

青いほすと

vol.830 2026年6月26日発行号

学習塾特集

学びの扉を開く 夏

小・中・高校生 5教科 少人数制個別指導 不登校対応 高卒認定

7月15日「美原教室」開校!

はこだてセカンドスクール

開校から21年。少人数制の個別指導を通じて、受け身の学習ではなく、勉強の方法を身に付け、自ら学び考える力を育てる学習塾。7月15日に開校する「美原教室」は、より学習しやすい環境で、1人ひとりの学びをサポート。不登校の学習支援や高卒認定など、多様化する学びにも対応。自習室も完備。「志望校合格を目指して努力することは、とても大切な経験です。しかし、合格はゴールではありません。勉強を通して、自分で考え解決する力を養えるよう指導していきます」と塾長の山崎藍先生(=写真)。新規開校する「美原教室」では、7月20日~31日に「無料体験授業」を実施。体験後に入塾すると、入会金、8月分の授業料、夏期講習会費免除(北海道学力コンクール受験料と教材費別途)。この機会に「はこせ力」の授業を体験してみたい。「宝来教室」の授業は毎週火・木曜。無料体験授業は要予約。詳しくは気軽にお問い合わせを。「美原教室」では、人生を応援する場として「縁結びサロン」(占い+結婚相談所)も開設。

美原教室●函館市美原3-36-5 2階

宝来教室●函館市宝来町11-7

【問い合わせ】☎0138-23-0661



個別指導 通い放題 小学生~ 中学5教科 高校数学 英検対策

熱血塾長の個別指導×通い放題で、本気を結果に!

個別指導TAKUMI(たくみ)塾

「個別指導なのに通い放題」という理想的な環境を形にした同塾。おせっかいなほど情熱溢れる熱血塾長が、全生徒を自ら直接指導します。「分からない」に対しすぐに答えを教えるのではなく、自ら考え調べることで「自立の力」を養うのがTAKUMI塾流。希望の教科を徹底対策できるのも通い放題ならでは。圧倒的な学習量で、つまずきやすい高校数学も「苦手」から「強み」へと導きます。その確かな指導力は北大理系総合や、昭和大薬学部特待など高い合格実績に結びついています。なお現在、中学3年生は満席。高校数学は残り1席程度です。また、高コストに加え年間料金をWebサイトに全明示する明朗会計を徹底。保護者が安心して子どもを任せられる環境を整えています。本気を結果へ導く熱血指導でゴールまで全力サポート。まずは夏期講習から、熱い一歩を踏み出してみませんか?



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



国・数・英 各種検定 0歳~大人 フランス語 ドイツ語

夢を叶えるスタートライン

公文式 山の手きらきら教室



1人ひとりの理解度や個性に寄り添い「ちょうど」の学びを大切に、35年間で3,000人以上を見守ってきた山の手きらきら教室。好奇心旺盛で新しいことを柔軟に吸収できる、「脳の黄金期」といわれる幼児期から低学年の大切な時期に、毎日机に向かう習慣や集中力を育て、未来につながる学びの土台を作ります。「自分でできる」ところから無理なく学習をスタート。個別学習で着実に力を伸ばした卒業生からは、「夢を叶えたよ!」のうれしい報告も続々と届いています。算数・数学、国語、英語のほか、フランス語・ドイツ語など1教科から学べて、小学3年生から始まる英語学習の準備も、幼児から楽しく学べる教材が充実。0歳から大人まで通塾可能で、火・水・金・土曜から週2回、開講中の好きな時間を選ぶ予約制。詳しくはWebサイトで。

●函館市山の手2-16-1

☎0138-56-1005

KUMON



春期講習会申込受付中!!

お急ぎください! コースは2つ! 各学年若干名の募集です。



集団コース 夏期講習内容

講習日時は右記日程表をご参照ください。
※都合により、日時を調整する場合があります。

小学1~4年生 2教科 6日間	3000円(税込3300円)
小学5~6年生 5教科 8日間	5000円(税込5500円)
中学1年生 5教科 10日間	10000円(税込11000円)
中学2年生 5教科 10日間	12000円(税込13200円)
中学3年生 5教科 12日間	18000円(税込19800円)

申込方法 当塾を一度体験された方も、まずはお気軽にお問い合わせください。

※小学生はご家庭のご都合を考慮し、相談にて個別に日時を決定できます。
期間は7月25日~8月31日、時間は13~21時。
※小学1~4年生は6日間で各100分間の講習。
※小学5~6年生は8日間で各100分間の講習。

時間	中学1年生	中学2年生	中学3年生
18:00~20:50	18:00~20:50	13:30~18:20 (18:00~20:50)	
7月24日 金	補講日	補講日	※英数国
7月25日 土	英数理	英数社	英数理
7月26日 日	休み		
7月27日 月	英数社	英数理	英数社
7月28日 火	補講日	補講日	英数国
7月29日 水	英数国	英数国	英数理
7月30日 木	英数理	英数社	英数社
7月31日 金	英数社	英数理	英数国
8月1日~8月2日 休み			
8月 3日 月	補講日	補講日	英数理
8月 4日 火	英数国	英数国	補講日
8月 5日 水	英数理	英数社	英数社
8月 6日 木	英数社	英数理	英数国
8月 7日 金	国理社	国理社	国理社
8月 8日 土	国理社	国理社	国理社

最新の合格実績 (社会人を含む)

- ・防衛医科大学 医学科
- ・群馬大学
- ・北海道教育大学札幌校
- ・岩手大学
- ・青森県立保健大学
- ・早稲田大学
- ・青山学院大学
- ・東海大学
- ・桜美林大学 フライト・オペレーションコース
- ・京都外国語大学
- ・昭和音楽大学
- ・函館看護専門学校
- ・厚生院看護専門学校
- ・市立函館病院高等看護専門学校
- ・函館医師会看護・リハビリテーション学院
- ・北海道医療センター・附属札幌看護学校
- ・函館中部高等学校
- ・函館工業高等専門学校
- ・函館西高等学校
- ・函館商業高等学校
- ・連愛女子中学校・高等学校
- ・函館白百合学園中学校・高等学校
- ・函館ラ・サール中学校・高等学校 など

完全個別指導コース 小学生~大人 全教科対応

質と量を兼ねたオーダーメイド方法で 39人の講師陣だからこそ。 様々な学習ニーズに完全対応。

夏の家庭応援価格! 夏期講習会体験生募集中!

