上質な時間を楽しむ大人のライフスタイルマガジン

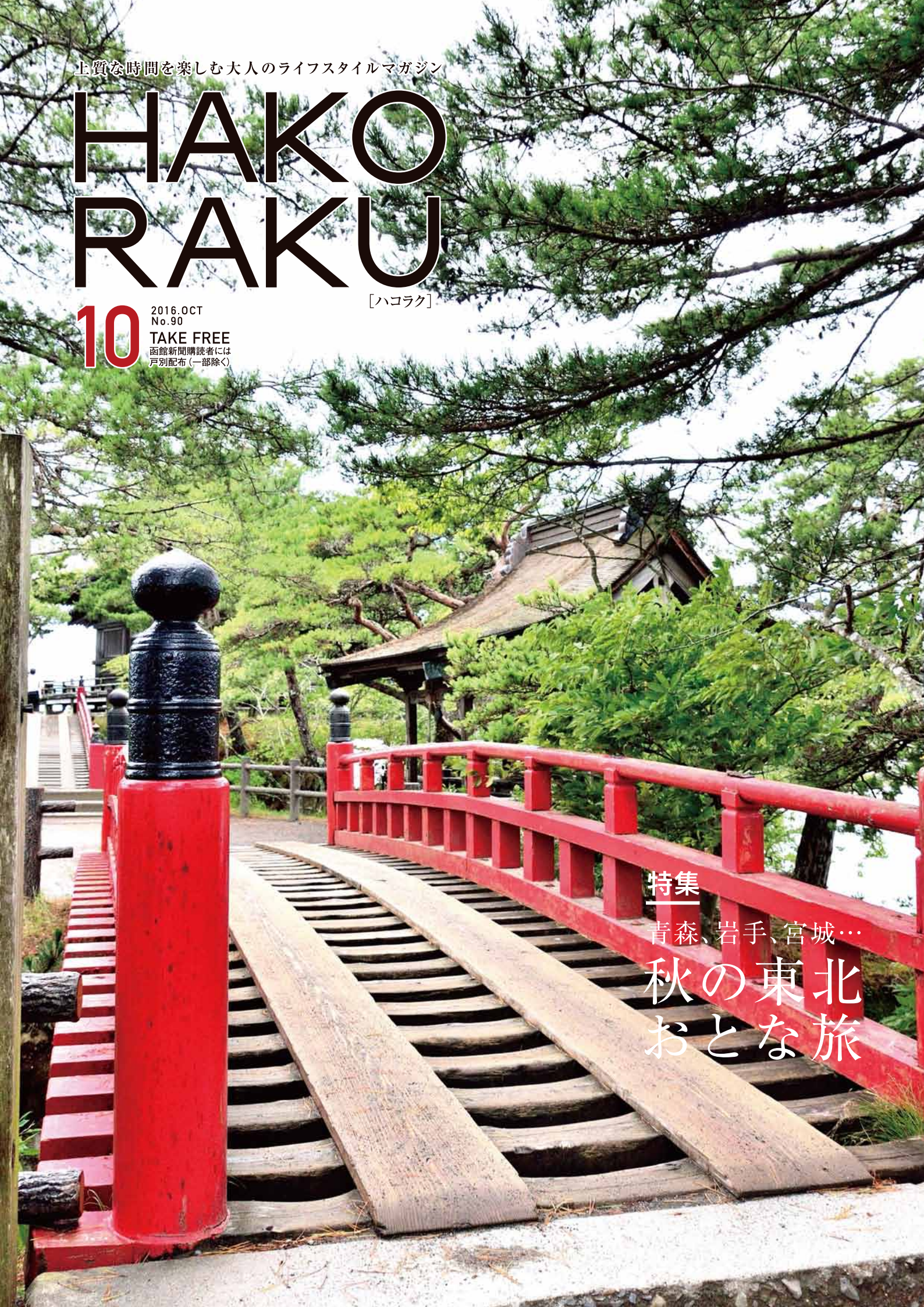
HAKO RAKU

［ハコラク］

10

2016.OCT
No.90

TAKE FREE
函館新聞購読者には
戸別配布（一部除く）



特集

青森、岩手、宮城…

秋の東北おとな旅

ジュエリー&ブランドリサイクル 専門店

珠や

TAMA-YA

流行りの時期を逃さない市場調査　高価買取　絶対の自信あり

ブランド買取なら

ルイ・ヴィトン
シャネル　エルメス



LOUIS VUITTON
CHANEL　HERMÈS
GUCCI　COACH
ROLEX　Cartier
Chloé　Christian Dior
BOTTEGA VENETA
BALENCIAGA
PRADA　…and more

LOUIS VUITTON 10周年キャンペーン Wでアップ!

