

上質な時間を楽しむ大人のライフスタイルマガジン

ハコラク

2023/9/No.173

TAKE FREE

函館新聞・函館新聞デジタル
購読者には戸別配布(一部除く)



特集
美味と美酒に出会う
住宅街の料理店

ペットの旅立ち

Thank you my family

「ありがとう」の気持ちを込めてペットの旅立ちをお手伝いします。

ご返骨なしの火葬からセレモニーを執り行うメニューまで、感謝の気持ちを込めて最後の旅立ちをお見送り致します。

移動火葬車でご訪問

ダイオキシンなどの有害物質や臭い、煙も出ないペットちゃん専用の「火葬炉」を搭載。近隣の方々にご心配、ご迷惑をお掛けする事もなくご自宅近くで火葬を行います。1時間半ほどで火葬、ご返骨が可能です。



ご利用の流れ

- ① ペットちゃんが亡くなったら ▶
- ② 火葬や葬儀のご予約 ▶
- ③ ご自宅へお伺いいたします ▶
- ④ ご自宅でお葬式 ▶
- ⑤ 火葬 ▶
- ⑥ ご返骨

自宅で送る ペットちゃんのお葬式

2つのプラン

※税込み料金

- お引取プラン(ご返骨なし)
料金12,000円~
- 個別火葬プラン(ご返骨あり)
料金20,000円~

WEBカード決済できます。



体重別プラン料金表

※料金表は例です

ペット区分(体重別)	お引取プラン(ご返骨なし)	個別火葬プラン(ご返骨あり)
1kg以下(小動物のみ)	¥12,000	¥20,000
3kg以下	¥15,000	¥25,000
5kg以下	¥18,000	¥30,000
10kg以下	¥23,000	¥35,000
15kg以下	¥30,000	¥38,000
20kg以下	¥35,000	¥45,000

※上記の体重以上の料金プラン、追加オプションもご用意。

お気軽にお問合せ下さい

ご相談・ご予約はこちら 24時間受付中

フリーダイヤル

0120-39-2013

24時間ネット予約はこちら

<http://pet-tabijp>

ペットの旅立ち

検索

QRコードはこちら → → →



動物葬祭ディレクターが
対応致します。

ペットの旅立ち
Thank you my family

ペットの旅立ち 函館店
〒049-0111
北海道北斗市七重浜8-12-10

フリーダイヤル

0120-39-2013

やさしい終活保険

健康年齢少額短期保険株式会社
関東財務局長(少額短期保険)第70号

月々
なんと **460**円^{※1}で
もしもの
ときに **100**万円
お受け取りいただけます!!



家族に迷惑をかけずに自分で**葬儀費用**を準備できると大好評!

保険金額 100万円 受取コース (月額) ^{※2}	満年齢	50歳～ 54歳	55歳～ 59歳	60歳～ 64歳	65歳～ 69歳	70歳～ 74歳	75歳～ 79歳	80歳～ 84歳
	性別							
	女性	460円	590円	780円	1,030円	1,670円	2,930円	5,770円
	男性	650円	940円	1,430円	2,120円	3,370円	6,090円	11,560円

※1:月々460円は54歳女性・100万円コースの場合となります。

※2:保険金額は、100万円コースの他に、50万円、150万円、200万円、300万円コースがございます。この保険は掛け捨て型の保険です。保険料は5歳刻みで変更になります。

終活に欠かせないお金の準備に「やさしい終活保険」が人気の理由!

お財布に やさしい	高齢でも 申込OK	持病が あってもOK	手続きが カンタン
毎月の保険料は460円から。※ 54歳女性・100万円コースの場合	新規申込は89歳までお申込でき ます。94歳まで継続できます。	現在、持病をお持ちの方でも保険 にお申しいただくことが可能です。	4つの告知だけで申込OK。 医師の診断書は不要です。

死亡保障に限定することで実現したお手頃保険料!

資料請求・お問い合わせは今すぐ! 受付時間 9:00~20:00(土日祝は17:00)

通話料
無料!!
ケータイからも無料

0078-6010-3453

(コール有効期間 ~2023/11/30)

※一部の固定電話から繋がらない場合がございます。恐れ入りますが携帯電話等でおかけ直してください。

- 保険料につきましては、2022年10月1日現在の内容です。●本資料では、保険商品の概要をご案内しております。保険商品の詳細につきましては、「パンフレット」「重要事項説明書(契約概要・注意喚起情報)」を必ずご覧ください。
- 健康状態によってはお引き受けが出来ない場合がございます。あらかじめご了承ください。



おかげさまで
15年

買取専門店

全国チェーンだから
できる高価買取!

その金額で売るのは
ちょっと
持った!



お店によって買取価格が違います!
ぜひ一度、当店でも
査定させていただきます!

人情査定でやっています!

おたからや 函館五稜郭店

ハコラククーポン
15周年記念
利益還元キャンペーン
査定額 15%UP

※クーポンは、お持ちいただいた「**査定品と一緒に**」ご提示ください。

おたからや 函館五稜郭店

■クーポン持参の方 ■お1人様1枚限り ■他券併用不可 ■2023年8月末日まで有効

※当店の判断により適用されない場合があります。
他のサービスとの併用不可。金券・切手類は対象外。
〔函館五稜郭店〕のみのキャンペーンとなります。
詳しくは気軽に店頭スタッフまで!>

金相場
高騰中!!

これで
387,000円

**金・プラチナ
ダイヤモンド**

ダイヤモンドの付いた製品およびルース(石)

**各種
ブランド時計**

ロレックス・オメガ・カルティエなど

**各種
ブランドバッグ**

ルイヴィトンやシャネルなど

**ごわせた
指輪や
ネックレス**

高価買取!!

いらなくなったジュエリー・金歯など

**金貨・
外国製
銀コイン**

買取額爆上中!!

天皇陛下御即位記念など1万・5万・10万円各種金貨

**壊れた時計
捨てないで~**

買取します!!

捨てる前に当店での査定をオススメ

**金・プラチナなどの
イメージ品
アクリルピア**

買取します!!

金貨・メダル・コイン

記念1万円金貨のセットや
プルーフ、オリンピック記念コインなど

**金券・各種商品券・
ビール券・印紙など**

**大判・小判・
古銭・勲章**

カメラ・レンズ

キズや故障、古いものでも
丁寧査定で買取ります

ミリタリーグッズ

懐かしのおもちゃ

必要があるので高く買取ります

その他いろいろ!まだまだ買います!!

普通切手・記念切手・はがき・
書き損じ・バラでもOK!!

強化買取中!!

HO.Nゲージ

鉄道グッズ

大判・小判・銀製品・勲章・絵画・掛軸・骨董品・宝飾品・
珊瑚・真珠・ブランド香水・化粧品・ブランド食品・カメラ
鉄道模型・部品・テレホンカード・ブランド万年筆
軍用品・武器・アンティークジュエリー...など

※この広告に記載している買取価格は参考です。実際の買取価格を保障するものではありません。相場やお品物の状態などによって査定額は変動します。

来店不要の無料サービス

出張買取 忙しい方にピッタリ!玄関先でOK。
電話一本でお客さまのお宅へ伺い致します。

郵送買取 お売りにしたい品物、本人が確認できる証明書
(免許証など)のコピーと連絡先を明記して着払い
でお送りください。商品到着後、すぐに査定し
買取金額をお知らせ致します。
金額が折り合わない時はすぐにお返し致します。
(ゆうパック)

最近“おたからや”をかたり自宅へ訪問する業者が見受けられますが、当店“おたからや”とは一切関係ございませんのでご注意ください。

全国チェーン**900店舗以上** 貴金属・切手・ブランド 現金買取専門店

おたからや

北海道公安委員会第101280001508号
特別国際種事業者番号第011295号

函館五稜郭店
函館市本町6-16
キングスランド五稜郭1F
おたからや 函館 [検索](#)

0120-154-068

営業時間 / 10:00~19:00 (日曜日は17:00迄)

不定休 **お車でもOK!契約P有り**

北洋銀行
田家町
●セブンイレブン
シエスタ 五稜郭
ハコダテ 公園前
電停
丸井今井
湯川町
函館
●中央病院
千代台町!

「みどり」からはじまる
うるおいのある生活。



材料のみの
販売となります。
施工については
別途ご相談下さい。

営業
品目

・ウッドデッキ材料販売
・国産枕木・新品枕木製造・販売
・公共工事(木柵、木橋、看板、ベンチ)等の製造・販売
※青森ヒバ、国産杉材・桧材、高耐久性防腐処理

青森木材防腐(株)

函館事務所 函館市港町1丁目17-8
TEL0138-42-2322

本社工場 / 青森県上北郡七戸町字原久保95-37 TEL0176-62-6464
<http://www.aobou.com/>



特集

美味と美酒に出会う 住宅街の料理店

19

自分らしく働く	9
食を紡ぐ人	11
心揺さぶる情景を	13
NEWOPEN	14
TOPICS	16
LUNCH GUIDE	28
社長の昼ごはん	29
和食・洋食・中華…とっておきのランチ /PR	30
美食倶楽部 /PR	33
夏のカラダに活力を 絶品スタミナ料理 /PR	39
老舗めぐり	41
スイーツ工房	43
PRODUCT HISTORY	48
企業探訪	50
SALON FILE	60
話題のジムで 体を鍛える、磨く、引き締める。/PR	63

MEDICAL

HEALTH TOPICS	67
Doctor Column 1 札幌への転院搬送	68
Doctor Column 2 子どもの消化管内視鏡検査	69
Doctor Column 3 大腸がんのはなし	70
Doctor Column 4 喘息の予防と治療	71
Doctor Column 5 エアフローとGBTについて	72
乳がんとともに生きる 結果は悪性「私は死ぬの?」	73
PRESENT	79
HOROSCOPE	81
NEXT ISSUE	82

[今月の表紙]



照明で闇夜の中に浮かび上がる「ダイニング酒場バンビー」は木目を基調にしたあたたかみのある雰囲気のお店。週末ともなるとアルコールを片手に本格中華を楽しむ来店客たちの笑い声が絶えない。

※新型コロナウイルス感染拡大の影響により、店舗や施設などの営業時間、定休日などが変更になる場合がございます



J-POWER グループは、
道内の水力／風力発電所や北海道と
本州を結ぶ送電線によって、北海道の
電力安定供給に貢献しています。

提供番組 HBC
「ここに美味あり」



津軽海峡フェリーで行く 青森方面の旅!

夏の心地よい風を感じる今日この頃、日常の喧騒から離れて、素敵な場所に出かけたくありませんか?

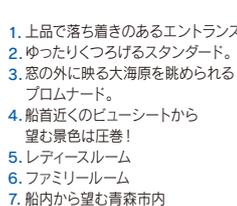
そんな気分の際は、ちょっと贅沢に船の旅はいかがでしょう。とびきりゴージャスな海外旅行ではなくとも、思い出に残るひと時を楽しませてくれる、津軽海峡フェリーで行く青森方面の旅。スイートやコンフォートなど船内客室の豪華さや船首付近のビューシートから眺める風景に癒やされながら、津軽海峡フェリーで行く函館～青森の旅へ――。



くつろぎのひと時を楽しむことができ開放感にあふれる客室「コンフォート」(4名定員×7室)。家族、友達同士でプライベートなひと時が楽しめます。



豪華な船内の各部屋のなかでも、特に圧巻のゴージャス感が漂うのが、津軽海峡フェリー自慢の「スイート」(2名定員×7室)。特別な旅ならぜひ、この部屋を!



1. 上品で落ち着いたエンタランス。
2. ゆったりくつろげるスタンダード。
3. 窓の外に映る大海原を眺められるプロムナード。
4. 船首近くのビューシートから望む景色は圧巻!
5. レディースルーム
6. ファミリールーム
7. 船内から望む青森市内

2023年
10月
室蘭～青森
新規就航!

函館ターミナル 各施設概要



ウッドデッキ



食堂



売店

便利でお得! ご旅行のニーズに応じて選べる「海割」プラン



マイカー旅の皆さまを応援! 定額プラン

5日前までのWEB予約限定

普通車1台分の料金で
最大8名までOK
スタンダードご利用で

函館～青森 (片道) **17,800円** 函館～大間 (片道) **14,800円**



徒歩乗船でお得なWEB予約限定割引プラン

5日前までのWEB予約限定 一部販売除外日がございます。

函館～青森 (片道) 大人 **2,380円** 小学生以下 **1,190円**

マイカー利用かつ、同乗者3名までなら

函館～青森、函館～大間の両航路同一価格。

普通車+運転手のみ **13,000円** 軽自動車+運転手のみ **11,000円**
定額運賃

同乗者1名大人1,500円、小学生以下750円追加
10月31日乗船分までの販売です。7月15日～8月20日は販売除外日となります。
販売期間は変更になる場合がございます。最新情報はWEBでご確認ください。

※各商品販売数は各便先着、数量限定となります。

縄文遺跡群をARで学ぼう!

「北海道・北東北の縄文遺跡群」をスマホで楽しく学べる音声ARコンテンツ「カックーと津軽海峡フェリーで巡る北海道・北東北の縄文遺跡群」を提供しております。



海でつながる道がある。



ご予約・お問い合わせ 電話予約受付時間/9:00～18:00

函館市港町3-19-2
津軽海峡フェリー函館支店 TEL.0138-43-4545

https://www.tsugarukaikyo.co.jp 津軽海峡フェリー 検索





小さな頃から夢だった
トリマー目指して
仕事を通じ技術を磨く

函館市湯川町1-28-4
☎ 090-8271-1515
9:00~18:00
※完全予約制
不定休 P有り
キャッシュレス決済利用可



自然光が照らす清潔感あふれる店内で、犬のストレス軽減を第一にしたケアを心掛けるペットサロンと、店内にミニドッグランを設置して子犬たちを伸び伸びと遊ばせながら展示し、犬種を問わず販売するペットショップを併設する「PET SHOP&SALON PU-PU-PU-」。今年3月からトリマー見習いとして働く田中穂乃華さんは、「小さな頃から憧れていた仕事に就きたい」と一念発起し、これまで10年ほど勤めていた医療事務員から転身し、トリマーになるための一歩を踏み出した。

トリマー資格取得に向けて通信教育で専門知識を身に付け、サロンでは先輩トリマーの仕事を見ながら実技を学ぶ。現在担当しているシャンプーでは、「何かあっても言葉で訴えることができないから」と預かった犬の性格を把握し、様子を常に確認しながら、優しい手つきで施術。カットも少しずつだが任されているという。先輩の菅谷奈央さんは「仕事が早く気配りも上手なので一緒に働いていて安心できる」と信頼を寄せる。田中さんの夢はいつか自分の店を持つこと。「何年先になるか分かりませんが、今はできることを精いっぱい頑張りたい」と、夢実現に向けて堅実に歩みを進めている。

自分らしく働く

PET SHOP & SALON
PU-PU-PU-
トリマー
田中 穂乃華さん



TAGHeuer × SEIKO fair

《フェア期間》

8/17(木)~9/14(木)

フェア特典 60回払いまで
金利・手数料無料!!



セイコーアストロン
SBXC109
¥286,000 (税込)

60回お支払い例

月々 ¥4,700 | 初回 ¥8,700 |



タグ・ホイヤー
カレラクロノグラフ
CBS2210.FC6534
¥808,500 (税込)

60回お支払い例

月々 ¥13,000 | 初回 ¥41,500 |



タグ・ホイヤー
アクアレーサー
WBP2111.BA0627
¥357,500 (税込)

60回お支払い例

月々 ¥5,900
| 初回 ¥9,400 |



タグ・ホイヤー
カレラ
WBN2112.BA0639
¥390,500 (税込)

60回お支払い例

月々 ¥6,500
| 初回 ¥7,000 |



タグ・ホイヤー
フォーミュラ1
WAZ1010.BA0842
¥214,500 (税込)

60回お支払い例

月々 ¥3,500
| 初回 ¥8,000 |



セイコーアストロン
SBXD014
¥242,000 (税込)

60回お支払い例

月々 ¥4,000
| 初回 ¥6,000 |



セイコープロスペックス
SBEJ011
¥209,000 (税込)

60回お支払い例

月々 ¥3,400
| 初回 ¥8,400 |



セイコープレサージュ
SARX083
¥121,000 (税込)

40回お支払い例

月々 ¥3,000
| 初回 ¥4,000 |

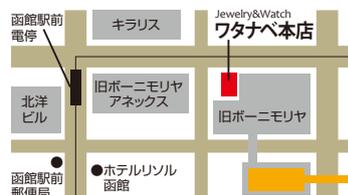
道南最大級の品揃え—— 1921年創業の時計宝飾専門店



Jewelry&Watch

ワタナベ 本店

函館市若松町17-9(旧ホーニ隣り) TEL.0138-23-4111【営業時間】9:45~18:45【定休日】火曜日



食を紡ぐ人

プレミアホテル

CABIN PRESIDENT 函館

調理部 和食副料理長 佐藤 大希さん



旬の道南食材で心躍る料理を
人に喜ばれる嬉しさを原点に

「プレミアホテル-CABIN PRESIDENT-函館」は、今年6月のリブランドを機に、レストラン「ハーバーダイニング」の料理を、道産食材に特化した内容にブラッシュアップ。北海道北竜町産そば粉の自家製十割そばを目の前で茹でるライブキッチンや道南の山海の幸で趣向を凝らす朝食ブッフェは、宿泊者以外からも人気を集めている。

地場の白トウモロコシと八雲町・服部醸造の白みそを合わせたソースが香ばしいアイナメの焼き物、カリッと揚げる噴火湾産穴子の天ぷらなど、旬の味覚を集めた「葉月御膳」（1日10食）は、平日限定の選べる「MANZOKUランチ」（1,650円）の一つで、8月末まで提供。レストランはもとより、宴会コースも手掛ける佐藤大希さんは、道内各地のホテルで和食一筋に腕を磨き、「食材あつての料理」と市場や鮮魚店のプロとの対話を通して、地域ならではの食材と真摯に向き合ってきた。今でも料理人としての原点は、幼い頃に料理上手な祖母を手伝い喜ばれた経験と言い、同じ厨房で働く洋食や中華の料理人からも刺激を受けながら、地元客、観光客、それぞれが楽しめる料理を作ろうと一心に仕事に打ち込んでいる。



函館市若松町14-10 2F ハーバーダイニング
☎ 0138-27-8220
6:30~10:00、11:30~14:30(14:00L.O)
無休 禁煙
P有り(地下駐車場・函館市若松町駐車場2時間無料)
キャッシュレス決済利用可



DELICA

MINI

Debut!

函館中央店では
**試乗車
展示車**
をご用意して
おります!



デリカミニ
T Premium <4WD> **2,238,500円**

ハイブリット0.659L インタークーラー付ターボチャージャー DOHC 12バルブ・CVT・4WD [4人乗り]

Photo:T Premium (4WD) ●ボディカラー：アッシュグリーンメタリック/ブラックマイカ (有料
色：82,500円高) ●アダプティブLEDヘッドライト [ALH] (光軸自動調整機構付) (77,000円) はメー
カーオプション ●オリジナル9型ナビゲーション (その他構成品含む) (259,050円・工賃込)、サイド
デカール (33,440円・工賃込) はディーラーオプション。なお、取付工賃レート (8,800円/時間) は
地域・製品・装着時により異なる場合がありますのでご了承ください。●有料色代・オプション代は車
両本体価格には含まれておりません。

ACCESSORY アクセサリー (ディーラーオプション)

Active Tone Style アクティブトーンスタイル



1 フロントグリルガーニッシュ (クロスブラック) 2 ダイナミックシールド (クロスブラック) 3 フロントバンパーエンブレム (ホワイト)



4 サイドデカール 5 テールゲートガーニッシュ (クロスブラック) 6 テールゲートエンブレム (ホワイト)



7 オマーージュデカール (ステンシルスタイル) 8 マッドフラップ (ブラック)



Wild Adventure Style ワイルドアドベンチャースタイル



1 フロントグリルガーニッシュ (シルバー) 2 ダイナミックシールド (シルバー) 3 フロントバンパーエンブレム (ブラック)



4 サイドデカール 5 テールゲートガーニッシュ (シルバー) 6 テールゲートエンブレム (ブラック)



7 オマーージュデカール (デリカナスタイル) 8 マッドフラップ (レッド)



アッシュグリーンメタリック/ブラックマイカ (有料色：82,500円高) ナチュラルアイボリーメタリック/ブラックマイカ (有料色：82,500円高) ホワイトパール/ブラックマイカ (有料色：82,500円高)



アッシュグリーンメタリック (有料色：33,000円高) ナチュラルアイボリーメタリック (有料色：33,000円高) ホワイトパール (有料色：33,000円高)



アッシュグリーンメタリック (有料色：33,000円高) ナチュラルアイボリーメタリック (有料色：33,000円高) ホワイトパール (有料色：33,000円高)



ブラックマイカ (有料色：82,500円高) レッドメタリック/ブラックマイカ (有料色：60,500円高) ライトニングブルーマイカ/ブラックマイカ (有料色：60,500円高)



新型デリカミニ専用
QRコード



函館中央三菱自動車販売株式会社

本社 / 函館市石川町15-1 ☎(0138)46-3111

<https://hakochu-mitsubishi.jp/>

<p>函館中央店 函館市石川町15-1 (0138)46-3111(代)</p> <p>トヨタ サウス 産業道路 至北斗市 セブンイレブン</p> <p>クローカー 関ヶ原 至函館</p>	<p>八雲店 二海部八雲町東町106-1 (0137)62-3111(代)</p> <p>ENEOSスタンド</p> <p>マックス・バリュ</p> <p>八雲総合病院 バイパス5号線 至札幌</p>
---	---

スピードは控えめに。エコドライブで環境にやさしく。後席もシートベルト。チャイルドシートも忘れずに。🔌充電マナーもチャージしましょう。



函館港まつり
花火大会

観客を魅了したグランドフィナーレ



撮影日:2023年8月1日

カメラ:Nikon Z6

レンズ:sigma 24-70mm
F2.8DG DN/Art

カメラ設定:F16 SS15秒 ISO200

文・撮影 / 佐藤由紀彦

函館港まつり、道新花火大会が緑の島で開催された。風向きを考え、西ふ頭から撮影した。海上自衛隊の掃海艇とバイエリアのホテル、摩周丸を画角に入れた。満月をアクセントにしたかったが、画角を覆い尽くす圧巻の花火にかき消された。手前の艦艇が暗かったのでISO感度を400まで上げ、フィナーレの花火をできるだけ入れるため、F16まで絞り込んだ。

“心揺さぶる情景を”は函館新聞デジタルにて連載中



麺や 天嶺

あまね

2023 6.19 OPEN



女性客も入りやすい五稜郭公園近くのラーメン店

数種の素材をじっくり煮込んだ清湯スープをベースに、特製香味油を使用したあっさり系の「塩ラーメン」や優しい味の「野菜タンメン」、こってり系「厚焼きチャーシュー麺」などバラエティー豊か。ボリューム満点の「スタミナとろ辛味噌ラーメン」(1,120円)は、ニラやモヤシ、ニンニクの芽、豚肉を炒めニンニクを利かせた濃厚でとろみのある一杯で、夏バテ防止にもおすすめ。

函館市柳町4-6 2F ☎0138-76-9117
11:30~15:00, 17:00~21:00(各30分前L.O)
木曜定休 禁煙 P有り



寄り酔い処 謙

よりよいどころ けん

2023 5.9 OPEN



深夜まで本格炭焼き料理を提供し街を元気に

函館市内の飲食店で修業した水嶋謙悟代表が腕を振るう居酒屋。じっくりと炭火で焼き上げる肉料理をメインに、刺身、日替わりや旬替わりメニューを用意している。一番人気は「ラムステーキ」(1,500円)で、ワサビを付けて食べるとラム肉本来の持ち味がより際立つ。特製ニンニクしょう油で旨味を引き立てる「大沼牛ステーキ」(1,800円)もおすすめ。アルコール類も幅広く揃える。

函館市梁川町18-18 ☎0138-83-5955
18:00~翌3:00 日・第3月曜定休 禁煙
キャッシュレス決済利用可



函館名物めだ福

2023 6.16 OPEN



「函館めだか」にちなんだ“ハイカラ焼き”

