

青いほすと

vol.774 2024年2月23日発行号

春の特別企画



学習塾特集

小学部(算・国) 中学部(5教科)

勉強は人生を豊かにする最強の武器である

後藤進学教室 since1976



長年にわたり地域に根差した個人塾として、生徒1人ひとりの学力アップを目標に、地元の子供達の教育に貢献してきた学習塾。経験豊かなベテラン塾長と若手講師の親身な指導により、中部、市立函館、西、遺愛、白百合、ラ・サール、有斗、高専、工業、商業、七飯、水産など各高校に多くの合格者を出しています。「小学部」は生徒1人ひとりの学力に合わせて、基礎からハイレベルまで個別に指導。上位高校合格の基礎作りを目標にしています。「中学部」は1クラス7~8人の少人数制で、教科書準拠の演習問題を中心に基礎から発展レベルまで個別に指導。教科、時間を選択できるので、部活と両立しながら自分のペースで勉強できます。「高等部」は卒業生を対象に、数学中心に指導。無料体験(小1~中3)は随時受付中。まずは1度、授業を体験してみませんか。詳しくは、気軽に問い合わせを。

亀田本町教室●函館市亀田本町38-12

桔梗教室●函館市桔梗3-41-16

【問い合わせ先】☎0138-43-6882



国・数・英 各種検定 ドイツ語 フランス語 0歳~大人

公文で身に付ける「使える英語」

公文式 山の手きらきら教室

毎日の授業や受験ではもちろん、社会人にも実用的な力が求められる英語。

公文の英語は、細かいステップ分けて1人ひとりに「ちょうど」の教材と、専用の機器イーペンシルで、無理なく遊び感覚で始められ、聞く・読む・書く・話すの4技能を自然に高められるメソッド。年長から学び始め、小6で英検2級に合格するなど、多くの生徒が学年にかかわらず、高いレベルの英語力を身に付けています。

中学、高校の授業でも困らないから、ほかの教科の学習に時間を有効活用できるとの声も。小・中学生はもちろん赤ちゃんから大人まで、公文で「使える英語」を身に付けませんか?

●函館市山の手2-16-1

☎0138-56-1005



個別指導 通い放題 小学生~ 中学5教科 高校数学

新学期に向けて、通い放題で基礎をガッチリ!

個別指導TAKUMI(たくみ)塾



「うちの子は勉強が苦手だから一斉授業だとしていけない…」と、悩めるお父さんお母さんに朗報! 同塾は少人数制の個別指導塾で、分からないことを気軽に質問できるから苦手な科目もとことん学べて、勉強の仕方もしっかり身に付きそう。スケジュール

に合わせて時間帯が選べるため、部活との両立もOK。「定額通い放題プラン」(中学英数セット17,200円他)なら定期テスト対策もバッチリなうえ、追加料金無しでおサイフにも優しい! 高校数学では定期テスト対策や入試対策、進研模試対策もサポート。新入塾生には特典としてテキストをプレゼント。春期講習も受付中。詳しくはWebサイトで。



塾長 大江 拓見

●函館市美原4-3-19

プレイスビル203

☎0138-76-8261



個別指導 TAKUMI塾





春の特別企画

学習塾特集



小・中・高校生 個別授業 完全選択力スタマイズ制 (小・中学生) 映像授業 (高校生)

「弱点教科克服」「得意教科開拓」をこだわりの個別授業で!

函館進学予備校

小・中・高校生それぞれの学年、個々の目標に合わせた「こだわりの個別授業」で、成績向上のため1人ひとりに必要なカリキュラムを作成し、効率的・効果的にサポートしてくれる学習塾。

小・中学生対象の「完全選択力スタマイズ授業」コースは、曜日、時間帯はもちろん、通塾回数、科目、受講時間、教科数を自由に選択。習い事や部活の大会があるときには通塾回数を減らしたり、テスト前には通塾回数を増やしたりなど、毎月すべての選択内容を見直すことができます。「自分のやりたいことと勉強」を両立することができます。中学生は補習授業、延長授業が無料の通常授業コース(中1・2生は週2回100分、中3生は週3回100分)もあり、「完全選択力スタマイズ授業」にいつでも切り替えることも可能です。

高校生は授業対策、定期テスト対策のほか、推薦・小論文対策、大学受験対策、看護・医療系対策、英検・GTEC対策など、生徒のニーズに合わせた「完全管理型プランニング映像授業」を行っています。

●北斗市七重浜4-39-15 ☎0138-49-1914



Hakodate Shingaku School 函館進学予備校



5教科 (小・中学生) 看護医療系コース 高卒認定試験対策コース 不登校対応

「やる気応援」でミラクルを巻き起こす熱血指導!