80分間×4日間で4000円 (税込4400円・教材費込)

100分間×4日間で6000円 (税込6600円・教材費込)



先生1人に対して生徒2人までの完全個別指導です。

8月31日までの日時でお選び頂けます。2名または4名の先生を担当してお子様との相性を見ることが出来ます。

お問い合わせ(代表) ☎0138 46-8877

集団&個別指導 栄進ゼミ本校 函館市北原1-2-1



個別指導専門 栄進ゼミ港校 函館市港町1-14-3



個別指導専門 栄進ゼミ湯川校 函館市湯川町3-25-17



個別指導専門 栄進ゼミ北斗校 北斗市東浜1-12-66



子供～大人 ペン習字 かきかた 筆ペン 毛筆

スマホを置いてペンを持つ時間を

公文七重浜8丁目書写教室



書写は、デジタル機器から少し距離を置き、自分自身と向き合う時間をつくる「デジタルデトックス」にぴったり。字の上手さに関係なく、一文字一文字に集中して書く時間は、心が落ち着く贅沢なひとときになります。「ペン習字」「かきかた」「筆ペン」「毛筆」を学んでみませんか？ 自分のペースに合わせて教材の量を調整できるので、無理なく続けられると評判です。今なら7月1日(水)～8月31日(月)の間に、教室での無料体験を1回受けられる「夏の1日トライアル」を受付中。

KUMON

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)



少人数制 自習室 国・算 (小1～4年生) 5教科 (小5・6年生 中学生) 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を行う学習塾。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。授業は講師1人に対して生徒2人までの完全個別指導。定期的に面談時間を設けるなど、しっかりと目配りをする講師陣の細やかな対応は生徒たちからも好評で、ここで学び、大人になってから同塾の講師となった元生徒もいるそう。生徒が塾を好きになる「栄進ゼミ」。1度問い合わせてみて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 北斗校●北斗市東浜1-12-66

【問い合わせ】☎0138-46-8877



無料体験学習

学研教室には「夢中になって勉強する子」を育てるひみつがあります。教室の雰囲気はどんな感じだろう？ 学習について相談したいな... そんな方のために、無料体験学習を実施中！

幼児(年少・年中・年長)、小学生、中学生

子どもたちを応援！価格 (月額・税込) 今ならおトク！

【週1回】 さんすう・くご2教科	6,930円	入会金 0円
【週2回】 さんすう・くご2教科	8,800円	
【週2回】 算・国2教科	9,680円	

【週2回】
算・国・英3教科 14,520円

学研教室の先生募集中！

お問い合わせ・お申込みはこちら
☎0120-114-154

【受付】月曜日～金曜日 9時～17時 (祝日を除く)

Gakken 学研教室 札幌事務局
札幌市中央区南二条東2丁目1-16
キョウエイ札幌ビル6階

地域クラブ活動の日

地域のいろいろな活動に参加しよう！

活動メニューはここからチェック!!

【問い合わせ】 函館市教育委員会学校教育政策課 ☎0138-21-3523

小・中・高校生 5教科 新スタイル オーダーメイド学習

集団学習と個別指導のハイブリッドスタイル

栄cobettsu(エイコベツツ)

集団学習ならではの「競争と刺激が自然に生まれる環境」と、「授業料を抑えられるメリット」を土台に、個別指導の強みである「スケジュールの柔軟さ」と「苦手克服への強さ」を融合させた、集団学習と個別指導のハイブリッドスタイルが特徴の学習塾。授業は最大5人までの少人数制で、小学生から高校生まで通塾が可能。学年問わず時間を柔軟に選べるため、習い事や部活動との両立がしやすい点も魅力です。科目は、国語、算数(数学)、理科、社会、英語から自由に選べる完全オーダーメイド方式(小学1・2年生は国語、算数のみ)。得意科目の強化や、苦手分野の集中対策など、目的に合わせて自在に組み合わせることができ、体験は教材費不要で気軽に始められるのもポイント。今なら小学生～高校生を対象に、1コマ50分の授業を8コマ5,500円で受けられる「開校キャンペーン」を実施中！ この機会に新スタイルの学習塾を体験してみませんか。問い合わせは栄進ゼミ本校(☎0138-46-8877)まで。

●函館市桔梗3-41-16

夏期講習会受付中

日程 7/23～8/12 対象 小学2年生～高校3年生 教材費・テスト代は別途必要です

初めて割引 ニスコパーソナルを初めて受講される方対象!! 最大で受講料の50%割引!

早期割引 7月6日までに講習会を申し込みされた方対象!! 最大で受講料の50%割引!

講習会申し込みをと同時に入会(7月末日まで)されると 入会金16,500円 入会月の授業料 同時入会特典 免除! + 免除!

一人ひとりの生徒にとって "No.1" 塾を目指します!

個別指導 ニスコパーソナル

【受付】月～土 10:00～22:00 ☎0120-37-0509

このほか苦手や目標に合わせて選べるコースあり!