ネヴァーフルPM 未使用品	¥91,000	買取
ネヴァーフルMM 未使用品	¥107,000	買取
ジッピー・ウォレット 未使用品	¥63,000	買取
ポルトフォイユ・サラ 未使用品	¥55,000	買取



左記2点以上で合計額 さらに¥3,000アップ!

左記1点 プラス その他買取品で左記以外を10%アップ!

※他のサービスとの併用はできません。





※お売り頂く際には身分証(運転免許または健康保険証)が必要になります。

買取販売 ジュエリー&ブランドリサイクル
珠や函館駅前店
0120-26-1552
函中古 古物商番号 第112020000196号
◆住所／函館市松風町6-11
◆営業時間／AM10:00～PM7:00
水曜定休

駐車場無料券進呈!



お車でも楽々安心!
ボーニパーキング
など周辺パーキング
全てOK!!

買取専門 ジュエリー&ブランドリサイクル
珠や七重浜店
0120-48-8850
函中古 古物商番号 第112020000196号
◆住所／北斗市七重浜1丁目5-25
◆営業時間／AM10:00～PM7:00
水曜定休

駐車場完備（3台可能）



お車でも楽々安心!
七重浜店は
駐車スペース
3台完備!

ホームページ　http://www.tamaya-hakodate.com　珠や　函館　検索

auショップ中道 | auショップ函館市役所前 | auショップ松前 | プラスモバイル トライアル上磯店

9月12日(月)～9月30日(金)

auショップ函館市役所前(旧auショップ函館十字街) オープン記念イベント開催!!

移転 リニューアルOPEN!

この度、auショップ函館十字街は、「auショップ函館市役所前」として生まれ変わりました。
スタッフ一丸となり地域の皆様に愛されるお店を目指して参ります。

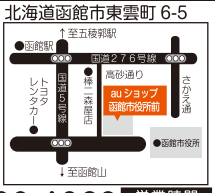
1 先着20名様限定!!
新規ご契約・機種変更で
ラッキーピエロ お食事券プレゼント!!
新規契約 3,000円分
機種変更 1,000円分
※一部対象外の機種がございます。

2 先着30名様限定!!
新規ご契約・機種変更で
缶ジュース詰め放題にチャレンジ!!
※お申し込み1回線につき1回まで。

3 先着200名様限定!!
ご来店アンケートに答えると
ラッキーピエロ シルクソフト 無料券プレゼント!!
※お一人様一回限り。



※①②キャンペーンは併用可能です。※詳しくは店頭スタッフまで

auショップ函館市役所前
ラッキーピエロ 商品券
新規契約 3,000円分
機種変更 1,000円分
引換期間 2016年 9月12日～9月30日
北海道函館市東雲町6-5


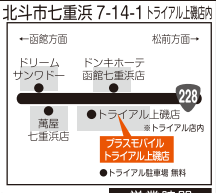
0800-700-1968 営業時間 10:00-19:00

auショップ中道
ラッキーピエロ 商品券
新規契約 3,000円分
機種変更 1,000円分
引換期間 2016年 9月12日～9月30日
函館市中道2-11-2


0800-700-1959 営業時間 10:00-20:00

auショップ松前
ラッキーピエロ 商品券
新規契約 3,000円分
機種変更 1,000円分
引換期間 2016年 9月12日～9月30日
松前郡松前町建石52-8


0800-700-1988 営業時間 10:00-19:00

プラスモバイル トライアル上磯店
ラッキーピエロ 商品券
新規契約 3,000円分
機種変更 1,000円分
引換期間 2016年 9月12日～9月30日
北斗市七重浜7-14-1 トライアル上磯内


0138-48-5757 営業時間 10:00-20:00

●本広告の内容は2016年9月1日時点の情報です。●本広告有効期限は2016年9月30日です。※新規契約・機種変更の契約事務手数料(3,000円税抜)およびACアダプターが別途必要です。(一部機種からの変更は2,000円税抜)ラッキーピエロ商品券引き換えには本誌をご持参ください。※の条件につきましては店頭スタッフへお尋ねください。

今、ワイモバイルが選ばれる理由!!

