

お店と読者の架け橋になる

青いほすと

vol.736 2022年7月15日発行号

この夏オススメのレジャー情報



夏を遊べ!!

大人も子供も楽しめるカヌー

HAKODATE ADVENTURE TOUR



カナディアンカヌーをメインとしたアウトドア体験を提供。汐泊川や大沼国定公園の大沼湖、小沼湖で楽しめるカヌー体験は、パドルを漕いで水上を進みながら水や自然との一体感を味わえるのが魅力。川の流れが比較的緩やかな汐泊川のコースでは、ゆっくりカヌーで下りながら魚や野鳥を観察し、木

のトンネルをジャングルクルーズ。さらに、中洲に上陸してのコーヒータムや水遊び、箱メガネを使っての水中観察なども幅広い層に好評で、津軽海峡に注ぐ川口まで約3kmの冒険ツアーを満喫できます。丁寧なレクチャーで初心者も安心です。

「探検コース」は大人9,000円(1人の場合+2,000円)、小学生6,000円、3歳～小学生以下4,000円のところ、ツアー中クリーン活動に協力すると、道南在住者は大人6,000円、小学生4,000円。8時30分～17時。不定休。

●函館市広野町1-5

☎080-9615-0331(中田)



風と遊ぶスカイスポーツ

函館スカイパーク はやぶさ



空中散歩が楽しめるパラグライダーに気軽にチャレンジできる「パラグライダーレッスン体験」(10,500円、保険代込)。小学3年生から参加でき、これ

までには80代の受講生もいたそう、自転車に乗れる程度の運動神経と坂道を登る体力があれば、ほぼ誰でも飛ぶことができるのだとか。五感を研ぎ澄

ませて風を読み、自然に身をゆだねる体験はまさに非日常。大沼国定公園と駒ヶ岳の雄大な景色を、ぜひ空から堪能して。

開講は6月から11月上旬までで、1日1組限定。午前か午後いずれかを選ぶ。午前の部のみの「天空CAFEランチ付きプラン」(13,000円)は、函館七飯 Gondラの往復と山頂のカフェでのランチがセットになったお得なプラン。予約・問い合わせはメールで。9時30分～11時30分、13時～15時。不定休。P有。

●亀田郡七飯町東大沼666

函館七飯 Gondラ ゲレンデ内

【メール】hakodate_hayabusa@yahoo.co.jp



荷物は最小限。大自然の中でお手軽キャンプ!

BEYOND VILLAGE(ビヤンド ビレッジ)

キャンプ未経験者でも楽しめることで人気のグランピング。大沼公園広場からほど近い場所にあり、1年中キャンプができる「ビヤンドビレッジ」には、「ちょっと贅沢な手ぶらキャンプ」をテーマにした4張りのテントを常設したグランピングサイトがあります。テントの中は北欧スタイル、赤を基



調色に可愛らしいインテリアでまとめた女子会におすすめの部屋、広々としたファミリータイプ、ベットと泊まれるなど、それぞれ違ったコンセプトでコーディネート。

ほかにも、山口オーナーが「小さな村」と呼ぶこの場所には、車をテントに横付けできるオートサイト、キャンピングトレーラーとRV車を停めてテントを張れるRVサイト、キッチンやシャワー完備のコテージなどがあり、シーンや目的に合わせて利用できま



す。予約や問い合わせ、詳細などはメールまたはWebサイトからどうぞ。食事の提供はないので、利用するならアウトドア料理にもぜひ挑戦を!

●亀田郡七飯町字大沼町158

【メール】contact@beyondvillage.com



キャンピングカーをレンタル

セレクトキャンピングカー ハコダテ



運転席の上にバンクベッドがあるキャブコンタイプのキャンピングカーをレンタルできるのがココ。友達同士や家族で、気軽にキャンピングカーライフを体験できます。車両は乗車定員7人、就寝は大人5人が目安のオートマチック車で、普通自動車免許があれば運転が可能。車内は2段ベッドをはじめ、シンク、ガスコンロ、テレビ、冷凍冷蔵庫などが完備されており、冷暖房は車両エアコンのほかに家庭用エアコン、FFヒーターも設置されています。また、鍋などの調理器具や食器類、救急箱なども用意。ポータブルトイレ、チャイルドシート、ジュニアシートは無料貸し出しするなどサービスも充実しています。利用料は24時間レンタル(オフシーズン平日15,000円～)のほか、当日利用(同6,000円～)や1時間毎(同700円～)の設定も有。7～8月はハイシーズンで24時間レンタル35,000円、1時間1,600円。ベット不可。9時～18時。

