・木・日曜休。P有。

●函館市弁天町15-12 2階 ☎0138-76-3885

本紙限定!「ご褒美フェイシャルコース」で美しく

ビューティートリートメントサロン ローズ

「肌年齢が10歳若返る」がコンセプトのサロン。日ごろ頑張っている女性のためにと用意してくれた本紙限定「ご褒美フェイシャルコース」は、美白効果が期待できる「パワーライトフェイシャル」と、美肌を目指す人のための「幹細胞ショット」がセットで、通常45,000円相当のところ6月10日まで、予約時に「青ぼ見た」で15,000円になるというもの。仕事や家事のモチベーションも上がる若々しく美しい肌を目指すなら、この機会にぜひ! ほかにも、肌悩みに合わせたメニューが充実。予約受付は10時~18時。不定休。P有。

●函館市戸倉町5-12 ☎0120-916-722



極上のもみほぐしで明日からも笑顔

もみほぐしサロン イヤシンス



バリ島のスパを思わせる非日常空間で、心身ともにリラックスできる店。オールハンドの「もみほぐし」(60分4,150円~)が日常の疲れを癒してくれます。仕事や家事で立ちっぱなしの人には「もみほぐし+バリ風足つぼ」(60分4,480円)がおすすめ。保湿力の高いココナッツオイルを使用する足つぼは、お肌もツルツルに! 目や首回りの疲れには「もみほぐし+ヘッド」(60

分4,380円)、贈り物には「90分セレクトギフト券」(6,590円)が好評。10時~20時(月・木曜16時迄)。最終入店各1時間前。予約優先。不定休。P有。

●函館市富岡町2-37-20 ☎0138-87-0880

生活をもっと充実させたいから。

日常に彩りを添える1品を

はこだて工芸舎

函館の作家が手掛ける工芸品を中心に展示販売。日常に彩りを添える1点物の陶器がそろっています。同店工房で制作活動を行う陶芸作家・堂前守人さんの作品は、シンプルで深い造形美と、植物模様を中心とした可憐な絵柄や彩色の美しさが特徴的で、食卓を華やかに演出してくれます。また、和と洋を融合させた個性的なデザインが魅力のAKOstudio(アコスタジオ)の作品は、食器のほかキャンドルホルダーや一輪挿しなど、暮らしにスパイスを与えてくれるインテリア雑貨も人気。10時~18時。無休。P有。



●函館市末広町8-8 ☎0138-22-7706

毎日の生活が便利で楽しくなるアイテムが勢ぞろい

菱乃実 ホームインテリア



家事にはじまり、スキンケアや疲れたときのマッサージ機にいたるまで、毎日さまざまな家電を使いこなしているお母さんに、ワングレード上の家電をプレゼントするのはいかがでしょう。テオーデパート3階にある「菱乃実ホームインテリア」には、置くだけで絵になる可愛い家電がそろっています。10時~19時。1月1日休。P有。



【写真上】使いやすいシンプル機能が特徴の美容家電「フェスティノ」は、スキンケア用、ヘアケア用、ネイル用など用途別に種類も豊富。

【同中】日本のキッチンに合うサイズ感がおすすめポイントの日本生まれのキッチン家電ブランド「レコルト」。ムダを削いだ機能と価格も魅力。



【同下】パールカラーが可愛い「デロンギ」の「ディスティンタ・ペルラ・コレクション」はケトルとオープン&トースターをセットでそろえたくくなります。

●函館市梁川町10-25
テオーデパート3階
☎0138-32-0001(代表)

Lunch

海鮮ごろごろ まかない丼

じゅげむ堂



近海で獲れた新鮮な魚介類や、気の利いた一品料理で人気の居酒屋「じゅげむ堂」。ランチのおススメは、マグロやサーモン、白身魚や自家製サバなど、10種類の具がごろごろの「まかない丼」(1日5食限定、1,760円)。まかないとはいってもお刺身として提供している魚介だから鮮度は抜群! ご飯は白飯か酢飯を選び、プラス100円でソフトドリンクもセットに。ランチタイムは現金のみで、通常の居酒屋メニューのオーダーも可。土・日曜のランチ営業もうれしいポイント。12時~L014時、17時~L022時30分。木曜日。P有。
●函館市昭和2-37-15 ☎0138-45-2020