函館市西桔梗町のメダカ販売店「ハッピービレッジいやしめだか」のご当地メダカ「函館めだか」をPRする食品製造部門。「函館名物めだ福焼き」は、青森県の嘉瀬村(現五所川原市)出身・太田代表の祖母直伝のおやつ“ハイカラ焼き”がベース。もっちりとした弾力のある小麦粉の生地ですぐ具材のあんを包んで焼く。ポテサラ風、ぶたジンギスカン、ごまあんもち入りの3種類で各1個150円。

函館市湯川町3-3-26 畑野商店横 ☎070-5285-6500
12:30~16:30(売り切れ次第閉店) 不定休 P有り



chiseキッチン

チセ

2023 5.25 OPEN



ちょこっとつめる自然素材の手作り弁当店

添加物を極力使わず弁当や焼き菓子を販売。月~金曜は、「豚焼肉弁当」や夏野菜の「ラタトゥイユ弁当」など3種類の日替わり弁当(各600円)と、おにぎりと唐揚げのセット(350円)を用意。土・日曜は、「キーマカレー」などのスパイス料理を提供する。自然の甘みを生かした「バナナケーキ」(280円)もおすすめ。「大口注文も可能です。詳しくはSNSをチェックして」と同店。

函館市大手町18-7 1F ☎090-6518-3331
11:00~15:00(弁当販売は13:00まで)
不定休 キャッシュレス決済利用可



カフェ 茶結

ちゃむす

2023 5.1 OPEN



古道具店併設の古民家カフェにリニューアル

コーヒーを移動販売しながら喫茶店を営む「カフェ茶結」が、弥生坂沿いの築100年近い古民家に本町から移転。静かで趣きある店内には、黒電話やホーローの鍋、ソフトビニールの人形など、昭和レトロな古道具を販売する「道具屋room109」を併設した。挽きたての豆で入れる「ハンドリップコーヒー」(550円)や「牛すじカレー」(800円)など、従来のメニューは変わらず提供する。

函館市弥生町6-18 ☎0138-85-6699
11:00~18:30(18:00L.O) 月曜定休 禁煙
キャッシュレス決済利用可



cafe c-lover

カフェ クローバー

2023 5.3 OPEN



築100年を超える古民家を改装して元町から移転

カウンター4席とテーブル2卓、個室1室を備えたこじんまりとした店は日当たり良好で、落ち着いた雰囲気。中貝紀子店主は「ゆつたりとした時間を過ごしてほしい」と、濃厚な味わいの「チーズケーキ」(350円)、「スコーン」(250円)などの手作りスイーツや週替わりのランチメニューを用意している。これまで提供してきた函館市内で自家焙煎を手掛ける「珈琲文庫」のコーヒーの種類も以前より充実。

函館市宝来町3-7 ☎080-9174-5598
11:00~17:00 月・火曜定休 禁煙 P有り
キャッシュレス決済利用可



MukuMuku

ムクムク

2023 5.8 OPEN



理学療法士ならではの施術を提供する整体院

整形外科病院で経験を積んだ理学療法士の高尾夢雲代表が、キッズルームを備えた整体院を開業。カウンセリングで一人ひとりの腰、肩、膝などの痛みの原因をチェックし、筋膜リリース、ストレッチ、筋力トレーニングに加え、運動・生活指導も行い、繰り返す不調の根本ケアを目指す。9月14日まで「ハコラクを見た」で、初回限定「整体コース70分」(7,000円)が1,000円引きに。

北斗市久根別5(自宅内のため住所詳細は予約確定後に連絡)
☎070-8952-9183
10:00~18:00(第1・3土曜は17:00まで)※完全予約制
日、第2・4土曜、祝日定休(定休日の営業も応相談)
P有り キャッシュレス決済利用可



ちいさなチルカフェ ココロストーンリバー

2023 6.10 OPEN



ウッド調の落ち着いた店でゆったり過ごす

陸上自衛隊函館駐屯地内での飲食店営業やキッチンカー出店などを手掛ける会社に勤務していた石川政樹店主が、妻の美咲さんと切り盛りするカフェ。やわらかく煮込んだ豚肉や、特製スパイスに漬けた鶏肉を使うサンドイッチなどを提供する。一押しは自家製和風ソースの「ココロポークカンパニョーニュサンド&ポテト」(1,000円)。爽やかな「チョコミントラテ」(500円)もおすすめ。一部テイクアウトも可能。

函館市富岡町3-39-19 ☎0138-84-5514
11:00~15:00、17:00~21:00(各30分前L.O)
月曜定休 禁煙 P有り クレジットカード利用可



爪の悩みやトラブルに対応する
プロテケアネイル認定資格者在中



Esthetic Salon NatuLa

エステティックサロン ナトゥーラ

美容液成分を浸透させ爪を育成、トリートメント技術に特化した特許取得技術“プロテケアネイル”を導入。ネイリストの菊地奈津美さんが爪を保護・修復・育成に導く。メニューは、爪のケア+ワンカラーorグラデーションカラー（150分）で、ハンド通常9,000円を7,200円、フット同9,500円を7,600円で提供中。

函館市昭和2-1-25 ☎0138-83-5921
10:00~19:00

(日曜は18:00まで)※予約優先
不定休 P有り
クレジットカード利用可



老舗のコーヒーでホッと一息
大自然の中で癒やしの朝活を



函館大沼プリンスホテル

2023年11月30日まで「大沼朝さんば函館珈琲付宿泊プラン(朝食付き)」を展開中。雄大な緑の中、好みのブレイクポイントで老舗コーヒー店「美鈴珈琲」のオリジナルブレンドを楽しめる。料金は2人1室利用時、大人1人あたり8,431円〜。大沼国定公園の大自然に囲まれたリゾートホテルで癒やしのひとときを過ごしませんか。

七飯町西大沼温泉
問い合わせ・予約
☎0138-67-1114(代表)



9月22日から全国で開催する
国内最大級の料理イベントに参加



**LE UN NIPPONIA HOTEL
函館 港町**

ル アン ニッポニアホテル はこだて みなとまち

全国各地の約500店が各店舗で特別コースを提供するフランス料理イベント「ダイナースクラブ フランス レストランウィーク2023」が9月22日~10月15日まで開催される。同ホテルではフォーカスシェフに選出された齋藤寿樹シェフが腕を振るう特別ディナーを楽しめる。価格は8,000円。完全予約制で予約受け付けは8月29日から。

函館市豊川町11-8 ☎0120-210-289[無料通話]
(VMG総合窓口 11:00~20:00)

ディナー 17:30~22:00(20:00L.O)
不定休 禁煙
クレジットカード利用可



整備や新車・中古車の購入、オイル交換…
自動車に関することは気軽に相談を



株式会社ガレージパパ

車検・一般整備や板金など自動車整備工場の運営、新車・中古車の販売を手掛ける「ガレージパパ」は、加藤慶吾社長が、2010年に「ガレージパパ加藤商会」として個人で創業し22年に法人化。19年に自動車分解整備事業、22年に自動車特定整備事業の認証を道運輸局から受けた。22年に函館スズキ販売の副代理店の資格を取得し、今年はダイハツ工業との取引を開始、指定工場の取得も目指している。「お客様に喜んでもらいたい」を第一に、細やかな仕事を心掛けています。お見積り、相談も気軽にお問い合わせください」と加藤社長。ザーレンオイル正規取扱店。

函館市昭和4-29-14
☎0138-86-5886・090-8896-8684
9:00~18:00 日曜・祝日定休 P有り



9月に実施する無料体験の予約受け付け中
「笑顔で楽しく学べます。まずは体験を」



公文七重浜8丁目 書写教室

子供の習い事から仕事や日常生活の活用など、幼児から大人まで「ペン習字」「かきかた」「毛筆」が学べる公文七重浜8丁目書写教室では、9月の15・16・22・23・29・30日の6日間の中で、最大3回まで受けられる無料体験を実施。9月の体験から「筆ペン」も開始する。学習内容は運筆練習、ひらがな、漢字、文と段階を踏み、「線・文字・文」と順に整えてゆき、さらに上手に書くコツやルールを学ぶことで、着実に上達を実感。自分のペースに合わせて、無理なく続けられる。月会費は中学生以上4,400円、小学生以下3,300円(教材費含む)で、別途入会金3,500円。

北斗市七重浜8-18-16 まちかどサロンJUN内
☎0138-49-4491
開講日時/金曜13:00~17:00、土曜10:00~15:00
※無料体験は予約制 P有り



完全プライベート空間で 楽しむ 癒やしのサウナとBBQ

プライベートサウナステイ Shinori シノリ

7月1日にオープンした「プライベートサウナステイ Shinori」は函館市深堀町の「函館海鮮居酒屋 笑まる」が運営する自然に囲まれた癒やしのサウナスポット。道南では珍しい本格的な薪ストーブを使用したフィンランド式サウナで、同時に8人まで利用可能。サウナストーンに水をかけて発生する水蒸気により、発汗を促すセルフローリュはもちろん、自然の中で楽しめる水風呂や外気浴で心地良い“整う”体験ができる。2時間プランは8人までの利用で10,000円(土日祝は+2,000円・時間相談可)、ほか、食材のみの持ち込みでバーベキューも楽しめる「半日プラン」「1日プラン」も人気。いずれのプランもスタッフが常駐しているので、初心者でも気軽に利用できるのが嬉しい。



函館市志海苔町にオープン!

プライベートサウナステイ Shinori

詳しくは
コチラ
から



@SAUNA_SHINORI

2時間プラン 8名まで

料金: **10,000円**(土日祝は+2,000円)
※BBQはご利用いただけません

半日プラン(5時間) 12名程度まで (サウナは同時に8名まで)

料金: **25,000円**(土日祝は+5,000円)
BBQをご利用いただけます!(炭付き)
食材は持ち込みのほか姉妹店「函館海鮮居酒屋 笑まる」から
BBQセットのデリバリーも可能!ご予約時にご相談ください

※サウナ内で着用する衣類(水着等)・タオル類・サンダル等はご持参ください。
※ご利用の時間帯等のご相談ください。



プライベートサウナステイ
Shinori

函館市志海苔町404-3
TEL080-3533-4376
営業時間/10:00~21:00
※完全予約制(ご利用の2時間前まで)
無休 P有り



函館海鮮居酒屋

笑まる

宴会コース

2時間飲み放題付き

5,000円~

非接触型「笑まる別邸」では最大14名様収容可能!
本店2Fは貸し切りで30名様までOK!

函館市深堀町30-29

TEL0138-83-7515

営業時間/16:30~23:00
日曜定休 喫煙専用室有り P有り

MAP



牛若

焼肉物語

「牛タン日本」を
目指す焼肉店

本店・はなれ・ユニゾ函館駅前店 共通

秋の大感謝祭

開催

9/16(土)~30(土)まで

日頃の感謝を

高級牛で還元!

テイクアウトOK

売切れ次第終了の早い者勝ち!



松阪牛A5サーロイン焼きすき

松阪牛A5サーロインステーキ	通常6,800円→半額3,400円
松阪牛A5サーロイン焼きすき	通常3,200円→半額1,600円
白老牛A5極上カルビ	通常3,400円→半額1,700円
神戸牛A5極上カルビ	通常3,800円→半額1,900円
白老牛A5極上カルビ&神戸牛A5極上カルビの食べ比べセット	通常3,200円→半額1,600円

*数量限定

イベント 1

イベント 2

当店のYouTubeチャンネルで
紹介したメニューで還元!



- ・カインミの片隅でディップ~チーズフォンデュ~ 1,790円
- ・塩漬け牛タン 1,590円
- ・味噌漬け牛タン 1,590円
- ・北斗百裂麺 1,290円

*店内飲食のみ



北斗百裂麺



@ushiwakach

イベント 3

お好きなお肉が選べる 合盛ランチ!

- ・上牛タン
- ・赤身ステーキ
- ・厳選カルビ
- ・カインミ わさび漬け
- ・漬け込みサガリ

*ランチタイム限定

上記から2種類選べます

*サラダ・野菜・ライス・スープ・漬物付

ワンドリンク付

1,990円

新商品

コスバ最強! ランチ新メニュー登場!

- サムギョブサルランチ 1,500円
- お子様焼肉セット 500円



サムギョブサルランチ

曜日別 合盛り ランチ

豚カルビ&牛カルビ	1,500円
豚カルビ&牛赤身ステーキ	1,500円
豚カルビ&牛サガリ	1,500円
豚カルビ&牛カインミわさび漬け	1,500円

大型宴会可能!

最大60名様取容 個室完備 幹事用マイク完備



ランチ営業も
大好評!

焼肉物語 牛若 本店

店内全面禁煙

函館市本町10-9 藤ビル1F



TEL0138-56-5454

ランチ11:30~14:00 ディナー17:00~23:30(日曜22:00迄)
※各30分前L.O 不定休



タバコが吸える牛若

大人が憩える深夜営業 個室完備



深夜営業も
大好評!

焼肉物語 牛若 はなれ

未成年者入店不可

函館市本町9-28 寿ビル1F



TEL0138-76-7423

17:00~翌3:00(日曜24:00迄) ※各30分前L.O 不定休



駐車場5台完備!

ジンギスカンメニューも豊富



ランチ営業も
大好評!

焼肉物語 牛若 ユニゾ 函館駅前店

店内全面禁煙

函館市若松町18-19
ユニゾインエクスプレス函館駅前1階



TEL0138-76-2335

ランチ11:00~14:00 ディナー16:00~22:00(日曜21:00迄)
※各30分前L.O 不定休



駐車場 店舗並びにある本町第2・3「ザ・パーク駐車場」ランチ60分、
ディナー120分無料!

駐車場 最寄りの駐車場をご利用の方は600円(120分)まで
キャッシュバックいたします。

駐車場 無料駐車場5台完備。満車の際は最寄りの駐車場をご利用の方はランチ
60分(300円)、ディナー120分(600円)までキャッシュバックいたします。

特集

美味と美酒に出会う

住宅街の料理店



街の喧騒から離れた静かな一軒
そこに集う人たちの目当ては
美食の数々と落ち着きの空間：
扉の先には大人が心地よく酔える
至福の時間が待っている



「アユの塩焼」(990円)は、金串を打ってから、焦げて焼け落ちないようにヒレや尾に化粧塩を施し、じっくり焼き上げる。「柚子香まんじゅう」(660円)は、ホッと肩の力が抜けるような上品で優しい味付け。塩コショウで下味を付けカラッと揚げた「ふく唐揚」(1,980円)は好みでレモンを搾って。「晩酌セット」(1,650円)の小鉢や刺身は、季節によって内容を変更する。



旬の魚介料理と酒で粹に酔う
割烹料理の技術を生かした上品な味付け

函館市赤川

小料理 柚子香
ゆずか

「小料理 柚子香」は四季折々の新鮮な魚介を、刺身、焼き物、煮付けなどで提供するほか、ダンからこだわった一品料理や肴を用意している。店を切り盛りする山崎順一大将は、板前歴約50年。東京の銀座や渋谷の割烹料理店で修業した後、J・R渋谷駅近くで13年間割烹とフグの専門店を、台湾の台北で23年間日本料理店を経営してきたが、妻の病氣療養のため2年前に函館へ帰郷した。妻を看取った後、その一流の腕が埋もれてしまうことを惜しんだ姉と妹の助力を得て、昨年6月に新店を開業。確かな技術と経験に裏打ちされた美食が客を呼び、ファンを生み出している。

看板料理は店名を冠した爽やかにユズが香る「柚子香まんじゅう」。エビを裏ごししたジャガイモで包み衣を付けて揚げた自家製まんじゅうに、一番ダシを掛けた盛り付けも美しい一品。地物のフグを自らさばいた、自身の程よい弾力も楽しい「ふぐ唐揚」、絶妙な塩加減と火加減で旨味を凝縮させた「アユの塩焼」と熟練の技が冴える料理は、甘口、辛口問わずどの酒をも引き立てる。小鉢3品に刺身、飲み物1杯が付く「晩酌セット」も人気が高い。



カウンター6席と小上がり3卓を備え、宴会にも対応。優しい人柄がうかがえる穏やかな口調で話す山崎大将にほれ込む人も多く、開業当時から通う常連客の1人は「大将は経験豊富で博識なので話題も尽きず、料理を味わいながら話をするのを楽しみにしている」と言う。



函館市赤川1-16-18
☎0138-76-1296
17:00~22:00(21:30L.O)
水・第3火曜定休
禁煙 P有り



趣向を凝らす創作料理と
 こだわりの一杯に酔いしれ
 笑顔あふれるひと時を



住宅街にひっそりとたたずむ店舗は、高級感ある外観ながら、中はテーブル2つとカウンター2席がメインのアットホームな雰囲気。昼は夜の締めめに人気の「一口スパイスカレー」(380円)から生まれた、ランチ限定カレーを提供している。



「自家製ラー油と花山椒香る麻辣(マーラー)手羽」(880円)は、ピリ辛で子供にも人気。野菜の甘みと香ばしい白エビの相性が抜群の「白エビと旬野菜のかき揚げ」(980円)は、夏の気まぐれメニュー。この日入った天然ヒラメは、刺身(880円)のほか、「ゆずこしょう和え」「ごまみそ和え」(各980円)も。

函館市石川町

酒と肴とよしま

開店3周年を迎えた「酒と肴とよしま」は、和食がベースの創作料理が味わえる隠れ家的一軒。靴を脱いで店内に入ると、札幌市や大阪府で経験を積んだ豊島隆平店主が厨房で腕を振るい、妻のあゆみさんが明るく出迎え、6人掛けのテーブルを中心に、カウンターや個室から談笑する声が聞こえてくる。

食欲そそるガリックの香りに誘われ、甘いタレがたっぷりと染みた手羽にかぶりつく酒がぐいぐい進む「自家製ラー油と花山椒香る麻辣手羽」は、開店当初から愛されるとよしまの定番。地元採れたて野菜で作るかき揚げといった季節の気まぐれメニューをはじめ、手書きの品書きは日々内

容が変わり、刺身は常に新たな味を楽しめるようその日仕入れた魚介に合わせて、ゆずこしょう和え、なめろう、ユッケと、さまざまなおべ方を用意している。日本の銘柄で揃えるウイスキーや季節で変わる日本酒など、多彩な酒を料理に合わせてゆつくりと堪能したい。



函館市石川町528-10
 ☎0138-83-7837
 11:30~14:00
 17:30~23:00(各30分前L.O)
 月、第1・3日曜日休 禁煙 P有り
 キャッシュレス決済利用可
 インスタグラム
 「saketo_sakana_toyoshima」



店の奥にある掘りごたつ席は、個室としても利用できる。二人三脚で店を切り盛りする豊島夫妻は、「お客様に育てられてここまで続けられた。四季折々の料理やお酒を楽しみながら、和気あいあいと過ごしていたら」と話す。





「恵山ほっけの開き」(写真は820円)は、釣れた魚の大きさにより価格が変動。やわらかく香り良いエビと地元のトウモロコシをサクッと揚げる「すじえびととうきびのかき揚げ」は900円。「メサバ」(850円)や「平日昆布ヅ」(830円)などの刺身は、6種盛り合わせ(1人前780円)も用意。炭火でじっくりと仕上げる焼き魚は常連客にファンが多い。

函館市富岡町

旬菜旬魚たじま

大将自ら山海で集める四季の食材を手間暇かけて日本酒が進む逸品に

居酒屋料理や本格的な和食が味わえる「旬菜旬魚たじま」は、昨年12月、広々としたカウンターや個室のある店舗に移転。畳敷きの小上がりにはテーブルと椅子を設置し、子供から年配客までくつろぎやすい空間が好評を集める。

店の名物は田嶋勇大将が自ら取った山海の幸を使う道南ならではの美食。船上で血抜きと神経締めを済ませ一夜干しするホッケは、炭火焼きにすることでよりふんわりと仕上げ、噴火湾の脂乗りの良い秋サバを酢と塩で軽く締める「メサバ」は、

旬の味をマイナス60度で保存し通年提供している。毎週のように通う常連客は、この店で日本酒の面白さに気付いたと語り、「山菜、キノコ、酒と大将は色んな知識がすごいし、何といっても釣ってくる魚がおいしい。ここの刺身を食べるとほかで買えなくなっちゃって」と笑う。8月は、上ノ国町や厚沢部町で釣る活アユと入れ替わりに、ポルチーニ茸などの夏キノコが採れる時期で、天ぷらや炊き込みご飯が登場予定。ほかとは一味違う鮮度抜群の四季の味覚を存分に味わいたい。

6年営業した函館市美原から、車で5分弱の場所に新築した店舗は、天井が高く品のある雰囲気。小上がり席は、ふすまで空間を区切り、人数に合わせた半個室も作れる。大将との会話を楽しみに店のにぎわいが落ち着く21時過ぎに訪れるという常連客は、天板が広く、ゆったりと料理を並べられるカウンターが特等席。



函館市富岡町3-36-1
☎0138-83-7448
17:00~23:30(23:00L.O)
日曜定休 禁煙 P有り(9台)
クレジットカード利用可



函館市亀田港町

居酒屋さくら井

昨年12月に開店した「さくら井」は、桜井崇史オーナーが来店客と交流しながら、あたたかくもてなす隠れ家的居酒屋。大きなL字カウンターと小上がり席を備え、ひとり飲みにも宴会にも利用できる使い勝手の良さも好評で、客足は引きも切らない。長年飲食店に勤務していた経験を生かし、桜井オーナーが腕を振るう

旬の食材にひと手間加えた絶品料理に 日本酒を合わせ心行くまで堪能



カウンターは10席、小上がりはテーブル4卓を用意。桜井オーナーの朗らかな人柄も相まって居心地がよく、週末ともなればほぼ満席になるほどにぎわっている。



料理は旬の刺身の盛り合わせと、毎日串打ちする焼き鳥の二本柱。「今後の社会を担っていく学生さんたちを応援したい」と、手頃な価格で若者の胃袋を満腹にするポリウムある井から、舌の肥えた大人を満足させる焼き物、揚げ物といった一皿まで、厳選素材に工夫を凝らしたメニューを揃える。炭火でじっくりと



カウンターにある水槽で悠々と泳ぐイシダイやマツカワは姿造りにもできる。7月から登場した「牛サガリ串」(1本380円)は、自家製おろしポン酢かわさびしょう油を付けて食べるのがおすすめ。「揚げ出汁豆腐」(600円)に乗せる天ぷら3点は地元の旬野菜を使用。1合ほどの熱々ご飯を手で握り、しょう油で味付けした「岩海苔おにぎり」(大500円)の具材は鮭、梅、明太子、すじこの4種類。豊潤な磯の香りが食欲をそそる。

焼き上げる「牛サガリ串」は、口中に赤身肉の旨味がじわりと広がる自慢の一品。たっぷり国産岩ノリをまぶした「岩海苔おにぎり」は食べ応え十分で、丁寧にとったダシが素材の味を引き立てる「揚げ出汁豆腐」に、好みの日本酒を合わせて堪能するのもオツだろう。



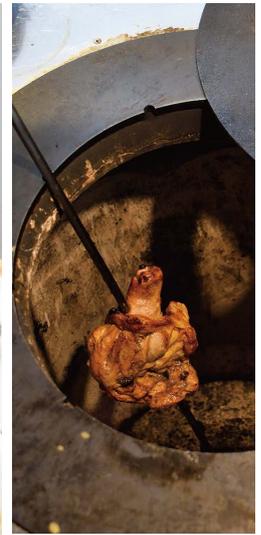
函館市亀田港町22-11
☎ 0138-84-8988
17:00~24:00 (23:00L.O.)
水曜定休 禁煙 P有り(7台)
キャッシュレス決済利用可



地場食材を使ったカレーとスパイス料理を肴に
ナチュラルワインやクラフトビールを気軽に

函館市美原

ハッチャギ CURRY BAR
カレーバー



「知内産カキのアチャール」など季節の3品が登場する「前菜盛り合わせ」(1,100円)。キタアカリやシャドークイーンを使用する「2色のポテトフライ」(650円)は、カリッとした食感を追求。8種類ほどある夜カレーは単品600円〜。「知床鶏のタンドリーチキン」(1,300円)を焼く釜・タンドールで、夜限定の自家製ナン(300円)も提供する。



カウンターとテーブル席、小上がりがある店内は、おしゃれて肩肘張らない雰囲気。ソムリエ資格を持つ盛田店主がセレクトするナチュラルワイン(グラス600円〜)やクラフトビール(330ml瓶1,000円〜)を目標に、仕事帰りに立ち寄る人も。