海川学習会



1人ひとりの個性を活かし、塾を超えたアットホームな学習環境のなか、オリジナルプリントと熱血漢の塾長・海川史博先生の直接指導で、常に進化し続ける学習塾。「看護医療系コース」で学ぶ20~40代の社会人は、4年連続となる今年も

市内看護学校一般入試に合格! このコースでは、医療系学校受験に特化した英数オリジナルプリントなどを使って、大手看護専門予備校と看護学校での指導経験を活かす海川先生が、生徒に合わせて熱心に指導。授業時間は選択制で柔軟に対応してもらえるので、仕事や家事と両立できます。ほかに、個々に合わせて対応する「不登校対応コース」、学力と理解力に合わせた授業で最短合格を目指す「高卒認定試験対策コース」、授業についていけない小・中学生など幅広く指導。「あなたのスタートラインから、ゴールを目指して一緒に頑張りましょう」と海川先生。授業は9時~23時。詳しくは気軽に問い合わせを。

●函館市日吉町2-38-17 ☎090-6263-5168



小学生(4教科) 中学生(5教科) 中学・高校受験

大学受験を前提とした進学塾

四谷大塚YTnet函館進学教室美原スクール

開校から28年目の大学受験を前提とした進学塾。中学受験では、開成中学校、早稲田中学校、北嶺中学校、函館ラ・サール中学校1次など、多数の合格実績があり、卒業生は、旧帝大や医学部医学科などの難関大学に



合格しています。塾長の宮崎先生は、思考力を高めるための指導を行っており、小学生は個々の成績をさまざまな角度から分析する四谷大塚のカリキュラムに沿った学習内容。中学生はハイレベルなテキストを使って、

でてこい、未来のリーダーたち。

四谷大塚YTnet

の学習でトップクラスを狙います。高校生は応相談。授業は少人数制で、1人ひとりの学力に合わせてレベルアップを目指します。上位の学力をつける授業に興味があるなら、まずは無料体験に申し込みを(要予約)。春期講習についての問い合わせもお気軽に。電話受付15時~。

●函館市美原4-3-19 プレイスビル201 ☎0138-47-6466



小・中学生~大人 高校・大学受験 中高一貫校・高専

英語・数学が確実に「分かる! 解ける!」メソッドの開発

進学ゼミナール

塾長は、全道・全国の受験模試の作問、全国発売の参考書や問題集の執筆、高校入試問題の分析などを手掛ける受験指導のエキスパート。きめ細やかな指導で「分かる」「できる」を積み重ね、絶対的な学力の定着を図ります。中高一貫校生、難関大学受験生などの



の英数を中心とした徹底指導で、現役大学合格を目指すカリキュラムを構築。「明快かつ最短で解答に至る数学」(中部高2年テツ君)、「物理・化学は予備校レベルの指導」(中部高2年タクミ君)、「英語の長文読解の絶対的解法」(ラ・サール中2年コウキ君)といった塾生の声が。LINEによる質問や相談、定期試験対策などのサポートも充実。週3回、合計9時間近くの指導時間をとり、オリジナルテキストによる教科書内容の理解から次のステップへ進むことで、あらゆる学力の生徒の成績向上をバックアップ。「百聞は一見に如かず、まずは無料体験授業を受けて、質の高い指導内容を自分の目で確かめてほしい」と塾長。

本部・本通教室

●函館市本通4-17-25グローバルビル2階 ☎0138-54-2858
森教室●茅部郡森町上台町148-1 ☎090-3898-1234



国・算 (小1~4年生) 5教科 (小5・6年生・中学生) 少人数制 自習室 小学生~大人

オーダーメイド方式の個性に合わせた指導が好評

栄進ゼミ

「栄進ゼミ」は、大手塾で培った指導ノウハウを基に、集団指導ではフォローしきれない生徒1人ひとりの個性に寄り添った個別指導が魅力の学習塾。受験・入試を念頭に置いた「小・中・高校生完全個別指導コース」では、受講する曜日と時間帯を選ぶことができ、1回の授業につき自由に2つの教科を選択することができます。またお子さんと講師の相性をみることができ、その上で担当となった講師が生徒の理解度に合わせてカリキュラムを用意。講師1人に対して生徒2人までの完全個別指導です。定期的な面談時間を設けるなど、生徒を思う講師陣の細やかな配慮は生徒たちにも伝わっており、その真摯さに心打たれ、大人になってから同塾の講師となった生徒もいるそう。生徒が塾を好きになる「栄進ゼミ」。1度問い合わせしてみたいはいかがでしょうか。