●函館市昭和4-27-22

☎050-3172-8982



かもめ島でマリリンギ

かもめ島マリリンギ運営事務局

次世代へ海を引き継ぐため、海を通して人と人がつながる活動を推進する「日本財団 海と日本PROJECT」の一環として開催されている「かもめ島マリリンギ」は、日本海を一望できるかもめ島の頂上に設置された直径6mのドーム型テントに宿泊しながら、マリンカイトやカニ釣りなどの海洋体験、たき火、食事などを楽しめる宿泊プラン。夕食はレストランが提供する豪華なBOXディナーか、スタッフに焚き火サポートをしてもらいながら食べるだけ、という贅沢なBBQかを選べます。料金は2人の宿泊、食事、体験込みで52,000円。+2人まで追加可能で、追加料金は大人1人26,000円、小学生1人15,000円、未就学児1人5,000円。1日1組限定、10日前まで要予約。ほかに「手ぶらキャンプ宿泊プラン」も有。開催は10月23日まで。電話受付9時～17時。土・日曜、祝日休。

●檜山郡江差町字姥神町1-10

☎0139-56-1144



大自然が残る秘境海岸を巡る

岩部クルーズ

海の底を覗くことができる「グラスボート」で福島町岩部漁港を出航し、高さ200mもある大きな崖をはじめとする手つかずの大自然が残る秘境・岩部海岸を巡ります。

透き通った海と、目の前に広がる圧倒的ともいえる大自然の風景。奇岩をすり抜け入る「青の洞窟」は、神秘的で思わず息をのむほどの美しさ。

クルーズ中に船上から「ドローン」を飛ばして行う「船上ドローン記念撮影」は、自分たちで撮る写真とはまた違った感動を与えてくれる追加必至のオプションです。

就航は1日3回(1便9時～、2便10時45分～、3便12時45分～)。各コースの料金、詳細、問い合わせはWebサイトからどうぞ。8時30分～17時(4月下旬～10月上旬)。前日までの完全予約制。冬期間運休のほか波高・荒天時は運休の場合有。P有。

●松前郡福島町字岩部65-1

☎0139-46-7822



馬の背に揺られ自然を散策

株式会社どさんこファーム

東山近郊をフィールドに、初級者から上級者まで、レベルに合わせた様々なレッスンを行っている乗馬クラブ。北海道産名馬「どさんこ」馬を中心に、馬に乗るのは初めてという人も安心して楽しめる観光体験乗馬から、険しい森のアップ・ダウン・トライや草原でのホース・ライディングなど、上級者も大満足のスリリングな

乗馬体験ができるプランまであります。限られた時間の中で馬の歩かせ方、止め方、曲がり方などを学び、山の中を馬と散策。馬の背にゆられて大自然の中を進めば日頃のストレスも解消されそうですね。乗馬は性別や年齢はもちろん、運動が得意な人もそうでない人も誰でも楽しめるものなので、家族での思い出作りにもオススメです。

「どさんこファーム」はほかに、和鞍の修理修繕や競技流鏑馬のレッスンも行っている数少ない施設。詳細はWebサイトで確認できます。

●函館市東山町180-14

☎0138-30-1035



Sweets

お茶の風味豊かなかき氷

丸山園茶舗湯の川店



茶販売を通じ、お茶の魅力を伝える同店ならではの「かき氷」。氷は水で作ったものと伊勢茶で作ったものがあり、どちらもふわふわで口どけが良いのが特徴。シロップは日本を代表するお茶の名産地・京都から仕入れた「抹茶」または「玉露」を使用した2種類を用意。氷の中にたっぷり入っているシロップはどちらもお茶の風味豊かで味わい爽やか。ミルク(+50円)をかけると全体がまろやかに調和します。抹茶茶碗で提供されるのポイント。価格は各400円、伊勢茶氷は各500円。11時～16時。日曜休。
●函館市湯川町2-27-29 ☎0138-57-3791

