

青いほすと

vol.788 2024年9月27日発行号

おいしいっ！

粉もの特集

本場のソースで食べる広島風お好み焼き

ピックアップ!



間もなく開店1周年を迎える同店の名物メニュー「ピックアップスペシャル焼」(1,210円)は、王道の広島風お好み焼き。キャベツ、もやし、豚肉、いか天、目玉焼き、長ねぎ、焼きそばの麺が入っていて、見た目はボリューム大! ですが、意外にもあっさりしたおいしさでペロリと食べられます。麺は道産小麦100%の西山製麺、

ソースは本場広島のカープソースなど、随所に素材へのこだわりが。月に1度、店内でのライブ開催時はチキンの無水パキスタンカレーとドリンクなどを提供。詳細はインスタグラムで。11時30分~LO13時30分、17時~LO21時。日曜休。P有。

●函館市堀川町7-3 ☎0138-83-6889

ふわっ、トロツ、アツアツ

たこぼうず



作り置きせず、注文を受けてから焼きたてのたこ焼きを提供。出汁がきいた風味の良い生地は、外側はふわっと中はトロツとした口当たり。中に入っている大きめのタコは、近海産の新鮮なミズタコ。あっさり系のソースで、飽きずに食べられると評判です。焼き上がりまで約20分ほどかかるそうで、イトインとテイクアウトどちらも予約が確実とか。価格は10個500円、15個650円、20個850円。11時30分~LO14時30分、16時~LO19時30分、テイクアウトLO20時(無くなり次第終了)。月曜休。P無。

●函館市湯浜町2-13 ☎0138-56-6866

大人の味覚を満足させる予約必至の隠れ名店

お好み焼き・鉄板焼 てっばん



これまで焼いた数は4万食以上という店主が、ピカピカに磨いた鉄板で焼き上げるお好み焼きは、平飼い卵を使い、キャベツなどの野菜を吟味し、広島焼きには特製の麺を使用するなど具材にとことんこだわっている。出汁をきかせた生地はあくまで控え目な軽い食感で、平日でも予約必至というの納得のうまさ。関西・

広島のお好み焼きのほか、もんじゃ焼きも提供。おすすめは新鮮なしそをたっぷり使った「しそダブル」(1,380円)。ワインの種類や酒の肴の品ぞろえが豊富なのも注目だ。予約は17時以降に。18時~材料が無くなり次第終了。不定休。P有。

●函館市本通2-32-6 ☎0138-55-0538

道南ならではの名物もんじゃ

もんじゃ焼き 千景



昭和60年創業、本場月島のもんじゃ焼きの味が函館にいながらにして楽しめる同店。オリジナルメニュー「松前づけもん」(800円)は、キャベツと長ねぎのシンプルな具材に松前漬をたっぷり加えたもんじゃ焼き。「ここでしか食べられない味」として支持されています。松前漬自体に塩気と旨みがあるので、ソースをかけずシンプルに食べるのがお薦め。「おこげ」ができたなら、柔らかい部分と一緒に口へ。おこげのバリバリ食感と生地のトロトロ食感が幸せなハーモニーを奏でます。17時~22時(LO21時)。水曜休。P有。

●函館市時任町2-5 ☎0138-55-4155

濃厚イカスミソースがやみつき!

たこ焼きわや



研究熱心なオーナー自慢のオリジナルたこ焼きが味わえる。「明太もちボール」や「豆腐ボール」など、さまざまな変わり種が並ぶメニューの中でも大注目なのは、「名物函館イカボール」(10個550円)。タコの代わりにイカを使って香ばしく焼き上げ、醤油ベースの濃厚なイカスミソースをたっぷり。おろししょうがとワサビをのせて頬張れば、函館市民懐かしのイカ焼きにも似た味わいが口いっぱいに広がる。ドハマリする常連続出のアレンジたこ焼きをぜひ試してみてください! 14時~22時(デリバリーは11時まで)。火曜、他不定休。P有。

●函館市港町1-18-37 ☎0138-40-5757

旨味豊かなふわとろたこ焼き

たこ焼き一徹



漁師さんから仕入れた生ダコを使用し、生地に尾札部産昆布からとった出汁が入ったこの店のたこ焼きは、タコと出汁の旨味が豊か。ふわとろの焼き加減も絶妙で、タコが大きい点も◎。少量の油で焼いているので、コク旨なのにあっさり食べられるのも魅力です。オリジナルブレンドソースを使った「ソース」(600

円)のほか、「天かすまみれ」「韓国風つけだれ」(各650円)など6種類の味を用意しています。テイクアウトは事前予約がおすすすめ(焼き上がりまで約20分)。11時30分～15時、17時30分～21時(タコが無くなり次第終了)。不定休。P有。

