

## 学習塾特集

5教科 (小~高校生) 看護医療系コース 通信制高校対応コース 不登校対応コース

### 1人ひとりの個性を活かした「不登校対応コース」新設 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進化し続ける学習塾。要望に応え新設した「不登校対応コース」では、現在函館市内の中学2・3年生数人が在籍。塾長は首都圏のフリースクールで指導実績があり、1人ひとりの能力や個性を大切に、それぞれに合った指導を行っています。大手看護専門予備校と看護学校での指導経験を活かした「看護医療系コース」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熱心に指導。毎年、20~40代の社会人が市内看護学校に合格しています。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の両立も可能。ほかに、増加傾向にある通信制高校生の補習や大学受験に合わせたコース、授業についていけない小・中学生など幅広く対応。「なりたい自分を目指して、一緒にはじめの一步を踏み出しましょう!」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



個別指導 通い放題 小学生~ 中学5教科 高校数学

### 新学期で成績アップ! 通い放題の個別指導!

#### 個別指導TAKUMI(たくみ)塾



家庭学習が苦手だったり、週1~2回の通塾ではなかなか勉強の習慣がつかない子には、定額通い放題の個別指導塾がおすすめ。同塾なら少人数制の指導と、1人ひとりの進捗に合わせた確認テストで「分かったつもり」「やってるつもり」の解消をかなえてくれそう。すべての授業を塾長が責任をもって対応し、一緒に学力向上を目指します。スモールステップの指導で、英語の苦手克服も強化中。授業の進捗状況は専用アプリで保護者にもお知らせ。授業料は2科目で小学5・6年生なら12,000円、中学1・2年生なら17,200円。ほかにも高校数学コースなどさまざまなプランがあり、またテスト前の対策授業は、追加料金なしで土・日曜も対応するのでお財布にも安心。現在、春期講習受付中。まずはお問い合わせを。



塾長 大江 拓見

●函館市美原4-3-19  
プレイスビル203  
☎0138-76-8261



小・中・高校生 個別授業 完全選択カスタマイズ制 (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・高校生の各学年、個々の目標に合わせた「こだわりの個別授業」で、確実に成績を向上させるため1人ひとりに必要なカリキュラムを作成し効率的・効果的に指導してくれる学習塾。小・中学生対象の「カスタマイズ授業」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、毎月全ての選択内容を見直すことができるので、「自分のやりたいこと」と「勉強」を両立することが可能。さらに中学生は補習授業、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、宿題がでることなく、「スタディ・ライフ・バランス」の元祖学習塾として、「成績向上」を第一モットーにしっかり指導。

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



国・数・英

各種検定

0歳~大人

フランス語

ドイツ語

## くもんで始める中学校スタートアップ!

公文式 山の手きらきら教室

中学校進学は学習内容や生活リズムが大きく変化するタイミング。この時期こそ苦手や積み残しを解消し、学習内容を先取りして自信をもって新学期を迎えませんか? 公文の勉強法は、苦手やつまずきを見つけてスモールステップで無理なく「できた」を積み重ねていくから、着実な学力定着が期待できます。特に同教室は英語学習に定評があり、小学校



英語から中学校英語への移行もスムーズ。また、数学の応用問題や社会科に取り組む上で欠かせない、読解力を育むメソッドも整っています。受講料は1教科につき1カ月 幼児~小学生は7,150円、中学生は8,250円、高校生以上は9,350円で、すべてテキスト代込み。火・水・金曜は15時30分~19時、土曜は10時~14時まで受け付けていて、好きな時間に通えるのも魅力。送迎のための駐車場も完備しています。