HEAD LINE -ヘッドライン-

北海道初！ 理学療法士によるストレッチ専門店！

PinPin ストレッチ



理学療法士が健康で美しい身体作りのサポートをするストレッチ専門店が、「カラダ回復とフィットネススタジオ ぴんぴんあるく」内にオープンしました。コリや痛み、体型の悩みなどの原因を、身体の仕組みを知り尽くした理学療法士が探り出し、痛みなどを引き起こしている部位にピンポイントでストレッチ。姿勢のクセなども分析し、再発予防に繋がる正しい姿勢へと導いてくれます。また、施術後も安心・快適に過ごせるように、自宅で手軽に行えるストレッチや日常生活の注意点なども提案。

「医療国家資格取得者による本物のストレッチで、健康で美しい10歳若い身体をプロデュースします!」と同店。今なら予約時に「青いぼすと見た」で、通常施術(カウンセリング&ストレッチ指導)が

6,600円のところ、初回限定1,980円になるキャンペーンを
実施中！ 期間は7月末日まで。

10時～20時。完全予約制。不定休。P 有。

●函館市美原5-18-19 ☎0138-83-1377



Webサイト

LINE

夏の相談会を開催！

新日本補聴器センター函館店

「新日本補聴器センター函館店」では、7月15日(金)から30日(土)まで「夏の相談会」を実施します。聴力の維持とともに、認知症予防にも役立つ補聴器の装用を考えるきっかけにしてほしいと企画したもの。認定補聴器技能者の資格を有する女性スタッフが、聞こえ具合や使用環境に合わせ、最適な補聴器を提案してくれます。期間中は高性能で操作も簡単な各種補聴器が最大30%引きになるほか、購入した人には電池1年分を進呈。また、10回払



いまで金利手数料が無料となるサービスや、各種プレゼントなどの特典も用意しています。会話中何度も聞き返してしまう、テレビの音が聞こえない、そんな悩みがあるなら、この機会に相談してみたいかがでしょう。無料の補聴器貸し出しや出張訪問も行っています。他店で購入した補聴器の修理や下取りなどにも対応。7月から補聴器用電池を255円の値下げ価格で販売中。出張訪問で店舗を不在にしている場合があるので、お店に行くときは事前予約を。9時～17時。日曜、祝日、第4土曜休。P有。

●函館市梁川町1-7 ☎0138-31-8338



Webサイト



テーマ：おやさいを食べよう！

トマトとなすの重ね煮

簡単で、野菜のうまみがたっぷりの重ね煮。旬の野菜をカットして、水を加えずに煮込むだけ。

教えてくれた人 八百屋すず辰 店主 鈴木辰徳さん

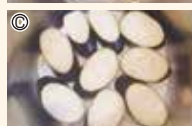
材料(3～4人分) 豚肉(バラまたは細切れ) 200～300g
トマト……………3個 ……………200～300g
なす……………2～3本 サラダ油……………大さじ1
玉ねぎ……………1個 小ねぎ(お好み)



① トマトと玉ねぎは、それぞれ縦半分にカットし、1cm幅の半月切りに、なすは1cm幅の斜め切りにする(写真A)。



② 厚手の鍋に油をしき、1番下玉ねぎ、その上になすを敷き詰めて、さらにその上に豚肉を広げながら重ねる。最後にトマトをのせ、更に同じ順番でもう1層材料を重ねる(写真B②C③D)。



③ フタをして中火で15～20分煮込んで出来上がり(写真E)。



器に盛ってポン酢をかけていただきます。お好みで刻んだ小ねぎをかけるもよし。

八百屋すず辰

「野菜で笑顔を結ぶ」をモットーに、主夫八百屋の店主・鈴木さんが、地元をはじめ全国の篤農家から仕入れた野菜を販売。電子書籍発売中。11時30分(土曜12時30分)～17時(火・金曜18時)。日曜・祝日休。P有。