家食

贅沢気分の絶品クロワッサン

パティスリー アキラ

今年20周年を迎える同店は、全国各地の厳選素材を使用したケーキや焼き菓子が評判の店ですが、お昼ごろに店内に広がるいい香りの正体はクロワッサン! 発酵バター豊かな風味、外側のサクサクな食感と中のしっとりふんわりした口当たりの絶妙なバランス、シンプルだからこそ違いが分かる逸品です。おうち時間が贅沢なひとときになる美味しさを、ぜひお試しあれ。1個190円。焼き上がりは、正午ごろ。数量限定のため前日までの予約が確実。10時30分~18時。月曜日。P有。
●函館市時任町34-23
☎0138-51-1187



Beauty

楽しくキレイ「美脚パンツ」

アンジュール

美ラインを叶えるアイテムならココ! 定番人気の「クチューム」のパンツ(=写真右、14,300円)は、全体のシルエット、足首が少し見える丈感、ダブルの裾などが脚をキレイに見せてくれるうえ、ストレッチ素材の軽い履き心地。トップスを選ばないのでカジュアルにもキチンと見せにも使えます。センターシームが縦ライン



を強調する「マリードール」のパンツ(=同左、10,450円)は春カラーが入荷。どちらも自宅で洗濯可。各7~13号。11時~19時。不定休。P有。
●函館市石川町350-21
カーサデクエルノ || 1階右
☎090-6093-8721

HEAD LINE -ヘッドライン-

エアコンクリーニングでクーポン券プレゼント!

おそうじ本舗 函館昭和店

「おそうじ本舗 函館昭和店」が5月1日から6月30日まで「エアコンクリーニングキャンペーン」を実施。期間中「家庭用壁掛けタイプ」(税込1台12,100円、お掃除機能付きは+8,800円)のクリーニングで、次回利用できるお得な引きクーポン券をプレゼント! 衛生的で快適な夏を過ごすために、エアコンクリーニングはおすすです。例えば、エアコンの臭いが気になる場合の原因はカビの可能性が高く、そのまま使用するとカビが部屋中に飛び散ることになります。また、見落としがちなのがお掃除機能付きタイプ。このタイプの大半はフィルター部分だけを掃除しているの、奥は汚れていることが多い



そう。仕上がりに妥協がない同店ではどちらも安心の分解技術で、外せるパーツを分解して洗浄し、臭いやカビ、ホコリなどを徹底的にキレイにします。汚れによって運転効率が低下する可能性もあるので、クリーニングすることは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+3,300円)も好評。作業は、徹底した衛生対策に取り組み行います。要望に合わせて女性スタッフ対応。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8時30分~17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
~ふれあって優しさ~



TuQ たんだ泌尿器科

理事長 函館市宮前町30番17号
田崎 雅敬 ☎0138-45-7366

においの仕組み

においとは何でしょう? においは見えません。なのに離れていても嗅ぎ分けることができます。その正体は気体となった(揮発した)分子です。におい分子は鼻の中の嗅覚受容体と結合して、人はにおいを感じます。嗅覚受容体は400種類あり理論上は2の400乗(2を連続400回かけ算した数)のにおいを感じ分けられます。視覚ですら赤、緑、青、明暗と、受容体は4種類ですから、嗅覚はよほど大切な働きをしているのかもしれない。香りで古い記憶が呼び起こされるブルースト効果や、喜怒哀楽の感情を引き起こすアロマ効果など様々な効果も知られています。自分にとって懐かしい、心が落ち着く香りを見つけたいですね。



檜山地区天然岩海苔の新物が入荷しました!