●函館市山の手2-16-1  
☎0138-56-1005



KUMON

5教科

個別指導

小学生~中学生

## 関塾誕生50周年! すべては1人ひとりの子どもたちのために

Dr.関塾 函館美原校

50周年を迎えた、全国で250校以上展開する「Dr.関塾」。函館1校目の美原校では、1人ひとりのニーズに合わせた関塾独自の「パターン授業」と「オーダーメイドカリキュラム」に沿って学習を進めています。学力を上げたい、志望校に合格したい、苦手教科を克服したいなど、個々の目標に合わせた授業で、「生徒がわかるまで、できるまで」とことん指導! また、講師1人に対し塾生1人~最大2人の完全個別指導を行っており、「わからないまま進まない」「理解できなくなった時点まで戻ってこそ早道」という親身できめ細かな対応が定評。未来を担う人づくりを目指しているのも特徴的で、「やわらかくしなやかな考えが生まれるよう塾生を観察し、講師と共に個性に応じた対応に努めています」と話す教室長は、塾のお母さんの存在。20代の講師が指導を行っている点も好評で、塾生は講師に学習の悩みも含めて心を開いて信頼し、自発的に学習する力をつけながら、自分の可能性を再確認しています。時間、曜日、回数選択可。講師1人対生徒2人の個別体験コース90分×2回を試せる春期講習前キャンペーン受付中(要予約)。体験会受講後の入塾は、入会金22,000円が無料。電話受付15時~21時50分。

●函館市美原3-6-16 ☎0138-76-0100



幼児~

5教科

個別指導

速読

暗算

## 就学前に小学校を、小6までに高校内容を終了する!

個別指導 Q



個別指導をはじめ、速読や思考トレーニング、暗算学習など、授業内容が多岐にわたる同塾では、3月から新たに「就学前に小学校を、小6までに高校内容を終了する!」を掲げた「スーパー飛び級」を開講します。この授業は、毎日勉強する仕組みを作り、学習内容と取り組んだ時間を見える化することで、数年先の学年の勉強に取り組んでいくもの。先取り学習をすれば学校の授業でつまずかず、だれでも「できる子、になり、できることで「好き、になり、好きだから自分で学ぶようになります。そうすることで中学・高校受験の先の北大や東大、医学部などへの進学や、望むキャリアの実現を目指します。対象は新年少の幼児から高校生まで。月~土曜開講。1人ひとりの可能性を広げてくれるこのカリキュラム。説明・体験希望はお問い合わせを。

●函館市松陰町2-1  
☎0138-84-5159

個別指導



子供~大人

ペン習字

かきかた

筆ペン

毛筆

## 親子で通えるのも魅力のひとつ 無料体験受付中!

公文七重浜8丁目書写教室

文字を書くのが好き、キレイな字を書けるようになりたいなど、年齢に関係なくだれでも安心して「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(火)~31日(月)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30分~19時30分。金曜は13時30分~17時30分。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。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)

KUMON



## ランチ

### スパイスの風味豊かなカレーを堪能

尾木咖喱



スパイスと煮込み時間にこだわったルーカレーを提供する店。一番人気は、ほぐれた鶏肉がたっぷり入った濃厚トロトロのチキンカレーの上に、やわらかなチキンレッグコンフィをのせた「特製 尾木チキンカレー」(Sサイズ1,263円～、写真はMサイズ1,371円)。「チーズ」「温玉」など追加トッピングが25種類もあって、トッピングするとミニサラダがサービス!

食べ応え抜群の「Theザンギ」(2個350円)もぜひ。11時～15時(土・日曜、祝日は17時迄)。木曜休。P有。

●函館市末広町14-3 ☎0138-26-2333

## 酒場

### 今夜の肴はおばんざい

小料理 bar R

おばんざいとお酒を楽しめる店。落ち着いた雰囲気の内にはカウンター席もあり、1人でも気軽に立ち寄れます。生ハムサラダ、ベーコンエッグ、ガーリックトーストが付いた「ワンプレートセット」(980円)と「本日のおばんざい3点盛り」(700円)は、少しずつつまみながら



飲みたいときに最適。日本酒も充実していて、店主がセレクトした日替わりの日本酒2種と青森県の酒・田酒特別純米酒が付いた「飲み比べ3種」(1,200円)なども用意しています。18時～LO22時30分。不定休。P無。