函館市美原3-38-3
☎0138-84-1604
11:00~14:00L.O
18:00~24:00(23:30L.O)
※日曜・祝日は11:00~20:00
(19:30L.O)
木曜定休 禁煙 P有り
キャッシュレス決済利用可



「ハッチャギ」は、昼はカレー専門店、夜は季節のスパイス料理で飲む酒場としてにぎわうカレーバー。東京のカレー店で腕を磨いた盛田涼介店主は、ホールスパイスや粗挽きスパイスの粒立つ食感や香りをアクセントに、かむ度に異なるスパイスが弾けるリズム感あるカレーを用意。地場野菜のダシで肉の旨みとスパイスを際立たせる「知床鶏のチキンカレー」は昼夜問わず定番の人気だ。フレッシュなハーブや野菜がみずみずしい「あかり農場の塩レモンポークキーマ」、自家製ベーコンが香るポテトサラダ、知内町産カキにスパイスオイルを染み込ませたアチャール、注文ごとに窯で焼きあげ、旬の手作りジャムを添えたタンドリーチキン…。夜はナチュラルワインやクラフトビール、サワーに合う創作カレーとつまみを揃え、カジュアルに楽しめる空間を築く盛田店主。無農薬栽培の新規就農農家や若手漁師など、道南の生産者と交流を深め、誰もが安心して口にできる料理を目指し、地元の良さを伝える食体験を届けている。



カウンター越しにスタッフとの会話も弾み、威勢の良い掛け声が響く活気ある店内。注文は口頭だけでなく、各席にあるタブレット端末からも受け付け、スムーズな料理提供を実現している。

2009年に赤川通り沿いで暖簾を掲げた「居酒屋かまだ」は、21年7月、同じ町内で移転。新店舗は親しみやすい雰囲気を残しつつ、明るく調理する様子が間近に見えるL字型のカウンター席と小上がりを備え、子供連れでも利用しやすい個室を2部屋新設した。

「料理はお客様を笑顔にする要素の一つ。見知らぬ人と話を弾ませたり、新たな縁ができたり、居酒屋ならではのワイワイとした雰囲気を楽しんでほしい」と、地域の人から愛される空間を築いている。

ス田楽チーズ焼」：鎌田篤則代表は、魚の扱いを学んだ鮮魚店を皮切りに、料理人歴25年。奇をてらわず和食の基本を押さえた居酒屋料理を丹精込めて振る舞う。開業のきっかけは地元を離れた仲間が帰ってこられる場所を作りたいとの思いから。

函館市赤川
居酒屋 かまだ

地域の人が酒を酌み交わし
縁を育む社交場として
帰ってきたくなる場所に



丁寧に血抜きされた「生本マグロ刺」(980円)や「ヒラメ刺」(880円)などの刺身は、鎌田代表が毎朝市場で目利き。「本マグロレア竜田」(600円)と「真ダラカマ味噌漬焼」(750円)は、素材の鮮度が生きる一品。近郊で採れた山菜を使う「ワラビ正油漬」(480円)や「ナス田楽チーズ焼」(550円)も人気。



カウンターの後ろにある小上がりは、ゆったり座れる掘りごたつ席。友人に子供が生まれたのを機に、個室も用意した。



函館市赤川1-20-1
☎0138-47-7144
17:00~23:00
(22:30L.O.)
日曜定休 禁煙
P有り(11台)
キャッシュレス決済利用可





「お食事処ぼんぼこ亭」は海鮮居酒屋「HAKOYA」の姉妹店として今年3月にオープンした。店内は昭和モダンな落ち着いた空間で、カウンター内の壁一面に飾られたウィスキーボトルとグラスは圧巻の一言。料理は新鮮なネタを使う刺身盛り、ボリューム満点の肉料理が主役の定食や丼ものを終日提供し、味はもち

ろん豪華な盛り付けが評判を呼び、行列ができる人気店の仲間入りを果たした。17時から加わる居酒屋メニューは、推し酒のハイボールがおいしく飲める一品料理が主。神垣修二代表を中心にスタッフ全員でレシピを考案し、しっかりと味付けにしているという。ハイボール1杯がセットになっ

た「ハイカラセットざんたれ(2個)」がおすすめで、カラッと揚げられた鶏の唐揚げにかぶりつけば、ジワリと肉汁が口の中に染み出す。マグロの希少部位ハラカワを使った「マグロ竜田揚げ」、ニンニクが効いた肉野菜炒め「スタミナ定食」、旬の魚介を舟盛りにした「刺身定食」と、どれもハイボールがグイグイ進むこと請け合いだ。



甘めのしょう油ダレを絡めたザンギとハイボールの「ハイカラセットざんたれ(2個)」(850円)、コリコリとした食感がクセになる「マグロ竜田揚げ」(200円)は、シユワッと爽やかな「超炭酸角ハイボール」(500円)によく合う。「刺身定食」(1,200円)や「スタミナ定食」(900円)などの定食メニューは、価格は同じだが酒の肴としておかずのみでも注文できる。

函館市富岡町

お食事処ぼんぼこ亭

広々としたカウンター席はゆったりと間隔をとり、6脚の椅子を設置している。「ゆっくりと食事やひとり飲みを楽しんでもらえれば」とスタッフの大門真優花さん。



オレンジ色の照明とこげ茶色の木の椅子やテーブルがレトロな雰囲気を醸し出す。テーブル席3卓と、家族連れにぴったりの掘りごたつの小上がりも1卓備える。

昭和モダンな空気感と一緒にゆったり楽しむハイボールにぴったりの居酒屋メニュー



函館市富岡町2-32-14 ☎0138-85-8846
11:00~22:00(21:30L.O)
※金、土曜は23:00・日曜は21:00まで(各30分前L.O)
※月曜はランチのみで14:00(13:45L.O)まで
不定休 禁煙 P有り クレジットカード利用可



ちょい飲みから締め一品まで 本格中華をつまみにサワーで乾杯

七飯町

DINING酒場 バンビー

木目を基調にしたあたたかみのある雰囲気、カウンター7席とテーブル席4卓を設置。貸し切りにも対応している。



「海老チリ」(900円)、「空芯菜炒め」(680円)、「油淋鶏」(850円)、「焼餃子」(750円)にはプチトマトを使ったトマトサワーやレモンサワー、口当たりの良い日本酒がおすすめ。小鹿代表は素材の良さを引き出せるか情報を収集し、常に研究を欠かさない。また、函館市内の鮮魚店などで仕入れる鮮魚も刺身で提供している。



2017年に開店した国道5号線沿いにあった前の店からほど近い静かな場所へと今年4月に移転した「ダイニング酒場バンビー」。函館市内ホテルの中華レストランなどで10年以上上修業してきた小鹿準矢代表が腕を振るい、一人客や仲間同士、家族連れが気兼ねなく思い思いの時間を過ごせるよう妻のうららさんやスタッフが朗らかにもてなす。明るい雰囲気魅せられた常連客はもちろん近所の人たちも気軽に足を運び、店はいつも活気に満ちている。

料理は毎朝、七飯町内の直売店に足を運び仕入れる、道南の旬の野菜をふんだんに取り入れる本格中華がメイン。トマトのフレッシュさをソースに溶け込ませた「海老チリ」をはじめ、ニンニクで炒めた新メニュー「空芯菜炒め」、カリッと揚げて薬味たっぷりの自家製ショウガソースを絡めた「油淋鶏」と、味も香りも大切に料理がずらり。モチモチとした小籠包の皮で餃子の具材を包み、旨味スープを閉じ込めた「焼餃子」といった創作料理も揃う。あれこれ目移りしそうなおもてなしメニューは、料理を囲む席をより楽しくしてくれる。



七飯町鳴川5-3-3
☎0138-76-8271
18:00~24:00
(フード23:00、
ドリンク23:30L.O)
日・第3月曜定休
(ほか不定休有り)
禁煙 P有り
キャッシュレス決済利用可





日替わりお刺身定食

(ご飯、みそ汁、小鉢付き)

1,500円～



仕入れた当日に自社工場で解体、選別したマグロのほか、近海産や旬の刺身を味わえる豪華な定食メニュー。その日の仕入れで刺身の内容や数、価格が変動になる。「ハコラクを見た」と伝えると9月30日まで20%引きで提供。数量限定のため予約がおすすめ。

クロマグロ専門工房 鮪斗yu-to

函館市昭和2-1-20 ☎0138-42-6650

10:00～14:00 ※金～日曜のみ17:00～20:00も営業
(金～日曜は前日までの要予約で6:00～8:30も営業可)
水曜定休 禁煙 P有り キャッシュレス決済利用可



冷やし中華

990円



「旭の冷やし中華を食べたい」という声に応じて誕生した夏限定の涼麺が今年もスタート。食材には定番の冷やし中華とは一味違う、豚冷しゃぶをたっぷり使用。しょう油ベースのさっぱりとしたスープとコシのある縮れ麺がよく絡み、ボリューム満点で夏バテ予防にもおすすめ。

らーめん 旭

函館市昭和2-29-2 ☎0138-45-3505

11:00～15:00L.O. 17:30～21:30L.O (月曜は15:00まで)
不定休 禁煙 P有り キャッシュレス決済利用可



塩ラーメン+小ライスセット

1,100円



好きなラーメンと注文できる「小ライスセット」(350円)は、小ライス、特製ギョウザ3個、キムチのお得な3点セット。「塩ラーメン」(750円)は豚骨、鶏ガラをベースに野菜と昆布の旨味が凝縮したあっさりスープが、シコシコ、つるつる食感の熟成麺とよく合う。

ラーメン専科 麺次郎 本店

函館市田家町5-19 ☎0138-40-1663

11:00～20:30(20:00L.O)
水曜定休 禁煙 P有り キャッシュレス決済利用可



Pino日替わりセット

1,400円



日替わりのスパゲッティに、パン、サラダ、ドリンクが付くお得なセット。ほかにも、季節感あふれる単品スパゲッティを豊富に用意し、素材を生かした味わいが人気を集めている。ログハウス造りのぬくもりある空間で、ゆっくりと夏のひとときを楽しみませんか。

RESTAURANT Pino

レストランピノ

七飯町峠下11-9 ☎0138-64-8410

11:30～15:00, 17:00～20:30(各1時間前L.O)
金曜定休 禁煙 P有り



社長の
「**恵**」ごはん

株式会社カラーディア

代表取締役 **吉田 麻子**さんおすすめ

Ristorante BuonNataleの
リストランテ ボンナターレ

「名物ペスカトーレランチ」

Profile/ 函館市出身。札幌市の「リクルート北海道支社」で10年勤務後、2007年、カラーコーディネーターとしてスクール講師や講演を行う「カラーディア」を設立。13年に拠点を函館市に移し、色彩検定のオンライン講座を中心に、動画再生総数60万回を超えるYouTubeチャンネル「irodori大学」などを運営。“適彩適所”をテーマに誰もが楽しく個性を生かせる支援に取り組み、『人生を変えるドラッカー』など4つの著書も発表している。



大切な人を連れて行きたい 週末を彩るご褒美ランチ

道南食材をふんだんに使う“函館スローフード”がコンセプトの「Ristorante BuonNatale」は、ウエディングチャペル併設のレストラン。作家や講師として全国に生徒を持つ吉田社長は、「にぎやかな観光エリアにあって、一步店に入ると静かで上品な空間がある。赤レンガを眺めながら味わえる料理も本当においしくて」と、道外の人を案内したくなる場所という。「名物ペスカトーレランチ」(2,500円)は、季節の果物をあしらうサラダを前菜に、渡島産のワタリガニを丸ごと一杯使う魚介たっぷりのパスタとドルチェが楽しめ、コースのような華やかさが魅力。「ワインもおいしいので、素敵な時間をゆっくり過ごせる」と、自分へのご褒美を満喫している。



Ristorante BuonNatale

函館市豊川町11-5 BAYはこだて2号館内

☎0120-926-929[無料通話]

11:30~15:00(14:30L.O)、17:00~22:00(21:00L.O)

金・土・日曜、祝日営業 ※結婚式がある場合は休み 禁煙

金森倉庫タイムズ駐車場2時間無料 クレジットカード利用可



和食・洋食・中華…
とっておきのランチ

人気料理やハコラク限定メニュー
ボリューム満点のセットまで
お腹も心も満たす
ランチメニューを召し上がれ

大人気メニューが並ぶ
お得な欲張りセット



フュージョン
ベストランチ
1,950円

洋食・中華で大人気の「ステーキピラフ」「エビチリ」「五目あんかけ焼きそば」「杏仁豆腐」のセット。ソフトドリンク付きで内容充実。

レストラン Azalea
アゼリア

函館市大手町5-10 函館国際ホテル東館1F
☎0138-23-8755(直通)
ランチ11:30~14:30(14:00L.O) 無休 禁煙
P有り(レストラン利用で2時間無料) キャッシュレス決済利用可

←金森倉庫群 ともえ大橋
はこだて国際ホテル東館1F★
●セブンイレブン



8月29日までしか味わえない！
ハコラク限定のお得なランチ



“とろふわ” オムライス セット

(サラダ・デザート・
ドリンク付)

1,500円

ふわふわの卵に包まれた絶品オムライスセットは期間限定、ハコラク読者だけに用意されたお得なランチ。また、ディナーにもおすすめの店なのでこの機会にぜひ！



KAKIZAKI

カキザキ

函館市大町9-17(函館元町ホテル別邸「開港庵」内) ☎090-7654-2775
11:30~16:00(15:00L.O) 17:00~21:00(20:00L.O)
水曜は13:00~16:00(15:00L.O) 金曜はランチなし・ディナーあり
木曜定休 禁煙 P有り5台(ホテル共用)



「ハコラク見た」で上記メニュー会計時より200円引き ■1回で1グループ利用可 ■他サービス併用不可 ■令和5年8月29日まで

さっぱり&スタミナで
残暑を乗り切るメニュー



ミニかつ丼セット

1,500円

細目の更科そばを使用したもりそばと、肉厚のかつ丼が食欲をそそる組み合わせ。上品なカツオ出汁をそばと丼の両方で味わえる夏にピッタリのボリューム満点セット。

函館そば処 西陣本店

函館市陣川町103-177 ☎0138-85-8591
昼11:00~14:00(L.O)
夜17:00~22:00(21:00L.O)
無休 禁煙 P有り キャッシュレス決済利用可



夏のオススメ！

のとなやの

夏期限定

熱夏
歓迎

海老

金山寺みそとは...

信州・創業明治21年。老舗味噌問屋の職人に愛されたまかない料理から生まれた秘伝の味噌です。

1,700円

豚丼

金山寺みそを使った

金山寺みそ

化学調味料無添加



海老かつ丼

1,200円



Aセット(そば2枚)
Bセット(そば1枚 茶碗蒸し)
各1,570円



そば・お食事処

のとなや

木古内町↑

セブンイレブン

北斗市七重浜7-15-14

☎0138-49-4558

ドン・キホーテ

営業時間/11:00~20:30(20:00L.O)

当店

無休 禁煙 P有り

キャッシュレス決済利用可

国道5号(旧道)線

トリアール

↓函館市



全国を食べ歩き、厳選した肉料理!

あぐー豚しゃぶしゃぶ × 鶏焼肉 × もつすき焼鍋

様々な肉の食べ方を堪能してください!!

肉食野獣

〒040-0011 北海道函館市本町22-11

グリーンエステートマンション1階

☎0138-84-8600

※当日予約可ご予約・お問い合わせは、お電話にて承ります。

【営業時間】17:30~23:00(ラストオーダー22:30)

【定休】月・火曜日(第二・第三)



https://yajuu.jp



美食倶楽部



和食・洋食・中華・
ハコラクお薦めの旨い店を
ジャンル別で紹介



和食

今が旬の「紅鮭」を使った
夏期限定メニューが勢揃い!

函館 とんき大門店

「とんかつと言えばここ!」とリピーターが絶えない老舗のとんかつ店。おすすめは、ほどよく脂が乗って強いうま味を感じられる旬の「紅鮭」を使った夏期限定メニュー「紅鮭フライ定食 5切」(1,500円)。サクサクとした衣に包まれた紅鮭と自家製タルタルソースの相性も抜群!ほか、エビフライ、ロースかつ、ヒレかつと紅鮭フライの盛り合わせメニューも用意。テイクアウトも可能。

中から濃厚なクリームがこぼれ出す「カニクリームコロッケ」(1個300円)は夕飯のおかずにも最適。待たずに買える事前予約でアツアツを食卓に。



函館市松風町5-13
☎0120-22-3998[無料通話]
11:00~21:00(20:30L.O)
無休 禁煙 P有り
キャッシュレス決済利用可

JR函館駅 ↑
★ マルハン 大門店
グリーンベル 松風町 業局 ● 松風町 ↓電停



旬の素材を用いた料理やその日獲れた新鮮な魚を使った刺身盛りに活イカ料理などを盛り込んだ宴会コースも2時間飲み放題付きで5,000円から用意。



居酒屋

函館に来たなら食べたいイカなど鮮度抜群の味を心ゆくまで堪能

活魚料理 いか清 大門

目の前で海鮮や肉料理を調理する臨場感を楽しみながら食事ができる1階と木目を基調とした柔らかな色使いが特徴の2階部屋や個室が好評の同店。看板メニューの「活イカ」は毎日入荷する近海産を使用。オーダーが入るとすぐに水槽から取り出して調理するので動いている状態で提供。この時期の「イカ」はサイズも大きく価格も安定。ほかにも本日のおすすめや季節の一品、定番の居酒屋料理まで職人が腕を振るう幅広いメニューも人気。

函館市若松町6-10 ☎0138-27-1506
17:00~24:00 ※日曜は16:00~23:00
(各30分前L.O)
無休 禁煙 P有り
キャッシュレス決済利用可



居酒屋

期間限定！地物のカレイと夏を愉しむスパークリング

居酒屋 美々

びび

脂の乗った地物のカレイを使用した「カレイの煮付け」（968円）は、ふっくらとやわらかい身の旨みと甘辛い味付けが人気の期間限定メニュー。また、大将おすすめの本日本酒で、5~7月の間に3回出荷される「新政スパーク」（無くなり次第終了）の第2弾は、濃厚な味わいの料理にも良く合うスッキリとした微炭酸。ほか「夏限定日本酒3種飲み比べ」（1,078円・無くなり次第終了）もおすすめ。



店内のいけすから、ほぼ毎日入荷している「活イカ」を始めとするさまざまな新鮮魚介を提供する。



函館市本町23-5 マルゼンビル1F
☎0138-52-5577
17:00~24:00(23:30L.O)
※閉店時間は変更の場合あり
不定休 喫煙可 クレジットカード利用可





ライブキッチンでは、たっぷりの生クリームとフルーツを挟んで提供する「トゥンワッフル」と、つるりとした食感が夏にぴったりの「韓国冷麺」。



函館市若松町14-10 2Fハーバーダイニング ☎0138-27-8220
 営業時間 11:30~15:00(最終入店13:30) 90分制
 無休 禁煙 P有り(地下駐車場・函館市若松町駐車場2時間無料)
 キャッシュレス決済利用可



ホテル

大人気企画 第4弾 韓国グルメフェアランチbuffet

プレミアホテル -CABIN PRESIDENT-函館

「韓国グルメフェアランチbuffet」第4弾は、8月19日(土)～9月17日(日)まで。ゆで豚と薬味を葉野菜で包む「ポックム」や、「チーズトッポギ」、韓国風の水炊き「タッカンマリ」、豆腐が引き立つ旨辛スープ「スンドゥブチゲ」などの定番はもちろん、鶏手羽元のから揚げに熱々チーズをからめてかぶりつく「UFO チキン」、お好みの具材を乗せて作れる「ピビンバ」など、人気メニューがずらり。スイーツには、カヌレ型に詰めてじっくり焼き上げたシュー生地もしっかり食感となめらかなクリームとの対比が新鮮な「シュヌレ」が仲間入り。そのほか、週替わりで背徳感たっぷりのおいしさ「マヌルパン」、豚肉とジャガイモのピリ辛鍋「カムジャタン」、豚肉のコチュジャン炒め「チュクポックム」などが楽しめる。料金は大人3,000円、小学生1,300円、未就学児無料。



店舗向かい「ホテル両宮館」の駐車場と提携しているので、店内飲食のレシート提示で3時間まで無料。電車やバスなどのアクセスも良い。



ジンギスカン

残暑を乗り切るジンギスカン!!
みんなでワイワイ楽しもう!

ジンギスカン テムジン

まだまだ暑い日が続く季節には厚切りでジューシーな「生ラムガングロ」(1,650円)がおすすめ。臭みが少なくやわらかい食感のチルドラムを使用し、見た目の脂の厚みからは想像できないほどサッパリとして食べやすい。また「希少ラムタン」(1,518円)などの、専門店だから提供できるメニューも大好評。ほか、隠れた人気メニュー「羊肉のスジ煮込み」(450円)もぜひ。

函館市湯川町1-29-4 ☎0138-57-1787
17:00~22:00L.O 木曜定休 禁煙
クレジットカード利用可
<https://xaxa815.wixsite.com/temujin>



テイクアウトの「男爵フライドポテト」にピッタリのハコダテアンチョビや、大沼ガロハーブガーデンのハチミツを使った、ここでしか食べられない絶品ディップ(各150円)もおすすめ!



洋食

薪グリルで旨みアップ
目利きが選ぶ上質牛肉

THE DANSHAKU LOUNGE

ザ ダンシャク ラウンジ

期間限定で2つの新メニューが登場。「一井鈴木精肉店の牛クリムステーキ」(3,500円)は道産牛の肩から前脚にかけての肉(クリム)を使用したステーキで、脂肪が少ないため、さっぱりとした中にかめばかむほど強い旨みを感じるのが特徴。また、「一井鈴木精肉店の牛タンステーキ」(3,200円)は、歯応えをしっかりと感じられる厚さで食べ応えも充分。いずれもネギ塩ソース、ライス・サラダ・ドリンク付き。

七飯町峠下379-3 ☎0138-82-8888
11:00~14:30L.O
15:00~17:30L.O
無休 禁煙 P有り キャッシュレス決済利用可





上記写真のディナーコースは8,000円。ほか5,000~10,000円まで用意。アラカルトも「函館産ツブのブルゴーニュ風」や「白老 経産牛のステーキ」など充実。



函館市本町17-2 ヴィルヌーブ五稜郭2F(パティスリーメゾンフジヤ内)
 ☎0138-31-3232
 ランチタイム 12:00~13:30(L.O) カフェタイム 14:00~16:00(L.O)
 ディナータイム 18:00~20:30(L.O) パータイム 21:00~24:30(24:00L.O)
 月、第1・3火曜定休(パータイムのみ日曜も休み) 禁煙 P有り
 キャッシュレス決済利用可 www.maison-fujiya.com



洋食

オシャレな空間で味わえる
大人のカジュアルフレンチ

Table de reveur -夢見る人のテーブル-

ターブル ド レヴール

「メゾンフジヤ」のシェフ藤谷圭介が考えるスイーツやパフェが人気の函館市本町「パティスリーメゾンフジヤ」内に併設されたカジュアルフレンチレストラン。藤谷シェフの元で7年間修業した伊藤シェフが、ランチからディナーまでさまざまなメニューを用意。ランチタイムでは季節の食材を使用したリーズナブルで遊び心のある「テイastingコース」や「本日のパスタセット」を提供。ディナータイムはアラカルトやコース料理など1人から大人数まで多くの人たちが楽しめる心あたたまる料理が好評。また、ディナータイムではバーも営業中。落ち着いた雰囲気の中で豊富な種類のカクテルやワインに相性の良いちょっとした一品、アルコールにピッタリの店内でしか味わえない皿盛りのデザート「アセットデザート」や新作の「パルフェメロン」(1,580円)なども味わいながら、時が経つのを忘れて心ゆくまで堪能できる。

居酒屋メニュー 全60品

食べ放題

浜焼き 4,000円

通常90分
ご予約で
時間延長!
飲み放題は
150分

全コース
高級食材・天ぷら
しゃぶしゃぶ
シンギスカン
etc...

寿司・蟹・鮑・ウニ等

豚 牛 ラム カニ盛り 焼ガキ 天ぷら盛り合わせ etc...

しゃぶしゃぶコース 2,500円
海鮮&しゃぶしゃぶコース 3,000円

980円〜で90分飲み放題付き!! 予約でのご利用で 時間延長!

