

# 青いほすと

vol.756 2023年5月12日発行号



## こころ弾む おべんとう

写真は一例です。

### うなぎ・川魚・和食 鯉之助

創業70年のうなぎの老舗。5月13～21日に、期間限定のテイクアウト特別メニュー「うなぎ弁当」(1,550円)、「うなぎ弁当・厚焼卵付」(2,400円)、「えび天弁当」(1,500円)が登場。各要予約、容器代別途。5,000円以上の注文で配達可(旧函館市内限定、配達料別途)。厳選国産うなぎを、秘伝のタレと紀州備長炭で香ばしく焼き上げた、老舗の味をこの機会にぜひ。11時30分～13時30分、17時30分～20時。不定休。P有。  
●函館市本町32-11 ☎0138-51-5982

### 一膳飯屋 幸まさ

大きくてジューシーなから揚げに、特製タルタルソースがたっぷりのチキン南蛮を味わえる「よくばり弁当」(700円)をはじめ、種類豊富なお弁当や丼はどれもご飯の大盛りが無料! 営業時間中ならいつでも購入できるところ、通常価格から100円ほどお得になるなど、曜日替わりのサービスも好評。11時～14時、17時～20時30分(LO20時)。日曜休。P有。  
●北斗市東浜1-12-54 ☎0138-73-5515



### お米のおいべえ

鮭、から揚げ、浅漬けなどが入った「ミックス弁当」(550円)や、曜日限定の「日替り弁当」(680円)を提供。お米屋さんだけあって同店のお弁当はご飯がおいしい! お米はその時その時でいちばん旨いと思う品種を浸水時間にまでこだわって炊き上げています。注文してから自分でご飯を盛ることができるのもうれしい。そのほか大人気の角煮井やおにぎり各種もおすすめ。11時～19時。月曜休。P有。  
●函館市桔梗1-3-1 ☎0138-83-6198



### お持ち帰り専門店 こん堂

本格的な煮込み料理など洋食中心の弁当店。人気の「じっくり煮込んだハンバーグ&ライス」(1,080円)は、おぐにビーフを使った肉の旨みあふれるハンバーグに、富士天然水で煮込んだトロトロの牛シチューがたっぷり。気まぐれメニューが飛び出す「ゲリラ飯」も名物(詳細はSNSをチェック)。11時～17時(売り切れ次第終了)。木曜休、他不定休有。P無。  
●函館市亀田本町47-3 ☎080-1890-6992



### とんかつ和ダイニング 司咲家

先月登場した「かつ・天弁当」(864円)は、サクジュワッと旨み広がる三元豚のロースカツに、エビフライ、カラッと揚がったカボチャ、いか、ナスの天ぶらがドドンと入った、揚げ物好きにはたまらないガッツリ弁当。うまさの決め手は、吟味した新鮮素材と丁寧な下ごしらえにあり。昼から夜まで通し営業なのもうれしい。11時～LO20時。無休。P有。  
●北斗市七重浜7-3-30 ☎0138-86-5406



### えんむすび

おにぎり、お弁当、総菜を販売。おすすめのおむすび弁当は、ガス釜でふっくらと炊き上げたご飯を、醤油をまぶした岩のりで巻く「岩のりおむすび」が2個と、人気惣菜の「塩からあげ」「すし屋の玉子焼き」などが入って、価格は390円! ほかに、「岩のり弁当」(390円)、「唐揚げ弁当」「天丼」(各500円)など有。1個から予約可。8時～18時(お弁当11時～)。日曜、第2月曜、祝日休。P無。  
●函館市市場町12-13 ☎070-8527-8819



### から揚げ専門店 あげ太郎

外はザクツ中はジューシー、肉厚で大ぶりな揚げたてのから揚げが絶品。おすすめは、老舗醤油屋醸造の再仕込み醤油に漬け込んだ香り高い「醤油から揚げ」と、肉の旨みをダイレクトに味わえる「ウマ塩」の両方を楽しめる「あいまりから揚げ弁当」(690円)。どちらか1種類を5月限定の「カレーから揚げ」または「ワサビマヨから揚げ」に変更可。ご飯の大盛り無料。11時～21時。無休。P有。  
●函館市鍛冶2-7-8 ☎0138-83-8629