●函館市神山3-1-11 ☎080-5751-6371

この店ならではの1品を楽しめる

お好み焼き105



広島風のお好み焼きをメインに、居酒屋料理も提供。薄く焼いた生地間に山盛りのキャベツとモヤシ、豚肉などを挟んで焼くお好み焼きは、珍しい味も楽しめるのがポイント。1日かけてやわらかく煮込んだ牛すじ煮込み入りの「湯の川焼き」、牡蠣バターが入った「かきおこ」(各1,300円)、京都の九条ねぎを使った「ねぎ焼き」(800円)のほか、「豚玉」は、焼きそばをうどんに変身できる広島スタイル。トッピングもそろっているので、いろいろな味を試してみてもいい。11時30分～LO22時。月・火曜休。P有。

●函館市湯川町2-26-17 ☎0138-57-9194

肉汁ジューワッ! 厚切りベーコンの誘惑

お好み焼き 赤坂



昭和46年、本場大阪風のお好み焼きの店として創業。5年前に生まれた自信作「厚切りベーコン玉子入り」(1,200円)は、精肉店から「いいベーコンが入る」と聞いて考案したメニュー。特注で厚切りにしたベーコン2枚を使い、生地・ベーコン・生地と層を作るようにふっくら焼き上げます。豪快に頬張れば、分厚いベーコンのジューシーさと生地のもちもち感が一体となり、おいしい幸せとなって口の中に広がります。豚バラ肉を使った定番メニュー「ぶた玉子」(1,000円)も不動の人気。17時30分～23時(LO22時30分)。第3日曜休。P有。

●函館市千代台町2-16 ☎0138-51-1212

モチモチ生地&とろ〜り卵のハーモニー

粉もん屋 とん平函館駅前店



本場大阪のお好み焼きをはじめ、もんじゃ焼き、一品料理などメニューが豊富。おすすすめの「月見ねぎ玉」(1,180円)は、餅を混ぜ込んだ生地が特徴的。上にはたっぷりのネギがのっけていて、香ばしく焼かれた豚肉やモチモチの生地とともに、とろける卵に包まれる心もとろける一品。オリジナルソースとの相性も◎。お得なランチセットも提供していて、「ぶた玉定食」(780円)などのお好み焼きランチは、ご飯と一緒に食べる大阪スタイル(スープ付き)。11時～LO14時、17時～LO21時30分。不定休。提携P有。

●函館市若松町19-3 ☎0138-84-1086

ワンコインのお好み焼き

お好み焼き・たこ焼き 直祐



リーズナブルな価格でお好み焼きを味わえる店。テーブル席の鉄板に運ばれてくる熱々&ふわふわのお好み焼きは、自分で焼いてもOK。王道の「豚玉」と「イカ玉」は、「気軽に味わってほしい」とオープン以来500円で提供。とろ〜りチーズがたまらない「豚チーズ」(600円)は、注文時に「青ぼ見た」で500円(10月

29日まで)。大玉の「たこ焼き」(8個入り400円、焼き上がりまで約20分)も好評。テイクアウトは事前の電話注文が確実。17時30分～LO20時(無くなり次第終了)。水・木曜休。P有。

●函館市湯川町3-13-15 ☎0138-85-8810

生地がウマイ! 函館を代表する老舗

くいだおれ太閤宝来町本店



昭和38年創業、北海道最初のたこ焼き店と言われているのがここ! 当時から変わらない出汁にこだわった生地の味が今も愛される。じっくりこんがり焼き上げ、外側はカリッとした食感なのに中はトロ〜リ。特製ウスターソースの「本格たこ焼き」(10個480円)が1番人気だが、より生地の味がダイレクトに楽しめる「塩・コショウたこ焼き」(10個480円)も根強い人気。テイクアウトはもちろん、店内で焼きたての熱々を着に一杯やるのも◎。15時～LO21時30分(月・火曜LO21時)、日・祝日12時～LO20時30分。水曜、他不定休。P有。

●函館市宝来町22-19 ☎0138-23-4004



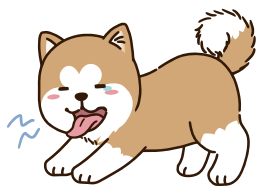
あくびの伝染



誰かがあくびをしているのを見ると、つい自分もあくびをしてしまうことがありますよね。

あくびはどのようにうつるのか、諸説あるようですが、共感説や行動伝染現象とも言われます。

人が笑っていたらつられて笑ってしまうとか、泣いている人を見たらもらい泣きしてしまうとか。あくびは、あくび映像を見たり、あくびのことを考えただけでもうつります。他人に対する共感や関心の低い4歳以下の幼児ではうつらず、他人よりも友人、友人よりも家族の方がうつりやすいというデータもあります。さらに驚きなのは、人から犬にもうつるのだそうです。他人のあくびよりも飼い主のあくびの方が犬にうつりやすいことも分かっています。