●函館市本通1-24-3 ☎0138-76-9865

作った料理のカロリーチェックをしてみませんか？

料理名を入力するとカロリーが分かる！

カロリー計算ソフト「カロリーSlism」<https://calorie.slism.jp/>



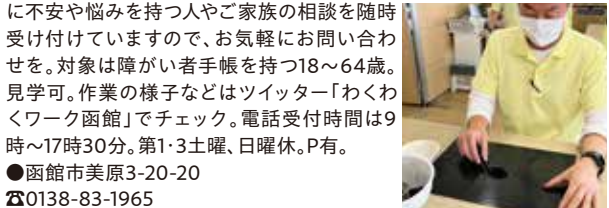
昼食&送迎付きで週1回から働いてみませんか？

就労継続支援B型事業所わくわくワーク函館

「就労継続支援B型事業所」とは、障がいや難病があり、さらに年齢や体力などの理由から、一般就労が困難な人が軽作業などを行う障害者総合支援法に基づく福祉サービスで、短時間から利用できます。事業所とは雇用契約を結ばないため、賃金ではなく生産物に対する成果報酬(工賃)が支払われます。

同事業所では、段ボールの組み立て、芽ひじきの選別、乾燥昆布の袋詰め、美容室のタオル洗濯、シール貼りなどの作業を行っており、挑戦したいことや作業へのアイデアを取り入れていくのが方針。もちろん、働きづらさを抱える人が無理のない環境で楽しく働けるよう支援しています。必要に応じて、仕事やプライベートの不安も解消できるようサポート。昼食と旧函館市内は送迎があります。働くことに不安や悩みを持つ人やご家族の相談を随時受け付けていますので、お気軽にお問い合わせを。対象は障がい者手帳を持つ18～64歳。見学可。作業の様子などはツイッター「わくわくワーク函館」でチェック。電話受付時間は9時～17時30分。第1・3土曜、日曜休。P有。

●函館市美原3-20-20
☎0138-83-1965



1周年記念の夏休みランチビュッフェ開催！

函館湯の川温泉 海と灯



オープン1周年記念ランチビュッフェの第2弾となる「夏休みランチビュッフェ」を、8月6日(土)・7日(日)の2日間、2階ビュッフェレストラン「月舟」で開催。

第1弾に続き、今回も通常のランチビュッフェでは提供していない握り寿司や、カニの盛り合わせが登場するスペシャルバージョン！

子供から大人まで大人気のお造りや肉料理も豊富にそろい、スイーツは目移りするほど続々と登場します。同ホテルのビュッフェといえば忘れてはいけない、大好評のワイン飲み放題(赤・白・スパークリング)ももちろん付いています。時間は12時～14時(最終入店13時)。料金は大人1人3,480円、小人1人2,500円、未就学児無料。混雑が予想されるので事前予約がオススメです。

また、2月に開催し、大好評を博したフラメンコショー付きのスペシャルランチビュッフェ「フラメンコと美食の集い」が、9月2日(金)・3日(土)に開催予定！ 詳しくはお問い合わせを。

●函館市湯川町3-9-20
☎0138-57-5390(代表)

頭皮も疲労している!?

ヘアークリニックタグチ

新型コロナウイルス感染拡大の影響により、ここ2～3年は生活の中でも制限が多く、日常のストレスから元気をなくし、心と体のバランスを保てない状態になっている人が増えている。そんな話を耳にした人も多いのでは。

「髪の悩みも多く聞かれます。髪のベタツキ、頭皮のかゆみ、赤み、フケ、抜け毛、円形脱毛症などのトラブルは、頭皮からのSOSです」と話すのは、薬剤を使わない独自の自然発毛法で、これまで多くの抜け毛の悩みに対応してきた「ヘアークリニックタグチ」の田口代表。田口代表によると、髪の毛は自分で洗っても、頭皮は自分では洗浄できないものなのだそう。「頭皮の洗浄なら、血行を良くし、毛穴にたまった老廃物を出させるヘッドスパがおすすめです」と話しています。「最近髪に元気がない」そんな人は、1度同店の施術を試してみませんか。