## 駅弁の函館みかどJR函館

昭和11年の創業以来、伝統の味と新たな味を提供。「北の駅弁屋さん」(1,400円)は、甘じょっぱい味付けでじっくりと煮込んだ鯨の甘露煮をはじめ、脂ののった紅鮭のハラス焼き、独特の歯ごたえを残したつぶ貝煮、甘辛い味付けが食欲をそそる焼き豚肉、ズワイ蟹の甘酢漬けがのったかにめしなど、駅弁の人気のおかずを贅沢に盛り込んだ逸品。数が多い場合は予約が確実。6時~18時。無休。

●函館市若松町12-13  
函館駅構内  
☎080-3609-7954



## キッチンままくうど

店名は、道南の方言でごはんを表す「まま」と、「くうど」(食うど)の語呂合わせ。カウンターにずらりと並んだお弁当は、全て店内で手作りしています。「から揚げ弁当」「しょうが焼き弁当」「サケ弁当」などがあり、どれもボリュームたっぷりなうえ、1個600円と価格も良心的。事前予約可。量やおかずのリクエストも予算に合わせて注文可能。11時~14時、16時~19時(土曜は14時迄)。日曜、祝日休。P無。



●函館市八幡町9-11  
☎0138-83-1660

## うれしや

学生や働く人のお腹を満たすボリューム満点の定食の店。メニューはすべて弁当にできる。1番人気は「メンチカツ弁当」(900円)。250gと食べ応えのある



ジューシーなメンチは、衣が薄くしつかり目の味付け。揚げ物や魚など惣菜数種に刺身がつく「日替わり弁当」(1,100円)もおススメ。11時30分~LO15時、17時~LO19時、日曜、祝日休。P有。  
●函館市宮前町19-4 ☎0138-42-2644

## カウズキッチン



お弁当のイチオンは看板メニューの「とんとんメンチ」、厚沢部町産のメークインを使用したコロケ「カウコロ」、ジューシーなから揚げ「チキから」の3種類がのった「特製カウ'sのり弁」(650円)!

そのほか、お弁当はもちろん、単品で買えるお手頃価格の惣菜各種も人気。11時~LO18時30分(日曜LO15時)。年中無休。P有。  
●函館市昭和2-37-8 ☎0138-84-1711

## 北インド系無水カレー スパイス二朗

5月末まで1日10食限定で提供中の「ケララフィッシュ」(1,000円)は、今やウナギに迫る高級魚になりつつある、養殖ナマズを使った南インド風カレー。まろやかなココナッツミルクに、スパイスの香りと酸味が溶けんだクセになる味わい。ライスには福島町産古代米をブレンド。おなじみの無水カレーと甲乙つけがたいおいしさだ。11時~19時(売り切れ次第終了)。日・月曜休。P無。  
●函館市末広町6-18 ☎080-9045-5683



## クッキングショップ大林

創業からおよそ50年、手作りの味が長く愛される人気の惣菜店。「うちの惣菜を食べて欲しいので」と、お弁当は同店の惣菜を中心に、おかずのラインアップが違うものを毎日店頭の数種類用意し、注文を受けてから温かいご飯を詰めて手渡してくれま

す。1個540円(ご飯が無くなり次第終了)。10時~19時30分(日曜は18時30分迄)。第1・3日曜休、他不定休有。P有。  
●函館市亀田本町65-25 ☎0138-41-2823



## お弁当のまちべんMACHIBEN

味とボリュームが評判。おすすめは1個80~90gもあるから揚げ2個に、トッピングが付いた「唐揚げのり弁当」(550円~650円)。トッピングはコロケ、メンチカツなど6種類から選ぶことができ、なかでも白身フライは手頃な価格でお腹も大満足(550円)。から揚げ1個の「唐揚げのり弁当ミニ」(450円~550円)も好評。から揚げは「もも肉」か「むね肉」かを選べます。11時~14時、16時~20時。月曜休。P有。



●函館市本通2-33-33 ☎0138-76-4142

## うなぎと和風料理 旬暦 ひだか

じっくりと時間をかけて仕上げたジューシーなローストビーフと、玉ねぎたっぷりの特製ダレの組み合わせがたまらない「ローストビーフ丼」(972円)。このほか持ち帰り用の弁当や丼は種類豊富で、11時~14時、16時~19時なら予約なしで1個から購入可。3個以上の注文で宅配にも対応(旧函館市内限定)。