HEAD LINE -ヘッドライン

頼めば頼むほどお得な「スーパーセール」

おそうじ本舗 函館昭和店



普段の掃除から分解クリーニングなどの専門掃除まで、要望に合わせてプロの掃除を提供する同店では、10月31日まで、頼めば頼むほどお得になる「スーパーセール」を実施。対象メニューは「エアコンクリーニング」(通常1台12,100円、お掃除機能付き20,900円)、「洗濯機クリーニング」(通常縦型12,100円、ドラム式18,700円)、「浴室クリーニング」[換気扇クリーニング][キッチンクリーニング](通常各19,800円)で、期間中は何カ所依頼しても1カ所につき1,100円引き! 普段から複数台まとめて依頼するとお得になる「エアコンクリーニング」は、通年2台で2,200円引きのところで、キャンペーン割引2,200円が加算され4,400円引き。3台の依頼で通年3,300円引きのところ、キャンペーン割引3,300円がプラスされて6,600円引きと、頼むほどお得! カビなどの原因になる夏の汚れを落とすなら、この機会をお見逃しなく。女性スタッフ対応可。業務用や店舗可。他店で断られたエアコンクリーニングも相談。見積り・相談無料。各種クレジットカード利用可。電話受付8時30分～19時30分。無休。

●函館市昭和2-33-3

☎0120-910-362

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

渡島合同庁舎で10月27日(日)、「バス運転手合同就職相談会」が行われます。函館バス昭和営業所に勤務する石川義治さん(=写真)は、運転業務のほか、指導運転手としての役割や、乗務員の発着時間や運行状況を把握し、社外からの問い合わせなどにも対応する運行管理者としての業務も担っています。「運転業務も、運行管理の仕事もどっちもやりがいがあります」と石川さん。バス運転手は地域住民の



生活や、観光客にとって必要不可欠な仕事。最近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。相談会では参加バス会社8社が、個別にブースを設け、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、雇用保険や各種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10月23日(水)までに要申し込み。家族同伴での参加可。未経験者、大型二種免許未取得者歓迎。参加バス会社はじめ、詳細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 (平日8時45分～17時30分)



Webサイト 申込フォーム



1,000円分の利用券を10名様にプレゼント

応募方法は P6

から揚げ専門店 あげ太郎



2021年に鍛冶にオープンし、今年6月に昭和4丁目に2号店がオープンした、テイクアウト専門の人気から揚げ店。外はザクッ中はジューシーな、大きくて食べ応えのあるから揚げを、揚げたてにこだわり提供。老舗醤油蔵の再仕込み醤油に漬けた看板メニューの「醤油から揚げ」(2貫320円)をはじめ、肉の旨みをダイレクトに味わえる「ウマ塩から揚げ」(2貫320円)や「月替わり唐揚げ」(2貫350円～)、「から揚げ弁当」(590円～)などを提供。弁当はご飯の大盛無料。鍛冶店11時～21時。昭和店11時～21時30分。両店とも不定休、P有。

鍛冶店 ●函館市鍛冶2-7-8 ☎0138-83-8629
昭和店 ●函館市昭和4-27-22 ☎0138-86-7018

ランチ 薪窯で焼き上げる香ばしいピザをお手軽に OTTO

石造りの薪窯で焼き上げるクリスピーなピザを、リーズナブルに楽しめる。冷めてもおいしくテイクアウトにもピッタリの生地は、元パン職人のオーナーが粉の配合を工夫した自信作。ランチタイムはマルゲリータ、マリナーラ、サラミ、クアトロの4種類からピザを選んで、サラダ、ドリンク、デザートが付くお得なセット(1,000円)がおすすめ。モチモチ食感の自家製ピタパンに、ソーセージや生ハム、アボカドなどをたっぷり挟んだピタサンドと、揚げたてポテトのセット(650円～)も人気。11時～LO19時30分。木曜休。P有。

●北斗市本町2-1-43 ☎0138-85-8373



酒場 美唄焼鳥を堪能 炭火串焼やまと函館広小路店

鶏のさまざまな内臓部位を1つの串に刺して焼く「美唄焼鳥」(1本140円)をメインに、串焼き、1品料理などがそろった。岩見沢から仕入れる旨味濃厚な老鶏肉を、2～3種類の備長炭を使って高火力で一気に焼き上げる焼鳥は、香りがよくジューシー。味付けは、素材のおいしさを活かして塩コショウのみ。おすすめは、いろいろな部位を味わえる「鳥串10本盛り」(1,400円)。シメには「とりめし」や、鶏ガラの出汁がきいた「とりそば」(各500円)が好評で、そばに鳥串を入れるとまた格別。17時～LO21時30分。日曜休。P無。