本校●函館市北美原1-2-1 湯川校●函館市湯川町3-25-17
港校●函館市港町1-14-3 【問い合わせ先】☎0138-46-8877



子供~大人 ペン習字 かきかた 筆ペン 毛筆

曜日・時間が増えてますます通いやすい

公文七重浜8丁目書写教室

文字を書くのが好きな人はもちろん、子供の習い事や仕事で活かしたい人など、幼児から年配の人まで、だれでも安心して「ペン習字」「かきかた」「筆ペン」「毛筆」を学ぶことができます。また、自分のペースに合わせて宿題の量を調整できるので、無理なく続けられると評判です。学習内容は運筆練習、ひらがな、漢字、文と段階を踏むので、「線→文字→文」の順に整ってゆき、さらに上手く書くコツやルールを学べるため、だれでも無理なく上達を実感! 今なら3月11日(月)~31日(日)の間で、週1回・最大3回まで受けられる無料体験を受付中! 現在の開講時間は木曜は15時~17時、18時~20時。金曜は13時~17時。土曜は9時~12時、13時~15時。教室での学習は30~40分ほどなので、ほかの習い事の前後に学べるのも魅力。オンライン学習可。なおオンライン希望の場合でも月1回以上の通室が必要。月会費(1教科)は中学生以上4,840円、小学生以下3,630円(教材費含む)のほか、別途入会金3,500円。要事前連絡。



●北斗市七重浜8-18-16 まちかどサロンJUN内
☎0138-49-4491 (指導者・渡部)



ランチ

自慢のスパイシーソースがクセになる

ホテイヤ サンドウィッチスタンド

海外仕込みのガツンと食べ応えのあるバゲットサンドで人気の店。昨年11月、十字街に移転オープンした。おすすめは「naka.~ランチプレート~」(800円)。その名の通りサンドイッチの中身をプレート仕立てにした1品。ジュシーに焼き上げたグリーンカレーマヨソース風味のブリックチキンに、キャロットジンジャーソースが後を引くサラダとフライドエッグを添えた。バゲット追加は200円。休日なら、ぜひクラフトビールと一緒に召し上がれ。11時~L019時30分(日曜10時~L018時30分)。不定休。P有。



●函館市末広町8-5 ☎080-5893-0356

おやつ

テイクアウトのティラミスが評判!

イタリアンカフェ クサナギ



イタリアンの人気店「クサナギ」では、テイクアウト限定で「自家製ティラミス」(2~3人用、1,800円)を販売。エスプレッソをしみ込ませたスポンジ生地のはろ苦さ、マスカルポーネチーズや生クリームなどで仕立てたクリーミーな味わい、食感のアクセントになるトッピングの砕いたチョコレートがバランス良く調和。甘さ控えめで、軽くなめらかな口当たりを楽しめます。手土産にもおすすめ。3日前までに要予約。18時~L020時30分。テイクアウト17時~19時。月曜休。P有。

●函館市亀田町16-22 ☎0138-45-5750



夜限定の1,000円分食事券を5名様に

応募方法は P6

酒と肴とよしま

石川町の住宅地に建つ隠れ家居酒屋。地酒や焼酎、国産ウイスキーなど旨い酒を引き立て、気の利いた肴が並ぶ。今なら青ば読者サービスで、「大沼黒牛のたたき」を1,380円の特価で提供。絶妙な火入れで旨味を閉じ込めた柔らかなたたきに、36カ月熟成させたパルミジャーノ・レッジャーノを惜しみなくトッピングし、山さわびをピリリと効かせた逸品。豊潤な香りと肉汁が、噛むほどに口中に広がり、酒が進むと間違いなし! おすすめやお休みはInstagramで。



11時30分~L013時30分、17時30分~L022時30分。月曜、第1・3日曜休。P有。
●函館市石川町528-10 ☎0138-83-7837

HEAD LINE -ヘッドライン

バス運転手として働いてみませんか

バス運転手合同就職相談会

バス会社8社が参加する「バス運転手合同就職相談会」が、3月17日(日)に渡島合同庁舎で開催されます。バス運転手は、地域住民の生活や観光客にとって不可欠な職業です。大きな車体を運転するため「難しいのでは…」と尻込みしている人もいるかもしれませんが、最近では車の性能も上がり、オートマチック車の導入も進んでいます。女性のドライバーも増えているそう。現役の運転手さんたちも「バスの性能も良くなって、仕事がしやすい」「お客さんからありがとうと言われると、励みになってやりがいを感じる」「しっかり休憩も取るので、無理なく働ける」と話しています。