11時30分~LO14時、17時~LO20時30分。水曜休。P有。  
●函館市中道1-2-5  
☎0138-31-5077

## お弁当屋 ふわ輪(ふわりん)

注文を受けてから作り、出来たてを提供。人気の「とんかつ弁当」も揚げたてサクサクで、ボリュームもあります。ほかに「ハンバーグ弁当」「幕の内弁当」「豚丼」など、12種類あるお弁当はいずれも450円とお手頃価格。ご飯の大盛り+50円。時間指定や数の多い場合は要予約。配達は問い合わせを。10時~LO14時30分(土曜LO14時)。日曜、祝日休。P有。



●函館市本通1-42-22 ☎0138-83-7474

ナースキャップ…懐かしいですね。時代とともになくなってしまいました。学生時代は「早くナースキャップが被りたい」って高望みしたものです。実際に戴帽式で頭に載せてもらったときは、涙が出るくらい感動しました。戴帽式は、だいたい学生1年目の秋頃、真っ暗な講堂でろうそくの灯を持ち、ナイチンゲール様の銅像にむけて「ナイチンゲール誓詞」を唱和。ナースとしてあらゆることの誓いをたてます。私・マリさんナースも実際「よし絶対素敵なナースになってみせるぞ」ってすごくすごく意気込んで誓いました。時々思います。初心を思い出すって大事だなと…。ご興味のある方がいらっしやいましたら、ナイチンゲール誓詞を検索してみてください。



エンジェルハート 自宅の生活に身近なナース ご利用お待ちしております。 TEL 090-8653-6473(松田) 平日 9:00~18:00

## 癒し 整体とハーブティーで心身に癒しを ヒールングリラクゼーションPUPPET(パペット) 整体院

女性限定の整体院。優しい力加減で癒しをもたらす整体師でセラピストの石垣さんは、見過ごしがちな身体からの信号を手のひらで捉え、手当てする「靈氣療法」による施術も行っています。また、ゆがみの原因となる身体の使い方のクセなどを見極め、日常生活で気をつける点もアドバイス。60分4,000円(ハーブティー付き)。50種類あるハーブティー用の有機ハーブは量り売りのほか、店内で味わうこともできます(1ポット550円〜)。パワーストーンアクセサリーなども販売。予約制(10時~11時、16時~17時、17時~18時のいずれか)。定休日はブログで配信(パペット函館で検索)。  
●函館市日吉町4-2-18 ☎0138-87-2281



## プレゼント 1,000円分の食事券を5名様に 旬味 鹿六



8月に20周年を迎える同店は、落ち着いた雰囲気の中で食事を楽しめる和食居酒屋。ランチメニューも充実しており、6種類ある御膳料理はどれも和食の王道メニューを堪能できます。人気の「宇治御膳」(1,250円)は、風味豊かな茶そばとめんつゆが抜群の相性で、サクッと揚がった天ぷらも絶品(サラダ、小鉢、デザート付き)。石焼きならではのジューツという音と、立ちのぼる香りが食欲をそそる「鹿六風石焼ビビンバ」(1,045円〜)は「とりから」「豚角煮」などバリエーションが4種類。13時までの来店でワンドリンクサービス。11時30分~LO13時30分、17時~LO21時30分。日曜、第2水曜のディナー休(月曜が祝日の場合は月曜休)。  
●函館市本町31-8 池垣ビル1階 ☎0138-33-4488

## HEAD LINE -ヘッドライン-

### 6月までのお得なプランが見逃せない!

#### 湯の川温泉 笑 函館屋

全国旅行支援「HOKKAIDO LOVE!割」の期間延長に伴い、6月まで適用のお得な平日限定プランを2種類用意。「1泊朝食付きプラン」は通常12,000円のところ、期間限定特別料金の10,000円! ここから料金が20%引きになり、さらに2,000円のクーポンが付くため、実質6,000円で宿泊できます。また、「夕食(お寿司セット)&朝食付きプラン」は通常15,000円のところ期間限定特別料金12,000円。ここから20%引きとなり、さらに2,000円のクーポンが付くので実質7,600円! 平日限定と謳いながら、日~金曜がプラン適用なものうれしいところ。それぞれ別途入湯税。同館は全26室のプチホテルなので混雑することもなく、宿泊者同士が団らんスペースで囲炉裏を囲んで談笑するなど、笑顔の輪が広がっていくのが魅力のひとつ。宿泊者特典である人気の美鈴珈琲と、スパークリングワインの飲み放題、「函館牛乳」のソフトクリーム食べ放題ももちろん楽しめます。源泉掛け流しの良質な天然温泉と、函館近郊の味覚を存分に楽しめる食事ではっと一息ついてはいかががでしょう。  
●函館市湯川町3-10-3 ☎0138-36-2000