●函館市松風町10-5 ☎0138-76-8167



9月30日から函館蔦屋書店でマルシェを開催！

huit un sept(ユイトアンセトゥー)

幅広い年齢の女性が着こなせるエッジレスな服がそろそろセレクトショップ。

9月30日(月)～10月13日(日)は「函館蔦屋書店」で、好評のマルシェを開催！ 出店場所の中央吹き抜けマルシェブースには、秋冬に重宝するアイテムが充実。着心地が良く、今から使える軽めのニット、きれいめから着崩せるデザインまでそろそろデニム、合わせるボトムを選ばないブラウス、ボディラインをきれいにしてくれるワンピース、1枚で“今旬”らしさを演出できるアウター類など、多彩なラインアップ。コラボ店は「fiore tomoco」(アクセサリー)、「boBbin」(ハンドメイドの帽子、古道具)。



商品のほとんどは1点物なので、お早めに！ 期間中は函館蔦屋書店内でのみ営業。10時～19時(9月30日は11時～、10月13日は18時迄)。店舗の営業時間は11時～19時。不定休(9月28・29日、10月14・15日休)。P有。

●函館市昭和3-36-4

☎080-3268-9573



Instagram

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、10月31日(木)までボイラーの無料点検キャンペーンを実施中です。



無料点検キャンペーン

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、冬が来る前にしっかりと点検しておきたい暖房ボイラーも、この機会にぜひ。

●函館市美原3-1-5

☎0120-750-750



Webサイト

冬本番の前に！ 早期暖房点検がオススメ！

第一住宅設備

アフターサービスも好評の「第一住宅設備」より暖房ボイラー、給湯ボイラー、ストーブ点検、不凍液交換のお知らせです。

暖房器具などに使われている不凍液(暖房循環液)には、凍結防止・防腐・防食剤などが入り、定期的に交換することでボイラー本体・配管・パネルヒーターなどの故障頻度を減らし、長く使えるようにしてくれるそう。交換のタイミングは3～5年くらいが理想とされています。また、ボイラー、ストーブ点検はボイラー本体と周辺器具にある消耗部品の状態を確認し、必要に応じて交換することで予期せぬ故障を防ぐのが主な目的です。セントラルヒーティング暖房ボイラー不凍液交換は基本料金19,800円+不凍液13,200円～。ボイラー・ストーブの点検無料キャンペーンも実施中！



各種暖房、給湯ボイラー本体の30～50% OFFも継続中です。見積りも・出張料無料なので、気軽にお問い合わせを。ストーブが必要な気温になる前に、実施中の各キャンペーンを利用してはいかがでしょうか。8時～19時。各種クレジットカード・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

良好な「聞こえ」で快適な生活を

新日本補聴器センター函館店

「聞こえ」の良さは、生活の質向上につながります。会話がスムーズになると、家族や友人とのおしゃべりも楽しくなり、趣味の場など外出の機会も増えるはず。補聴器を取り入れて、前向きで快適な生活を手に入れませんか？ 「補聴器が初めての方も、すでにお使いの方もお気軽にご相談ください」とは、全国80店舗を誇る補聴器の専門店「新日本補聴器センター」。



同店では、認定補聴器技能者の資格を持つ女性スタッフが、聞こえ具合や使用環境に合わせて最適な補聴器を提案してくれます。補聴器はメガネと違って、時間をかけて体になじむような音量を調整していく必要がありますが、同店なら購入からその後のメンテナンスまでサポートしてくれるので安心。現在、補聴器の聞き比べ体験会を実施中。出張訪問可。函館市と近隣市町の障害者総合支援法対応補聴器取扱店。9時～17時。木曜は完全予約制。

●函館市梁川町1-7

☎0138-31-8338



Webサイト

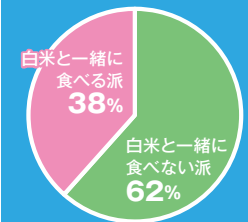


不定期企画

どっち？どっち？

突如二択を迫るこの企画。第5回目のお題は、

お好み焼きを食べる時に白米を食べる？ 食べない？



一緒に食べない派

お好み焼きはビールと良く合う！
一緒に食べない派 **はるな**

食べた事がないのでわからない、もしかしたらものすこ合うかもしれないので損をしているのかもしれないが試す気にはならない。たご焼きと白米も同様。
一緒に食べない派 **炭水化物一種免許取得者**