相談会当日は、各社ブースを設置し、個別に採用条件や養成制度などについての相談に対応。また、ハローワークのブースでは、雇用保険や再就職手当の相談も受け付けます。参加希望者は下記2次元コードの申し込みフォーム、または電話で3月13日(水)までに要申し込み。未経験者、大型二種免許未取得者も歓迎。開催日時などの詳細および、参加バス会社は下記広告でチェックを。

【問い合わせ・申し込み】

北海道渡島総合振興局 地域創生部地域政策課

☎0138-47-9431



Webサイト 申し込みフォーム

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

全国生活習慣病予防月間

実は、今がまさにその予防月間の真っ最中。日本生活習慣病予防協会が生活習慣病予防に対する意識の向上と健康寿命を延ばすことを目指して毎年2月を全国生活習慣病予防月間と定め啓発活動を行っています。そのスローガンとして掲げているのが「一無、二少、三多」。一無は、無煙=禁煙のすすめ。自分だけではなく周りの人の健康を守るためにも禁煙に取り組ま



しょう。二少は、小食・少酒。暴飲暴食の逆ですね。生活習慣病予防の基本。三多は、多動・多休・多接。体をよく動かす、そして適正な睡眠を取る。多くの人や物事に接して心の健康を育む。健康に長生きしましょう。



1人暮らしの高齢者に広がる「安心の輪」

一般社団法人スターライフ

定年退職後、介護のため、函館に住む母親と同居を始めた現在70代の女性。数年後母親は亡くなり、女性は1人で暮らしていましたが、骨折で手術を受けることに。緊急だったのも、そのときは亡くなった母親の友人が保証人になりましたが、翌年には手術で入れた金属プレートを取り除くため、再び手術が必要に。頼れる身寄りがなく、病气やケガなど何かあったときの不安を以前から抱えていた女性は、本紙記事で何度も目にしてきた「スターライフ」に連絡。直接話を聞き、終身にわたって希望に沿った形でサポートしてくれることが分かり入会を決めました。「何より良かったのは、毎日安心して暮らせるようになったこと。金属プレートを抜く手術のときには、保証人だけでなく入退院時や先生の話しを聞くときも代表の星さんが付き添ってくれました」と女性は穏やかな笑顔で話します。その後女性は、身寄りのない1人暮らしの知人にスターライフを紹介し、安心の輪を広げているそう。「スターライフ」は、家族代わりとなって終身にわたり支援する法人です。「近年は既存のお客様のご紹介でご入会される方が増えています」と代表の星さん。相談は無料。自宅まで訪問可能。支援内容などがわ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、湯川支所の広告モニター付近に常備されています。



●函館市山の手2-44-4 ☎0138-83-2312

昨年好評だったキャンペーンの第2弾!

第一住宅設備

「昨今の電気代高騰で、多くの家庭が、電化機器を省電力のものに変更するよう迫られているのでは?」。そんな思いから「少しでも電気代節約に協力したい」と、昨年大好評だったエコ替え応援キャンペーンの実施を決定! 電化機器の中で、家庭の消費エネルギーの3割をも占める給湯器。電気料金を抑えるポイントはこの給湯に掛かる電気代を減らすこと。大気熱を利用し、お湯を沸かすエコキュートは、取り替えるだけで給湯に掛かる電気代が最大半分以下に抑えられるそう。今回は「ダイキン エコキュート2024モデル」各種を、希望小売価格の40%引きで提供(商品のみ。工事費、配管部材などは、現在の設置状況・位置により別途見積もり)。さらに、現在使用中の電気温水器を60,000円で下取り!