### 塗装工事と一緒に、外壁と屋根の健康診断を!

#### 株式会社コジテック

新築時はピカピカでキレイな屋根と外壁。でも、年月が経つと塗装はもちろん、木材や下地材も傷んでくると知っていますか? 外壁は湿気や雨漏りなどの影響で、外部からは判断しづらくても、中の下地材が傷みスカスカになっていたたり、木材が水分を含んでふやけたりしている場合があります。こうなってしまうと、屋根と外壁をキレイに塗り替えても、見えない壁の内部で腐食が進んで、どんどん家が脆くなってしまいう危険があります。そこで、塗装する前にしっかりと下地も調査することをおすすめします。ホームドクターの「株式会社コジテック」なら、大工・塗装工事の両方を安心して任せられることができます。最初に家全体を調査し、大工工事を含めた塗装見積もりを無料で作成してくれます。家も人も健康が第一。診断・塗装・管理まで、トータルサポートの同社にまずは気軽に相談を。  
LINEで写真を送信するだけの立会い不要の簡単見積もりも好評。  
●函館市美原3-53-47 西浦ビル3階 ☎0138-83-5229



LINE

## よく効く漢方を続けたい

### よねざわ薬品

「春は気候が良く開放的になるいっぽうで、心身のアンバランスが目立つ季節です」と話すのは、富岡町にある「よねざわ薬品」の米澤弘美先生。

仕事が忙しく睡眠不足で、「記憶が定着せず、恐怖すら感じる」と話す50代女性は、田七人参とフランス海岸松が配合された健康食品(60日20,520円)と、血液脳関門通過成分配合の健康食品(30日9,504円)で体調の改善を実感。

60代の男性は、肝臓改善薬(10,340円)でγ-GTPの数値に改善がみられ、好きなお酒も飲みながら継続中。

体調や気分が毎日変わって辛い更年期のような症状に悩んでいた60代女性は、天然アミノ酸(20日6,270円)と健康食品(30日9,504円)で、モヤモヤした気持ちや落ち込みが減り、服用量を減らして継続しているそうです。

辛くて困っている症状があるなら同店で1度話を聞いてもらってはいかがでしょう。

10時～18時30分。日曜、祝日休。5月27日(土)は出張のため臨時休業。P有。

●函館市富岡町2-20-8 ☎0138-84-5339



## 専用ワゴンで自宅へ! 出張トリミング!

### 箱・ドック

愛犬の健康維持のためにも、定期的に行いたいトリミング。だけれどペットサロンが遠かったり、多頭飼いだったり…。いずれにしても、送り迎えが必要なトリミングは多忙な飼い主さんにとって一仕事。そこでおすすめしたいのが、トリミングの出張サービスを行っている「箱・ドック」です。オーナーはドッグサロンや動物病院に勤務した後、東京都内で移動型トリミングカーの業務など、合わせて20年以上の経験を持つその道のベテラントリマー。犬の気持ちを大切に、コミュニケーションを取りながら行う優しく丁寧な施術は、長年の経験によって培われた確かなもの。「うちの子だけのオリジナルカットしてほしい」というオーダーなどにも対応してくれます。またペットの心身の健康に関する資格も持っているの、ちょっとした相談ができるのもありがたいところ。例えば「皮膚が弱いので毎月2～3回洗ってほしい」「高齢犬で足も弱く手短かにトリミングしてほしい」などの依頼や、ほかにも愛犬の気になるところの相談ができます。出張エリアはおもに函館市、北斗市、七飯町ですが、そのほか遠方でもまずはお問い合わせください。シャンプーは訪問先の風呂場や洗い場を使用し、ドライヤーやカットは車内で行います。予約受付時間は9時30分～18時。不定休。