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」では、本社社屋で高品質の海苔の販売を行っています。

今年も檜山で採れた岩海苔の新物が入荷しました。

香りが強い檜山岩海苔は白いご飯にぴったりで、お弁当やみそ汁はもとより、おにぎりにしても格別です。

「松」(6,480円)、「竹」(5,940円)、「梅」(5,400円)の3種類。各数量限定で販売しています。

国産のバラ海苔(黒磯海苔)の取り扱いもあります。こちらは1袋300円です。お茶漬、お吸い物、そば、うどん、パスタ、雑炊などにぜひどうぞ。社屋での販売は土・日曜、祝日を除く平日の9時~17時。

●函館市西桔梗町537-4 ☎090-8635-7910

無料体験で自分に合う運動を体感!

arch gym(アーチジム)

理学療法士が個別に運動の指導をする、3月にオープンしたばかりのパーソナルジム。代表の小田航平さんは札幌の病院で理学療法士として働いていた経験を持ち、痛みで辛くなってから病院に足を運ぶ人たちのリハビリを数多く行うなかで「健康に過ごすために必要な運動を、病院に通う状態になってしまうもっと前から伝えたい」と思うようになったそう。ジムでは1人ひとりの身体に合わせたマンツーマンの指導が受けられるほか、運動や体力レベルに合わせて、ひとりで自由にトレーニングすることも可能。いずれも完全予約制なので、ほかの利用者を気にすることなく集中できます。「健やかな毎日を送るために、身体への理解を深めながら自分に合った運動を取り入れましょう」と小田さん。健康を目指す人はもちろん、運動の仕方が分からない人や苦手意識がある人、痛みがあつて体を動かすことをあきらめていた人なども、無料体験から始めてみませんか。まずは自分に合う運動や身体についての相談からどうぞ。詳しくは気軽にお問い合わせを。Webサイトからの予約可。10時~18時、日曜9時~13時(各受付は閉店の1時間前まで)。水曜休。



●函館市北美原1-11-9 ☎050-3188-8818



Webサイト

書ききれなかった魅力がここに!! 取材こぼれ話

P1.特集

里山菜房

小野養鶏場の卵は、卵かけご飯にするどめちゃめちゃ美味しい。



「コタプリ」のコタは支援学校教師時代の教え子。肢体不自由児のコタ君と一緒にレシビ開発したからコタプリン。蓋にはコタ母作の似顔絵が。「全母に食べてほしい」とは、取材した記者。



P2.特集

もみほぐサロ イヤシンス

新規紹介で紹介者と利用者、各200円引き。



P2.特集

はこだて工芸舎

現在、全国各地の作家作品が並ぶ「カップ展」を開催中。



中古車リース、月々3,980円~!

株式会社ディーズ コレCARラ函館石川町店



「コレCARラ函館石川町店」は、月々3,980円~という手頃な価格で、車に乗ることができる中古車リースの専門店。新車・中古車の販売、車検、整備、钣金塗装を行っている「株式会社ディーズ」が運営。リースの車両は全車無事故車で、料金には車両代、車検代、オイル交換代、自動車税、諸経費が含まれており、リース満了後は乗っている車をプレゼントしてもらえます。

車の乗り換えを検討中、また新年度がスタートし、車が必要になったという人は、同店に足を運んでみてはいかがでしょうか。不要になった車の買い取り、



下取りの相談も随時受け付けています。10時~18時。不定休。

●函館市石川町276-8

☎0138-84-6282



MAP

2号連続でお得なキャンペーンを実施!

第一住宅設備

前回紹介したりモコン温水洗浄便座がすぐに完売したため、2号連続で特別キャンペーンを行います! コロナ禍での供給不足により入荷数は限られていますが、便座の交換を考案中の家庭はお見逃しなく!