一緒に食べる派

6年前、西日本豪雨水害被災地で復興ボランティアのおっちゃんを作ってくれた「究極のお好み焼き」が最強でした！
一緒に食べる派 **ネコ大好き**

具沢山でいいおかずになる。
一緒に食べる派 **名無し**

ももとは一緒に食べない派間違った。けど阪神淡路大震災で北海道に逃げてきた人と知己になって。いつのまにかご飯と一緒にのお好み焼きも食べるようになったんだ。
一緒に食べる派 **南野雪花**

お好み焼きに限らず、ラーメン、うどん、そば、パスタ等何でも白米と一緒に食べます(笑)
一緒に食べる派 **工藤コナン**

今回アンケートに答えてくれた人の割合では、お好み焼きをおかずにご飯を食べる人が少数派でした。みなさんはお好み焼きと一緒にご飯を食べますか？

お好み焼きにまつわるエピソードなどもご紹介。

お好み焼きは、小学校の調理実習で作って楽しかった思い出があります。先生がウスターソースをウスターソースって書いていたのも記憶に残っています(^_^)

一緒に食べない派 **アキ**

お好み焼きと言えば赤坂ですね。

一緒に食べない派 **チロ**

大きなホットプレート出して、マグカップに子供たちそれぞれ好きな具材を入れタネを作り、ワイワイおうちお好み焼きしていました。子供たちが自分のお好み焼きをひっくり返す時は私までわや緊張。上手に返せた時の拍手と歓声…懐かしいです。

一緒に食べない派 **まりさん**

大喰いの我が家。お好み焼く時は、「洗い桶」で生地作ります!!

一緒に食べない派 **下俣は酒飲み**

お好み焼きも白米も好きですが、一緒に食べた事はないです。お好み焼きは、お酒のおつまみとして食べる事が多いです。昔、父に連れてってもらったお好み焼き屋さんで店員のお姉さんから「〇〇先生」と声をかけられました。大学生の時に教育実習に行った時、当時、受け持った4年生の女の子だったのですが、すっかりお姉さんになってびっくり! 私は教員にはならなかったけど、覚えていてくれた事も、声をかけてもらえた事も嬉しかったです(^_^)

一緒に食べない派 **ひよこ**

関西出身の親に育てられていますので、お好み焼きの日は白米ありました。家にはお好み焼き専用の鉄板があり、両親と兄弟4人の6人家族が食べられる大きさのジャンボお好み焼きを焼いていました。

一緒に食べる派 **さあ**

今号の「粉もの特集」で紹介しているお店の名前も登場していますね。幅広い年代から支持されている「粉もの」。ホームパーティで楽しむもよし! お店で本場の味を堪能するもよし!

今回のアンケートもXで呼びかけ、解答をお願いしました。皆さんからの「2択で迫りたい」お題も募集中!

冬に向けて設備は万全ですか?

住まいのホームドクター KlaFit(クラフィット)

朝晩の気温が下がり、冬支度を考え始めている人も多いのではないでしょうか。「川股設備工業」では、暖房機器を本格的に使用する前に、試運転とメンテナンスをすることをおすすめしています。石油・ガスストーブ、ファンヒーター、床暖房、パネルヒーターなどの暖房機器は、こまめにメンテナンスをすると結果的に修繕費用が抑えられ、長く使用できるうえ、ランニングコストが低減する場合も! 清掃や点検は、自分ではできる作業に限りがあります。いつもと違う動作音や暖まるまでの時間が長くなった、なかなか点火しないなどの症状が起こった場合は、1度見てもらってはいかががでしょう。使用年数や故障の内容を見極め、最適な提案をしてくれます。「ストーブの寿命は、使用状況や手入れの仕方によって変わりますが、大体の目安は約5~7年。お客様の状況に合わせ、交換のご提案や修理対応をいたします」と同社。パソコンやスマートフォンからWebサイトに気軽に問い合わせもできます。9時~17時。