☎090-2798-9162



## ボイラー、電気温水器の無料点検キャンペーン!

### 小野寺住設

創業98年という長年の実績と知識に基づいた、信頼の技術と豊富な経験に裏打ちされた的確なアドバイスで、多くの支持を得ている「小野寺住設」が、ボイラーと電気温水器の無料点検キャンペーンを5月31日までの期間限定で実施します。

長年使用したボイラーや電気温水器は意外なトラブルを抱えていることが少なくありません。ボイラーに「音がうるさい」「変な臭いがする」「突然止まる」といった症状や、電気温水器に水漏れや漏電などの心配な症状が見られるなら点検をおすすめします。そのままにしておくと思わぬタイミングでトラブルに見まわれ、修繕費用が高額となってしまうこともあります。そうなる前にぜひ点検を!

同社のボイラー無料点検キャンペーンは、水まわりのプロがしっかりと点検し、問題が見つかった場合には予算や工期など、それぞれの家庭に最適な方法を提案してくれます。無料点検のチャンスはなかなかありません。この機会にまずはお問い合わせを。

●函館市美原3-1-5 ☎0120-750-750



## おいしく食べて健康に!

### 北ガスクッキングスクール



「北ガスクッキングスクール」では、北ガス函館支店1階のクッキングスペースで6月13日(火)に、料理教室「おいしく健康になりましょう」を開催します。①10時～12時30分、②13時30分～16時の2回実施。メニューは写真手前から時計回りに①白身魚のさつま揚げ、②ホイコーロー、③ご飯、④野菜スープ、⑤イカのマリネ。受講料は1,000円。定員は各回10人。講師は木幡恵子さん。参加希望者は5月18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9時～17時。

●函館市万代町8-1

☎0138-86-7101



## 青いぼすと設置場所

青いぼすとは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。

- キラリス函館内「えぞりす」
- 函館市女性センター
- 函館栄好堂丸井今井店
- 中島れんばいふれあいセンター
- シエスタハコダテ内「Gスクエア」
- 函館市地域交流まちづくりセンター
- 函館市中央図書館
- 函館アリーナ
- 函館市青年センター
- キングストア堀川店
- ギフトプラザ オスカーメガドンキホーテ店
- 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
- 北斗市総合文化センター・かなで〜
- 北斗市総合体育館
- 野菜100円ショップ(七飯町本町)
- 道の駅なないろ・ななえ
- 道の駅なとわえさん
- スーパーとうかい北斗店
- スーパーとうかい砂原店
- 駒ヶ岳茶房
- 戸井ウォーターパーク
- 雑貨&体験型キャンドル工房「つきあかり」(今金町)

青いぼすとオフィスでは、バックナンバーもお渡しすることができます(過去1年以内)。

定期購読(有料・6カ月更新)も承ります。詳しくはお問い合わせください。

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

関西出身の私にはそれがとても

春を飛び越して、  
いきなり夏を先取りしちゃう方もいますよ

大阪出身の私が北海道に移住して驚いたのは、服装を「気温」に合わせてではなく「季節」に合わせて、いくらか寒くても層的に春に

関西出身の私にはそれがとても

するようになりまし。厳しい冬を乗り越えた解放感、待ち望んだ春をすこしでも早く満喫したいという衝動。そのような、溢れる気持ち私にも分かってきたようです。ただ身体はまだ順応しきれず、おらず、ありえないくらいガクガク震えていることもしばしばございますが、それは見なかつたことにしてください。

当店は一応本屋なので、春夏のアパレルも続々入荷しておりますので、ぜひご覧くださいませ。

ケロックTシャツ  
2,750円



SHOP DATA  
●北斗市七重浜4-39-1  
☎0138-48-5201

値上がり前のラストチャンス!!

第一住宅設備

前回紹介のビルトインガスコンロが好評の「第一住宅設備」。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。そのうえ操作性に優れ、リーズナブルな価格が魅力的な商品です。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106,040円のところを63,800円で提供。「上記機種はほんの一例で、ビルトインコンロのほぼ全品を40~50%引きにてご提案させていただきます。見積もりや点検は無料。プレミアム付き商品券、残っていませんか? 6月15日まで当店でも使えますので、この機会にご利用ください」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。年中無休。  
●函館市千代台町29-15 ☎0120-222-592



Webサイト

自立をサポートする電動車椅子を導入!