また、3月末までは普通に使用するだけで35%節水できるコンフォートウェーブシャワー搭載の「TOTO節水シャワーサーモ混合栓」プレゼントのW特典も! 通常の灯油ボイラーから灯油エコフィールボイラーへの取り替えキャンペーンも継続中。見積もり・点検無料。詳しくはWebサイトをチェック。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利用可。年中無休。

●函館市千代台町29-15 ☎0120-222-592



Webサイト

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。

- ・キラルス函館内「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
- ・函館市民会館
- ・函館市青年センター
- ・キングストア掘川店
- ・セブンイレブン 函館五稜郭公園前店
- ・NK2 FARM Shop&Cafe
- ・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〜る
- ・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
- ・東前温泉 しんの湯
- ・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。

ボイラー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、3月25日までボイラーの無料点検キャンペーンを実施中です。長年使用したボイラー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。「音がうるさい」「変な臭いがする」「突然止まる」といった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、修理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。毎日使う給湯ボイラーも、冬期間毎日稼働している暖房ボイラーも、この機会にぜひ。

●函館市美原3-1-5

☎0120-750-750



Webサイト

期間延長! 1日2部屋のみの特別プラン

湯の川温泉 笑 函館屋

「日頃の感謝を込めて」と用意した、地元民対象の2人1室1泊朝食付き1人6,600円(別途入湯税)のプランが、好評により、案内できない日も多数あったことから、4月15日(月)まで期間延長になりました! このプランは平日限定と謳っていながら、土曜日以外の日~金曜がプラン適用になるのもうれしいところ。人気宿泊者特典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楽しめます。1日2部屋限定プランなので予約はお早めに! 温泉はもとより、アットホームな雰囲気も評判の「笑 函館屋」は、全26室のプチホテル。宿泊者同士が団らんスペースで談笑するなど笑顔の輪が広がっていくのも魅力のひとつです。家族や友人とともに、源泉掛け流しの良質な天然温泉と、朝食バイキングで旅行気分を味わいながらほっと一息ついてはいかがでしょうか。

●函館市湯川町3-10-3

☎0138-36-2000

青いぼすと 配布スタッフ募集中!!

週2回(火・金曜日)、早朝から日没までの時間帯に、チラシや宛名指定のダイレクトメールを各家庭に配布するお仕事です。

詳しい業務の説明を伺います! 「やる」「やらない」の決定は業務説明のあとでも問題ありません。お気軽に問い合わせください!!

急募エリア

週2回エリア

- 入舟町
- 弁天町
- 船見町
- 元町
- 青柳町
- 谷地頭町
- 住吉町
- 東川町
- 栄町
- 田家町
- 白鳥町
- 八幡町
- 宮前町
- 亀田町
- 吉川町
- 北浜町
- 追分町
- 亀田港町
- 西旭岡町3丁目
- 日吉町1~4丁目
- 東山1~3丁目
- 富岡町1・2丁目
- 北美原1・2丁目
- 港町2丁目
- 千代台町
- 宇賀浦町
- 高盛町
- 杉並町
- 深堀町
- 花園町
- 湯川町1丁目
- 戸倉町
- 上野町
- 上湯川町
- 亀田本町
- 上湯川町
- 鍛冶2丁目
- 中道1丁目
- 神山3丁目
- 昭和1丁目
- 美原4丁目

月2回エリア

- 陣川1・2丁目
- 神山町

業務委託契約となります

お支払いは出来高制です
(配布部数×配布単価)
部数、単価は各配布エリア、
配布物によって異なります。

株式会社青いぼすと

[Tel] 0138-84-1002

詳細はホームページでも
ご覧いただけます



エアコンの新設、買い替えは春がおすすめ!

住まいのホームドクター KlaFit

まだまだ寒い時期が続きますが、そろそろ春からの新生活に向けて動き出している人もいますのでは? 春はエアコンの新規設置、買い替えを検討する最適なタイミング。近年の温暖化の影響が、北海道でも7月には30℃を超える日も珍しくありません。新設、買い替えとともに、エアコンの購入時期は6~8月が圧倒的に多く、この時期は品切れになるケースもあるそう。エアコンの購入を検討中なら、ぜひ早めにクラフィットに相談を。部屋の間取りなど、要望に合わせ最適な機器を提案してくれるほか、取り付けやアフターフォローも万全です。

「ほかにも水まわり、ガス機器の取り付けなど、住設備のことならどんなことでも対応いたします」と同店。不明な点や困りごとを、気軽にパソコンやスマートフォンから問い合わせできたり、具体的な故障の症例や、修理金額の目安などを予めWebサイトで確認できるのも安心ポイント。相談はお気軽に。9時~17時。見積もり無料。年中無休。