受講コース	教科	回数	早期割引	受講費用
小学生コース				
小学 4回コース	1教科対応	4回	2,400円	4,800円
小学 8回コース	2教科まで	8回	4,800円	9,600円
小学 12回コース	3教科まで	12回	7,200円	14,400円
小学 16回コース	4教科まで	16回	9,600円	19,200円
小学 20回コース	5教科まで	20回	12,000円	24,000円
中学生コース				
中学受験2科コース	2教科まで	16回	9,600円	19,200円
中学受験4科コース	4教科まで	32回	19,200円	38,400円
高校生コース				
高校 単科コース	1教科対応	5回	5,000円	10,000円
高校 強化コース	2教科まで	10回	10,000円	20,000円

中学生コース

受講コース	教科	回数	早期割引	受講費用
中1・2年 単科コース	1教科対応	5回	3,750円	7,500円
中1・2年 10回コース	2教科まで	10回	7,500円	15,000円
中1・2年 15回コース	3教科まで	15回	11,250円	22,500円
中1・2年 20回コース	4教科まで	20回	15,000円	30,000円
中1・2年 25回コース	5教科まで	25回	18,750円	37,500円
中3 単科コース	1教科対応	5回	4,000円	8,000円
中3 10回コース	2教科まで	10回	8,000円	16,000円
中3 15回コース	3教科まで	15回	12,000円	24,000円
中3 20回コース	4教科まで	20回	16,000円	32,000円
中3 25回コース	5教科まで	25回	20,000円	40,000円

難関選抜コース(中3生対象)

指導科目	指導時間	早期割引	受講費用
国・数・社・理・英	個別指導 1500分 集団指導 300分		28,000円 / 56,000円

【受付】月～土 10:00～22:00 ☎0120-37-0509

函館本部教室 函館市石川町314-1 函館湯川教室 函館市日吉町1-14-7
五稜郭教室 函館市亀田本町3-6 アルカンシエル1階

Olive 引受基準緩和型 死亡保険

持病がある方でも 3つの告知で申し込める!

オリーブの死亡保険 引受基準緩和型死亡保険 保険金100万円コースの場合

男性 54歳 月々 1,220円 女性 69歳 月々 1,260円

89歳までお申し込み可能!

資料のご請求、お問い合わせはこちらから! ☎050-1869-9757

10:00～20:00 定休日なし ※未成年などを除く

がじんしんち
雅人深致
～ふれあって優しく～



たんだ泌尿器科
函館市宮前町30番17号
☎0138-45-7366
理事長 田嶋 雅敬

おでこと頭の境界線

洗顔料とシャンプーを使い分けるボーダーライン。生え際が後退してしまうと、以前どこまでが頭であったのか分からなくなりやす。

毎日鏡を見続けてため息が出始めた直前、すなわち「ハゲてきたな」と感じた直前のところが境界線、と現実を受け入れる人。もともと自分はおでこが広いのだと主に他人に言い聞かせて、どう見てもそこはおでこでなくて頭でしょ、と思える場所に強気に境界線を設定する人。



生物学的には、眉毛を押し上げた時にできる一番上のシワが境界線とも言われますが、明確な医学的な定義はないそうです。また今は、オールインワンの全身洗浄料があるので大丈夫です。

ランチ

クセになる! ワイルドなメキシカンランチ

CASTILLO(カスティエロ)39



タコスなど、ダイナミックに味わうメキシカンフードが好評のカフェ。イチオシはジューシーな旨味があふれ出す「ブリーゼット」(1,500円)。チキン、ミート、シーフードの3種類から選ぶ好みの具材と、ごはん、チーズ、レタスなどの野菜を、香ばしく焼いた小麦粉のもっちりトルティーヤにたっぷり包んで、スパイシーなソースをトローリ。お行儀は忘れて大きな口でワイルドにかじり付いちゃって。キッズスペースもあるからママ友ランチにもぴったり。11時～15時、16時～22時。月曜、木曜夜、他不定休。P有。

●函館市美原1-15-13 ☎070-9045-3009

酒場

プライベート空間で食と酒を堪能

御膳水

そば本来の風味が豊かな「挽きぐるみ十割蕎麦」が評判。夜は1日1組限定で利用できる、特別感のあるひと時を過ごせます。料理は前菜盛、ローストビーフのサラダ、天使のエビや梅干しのほか、季節の野菜も楽しめる天ぷら盛、肉厚で濃厚な旨味が特徴のマグレドカネールの鴨鍋、鴨の旨味が溶け込んだ汁で味わうそば、握り寿司、アイスまでをコースで提供。利用は3人で、2時間飲み放題付き1人7,700円(3日前まで要予約)。11時30分～LO15時、夜は予約営業のみ。月曜休(祝日の場合火曜休)。P有。

●函館市梁川町27-7 ☎0138-84-1716



1,000円分利用券を5名様に

JONNY TOO BAD

ニューヨーク発祥の屋台料理・オーバーライスが楽しめる店。東山墓園線沿いに5月にオープンした。ソースやサラダのドレッシングも全て手作りというオーバーライスは、1番人気のチキン(990円～)、ネオジギスカンをうたうラム(1,190円～、写真はMサイズ1,390円)、自家製のステーキソースが食欲をそそるビーフ(1,290円～)の3種類を用意。それぞれS・M・Lからサイズが選べるのもうれしい。金・土・日曜は、おつまみメニューもそろえて夜も営業。カウンター席や、ゆったりとしたソファ席を用意した店内もいい雰囲気。11時～LO15時30分、17時～LO20時30分(夜は金・土・日曜のみ)。木曜休。P有。



●函館市中道1-23-26
☎050-8883-8404

HEAD LINE -ヘッドライン

不動産買取強化中!