4,000円
の
コースは

地酒コース 通常1,980円のところ
(生ビール付) **1,000円!**

酒・そば処 **五稜郭ふでむら**

函館市五稜郭町36-1 ☎0138-32-5014
営業時間/11:00~22:00 不定休 P有り 個室有り

!とってもお得で大好評の!

ランチ企画!

平日
ランチタイム 限定メニュー!!

「三元豚ロース」980円
「三元豚ヒレ」980円

エビフライやカキフライを
セットにしたお得なメニュー
もご用意しております!

函館・和風
とんかつ専門店 **とん悦**

函館市宝来町22-2 ☎(0138) 22-2448
11:30~14:30 (ラストオーダー14:00)
17:00~20:30 (ラストオーダー20:00)
休日/不定休 駐車場有り

フードコートコーナー

**食べてけば
いいっしょ!!**

自由市場 炭火焼コーナー

はこだて自由市場

函館市新川町1-2 ☎0138-27-2200
日曜定休 6:00頃から17:00前後まで営業

しゃぶ匠 SYABU-SHO

お席で
注文!!

ラムしゃぶが
大人気!!

**ランチ
おすすめ
コース**

熟成牛肉赤身コース

大人 1,980円 (税別)
2,178円 (税込)

小学生 1,380円 (税別)
1,518円 (税込)

シニア(60歳以上) | 幼児(小学生未満) |
220円引 | 無料

※詳しくはお問い合わせください

しゃぶ匠 七重浜店 北斗市七重浜7-3-28
TEL/0138-84-6129 P有り

【ランチ】平日11:30~16:00 土日祝11:30~17:00
【ディナー】全日17:00~22:00(各30分前LO)

ランチ&ホリデークーポン お会計金額より **5%OFF**
※当店通常価格よりの割引です。

ディナークーポン お会計金額より **200円OFF**
※当店通常価格よりの割引です。

※個別会計ではご利用できません。※会計時に係員にお渡しください。
※金券他の割引併用不可。※現金との引換え不可。
※有効期限/2023年8月17日~9月14日迄

夏のカラダに活力を | 絶品スタミナ料理



厳選した産地からこだわりの
厚切りステーキをガッツリと!

ビーフインパクトステーキ (180g)

1,793円～

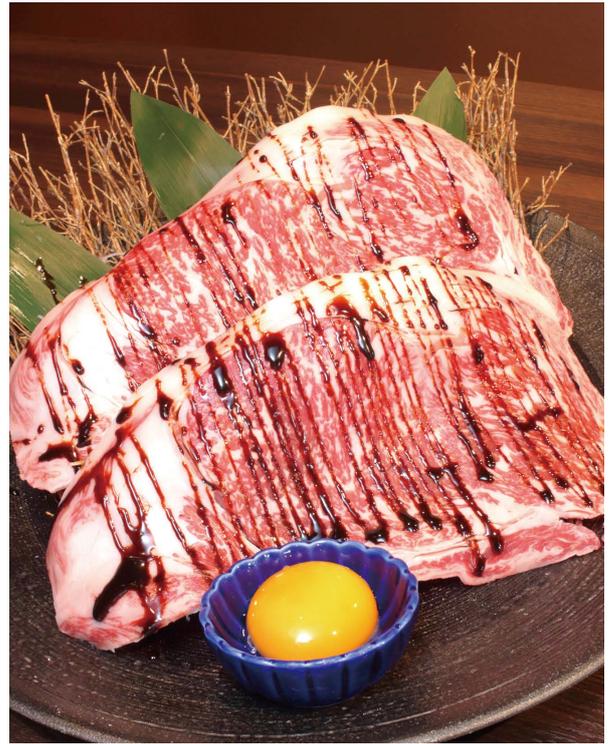
看板商品の「ビーフインパクトステーキ」が新しくなり、更においしくなったと評判。赤身と脂身のバランスがよいオーストラリア産リブローズを炭火でじっくり焼き上げてリーズナブルに提供。また、新たなトッピングメニューとして登場した「濃厚チーズソース」は、厳選した牛肉を100%使用し、やわらかくて肉汁があふれ出す「極みハンバーグ」やステーキメニューにも相性抜群。冷たいデザートメニューも追加されて家族連れも大満足。テイクアウトにも対応し、電話での注文予約も可能。



炭焼ステーキ BEEF IMPACT 函館昭和店

ビーフインパクト

函館市昭和2-30-1 ☎0138-85-8029
11:00～22:30(21:30L.O)
不定休 禁煙 P有り
キャッシュレス決済利用可



阿佐利本店が監修した厳選牛肉と
割下を使った焼きすきやきを堪能

黒毛和牛サーロイン焼きすきやき (卵黄付き)

1枚/880円 ※写真は2人前

電車通り沿いにある「活魚料理いか清本店」の姉妹店として焼肉と海鮮焼きを提供する同店のおすすめメニュー。老舗「阿佐利精肉店」から塊で仕入れ丁寧な下処理をし、注文が入ったら切り分ける黒毛和牛のサーロインに「阿佐利本店」の割下を肉にかけて提供。席にある焼き台で軽く炙るように焼き、卵黄をつけて味わう一品。口の中でとろけるような食感でリピーターも多い。ほかにもトウガラシでピリ辛に仕上げた「海鮮アヒージョ (バケット付き)」(980円) も夏にピッタリ。



焼肉・海鮮 臥牛山

函館市本町2-14 汐見ビル2F
☎0138-76-7573
17:00～24:00(23:30L.O)
木曜定休 禁煙 キャッシュレス決済利用可



函館朝市
えきに市場
 函館市若松町9番19号 ☎0138-22-5330
 営業時間/AM6:00~PM2:00

目玉商品!
550円丼!
 ♪その他、多数丼ぶりあります♪

えきに市場内で購入された商品は2階で調理OK!

お車で来ても安心!!
60分無料駐車場
 (ホテルニューオーテ専用駐車場)
 えきに市場向かい
 ごゆっくりお買い物、お食事を楽しんで
 頂けますよう駐車スペースをご用意!
 ※各店舗で無料駐車券を発行いたします。
**えきに市場でのお食事、お買い物は
 無料駐車場をご利用下さい**

元祖 イカの水しぶきを
 独り占め
いか釣り堀
 毎日6時~13時
 いか釣り(調理込)
¥600~
 ※その日のイカの相場により料金の変動あり。
 詳しくはお問い合わせ下さい。

焼鳥 DINING **TEN**
 当店は個室や
 カウンター席、
 店内すべて
喫煙可能です
 ※20歳未満のお客様はご入店できません

**完全個室の
 掘りごたつ席
 完備!!**

宴会コース
 (4名様から承ります)
オススメ 2時間
飲み放題コース
 (予約変更は2日前まで) お1人様 **4,400円**
 メイン料理は「ちりとり鍋」か「刺身盛り合わせ」からチョイス
 前菜や焼き鳥など7品と内容充実

函館市本町22-11
 ☎0138-31-2346
 18:00~翌1:00(24:00L.O)
 日曜定休 喫煙可
 クレジットカード利用可

PR
**美食と美酒
 おすすめの
 逸品**

国内外から厳選
 ビールの魅力を
 カジュアルに体感

ファンムブルワー(醸造所を持たない醸造家)である平松代表が、ビールの世界大会や国内大会で受賞した経験を生かし西部地区の古民家を開業したバー。自身が醸造したビールを含む8タップの樽ビールや缶ビールを揃え、国内から海外のクラフトビールまで多彩な銘柄を用意する。鮮度や温度管理、注ぎ方、グラスにこだわり、おいしさを最大限引き出す方法で提供。味はもちろん、ビールの知識や醸造の背景を通して、飲む楽しさを伝えている。

ローディッドフライ 1,400円(レギュラー)
 米油でカラッと揚げたポテトにスパイスの効いたトマトソース、ポーク、野菜、チーズを乗せてオープンで焼いた米国発のジャンクフード。「ビール煮込み」1,000円、「サッポロクラシック」500円〜、エストニアのビール「SEA FOG」900円〜。

**クラフトビアバー & ファンムブルワー
 White Seed**
 ホワイトシード
 函館市末広町14-4
 ☎090-6219-1071
 11:00~24:00 木曜定休 喫煙所あり
 キャッシュレス決済利用可

「ビールが苦手な方でもおいしい飲み方を提案しますので、気軽にご来店ください。一緒においしいビール、好みの味を探しましょう」と代表の平松祐太郎さん。

since 1978



信念をもって客席に心を配り
自慢の味を絶えず磨く

「らーめん六花」は、函館市田家町に店を構えて45年。中華料理も手掛けるラーメン店で修業した中曽根修店主が、独自に味を磨いて少しずつ増やしたメニューは、ラーメンを中心に、天津飯、自家製カレーライス、手作りキムチを添えた冷麺など、今では70種類にも上る。創業からの1番人気は「塩らーめん」(620円)。豚骨、鶏ガラ、南茅部地区産の昆布、野菜をベースに5時間以上じっくりと煮込んだ琥珀色のスープは、あっさりとしながら旨みがたつぶり。コシがあり滑らかな食感の特注麺をすすれば、大きな満足感を与えてくれる。

常に客席への目配り、気配りを欠かさず、忙しい時こそやりがいを感じるという中曽根店主は、10年前に二人三脚で店を守ってきた妻を亡くし閉業を考えた時も、「店を愛し足しげく通ってくれるお客さまに支えられて続けられた」と振り返る。「まだまだ味を追求したい。体がついてこないこともあるけれど、やってみたいことがたくさんある」と50周年を指して腕を振るっている。

函館市田家町13-11 ☎0138-43-5718
11:15~15:00、17:00~19:30(各15分前L.O)
月曜定休 喫煙可 P有り



函館基坂 全国民芸陶器販売

民芸はこだて

職人技を
手にして楽しめます



民芸はこだて

全国の民芸系陶器を取り扱っています。
喫茶 民藝 では、そうした民芸の器を用いて
珈琲・抹茶を楽しんでいただいています。
「熊本県小代焼」入荷しました。



[ブログ]

函館市大町1-1(電停末広町徒歩3分)

☎0138-86-9255

営業時間 / 11:00~17:00

定休日/月・火曜日

※在店時は開店します。
電話・ブログにてご確認ください。



七飯町鳴川で選果された
「紅玉」を用いて好評をいただいております

紅玉りんごパイ 1個 226円



コシのある生地とタレの
風味をお楽しみください

みたらしだんご
6個入 389円



菓子舗
喜多良

七飯本店 七飯町本町4-5-20(七重小学校向い)
TEL0138-65-3571 定休日/不定休

LAWSON

★ローソンで楽しくお得にポイント活動★

お試し引換券で商品をお得にGET!!



会員
限定



アプリならお持ち帰り限定 お試し引換券を 予約できる!

当日、Loppiに並ばずに気になる商品を
アプリで予約、店頭ではバーコードを表示
するだけ。

ダウンロードはコチラ!

※お酒も引換できます(お酒の取扱店のみ)。
※一部対象外の商品がございます。



だいさんざか
はこだて大三坂



随筆に着想を得て
異国情緒漂う函館をイメージ



40年ほど前から国道5号線沿いに看板を掲げる「菓子舗 喜夢良」は、和菓子の伝統を踏襲しながらも進化を求めて常に新しいものに取り組む老舗和菓子店。木村公二社長が「お菓子が会話を弾ませ、人とのつながりを深めるきっかけになれば」との思いを込めて、街歩きや古書からインスピレーションを受け、道南の歴史や文化を基に創作している。発売から30年以上の人気を誇る蒸し菓子「はこだて大三坂」（1本1,620円、-half 810円）もその一つで、函館市出身の文芸評論家・亀井勝一郎氏の随筆にある一説「東海の小島の思い出」を読み、西部地区を散策し生み出した。新鮮な卵と自家製のアんと白あんを使い、石垣を作る技術をヒントにして坂道の石畳を表現。しっとりとした舌触りで豆の甘さが口の中に余韻を残すしっかりとした味わい。切り分けた時の断面も美しく、贈答用としても好評。

菓子舗 喜夢良

きむら

七飯町本町4-5-20 ☎0138-65-3571

8:30~19:00 不定休 キャッシュレス決済利用可





MARRIELL THE ReBORN

マリエール函館が生まれ変わりました!

1日1組限定

庭園付邸宅風

バンケット&

新・フレンチコース

好評!



Fair Schedule 完全予約制
(お電話、メールにてご予約ください。)

参加無料

[5組限定] ※1組2名様まで

8/27(日) ミニプライダルフェア
●婚礼料理試食あり

平日限定

会場見学&ドレス相談会
[毎週月・木]

挙式無料!

8大特典付
リニューアルオープンフェア

ナイトウェディング相談会
[毎月19日]

Wedding Report



ウィリアムズ信介様 & 侑依様

おふたりだけのウェディングのカタチ♡

[挙式日] 2023年6月10日 [会場] マリエール函館

メインテーブルレスのカタチは、
気心の知れたゲストと一緒に肩肘はらずに楽しめる、
アットホームなパーティーになりました!!

婚礼実況フォト
ゼクシー10月号
掲載決定
What a wonderful
Wedding! コーナー
2ページ
(8月25日発売予定)



パルーンリリース! 新郎新婦の
思いを乗せて空高く舞い上がりました。



シャボン玉に包まれ華やかに
庭園から再入場!

リボーン記念プラン ReBorn Memorial Plan

(期間限定)
2023年 8/31までお申し込みの方

挙式無料など 8大特典がついて
65万円相当お得なプランです!

[8大特典内容]

- 教会挙式料 (165,000円相当)
- ドレス (190,000円相当)
- タキシード (60,000円相当)
- 小物、ブーケ一式 ● ご両家控室 ● プライズルーム
- 司会者 ● 会場使用料、音響照明設備利用料

パーティープラン

[会費] 17,000円(税込) (50名様~90名様)

※ パーティープラン 会費 17,000円(税込)。50名様以上の方が
条件となります。※詳細はスタッフにお尋ねください。

MARRIELL HAKODATE

- 〒040-0015 函館市梁川町2番8号
- [営業時間] 平日 10:00~18:00・土日祝 9:00~18:00 (火曜定休日)
- ☎ mari@ms1.ncv.ne.jp ■ <https://mariell-hakodate.jp/>

WEBサイトも一新!



[ブライダルのお問い合わせ・お申し込み、来館予約は] TEL. 0138-51-0001



8月							9月						
日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土
	1	2	3	4	5								
6	7	8	9	10	11	12	3	4	5	6	7	8	9
13	14	15	16	17	18	19	10	11	12	13	14	15	16
20	21	22	23	24	25	26	17	18	19	20	21	22	23
27	28	29	30	31			24	25	26	27	28	29	30

※来館・所要時間は必相談。お気軽にお問い合わせください。

大人も子どもも楽しめる! イマジン ホテル&リゾート函館の

家族旅行

「子どもに素敵な景色をたくさん見せてあげたい」そんなパパママへ。
どこまでも広がる海を眺める【絶景露天風呂】がある当館がおススメ!
家族の笑顔溢れる旅を全力でサポートします♪

お食事はバイキング!
子どもも大人も大満足

子どもと遊べる
おもちゃやゲーム・
ピンポンもあります

Let's go on
a family trip

パパママが助かる
子ども用品もご用意



イマジン ホテル & リゾート 函館
出会いと思い出をつむぐ、異国リゾート。

TEL 0138-57-9161
MAIL hr-hakodate@imgnjp.com
〒042-0932 北海道函館市湯川町3-1-17
URL <https://imaginehakodate.jp>



“世界で最も美しい庭”へ

十勝千年の森は、「北海道ガーデン」をテーマに、4つの庭から北国の新たな庭園文化を世界に発信しています。英国ガーデンデザイナーのダン・ピアソンが設計した「アースガーデン」「メドウガーデン」は、イギリスのガーデンデザイナーズ協会主催「SGD AWRDS 2012」で、グランド・アワード(大賞)とインターナショナル・アワード(国際賞)を受賞。「世界で最も美しい庭」として、審査員からも高い評価を受けました。

アースガーデン

アースガーデン / 大地の庭



波打つ芝の丘が日高山脈と一体となり、圧倒的なスケールを持って目の前に広がります。

フォレストガーデン / 森の庭



森の中でひっそりと眠っていた草花の生命力を生き、さまざまな視点から森の新たな楽しみ方を発見する場です。

メドウガーデン / 野の花の庭



十勝の大自然からインスピレーションを受けてつくった庭は、自生種と園芸種の草花が美しく調和しています。

ファームガーデン / 農の庭



自然と共生するための営みである農業を実践し、訪れる人に「農」「食」「庭」のつながりを感じてもらおう取り組んでいます。



Segway

前後に体重移動することで操作する、充電式の環境に優しい乗り物。ガーデン内を解説付きで巡るツアーも実施しています。[料金:9,800円]
※乗車条件や予約はHPからご確認ください



Cafe



カフェではパフェや皿盛りデザート、キッシュなどを味わえます
※写真は8月のメニュー

美しい庭と
緑に囲まれた店舗



十勝を代表する農作物「てんさい(ビート)」から作られた甜菜糖ジュレが載ったプリン



十勝を中心とした約50種類のチーズも販売



ケーキも
いろいろ♪



テーマに沿った月替わりの商品も登場します

人気です!

機関車をかたどったトテッポサブレ



Takeout



看板商品の〈ナチュラルチーズケーキ 北海道プロマージュ〉1,404円は、原材料の95%が北海道・十勝産

いかの粕漬

株式会社 山の中村商店

函館市宝来町28-8 ☎0138-23-8135
9:00~12:00、13:00~16:00 水・日曜、祝日定休
<https://www.yamanonakamura.jp/>



■ ■ ■ ■ ■
創業100年を超える
函館を代表する水産加工会社

函館きっての水産加工・製造の老舗「山の中村商店」は1910年、初代・中村安太郎さんが樺太の真岡町で鮮魚商「中村安太郎商店」を創業したのが始まり。第二次世界大戦後の50年に函館市で、鮮魚委託販売業と水産加工業を開始し、55年に法人化して現社名に変更。57年に函館朝市に店舗を構え、85年には函館市水産物地方卸売市場新設に伴い仲卸人として水産物卸もスタートし、小売、冷凍冷蔵倉庫業と幅広く展開する。水産加工品の主力はイカを使った粕漬や山海漬。ほかガゴメコンブ、切り干し大根入りなどバリエーション豊富な松前漬、冬期限定の紅鮭飯鮓、時代やニーズ、嗜好の多様化に合わせて積極的に開発した新商品など、「道南の味」を食卓に届けている。原材料は産地にこだわらず、求める味や食感を第一にして買い付けし、下処理から加工、パッケージングまで自社工場で一貫して行い出荷。一般小売用から業務用サイズまでを販売しており、カタログ販売、函館朝市直売店、J-R函館駅、函館空港、百貨店、スーパー、または本社事務所でも直接購入できる。

半世紀以上愛される
全国区にもなった郷土料理

約50年前に発売を開始した「いかの粕漬」は、副菜や酒の肴として愛されるロングセラー商品。年配の人には正月料理に欠かせない一品としてもなじみが深い。歴史的な不漁と言われるまでスルメイカ漁は長らく函館のドル箱産業で、漁が始まると前浜や市場、水産加工場は働く人たちの姿で早朝から活気付いた。イカ加工品は一夜干しや塩辛にするのが主流で、同社でも煮イカや丸干しイカ、塩丸イカにして本州へ出荷していたが、他社と差別化を図る



株式会社 山の中村商店 代表取締役 中村 壮一さん

うと、粕漬を考案したのは3代目の中村壮一社長の父で当時、専務だった健さん。中村社長は「父は青森県八戸市の水産会社で修業していたので、加工場でさまざまな加工法に触れた経験が、着想のベースとなったのではないかと推論する。発売された粕漬は珍しさ、風味の良さから、瞬く間に道南で広がり定着。2代目の中村栄吉現会長の発案でカタログ販売を取り入れたことも全国への認知度向上を後押し。テレビの情報番組にも取り上げられ、最大売り上げ高は年間1億8000万円を誇る。化粧箱入りのほか、1尾ずつのバラ売り、胴体部分を細かくカットした「リング」も展開している。

老舗の看板を守りながら 新たな食文化の創造をテーマに技術向上を図る

昔ながらの製造法で
変わらぬ味を届け続ける

同社のいかの粕漬は、船内冷凍した鮮度の良いイカを原料に使用する。ペテランの従業員が内臓を引き抜いたあと大釜でポイル。食感を左右するゆで時間は、食品製造部の長谷川幸一工場長が、時折ゆつくりとかき混ぜ湯の沸騰具合、泡の状況などを確認し蒸気バルブを調整しつつ見極める。内側からも味が染み込むよう胴体の中に足と酒粕を詰め込んだあと、酒粕に漬け込み、冷凍しながら2カ月間熟成。酒粕は京都から仕入れる、赤、



中白、白と呼ばれる3種類を、50年以上使用しているという石臼でブレンドして調味し、きれいな薄桃色に仕上がるよう色合いも調整しているという。人の手と時間を掛けて完成したいかの粕漬は、口に含むとふわりと酒の香りが鼻腔をくすぐり、しつとりとした食感、甘めの味つけがクセになる。これまでは主に観光客と地元客への販売が主だったが、「コープさっぽろ」のトドックを通じてじわじわと札幌方面での需要を伸ばしつつあるという。中村社長は「今後も技術を磨いて伝統の味を守りながら、新しい味の開発にも尽力していきたい」と未来を見据えている。

菓子店「函館おたふく堂」を運営 豆乳シフォンがハイグレード食品認定

有限会社 ストアリサーチ

事業内容／豆乳シフォンケーキ専門店の運営
設立／1988年 資本金／300万円



代表からひとこと
久保田 淳さん

6月に社長に就任しました。父と母が作った商品をさらに普及させる努力が私に課せられていると感じます。北のハイグレード食品に選ばれたことで多くの方に知っていただける機会になりましたが、もっと地元の皆さんにお使いいただき、函館みやげの定番として知れ渡るよう、売り方も工夫しながらアピールしていきたいです。



イトーヨーカドー函館店で食品部門を統括した久保田和雄・現会長が独立し、1988年に設立。当初は東京と函館を行き来しながら、食品に特化したコンサルタント業務を主体とした。経営指導を行っていた函館の食品製造メーカーが大豆を使った豆腐や菓子、総菜を扱う店舗を手掛けるにあたり、今金町産の「鶴の子大豆」を使った豆乳シフォンケーキを提案。後にメーカーが製造を止めた後、久保田会長が「豆乳シフォンを世に出したい」と引き継ぎ、2006年、函館市中道に専門店「函館おたふく堂」をオープンした。

メイン商品「豆乳函館しふおん」は卵白と豆乳、小麦粉で製造。自然な甘みとしっとりとした質感が人気で、現在は空知管内長沼町産の大豆「とよむすめ」を使用。味や品質管理に優れた道産加工品を道が認定する「北のハイグレード食品2023」の認定を受けた。

【函館おたふく堂】

函館市中道1-22-5 コーポなかの1F
☎ 0138-32-2300
<https://otafukudo.jp/>



“企業探訪”は函館新聞デジタルにて毎週月・木曜日連載中



- 速報ニュース、おくやみなど記事を随時更新。
- 新聞記事とデジタル版オリジナルコンテンツが両方楽しめる。
- ニュースや新規オープンなどの動画が見られる。

函館新聞デジタルは2016年5月15日の創刊以来、函館新聞掲載記事だけでなく、オリジナルコンテンツや事件・事故の速報なども合わせて約10万件の記事をアップしてきました。キーワード検索や掲載日で記事検索も可能で、ニュース動画も見られます。

月額

1,580円(税込) + ハコラクを毎月ご自宅へお届けします。

まずは「函館新聞デジタル」にアクセス!!