● 函館市桔梗町695-5
☎0138-86-5828



自費型デイサービス説明・見学会&スマホ講座

フィットアップ

1人ひとりに合わせたりハビリや運動の指導をする「自費型訪問リハビリ」と「自費型デイサービス」のほか、訪問型スマートフォン指導サービスを行う「フィットアップ」が、3月6日(水)に「自費型デイサービス説明・見学会&スマホ講座」を開催します。

当日はデイサービス内の見学ができるほか、リハビリや入浴サービスなどについても知ることができるので、自費型デイがどんなところで、何をするのか気になっていた人は、参加してみたいかがでしょう。さらに、スマートフォンに機種変更して日が浅い人などに向けた、初心者向けスマホ講座も行います。時間は10時~11時。参加無料。予約制。車椅子対応の福祉車両有。希望者は送迎可。詳しくは電話で問い合わせを。

● 函館市の場町12-1
☎090-1644-5880



ミシンのメンテナンスは大丈夫ですか?

越野ミシン商会

3月4日は「ミシンの日」。長い間使っていなかったミシンを久しぶりに動かしたら故障したという経験がある人はいませんか?

ミシンの点検、修理、販売を行う「越野ミシン商会」の代表・越野健二さんは、「しばらく使っていないミシンは潤滑のためのグリスが固まっていて、そのまま動かすと焼き付けてしまうケースがよくあります」と話します。また「いつも使っているミシンも定期的に専門業者にメンテナンスしてもらうのがおすすめです」とも話しています。一般的に、ミシンの部品は購入から8年ほどで供給期間が終わると言われています。いざというとき、修理の依頼をしても部品が無ければ直すことが困難に。それを避けるためにも、定期的な点検を! 目安として、購入から5年以上経ったミシンは特に注意が必要。機械はしっかりメンテナンスすることで長く快適に使えるもの。ミシンも例外ではありません。

入園・入学シーズンに向けてミシンの使用頻度が高まる季節がやってきましたので、今のうちにぜひ点検を。同社では、点検、修理は電話1本で出張対応。依頼電話の際に「青ぼ見た」で出張料5,500円が3,850円に! 日曜、祝日休。P有。

● 函館市大手町12-5 カサドール駅前303号
☎0138-27-6105 ☎090-8638-9844



不器用な私、家族に笑われたけど...

円山 彩蔵(さくら)

「久しぶりにママ友とランチに行ったサエさん。数年ぶりのママ友は以前と違ってイキイキしている。エステ? ジム? と思って聞いてみたら習いものだそう。そのおかげで、中学生のお姉ちゃんの卒業式に着物を着て行ったという。えっ、素敵! 私も着たい!! でも家族には無理しないほうがいいよと笑われた…」

「これは当教室に通われた生徒さんの実例です。着物が着られると楽しいことが沢山あります。お持ちの着物をいかしてチャレンジしてみませんか?」と話すのは「円山 彩蔵」。エピソードの続きは右下の2次元コードから見ることができます。

同店が函館地区で16期目となる着付け教室をスタートします。これまで1,600人以上が参加した実績を持ち、特別な器具を使わずに手結びの着付けとコーディネートなどが学べる教室で、4月から「亀田交流プラザ」(月~金曜)と「中道会館」(土曜)で開講。週に1回同じ曜日に通い、受講料は全10回で5,000円(1回あたり500円)。初めて通う人への記念特典の小物の購入などに使える3,000円分チケットプレゼントもうれしい。受講申し込みは右記2次元コードのwebサイトからどうぞ。

店舗の営業時間は12時~18時30分。
● 札幌市中央区南1西25 ☎0120-829-847



同店の教室で着物を着られるようになったユミコさん



青の旗 ★ 勝手に応援!!

拍手と歓声に応える演技を

4歳から中学生まで所属する道南で唯一のバントワーリングスクール。バントは、バレエ、ダンス、器械体操の要素を併せ持つ芸術スポーツ。小学2年のときに、お祭りで見た演技に魅了され習い始めた須藤さん(中3)は「イベントで歓声を受けたときは、輝いていると思えてうれしい。地域の人に元気を与えられる演技がしたい。大会では緊張してしまうので、メンタル面を鍛えることが課題」と技に磨きをかけている。昨年の大会で2本のバントを使って技術を競うトウバントに出場した伍樓さん(中2)は「初めての種目に挑戦して、良い経験になった。技の完成度を上げて、イベントでも披露したい」と2本のバントを操る。取材時、小学生も練習していたが、それぞれ自分の目標をしっかりと持ち、レッスンに励んでいた。バントの操作、柔軟性、リズム感、表現力などに対し、試行錯誤しながら取り組むメンバー達に、大きな拍手を!