7月31日までは、抜け毛、薄毛、円形脱毛症などに効果が期待できる登録商標を取得した「田口式温熱発毛療法」が1回お試し4,000円、「ヘッドスパ」が通常4,000円のところ3,300円。カットなど通常的美容メニューも併せてどうぞ。送迎・出張応相談。予約制。

●函館市宝来町31-10 ☎0138-22-9482



大商談会を約3年ぶりに開催！

第一住宅設備

水まわりの緊急メンテナンスでお馴染みの「第一住宅設備」から久々の展示会のご案内！ 7月24日(日)の10時～16時に、TOTO函館ショールーム(函館市桔梗町418-99)で、住まいのリフォーム大商談会を開催します。約3年ぶりの開催となる今回は、TOTO全商品を30～60%引きの展示会特価で用意！ 半導体などの部品供給不足により数に限りはあるものの、給湯ボイラー、暖房ボイラー、エアコンの特価品も用意しています。

また、8月から販売する新商品の展示もあり、そちらも見逃せません。なかでも注目は10年ぶりのフルモデルチェンジとなる超節水一体型トイレのネオレスト。「新モデルは、なんと便座の裏まで除菌ができるまでに進化しました！」その仕組みを展示会に来て・見て・体感してください。なお、当日はお好きなタイミングでご来場いただけますが、混雑を避けるために電話での事前予約のご協力をお願いしています。心ばかりですがご来場者特典も用意しておりますので、お気軽にお問い合わせいただければと思います」とスタッフ一同。

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。プレミアム付商品券も利用可。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、推しかき氷



撮影者・かえる
2021年6月
氷処HAKUさんの
皮ごとレモンのか
き氷です。
皮の食感が良いア
クセントでした。



撮影者・さすけぼん
「ぼん」じゃなく「ぼん」だよ
天井専門店ふらわーさんのかき氷(マ
ンゴー)氷自体にシロップを入れて凍
らせるというどこを食べても美味しい
かき氷です



撮影者・函館イベント情報局 編集長



撮影者・渡辺りお
2022年7月 せたな町のわっかけ岩
さんにてブルーハワイかき氷をいた
だく。今日はとにかく暑かった！



撮影者・TTE
2022年
7月3日
湯の川の足湯
とガリガリ君

急な写真投稿のお願いにつきあまり写真が
集まらない状況もありますが、「ガリガリ君な
ら…」と送ってくれたり、「青はかき氷の写真
募集してだよ！」と声を掛けてくれたりと、み
なさんの温かさでできているコーナーです。

ワンダフルワールド！
店主・上村佳樹の
一部の人にきくと
役立つホンやモノ

小さな古本屋で働いていたときのことです。日が沈む時間帯、店内には私と60代くらいのお客さまの2人きりでした。男性は静かに本を物色していらっしゃいました。突然ガラス越しの外を覗みつけたかと思ふと、転げるように店の奥へ倒

あれが演技ならアカデミー助演男優賞モノです

れ込み「あつ！クソッ！もうこんなところまで来やがったのかよ！」と絶叫しました。これは私が知る限りソングが押し寄せてきたときに言うセリフです。私は狼狽した男性と外の暗闇を交互に見やつて、自分も今すぐ避難すべき

なのか逡巡しました。すると男性は外を警戒しつつも持っていた本を手早くお会計し、滑るように自分だけ店外へ逃げたのです。啞然とする私ひとり店内に残されました。結局何も起こらずその日の営業を終えました。一体あの男性が何に追われていたのか不明ですが、今でも元気にしていらつしやる