<https://digital.hakoshin.jp/>



オリジナルコンテンツも充実

公式 **YouTube** チャンネル



デジタル版オリジナルコンテンツ

企業探訪

会社の理念や
情熱を伝える



DONAN
RESEARCH

気になる「なぜ?!」
を掘り下げる



心揺さぶる
情景を



起業人

若手起業家の
インタビュー



路地裏散歩



バトンタッチ



悠々通信



チバタクの目



家のお悩み、解決します。
 HOMME DOCTOR KOJITECH
 住まいのホームドクター
 株式会社 **コジテック**

新事務所内では、相談対応スペースを用意しました。お気軽にご来店ください。

どこに頼んでもいいから、小さい修理

漏水調査無料

- 外壁の一部張替(1カ所).....15,000円~
- ドアノブ交換(1カ所).....6,000円~
- アミ戸の張替(1カ所).....5,000円~
- 水道パッキン交換(1カ所)....6,000円~
- 換気フード交換(1カ所).....8,000円~
- 室内ドア調整(1カ所).....6,000円~
- 電気スイッチ交換(1カ所)....7,000円~
- 床の音鳴補修(1カ所).....10,000円~
- 雪止め取付(1カ所).....2,500円~
- ガラス交換(1枚).....8,000円~

LINEでかんたん無料見積り!!

コジテック 函館 検索

株式会社 コジテック
 函館市本通4丁目17-44 TEL 0138-83-5229

地元密着だからアフターフォローも万全
 住宅・店舗の修繕・リフォームはプロにお任せ

選ばれる3つの理由

- 1 低価格 & 高品質**
- 2 アフターサービスで安心**
- 3 地域密着による迅速対応で便利!**

こんな悩みありませんか?

- 子供が独立したので自宅をリフォームしたい。
- 収納スペースを拡大したい。
- 店舗の内装を一新したい。
- 足が悪くなってきたので、バリアフリーにしたい。

ご相談、お見積もりだけでも気軽に御問合せ下さい。

代表取締役 木村 幸孝

TP 株式会社
 TAKA PURAINING タカプライニング建築工房
 函館市若松町21番8号 TEL 0138-86-5353
 函館ホテル駅前1F E-mail taka-p@maroon.plala.or.jp

売買物件 \ペット好きの方必見! / トリマーがプロデュースしたリノベーション物件!!
 函館市富岡町3丁目

中古住宅 [2LDK]
 土地+建物 **2,800万円**
 返済例 2,800万円借入・35年返済の場合
月々 79,039円
 ※頭金・ボーナス払い無し、金利1%

売買物件 \大門好き必見! / 当社売主につき仲介料無料!
 函館市松風町

メルシャンハイム [606号]
 1K **530万円**
 返済例 530万円借入・20年返済の場合
月々 24,374円
 ※頭金・ボーナス払い無し、金利1%

リード不動産の今月のオススメ物件

物件概要

- 住所/函館市富岡町3丁目39-7
- 交通/函館バス[富岡町3丁目36]駅徒歩3分
- 土地面積/227.01㎡(68.67坪)
- 建物面積/86.12㎡(26.05坪)
- 構造/木造平屋建
- 完成年月/1974年6月
- 取引態様/媒介
- 学区区/昭和小学校・亀田中学校

物件詳細はこちら

物件概要

- 住所/函館市松風町13-3
- 交通/市電[松風町]駅徒歩2分
- 所在階/9階建6階
- 専有面積/37.04㎡(11.20坪)
- 構造/鉄筋コンクリート造
- 完成年月/1978年2月
- 管理費/7,000円(月)
- 修繕積立金/5,330円(月)
- 駐車場/無し(近隣月極)
- 取引態様/売主
- 学区区/あさひ小学校・青柳中学校
- 2022年9月 内装リフォーム済

物件詳細はこちら

人と地球の幸せのために行動します

CENTURY 21 リード不動産
 (公社)北海道宅地建物取引業協会会員 北海道知事 渡島(5)第992号
 函館市千歳町27-8
 ☎(0138) 26-5533

会長自らYouTube出演! 情報満載のHPはこちら

広告有効期限 / 2023年9月14日

入院は、
家族のお金や
時間も奪う。

入院は、事故のようなもの。
予期せぬ災難は、家族にも重い負担をかけます。
だからこそ、備えてほしい。治療費は実費型でカバー。
家族を支える補償も充実した、新しい保険です。

NEW
スマホでピタッと充実保険
入院パスポート

入院の治療費は、
実費型で備える時代へ (入院治療費用特約)

病気になったら、何日入院して、
いくらかかるか分からない。入院パスポートなら、
予測不能な入院の治療費も、ピタッとお支払い。

入院治療費以外の費用に
入院準備金 (入院準備保険金特約)

入院前に
5万円をお支払いします。入院の治療費
以外のさまざまな費用に利用できます。

入院を支える家族の負担に
入院時選べるサポート (入院時サポート特約)

入院中・退院後の
生活をサポートする費用をお支払い。
10万円限度に家族も利用可能。

(※1) ご請求には、入院診療計画書等の入院することが分かる書類が必要となります。
医療機関から入院前に書類の提示がなかった場合や、ご契約内容確認等の審査状況により、入院前にお支払いできない場合があります。
(注) 「入院パスポート」は、健康生活サポート保険のペットネームです。この広告は概要を説明したものです。詳しい内容につきましては、「ご契約のしおり」「重要事項等説明書」などをご覧ください。なお、ご不明な点は、取扱代理店または損保ジャパンまでお問い合わせください。

損害保険ジャパン株式会社 北海道支店
〒040-0015 北海道函館市梁川町 16-24
(公式ウェブサイト) <https://www.sompo-japan.co.jp/>
SOMPOグループの一員です。
SJ21-51048 (2021.6.9)

くらしの中の
こまった!
気軽に相談

小さな リフォーム



【創業67年】丁寧な作業がモットーです!

函館市・北斗市・七飯町・鹿部町・森町のお客様より多数ご用命頂いております。
丁寧な作業を評価頂き、ご利用頂いたお客様からまたお問い合わせをご紹介頂く事が多いです。

(株)ワタナベ電器

亀田郡七飯町大沼817-4(セコマ大沼店さん隣) FAX 67-3314

☎ (0138) 67-2250



ホームページからもお問い合わせいただけます ▶ [ワタナベ電器 大沼](#) 🔍 検索

高価買取 ピアノ買取致します!

道南限定キャンペーン

お電話一本で簡単査定!



通常査定額プラス **10,000円**～
最大 30,000円アップ
で買取致します!

ハコラク
を見た方
20台限定!!

※査定価格のつくピアノに限らせて頂きます。※電子ピアノ・エレクトーン®・一部メーカーは買取対象外です。
※グランド・アップライトピアノ機種によりUP率は異なりますのでご了承ください。

ハコラク読者の方で古いピアノをお持ちの方、是非、お聞きください!
最近の海外市場の動向で、買い取りできなくなった機種が非常に増えています。
特に40年以上経つ古いピアノをお持ちの方は早急にご相談ください。

買取りの事なら信頼と実績の当社へ!
詳しくは **0120-44-8818**
受付時間 9:00~19:00 ※不定休

査定は無料
(株)ピアノセンター
帯広市西2条南4丁目1番地 西垣ビル1F ☎(0155)25-6467
<http://www.pc-piano-center.com/>

函館ホテルかもめグループ

9月15日 まで
 1泊素泊り1名 **5,980円**
 1泊2食付1名 **8,600円**

※上記は「湯の川温泉ホテル かもめ館」の料金です
 料金詳細については、各施設へお電話にてお問い合わせの上ご確認くださいませ。



ホテル 駅前
 函館市若松町21-8
 ☎0138-23-3589



シーサイドホテル かもめ
 函館市宇賀浦町6-1
 ☎0138-32-2222



ホテルハートイン
 函館市東雲町13-7
 ☎0138-23-4181



旅館ららぽーと
 函館市港町3-2-1
 ☎0138-42-1777



湯の川温泉 かもめ館
 函館市湯川町1-5-18
 ☎0138-59-2020

<https://kamome-gp.com>



かもめグループ フロントスタッフ急募!!

【勤務先】旅館ららぽーと函館・ホテル駅前・ホテルハートイン・シーサイドホテルかもめ・湯の川温泉ホテルかもめ館のいずれか
 【時給】920円～
 【勤務時間】(日勤) 9:00～19:30
 (夜勤) 19:30～翌9:00(0:00～5:30は仮眠時間)
 ※詳細はお電話にてお問合せください。
 【お問合せ先】湯の川温泉ホテルかもめ館(担当/佐藤)
 TEL0138-59-2020

無料
 入園前のお子様

みなみキッズクラブにあそびにきませんか?

■対象年齢/1歳半～ ■時間/10時30分～11時15分頃まで。

ご家庭の方と一緒にお願いします。 ※上かつ持参してください。



お子様やご家庭の皆様の交流の場としてご利用下さい。

日程 全11回 全て水曜日です。

2023年 6月21日 終了	2023年 10月11日・25日
7月5日 終了	11月22日・29日
8月30日	12月13日
9月13日・20日	2024年 1月24日

※上記日程のご都合の良い日にご来園ください。(事前のお申し込みは必要ありません。)
 ※状況により中止になる場合は、ホームページでお知らせ致しますのでご確認ください。



学校法人 七飯南幼稚園
 中村学園
 七飯町大川10丁目1-1 TEL 65-7666

<https://www.nanae-minami.com>

令和5年度 福祉マンパワー活用講習会

定員 先着 20名

日時 / 令和5年 9月25日(月)
 13時から16時まで(受付/12時30分から)
 会場 / 函館市亀田交流プラザ 3階 大会議室1
 〒041-0806 函館市美原1丁目26番12号
 ●函館市亀田交流プラザの駐車場収容台数には限りがございますので、公共交通機関のご利用をお願いいたします(※駐車場の予約はできません)
 参加対象 / 福祉に興味、関心のある方
 福祉職場への就職を希望される方
 (資格を持っていない方を含む)



① 講義 (60分)
 「障がい者差別の解消と合理的配慮について」
 ～障がい者差別解消法について～(仮題)
 講師:函館弁護士会所属弁護士

② グループディスカッション(85分)
 「福祉の仕事の魅力について聞いてみよう」
 アドバイザー:高齢福祉・障がい福祉・児童福祉の現場で働く職員4名

●筆記用具 各自持参 ●上靴不要
 ●昼食時間は設けておりませんので、各自でお済ませの上、お越しください。

参加申込 参加費 無料

令和5年9月15日(金)締切日までに、申込先・事務局へ電話またはFAX、郵送、二次元コードにてお申し込みください。※締切日を超えた場合でも定員に満たない場合は、随時受付いたします。参加が決定された方には令和5年9月22日(金)までに文書により開催当日の詳細内容についてご案内いたします。ご案内がない場合は、事務局までお問合せください。



お申込みはこちらから

問合せ先・事務局

社会福祉法人函館市社会福祉協議会
 函館市福祉人材バンク

〒040-0063 函館市若松町33番6号
 函館市総合福祉センター内 3階
TEL (0138) 23-8546 担当:手塚
FAX (0138) 23-2224

主催/社会福祉法人函館市社会福祉協議会 函館市福祉人材バンク 後援/函館市 社会福祉法人北海道社会福祉協議会



オオツ動物病院

OTSU ANIMAL HOSPITAL

毎日夜間24:00まで急患対応

初診の方で急患対応をご希望の方は24:00までに病院玄関にある電話番号にお掛けください。
別途急患料金は掛かります。

受付時間	月	火	水	木	金	土	日祝
9:00~12:00 12:00~15:00 手術	●	●	●	●	●	●	●
15:00~19:30		●	●		●		
15:00~18:00						●	
15:00~17:00				●			●

当院の利用であれば往診、または送迎対応も相談可。
犬や猫などの健康診断をお勧めしています。

ペットホテル併設、トリミングも行っています!





函館市富岡町1-21-4
☎0138-42-6321
FAX 0138-42-6323

○動物取扱業の種類/保管 ○登録番号/北海道第021920282号 ○登録年月日/令和2年3月11日
○有効期限/令和7年3月10日 ○動物取扱責任者/小池幸恵



PET SHOP & SALON
Pu-Du-Pu-

ご家族募集中の
わんちゃんたちの
最新情報は
Instagramにて随時更新中!



ご成約特典
初回トリミング無料
2回目以降10%OFF

LINE



YouTube



※7月26日現在の情報

 チワワ(ロング)♂ 248,000円(税別) 272,800円(税込)	 ミニチュアシュナウザー♀ 198,000円(税別) 217,800円(税込)	 チワワ MIX♂ 298,000円(税別) 327,800円(税込)	 マルチーズ♀ 198,000円(税別) 217,800円(税込)
 トイプードル♀ 248,000円(税別) 272,800円(税込)	 マルボメ MIX♂ 298,000円(税別) 327,800円(税込)	 マルペキ MIX♀ 198,000円(税別) 217,800円(税込)	 チワワ MIX♂ 198,000円(税別) 217,800円(税込)

PET SHOP & SALON
Pu-Du-Pu-
DOG LIFE PRODUCE

予約制 090-8271-1515

函館市湯川町1-28-4
営業時間/9:00~18:00
定休日/不定休

📍2台あり タウン薬局隣
mini-mini駐車場内

子犬の見学は事前のご予約をおすすめしております。

MAINICHI

新毎日

× 小学生新聞

毎日ファミリーセット

通常 5,150円 ↓

セット価格 4,650円

表示価格は全て税込み

毎日新聞 + **北海道小学生新聞** = **セット価格**

月極め定価 3,400円 月極め定価 1,750円

親子で新聞を読む習慣をつけましょう!新しい小学校の教科書には新聞が出てきます。学校の教材としてすべての子供たちが学習のために新聞を読む—そういう時代になったのです。



ニュースと学習記事が満載 読み解く力・考える力がつく

北海道小学生新聞

タブロイド版 定価1ヶ月1,750円 1部70円



ニュースの教科書!

幼い頃から活字に親しむ習慣をつけるには、お子さまに「自分の新聞」をとってあげることが一番の近道です。北海道小学生新聞は文章の全てに読みがながふってあり、ニュースと学習情報をわかりやすくお伝えしております。毎日新聞販売所より毎朝お届けいたします。(月一度の休刊日はお休みします)

池上彰さんも登場!

「教えて!池上さん」好評連載中!

イマイチわかりにくい日頃のニュースや法律を池上さんが解りやすく解説してくれます。

オトナの言葉は難しい!

ヨムハ マイニチ

ご購読・試読の申し込みは(毎日新聞・スポニチも!)

0120-468-012

創業17年!安心の誠実対応!!

高価買取

金・フランクの売却は当店へ!!

お電話1本で当日の買取価格をお知らせします!!

令和5年7月22日の買取価格 **K24~¥9,220/g 手数料**
※相場は日々変動します。 **K18~¥6,804/g 無料**

ギフト券・ビール券・切手

ギフト券・商品券・ビール券・お米券・ハガキ
収入印紙・切手・旅行券・JAL/ANA優待券
QUOカード・テレホンカード・図書カード

家電・パソコン

液晶テレビ・ブルーレイレコーダー・ビデオカメラ
炊飯器・レンジ・石油ストーブ・掃除機
パソコン・タブレット・デジカメ・プリンター

工具・楽器・カー用品

電動工具・大工道具・住宅設備品
ギター・アンプ・管楽器・キーボード・和楽器
カーナビ・オーディオ・レーダー・ドラレコ

貴金属・ブランド

金・プラチナ・ダイヤモンド・金貨各種
ロレックス・オメガ・タグホイヤー
ルイヴィトン・シャネル・グッチ...

マキタ・新品工具、住宅設備品、強化買取中です! 身分証明書ご持参下さい

ディスカウント&リサイクル
アセストプロ
☎0138-45-1178

函館市亀田町16-29(5号線沿い)
営業 AM9:30~PM6:00
定休日/水曜日
https://asest-pro.com/



格安航空券

ANA (全日空) JAL (日本航空)
ADO (エア・ドゥ)

航空券は全国・全路線(LCC除く)
お取り扱いしております。

航空券代金の詳細は

☎0138-52-1700 へお問い合わせ下さい。
もしくは info@sky-ticket.com

当店、スカイチケツ(有限会社スカイコーポレーション)と
東京都の旅行代理店、skyticket.jp(株式会社アドベンチャー)とは
一切無関係です。お問い合わせの際は間違えないようにお願いします。
また、弊社は航空券販売にあたり、航空券代金の他に
お客様より手数料等はいただいております。

高価買取 商品

- ANA(全日空)、JAL(日本航空)その他各種株主優待券
- ギフト券・商品券 額面の~95%
- ビール券816円⇨760円⇨ビール券504円⇨460円⇨
- 旅行券 額面の75%~
- テレカ 50度数 250円・105度数 550円
- 普通切手額面63円以上(シート70%・バラ65%)
- 記念切手額面50円以上(シート65%・バラ60%)

函館⇨札幌 [高速はこだて号]回数券 **高速バス**
1枚3,950円、2枚以上3,800円(1枚)で販売中!!

スカイチケツ

☎0138-52-1700 函館スカイチケツ 検索

当店の間、時間短縮営業となります
定休日/日曜日
平日 9:30~18:00
土曜・祝日 9:30~15:30

函館市駒場町7-5
※販売・買取価格は在庫状況
及び相場変動により予告なく
変更することがございます。
深堀町 電停
競輪場

最愛なるペットのご葬儀は 全て私たちにおまかせください



- 大切なペットへの負担を大幅に軽減
大型固定火葬炉採用
〔人間と同様の火葬システムで安心・安全です〕
 - 敷地内に合同墓地・室内納骨堂完備
〔火葬後の供養も心配ありません〕【毎月慰霊祭実施】
 - 函館新道経由でアクセスも便利!
〔函館・北斗市内の方にもご利用いただいております〕
- 創業20年以上の実績と自信と信頼

北海道認可霊園 24時間電話受付/完全予約制

道南ペット霊園

各種クレジットカード対応 送迎・お迎えも対応

お問合せ 受付 TEL0138-65-9494

葬儀・費用・事前相談などお気軽にご相談ください
亀田郡七飯町峠下675-1 〔道南ペットセレモニー(有)グループ〕

思い出となるお別れに 家族葬向け小規模ホール セレモニーハウス桐花



- 20~60人のアットホームな葬儀
- 家族葬に最適なメインホール
- 公共交通機関でご来場頂けます
- 函館駅から徒歩数分の好立地
- 安置室での少人数で葬儀も可能
- リビングへ御遺体搬入可能
- バス・シャワー室・台所完備
- 御遺族の宿泊も可能です

いざという時に...

御家族の精神的不安や
経済的不安を少しでも解消したい。

それが、
「桐花あんしんの会」です。

桐花あんしんの会 特徴

- ・入会金 ¥10,000のみ
- ・御入会者が御逝去された場合でも、
名義変更で生涯引き継ぎます(無料)。
・2親等まで御利用頂けます。

新型コロナウイルス対策 にも取り組んでおります

函館駅前 (有)小田桐葬儀社

経済産業大臣認可 全日本葬祭業協同組合連合会加盟
函館市若松町23番9号
TEL(0138) 22-1684 FAX(0138) 22-1685

小田桐葬儀社 函館 検索

<http://www.odagirisougisya.com/>

YouTube

Google
インデックス



お見積無料

こちらから取りに伺います!!

全国150店舗

許可・認可を受け、車のリサイクルを知り尽くした専門店

**要らなくなったお車、
安心買取ります。**



高価買取中!

- 解体車 ●廃車
- トラック・バス・バン
- 旅先での故障・事故車
- 車検切れ車 ●事故車

無料で廃車手続き致します
面倒な車税の手続き、還付手続きも対応致します

廃車王 函館店



LINEで
無料査定

0120-112-960

函館市西桔梗町818-17

インターネットでもお見積りできます!
<https://www.haishaou.com>
リサイクル券取扱店

※お客様の個人情報等を厳密に管理しています。

静謐と躍動。2つのエッセンスを研ぎ澄ませ、
限りなく上質な佇まいへ。

New! ALPHARD

福祉活動に積極的に協力します

函館トヨペット株式会社

本社/函館市石川町169番地35 ☎0138-46-2111 ■休日/第一-第三月曜日、毎週火曜日
■営業時間/9:30~17:30 お客様相談電話番号 ☎フリーコール 0120-46-2141
●ホームページ <https://hakodate.toyopet-dealer.jp/>

クルマと、つぎの楽しみを。 TOYOPET

読売新聞

●PISA2018年調査の上位20か国・地域

順位	読解力	得点
1	北京・上海・江蘇・浙江 (27)	555
2	シンガポール (1)	549
3	マカオ (12)	525
4	香港 (2)	524
5	エストニア (6)	523
6	カナダ (3)	520
7	フィンランド (4)	520
8	アイルランド (5)	518
9	韓国 (7)	514
10	ポーランド (13)	512
11	スウェーデン (17)	506
12	ニュージーランド (10)	506
13	アメリカ (24)	505
14	イギリス (22)	504
15	日本 (8)	504
16	オーストラリア (16)	503
17	台湾 (23)	503
18	デンマーク (18)	501
19	ノルウェー (9)	499
20	ドイツ (11)	498

※(1)内は前2015年調査の順位。北京・上海・江蘇・浙江は前位。北京・上海・石川町・広東。同順位でも順位が見えるのは小点数以下の差による。

ご存知ですか?

**日本「読解力」
急落15位**

過去最低タイ (国際学力調査)

「新聞」で「読解力」レベルアップへ

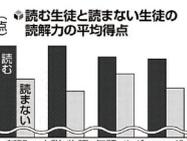
2018年の国際学習到達度調査で、日本の15歳の読解力の低下が指摘されました。
「読売新聞」や小学生向けの「読売KODOMO新聞」、
中学・高校生向けの「読売中高生新聞」をご家庭で読みながら、
お子さまの読解力のレベルアップに役立てませんか。



2019年12月4日付読売新聞朝刊紙面より

読解力低下

経済協力開発機構(OECD)が公表した2018年の国際学習到達度調査(PISA)の結果では、日本の15歳の読解力は、前回の8位から15位へ大きく順位を下げた。06年と並んで過去最低の順位となった。背景には、新聞などでまとまった文章に触れる時間の減少や、学習でのICT(情報通信技術)活用の進んだこと(教育関係者による)が指摘されている。(教育関係者による)読解力低下、本文記事一面



本・新聞読む生徒 高得点

読売新聞

「情報探し出す」苦手
読解力低下
本新聞読む生徒
読解力平均得点
460

毎日発行(朝刊)
プランケット判
月々3,400円(税込)

読売 中高生 新聞

読売 中高生 新聞
読解力平均得点
450

毎週金曜日発行
タブロイド判
月々850円(税込)

読売のDoMo新聞

読売のDoMo新聞
読解力平均得点
440

毎週木曜日発行
タブロイド判
月々550円(税込)

お申し込みは、
最寄りのYC(読売センター)へ



ここがポイント!