「初めて」の種目に挑戦して、良い経験になった。技の完成度を上げて、イベントでも披露したい」と2本のバントを操る。取材時、小学生も練習していたが、それぞれ自分の目標をしっかりと持ち、レッスンに励んでいた。バントの操作、柔軟性、リズム感、表現力などに対し、試行錯誤しながら取り組むメンバー達に、大きな拍手を!

必の代書屋 松田聡がスバリ!



本気談 —本気と書いてマジ— 困りごと、悩みごと、各種相談 60分投げ銭 電話にてご予約ください。 チームマツダ行政書士法人 社員 松田聡 函館市杉並町13-12 ☎0138-33-4675

時間と笑顔

行政書士の松田です。今年の天候はどうなってしまうのでしょうか。さらに大震災に関しても意識しなければなりませんね。さて、つい最近のこと、夕食に使う豚肉を買いに近所のスーパーへ行きました。店内に入ると「懐かしピーナツチョコレート」の表示が目に入り、瞬間的にレタラインデーのことが頭を過ぎりました。

小学生の頃：ハート型のピーナツチョコレートをたくさんもつたなあ。あの頃はあんなにもうらたのなあ。などと、当時の甘酸っぱいような心境を思い出していました。

「あれ? 飛行機? いや違う」慌てふためいて、図書館に向かったのがありま。きつと、皆様はこのようなことは有り得ないでしょうが、私は確実にあります。鞆に仕事の書類を入れ忘れてきた。立ち寄るはずの役場を通り過ぎてコンビニにいた。車を運転しているとき、親族を目撃したので、車を停めて用が済んだと思

ひとりニヤニヤしながら、店内でかごを持った邊層間近の親父が、チョコレートを目前にそんな想いに更けていました。周囲のお客様は怪訝そうな表情で通り過ぎて行ったことでもせず、ピーナツチョコレートを買って足早に帰宅しました。帰宅するなり：妻から「肉は...えっ、なんだっけ」と、このやり取りのあとのこととはご想像にお任せし、地団駄を踏んだことは言うまでもありません。

そんな抜けている私ですが、今年は、少し生活の質(OOL)を向上させるため意識的に行動することにしました。なんでもかんでも制限しては生き心地がよくありません。食事や睡眠の質を高め、ストレスを溜留させないことを意識しています。

Present



このマークが目印!

プレゼント

酒と肴とよしま 提供 夜限定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 函館市栴檀町379-27 株式会社青いぼすと2・23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

3月4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場合があります。

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/

Healness & Wealness



地域連携課課長 石田智之

高齢者が安心して生活するための

高齢者の患者様で、今後の生活に不安があるという相談が増えてきています。 高齢者が安心して生活するうえで皆さんも知っているとは思いますが、介護保険サービスの利用が考えられます。これは介護が必要な状態になった場合、要介護認定の申請を行い、要介護認定の結果を受けて介護保険サービスを利用するといったものです。

在宅で生活している方の介護サービスには「通う」(通所リハビリテーション、通所介護)、「訪問」(訪問リハビリテーション、訪問介護、訪問看護、訪問入浴、短期入所療養介護)、「複合」(小規模多機能

型住宅介護)といったものがあります。 要支援1・2、要介護1〜5の認定を受けた方が、ケアマネジャーを通じて介護保険サービスを利用するというです。 それでは介護認定を受けていない方はサービスを利用することができないかというと、そんなことはありません。介護認定を受けていない方でも生活に不安を抱えている人はたくさんいると思います。 函館市では一人暮らしの高齢者や高齢者のみの世帯という状況で、日常生活に何らかの支援を必要とする方を対象に、高齢者支援サービスというものがあります。 生活援助員派遣サービスやショートステイサービス、家事援助サービスなど、介護認定を受けていない方でも利用できるサービスがあります。 サービスを利用するには各要件があります。絶対利用できるとは言えないため、確認が必要となりますが、何か困っていることや不安なことがあるときは、函館市地域包括支援センターなどの相談機関がありますので気軽に相談してみてもいいと思います。

第24回市民美術展 はこだて・冬・アート展

催し

函館市内・近郊在住の高校生以上を対象に募ったオリジナル作品を展示する市民美術展。賞の対象となる一般作家部門から、賛助・招待作家部門まで、プロ・アマ、ジャンルを問わない多彩な作品を展示する。