TOSHIBAクリーンウォッシュはリモコンで洗浄操作ができ、ボタンも大きくて見やすいと好評。「エアインマイルド洗浄」は、本体内のエアポンプが水流に空気の泡を送り込み、肌にやさしい洗い心地を実現。泡のはじける力を利用して汚れをしっかりと落としてくれます。抗菌加工がされている便座は、雑菌の繁殖を抑える効果が期待できるだけでなく、便座裏の段差が少ないため日ごろのお手入れもサッと拭くだけで簡単。また、面倒なノズルのお手入れは「らくらくノズル掃除モード」にお任せ! さらに、着座すると自動で脱臭運転を開始する「オート脱臭」は、立ち上がってから約1分後に自動で停止。そんな「TOSHIBAクリーンウォッシュSCS-T260」が、標準工事費込106,700円のところ39,600円(標準工事費込、先着20台限定)に!

この他にも各種水まわり商品40~60%引きの生活応援キャンペーンも同時開催中です! 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。年中無休。

●函館市千代台町29-15 ☎0120-222-592



Webサイト

写真投稿

今回のテーマは、桜と○○

桜と不満顔 / 撮影者: ますださくら



2021.4.27 函館公園にて

大人に付度しない1歳3か月の愛息子です。たぶん「良い写真撮ろうとしてんじゃないよ。こっちは新しくくっ(靴)で歩きたいんだよ」と言っています

桜とかえる / 撮影者: かえる



2005.5.14 松前にて

当時、桜の種類をほとんど知らずに見学に行き、桜ってこんなに多様な色や花があるのかと感動していました。

桜と道南いさりび鉄道キハ40形タラコ色

撮影者: 函館イベント情報局 編集長



2020.5.7 戸切地川

SNSで知り、この時初めて撮りに行きました。鉄道に興味がない人でも「いい景色だね」と思えるスポットだと思います。

桜と青空 / 撮影者: 甘いもの大好き!



2021.5.7 富岡第3公園にて

夜桜と笑函館屋 / 撮影者: 津の川温泉 笑函館屋【公式】



2021.4.20 笑函館屋にて

道南には桜スポットがたくさん! Twitter・#青ほの桜と2022でこの他の投稿も見ることができます。

1人で不安を抱える人に伝えたい

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、家族の役割を果たす「終身家族代行支援」を行う「一般社団法人スターライフ」。

1人暮らしで身近に親族もいない70代の女性は、体調面や孤独死の不安、遠方に住む親族に迷惑をかけたくないという思いから、希望に沿った形で終身にわたり支援してもらえるスターライフに入会。女性は「昨年緊急入院しましたが、スターライフが保証人として即対応してくれたので安心して療養できました。2カ月の入院期間中には留守宅の見回りや、郵便物や持って来て欲しい物を届けしてくれるなど、家族のように接してもらい心強い気持ちでいられました」と話します。現在も通院時に送迎のサポートを受けていますが「どんな天候の日も時間通りに来てくれて、常に誠実で思いやりのある代表の星さんとスタッフの方に感謝でいっぱいです」と話し、1人で不安を抱えている人にスターライフを知ってもらい、心から安心できる日々を送ってほしいと願っています。「孤独や不安を取り除くために、まずは1度ご相談ください」と星さん。相談は無料。自宅まで訪問可能。スターライフの支援内容などが分かるパンフレットは電話で請求、または函館市役所、亀田支所、湯川支所の映像広告付近に常備されています。

●函館市山の手2-44-4 ☎0138-83-2312

許可のある業者にまかせて安心

小野寺住設

水まわりのトラブル・緊急修理は、許可のある業者へ連絡を! 創業97年の「小野寺住設」は、函館市、北斗市、七飯町の「排水設備指定工事店」と「水道局指定工事店」の許可を得ている企業です。そんな同社から、高性能便座がお得になるお知らせ。パナソニックの「ビューティー・トワレ」は、かんたんなお手入れで快適に使える温水洗浄便座の人気機種。継ぎ目がなく汚れの付着しにくいステンレスノズルは、スイッチひとつで出てくるため、掃除をしやすいのが特徴です。本体もワンタッチで脱着できるため、手軽に隅々までお手入れすることができます。