小野寺住設 不動産センター

美原交差点前にある「小野寺住設」では現在、不動産の「買取」を強化中! 同社は建築および住宅設備の企業として、創業100周年を誇る地元企業。地域に密着したサービスに定評があります。「函館市内全域の不動産を対象に、戸建・空き家・土地など、現状のままですピード買い取りいたします。面倒な家具などの撤去も一切不要! そのままの状態でお引き取り可能です」とPRしています。「早く売りたい」「誰にも知られたくない」そんな悩みにも秘密厳守で対応。使わない家や土地の売却で困っているなら、まずは無料相談から気軽に問い合わせさせてみてはいかがでしょうか。

不動産相談会開催!

◆ 6月27日(土)・28日(日)
9:30～11:30

【会場】
北海道ハウスタウンプラザ
(函館市亀田交流プラザ)
—3階 大会議室—



「地域のみなさまに信頼されて100年、これからも安心のお取引をお約束します」とも話しています。10時～18時。水曜休。P有。
●函館市美原3-1-5
☎0120-750-750
北海道知事渡島(4)第1114号

値上げ前のいまがチャンス!

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的なクリーニングまで、要望に合わせてプロの掃除を提供する「おそうじ本舗」では、物価高騰の影響により、8月1日(土)から料金の一部を改定します。「エアコンクリーニング」も改定の対象となっているので、利用を考えているなら、これまでも同じ料金で利用できる7月31日(金)までの申し込みがおすすめ(作業期日は8月3日まで)。7月31日(金)までは「家庭用壁掛けエアコンクリーニング」が、お掃除機能なし12,100円、お掃除機能付き20,900円。さらに、複数台まとめて依頼すると、「まとめ割」が適用され、1台につき1,100円引きとお得。

丁寧に分解、徹底的な高圧洗浄、細やかな部品の洗浄などを行うエアコンクリーニングは、普段の掃除では落ちない内部の汚れまできれいな仕上がり。カビや臭いが気になる、効き目が悪くなってきたといったエアコンの掃除は、値上げ前のこの機会をお見逃しなく! 見積もり・相談無料。要望に合わせて女性スタッフ対応。クレジットカード、電子マネー利用可。函館市プレミアム付商品券利用可。詳しくは、気軽に問い合わせを。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

中古パソコンとレトロゲーム機が所狭しと並び

ブルーコンピューター

Windows 10のサポート終了により、セキュリティ更新が行われなくなっています。しかし、「まだ使えるし…」と、そのままになっている人も多いのではないのでしょうか。そんなときに頼りになるのが、今年17周年を迎える地域密着のパソコン専門店である同店。東京・秋葉原から買い付けた中古パソコンが豊富に並び、用途や予算に合わせて最適な1台を提案してくれます。中古パソコンの販売だけでなく、修理やメンテナンスの相談にも対応しており、「何を選べばいいかわからない」「動作が遅くなった」などの悩みも気軽に相談できます。不要になったパソコンの無料引き取りも行っており、買い替え時から購入後のサポートまで充実の体制。10分未満のパソコン相談は無料。また、田中勝也代表(=写真)は、「レトロゲーム機の修理は趣味なんです」と笑顔で話すほどのゲーム好き。店内には懐かしいゲーム機やソフトが多数。パソコンを探している人はもち



ろん、昔憧れたゲーム機や、やりこんだゲームとの再会を願う人も、1度足を運んでみてはいかがでしょうか。11時～19時。無休。P有。
●函館市大川町6-2
☎0138-87-0516



青いほすと SNS フォロー大歓迎!!
Webサイトでも情報が見られます! URL▶aopos.jp
QRコード

お腹まわり&太ももに「真ん中コース」が好評!

Rajeunir 10ans(ラジェニアテンアンス)

「お腹や腰についた浮き輪のようなぜい肉を何とかしたい」「ダイエットしてもお腹まわりが落ちない」「太ももが太くてバランスが悪い」など、年齢とともにお腹まわりの変化を感じる人は少なくないはず。

結果重視をコンセプトに多くのマシンを取りそろえ、1人ひとりの肌悩みなどに応える同サロンは、ボディメニューも充実! 薄着になるこの時期こそ試したい「真ん中コース」は、温熱ラジオ波、キャビテーション、LED、EMS、吸引の5工程を備えるマシンで、お腹まわりと太ももにアプローチ。「ぼっこりお腹、腰まわりのぜい肉、セルライトなどが気になっていた方に好評のメニューです。すっきりと若々しいスタイルを目指す方は、お気軽にご相談ください」と代表の村上有香さん。料金は通常25,300円のところ、初回お試し6,900円。予約は「青ぼ見た」で、7月26日(日)まで。全身コースと半身コースもあるので、詳しくは問い合わせを。「まつげカール」(初回3,300円)と、約2週間マスカラいらすの「マスカラ付きまつ毛カール」(初回5,200円)も人気。電話受付10時~18時。不定休。P有。



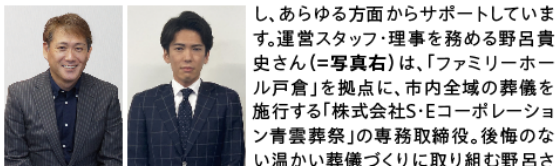
●函館市富岡町1-1-22
☎0120-916-722



人生のフィナーレまで安心の支援

一般社団法人スターライフ

「頼れる身寄りがない」「親族に負担をかけたくない」といった高齢者や障がい者に、家族の役割を果たす「終身家族代行支援」を行う「スターライフ」は、専門的な知識と経験を持つ企業や個人によって運営し、あらゆる方面からサポートしています。