フィットアップ

1人ひとりに合ったリハビリや運動を指導する「フィットアップ」では、「外を歩くのは短い距離でも大変」「家族に連れて行ってもらわなければ買い物に行けない」「荷物を持って歩けない」といった高齢者の声が多いことから、電動車椅子「WHILL(ウィル)」を導入。



電動車椅子は手動車椅子を動かせない人が使うものと思われがちですが、この「WHILL」は、車や自転車に代わる移動手段のひとつとして、自立した生活を助けてくれるもの。「WHILLで出かけ、スーパーなど目的地に着いたら歩くことで、安全に歩行する機会を増やせます。また、家族に頼らずに外出できることは、生活の質向上にも繋がります」と代表の森田さん。筆者も試乗してみましたが、小回りが利き、操作は簡単。3cmまでの段差が越えられ、スマートフォンから遠隔操作もできます。同行のうえサポートしてくれるので、1度試乗してみたいかがでしょう。詳しくはお問い合わせを。購入の相談にも対応。「完全自費型4坪デイスサービス」と「自費型訪問リハビリ」についてのお問い合わせもお気軽に。



☎090-1644-5880



Webサイト

ワンコインランチ始めました!

たる吉

函館駅前の電車道路沿い・マルハン向かいにある居酒屋「たる吉」が、ランチ営業&テイクアウトを開始するなど、パワーアップしてリニューアルオープン。ランチメニューはうれしいワンコイン! 人気の看板メニュー・ザンギを味わえる「ザンギ定食」をはじめ、「週替わり定食」「昔ながらのカレー」(=写真上)などがあり、全てのランチに小鉢が付きます。さらに、コーヒーとみそ汁は飲み放題という太っ腹なサービス付き。テイクアウトでは、持ち帰り限定の「ワンコイン弁当」や「ザンギ棒」(=同下、200円)を提供。ずっしり重くボリュームなザンギ棒は特にオススメです。夜メニューでは、21時まで限定の「ザンギセット」がイチョシ! 「しお」か「しょうゆ」かを選べるザンギ1皿に、600円以下の飲み物が2杯付いて1,200円。「ちょいと寄って気楽に飲んで行って欲しい」という店主の気持ちがうれしいセットメニューです。11時~15時(L014時30分)、17時~2時(L01時30分)。不定休。



●函館市松風町5-12 ☎0138-86-6619



Instagram

演奏会で一緒にステージを盛り上げよう!

音楽集団 ZERO

函館市と北斗市を中心に活動をしている音楽集団「ZERO(ゼロ)」が、新団員を募っています。同団体はプラスバンドをベースとしながらも、ギターやベースのほかシンセサイザーなどの電子楽器を取り入れるなど、従来の型にとられない柔軟な音楽スタイルで活動を展開。奏者が音楽を楽しみ、また、1人ひとりが演奏の中で輝けることを目指しており、現在は、10月に北斗市総合文化センター・かなで〜で行われるバンド主催の演奏会「Show time2023」に向けて、「ド派手な演奏でステージを盛り上げよう!」と練習に取り組んでいます。音楽が好きでやる気のある人なら経験問わず入団可(高校生不可)。中でも30~40代以降の人を募集強化中。貸し出し楽器が60台以上あるので、楽器を持っていない人も入団できます。月会費2,000円(学生1,500円)。練習は主に函館市美原1丁目の「パチンコ富士」の2階で毎週水曜19時~22時に実施。YouTubeで過去の演奏を見ることもできます。興味のある人は、まずは1度見学を! お問い合わせは下記まで。イベント出演依頼も随時受付中。



●函館市松風町5-12 ☎0138-86-6619

【メール】zero2021403@gmail.com



Instagram



Twitter

# 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状取得。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。今年度も第一志望校全員合格達成！

## つちだ 土田が行く!

入社2年目のアート好き女子・土田が、好きな作品、見てワクワクした作品の～アーティストさんに会ってきた～ 作者さんに会いに行く!