- 敷地広々、駐車3台可
- 1階に洋室あり
- 洗濯物などにも最適なフリースペース付
- 2階からの景色が最高
- 近くに商業施設多数で買い物便利

株式会社 曲小 小倉工務店



営業
外崎 稔大さん

5月に完成したばかりの函館市山の手1丁目モデルハウスをご紹介します。当社で1番人気の4LDKの企画住宅で、内装は1階2階ともに自然な木目調のフロアを使用し、落ち着いた空間を演出。玄関横には、使い勝手の良いシューズクローゼットを完備。ホールを通り1階には16.6帖のLDKが広がり、リビング隣には6帖の洋室付き。2階には洗濯物を干したり、子供を遊ばせたりできるフリースペースのほか、3帖のウォークインクローゼット付き8畳の主寝室、子供部屋に最適な6帖の洋室が2部屋あります。立地条件も良く、産業道路や日吉ICも近くて便利です。今ならリビング・ダイニング家具、65インチテレビ・テレビ台・食器棚・エアコン・防犯カメラ、カーテンレール・レースカーテン付きですぐに住めるモデルハウスです。随時見学予約受け付け中。お気軽にお問い合わせください。





即入居可能

新築モデルハウス

山の手1丁目モデルハウス

モデスティープラス

4LDK



土地+建物 **2,580万円** (税込) 月々 **61,641円**

◎40年返済 ◎固定金利3年0.7%

■所在地/函館市山の手1丁目41 ■土地面積/168.00㎡(50.82坪) ■建物面積/115.11㎡(34.82坪)
■構造/木造2階建 ■完成年月/2023年3月 ■交通/函館バス「山の手1丁目」駅徒歩6分
■学区区/東山小学校・北中学校

神山3丁目モデルハウスB

モデスティー

4LDK



土地+建物 **2,598万円** (税込) 月々 **62,071円**

◎40年返済 ◎固定金利3年0.7%

■所在地/函館市神山3丁目26 ■土地面積/163.75㎡(49.52坪) ■建物面積/110.13㎡(33.25坪)
■構造/木造2階建 ■完成年月/2023年6月 ■交通/函館バス「神山3丁目65」駅徒歩4分
■学区区/神山小学校・赤川中学校

日吉1丁目モデルハウスA

モデスティー

4LDK



土地+建物 **2,580万円** (税込) 月々 **61,641円**

◎40年返済 ◎固定金利3年0.7%

■所在地/函館市日吉町1丁目628 ■土地面積/252.98㎡(76.52坪) ■建物面積/110.13㎡(33.25坪)
■構造/木造2階建 ■完成年月/2023年5月 ■交通/函館バス「ラ・サール高校前」駅徒歩3分
■学区区/日吉が丘小学校・湯川中学校

柏木町90モデルハウス

ラドリー

3LDK



土地+建物 **2,885万円** (税込) 月々 **68,928円**

◎40年返済 ◎固定金利3年0.7%

■所在地/函館市柏木町16 ■土地面積/164.29㎡(49.69坪) ■建物面積/98.53㎡(29.80坪)
■構造/木造2階建 ■完成年月/2023年 ■交通/函館バス「深堀町」駅徒歩6分
■学区区/駒場小学校・巴中学校

■取引態様/売主 ※月々の金額は支払い例です。*広告有効期限/2023年8月末日





仲間とともに函館で1番のサロンを目指し 次世代に夢を与えられる美容師に

美容室「fika」は、スタッフが働きやすく、より良いサービスを提供できるよう、本店「shiro」の隣に、黒壁の2号店「kuro」をオープン。美容の全国大会「東京ビューティー・コンgres2018」のワインディング(パーマ)部門で、道内勢初のグランプリを獲得するなど、精力的に腕を磨いてきた浜辺海斗さんは、美容業界の将来を見据えたサロン作りに取り組む岩館裕太オーナーの熱意に惹かれ、2021年に入店。本店1番人気のスタイリストとして今年6月、新店の店長を任された。

なりたいイメージを汲み取り、骨格や顔のパーツ、髪の状態によってその人に似合うスタイルを提案するカット。毛髪補修成分を髪の内部まで浸透させ、施術を重ねるほどまとまりやすく艶やかな髪に仕上げる「バイカルテトリートメント」など。常に流行や新商材について学び、培った技術を

必要とする人に届けられるよう、接客やマーケティング、SNSの情報発信にも注力。自身の経験をスタッフと共有しながらサロン全体の盛り上げに努める。「これまでは労働環境の厳しさから美容師を諦めてしまう人も多かったので、ここでお客様と一緒に働く仲間も幸せにし、美容師を憧れの職業にしたい」と、函館で1番のサロンを目指している。



函館市昭和2-8-11 ☎0138-76-1058

10:00~18:00 ※予約優先

火、第1・3月曜定休 P有り(8台) キャッシュレス決済利用可





デイリー使い出来るカジュアルからCOOLでSEXYなアイテムまで取り揃えております。
大人気ブランド“MOUSSY”など各種人気アイテムが充実



[取扱いブランド]
MOUSSY GYDA
SLY EVRIS
RODEO CROWNS
WIDE BOWL rienda



SPLASH

函館市港町1-2-1 ポールスターB棟1F
☎0138-43-3333
10:00~19:00 無休 P有り
Instagramはこちら→



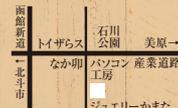
洗練されたデザイン、
フェミニンからクールなスタイルまで、
大人の女性にピッタリなナチュラル感と、
品格を合わせ持つセレクトショップ。



取扱いブランド
Mila Owen TODAYFUL
RIM.ARK Ungrid
LAGUNAMOON etc..

SPLASH N°5

函館市昭和3-30-43
☎0138-83-5299
営業時間/10:00~19:00
無休 P有り



Instagramはこちら→

バックナンバーの
ご案内

ハコラク Back Number

手に入らなかった過去のハコラク、
気になる号をネットで購入できます

ご購入は
YAHOO!ショッピング

(1冊/手数料込) 350円

<https://store.shopping.yahoo.co.jp/hakoraku/>



函館新聞社



KUMON

好きだから
始められる! 子育て中
未経験者も

わたしもできる。
はじめるなら、くもん書写の先生。

**くもん書写の
先生説明会**



まずはお気軽に
ご参加ください

公文書写 先生 検索

※25歳~60歳(女性)の方をお願いしております。

8月の
オンライン
説明会

23日(水)10:30~/13:00~

所要時間
30分

28日(月)14:00~/16:00~

※教室を開設する方は、公文エルアイエルとフランチャイズ契約を結ぶことになります。※開設時に認可料が38,500円(税込)がかかります。入会金:会費収入からロイヤリティが発生します。※保証金、権利金、加盟金などは不要。※貸会場または自宅での教室開設となります。※まずは来場前に電話かメールでお問い合わせください。※当日ご都合が悪い方もお気軽にお問い合わせください。

「ペン習字」「かきかた」「筆ペン」「毛筆」を教える『公文書写』は、
子どもから大人まで幅広い世代が学習しています。

公文書写は全国10万人以上の方が 公文エルアイエル
学ぶ書写団体です

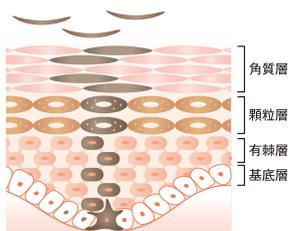
0120-410-297

公文エルアイエル札幌出張所/札幌市北区北7条西4丁目5-1伊藤110ビル3F

大人のシミは どうにもならない、と 思っていた。

蓄積メラニン^{*1}を追い出す、**結論!**
大塚製薬の[薬用]美容液。

美白分野で初めての効能効果^{*1}を認められた
独自の薬用有効成分「**エナジーシグナルAMP^{*2}**」を配合。
ターンオーバーを促して、シミのもとであるメラニンを
古い角質とともに排出し、健やかでクリアな肌へ導きます。
同時に、角質層のすみずみまでうるおいで満たし、
弾むようなハリ肌へ。
キメを整え、乾燥による小ジワを目立たなく^{*3}します。
洗顔後すぐのご使用で、肌底まで素早く浸透^{*4}。
今すぐ体感ください。



[ターンオーバーとは]
肌細胞が基底層で生まれ、表面で剥がれ
落ちるまでの肌の生まれ変わりのこと。

インナーシグナル
リジュベネイトエキス
[薬用美容液] (医薬部外品)
30mL (約30日分)
通常価格 **11,000円** (税込)



^{*1} メラニンの蓄積をおさえ、しみ・そばかすを防ぐ ^{*2} アデノシンリン酸二ナトリウム OT
^{*3} 効能評価試験済み ^{*4} 基底層まで



実感できる! 製薬会社のシミ対策。

リジュベネイトエキス
[薬用美容液] 14日分 ~~5,000円相当~~^{*}

初めの方限定
お試し 500円 (税込)
セット価格

注文番号: 96YR-63840 [1世帯1セット限り] 送料無料

※リジュベネイトエキス本品 (約30日分) 11,000円 (税込) からの容量換算による

●本商品を初めてご購入の方に限ります。過去に同様のキャンペーンに参加された経験のある方はお申し込みできません。●この広告からのご購入は、数に限りがございます。
●電話番号不明の場合、ご購入できない場合がございます。●この広告でご購入された製品は、転売および譲渡を禁止しております。転売または譲渡が発覚した場合には、大塚製薬株式会社にて調査し、通常販売価格との差額および調査費用の全額を請求いたします。ご理解・ご了承の上、お申し込みください。

お申し込みはお電話で! ▶ 大塚製薬 インナーシグナル (受付時間 9:00~20:00 / 年中無休)

通話料
無料

0078-6010-3450

(コール有効期間 ~2023/10/31)

※一部の固定電話から繋がらない場合がございます。恐れ入りますが携帯電話等でおかけ直しください。
※その他、お問い合わせについても上記にご連絡ください。

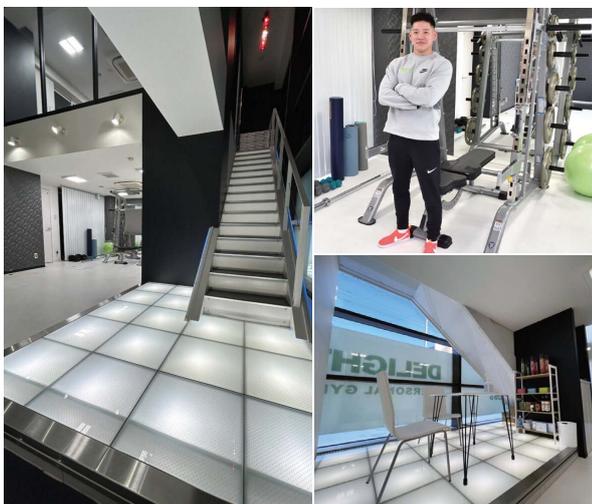
大塚製薬株式会社 インナーシグナル 〒108-8242 東京都港区港南2-16-4 品川グランドセントラルタワー

【お届けについて】◎商品は、ご注文受付後10日ほどでお届けします。◎お届け品の交換、または返品は未開封の場合に限り、到着後8日以内にお願いたします。お客様のご都合による交換・返品の場合、返送料はお客様負担とさせていただきます。◎商品のお届けと販売は、大塚倉庫株式会社 流通サービス事業部 (東京都中央区晴海4-7-4) より行います。
【お支払い方法】◎コンビニエンスストアまたは郵便振込 (振込手数料無料) にて、商品到着後2週間以内にお支払いください。
【個人情報保護・利用目的について】ご注文の際にいただいたお客様の個人情報は弊社の個人情報保護方針に基づき、安全かつ適切に管理いたします。また、個人情報は、大塚製薬株式会社および業務委託先を除く第三者に開示・提供することはありません。なお、お客様の個人情報はご注文いただいた商品の発送およびアフターサービスや新商品・サービスに関する情報のダイレクトメール・電子メール・お電話等でご案内するため利用させていただく他、個人を特定しない統計データとして、製品の研究開発や改善改良、サービスの向上に活用させていただきます。

携帯電話からも
無料です

有資格者による本気のダイエット

パーソナルジム デイライト 函館店



ダイエットにこだわる独自メソッドで数々の実績を基に、有資格者が解剖学的観点から一人ひとりに合った指導を行う同ジムは、完全個室のプライベート空間で周りを気にせずトレーニングに集中できる。一番人気の「DNAメソッドコース」は、5～10kgのダイエットにおすすめで、遺伝子検査を行い体質に合ったメニューで効率の良いトレーニングが可能。また、トレーナーのカウンセリングによる、リバウンドさせないアフターフォローにも定評がある。

ダイエット&ボディメイク
DELIGHT
PERSONAL GYM

体験
カウンセリング
無料

この季節背中
は
顧
ら
れ
て
い
る
！
目指せ！背中美人！

服
を着こなす
ボディメイク術

どこの筋肉が低下して、
どこに脂肪が付きやすいか
姿勢診断 体験カウンセリング 受付中！

ダイエットに化学的根拠を
DNA検査で
あなただけのプラン。

食事指導とDNA検査で
独自のメソッド

DNA検査でわかること
どの食事が向いている
脂質代謝・糖代謝
リバウンド
しやすい・しにくい

7月実績

メソッドコース	2ヶ月	before	after	結果
男性50代 身長…180cm 会社員		体重 110kg ウエスト 113cm BMI 34	96kg 104cm 29	-14kg -9cm -5

ダイエツト実績
ブログ公開中！

QRコード

パーソナルジム デイライト函館店

〒041-0811 函館市富岡町
2-48-7 リコエクスプレッス TEL.0138-83-6093

■営業時間/9:00～22:00 [最終受付21:00] ■不定休 ■駐車場有り 詳しくはWEBで

話題のジムで

体を鍛える、

磨く、

引き締める。



ダイエットから健康維持
ボディメイク
不調の改善まで
専門のトレーナーや
インストラクターが
一人ひとりに合わせた
メニューを提案し
理想の体に導く



今年5月、函館市梁川町にオープンした同ジムは、道南最多級のマシン数（全7種）が揃い、さまざまなトレーニングを提供している。経験豊富で栄養士免許を取得しているトレーナーが在籍しているので、食事のアドバイスを受けながら健康的にトレーニングを続けることができる。年齢や性別を問わず誰でも受けられる「ストレッチ」「トレーニング」「ヨガ」の全メニューから、健康維持やダイエットなど一人ひとりの目的や、気分・体調に合わせたカスタムトレーニングが可能。特に「ストレッチ」は、理学療法士が監修した筋膜リリースとストレッチの融合とも言える独自のレッスンが人気で、骨盤の歪みや肩こり・腰痛が気になる人には最適のメニュー。また、家族や友達同士など2人以上でのレッスンは更にお得に受けることができる。ほか、パーソナルトレーニングとヨガ（1人いずれか1回のみ）が体験できる大好評の「初回限定体験キャンペーン」や、9月16日まで1人1回限定（過去に来店歴のある人も可）で「ストレッチ体験」（60分・1,980円）を実施しているので、パーソナルジムは敷居が高いと感じている人も気軽に参加してみたいはかが？

新しい身体へ・あの頃の身体へ

あなただけのカスタムトレーニング

パーソナルストレッチ&パーソナルトレーニング

NEO BODY

ネオ ボディ



新しい身体へ
あの頃の身体へ



プロバスケットボールチーム
青森ワッツの福田真生選手もおすすめ



NEO BODY

Personal Training
& Stretching

福田真生選手からのコメント



筋トレとストレッチで、ダイエットだけではなく運動能力の向上ができるので、僕は函館に来たら、体の調整はNEO BODYさんにお任せしています。理学療法士監修のオリジナル施術「パーソナルストレッチ」や、経験豊富なトレーナーが数多くのマシンから、その人に合ったメニューを作成する「パーソナルトレーニング」など、函館でレベルの高い施術が受けられます！



このジム一つで
身体は生まれ変わる

8/17~9/16まで、**キャンペーン実施中!**

■ **ストレッチ体験** **先着20名** (お1人様1回限り)
[60分] **1,980円** 過去にご来店いただいた方も対象です。

■ **新スタッフキャンペーン** **1日3名限定** (お1人様1回限り)
[30分] **500円** 当ジムの新人トレーナーが担当します!

初回限定体験キャンペーン実施中!

[お1人様いずれか1メニュー限定]

パーソナルトレーニング **5,000円**
[60分]

ヨガ **3,000円**
[30分]

(男性もOK!)

Inner Position Stretch **インナーポジションストレッチ** 肩こり・腰痛・ダイエットなどのお悩みに



パーソナルストレッチ & パーソナルトレーニング NEO BODY

函館市梁川町5-10 プライム函館EAST (旧朝日生命函館梁川ビル) 1F

完全予約制 ☎ 080-2165-5050

営業時間/10:00~21:00
定休日/月曜日
キャッシュレス決済利用可
駐車場あり



朝刊配達 スタッフ募集！

春から心機一転！お仕事スタート！

女性

男性

学生

年配の方

初心者

大歓迎

雇用条件

応募資格 65歳くらいまでの健康な方
 勤務時間 午前4時から6時くらいまで
 給与待遇 月収50,000円程度 ※配達部数より前後します。
 応募方法 下記の問い合わせ先までご連絡ください。
 ※委細面談します。

2時間
程度

早朝時間を
有効活用！

まずはお電話ください！

ASA 函館 西部・北部

函館市亀田町20-21

TEL0138(34)5860

ASA 函館 美原・北斗

函館市美原3丁目58-10 Asahi館A館

TEL0138(34)5860

ASA 函館 湯川・東部

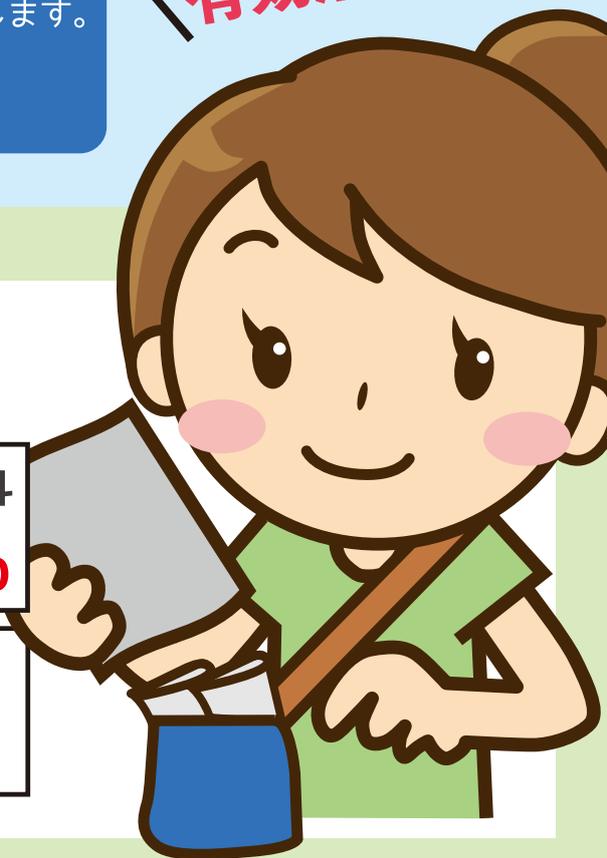
函館市銭亀町283-43

TEL0138(35)2133

ASA 函館 本通

函館市深堀町10-3

TEL0138(55)1025



MEDICAL

メディカル



病医院・歯科医院情報から病気やケガについての知識、介護など
豊かで健やかな暮らしのための医療・健康情報をお伝えします。

HEALTH TOPICS

呼吸器・乳腺外科を開設
質の高い医療を提供

日常生活を見直す
きっかけづくりに

eスポーツを通して
専門知識と社会性を学ぶ



函館市医師会病院

函館市医師会病院は今年4月、鈴木康弘院長の着任に伴い呼吸器・乳腺外科外来を開設した。鈴木院長は外科、呼吸器外科、乳腺の専門医で、同院では肺がんや肺炎、膿胸、縦隔腫瘍などの呼吸器外科領域と、乳がんなどの乳腺外科領域の両方を担当。診断から手術、抗がん剤治療、緩和療法とより専門性の高い医療を提供し地域医療の充実を図る。「かかりつけ医と連携し、地域の方の健康作りに貢献していきたい」と鈴木院長。

函館市富岡町2-10-10 ☎0138-43-6000
診察／火曜9:00～11:00、木曜14:00～16:00 ※完全予約制



函館市保健福祉部 健康増進課

函館市では保健師・管理栄養士が、生活習慣病予防の食事や運動方法、禁煙など、健康づくりに関する個別相談に応じる「健康づくり相談」を実施している。対象は18歳以上の函館市民。市総合保健センター（五稜郭町23-1）での対面、または電話、Zoomによるオンラインで対応する。「対面相談の場合は模型で内臓脂肪の重さなども体感できます」と同市。相談は無料で電話相談以外は予約制。

問い合わせ／函館市保健福祉部健康増進課 ☎0138-32-1515



イープロジェクト

就労継続支援B型事業所 e-project

パソコンを使うオンラインゲームで世界の対戦相手と勝敗を競う「e-sports」を取り入れた就労支援事業所がオープン。ゲームを通してパソコンの操作やチームプレイを学ぶほか、動画編集などの専門知識も身につけ、将来的な一般就労を目指す。「本格的な設備にハードルが高く感じるかもしれませんが、初心者の方も興味があれば慣れていきます。見学も随時募集中です」とサービス管理責任者の角田佳佑さん。

函館市広野町2-2 ☎0138-86-5712
問い合わせ／8:30～17:30 土・日曜定休



札幌への転院搬送

道南地域において医療機関は函館市に偏在しており、函館市でしか提供できない医療があります。これは北海道全体でも同様であり、札幌市に医療機関や医師が偏在し、札幌市でしか提供できない医療があります。そのため函館市で治療が継続できない患者さんの場合、札幌市に送り届ける必要が出てきます。その手段としてはドクターヘリ、消防防災ヘリ、メディカルウィング、自衛隊機、民間

救急車などがありますが、今回はECMOcar(エクモカー)をご紹介します。コロナ禍で耳にすることが多くなったエクモはいわゆる人工心肺装置です。患者さんの血液を体外に取り出し、酸素を渡して二酸化炭素を排出させ、体内に再び血液を戻します。機器は大型であり、管理には高度な知識を要し、医師・看護師・臨床工学技士が協同して管理する必要があります。函館市でもエクモ

を用いた治療が行われていますが、何人も同時に治療するには人材の観点から限界があります。その際には札幌への移送が検討されますが、ここで活躍するのがエクモカーです。2022年2月に札幌医科大学附属病院で道内初のエクモカーが導入されました。ヘリコプターや航空機、救急車では対応できない大型の機器を装着した重症患者さんの搬送を得意とします。訓練を受けた医師・看護師・臨床工学技士からなるチームで出動し、道内全域から札幌市の病院へ安全に搬送することができます。函館市からも2023年3月時点で3名の患者さんを搬送した実績があります。どの病院からの相談も受け付けていますが、エクモを導入できる施設は限られています。函館市の医療が既にひっ迫している場合、エクモを必要とする重症患者さんをドクターヘリなどで迅速に函館市内へ搬送し、初期治療を行い安定化させたのち、エクモカーで札幌へ搬送するのが最も救命率の高い最善手と考えられます。



市立函館病院
救急科
坂脇 英志 主任医長

略歴 平成18年、札幌医科大学医学部卒業後、同大附属病院、苫小牧王子総合病院勤務などを経て、平成26年から市立函館病院に勤務。平成31年4月に救急科主任医長に就任。日本救急医学会救急科専門医。



市立函館病院 函館市港町1-10-1 ☎0138-43-2000(代) <https://www.kanbyou.jp/>

■診療科目／消化器内科、呼吸器内科、循環器内科、消化器外科、心臓血管外科、精神神経科など全30科目
■外来診療受付時間／8:30～11:30、午後は予約患者のみ ※診療科によって異なるので詳しくは問い合わせ
■休診日／土・日曜、祝日
がん相談支援センター開設時間／8:30～17:00(土・日曜、祝日を除く、内線3289)
なんでも相談コーナー開設時間／8:30～17:15(土・日曜、祝日を除く、内線4112)



子どもの消化管内視鏡検査



函館中央病院
小児科
佐々木 吉明 医長

子どもの腹痛の原因は便秘症や感染性胃腸炎（かぜも含む）が大多数ですが、最近原因不明の腸炎である炎症性腸疾患（潰瘍性大腸炎やクローン病）にかかる子どもの数が世界的に増えてきております。2週間以上続く腹痛や下痢、体重減少、血便などを認めた場合は炎症性腸疾患を考えなければなりません。潰瘍性大腸炎は大腸の表面の粘膜層のみに炎症を認め、クローン病は口から肛門までの全消化管に炎症がおき、

粘膜層より下層まで炎症がおきるため消化管に穴が開くことがあります。診断するためには実際に消化管内視鏡検査（胃カメラや大腸カメラ）で胃や腸を観察して、一部粘膜を取ってきて顕微鏡で炎症の状態を確認することが必要となります。成人の皆さんでもなるべく胃カメラや大腸カメラなどの内視鏡検査は受けたくありませんよね？お子さんにおいても当然であり、保護者の方々もなるべく

消化管内視鏡検査を受けさせたくないですよ？そこは医師として悩むことです。

お腹が痛くて辛い時間は続きませんが、消化管内視鏡検査以外の血液検査や便検査、X線検査、腹部超音波検査（エコー）などを行いながら診断し、ある程度病名をしぼっていきながら、お子さんや保護者の方々に実物の内視鏡を見て納得していただき内視鏡検査を行います。大腸内視鏡では検査前に多量の水（腸管洗浄剤）を飲む必要がありますが、本人の好みもあるので下剤や浣腸を組み合わせて対応しております。細い内視鏡（直径6mm程度）を使い、眠り薬や痛み止めを適切に使いながら本人に負担をかけないように行っております。

炎症性腸疾患は現在において根治療法はなく、寛解と再燃を繰り返すこともあり、一生涯において付き合わなければなりません。二度と消化管内視鏡検査を受けたくないとお子さんに思わせないように、また、診断後に内視鏡以外の検査で炎症の状況を確認できる方法がないか現在模索中です。