●函館市湯川町3-26-13 ☎080-9068-1316



### 1,000円分利用券を5名様に

応募方法は P6

パーラー花車

花園温泉に併設された食事処で、メニューはバラエティ豊か。パフェメニューも豊富で、定番から季節メニューまで常時25種類以上をそろえています。「小春」(1,100円)は、甘酸っぱい木イチゴゼラート&ソースに、山川牛乳と抹茶のミックスソフトを合わせ、やわらかくて甘い大粒のイチゴをのせたパフェ。グラスの中にもスライスしたイチゴがたっぷり入っています。



提供は6月上旬ころまで。3月に登場する木イチゴゼラートに山川牛乳ソフトと桜ソースを合わせた「桜姫」(1,100円)も楽しみ。日曜、祝日の12時～14時と平日は、900円以上の食事注文でコーヒーをサービス。15時～LO20時30分(日曜、祝日は12時～)。月曜休。P有。

●函館市花園町40-34 ☎0138-55-8607

## 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

渡島合同庁舎で3月23日(日)、バス会社8社が参加する「バス運転手合同就職相談会」が行われます。バス運転手は地域住民の生活や観光客にとって、必要不可欠な職業。函館バス函館営業所の坂元耕平さん(=写真)は、安全でスムーズな運行のためのさまざま



管理業務や、ダイヤ改正などにも携わる「運行統括」のほか、乗務員としても勤務。「やりがいや、楽しいと感じる場面がたくさんある仕事です。興味のある方にはぜひチャレンジしていただきたい」と話します。大きな車両を操作するバスの運転は「難しそう」と思われがちですが、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、女性も活躍しています。

当日は各社ブースで個別に採用条件や、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3月19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。参加バス会社などの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

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～



Tu たんだ泌尿器科

理事長

函館市宮前町30番17号

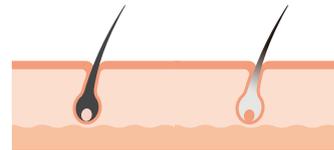
田崎 雅敬

☎0138-45-7366

### 黒い髪の毛が白い髪になる仕組み

綺麗な白色が汚れて灰色や黒色になるのなら分かる。どうして毛は、黒が白になるのか。

そもそも毛とは、毛母細胞と呼ばれる毛穴の中の細胞がへび玉花火のようにむくむくと分裂増殖し毛穴の外へ飛び出してきたものです。その毛母細胞は毛穴の中でメラノサイトという細胞から黒色素のメラニンを受け渡されるため毛は黒いそうです。しかし、加齢などの要因で



黒色素が作れなくなったり受け渡せなくなったりして毛は白くなるという訳。

ちなみにメラニンには、黒褐色系と黄赤色系の2種類あり、その配合バランスにより黒毛以外にも赤毛とか茶髪とかブロンドになるそうです。

## 好評につき2カ月連続の家庭応援価格!!

### 第一住宅設備

物価高が続くこの時代だからこそ、毎日の暮らしに欠かせないトイレにかかる水道代から見直してみませんか。



「TOTOピュアレストQR」は洗浄水量が従来より約71%節水となる大4.8ℓ、小3.6ℓの超節水トイレ。年間約14,200円もお得になり、さらにフチなし形状、トルネード洗浄でお掃除が楽! 気になる価格は「TOTOピュアレストQR」(便器+タンク+パナソニック温水洗浄便座CH951SPF+標準工事費+産業廃棄物処理費用)291,500円のところ137,500円(標準工事費込、先着20台限定)。見積もり無料。今回もすぐに販売予定台数に達することが見込まれるので、前回交換できなかった人はぜひお早めに!