サムライせんせい
黒江S介
リブレ
税込691円

その方が購入された本は幕末の侍が現代にタイプスリップするこちらでした。何かのメッセージだったのでしょうか？



SHOP DATA
●北斗市七重浜4-39-1
☎0138-48-5201

なるほどトピックス

みなさまの生活にきっと役立つ情報が盛りだくさん！

暑い夏も続けられる「自費型訪問リハビリ」
フィットアップ

「歩くのが遅くなった」「どんな運動をしていいかわからない」「スポーツ時に怪我をしやすい」「リハビリに行くのが大変」といった人の自宅や施設などを訪問し、1人ひとりに合わせたリハビリや運動の指導をする「自費型訪問リハビリ」は、保険の範囲では制限があつてできないことをしっかりとカバー。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、疾患や身体の構造などに合わせてオーダーメイドのサポートをしています。また、医療機関と連携して必要な場合は受診をすすめているので安心。まずは、初回約1時間1,000円で体感してみてもいい(通常1回8,000円)。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。

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」を体験できる「姿勢相談室」は、毎月2回函館市亀田交流プラザ内研修室で開催。定員は各日3人(要予約)。参加費は2,000円。開催日時と予約はLINE公式アカウントまたは電話でお問い合わせを。

☎090-1644-5880



LINE

食事から健康になりましょう

北ガスクッキングスクール

おいしいものを食べて健康になりましょう。北ガスクッキングスクールでは、8月17日(水)に料理教室「食事から健康になりましょう」を開催します。①10時～13時、②13時30分～16時30分の2回実施。会場は北ガス函館支店1階のクッキングスペース。



メニューは①スープカレー、②キッシュ、③トマトのマリネ。受講料は1,000円。定員は各回8人。講師は木幡恵子さん。参加希望者は7月21日(木)までに電話または

下記2次元コードからの申し込みが必要(応募多数の場合は抽選)。締切後、参加者には講座の詳細を記した案内が送付されます。

電話受付は月～金曜日の9時～17時。なお、新型コロナウイルスの感染状況により、開催内容は変更となる場合があります。

●函館市万代町8-1 ☎0138-86-7101



応募フォーム

売りたい不動産の相談なら

ハウズドゥ! 函館美原店



ハウズドゥ! 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「ハウズドゥ! 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、漏水などがあつてもそのまま、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。ローン滞りによる売却や、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



無料体験&21日間お試し会員受付中!

arch gym(アーチジム)

理学療法士が個別に運動の指導をするパーソナルジム。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活かし、健康に過ごすために必要な運動を安心安全に行えるようサポート。1人ひとりの身体に合わせたマンツーマンの指導を受けられるので、運動初心者や高齢者にも好評。また、運動や体力レベルに合わせて1人で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。「自分の身体への理解を深めながら自分に合った運動を行い、健やかな毎日を送りましょう」と小田さん。健康な身体を目指している人をはじめ、運動の仕方がわからない人や苦手意識がある人、痛みなどがあつて諦めていた人などは、無料体験&21日間お試し会員から始めてみませんか。運動や身体の相談のみも対応。詳しくは気軽にお問い合わせを。Webサイトから予約可。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11-9 ☎050-3188-8818



Webサイト

はこだてセカンドスクール

☎0138-51-1766

著／塾長 山崎 藍



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

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。高等学校一種教員免許取得。2005年、はこだてセカンドスクール開校。自律学習する力の育成を目指しています。

オンライン自習室開室中。今年度はタブレットによる演習実施予定。

読書会のすすめ

今年に入ってから始めた趣味の1つに「読書会」というものがあります。読書会は大きく分けて2種類あり、1つはそれぞれがおすすめの本を持ちより紹介しあうもの、もう1つは、あらかじめ課題図書を1つ決めてそれを手元に用意したうえで参加し、お互いの気づきや意見を話し合うことで、この場合の課題図書は比較的難解な図書が多いようです。私が参加しているのは後者のタイプですが、1人で読む場合と違う面白さがあることに気づきました。1つは、自分ではなかなか手が出ないような本を、熟読した人からの解説などを聞くことで読書のハードルが下がる場合があること。そして、同じ本でも捉え方や面白さを感じる視点などが多種多様であることの面白さに気づけることです。