クラフィット
KlaFit
函館市近郊の「住まいのホームドクター」 Webサイト

見積もり無料。年中無休。
●函館市桔梗町695-5
☎0138-86-5828

財産管理と相続人との繋がり

一般社団法人スターライフ

元気なうちに、任意後見契約に加え、財産管理委任契約などを進める人が増えています。一方で、受託者が財産を着服する事件もあり、不安を抱く人もいます。



頼れる身寄りのない高齢者の「家族代行」を最終で引き受ける「スターライフ」の代表・星さんは「不正を防ぐ体制が整っているかを確かめて、財産の管理を依頼する先を選んでください」とアドバイス。スターライフでは、支払い代行などで一時的に現金や通帳を預かった場合などは、入出金の内容、金額、残高を支援記録に残し、スタッフ全員と高齢者本人とで共有する体制を取っています。スターライフの契約者は、子供がいない高齢者が大半ですが、相続人がいる場合は、可能な限り相続人を含めた3者で契約を進めたいうえで、相続人へも財産状況を含めた支援記録を提供しています。「相続人が高齢や居住地が遠方などの理由で頼れない場合でも、互いの状況把握程度はスターライフを通して行っていくことで、繋がりを感じていただけたらと思います」と星さん。相談は無料。自宅まで訪問可能。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、湯川支所に常備。

●函館市山の手2-44-4
☎0138-83-2312

社交ダンスの発表会が10月20日に

TEAM SACHIKO(チームサチコ)

「TEAM SACHIKO 15周年記念秋の発表会&ダンスパーティ」が10月20日(日)に「プレミアホテル-CABIN PRESIDENT- 函館」(函館市若松町14-10)で開催。



「スペシャルゲストとして、全日本チャンピオンとして国内外で活躍してきた庄司浩太&庄司名美組をお招きします。ボールルームSA級、統一全日本チャンピオン、アジア太平洋チャンピオンという結果を残してきたお二人による美しいダンスを間近で見ることができます。生徒さんもこの発表会に向けて一生懸命練習中です!」と中澤先生。

ドアオープン16時。チケット15,000円。チケットは同教室でのみ取り扱い。席数に限りがあるので問い合わせなどはお早めにご連絡。購入のため教室を訪問する場合は事前に連絡を。

また、同教室では新規会員を募集しています。個人レッスン、サークルレッスンのほか、友人と通えるグループレッスンなどから選ぶことができます。見学や無料体験は随時受け付けています(要事前予約)。レッスンの曜日や時間などは気軽にお問い合わせください。

●函館市白鳥町3-26 オリエント館内
☎090-8898-5757

大好評! 貴重な岩海苔を社屋で販売!

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」が、本社社屋で高品質な海苔の販売を行っています。貴重な岩海苔は、取り扱っているお店が少ないなか、同社では例年大人気の「松前岩海苔」(10枚入8,640円)と、「白神岩海苔」(10枚入9,180円)を数量限定で販売。



香りが強く、風味の良さから高い人気を誇る松前町産の岩海苔。白いご飯に合うので、シンプルに海苔弁当やおにぎりなどで味わうのはもちろん、お吸い物や、パスタなどの麺料理の仕上げにプラスするだけでも豊かな風味を楽しめます。肉厚でプチプチとした特有の歯応えが好きなファンも多いそうです。社屋での販売は土・日曜、祝日を除く平日の9時~17時で、支払いは現金のみ。代金引換で発送にも対応(送料別途)。



●函館市西桔梗町537-4
☎090-8635-7910

青ぼの★ 勝手に応援!! Rabbit TC(ラビットトラッククラブ) 駅伝メンバー

想いを繋いでゴールへ!

小学5年生～高校生が活動する中・長距離走専門チーム。始動から3年目となる今シーズンは、中学生の駅伝メンバーが男女ともそろった。駅伝競技のスタートラインに立つことができたメンバー達は、10月に新得町で開催される北海道中学校駅伝競走大会に出場する。「中盤でスピードが落ちないように、基本となるジョグのペースから上げています」と話すのは、エース区間を走る男子キャプテン・中村さん。個人では区間賞を、チームとしては優勝を目指し、練習時もチームを引っ張る熱い走りを見せていた。「駅伝に向けて距離を踏んで、最後まで粘りたい」と話す女子キャプテンの阿部島さんは、チームでの入賞を目標に、きつい場面でも声をかけ合い練習に励んでいる。スピードのある選手、持久力のある選手、1人ひとり持ち味は異なるが、仲間の汗と想いが染み込んだ1本の襪を繋ぐため、一丸となる!



心の代書屋 松田鶴がスバリ!