また、使用の度に「使用前」「使用后」「立ち上がり後」の3回、ノズルを自動洗浄するのでキレイが長持ち。この「ビューティー・トワレ」を今回は先着20台に限り、標準工事費込、税込24,900円で提供します。メーカー問わずほとんどの便器に装着できる機種なので、便座の交換を検討中の人はこの機会をお見逃しなく。数に限りがありますのでお早めに。その他、トイレ本体も各メーカー在庫があるのでお問い合わせを。水まわりのトラブルから住宅の改修などまで、住まいに関するさまざまな相談に対応できる施工実績豊富なスタッフが、親切丁寧に対応してくれます。ご相談はお気軽どうぞ。

●函館市美原3-1-5 ☎0120-750-750

オリコン顧客満足度 No.1

小野寺住設



創業97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」は、2021年オリコン顧客満足度調査において、戸建リフォーム総合ランキング第1位を獲得。

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。また、美原交差点前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で、毎週土曜日には同社建築士によるリフォーム無料相談や、補助金などの相談も行っています(土曜日以外は要予約)。さらに「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33,000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



スマートフォンを使ってみませんか?

フィットアップ



「自費型訪問リハビリ」の「フィットアップ」では、65歳から始める訪問型スマートフォン指導サービス「モバイルフィット」が好評です。

「機能がありすぎて、どこに触れていいかわからない」「教えてくれる人がいない」といった高齢者の声に応じて開始

した同サービスでは、代表の森田拓也さんが、求めに応じて利用者の自宅や施設などに行き、1人ひとりのペースに合わせて指導。

利用者からは「森田さんがいる安心感からスマホに触れるようになりました」「同じところを何度もやらないと覚えられませんが、繰り返し丁寧に教えてもらえるので心強い」「スマートフォンに機種変更するときから同行してもらい、店員さんの説明を分かりやすく教えてくれるなどサポートしてもらいました」と喜ばれています。指導料は1カ月定額10,000円(訪問は月4回まで。メールやラインでの質問は何回でも可)。詳しくは気軽にお問い合わせを。

☎090-1644-5880



青ぼの★勝手に応援!!

常に日本一を目指し「ちゃんとやる!」

北海道知内高等学校野球部

北海道知内高等学校の野球部は、2年生22人、3年生23人に1年生を迎え、心をひとつに前進している。昨年は大事な場面で平常心を保つことができず、経験の差も埋めきれなかった。しかし、その悔しい思いがあつてこそやるべきことが明確になり、「ちゃんとやる」という合言葉が生まれた。それは野球の中だけではなく、日常生活でもほんの少しの「面倒」と勝負し、常に本番を意識して「やりきる」習慣を積み重ねている。左腕の投手坂本さんはチームを勝利に導くピッチングを、捕手の中田さんはピッチャーの良さを引き出すためのリードを、4番打者の馬淵さんはチームの顔となるよう意識を高くバットを振る。それぞれが自分の責務を全うすることは、主将の高橋さんが話す「自分達が勝つことで、元氣や勇氣を持ってもらいたい」という思いに繋がっている。そして「常に日本一」という目標に向かって、今日も白球を追いかける。



下肢静脈エコー検査に ついて

臨床検査技師 畑山 亜紗子

下肢静脈エコー検査とは、超音波を用いて下肢の静脈を観察し、血栓や瘤がないかを確認する検査です。

血管は超音波で見ると、血液が流れているため黒く映ります。血栓があると血の固まりができるため、固まりは白く映ります。また、カラードプラという方法で血流の色を表現し、血液の流れるスピードなども計測します。