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



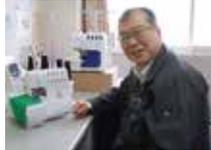
Webサイト

## 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」。長い間使っていない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い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すので、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「青ば見た」で出張料5,500円が4,400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

## 夫婦での入居も可能! 自炊もできる高齢者住宅

### アメニティー コレクトピア



シルバーライフを安心して快適に、自分らしく暮らせるサービス付き高齢者向け住宅。

日中は専任職員が常勤し、午前中に居室を訪問するなどして体調を確認。また、24時間365日、緊急コールシステムでの対応もしています。入口はオートロックになっており、セキュリティー面も安心。入居前に利用している介護保険サービスも継続できます。コンビニや簡易郵便局が徒歩1~2分と立地条件も良く、希望者には週1回最寄りのスーパーまで買物送迎があります。居室は温水洗浄便座付きトイレ、洗面台、浴室、洗濯機が置ける脱衣スペース、IHキッチン、収納などを完備した清潔な空間。1人用と、夫婦や姉妹など2人で入居可能な広めの居室があります。談話室(共有スペース)には飲み物の自動販売機があり、新聞や本を読むなど、日中は自由に利用できます。食事は1日3食提供していますが、自炊も可。冬期など短期間の入居大歓迎。談話室と居室にフリーWi-Fi有。入居は原則60歳以上。見学や資料の送付など、詳しくは問い合わせを。電話受付10時~16時。P有。

●函館市昭和4-33-10

☎0138-62-5151



Webサイト

## 畳替えで気分一新! 4月末までスプリングキャンペーン!

### タタミワークス

温暖化の影響もあってか、イ草畳の優れた湿度調整機能が、快適な室内環境を維持する効果があると注目され、畳の人気の高まっています。日本独自の床材である畳を取り扱う当社では熊本県産の上級イ草を使ったものから、手頃な外国産、日焼けや変色しにくい人工素材を使った化学畳や和紙畳、健康畳などと呼ばれるダニ・カビなどの発生を抑える素材を使用した、アレルギー体質の人でも安心なものまで、種類が豊富! 畳表替えの料金一例として、中国産畳表(AP用)5,500円~、熊本県産畳表13,200円~などがあるので、まずは同社代表の西山さんと営業部長の中江さんに相談をしてみませんか。国家資格である一級畳製作技能士の資格を持ち、これまでに培った確かな技術をもとに機械と手作業を使い分けて良質な畳を作っている同店。畳の入れ替え時に必要な家具移動も行ってくれるなど、柔軟な対応や細かな気配りも好評です。4月末日まで、利用額(税別額)5%OFFのお得なキャンペーンを実施中。詳細はお問い合わせを。見積もり無料。電話受付は9時~17時。不定休。

事務所●北斗市昭和2-15-22

函館営業所●函館市日吉町2-1-31 コーポ日吉ヶ丘1階

☎0138-73-3511(共通)



## 写真投稿

今回のテーマ **パフェ**

食べておいしかったパフェの写真を投稿してもらいました。見ているだけでテンションが上がります!



昨年末ですが、transistor CAFEさんのレアチーズといちこのパフェ。シナモンが効いていて美味しかったです!

きらら



のらいぬさんのパフェ! 下層にある「ごまチーズクリーム」は、とろーり系かと思いきやケーキのようなしっとり感で、いい意味でチーズらしいクセのある大変美味なものでした。

三谷乃亜



ききょう駅前珈琲店さんのプリンキャラメルパフェ。めっちゃ美味しいよ!

まきまき



函館市山の手の「Sourire Chocolat」さんのぼっふえ♡めっちゃ♡うんまい♡

meg!



今 お店ないけどユイボルトさんの桃パフェ。めっちゃ♡美味しかったのだ♡忘れられない味♡♡♡

coco



ロマロマさんのパフェ♡美味しいのは当たり前ですが…食感も楽しめるパフェー!