私は最近まで、思考をするということは独りで行うものと考えていました。確かにそういう側面もありますが、1人で行うと、時に偏りに気づかないという危険もはらむのは、最近の独裁者による悲しい戦争が教えてくれます。思考は、古代哲学者も言ったように、他者の対話を通して互いの違いに気づいたり、違いを認めあうことでさらに思考を深め、自己の独自性を強めていくとは前回お話ししましたが、読書会を通して改めてそこに気づくことができました。コロナ禍によって人とのコミュニケーションが制限されてきましたが、オンラインでのコミュニケーションが、オンラインが広がったことなど良いこともあったと感じます。オンラインにはたくさん読書の楽しさに気づいてもらえたら嬉しいと思います。

私のお気に入り



今回の紹介者

道南リング 代表 カツオ

カレーが好きなのでよく食べるのですが、初めてこの「カリブのトマトカレー」を食べたときは、食べたことのない美味さだと感激！ スパイスの調合が珍しいのでしょうか、食べた途端すごい汗をかいたんですよ。体調が万全じゃないときでしたが食べた後はすごく元気になったので、汗と一緒に体の中の悪いものが出たのでは?! と思っています。違うカレーもあります、食べ飽きしない味でつい食べたくないので、僕はいつもトマトカレーです。

函館ナントカ食堂のカリブのトマトカレー(900円)

函館ナントカ食堂

毎週火曜日のほか不定休有。営業時間やお休みにについては電話またはTwitterで確認できます。

●函館市末広町8-14

☎0138-84-8919



Present

このマークが目印! ▶



プレゼント ※全てP7掲載

函館湯の川温泉 海と灯/ヒューイットリゾート 提供

- ① 日帰り入浴券……………ペア1組様
- ② ランチサービス券……………ペア1組様
- ③ 夕食ビュッフェ券……………ペア1組様

株式会社小原 提供

- ④「コアップガラナ」「ホワイトガラナ」各4本セット……………3名様

ハガキで応募

郵便番号、住所、氏名、年齢、電話番号と希望するプレゼントの番号を明記し、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 7・15プレゼント係

Webで応募

右の2次元コードからご応募ください。



応募締切

7月25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する場合があります。

ドクター講座

新型コロナウイルス

4回目接種について

佐藤内科小児科医院
副院長 中里 諭美

間とともに感染予防効果が落ちていくことが知られていましたが、4回目はより早いペースで低下していくようです。同様に医療従事者を対象に行った研究でも4回目ワクチンを接種しても、オミクロンによる感染を完全に防ぎきることは困難という結果でした。では、4回目ワクチンは打っても意味がないかというと、そうではありません。同じイスラエルの研究で、4回目のワクチン接種をした60歳以上の高齢者の重症化予防効果は、感染予防効果とは異なり、接種から9週間後も86・5%と保たれていました。このように、4回目のワクチン接種は「重症化予防効果」に重きを置いたものとなっており、もともと重症化リスクの高くない、若い基礎疾患のない人にとつては恩恵は多くないため、医療従事者を含めて現時点では接種対象になっていません。しかし、今後の時間経過によるワクチン効果の減弱や新たな変異株の出現、新しいワクチンの開発によっては、今後接種対象になる可能性はあるでしょう。なお、3回目までのワクチン接種については、感染予防効果を含めて12歳以上の全ての人にとって接種する意義がありますので、3回目までのワクチン接種については引き続き検討ください。また、重症化リスクのない人も稀に重症化することがあるのが、コロナウイルス感染症の怖いところであり、また感染後に後遺症に悩まされることもあります。こまめな手洗い、屋内でのマスク着用、換気といった持続可能な感染対策はこれからも継続していきましょう。

函館湯の川温泉 海と灯/ヒューイットリゾート

1周年

1周年の感謝を込めたアニバーサリーイベントを開催。「コロナ禍での開業だったにも関わらず、無事1周年を迎えられたのは地域の皆さんのおかげ」と、地元利用者に向けたスペシャルビュッフェや、宿泊者向け記念イベントなどを順次展開予定。

さらに今回、下記利用券を本紙読者にプレゼント。応募はP6参照。

	日帰り入浴券	ペア1組
	ランチサービス券	ペア1組
	夕食ビュッフェ券	ペア1組

●函館市湯川町3-9-20 ☎0138-57-5390



第113回 大沼湖水まつり

催し

1906年から100年以上続く夏の大沼を表す祭り。慰霊祭、灯ろう流しは23日18時～、花火大会は24日20時～。両日とも14時からライブやチェーンソーカービング、大道芸などのイベントが盛りだくさん。会場内でバルーンパフォーマー・キックさんのバルーンプレゼントも有。灯ろう流しは当日会場で受け付け。