下肢の深部静脈に血栓ができると、足のむくみ、足の痛み、皮膚の色の変化などの症状を起すことがあります。この状態が何らかの原因で血流の詰りに移動し、肺の血管を詰まらせると胸の痛みや呼吸困難などを起すことがあります。これを肺血栓塞栓症といい、いわゆるエコノミークラス症候群と呼ばれています。血栓の詰まりは、長時間にわたって運動量が低下し、血のめぐりが悪くなる状態（寝たきり、肥満、長時間の座位など）や、血の固まりやすくなる状態（がん、膠原病、妊娠など）があげられます。

人工関節や人工股関節などの手術をする場合、下肢の手術前のスクリーニング検査として下肢静脈エコー検査が行われることがあります。患者さんのけがなどの状態などにより、足を動かせなかったり、脂肪やむくみで血管が見えにくい状態の場合があり、また両足の主な静脈をくまなく観察するため、検査時間はかかりますが、患者さんの手術後の安全のため、検査は見落としが無いよう行われます。

また、下肢の手術後は体を動かさないため、弾性ストッキングの着用やポンプ等を用いた血栓予防に努めます。下肢静脈エコー検査もリスクを下げる予防策のひとつです。

吸困難などを起すことがあり、これを肺血栓塞栓症といい、いわゆるエコノミークラス症候群と呼ばれています。血栓の詰まりは、長時間にわたって運動量が低下し、血のめぐりが悪くなる状態（寝たきり、肥満、長時間の座位など）や、血の固まりやすくなる状態（がん、膠原病、妊娠など）があげられます。

人工関節や人工股関節などの手術をする場合、下肢の手術前のスクリーニング検査として下肢静脈エコー検査が行われることがあります。患者さんのけがなどの状態などにより、足を動かせなかったり、脂肪やむくみで血管が見えにくい状態の場合があり、また両足の主な静脈をくまなく観察するため、検査時間はかかりますが、患者さんの手術後の安全のため、検査は見落としが無いよう行われます。

また、下肢の手術後は体を動かさないため、弾性ストッキングの着用やポンプ等を用いた血栓予防に努めます。下肢静脈エコー検査もリスクを下げる予防策のひとつです。

医療法人社団健和会 函館おおむら整形外科病院
●函館市石川町125-1 ☎0138-47-3300 <http://www.ohmura.or.jp/>

世の代書屋 松田聡がズバリ!

マシ本気談

—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〜
電話にてご予約ください。

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

行政書士の松田です。人の動きは落ち着いてきたように感じます。新年度に入り、当事務所は大きな変革を迎えることになりました。道南で最初の行政書士法人の誕生です。代表には若いピチレチした行政書士が就任し、私ははいよいよ終活に入ります。が、私自身の業務はこれまでどおり変わりません。法人化後、コロナ禍において静まりそな街に

少しでも活気を呼び込もうと、地元の方々が地元での活動のため、創業認可・免許などの業務、また、外国人労働者の雇用など、その後押しになるような活動を繰り返してあげようというものです。これらと並行し、若者のキャリア教育の環として、職業体験やセミナー等を積極的に行っていきます。

自分自身の命の使い方考えたとき、出来ないイメージではなく、出来るイメージであることが大切です。多くの皆様の支えがあつてこれまで継続できたことに感謝です。この先も、なんとかやる、やらずに評論するなをモットーに鋭意邁進してゆくと所存です。

ところで、この原稿を書いている最中に、うちの婆様が「変な電話が多いいねさ」と土地を買わないか、株をもつていないか、聞かれて、それで膝カブならあると、言つてやたら電話を切られたさ。うちらなんて財産ないからね。せいぜいあるとすれば爺さんの写真くらいだべさ」なんて言っているのか話してしまいました。

最近も、特殊詐欺が横行しているようです。私なんて、引つ掛かりやすいタイプかもしれない。まあ、いい話は無いに等しいと心に決め、また、親族の誰かがどうにかなつたとなれば、ひと呼吸おき、冷静になって電話を切るくらいの心構えが必要でしょう。日頃から親族や友人知人間でのコミュニケーションを図ることも不可欠だと思います。

こんなこと聞いたら恥ずかしいとか、そんなことではなく、自らを守るために胸襟を開けて相談できる人がいれば安心です。私も、これまでどおり、相談を受けていきかけてください。今晚、何喰つたらいいんですよ。ごめまして、チームマツダ行政書士法人をよろしくお願ひ申し上げます。感謝。

世の代書屋 松田聡がズバリ!