運営スタッフ・理事を務める野呂貴史さん(写真右)は、「ファミリーホール戸倉」を拠点に、市内全域の葬儀を施行する「株式会社S・Eコーポレーション青雲葬祭」の専務取締役。後悔のない温かい葬儀づくりに取り組む野呂さんは、身寄りがない高齢者などの家族代わりとなり、喪主代行も務める「スターライフ」の支援においても、代表の星さん(同左)と共に契約者の希望する「おくり方」を果たします。「誰にでも必ず訪れるその日に備え、安心していただけるよう対応します。積み立てなど葬儀費用の準備の仕方、ほかにも葬儀に関する不安があれば、どんな小さなことでもお気軽にご相談ください」と野呂さん。スターライフの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、湯川支所の広告モニター付近に常備。相談は無料。自宅まで訪問可能。

●函館市山の手2-44-4
☎0138-83-2312

ミシンの修理・調整・メンテナンスなら

越野ミシン商会

「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、故障していないからと安心せずに、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だそう。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。同社は、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4,400円に! 日曜、祝日休。7月9日(木)~12日(日)休。P有。

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

ボイラーの無料点検キャンペーン!

小野寺住設

創業100周年。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、7月31日(金)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



道南 盛り上げ隊

函館子ども食堂支援 チャリティープロレス大会

函館出身で、東京のIT企業「有限会社ベイスサイドシステム」の取締役・丸山賢二さんが、名古屋で子ども食堂を支援するプロレスラー・ヒデ久保田さんとの出会いをきっかけに企画。今大会の注目は、女子プロレス界のレジェンド・アジャコングさんの参戦。さらに、1990~2000年代に大田厚引退後のFMWを支えた函館出身の黒田哲広選手もリングに上がる。11:30から幼児~小学生対象の「ちびっこプロレス教室」もあり(受付11:15~)。また、先着90人の子供にお菓子をプレゼント。

日時:2026年7月11日(土) ※雨天決行
12:00~15:00
会場:コテ日吉多世代交流センター 屋外ステージ
入場:一般/1,000円以上の募金 子供無料
【問い合わせ】(有)ベイスサイドシステム【メール】
bayside_system@yahoo.co.jp



プロレスファンはもちろん、地域の子どもたちや家族連れも楽しめるイベントとして開催し、収益はすべて寄付に充てられる。地域のみならずつくるチャリティープロレス大会として、この取り組みに賛同し、協賛という形で応援してくれる企業、個人も募集している(1口5,000円~)。

普通自動車の仮免許取得が「17歳6ヶ月」から可能になりました!!

普通一種 27歳~26歳
普通二種 17歳~

免許取消・更新忘れの方歓迎
学生さん、社会人などお気軽にどうぞ!

国際免許(外国免許)の講習可

教習歴48年、卒業生6,500人の確かな実績
(社)北海道届出自動車教習所協会加盟
サウ自動車教習所

☎0138-46-5676 函館市美原5-31-4
☎090-3774-0883 日曜・祝日教習可能
教習生の都合に合わせて対応。函館市外もOK!

どんな車でも大丈夫!!
「廃車王におまかせください。」

廃車 事故車
故障車 車検切れ車
トラック・バス・バン

廃車手続き無料で代行!
レッカー引き取り原則無料!

LINEで無料査定!!
スマホで車の情報を送るだけからどうぞ!

廃車王 函館店
函館市高橋町618-17 ☎0120-112-960

ジョブシード

ご家族の方にご相談にも対応致します
障害のある方々の就労を叶えます

障害者手帳、障害基礎年金の証明書、自立支援医療受給者証をお持ちでない方もお気軽にお問い合わせください。

障害者就労移行支援事業所
ジョブシード
函館市深堀1-7 ☎83-8018 ☎090-4896-1077

貴金属 ガラケー 特別買取祭り
7月9日まで実施

買取 1台目500円
2台目以降は1台100円

買取専門店 函館ポールスター店
10:00~19:00 年中無休
☎0138-83-5381

7月の彩り弁当 税込3,250円

穴子とかにのせいろ飯
旬の和野菜詰め合わせ

要予約 2日前まで
5,000円以上の注文で 無料配達 (旧函館市内)

現在はお弁当販売のみの営業です(予約制)

函館 寿半
住所 函館市本町34-16 時間 ご予約受付 11時~17時
電話 0138-56-5255 定休日 月曜休(祝日の場合は翌平日休)

STOP! 飲酒運転

毎年7月13日は「飲酒運転根絶の日」

●飲酒運転を発見したら...
「110番または警察署」へ通報してください!

●緊急ではない場合は...
道警ホームページ「飲酒運転ゼロボックス」までメールで通報をお願いします!

飲酒運転を根絶しましょう

管楽器 買取大歓迎!

買取額20%UP

買取専門店 函館七重浜店
☎0138-48-2611

写真投稿

今回のテーマは、
早速のソフトクリームラリー参戦

今年も6月1日から北海道ソフト
クリームラリーが始まりました!



五島軒さんのベルギーチョコミックスが美味しく頂きました!黒いコーンは何で出来てるんだろ?投稿:健康マージャンピンク



雪んこソフトクリームと、濃いめの珈琲が最高!!投稿:ねこみーちゃん



くるみが香ばしくて好き投稿:ヤングコーン



雪んこザウルスという名前も良い。投稿:しめしめじソフトクリームラリーについてはP8をご覧ください!!

なるほどトピックス 生活に役立つ情報盛りだくさん!