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 鶴
函館市杉並町13-12 ☎0138-33-4675

貸切電車
行政書士の松田です。気づけば今年も栗の季節になりました。それにしても今年も暑い夏でした。暑い夏だからといって生ビールが欲しくなるのですが、暑すぎると外でする気分も失せてしまいます。これもバランスですね。暑さが少し落ち着いた今月上旬、数年ぶりに函館市電を貸し切った持ち寄り飲み会を開催しました。事務所を営業してから毎年のようにビール電車を利用してもらい、楽しい時間を過ごしてきました。当日は駒場車庫に集合し

出発までの時間、電車501号車内では待ちきれない酒飲みたちがBAR501号と変装してくれました。また、日頃電車車庫の様子を伺う機会がありません。電車専用の信号や電車車庫など興味津々に様子を伺う機会を得られました。いよいよ電車は動き出し、車内のお酒は効果抜群です。担当運転手さんはなるべく悪酔いしないよう気遣い運転をしてくださいました。車庫を出発し、あっという間に繁華街?の函館駅前に至り、多くの観光客を横目に美しい生ビールを飲みながらの走行です。参加者から函館づくしが近づくに連れ、トイレはどこ?どこ?という声が聴こえてきました。夜の市電から見える光景は暗く、皆口を揃えて暗くどこか分からないねと話していました。以前なら、暗くとも街の灯りからどの辺りを通っているかが分りましたが、今では、街の灯りが減っていることを直に感じました。待ちに待った函館づくし、前に到着し目の前の公衆トイレに行列が出来たものの、

女子トイレの電灯が点かないと騒ぎになり、女性同士でスマホの灯りを照らしたそうです。函館づくし前付近は物音ひとつしないほどの静けさです。電車内での熱さを忘れさせてくれ、皆真心に戻ったように楽しんでいました。その様子を見ながら、電停前にて何か出来ぬものかと考えていました。街の灯りが少ないということは人の数も少なくなっていることに察し、近所つきあいも減り、果ては、事件なども起きやすい状況に至るのではないかと。それであれば、電停前をコミュニティ的位置づけにして、相互の安否確認や認知症予防に結び付ける企画は出来ぬものかと、酔いながら想いを馳せていました。早速、試行的に来月に今回の参加者に声をかけ手弁当で行動してみようと思っています。地元函館の将来像を私ながらに考えています。将来を担う子供たちに何が出来るのかを、これは商売の発想ではありません。ご理解ください。まずは行動ありきです。

Present プレゼント

このマークが目印!▶

プレゼント
から揚げ専門店 あげ太郎 提供
1,000円分利用券.....10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 9・27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 10月7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ことがあります。

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/>

368 Healness & Wealness

転倒しない生活と介護サービスについて

通所リハビリテーションおおむら 所長 朝倉 正貴

介護保険のサービスは多くあり、それを理解している人は少ないと思います。そこで、ここでは転倒しない生活を送るためにどのようなサービスを利用したらいいか話していきたいと思います。

1つ目はデイケア(通所リハビリテーション)です。デイケアは主にリハビリを中心にご利用できるサービスです。自宅から事業所まで送迎してもらい、そこで理学療法士作業療法士が評価を行い、困難な動作に対してなぜできないかを考え、治療していくことで転倒の危険性を減らすことができます。また、困難な動作に対して手すりなどにつかまることができるのであれば、手すりの設置位置なども相談することも可能です。デイケアはリハビリを中心に行い、自分でできることを増やしていくことや、転倒の危険性を減らしていくサービスです。2つ目に訪問リハビリです。訪

問リハビリは送迎車での外出が困難な方、在宅生活でより限局的な動作が困難で、活動性を向上させたい方が多く利用されています。例えば、家のベッドからの起き上がりや立ち上がり、困難な場合、いつも利用している環境でベッドの起き上がり練習、立ち上がり練習を行うことができて、同じ環境でできるようなことで、在宅での活動性拡大や安定した在宅生活につながっていきます。

3つ目にデイサービスです。デイサービスはお風呂や食事、レクリエーションが中心で、お風呂に入るのが不安な方や、在宅での時間が長く不安な方が多く利用されています。デイサービスでは安全にお風呂に入ることができ、レクリエーションで他の利用者様とのコミュニケーション、ゲームなどを楽しむことができ、モチベーション向上につながります。1人の時間が長いと寝ている時間も長くなるので、外出する機会をすることも重要だと考えます。ここではリハビリに関わりやすい3つのサービスについて話をしてきました。介護保険のサービスは多くあり、ここで話した内容が全てではなく異なる事業所もあるため、介護保険のサービスを利用する際はケアマネジャーさんと相談し、自分に必要なサービスは何か話をしてながら利用していくとよいと考えます。

退院後間もない方など、寝たきりになっても大きく機能が低下して、基本動作や歩行で転倒の危険性が高まるため、寝たきりの生活にならないよう、利用できるサービスは利用し、転倒のない安全な生活を送れるようにしましょう。

第41回 上ノ国町産業まつり

催し

大人気の小学生以下を対象にしたサケのつかみ取り(予定)や、農水産物の格安販売、新米のすくい取りなど、上ノ国町の秋の味覚を楽しめるイベント。マジックショーやビンゴ大会などのステージイベントも充実。