行政書士の松田です。人の動きは落ち着いてきたように感じます。新年度に入り、当事務所は大きな変革を迎えることになりました。道南で最初の行政書士法人の誕生です。代表には若いピチレチした行政書士が就任し、私ははいよいよ終活に入ります。が、私自身の業務はこれまでどおり変わりません。法人化後、コロナ禍において静まりそな街に

Present

このマークが目印! ▶

プレゼント

液体出汁「極UMAMI美人」(P7掲載)…5名様

ハガキで応募

郵便番号、住所、氏名、年齢、電話番号を明記し、紙面に対する感想などを書き添えてご応募ください。

送付先 〒041-0801 函館市桔梗町379-27
株式会社青いぼすと 4・29プレゼント係

Webで応募

応募フォームに必要事項を記入の上
ご応募ください。

応募フォームはこちら▶

応募締切

5月9日(月)必着
※当選者の発表は発送をもってかえ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場合がございます。

医療法人社団健和会 函館おおむら整形外科病院

●函館市石川町125-1 ☎0138-47-3300 <http://www.ohmura.or.jp/>

下肢静脈エコー検査について

臨床検査技師 畑山 亜紗子

下肢静脈エコー検査とは、超音波を用いて下肢の静脈を観察し、血栓や瘤がないかを確認する検査です。

血管は超音波で見ると、血液が流れているため黒く映ります。血栓があると血の固まりができるため、固まりは白く映ります。また、カラードプラという方法で血流の色を表現し、血液の流れるスピードなども計測します。

下肢の深部静脈に血栓ができると、足のむくみ、足の痛み、皮膚の色の変化などの症状を起すことがあります。この状態が何らかの原因で血流の詰りに移動し、肺の血管を詰まらせると胸の痛みや呼吸困難などを起すことがあります。これを肺血栓塞栓症といい、いわゆるエコノミークラス症候群と呼ばれています。血栓の詰まりは、長時間にわたって運動量が低下し、血のめぐりが悪くなる状態（寝たきり、肥満、長時間の座位など）や、血の固まりやすくなる状態（がん、膠原病、妊娠など）があげられます。

人工関節や人工股関節などの手術をする場合、下肢の手術前のスクリーニング検査として下肢静脈エコー検査が行われることがあります。患者さんのけがなどの状態などにより、足を動かせなかったり、脂肪やむくみで血管が見えにくい状態の場合があり、また両足の主な静脈をくまなく観察するため、検査時間はかかりますが、患者さんの手術後の安全のため、検査は見落としが無いよう行われます。

また、下肢の手術後は体を動かさないため、弾性ストッキングの着用やポンプ等を用いた血栓予防に努めます。下肢静脈エコー検査もリスクを下げる予防策のひとつです。

第2回おこちゃまつり

催し



子どもの好きなお店が勢ぞろい! 雨天・荒天中止。駐車場有(50台)。
日時:5月5日(木・祝) 10時~16時
会場:ハコニワ (五稜郭駅向かい)
【問い合わせ】
ブルーコンピューター
☎0138-87-0516

整体サロン ケアリずむ

新店



整体サロン
ケアリずむ

ワンランク上の癒しを提供する「もみほぐし」、女性ならではの体調の悩みを聞いたり、美ボディ作りをサポートする「美容整体」などのメニューを用意。男性の利用可。各メニュー初回割引有。Webサイトからも予約ができます。10時~22時。不定休。P有。
●函館市中道2-6-18 中道ロイヤルヒルズ103
☎0138-76-1422 <https://c-rism.com>