### 感じたまま、心のままに描く

芸術家 ささきようすけ さん

北斗市・当別の出身で、函館のみならず海外でも活躍しているアーティストさん。自然のパワーや周囲の影響を受け、感じるままに筆を走らせた大迫力の絵はもちろん、繊細な表現がされた作品も魅力的。写真は、シエスタハコダテ



前でライブペインティングを行った際に描き上げた作品。絵を描くことが好きな人はもちろん、描くことに苦手意識を持った人にも面白さ、楽しさを伝えたいという思いでパフォーマンスをしている。主宰する「ノラーネコデコ絵画教室」では、実際に描いてもらうことで楽しさを伝えたり、作品作りのアドバイスなどを行っている。画材を持っていなくても基本的な画材は貸し出してもらえるので、まずは体験(1回500円)してみるのをおすすめ。詳細・問い合わせはQRコードから。

### お母さん

先日、母が他界しました。こんなに早くお別れするのは思ってもいなかったのでも感がわかず、実家のドアを開ける度に母が出迎えてくれるのではないかとという錯覚に囚われ、なかなか前を向くことができません。私の家は父が単身赴任をしていて、子供時代は多くを母と妹と3人で過ごしてきました。父の不在を寂しく思っていた記憶が殆どないほど、母は私達の世話に忙しなくしていました。甘えっ子だった妹に比べ私は母と少し距離を保ちながらも、母に褒められたり、一人で何事も取り組んでいたような気からは、おしゃれた母はいつも私のファッションチェックをしてくれました。年を取るとつれ母に似ているとか姉妹のようだと言われることも増え、母の前では嫌がっていたものの本当は嬉しく、嬉しそうに母を見るのも好きでした。このコラムも楽しみにしてくれていて、配布されるといちばんに「今回も良かったよ」とラインをくれました。自信を失った心が折れそうなのに、どんな味方であり、どんな選択をしても心から応援してくれたので、私は今まで好きなことをして生きてこれたのだと、母を感謝し今心から思います。母の死後、母の部屋からコラムの切り抜きが沢山出てきました。誰よりも私の存在がいなくなり、もう会えないのが信じられません。生きていくうちに、もっと色々なことをしてあげれば良かったです。母が毎年楽しみにしていた五稜郭公園の桜を今年は見ることができずに逝ってしまいました。遺影を持ちながら桜が満開の五稜郭公園を歩き、母に話しかけた。葬儀の際に「故人と沢山会ってください」と僧侶の方が言っていた言葉は、こういふことなかなと思いが、母に大好きだった桜の花を見せました。お母さんありがとう。何も返さないまま逝かせてごめん。私がんばるからね。

### ドクター講座

#### ノロウイルスとの戦いには血液型が関係している?



医療法人社団 恵愛会 函館クリニック 院長 伊達 基

ノロウイルスは、感染性胃腸炎の一種であり主に冬季に流行するウイルス性の病気で、ノロウイルスは小型のRNAウイルスで主に胃や腸の粘膜に感染し、細胞を破壊することにより嘔吐や下痢、腹痛、発熱などの症状が現れ、一般的には自然に治癒することが多いですが、高齢者や免疫力の弱い人には重篤な症状を引き起こすこともあります。一部の研究によれば、血液型によつてノロウイルスに対する感受性に差がある可能性が指摘されている興味深い報告があります。それぞれの血液型によつて、感染リスクや症状の重さが異なるのではないかとこのことです。

ひとつの仮説としては、A型やAB型の人特定の受容体をもつていて、ノロウイルスがこの受容体に結合しやすいために感染しやすいというものです。しかしこれらの研究は限られた範囲のデータに基づいており、ノロウイルスと血液型の関係についてはさらなる研究が必要で、これらの結果はまだ十分には検証されておらず、明確な関係性があるかどうかは定かではありませんので、ノロウイルスに感染しないのがいちばんです。手洗いや食品の適切な加熱など、予防策を実践することが大切です。

## Present

このマークが目印! ▶



### プレゼント

旬味 鹿六 提供

1,000円分食事券.....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 5・12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 5月22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。

## 第54回 恵山つつじまつり

催し

恵山つつじ公園を中心に、エゾヤマツツジが赤く咲き誇る！ 21日(日)は11時から恵山山麓特設ステージで吹奏楽や大道芸、ダンスなどのステージイベントを実施。また、19日(金)～21日(日)には道の駅「なとわ・えさん」にも露店やキッチンカーが出店予定。



期間:5月13日(土)～28日(日)

会場:恵山山麓一帯

【問い合わせ】恵山支所産業建設課

☎0138-85-2336



## Orchestre D' Harmonie 函館ドルフィンズ 第23回定期演奏会

催し

4年ぶりの開催となる市民吹奏楽団の定期演奏会。本年度の全日本吹奏楽コンクール課題曲のほか、歌謡曲などを演奏。



日時:6月11日(日)