日時:10月6日(日) 10時~14時
会場:上ノ国町役場前駐車場
【問い合わせ】実行委員会
☎0139-55-2121(上ノ国町商工会内)

日本ハーモニカ芸術協会 演奏会

催し

ハーモニカがやってきた in Hakodate

ハーモニカ愛好者からなる全国組織「日本ハーモニカ芸術協会」の演奏会。同協会函館支部長・石崎さんらによる独奏から、ハーモニカ・カルテット「響」を招いてのアンサンブルを届ける。未就学児入場不可。



日時:10月11日(金)
13時開場
13時30分開演
会場:函館市民会館 小ホール
入場:1,000円(中学生以下無料)
【問い合わせ】日本ハーモニカ芸術協会 函館支部
☎0138-41-6757(岡田)

北水祭2024

催し

今年の北水祭のテーマは「Seareal. リアルな水産を友達と」。今年は水族館企画が復活! ほかに毎年恒例の実行委員によるマグロ丼販売や学生各種団体による模擬店出店、有志によるステージ発表、研究室ツアーなどを実施!



日時:10月13日(日)~10月14日(月・祝)
10時~17時
会場:北海道大学函館キャンパス
【問い合わせ】実行委員会
【メール】hokusui.fes@gmail.com



わんにゃん Love マルシェ

催し

売り上げの一部を動物保護団体へ寄付することを目的としたイベント。ハンドメイド作品の販売・体験、占い、リラクゼーションなど多ジャンルの全40店舗が参加。フードやおやつ(未開封)、ペットシートなど犬・猫用品の寄贈や、「全額売り上げ寄付コーナー」で販売できる日用品や雑貨を提供することで保護活動を応援することもできる(美品・未使用品に限る)。



日程:9月28日(土)~9月29日(日) 10時~17時
会場:函館市民会館 3階大会議室
【問い合わせ】☎090-6217-0178(中江)

第17回 北斗消防フェア

催し

はたらく乗り物好きの子どもに大人気のイベント! 防火・防災意識の高揚を図ることを目的に開催しているもので、放水体験、消防自動車と写真撮影、救急車・防災資器材展示、プレゼントがもらえるスタンプラリーなどを実施。また、当日は北斗市のキッチンカーフェスと合同開催。



日程:10月20日(日)
10時~13時
会場:新函館北斗駅南口
【問い合わせ】
北斗消防署北分署 ☎0138-77-8261



味覚の秋が楽しめる!

催し

~第29回熊石産業まつり~

旬を迎えた秋サケの即売会や、食料品から雑貨まで、町内商品をご奉仕価格で販売する「商工会したくた市」を実施。大網で鮭をすくう「鮭すくい大会」や、会場産品などが当たるビンゴ抽選会、吹奏楽演奏なども会場を盛り上げる。「サケ鍋」「サケのちゃんちゃん焼き」の無料提供もあり。秋サケづくしのイベント!



日時:10月12日(土) 9時30分~12時45分
会場:熊石漁港ふれあい広場
【問い合わせ】実行委員会 ☎01398-2-3111

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

本紙掲載の記事、写真等の無断転載を禁じます。

内容は2024年9月10日現在のものです。

次号予告 10月11日号 どんぶり特集

秋風の候、いかがお過ごしですか? 私は昨日、ノートPCにコップの水をぶつかけてしまいました。起動&ドライヤーを息子に全力で止められ(ダメ、絶対)1晩逆さにして放置。今そのPCでこの文章を書いています。神様ありがとうございます。(ヤス)

占いは、良いことだけ記憶に残る都合のいいタイプ。そんな感じではあります。雑誌などの古いコーナーは目を通します。注目しているのは、ほほほほ良いことが書かれていない、ある雑誌の占い。そこが面白くて読んでいます。内容は全く覚えてません笑。(BP)

金魚を飼おうと決めた時、猫様が金魚に夢中になってしまっただけじゃないかと楽しみだったのですが、対面しても全く興味を示さないうんです。あんなにプリアリ可愛く泳ぐ金魚をちよつとも見ない。ざという時、大丈夫かな。(ツチ)

飼っているウーパールーパーは泳ぐのがなんか下手。一生懸命に水面近くまで上がってくるのですが、ひっくり返りそうになることが多々。餌をあげると口を開けるタイミングが基本合わず、口を閉じてから高確率で額に乗っかります。そこが可愛いんだけどね。(まい)

パソコンのキーボードで毎日たくさん文字を打ちます。ミスタッチすることも多々あります。やらしがちなミスタッチで残念なのは、自分の苗字「平井」と打ち込んだつもりで「悲哀」。逆に元気になるのが「函館」と打ったつもりで「はこだてイイ」。(じ)

編集後記