函館中央病院 函館市本町33-2 ☎0138-52-1231(代) <https://chubyou.com/>

■診療科目／糖尿病・内分泌内科、消化器内科、腫瘍内科、循環器内科、小児科、外科、整形外科、形成外科、脳神経外科、心臓血管外科、皮膚科、産婦人科、耳鼻咽喉科、歯科口腔外科など、全26科目
■受付時間／8:30～11:30、13:30～16:00 ※土曜は午前のみ。診療科や時間帯によっては要予約。
■休診日／日曜・祝日・年末年始



大腸がんのはなし

大腸がんは近年増加傾向にあり、特に女性では死亡原因の第1位となっています。大腸がんの原因の一つに食生活の欧米化が挙げられています。動物性脂肪の摂取が増える一方で食物繊維の摂取が少なくなってきたのです。高脂肪食をたくさん取るとそれを消化するために多量の胆汁が出てきますが、その中に含まれる胆汁酸が腸内細菌の作用により2次胆汁酸となり大腸粘膜を刺激して大腸がん発

生の促進因子として働くと考えられています。一方、食物繊維は水分を吸収して便の量を増やし、大腸の蠕動運動を活発にして便の排出を促すと共に、繊維自身が胆汁酸を吸収する作用もあり発がん抑制に働くといわれています。食物繊維は穀類、豆類、海藻類に多く含まれています。大腸がんの予防のために日本食を見直してみたいかがでしょうか。大腸がんに対して便潜血反応検査を用いた集団検診が実施さ

れています。我が国の大腸がん検診の受診率は2019年のデータで男性47・8%、女性40・9%でした。これはおよそ10年前のアメリカの受診率とほぼ同じで、18年のアメリカの受診率は66・8%でした。日本で大腸がんが増加している一方で、発がんリスクが高いはずのアメリカでは、検診に力を入れることによって大腸がんが減少しているのです。便潜血検査で陽性になると、精密検査、主に大腸内視鏡検査が行われます。要精査のうち大腸がんが見つかるのは2%ほどですが、約10%に良性疾患が見つかります。この中に大腸ポリープが含まれます。大腸ポリープのうちの多くを占める線種性ポリープは、大きくなるのがんになる可能性があります。ポリープを内視鏡的に切除することで、大腸がんの発生を少なくできるのです。大腸がんは臓器の中でも治りやすいがんの一つで、早期発見し治療すれば高い治癒率が期待できます。40歳を過ぎたら大腸がん検診を受け、もし陽性の結果が出たらためらわずに大腸内視鏡検査を受けられることをおすすめします。



西堀病院
外科
金子 行宏 院長

略歴 昭和58年、北海道大学医学部卒業後、帯広厚生病院、国立がんセンター、チクバ外科胃腸科肛門科病院、斗南病院、函館市医師会病院勤務を経て、令和5年4月、西堀病院に院長として着任。日本大腸肛門病学会大腸肛門病専門医。



西堀病院

函館市中道2-6-11 ☎0138-52-1531 <http://www.nishibori-hosp.or.jp/>

■診療科目/内科、消化器内科、循環器内科、外科、整形外科、肛門内科、リハビリテーション科
■診療時間/月～金 9:00～12:30、13:30～17:00
■休日/土・日曜・祝日



喘息の予防と治療



はるこどもクリニック
高柳 滋治 院長

略歴 昭和59年、北海道大学医学部卒業。同年4月から北海道勤医協札幌病院に8年間勤務後、静岡てんかん・神経医療センター小児科、道南勤医協稜北病院小児科医長を経て、平成21年9月、はるこどもクリニックを開院。平成23年12月病児保育所はるっこ開設。日本小児科学会小児科専門医、日本小児神経学会小児神経専門医。著書に「いいとこ探しののびのび子育て」あり。

季節の変わり目には、喘息の発作で受診する子どもたちが増えます。軽い発作の時には、決められた発作止めを使います。少し冷たいくらいの水を飲む、窓をあけて外の新鮮な空気を吸う、背中をたたいて痰を出しやすくするなどを試みます。しばしば発作を繰り返したり、咳や苦しさをため、食事、睡眠、遊びなどの生活に支障が出たりするようなら病院にかかります。喘息

の発作は、急に悪くなることもあります。肩で呼吸し、顔色が青白い、意識がうすれてきているようなときは急いで病院へ行くようにしましょう。喘息の治療は、薬物療法、原因療法、生活療法を総合的に行います。薬物療法には、今ある症状をおさえる薬（咳や痰の薬、気管支を広げる薬）と気管支の感受をおさえていく薬（抗アレルギー薬、ステロイドの吸入薬）があります。

症状がある間はどちらも使いません。症状が落ち着いたら、症状をおさえる薬はやめていくことができます。ただし、しばらくは気管支の炎症が残っていて、発作の起こりやすい状態が続きます。抗アレルギー薬、ステロイドの吸入薬は、途中でやめてしまわずに、医師に指示された間は続けるようにしましょう。家のダニ、ペットのふけ、カビ、花粉などを減らす工夫が大事です。布団乾燥機を使ってしっかりと布団を乾燥させ、掃除機をかけるようにします。部屋の片づけ・掃除、エアコンや除湿器、空気清浄機の利用なども有効です。たばこの煙もなくなるようにします。生活リズムや体力作りの運動など心身の鍛錬も大切です。水泳は呼吸のための筋肉を鍛え、自律神経のバランスを良くするために最適な運動です。お風呂上がりの水かぶりも効果的です。喘息があるからと過保護にせず、冬でも薄着で、冷たい風ものともせず、遊び回っているうちに、どんどん発作を起こさなくなっていくます。



はるこどもクリニック 病児保育所はるっこ（はるこどもクリニック併設）
七飯町本町6-7-42 ☎0138-65-0500 <https://haru-kodomo.com>

■診療科目／小児科

■診療時間／午前一般外来:月～土 9:00～12:00、午後予約優先外来:月・水・金 15:00～18:00、火 16:00～18:00
ワクチン外来:月・水・金 14:00～15:00、乳児健診:火 14:00～16:00

■休診日／日曜・祝日



エアフローとGBTについて

今回はエアフローとGBTについてのお話です。エアフローとは今まで研磨ペーストをブラシにつけて磨く(ポリッシング)メンテナンスの進化型として発案された機器で、歯の表面に薬品と水をスプレー状に吹き付ける機器です。この機器を使用したメンテナンスをGBT(Guided Biofilm Therapy)と言います。GBTとは、エアフローを用いて歯の表面についている汚れ(バイオフィーム)

を除去するシステムです。ポリッシングブラシが届かなかった隙間の奥の奥にまで薬品が届くのが大きな特徴です。具体的にはどのようなことをするかというと、口腔内の染め出しを行い、目に見えない汚れを確認します。その後、いよいよエアフローの登場です。染まっているバイオフィームを取り去っていきます。可視化されているので歯科衛生士としても、汚れがハッキリと確認できます。硬くて取り切れない汚れは、超音波

スクレーパーなどで除去します。患者様の中には、「歯の表面を磨く施術はやらないのですか?」とおっしゃる方がいらっしやいます。GBTの考え方では、ポリッシングは不要とされています。エアフローを使用した場合、ポリッシングがなかったとしてもクリーニングの質は問題ありません。しかし、バイオフィームは除去できませんが、まったく着かないようにすることはできません。重要なのは、バイオフィームの病原性を低く維持するということです。バイオフィームというのは、時間が経つほどに病原性を増し、むし歯や歯周病の原因になります。定期的なバイオフィーム除去を繰り返すことで、病原性を低く維持することができます。メンテナンスで、安定した状態を維持することができます。

歯科業界は日進月歩。今まで常識だったことが新しい常識へと塗り替えられ、考え方が変わっていきます。健康維持・向上の知識を持ってもらい、お役に立てたいと思います。



シュンデンタルクリニック
鎌田 俊 院長

略歴 平成16年、岩手医科大学を卒業。平成18年、同大学口腔顎顔面再建学講座入局。平成19年、同大学大学院に入学し、平成23年に卒業。道内外の歯科勤務を経て平成28年、シュンデンタルクリニック開院。岩手医科大学非常勤講師。歯学博士。



シュンデンタルクリニック

函館市石川町461-38 ☎0138-47-3737 <http://shundc.jp>

■診療科目/ 歯科、歯科口腔外科、小児歯科、矯正歯科
■診療時間/ 9:00~18:00 ※水・土曜は14:00まで
■休診日/ 日曜・祝日



乳がんとも生きる

④ 組織生検

結果は悪性「私は死ぬの？」

函館新聞社札幌支社の記者が、函館新聞につづった、がんの告知から治療、社会復帰への体験記です。

細胞診の結果は、腫瘍細胞の変化の強さを正常細胞と比べて相対的に段階評価したもので、I～Vの5段階に分ける「クラス」(パパニコロウ分類)という分類方法で説明されます。

別表。結果は一定基準に沿って、腫瘍が悪性である可能性が評価されます(※1)。つまり、検査をした腫瘍がクラスI～IIの場合には良性、クラスIIIは良悪性のどちらもあり得るもの、クラスIV～Vは悪性の可能性が非常に高いもの、ということになります。

細胞診から5日後、電話で医師から腫瘍の検査結果を告げられました。

右1.5cmがクラスV

医師「右1.5cmは悪性判断でした。確定診断を付ける必要があります。再度来院してください」。指示に従い、後日再

び病院へ。エコー画像を見ながら、細胞診の結果説明を受けました。

左乳腺8mm：クラスII、右乳腺1.3cm：クラスIII、同1.5cm：クラスV。

医師「左乳腺の8mmは気にしないで良いです。右乳腺の1.3cmの良悪についても、心配しないでください。1.5cmを手術するときに一緒に取ってもらいましょう」

私「あの…私は死ぬのでしょうか?」。一番聞きたかった言葉が、口からこぼれました。

医師「今のところ、緊急性が高いというわけではないと思いますが、悠長にしているわけにもいきません」

確定診断のために必要な組織生検では、評価した細胞がたくさん集まってどんな構造を作っているかを判断して良

悪性を鑑別するために、細胞が大量に集まった組織片を採取する必要があります。使用器具の針が太いので、局所麻酔で痛みをなくしてから行います(※2)。器具もいくつ種類があり、細胞診の内容や患者の状況などによって使い分けられます。私は、吸引式乳房組織生検という、病変組織を吸引しながら切り取る検査を行いました(※2)。

エコーで腫瘍の位置を確認しながら、器具を病変部に刺します。医師の操作で器具の内刃が患部に入り込み、一部を切り取る仕組みです。

医師「少し大きな音がしますよ」

細胞診クラス分類とその他の分類

クラス分類	3段階分類	パパニコロウ分類
クラスI	陰性	異型細胞を認めない
クラスII		異型細胞を認めるが、悪性ではない
クラスIII	擬陽性	悪性細胞を疑うが、確定的ではない
クラスIV		悪性細胞を強く疑う
クラスV		悪性細胞と確定できる

器具が胸に刺さり、「ジョキン、ジョキン」とはさみで何かを切るような音が耳元に響きます。怖い音ではありますが、麻

酔をかけていたので痛みは全くありませんでした。自分の身に起きたことを受け入れたわけではありませんでしたが、細胞診のときのような取り乱した気持ちでもありませんでした。

検査中に治療と仕事の両立など今後のことを漠然と思いついて、医師に質問しました。

私「仕事についてですが、これからのスケジュールなど、ある程度の見通しを付けたいと思うのですが」

医師「悪性(腫瘍)でほぼ確定です。関係者に伝えてください」「確定診断がいたら、入院と手術が必要です。ご希望の病院を紹介します」

冷静さ取り戻す

会話をしている間に処置が終了。検査をする右胸の下に敷いていた薄紙には鮮血が染みていました。短期間にあまりに多くのことがありすぎて、私は心身のバランスを崩しかけていました。しかし、仕事や今後について考えることで、少しでも冷静さを取り戻した時間でもありました。

(※1) GMSがんメディカルサービス「がんのクラス表」
「クラス診断でがんと言われたらどうするか」

(※2) さっぽろ円山乳腺クリニックホームページ「精密検査」

プロフィール / 鳥越 裕子(とりごえ・ゆうこ)

函館新聞社札幌支社社長。1973年札幌市生まれ。跡見学園女子大文学部英文学科卒。2014年から、函館新聞社札幌支社で広告営業兼記者として勤務。2022年から現職。2019年10月、46歳で右乳房浸潤性乳管癌の告知を受ける。同年11月、右乳房部分切除手術実施。放射線治療を終了し、現在ホルモン内分療法を継続中。



たかさわ糖尿病内科 クリニック

Takasawa Diabetes Clinic

内科
糖尿病内科

院長 高澤 宏文 日本糖尿病学会 糖尿病専門医

診療時間	月	火	水	木	金	土
9:00~13:00	●	●	●	▲ 12:00	●	▲ 12:00
14:30~18:30	●	●	●	/	●	/

休診日/日曜・祝日 ※▲の診療時間は12:00まで

函館市港町1丁目11番18号
函館港町ビル3階

☎(0138)44-0100

詳しくはホームページをご覧ください
<https://takasawa-dm-clinic.com/>



インターネット診療予約受付中

[PCからはこちら]

<https://ssc6.doctorqube.com/takasawa-dm-clinic/>



[スマートフォンはこちら]

たからまち 総合診療クリニック

Takaramachi General Practice Clinic

診療時間	月	火	水	木	金	土	日・祝
09:00~12:30	○	○	○	★	○	○	/
14:00~18:00	○	○	○	★	○	○	/

★：祝日がある週は木曜診療を行います

診療科目：内科・外科・救急科・小児科
院長：玉城 耕平

TEL 0138-86-9181

〒040-0043 函館市宝来町8-9

宝来町電道路沿い

函館 たからまち

検索



桜町メンタルクリニック

精神科・心療内科

院長 新出 泰士

診療時間	午前	午後
火・水	9:30~12:30	14:00~17:30
木・金	9:30~12:30	14:00~18:30
土	9:30~12:30	14:00~17:00

休診日/月・日・祝日

インターネットで予約ができます

当医院では、携帯電話・スマートフォン・パソコンのインターネットから診察の予約が可能です。ぜひご利用ください。



<https://ssc3.doctorqube.com/sakuramachi-mc/>

亀田郡七飯町桜町1丁目3-41

TEL 0138-83-6623

URL <https://sakuramachi-mc.jp/>



心療内科・精神科・神経内科

医療法人社団

五稜郭メンタルクリニック

院長 多田 直人

診療時間[要予約]

- 月・火・木/午前9:00~午後7:30
- 水・金/第1土/午前9:00~午後5:30
- 土・日・祝日/休診(第1土曜日のみ診療)

〒040-0004 函館市杉並町23-15

TEL (0138) 31-7771

FAX (0138) 31-7772

URL <http://www.goryokaku-mc.gr.jp>

訪問看護ステーション ジョイナス

TEL 0138-31-7775 (訪問看護直通)

デイケアセンター ふれんず

TEL 0138-31-7776 (デイケア直通)





医療法人社団 玄心会

吉田眼科病院

名誉 吉田 玄雄 理事長 吉田 紳一郎
 副院長 佐藤 浩介 医師 三須 恵太
 医師 吉田 登茂子 医師 鎌田 有紀
 麻酔科 斉藤 達志 医師

完全
予約制

市内巡回
路線バス
運行中



※運行時間やルートなど、詳しくは病院へお問い合わせ、又はHPをご覧ください。

〒041-0851 函館市本通2丁目31-8

tel.0138-53-8311 fax.0138-51-6265

診療時間

月・火・水・金曜日 ▶ PM6:00迄受付
 木・土曜日 ▶ PM5:00迄受付
コンタクトを初めて希望される患者様は検査等に時間を要するため、受付終了の30分前迄にご来院ください。

<https://yoshidaganka.com>

医療法人社団

ごとう内科胃腸科

■内科 ■胃腸内科 ■循環器内科 ■呼吸器内科

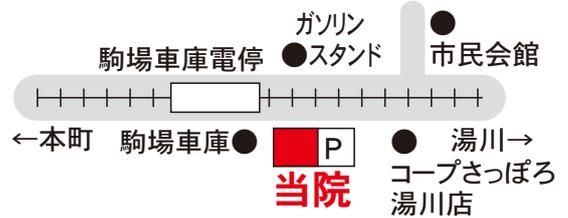
院長 後藤 琢

1月より毎週木曜午後は休診になりました

月・火・水・金 / 午前8時30分～正午
 午後2時～午後5時30分
 木・土 / 午前8時30分～正午
 ※日曜・祝日休診

診療
時間

■受付は診療時間の30分前で終了致します



函館市駒場町16-14
駒場車庫電停前
(駐車場有り)

☎51-7389(代)

HPアドレス <http://www.gotonaika.com>

**パワーリハビリ
 しませんか?
 筋力訓練重視の
 デイサービス!!**

通常デイサービスで行っている入浴・食事提供がなく、1回の利用時間は2時間または3時間で、午前・お昼・午後の3部に分けて同じメニューをご利用いただけます。(1回475円より)

**七飯町・北斗市
函館の方、自宅まで無料送迎!**

寝たきりにしない! させない! 作らない!

パワーリハビリ&機能訓練特化型
デイサービス ぶれあい

七飯町本町4-11-15 TEL65-6066
<http://www1.odn.ne.jp/slowlife/>



医療法人社団 正寿会

秋山記念病院

●産科 ●婦人科 ●乳腺外科

名誉院長 野納 邦昭 理事長・院長 秋山 實男 副院長 榎本 深

診療時間

産科・婦人科

月・火・木・金 9:00～12:00
 15:00～18:00
 (受付は17:45までです)
 水 9:00～12:00
 土 9:00～14:00
 日 9:30～12:00

乳腺外科

(予約制)
 月・火・木 9:00～11:40
 14:00～16:40
 水・金 9:00～11:40

日曜日診療

(産科・婦人科)

※祝日は休診

函館市石川町 41-9

不明な点は
電話にてお問い合わせください。

☎(0138) 46-6660(代)

当院では「生殖補助医療説明会」を月に1度開催しています。
詳しくは当院ホームページをご覧ください。

WEB 予約もご利用下さい

<http://akiyama.hakodate.jp/>

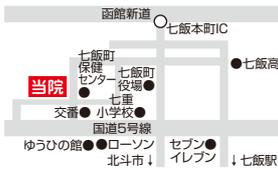
診療科目 小児科

はるこどもクリニック

院長 高柳 滋治

診療時間	月	火	水	木	金	土
9:00~12:00	○	○	○	○	○	○
15:00~18:00	予約優先 外来	18:00~ 予約優先 外来	予約優先 外来		予約優先 外来	

※月・火・水・金曜日の午後は「予約優先外来」(前日までの予約制・当日急患も17:30まで受け入れ可)
※火曜午後は16時~18時までとなります。
※日曜・祝日は休診 ※乳幼児健診は毎週火曜日14:00受付(要予約)



〒041-1111 七飯町本町6丁目7番42号

TEL 0138-65-0500 お気軽にお問い合わせ下さい。

当院ホームページアドレス <https://haru-kodomo.com>

各予約システム

<https://ssc8.doctorqube.com/haru-kodomo/>

各予約はコチラ



病児保育所 はるっこ併設 TEL 0138-65-1500

KAMIISO KODOMO CLINIC
KAMIISO KODOMO CLINIC

かみいそこども クリニック

院長 渋谷 好孝

〒049-0162 北斗市中央2丁目4番3号

TEL.0138-74-2611 FAX.0138-74-3001

E-mail: shiburin@ms7.ncv.ne.jp

診療時間

月火 午前9:00~ 正午

木金 午後3:30~ 6:00

水 午前9:00~午後0:30

午後 休診

土 午前9:00~午後1:00

休診日 日曜日・祝日

予防接種・健診

月火 午後2:30~ 3:30

MAP



Get it on Google play

Available on the App Store

「アイチケットアプリ」を左記から

インストールしていただくと、

簡単に診療予約が出来ます。

臨時休診などの連絡も受け取れます。

ぜひご利用ください♪

アイチケットアプリ

アイチケットアプリ

シュンデンタルクリニック



[院長] 鎌田 俊

[診療科目] 歯科 歯科口腔外科 小児歯科 矯正歯科

診療時間	月	火	水	木	金	土	日
9:00~18:00	●	●	●	●	●	●	-

お昼休憩なし 水・土曜は14時まで
休診日 日曜・祝日

函館市石川町461-38

TEL 0138-47-3737

FAX 0138-47-3767

<http://shundc.jp>



みさわ歯科口腔外科 クリニック

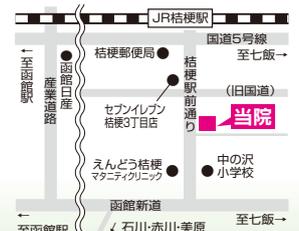
院長 三澤 肇

歯科 歯科口腔外科 小児歯科

診療時間	月	火	水	木	金	土	日
9:30~13:00	●	●	▲ 往診	●	●	●	
14:30~19:00	●	●	▲ 往診	●	●		

休診日 / 日曜・祝日

水曜日は
一日往診



函館市桔梗5-14-1

TEL 0138-47-3733

FAX 0138-47-3722



エンゼル 小児歯科クリニック

歯科

小児歯科

大人の方も、
診療致します



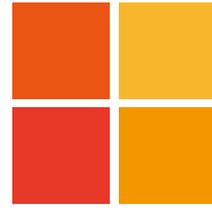
診療時間 / 午前9:30~午後12:30
午後2:00~午後6:00

休診日 / ●日曜日・祝日
●第2・4水曜日
●第1・3・5水曜日午前
●第1・3・5土曜日午後



函館市鍛冶2丁目39-3 ☎0120-461837

<http://www.angel-dc.jp/>



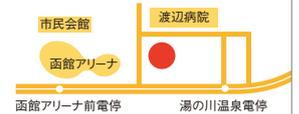
医療法人社団 吉田歯科口腔外科
YOSHIDA DENTAL ORAL SURGERY

歯科医師 村田 真介 (理事長) 吉田 康仁 (顧問)
寺崎 誠治 川村 兼央

インプラント治療 (保険外治療) | 標準治療費 **370,000円**^(税込)~/1歯
歯科用3次元CTスキャナー、手術室有り

訪問診療 実施しております

函館市湯川町1丁目30-8
TEL0138-59-3918
<https://www.ydos.com>



受付時間 月~金/9:00~12:30、14:30~18:00
土・日/9:00~12:30、14:30~16:30
祝 日/9:00~13:30

日曜・祝日も診療
年中無休

待合室の混雑を避けるため、
当分の間**予約制**の診療とさせていただきます。
電話にてご予約の上、来院願います。



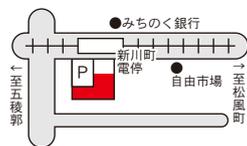
福井 歯科

■診療時間 / 月~金 9:00~12:00、14:00~18:00
土 9:00~12:00
■休診日 / 日曜日・祝日

随時受付
予約制ではありません

TEL (0138)
22-6203

函館市新川町1-24 R4TM新川町4F (新川町電停前)



よじょう歯科医院

診療時間
月・火・水 午前9:30~午後1:00
金曜日 / 午後3:30~午後8:00
木曜日 / 午前9:30~午後1:00
午後3:00~午後6:30
土曜日 / 午前9:30~午後1:00
休診日 / 日曜日・祝日

函館市田家町20-18

駐車場有り

☎(0138)
41-4182



即日現金! 割増クーポン一切不要! **安心査定** お客様の目の前で査定いたします!

7月5日更新

金 史上最高値更新!

「どこよりも高く買い取る店」を目指しております!
一番最後にお立ち寄り下さい!!

プラチナ年初来高値更新! 5月10日更新



使わなくなった指輪 喜平 ネックレス・ブレスレット 壊れた金縁メガネ 取れてしまった金歯

「金貨」高額買取自信があります



天皇陛下御在位10年・20年記念1万円金貨
皇太子殿下御成婚記念5万円金貨
天皇陛下御即位記念10万円金貨
※相場により金額は変わります。

金貨なら何でも!

※他店のチラシ等をご持参ください。そのお店より高く買い取りさせていただきます。その時々々の相場でも最も高いと思われる価格で買い取りさせて頂いております。

ロレックスはこわれていてもOK

ブランド時計

ロレックス、オメガ、ブライトリング、ブルガリ、カルティエその他ブランド時計。

新品だと更に査定額アップ!!