MM甘い物大好き

## 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(クラフィット)

毎日寒い日が続く、「まだ夏のエアコンのことは考えられない」という人も多いかもしれませんが、しかし、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か、北海道でも7月に30℃を超える日も珍しくありません。新設、買い替えともに、エアコンの購入時期は6~8月が圧倒的に多く、この時期は品切れや、工事が混み合って取り付けができないというケースもあります。エアコンの新規設置、買い替えを検討中なら、ぜひ早めにクラフィットに相談を。部屋の間取りやサイズ、また、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。去年の夏に使用し、そのままにしていたエアコンの点検、クリーニングも早めしておくことで安心。クラフィットのWebサイトにはエアコン買い替えの特設ページを設置。費用の目安も掲載しているので、ぜひチェックを! 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

## 財産管理・相続・遺言作成もサポート

一般社団法人スターライフ

高齢者施設に入所したときの財産管理や、自分が亡くなった後の相続について、誰に相談していいかわからず手付かずのまま、という例は少なくないようです。頼れる身寄りがない高齢者や障がい者に「終身家族代行支援」を行う「スターライフ」は、契約者の財産管理や相続についても手厚く支援。たとえば、お世話になった友人に財産の一部を残したいと考える人もいるかもしれません。でも、法律上の遺産分配に個人との関係性は考慮されず、血縁者に分配されます。場合によっては会ったこともない親戚に財産の一部が渡ることもあります。「スターライフ」ではこのような場合、公正証書遺言の作成を契約者に勧め、作成もサポートしています。また、高齢者施設に入居し、自宅が空き家状態になっている契約者には、不動産業者と連携して自宅の活用方法を提案。空き家となっていた契約者の自宅を賃貸物件に転用することで、家賃収入を生活費にできたという事例も複数あります。「抱えている不安を安心に変えるお手伝いをさせていただきます」と代表の星さん。まずは1度相談してはいかがでしょうか。相談は無料。自宅まで訪問可。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。



●函館市山の手2-44-4  
☎0138-83-2312

## スマホを使って便利で楽しい毎日を!

フィットアップ

リハビリ、付き添い、入浴など、利用者の希望に沿ったサービスを提供する「フィットアップ」は、「スマートフォンを使えるようになりたい」「教えてくれる人がいない」といったシニアの声に応え、65歳から利用でき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」を行っています。自宅や施設など利用者の希望する場所を訪問し、1人ひとりのペースに合わせてスマートフォンの使い方を指導するこのサービスは、理学療法士の代表・森田拓也さんのほか、「人生の先輩



である利用者様とお話ししながら、楽しく指導しています」と話す介護福祉士の星野志帆さん、「食べることが大好きです。力が必要な支援もお任せください」と話す訪問介護員の高橋洋介さんが、それぞれマンツーマンで対応。希望者には、機種変更から同行してサポートします。指導料は1カ月定額15,000円(訪問は月4回まで。メールやLINEでの質問は何回でも可)。「今がもっと楽しく便利になるようお手伝いさせていただきます」と森田さん。詳しくは問い合わせを。

「自費型デイサービス」と「自費型訪問リハビリ」についての相談もお気軽に。  
☎090-1644-5880



## ボイラーの無料点検キャンペーン!

小野寺住設

創業99年。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る「小野寺住設」が、3月31日(月)までボイラーの無料点検キャンペーンを実施中! 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、修理費用が高額になることも。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。問題が見つかった場合には予算や工期など、最適な方法を提案してくれます。また、定期的な不凍液交換も推奨しています。劣化した不凍液は使い続けると配管や機器のトラブルの原因になるので、ぜひ定期的に交換を。料金などはお問い合わせください。水まわりのトラブル、緊急修理は365日対応。



●函館市美原3-1-5  
☎0120-750-750

Webサイト



茶蔵さんのコーヒゼリーパフェ! 苦みと甘みが丁度良い!!