地元密着・安心サポートで住まい選びを

ピタットハウス函館新道店



マークリテール株式会社が運営する「ピタットハウス函館新道店」が7月3日(金)にオープン。近年、空き家の増加や相続不動産の活用、住み替えニーズの多様化など、不動産を取り巻く課題は複雑化しているのだから。同店は、住宅や土地の売買、アパート・マンションなどの賃貸仲介、賃貸管理を中心に、不動産に関する幅広い相談に対応。売買や賃貸だけでなく、リフォームの相談や空き家の活用提案、不動産の買取査定など幅広くサポート。アパートなどの収益物件に関する相談も受け付けるなど、オーナーや投資家のニーズにも応えてくれるそう。今後はテナント賃貸にも対応し、住まい探しから不動産活用、事業用物件の相談までサポートの幅を広げていく方針。地域に根差した総合不動産ショップとして、1人ひとりの状況や希望に寄り添った提案を行い、不動産に関する身近な相談窓口を目指している。「不動産のことなら何でも気軽に相談してください」と同店スタッフ。9時～17時30分。水曜休。P有。

●函館市桔梗町379-27

☎0138-84-1145

北海道知事 渡島(4)第1102号

※ピタットハウスの加盟店は独立自営であり、各店舗の責任のもと運営をしております。

古くなった羽毛布団が生まれ変わる!

羽毛ふとん専門店 タジマ寝具



創業125年。布団のことを相談できる寝具専門店。羽毛布団のリフォームとオーダーメイドにも定評があり、「10年以上使っている羽毛布団をどうしたら良いか」「汚れや偏りが気になる」「羽毛が出てきた」「サイズを変えたい」「何となく重い」「温かくない」など、相談に訪れる人が多数。このような悩みに、親身に対応してくれる田島社長は「劣化や使用感が

気になる場合は、お手入れが必要なサイン。特に、ダウン90%以上の羽毛布団はリフォームがお得」とアドバイス。羽毛布団のリフォームは、洗浄方法や仕立て方法によって使用感が大きく変わります。同店では、布団の中身を覆っている側生地から羽毛を取り出し、お湯と洗剤で優しく直洗いで羽毛を還元。1人ひとりに合わせた仕立て方法なども提案してくれるので、自分に合った使い心地に生まれ変わります。「羽毛布団リフォーム」は39,600円～、7月15日(水)まで羽毛診断・見積り無料(訪問可)。専門店ならではの「羽毛布団丸洗い」も好評。詳しくはお問い合わせを。10時～18時。日曜、祝日休。P有。

●函館市柏木町2-25

☎0120-846-843



サマーコレクションin函館葛屋書店

huit un sept(ユイトアンセトゥー)

軽やかな夏のファッションを楽しみたいこの時期は、エッジレスな洋服がそろそろセレクトショップ「huit un sept」がおすすすめ! 7月3日(金)までは「函館葛屋書店」に出演中。出演場所の南側入口特設ブースには、夏に大活躍する商品が並んでいます。デザイン&カラーバリエーション豊富なTシャツは、カジュアルにもきれいなめにも使える夏のマストアイテム。1枚で決まるワンピースは暑い時期の楽ちんコーデに重宝。ほかに、1点投入で差がつかない涼やかな柄パンツ、汗ばむ季節に心地よく着られて、コーデのアクセントにも使える接触冷感のキャミソール、さらっと履き心地のいい麻のパンツ、紫外線や冷房対策にもなるサマーカーディガンなど、多数入荷中。商品のほとんどが1点物なのでお早めに!

期間中は函館葛屋書店内でのみ営業。10時～18時。通常営業は7月5日(日)～10時～18時。不定休(7月4日休)。P有。●函館市昭和3-36-4 ☎080-3268-9573



函館市プレミアム付商品券使えます!

第一住宅設備

地元企業として地域貢献、地域活性化を最優先に業務に取り組む「第一住宅設備」は、函館市プレミアム付商品券の登録店です。住まいの悩みをこの機会に相談してみませんか。



各種リフォーム工事(外装工事、内装工事、キッチン交換、ユニットバス交換、トイレリフォームなど)はもちろん、気になりながらもどこに頼んでいいのか分からず悩んでいた水まわり各種修理(蛇口の水漏れ、排水の流れが悪い、温水洗浄便座の故障など)、買い替えたいと思いつつタイミングを逃していた各種設備機器設置(エアコン、ボイラー、照明器具、換気扇、洗面台など)といった、さまざまな工事に利用できます。

さらに、8月末までの契約で各種メーカー希望小売価格より40%～60%引きとなるお得なリフォームキャンペーンも同時開催中! 詳しい内容は電話またはWebサイトで確認できます。「ぜひこの機会にご利用お待ちしております」と同社スタッフ。

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。●函館市千代台町29-15 ☎0120-222-592



6/26(金)から7/12(日)まで!!
わんにゃんご縁フェア
特典① お迎え価格相談可 or 特典② スターターセットプレゼント
Instagramで最新情報をチェック!!
PETSHOP & SALON PU-PU-PU
☎0138-76-8581 ☎11:00-19:00 函館市港町3丁目7-24
なし Pあり 登録番号/北海道第02240420号 動物取扱責任者の氏名/阿部 博樹

5th Anniversary
海と灯 5周年記念ランチビュッフェ
7.18(土)・19(日)・20(月)
和洋中のお料理が登場!!
和(本まぐろ炙り)・洋(ローストビーフ)・中(麻婆中華炒め物)
時間 12:00～14:00/最終入店13:00
会場 海と灯 2F ビュッフェレストラン 月舟
料金 大人 ¥4,500 小学生 ¥3,000 幼児 無料(大人おひとり様につき1名)
ご予約しなくてもご利用いただけます
Special Dinner Buffet 要事前予約
平日料金 大人 ¥0,000 → ¥5,000 小学生 ¥4,200 → ¥3,600 幼児 ¥3,000 → ¥1,800
会場 2階 ビュッフェレストラン月舟
開場 17:00～21:00(最終入席 19:30)
※料金はサービス料・消費税が含まれています。※お車を運転のお客様は飲酒をご遠慮ください。※仕入れ状況により、食材・メニューが変更になる場合がございます。※写真はイメージです。
函館湯の川温泉 海と灯/ヒューイトリゾート
〒042-0932 北海道函館市湯川町3-9-20 ☎0138-57-5390