開催日:7月23日(土)・24日(日)

会場:大沼公園広場

【問い合わせ】

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



第28回

募集

函館港イルミネーション映画祭2022

実行委員会が「シナリオ大賞」と「ショートムービーコンペティション」の参加作品を募集中。「シナリオ大賞」は、函館から新しい映画およびその人材を発掘・発信しようとスタートし、これまでに長編・短編合わせて12本のシナリオが映画化・映像化。グランプリの「函館市長賞」は賞金100万円。「ショートムービーコンペティション」は、若手映像作家の育成などを目的に開催。締切など各応募要項は公式サイトをチェック。

【問い合わせ】

函館港イルミネーション映画祭実行委員会

☎0138-22-1037

【URL】<https://hakodate-illumina.com>

コアップガラナ ロコンラベル

人気

ホワイトガラナ アローラロコンラベル

60年以上愛され続けている北海道のソウルドリンク。強めの炭酸と、切れのいい甘さがクセになる「株式会社小原」のコアップガラナの「ロコンラベル」と、ホワイトガラナの「アローラロコンラベル」が好評販売中!

函館市内および近郊の各スーパーマーケットや土産品店などで販売中。読者プレゼントは青いぼすとオフィスで引き換え。

【問い合わせ】

株式会社 小原

☎0138-65-6545



たこやき菜々 富岡店

リニューアル



7月16日(土)12時に新店长就任&リニューアルオープン!

オープンから3日間は、大きめサイズのイカと、イカ墨を入れて焼いた新メニュー「イカさま焼き」(=写真)を、先行販売として通

常10個600円のところ6個100円で提供。味は16日がごめ昆布醤油、17日ピンク岩塩、18日レモンソルトの日替わりで各日先着30人限定。1人1パック。

●函館市富岡町1-46-14 ☎070-4231-9563

発行/株式会社青いぼすと

〒041-0801

函館市桔梗町379-27

TEL 0138-84-1002

FAX 0138-84-1728

MAIL info@aopos.jp

URL aopos.jp

本紙の内容は2022年6月30日現在のものです。

次号予告 7月29日号 夏に美味しい冷製麺

発行者	熊谷典典
編集長	玉橋健彦
副編集長	平井由佳
	坂本麻衣
ライター	花輪志保里
	安沢ともこ
配布業務	小野大樹
	土田葉月

編集後記

浅田真央ちゃんの新しいアイスショーの情報が公開されました。前回のツアー同様、チケットは開催地となる各都道府県在住者が第一抽選の応募資格者。もちろん応募するぜ!と調べたら、北海道は帯広と釧路での開催。当たっても行くには遠過ぎて...

新しい洗濯機を買いました。先に柔軟剤を洗濯機に入れておく洗濯時に自動で計量して投入してくれるタイプです。柔軟剤が残らないなど色々教えてくれるお利口さんなので、いつこの柔軟剤を自分で補充してくれるかなって思っています。(まい)

(C) 記者から断捨離のバトンを受け取りました。これまでとは違って本気で取り組んでいるうちに、断捨離に必要なことが分かりました。それは、力です。全巻そろえた漫画集めくった好きな作家の小説、使っていない家具、謎の物体。どれもこれも重い。(BP)

焚火ってなんでもなんに魅惑的ななんだろう。ただひたすら薪をくべながら、じーっと眺めては酒を呑む。まったくアクティブじゃないアウトドアだけど、とにかく楽しい。焚火の某キャンプ場は、人気がありすぎてなかなか予約を取れないのが玉にキズ。(ヤス)

うちの猫はあらゆる高い所に登ってしまいます。キャットタワーはもうろんとタンスの上からカーテンレールまで。神棚の上に登った時は、猫神様が降臨した!と家族が大笑いしていました。自力で降りられないので助けが来るまで諦めて寝る猫神様。強い。(ツチ)