かえる



サッチャン●バルーンアート函館



洋食とBAR nanayaさんのみかんとショコラパフェ! 糖度12度以上の甘いみかんとショコラムース、ショコラケーキ、みかんジュレなど盛りだくさん! 定期的に変わる季節のパフェはいつも美味しいです!

ryu



いぬ



ゆか



ラスカル



ネマール函館駅前カフェ&バー

紹介しきれなかった写真は、X・ハッシュタグ #實は約パフェ2025で見る您可以通过!

函館ドルフィンズ  
中・高校生メンバー

青ぼの★ 勝手に応援!!

全員野球で北海道の頂点へ!



函館で唯一の女子軟式野球チーム。現在は中学生2人と高校生2人のほか、社会人が所属し、「楽しく全員野球」をスローガンに活動。「このチームに入って、女子だけでプレーする楽しさを知りました」と話す外野手で副キャプ

テンの藤澤さん(高2)は、チーム1の野球頭脳を持ち、メンバーを引っ張りながら広い守備範囲をカバーする。パワーと根性が持ち味の垣田さん(高2)は、俊敏さと送球の正確さが求められるサードや、守備の要となるショートを守り、「本塁打を打ちたい」とバットイングも強化。明るく天真爛漫な投手・北村さん(中3)は「コントロールを安定させて球種を増やし、最優秀投手賞を取りたい」と威力ある球を投げる。昨年ファインプレー賞と首位打者8位を取得した金澤さん(中2)は「賞をもらったプレッシャーに負けず、昨年よりも良い結果を残したい」と見えない努力を重ねている。昨年、3位という結果を残したLBC北海道女子軟式野球大会に今シーズンも挑むメンバー達は、全員野球で心を繋ぎ、頂点を目指す!

世の代書屋  
松田聡がズバリ!



マジ本気談

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

何を伝えたいのか...  
行政書士の松田です。  
今年は雪が少ないね...と年  
始早々によく耳にしたフレー  
ズです。ところがそれが逆に反し  
突拍子もない大雪に見舞われ  
ました。  
ちゃんと辻褄が合うように  
なっています。  
私事ですが、母親がパーキ  
ンソン病に罹患し数年が経過  
しました。  
お正月直前の毎年喜ばれには  
黒豆を炊き、けんちん汁など  
を作ってくれたものです。  
ところが、病気になるその  
毎年の恒例行事もままなら  
ず、ついには施設に入居する

ことになってしまいました。  
入居当初は電話をかけてく  
るなどごく普通にしていた  
のですが、昨年中頃から様子  
が変わり始め、帰宅できない状  
況になりました。  
そして数日前に肺炎で一時的  
た入院を余儀なくされました。  
痰の吸引など医療行為が  
不可避となったためです。母  
親は話したようにしているけ  
れども、何を言いたいのかが  
全く分からずじまいました。表  
情からどうして欲しいのかを  
読み取ろうとするものの困難  
を極めました。すると目から  
涙がポロリと流れているのが  
目に入りました。  
昔は両親が商売をしており、  
当時のことを思い出すと  
老いるとはこういうことかと  
改めて実感しました。  
母親は食べることが好きで  
すから、形あるものを食べた  
いはずですが、しかし今の嚥下  
状況からすれば、とても飲み  
込める状態ではありませ  
ん。やむを得ず、食事は刻々と  
ロミを付けて食べていたの  
です。  
子供として、親の日常での  
食生活や人の関わりなどを詳  
細に把握することは必須だと  
強く感じています。

さっきの母親の涙の意味は  
なんだったのかと自問自答し  
ながら帰路に就きました。食  
事はもとより以前の普通の何  
気ない生活に戻りたいのだろ  
う...それを出来ることは母  
親が一番分かっている。故郷  
親がいていたか...いかに  
普通という状況が幸せであ  
るか...を思い知りました。  
入院の際、主治医から延命  
しますかと問われ、親は延命  
を望んでおらず、自然のまま  
まで結構ですと伝えました。  
私は、食事は刻みやトロミ  
ではなく、形あるものを食べて  
もらい、結果誤嚥性肺炎を発  
症したとしても、人間の尊厳  
という観点から普段どおりで  
あることが本人にとって幸せ  
であれば構わないというのが  
本音です。  
今は病院で過ごしています  
が、本人にとって最も幸せで  
いられるよう、意志は伝わり  
づらくとも、表情や空気感か  
ら五感を研ぎ澄まして、自分  
の固定観念を捨て面会に臨も  
うと思っています。明日は我  
が身です。いっとうなつても  
大丈夫なよう普段を大切に過  
ごしたいものです。既に懐か  
しい母親の味...