17時30分開場

18時開演

会場:函館市民会館大ホール

入場:指定席 前売1,000円 当日1,200円

(小学生以下各300円引)

自由席 前売800円 当日1,000円

(小学生以下無料)

【問い合わせ】☎090-7646-8493(島田)

## マルティン・ガルシア・ガルシア ピアノ・リサイタル

催し

第18回シヨパン・コンクールで第3位を受賞した注目のスペイン人ピアニスト。シヨパン「4つのマズルカ(作品33)」他。



日時:6月6日(火)

17時45分開場

18時30分開演

会場:函館市芸術ホール

入場:全席指定4,000円

(当日+500円)

【問い合わせ】函館市芸術ホール

☎0138-55-3521



## ファイヤーワールド函館

移転

薪ストーブ、ペレットストーブの専門店「ファイヤーワールド函館」が、吉川町から弁天町に移転。古い建物を再利用したノスタルジックなムード漂う店内で、高い品質とデザイン性に優れたストーブを展示販売。実際に火を焚きながらの展示もしている。気軽な見学だけでも歓迎。問い合わせはフリーコール。11時～18時。無休。P無。



●函館市弁天町14-8

☎0800-800-7016

## 第54回 箱館五稜郭祭

催し

初日は箱館戦争ゆかりの地を巡る「碑前祭」や、函館市芸術ホールで「土方歳三コンテスト全国大会」、2日目は「維新行列・音楽パレード」のほか、五稜郭公園特設ステージで、五稜郭明け渡しを再現する「開城セレモニー・戦闘パフォーマンス」などを実施。



日程:5月20日(土)・21日(日)

【問い合わせ】実行委員会事務局

☎0138-51-4785(五稜郭タワー内)



## 第二回 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る。そんな目的でスタートした名刺交換会。チラシなどの持ち込み可。個人・法人問わず、18歳以上なら誰でも参加OK。参加希望は下記2次元コード、問い合わせはTwitterのDMから。

日時:6月18日(日)

13時30分開場(入退場自由)

最終入場17時30分

会場:瀧澤山湯川寺

(函館市湯川町3-35-10)

参加費:300円

【Twitter】@GOEN\_Hakodate



## 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

発行人・編集人 熊谷貴典  
副編集長 平井由佳  
副編集長 坂本麻衣  
編集 土田葉月  
ライター 花輪志保里  
ライター 安沢ともこ  
配布管理 小野大樹  
営業 工藤ひとみ

本紙の内容は2023年4月21日現在のものです。

次号予告 5月26日号 ころろ弾む手作り体験

## 編集後記

1カ月前ほど前。ある食事の席で同席していた人にメニューにある魚の読み方を聞かれ、誤回答したことに昨日気付いた。間違ってたことに私は何て堂々としてたんだ！と思っても後の祭り。今さら小づ恥ずかしい気持ちになるなら気がない方が良かったかも。(じ)

お化粧に興味津々の中学生女子。私に「目の周り何塗ってるの？」と聞いてきたので「何も塗ってないよ。くすんてるんだよ」と優しく教えたら不思議そうな顔をされました。何もなくてもちゅるちゅる肌の君にも、隠せない時があるっていつかわかるぞ。(まし)

高校生の頃、いつも可愛いお弁当を作ってくれていた母が豹変し「オムライスにウインナーを5本刺して指が生えているように見えるホラー弁当を作る！」と張り切り出したことに恐怖したのを覚えています。なんとか止めました。その日の夕食はホラー化。(ツチ)

「毎朝やることを決めた」と中学生の息子。家事でも手伝ってくれるのかな。それとも朝に勉強？ いや運動かな。期待に胸を膨らませている私の耳に届いたのは、「コールドシャワー」という言葉。効果も説明していましたがどうぞお好きに！と思った次第です。(B.P)

4月から始まった新生活。相変わらず家にいる双子男子に週1回ずつ夕飯当番を申し渡した。玉ねぎの根っこ入りカレーとか、挽き肉炒め寸前のハンバーグとか、激辛ホイコーローとか、メニューはなかなか個性的だけど、悪戦苦闘する背中にはめんこい。(ヤス)