ねごとと一緒に住めるお部屋
●敷金・礼金無し(前家賃のみ) ●年齢不問 ●風呂有 ●トイレ水洗 ●ペット(猫)可
白鳥ハイツ 1LDK(8×6帖)
函館市白鳥町13-19
駐車場込 30,000円
コーポ中村 1LDK(8×6帖)
函館市亀田港町8-6
駐車場込 30,000円
お問い合わせ・お申し込み 大家・中村まで
☎080-6077-0117 / ☎090-1517-8008

ヘリ・ダンス教室
HABIBI
～hakodate～
生徒募集
場所 金曜 18:30～19:30
日時 青年センター
月謝 6,000円
露出の無い衣装もあります
出演依頼も募集中!
090-9086-8434
Instagram

16周年
外壁・屋根
リフォーム専門店
壁面35坪 一般設計価格182万円のところ
施工代 足場代 コミコミ 安心価格 **98万円～**
分割払いOK | 見積・相談無料
ReModeling House リモデリングハウス 経験ホーム住工
宅地建物取引業/北海道知事 登録(2)第1221号 函館市泉原4-2-20
0120-806-105 受付時間 9:00～20:00(年中無休)

お知
1万枚以上配布の場
1枚2
全エリア配布の場
1枚3
株式会社

青森の★ 勝手に応援!! 函館市拠点校部活動ハンドボール部 本通中学校



拠点校として、希望する部活動がない他校の生徒も受け入れるハンドボール部。取材時は男子15人、女子18人が間近に迫った中体連に向けて練習に励んでいた。昨年の中体連では男女共に全道大会3位入賞。しかし、その後の新人戦は力を出し切ることが出来なかった。サインプレーとディフェンスを強化した男子キャプテン三上さんと、シュートの精度を上げた野呂さん、2人の3年生が率いる男子部員は、強みであるスピードを活かし、全国大会出場を目指す。多彩な技を持つ女子キャプテン泊谷さんは、相手のエースを崩すディフェンスを、佐々木さんは得点に絡んでいける走りを、石亀さんはチャンスを作るプレーを、狩野さんは正確なパスキャッチを、女子部員それぞれが個々の課題に取り組みながら、チーム力を高めてきた。目標は全道大会の初戦突破。悔しさが残る試合から着実に力をつけた33人は、1点を守り、1点でも多く得点をあげるため、全力で走り、何度でも立ち上がる。

心の代書屋 松田龍がズバリ!



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 松田龍 函館市杉並町13-12 ☎0138-33-4675

利すぎる世の中が逆に不具合を生じている。この普通であり不変な時をどう使い切るか、何に重きを置いてこれからの生き方を構築するか、今の私の最大の課題です。世間ではこれを求めて終活と呼ぶようですが、正直、私はこの終活という言葉は苦手で、これからの人生の「何じまり」の準備をしているように、少々寂しい気持ちになります。そんな天邪鬼(アマ)のジャッキーな私ですが、実は今月末、渡島管内のある地域で何を隠そうその「終活」をテーマにしたセミナー講師を務めます。目指すは人生を最後まで欲張って楽しむための作戦会議です。参加者皆様の不安やモヤモヤを少しでも笑い飛ばせるような足がかりとなることを目指しています。この活動を含め、渡島、松山管内はじめ全国各地を駆け回るドタバタかつそれが私の持ち方ひとつで伸び縮みするのを感じています。世の中がどう激変しようとも一分は六十秒という宇宙のルールだけは普通です。切りたくないものです。

Present
このマークが目印!▶

プレゼント
JONNY TOO BAD 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 函館市栴檀町379-27 株式会社青いぼすと 6-26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6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。

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

訪問リハビリテーション 佐藤将也
草むしり・家庭菜園 シーズン到来!
腰痛を防ぐ3つのコツ

春から初夏にかけては、草むしりや家庭菜園を始める方が増える季節です。花や野菜の世話には気分転換になり、体を動かす良い機会にもなります。一方でこの時期は「庭仕事のあとに腰が痛くなる」という相談も多くなります。実は春は、腰痛が起りやすい季節のひとつなのです。冬の間に寒さの影響で外に出る機会が減り、筋力や柔軟性が低下しやすくなります。その状態で急に長時間の草むしりや土運びをします。特に中腰姿勢は、腰の筋肉や関節に強いストレスを与え、ぎっくり腰につながることもあります。腰痛予防のために、意識しては

しいポイントは三つあります。一つ目は、三十分ごとに休憩することです。休憩中に休憩すると、同じ姿勢を長く続けてしまいがちです。三十分一回を目安に立ち上がり、背伸びをしたり軽く歩いたりするだけでも、腰への負担を減らせます。タイマーを使って休憩時間を決めるのもおすすめです。二つ目は、腰だけで曲げないことです。前かがみになる時に腰だけを曲げると、腰椎や筋肉に負担が集中します。膝や股関節をしっかりと使い、しゃがむような姿勢で作業することが大切です。低い椅子や園芸用の台を活用するのも良い方法です。三つ目は、作業前後に体をほぐすことです。始める前に肩回しや足踏み、軽い前屈などを行い、筋肉を温めておきましょう。作業後は腰や太ももの裏をゆっくり伸ばすことで、筋肉の疲労を和らげる効果が期待できます。もし作業中や作業後に強い痛みが出た場合は、無理を続けず、休むことが大切です。特に足のしびれを伴う場合や、数日たっても改善しない場合は、早めに整形外科へ相談しましょう。暖かくなるこれからの季節、体をいたわりながら、草むしりや家庭菜園を安全に楽しんでいきましょう。

【キャンペーン期間】
2026年3月10日(火)～
2026年7月31日(金)

青森みちのく
**住宅ローン
新規契約
キャンペーン**

他社住宅ローンからの借換えも対象です!