Present



このマークが目印!▶

プレゼント

パーラー花車 提供

1,000円分利用券.....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 函館市栢根町379-27  
株式会社青いぼすと2・28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10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/>



Healness & Wealness



臨床検査技師 吉見 綾子

下肢静脈エコー検査に  
ついで

下肢静脈エコー(下肢静脈超音  
波検査)とは、足の付け根から膝  
裏、ふくらはぎ、足首までの静脈を  
超音波装置で映し出し、血管内に  
血栓(血のかたまり)や拡張等がな  
いかを調べる検査です。

下肢にある深部静脈という血  
管に血栓ができて、足のむくみや  
痛み、皮膚の変色を引き起こす  
ことがあります。また、血栓がなん  
らかの原因で肺に流れて肺の血  
管が詰まると、胸の痛みや呼吸困  
難、意識障害などの症状を起こす  
場合もあります。これを肺血栓塞  
栓症、いわゆるエコノミークラス  
症候群と呼ばれています。

静脈内に血栓が出来る原因と  
しては、長時間同じ姿勢しているこ  
とで運動量が低下し、血液の巡り  
が悪くなる状態(寝たきり、長時間  
の座位、肥満等)のほか、食事や水

分を十分にとらず、同じ姿勢で長  
時間いた場合にも血液は濃く固  
まりやすくなって、血栓ができて  
すくなります。

検査の流れは、まず血管を見や  
すくするためにスポンやスカパー  
トを脱いでもらいます。ベッドに  
上向きに寝て検査をします。血管  
の部位によっては途中、膝を立て  
たり、うつ伏せ寝状態や椅子に  
座った体勢になることもあります。  
検査室の明かりを消し、暗い部  
屋で検査を行います。ゼリーのつ  
いたプローブを静脈に押し当て、  
静脈が拡張していないか、血栓が  
ないか、逆流がないかを慎重に観  
察していきます。検査終了後は濡  
れたタオルでゼリーをふき取り  
ます。検査にかかる時間は個人差  
もありますが30〜60分です。

人工膝関節や人工股関節など  
の手術時には手術前のスクリー  
ニング検査として行われたり、骨  
折などで寝たきり状態での入院  
期間が長期に渡る場合にも下肢  
静脈エコーが有用となります。患  
者様の状態によっても異なります  
が、脂肪やむくみで血管が見え  
にくい状態の場合には観察する  
ための検査時間がかかりますが、  
肺血栓塞栓症予防のためには必  
要な検査ですので、どのような条  
件でも見落としが無いよう慎重  
に行います。

## 読み語りの会「花音」 春の朗読会

催し

朗読や読み聞かせのボランティア団体「読み語りの会「花音」」による朗読公演。「朗読で聞く春の足音」と題し、犬童いづみ代表はじめ8人の会員が、藤沢周平の「うぐいす」など、春にちなんだ作品を披露する。



日時:3月8日(土)  
13時開場 13時30分開演  
会場:函館市中央図書館 視聴覚ホール  
入場:無料  
【問い合わせ】事務局 ☎090-3115-9830

## ピロシキ博2025 in HAKODATE

催し

今年のテーマは「原点回歸—そもそもピロシキとは?」。帯広の「nobu'sキッチン」をはじめ、会場限定品など30種類以上約1,000個のピロシキを販売。テレビでおなじみのハッチハッチェルや、音楽ユニット・カボのライブ、タレント・アリョーナのトークショーなどステージイベントも実施。