液体出汁「極UMAMI美人」

人気

5種類の海藻のおいしさを10倍濃縮した函館生まれの万能調味料。ちょい足しするだけで、簡単に料理がワンランクアップすることから人気上昇中。道南エリアの「コープさっぽろ」全12店舗ほかで取り扱い。



【問い合わせ】
☎050-8880-9145
(平日9時~17時)



はこだてわいんゴールデンウィークフェア

催し

毎回好評のお得な「地域還元ワイン」を数量限定、1本税込500円で提供。また、直営店の「葡萄酒館」では、いつものワインが通常価格の10~20%OFF。無料駐車場(100台)完備。

日時:5月3日(火・祝)・4日(水・祝)10時~16時
(葡萄酒館は17時30分まで営業)

【会場・問い合わせ】

株式会社はこだてわいん

●亀田郡七飯町字上藤城11

☎0138-65-8115



第0回 道南ご縁づくり

催し

「何かやってみたいけれど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ってみよう!」と企画された名刺交換会。個人・法人問わず、学生の参加も可。参加無料。

日時:6月5日(日)14時~15時30分
会場:瀧澤山湯川寺(函館市湯川町3-35-10)
参加:5月15日(日)までに事前申込
資格:18歳以上

【申し込み・問い合わせ】

Twitter[@GOEN_Hakodate]



桜の季節です。暖かくなってくると「さて、今年はどこに桜を見に行こうかとワクワクしますが、それと同じくらい気になるのがどこでサクランボを食べようかっていうこと。人生でまだ2回くらいしか行ったことないんですけどね。サクランボ祭り。(ヒ)

ムーミンというキャラクターが妖精だと知って驚きました。カバだと思っていました。会社みんなは妖精だと知っていたからさらに驚きました。私の周りでは母だけがカバだと思っていた事が発覚したので、私のこの勘違いは幼少期に刷り込まれた可能性大。(まい)

TIK TOKは子供達から転送されてきたものだけを見ていましたが、携帯を変えて娘に設定を任せたら「すぐ見るようにしておいたよ」と満面の笑み。少し前まで「また見てる」と言っていた私ではありますが、今言ったら「どの口が言う」と状態です。(BP)

図書館や書店などで月に数度ボランティアをしている。いつもは3歳以下がメインだが、春休みのある日、赤ちゃんと交じって小学校中学年くらいの男子の姿が。小さい子に癒されましたというその笑顔に、おばちゃんたちのハートは撃ち抜かれました。(ヤス)

編集後記

いつか来るその日のために…

▼死体探しを一緒にしたことはないが、高校時代は映画のスタンドバイミミーのような仲間4人組がいた。その仲間のうちの1人が下宿人だったので、放課後にはよくそいつの部屋にたむろして夢を語り合った。▼大人になってからはそれぞれ結婚してそれぞれが発起人をやりあった。やがて1人が札幌市に転勤になってからはそいつが帰省する度に4人で集まって酒を飲むようになった。それが僕にとって今も続く人生で最高に楽しいひと時である。▼そいつは今年も3月下旬に帰省したの

で、早速4人で酒を飲んだ。いい歳をしたオヤジ達が残りの人生の夢を語り合い、そのうち4人でバイクツーリングをしようということになった。日本1周は無理でも、どこか遠いところまで行ってみようという話になった。何となくいう話に濃厚なビールを飲みすぎたせいかもしれないが、青春時代がもう1度やってきたような気がした。▼五十路を過ぎてから幸せになるために何が必要か? お金? 住みやすい家? 地位とか名誉? 違う、友達だ。▼いつか来る「その日」のために、マブい革ジャンを見つけては…。(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

本紙の内容は2022年4月14日現在のものです。

次号予告 5月13日号 ギルティブルメ特集

発行者
編集長
副編集長
ライター
営業
配布業務

熊谷貴典
玉橋健彦
平井由佳
坂本麻衣
花輪志保里
安沢ともこ
青山慎司
小野大樹