日時:2月25日(日)~3月3日(日)
10時~19時(最終日は17時まで)
会場:函館市芸術ホール ギャラリー
入場:無料
【問い合わせ】函館市芸術ホール
☎0138-55-3521



第26回しりうち味な合戦冬の陣 カキVSニラまつり

催し

知内町の2大特産品を堪能できるイベント。恒例のカキ、ニラおよび町特産品の販売のほか、今年は4年ぶりに会場で飲食ありでの開催。ステージイベントも実施。



日時:3月10日(日)
9時30分~13時30分
会場:知内町中央公民館駐車場特設会場
(カキ・ニラの販売、宅配コーナー)
知内町スポーツセンター特設会場
(焼きガキコーナーほか)



【問い合わせ】実行委員会
☎01392-5-6161(知内町役場産業振興課)

東京藝術大学 道南ゆかりの同窓生によるコンサート

催し

出演は、道南出身の東京藝術大学の在學生と卒業生。ピアノ、声楽など多彩なプログラムを予定。ソロ演奏はもちろん、アンサンブルにも期待したい。



日時:3月16日(土)
13時開場
13時30分開演
会場:函館市芸術ホール
入場:自由席 一般2,000円 学生1,000円
【問い合わせ】実行委員会
☎090-3774-1447(伊藤)

ピロシキ博 in HAKODATE2024 もしもピロシキ

催し



昨年も好評だった青龍軒をはじめ、道南の美味しい店17軒の自慢料理とコラボした、会場限定ピロシキが勢ぞろい。テレビでもおなじみのハッチェルバンドのメンバー・アイリッシュコーヘイと藤田まゆみのライブや、タレント・アリオナのトークショーなどステージイベントも盛りだくさん。

日時:3月16日(土)~17日(日) 10時~15時
会場:函館蔦屋書店2階ステージ前
【問い合わせ】ソユーズはこだて焼きピロシキ
☎0138-76-3749(まるたま小屋)

函館ジュニア・ドリーム・オーケストラ 第21回 室内楽コンサート

催し

小学生から高校生までが在籍する「函館ジュニア・ドリーム・オーケストラ」。1年の練習の成果を発表するアンサンブルやソロ演奏が中心のミニコンサート。



日時:3月17日(日)
10時開演
11時50分終演予定
会場:函館市民会館
小ホール
入場:無料
【問い合わせ】事務局
☎0138-57-3111(函館市民会館)

2024@新函館北斗駅ほっくるパン祭 withスノーエッグハント

催し

昨年に続き2度目の開催。道南の人気ベーカリー17店舗が、午前(10時~12時30分)と午後(13時30分~16時)に分かれ、出店。売り切れ次第終了。屋外会場では、卵型のカプセルを使ったゲーム「スノーエッグハント」(参加費300円、中学生以下対象、要事前予約)を実施。



日時:2月25日(日) 10時~16時
会場:新函館北斗駅隣接「ほっくる」
【問い合わせ】北斗市観光協会
☎0138-77-5011



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

本紙の内容は2024年2月8日現在のものです。

次号予告 3月15日号 おにぎり特集

編集後記

昨日まで何でもなかった手首が、ある日突然痛い！ 湿布してみたものの良くなりず、10数年前に亡くなった父が愛用していた磁石入りのリストバンドを着用してみたら、これが良い！ 時間が経って治っただけかとも思いますが…。父よ、ありがとう。(じ)

食べているところを見るのが好きです。一生懸命にモグモグと口を動かしているところがとにかく可愛い。狙っているものを先に食べられたときにジッと見ている顔も可愛い。たまに怒って攻撃したりしていても微笑ましい。あ、ウチで飼っているカエルの話です。(まい)

暇な時はショート動画ばかり見ているのですが、最近は猫ニームという猫の動画を切り取った素材を使って面白エピソードを再現している動画を見るのにハマっています。動画を作る人達はみんな同じ素材を使っているのに全部面白い。時間が溶けていく。(ツチ)

行ってしまえば楽しいのは分っているのに、出かけるためのアクションを起こすのが億劫な時ってありませんか？ 私は度々あります。フットワークを軽くする…という目標を立てたこともありますが、目標が重荷になり逆効果。良いアイデア募集中です。(B.P)

ゴロンと転がっただけなのに、なぜか愛用のカメラが故障。修理に1カ月、1万円以上かかると云われ、手頃な中古に買い替えたが、初めての機種で戸惑い気味。親切なネット民のおかげで少しコツが掴めてきたが、まだまだモタつく私を温かく見守ってください。(ヤス)