日時:3月15日(土)~16日(日)  
11時~16時(売り切れ次第販売終了)  
会場:函館鳶屋書店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)

## 令和6年度 西高美術部作品展

催し

函館西高等学校美術部による作品展。1年間の活動の集大成として、毎年この時期に開催。1・2年生の部員が制作に取り組んできた油彩・平面作品を中心に展示する。



日時:3月13日(木)~20日(木・祝)  
会場:函館市地域交流まちづくりセンター 1階  
入場:無料  
【問い合わせ】北海道函館西高等学校 ☎0138-23-8415(担当/柴田)

## 音の絵コンサート 20周年記念演奏会

催し

「音の絵を描く」というコンセプトのもと、地元音楽家たちが音楽ならではの感動や素晴らしさを伝えようとスタートしたコンサートシリーズの20周年記念演奏会。



日時:3月7日(金)  
17時30分開場  
18時開演  
会場:函館市芸術ホール  
入場:自由席 1,000円(当日+500円)  
【問い合わせ】事務局 ☎080-3295-8092(宮形)

## 函館ジュニア・ドリーム・オーケストラ 第22回 室内楽コンサート

催し

小学生から高校生が在籍する「函館ジュニア・ドリーム・オーケストラ」。団員が日ごろの練習の成果を発表するミニコンサート。ソロやアンサンブルの演奏を披露する。



日時:3月23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)

## ~アニヴァーサリーの作曲家を中心に~ 歌とピアノの夕べ

催し

函館出身、ドイツ在住のピアニスト・伊藤野笛さんと、函館在住の声楽家・徳永ふさ子さん、辻真紀子さん、上田智子さんが出演。山田耕筰「鐘がなります」、シューベルト「即興曲D946-2」、フォーレ「ラシーヌ雅歌」ほか。



日時:3月27日(木)  
18時開場 18時30分開演  
会場:函館市芸術ホール リハーサル室  
入場:自由席 一般2,500円 学生1,000円  
【問い合わせ】メサイア教育コンサート実行委員会 ☎090-2879-3705

## 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  
営業 石井剛史  
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。

掲載内容は2025年2月12日現在のものです。

次号予告 3月14日号 松花堂ランチ

## 編集後記

編集スタッフは1人だけが20代(前半)。ほかのスタッフとは世代が結構離れていて、会議のときなど我々の話題に付いてこないこともあるよつだ。と最近気がついた。と同時に、それって私たちがいつも会話を暴走させるからたなつて反省した。(七)

試験を受けるべく札幌へ。少し方向音痴&人生初の深夜バスでの移動とあり、大勢の人に心配してもらって出発。綿密なる打ち合わせも虚しく降車時点で盛大に間違つてあらぬ処へ。なんとか試験を受けて無事に帰ってきて偉い。ちなみに札幌滞在は12時間以内。(まい)

編み物が流行っているの、どこの100均も毛糸コーナーは品薄…。なので、毛糸を求め手芸用品店に行ってみたのですが、毛糸の値段が100均とぜんぜん違つて驚きました！これを使つて失敗はできないぞ…と気合を入れて買い物カゴに入れました。(ツチ)

先月、15~16年ぶりにインフルエンザにかかりました。食事が取れているか、気にかけてもらう場面も度々ありました。私の場合、高熱があるうちは全く食欲は衰えず、なんなら普段より食欲旺盛。とはいえ、普通に食べてることを答える時、ちよつと照れくさい。(BP)

最近、パンをセイロで蒸すのにハマつている。冷凍パンもふんわりもちっり。ついでに卵やソーセージ、適当に野菜もいっしょに入れて5分も蒸せば豪華朝食が完成。なんなら蒸すのに使つた小鍋のお湯にコンソメを溶かせば、スープもできあがり。オススメ。(ヤス)