ブランドバッグ 財布・アクセサリ

ルイ・ヴィトン、シャネル、エルメス、グッチ、コーチ、プラダなどのブランドバッグ、財布など古いデザインのものもOKです。

飲まないお酒ありませんか?

酒類

新品 Nintendo Switch

iPhone iPad

※利用制限の端末でも買取可能です。

高く買い取ります

切手・テレカは店頭にて格安販売

未整理のままでもOK

年賀ハガキ・普通切手・記念切手・レターパック・印紙・ハガキ(各書き損じ可)
切手は郵便局でも現金化することはできません。

高額買取 商品券 テレホンカード

まずはお電話ください。

<TEL>

ジャンルを問わず買い取りいたします。

刀剣・古銭古札・大判小判・新品家電・新品工具・ブランド香水・ブランド食器・貨幣セット・記念金貨・携帯電話・スマートフォン・ゲーム機・ソフト・外国金貨銀貨・古コイン・記念金メダル・銀メダル・カメラ・レンズ・勲章・軍装品・骨董品・美術品・学習教材・ギター・ピアノ・管楽器など

【貴金属・切手・ブランド品】現金買取専門店 ※身分証明書を必ずお持ちください。 駐車場あります

買い取り本舗 函館昭和店

古物商許可 北海道公安委員会 第112010001067号

函館市昭和3丁目2-21 タウンハイツ昭和1階
[昭和タウンプラザ(GU・セゾ)出口向いレモンイエローの建物1階です(桐花通り)]

営業時間 / 10:00~19:00 不定休 P 店舗ウラ&横

0120-55-1723



出張買取 郵送買取

B

サッポロ 男梅サワー ウメえ無糖

350ml缶 1ケース(24本入り)

3名様 ※応募は20歳以上の方限定



昨年数量限定で発売した男梅サワーの無糖が好評につき、8月29日から通年発売。無糖により甘さを抑えとともに、梅の味わいを凝縮したエキスを加えることで甘くなくてしっかりと梅干し味を実現。甘さを抑えたことで食事とともに楽しめる新感覚の男梅サワーです。

■提供/サッポロビール株式会社 ☎0120-207-800[無料通話](お客様センター)

A

やかんの麦茶

600mlPET 1ケース(24本入り)

3名様



やかんで煮出したような香ばしさと、すっきりとした後味を両立した本格的な味わいの麦茶。厳選した大麦を100%使用し、独自の高温煮出し製法に国産大麦を加え、ひと手間かけたおいしさにこだわりました。カフェインゼロで、ゴクゴク飲みやすい麦茶として愛されています。

■提供/北海道コカ・コーラボトリング株式会社 ☎011-888-2091

D

PIKAPRO DX

ピカプロ ディーエックス

5名様



「ウイルスや菌から子供を守りたい」という声から生まれた、SIAA(抗菌製品技術協議会)の認証を受けた抗菌ガラスコーティング剤。人体に無害な材料のみを使用。スマホやゲーム機などに液剤をサッと伸ばして空拭きするだけ、硬度9Hのコーティング力で傷から守ります。

■提供/マッチングワールド株式会社 ☎03-6803-5605

C

届く強さの 乳酸菌W(ダブル)

200mlPET 1ケース(24本入り)

3名様



「カルピス」由来の乳酸菌研究により選抜されたガセリ菌CP2305株を含む機能性表示食品の乳性飲料。睡眠の質(眠りの深さ)や腸内環境が気になる方におすすめの商品として2019年から発売。酸味と甘味のバランスが取れたすっきりとした味わいに仕上げています。

■提供/アサヒ飲料株式会社 ☎0570-042328(東北支社内北日本営業企画部)

応募方法

プレゼントにご応募される方は、ご希望賞品のアルファベット、郵便番号、住所(マンション、アパート名必記)、氏名、電話番号、年齢、性別、職業をご記入の上、はがき、またはホームページよりご応募ください。

ハコラクで取り上げて欲しい情報やテーマ大募集!

気になっているお店やおすすめの情報、取り扱ってほしい話題などを教えてください。誌面づくりの参考にさせていただきます。

[はがき] 〒041-8540 函館市港町1丁目17番8号
(郵便番号のみでも可)

函館新聞社 営業局 企画編集部
「ハコラク9月号プレゼント」係

[ホームページ] <https://hako-raku.jp>



■応募締切:2023年9月5日必着

■発表表:当選者の発表は発送をもってかえさせていただきます。
応募多数の場合は抽選となります。あらかじめご了承ください。
個人情報プレゼントの発送にのみ使用します。

E

ロリエ さらピュア吸水 超吸収スリム

15cc・50枚入

5名様



花王の超薄型生理用品の技術を採用した、スリムなのに高い吸水力がある尿もれ専用用品。パワフル吸水でしっかり吸引し、さらさら感が持続します。瞬間消臭で、蒸れにくい全面通気性シート。肌にやさしい軽やかな着心地や横もれ防止ストッパー付きなど、快適&安心設計です。

■提供/花王株式会社 ☎0120-165-695[無料通話](消費者相談室)



函館新聞の定期購読を
ご検討されているお客様は
「1週間の無料お試し」が
できます。

とて
も
読
み
や
す
い
紙
面
で
す
!

函館新聞を定期購読の
みなさまには無料雑誌

**ハコラクも
毎月お届け!**

※一部地域と郵送分は除く
※毎月15日以降のお届けとなります



フリー
マガジン

- ★新店舗情報・イベント・
地元スポーツ・各種大会
情報などが満載!!
- ★おくやみ情報も充実
- ★チラシも以前より増えました

家計にやさしい函館新聞

購読料1カ月 [1部売り/120円(税込)]

2,780円 (税込)



朝刊です!!

お問い合わせは **函館新聞社 販売部** 受付時間/午前9時～午後5時

フリーダイヤル

0120-8540-46

午後4時までお申し込みいただければ、翌朝から配達させていただきます。(一部対応できない地域もございます)
※現在定期購読中のお客様の割引はできません。 ※定期購読お申し込み時の値引きを確約する広告ではございません。
※「1週間の無料お試し」を希望のお客様は、必ず事前にお申し出下さいようお願い致します。

朝刊配達スタッフ募集

- 初心者歓迎 ●早朝2時間程度 ●月50,000円程度 ※エリア・配達部数により収入は前後します。
- エリアにより募集を締め切らせていただいている場合がございます。まずはお気軽にご連絡下さい。

六白金星

ろっぽくきんせい

表面的には活気に満ちていますが、内面には問題山積のストレスがたまる時期。これまで隠していた失敗が表面化したり、良いことも悪いことも明るみに出そう。不注意によるミスや思い違いによるトラブルにも気を付けて慎重に行動しましょう。

- ラッキーアイテム:オーディオブック
- ラッキーデー:8/20・23・29 9/1・7・10

昭和15.24.33.42.51.60 平成6.15.24年生まれ

七赤金星

しちせきんせい

運勢は低迷、予期せぬトラブルに見舞われたり苦勞が多いとき。さまざまな問題に直面し不安と焦りが募りそう。心身ともにエネルギー不足となるので充電期間と心得て冷静な状況判断と控えめな言動が無難。出会い運は吉。

- ラッキーアイテム:お茶
- ラッキーデー:8/28・29 9/6・7

昭和14.23.32.41.50.59 平成5.14.23年生まれ

八白土星

はっはくとせい

運気は徐々に好転の兆し。自信とやる気を取り戻し、だんだんと前向きな気持ちが生まれてきそう。これまで見合わせていたことに積極的に取り組んでいくチャンスの時期でもあります。油断は禁物。足元を固めながら一歩一歩前進しましょう。

- ラッキーアイテム:ハーフパンツ
- ラッキーデー:8/21・27・30 9/5・6・14

昭和13.22.31.40.49.58 平成4.13.22.31 令和1年生まれ

九紫火星

きゅうしかせい

運気は上昇気流に乗り、発展へと向かうチャンス到来、新しいことに積極的にチャレンジするのに良いとき。焦って勇み足にならぬように注意しましょう。周囲との協調と気配りが大切。思いつきの行動はトラブルを呼ぶ原因となるので注意。

- ラッキーアイテム:スプレー式化粧水
- ラッキーデー:8/20・26・29 9/4・5・13

昭和12.21.30.39.48.57 平成3.12.21.30年生まれ

九星気学占い

2023 8月17日[木] → 9月14日[木]

レディース占い専科

運勢アドバイザー 山崎 藍生 先生

函館市宝来町11-7 ☎0138-23-0661
10時～15時※予約制・時間外は応相談

※前半/8月17日～8月31日 後半/9月1日～9月14日
※1月1日～2月3日までに生まれた人は、前年の九星になります。

きゅうせいきがく
九星気学とは？

古代中国から伝わった占術で、宇宙の気(エネルギー)を九つに分類したものと、さらに「木」「火」「土」「金」「水」の五行の相性を組み合わせた占術。

五黄土星

ごうつとせい

今までの生き方に疑問や不安が生じやすいとき。方向転換や大きな変更を考えがちですが、大きな方向転換は後に後悔を呼ぶ原因となりそう。焦って変化を求めることなく現状維持で状況の変化を待つが吉。腰のトラブルに注意。

- ラッキーアイテム:ヘアオイル
- ラッキーデー:8/21・24・30 9/2・9・11

昭和16.25.34.43.52.61 平成7.16.25年生まれ

一白水星

いっすいすくせい

運気はますますアップ。何事も順調に展開していきそう。信頼が高まり、多くのチャンスも巡ってきます。手を抜かず、全力で取り組む姿勢が大切。続けてきた努力に社会の信用が集まり、あなたの存在は確かなものになるでしょう。

- ラッキーアイテム:つば付き帽子
- ラッキーデー:8/17・19・26・28 9/4・6

昭和11.20.29.38.47.56 平成2.11.20.29年生まれ

二黒土星

にくわんとせい

これまでの努力が結果となって現れるとき。自信をもって行動できますが、新しいことに手を広げるよりは、内面の充実に力を注いで吉。好調さに気が緩み自信過剰となりがちですが、謙虚さを忘れず、実績の維持と安定に努めてください。

- ラッキーアイテム:限定メニュー
- ラッキーデー:8/18・24・25 9/2・5・12

昭和19.28.37.46.55 平成1.10.19.28年生まれ

三碧木星

さんへきもくせい

運気の先行きが読めないとき。前進や変化を望むより現状維持を心掛け充実を図る努力が大切。自分本位や傲慢な態度は控え、笑顔と謙虚さで運気の安定を心掛けて。忙しくとも誠意をもって対処を。また両親や年長者などへの気配りも忘れずに。

- ラッキーアイテム:枝豆
- ラッキーデー:8/17・23 9/1・4・10・13

昭和18.27.36.45.54.63 平成9.18.27年生まれ

四緑木星

しろうもくせい

プライベートで忙しくなるとき。仕事に対しては集中力が欠けるので注意が必要。将来に大きな影響を与える人との出会いがある予感。すべての人に細心の注意を払い誠意をもって接する事が大切。これまで蓄積されたストレスの解消にも最適。

- ラッキーアイテム:ジンジャーエール
- ラッキーデー:8/22・23・25 9/3・9・12

昭和17.26.35.44.53.62 平成8.17.26年生まれ



おすすめ
残暑に食べたい
夏限定
イチオシメニュー!

鹿児島県産
うなぎのおにぎり &
野菜天ぷらそば 1,210円

鹿児島県産うなぎ、米はふっくらんこを使用した千乃家特製の「うなぎおにぎり」。自家製の特製ダレとふっくらやわらかいうなぎとの相性が抜群!揚げたてサクサクの季節の「野菜天ぷらそば」とボリュームに味わえるスタミナ抜群のセット。

蕎麦と天ぷら
千乃家
SEN NO YA

千乃家 Instagram 公式インスタグラム

季節メニュー、オススメ商品は
こちら

店主の歩み、
開発ストーリーは
こちら

函館市桔梗4丁目3番16号 ☎0138-85-6934
(営業時間)
月～金・祝日/11:00～14:00L.O 水曜定休 PayPay使えます
土・日/H/11:00～15:00L.O ※8/29(火)・30(水)は休み

次号 10月号は 2023年 9月15日(金) 発行予定

特集

地域の魅力再発見!
日帰りドライブ Vol.1 八雲町

大沼や駒ヶ岳、噴火湾を横目に車を走らせ約1時間半
八雲町ならではの歴史に触れ、自然やグルメを満喫する

企画特集

料理店が薦める一押しメニュー

看板メニュー、旬の味、新作、創作料理…食材選びから盛り付けまで
料理人の腕と個性が光る、店自慢の味を紹介する

※内容は予告なく変更になる場合がございます。

上質な時間を楽しむ
大人のライフスタイルマガジン

ハコラク

2023/9/No.173

編集部長	佐藤 史子	広告	津村 善昭
編集	岩佐 美華		阿部 勝友
	多田麻里江		福田 康紀
制作	古谷 竜彦		岸 竜一
	牧野 浩一		松本 宏美
	近藤ひとみ		滝沢 春雄
校正	渡部 貴子		青山 慎司
	上村 恵		鳥越 裕子
	田中 勇治		池田 由佳
			高谷 美紀

配布・設置場所 約650店

- 函館新聞購読者(一部除く)
- 函館新聞デジタル購読者
- 函館市地域交流まちづくりセンター
- 函館市青年センター
- 北洋銀行各支店
- 北洋銀行一部支店
- 道南うみ街信用金庫本・支店(一部除く)
- 渡島信用金庫本・支店
- 青森銀行一部支店
- 北陸銀行各支店
- 函館商工信用組合各支店
- 函館市中央図書館
- 函館山ロープウェイ
- ローソン各店
- ファミリーマート各店(一部除く)
- セラーズ各店(一部除く)
- スーパー魚長各店
- ポールスターショッピングセンター
- マックスバリュ各店(一部除く)
- イエローグローブ各店
- テーオーデパート
- ホクレンショップ Food Farm 函館昭和店
- 北文館
- 文教堂湯ノ川店
- スーパーブックス桔梗店
- シネマ太陽函館
- 本誌広告掲載店及び協力商社
ホテル、ディーラー、美容室、飲食店、
生保会社、温泉保養施設ほか

発行/函館新聞社営業局 函館市港町1-17-8 ☎0138-40-7733
広告に関しては営業部 ☎0138-40-5151

配布エリア/渡島・松山管内
発行日/2023年8月17日
印刷所/凸版印刷株式会社 北海道事業部

※本誌に掲載している写真、図版、記事などを無断で転載することを禁じます。
価格などは2023年8月17日現在のものです。
※取材及び撮影にご協力いただいた関係者の皆様に厚く御礼申し上げます。

本誌内容をデジタルブックでご覧頂けます

ハコラク WEB <https://hako-raku.jp>



沖縄出身の店主が作る本格沖縄そば!

無添加スープレ
北海道産小麦
100%の自家製麺

数量限定

沖縄そば

あぐ〜豚と魚介の濃厚つけ麺

おきなわ家 東風平

Kochinda

七飯町大中山1-8-8
☎0138-84-8147

国道5号線「湯出川」バス停すぐ隣り

営業時間

水~金 11:30~15:30 (15:00L.O.)
土・日 11:00~15:30 (15:00L.O.)
※土のみ 17:30~21:00L.O.(要予約)

月・火曜定休 P有り ▲地図



届出済 未使用車専門店



人気の未使用車が揃ってます!

頭金0円OK!!

最長120回払いOK!!

軽自動車の未使用車だけでこの台数

オール4WD

オールメーカー

総台数100台以上

常時

お得情報満載!



<https://kei-village.jp/>

未使用車ってどんなクルマ?

NEW まだ誰も使用していません

工場生産した新車を、ナンバー登録しただけの「ピカピカの車」です。新古車と言われることもあるようです。

VALUE 何とんでもお得です!!

大量仕入れにより車両価格が割安な上、重量税は払い済みなので、新車に比べてお得です。

TRUST そして何より安心です!!

新車と同様の保証が適用されますのでアフターサービスも安心です(別途費用が必要です)。



有限会社 能戸自動車整備工場
〒041-0821 北海道函館市港町1丁目33-5
TEL(0138)83-8707
FAX(0138)85-6161
■営業時間/AM10:00~PM6:00 ■定休日/火曜日、第2・第4水曜日

8月定休日							9月定休日						
日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土
	1	2	3	4	5						1	2	
6	7	8	9	10	11	12	3	4	5	6	7	8	9
13	14	15	16	17	18	19	10	11	12	13	14	15	16
20	21	22	23	24	25	26	17	18	19	20	21	22	23
27	28	29	30	31			24	25	26	27	28	29	30

この看板が目印

未使用車専門店

軽を買うなら軽ビレッジ

車検を受けるならコバック函館店

車検

安心の車検実績台数26,953台

2014年4月オープン以来2023年6月末までの累計実績

8月・9月車検の方必見!

新車購入から1回目の車検でスーパーセーフティ車検を期間中ご予約の方に

11,000円割引

なんと!!

インターネットからの予約で最大

今がチャンス!

割引1 早期予約割引 予約は早いほどお得! 2,200円割引	割引2 平日予約割引 月曜日~金曜日(火曜を除く)に予約いただいた場合 1,100円割引	割引3 コバック会員割引 入庫時に会員シールが貼ってあるお車 1,100円割引	割引4 新車初回割引 新車購入後、最初の車検の場合 5,500円割引	割引5 ネット予約割引 インターネットからご予約頂いた場合 電話予約は適用できません 1,100円割引	割引6 リピート割引 前回車検実施で今回スーパーセーフティ車検実施の場合 1,100円割引
--	--	---	--	--	---

予約するならアプリがお得!!
今すぐダウンロード

コバック函館店 公式アプリ

App Store からダウンロード
Google Play で手に入れよう



コバック 函館店

有限会社 能戸自動車整備工場

TEL.0138-83-8003 FAX.0138-83-8014

〒041-0821 函館市港町1丁目33-28 【営業時間】AM9:00~PM6:00 【定休日】火曜日、第2・第4水曜日



8月定休日							9月定休日						
日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土
	1	2	3	4	5						1	2	
6	7	8	9	10	11	12	3	4	5	6	7	8	9
13	14	15	16	17	18	19	10	11	12	13	14	15	16
20	21	22	23	24	25	26	17	18	19	20	21	22	23
27	28	29	30	31			24	25	26	27	28	29	30

COMPACT SERIES



「アクア」の詳細は！

AQUA

どんな時にも、いい。



Photo:アクア 1.5L Z(E-Four)。
ボディカラーはクリアページュメタリック(4Y3)。



sienta

いいことできた!シエンタ!



「シエンタ」の詳細は！



Photo:シエンタ 1.5L ハイブリッド Z (7人乗り・E-Four)。
ボディカラーのスクアーレットメタリック(3U4)[33,000円]はメーカーオプション。
◆メーカーオプションは価格に含まれておりません。



アクア 1.5 Z (E-Four 4人)

6AA-MXPX16-AHXEB <電気式無段変速機>

■車両本体価格 **2,617,800円**

【残価設定型割賦】 **らくらくプラン 月々16,800円**
【実質年率4.5%】

- 車両本体価格 2,617,800円
- ご購入時お支払い額(頭金・下取車充当可) 500,000円
- 初回お支払い額 20,172円
- 月々お支払い額(×48回) 16,800円
- ボーナス月お支払い額(×10回) 70,000円
- 最終月(60回目)お支払い額 942,400円
- お支払い総額(割賦販売価格) 2,968,972円

最終月(60回目)お支払い額

- ① 函館トヨタの別の新車にお乗り換えの場合 0円
- ② クルマをご返却の場合 0円
- ③ このクルマをお買い上げ 942,400円
(一括払い・再クレジット)

アクア 車両本体価格帯

B (1.5L・2WD) 2,045,400円 ~ Z (1.5L・E-Four) 2,617,800円

◆1.5-E-Four (電気式4WDシステム)は、機械式4WDとは機構および性能が異なります。さまざまな走行状態に応じてFF (前輪駆動) 走行状態から4WD (4輪駆動) 走行状態まで自動的に制御し、安定した操縦性・走行の安全性および燃費の向上に寄与するものです。 ■路面の状況、勾配、高速等の走行環境によってはガソリン4WD車に比べ、十分な駆動力が得られない場合があります。 ※保険料、税金 (除く消費税)、登録料などの諸費用は別途申し受けます。 ※アクア、シエンタの価格はタイヤパンク応急修理キット付の価格です。 ※リサイクル料金は別途必要となります。 ※価格は消費税込みの価格です。 ■詳しくは函館トヨタ各店におたずねください。

シエンタ 1.5 ハイブリッド Z (7人乗り・E-Four 4人)

6AA-MXPL15G-MWXUB <電気式無段変速機>

■車両本体価格 **3,128,900円**

【残価設定型割賦】 **らくらくプラン 月々17,800円**
【実質年率4.5%】

- 車両本体価格 3,128,900円
- ご購入時お支払い額(頭金・下取車充当可) 520,000円
- 初回お支払い額 21,770円
- 月々お支払い額(×48回) 17,800円
- ボーナス月お支払い額(×10回) 70,000円
- 最終月(60回目)お支払い額 1,501,870円
- お支払い総額(割賦販売価格) 3,598,040円

最終月(60回目)お支払い額

- ① 函館トヨタの別の新車にお乗り換えの場合 0円
- ② クルマをご返却の場合 0円
- ③ このクルマをお買い上げ 1,501,870円
(一括払い・再クレジット)

シエンタ 車両本体価格帯

【ハイブリッド車】 X (1.5L・5人乗り・2WD) 2,406,400円 ~ Z (1.5L・7人乗り・E-Four) 3,128,900円
【ガソリン車】 X (1.5L・5人乗り・2WD) 1,979,700円 ~ Z (1.5L・7人乗り・2WD) 2,584,200円

残 | 価 | 設 | 定 | 型 | 割 | 賦 | らくらくプラン

函館トヨタ「らくらくプラン」のしくみ

車両価格の一部をあらかじめ残価(5年後の下取り価格)として据え置き、残りの金額を分割払いとするプランです。

●お支払い例は、トヨタファイナンス㈱のトヨタオートローンをご利用になり初回お支払い10月、ボーナス1月、7月で計算した一例。この他にもさまざまなお支払いプランを設定できます。詳しくは各店にお問い合わせ下さい。 ●①(函館トヨタの新車にお乗り換えの場合)、及び②(車両をご返却の場合)は最終月のお支払いは不要ですが、その際の車両状態が事前に定めた規定外である場合には別途差額をいただきます。 ●③再ローンで(お買い上げた場合)の金利(実質年率)は、その時点での弊社の基準金利(実質年率)になります。また、①、②、③共にご購入いただいた函館トヨタでのお取り扱いとなります。 ●設定残価は、車両状態が事前に定められた状態の場合のみ保証いたします。詳しくは各店にお問い合わせください。 ◆車両返却時の基準 1. 走行距離基準 15,000km×5年=75,000km (超過走行時は1km当たり8円で精算) 2. 内外装基準 査定により、内外装減点ポイントが100点以内 (基準超過時は1点当たり1,000円で精算) ※使用期間中の事故による修復額は、(財)日本査定協会の減点基準にて差額をお支払いいただきます。



函館トヨタ

本社/ 函館市昭和4丁目22番5号 (国道5号線沿い)

函館トヨタ ホームページは **コチラ** をチェック!

<https://www.hakodatetoyota.co.jp>

函館トヨタ **検索**



函館トヨタ店舗紹介

- **昭和店** ☎(0138)41-6192
函館市昭和4丁目22番5号
- **中央店** ☎(0138)45-1331
函館市昭和1丁目28番12号
- **松風店** ☎(0138)23-0150
函館市大森町26番16号
- **本通店** ☎(0138)55-1125
函館市本通4丁目5番12号
- **七重浜店** ☎(0138)49-5911
北斗市七重浜8丁目7番5号
- **八雲店** ☎(0137)62-3171
二海郡八雲町東雲町24番地27
- **江差店** ☎(0139)53-6221
檜山郡江差町字柳崎町170番地
- **木古内店** ☎(0139)2-3343
上磯郡木古内町字新道107番地18
- **森店** ☎(01374)2-0101
(ダイハツ森)
茅部郡森町字森川町292番地1
- **ニューロード店** ☎(0138)46-6193
函館市石川町169番地22

● **レクサス函館** 函館市昭和4丁目22番5号 ☎(0138)45-0045