VJAギフトカード
**5,000円分
プレゼント!**

ローンプラザ函館
tel.0120-730158
①北海道函館市栴檀一丁目3-5 (きぎょう支店1F)
②10:00～18:00
③定休日なし

対象商品
青森みちのく住宅ローン (あおぎん信用保証型)
青森みちのく住宅ローン (全国保証型)

キャンペーン対象者
キャンペーン期間中に正式審査を申込み、かつご契約をしたお客さま

適用条件
お借入金額が1,000万円以上
かつお借入期間が5年以上

※先着順となります。※ギフトカードは数に限りがございます。※キャンペーンは予告なく終了する場合がございます。※他のキャンペーンとの併用は致しかねます。

Procrea 青森みちのく銀行
ご来店予約はこちらから



あんこソフト 450円

中村屋ななえ本店
10時~18時、不定休、P有。
●亀田郡七飯町本町4-1-42
☎0138-86-7374



モカ 400円

道の駅しかべ間歌泉公園
9時~17時、無休、P有。
●茅部郡産部町字産部18-1
☎01372-7-5655

じょうもんクルミソフト 400円

道の駅 縄文ロマン南かやべ
9時~17時、月曜休(祝日の場合は翌日休)、P有。
●函館市白尻町551-1
☎0138-25-2030



美瑛プレミアムソフトクリーム 400円

pâtisserie Shu
10時~18時、火・水曜、ほか不定休、P有。
●函館市北美原1-4-13
☎0138-83-6799



小原のガラナソフト 350円

道の駅 なないろ・ななえ
9時~18時、年末年始休(12月31日~1月3日を予定)、P有。
●亀田郡七飯町字峠下380-2
☎0138-86-5195

シャインマスカット 450円

お食事処 あきた屋
11時30分~LO14時、16時30分~LO20時。ソフトクリーム提供は7時~20時、無休、P有。
●北斗市東前85-5
東前温泉しんわの湯内
☎0138-77-8000



山川牛乳ソフト 450円

バーラー花車
15時~LO20時(日曜、祝日は12時~LO17時)、月・火曜休、P有。
●函館市花園町40-34
☎0138-55-8607



雪んソフトクリーム 520円

嘉福堂キッチン本社ガレッジ店
9時~17時(日曜、祝日は11時~)。年末年始、ほかイベント出店などに伴う臨時休業有、P有。
●函館市追分町1-25
☎0138-62-6077



牛乳ソフトクリーム 450円

鈴木牧場牛乳
10時~17時、不定休、11月~3月冬季休業、P有。
●北斗市向野3-1-21
☎0138-77-8241



北海道もふもふ牛乳ソフトクリーム 450円

THE DANSHAKU LOUNGE
10時~18時、年末年始、ほか館内メンテナンスによる臨時休業有、P有。
●亀田郡七飯町峠下379-3
☎0138-82-8888



バニラソフトクリーム 360円

パティスリー Short Berry
10時~19時(日曜、祝日は18時迄)、不定休、P有。
●函館市栲楼町418-112
☎0138-87-0500



バニラソフトクリーム 320円

ななえ駅前珈琲店
9時30分~16時30分、月曜休、P有。
●亀田郡七飯町本町3-18-32
☎0138-87-0951



プレミアムがごめ昆布ソフト 450円

てつまるナトワショップカフェ
10時~17時、月曜休(祝日の場合は翌日休)、P有。
●函館市日ノ浜町31-2
道の駅なとわ・えきさん内
☎0138-38-9220



たいやきソフト 500円

たいやき鯛吉
11時~16時、水曜休、P有。
●函館市神山3-55-3
☎0138-55-7685



苺スペシャル 500円

四稜郭ファーム畑のソフトクリーム屋さん
10時~16時、不定休、P有。
●函館市陣川町52-1
☎080-1867-0240



五島軒ソフトクリーム 432円

五島軒本店スイーツ&デリカショップ Ashibino
11時~17時、火曜休、P有。
●函館市末広町4-5(五島軒本店内)
☎0138-23-1106



ワインソフトクリーム 350円

はこだてわいん 葡萄館本店
10時~17時、水曜休、P有。
●亀田郡七飯町字上藤城11
本社工場隣接
☎0138-65-8170

りんごソフト 400円

109°Ziel
9時~18時(フードカウンターは17時迄)、年末年始休、P有。
●亀田郡七飯町字峠下32-2
☎0138-38-9910



3カ所以上でスタンプを集めると、抽選で豪華賞品が当たるかも!?

参加方法

STEP 1 対象店でソフトクリームを購入

STEP 2 スマートフォンで2次元コードを読み取り

STEP 3 スタンプGET!! (ブラウザアプリが起動)

STEP 4 スタンプを貯めてブラウザアプリから応募

豪華賞品が当たるかも!? 詳細はこちら

十勝エリア版 毎年開催! Chaiでじ

全道版を同時開催! Sitakke

おたるぼーたる 青いほすと

ライブコミュニケーションアプリ POCOCHA 北海道ソフトクリームラリー2026

主催: Chai + Sitakke & パートナーメディア

HBC北海道放送