その理由は!

地域No.1目指します!

通話も ネットも コミコミ

月々 ワンキュッパ ¥1,980(1年間)

ありえニャい安さ

※キャンペーンは予告なく変更される場合があります。

ワイモバイルショップご来店で、素敵な特典がもらえるニャン

お見積作成で、素敵な商品プレゼント!
なくなり次第終了。

お一人様一回のみ

LINE@
@ymobile_hakodate
お友達になってね♪



ワイモバイル函館


●営業時間 / 10:00～19:00
函館市美原3丁目13-15アドマーニ美原店内
0138-34-6800

●別途契約にかかる費用は店頭にてご確認ください。●本広告の内容は2016年9月1日時点の情報です。●本広告有効期限は2016年9月30日です。●本広告の内容は他の地域では実施していない場合があります。※本案内は予告なく変更される場合があります。詳しくは店頭スタッフまたはワイモバイルホームページまで

TEXAS
AMUSEMENT PLAZA

芸術も読書も ぜ～んぶ 秋は、スポーツも食欲もテキサスで!!

サンシャインでLet's ボウリング!!

大人気! お得な! 団体予約プラン

歓送迎会・親睦会・学年行事に最適!

ボウリング2ゲーム ＋ 貸し靴込み ＋ 参加賞付き

大人 1,250円 / 大学・専門学生 1,100円

中・高生 900円 / 小学生以下 800円

6名様からご利用可能。前日までお申し込みください。

15名様以上でメダル1枚サービス

詳しい内容はWEBサイト!! その他、お得な情報盛りだくさん

ボウルサンシャイン 検索

4F ボウリング ボウルサンシャイン

営業時間 10:00～翌3:00

0138-53-8181

新アミューズメント好評稼働中!!








3F ゲームセンター AMUSEMENT BIG BANG

営業時間 土・日・祝 9:00～24:00 / 平日 10:00～24:00

0138-54-7100

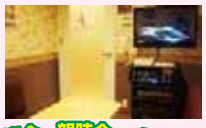
マッシュのランチは地域一番のメニュー数! 全48種類!!



ルーム料金(お1人様30分)

昼 8:00～17:59 50円(税抜)～

夜 18:00～7:59 160円(税抜)～



パーティープラン(2時間)

歓送迎会など、4名様からご利用可能!

お1人様 2,300円(税抜)～

歌い放題 ＋ オールドリンク飲み放題(全143種類) ＋ マッシュ特製オードブル

歓送迎会・親睦会にも最適!



※ご利用日の3日前まで御予約下さい。※料理写真はイメージです。内容は料金によって変わります。
※30名様まで収容可能なパーティールーム完備。

ランチタイム&サービスタイム&深夜のフリータイムも好評実施中!

※当店は会員制となっておりますので、会員証をお持ちでないお客様は入会金200円と身分証明書が必要となります。

2F カラオケ Karaoke Mash マッシュ

営業時間 24時間・年中無休

0138-52-6700

広～くなって営業中!!

パパ、ママも安心してゆっくり食事ができる、

キッズプレイスペースが新登場!

すべり台などお子様が楽しめる遊具が充実!!

ママ会・女子会・誕生会など使い方は色々♪






2F 居酒屋 魚民

営業時間 月～木・日 17:00～翌3:00 / 金・土・祝前日 17:00～翌5:00

0138-31-3488



アイ・カフェ函館五稜郭店 料金表

基本30分	260円 (280円税込)
延長10分毎	74円 (80円税込)
3時間	954円 (1,030円税込)
6時間	1,435円 (1,550円税込)
12時間	1,898円 (2,050円税込)
ナイト6時間	1,157円 (1,250円税込)
ナイト9時間	1,528円 (1,650円税込)

※料金は自動で滞在時間に応じた最安値の料金に設定されます
※ナイトパックは21時から29時(朝5時)の受付です
※フラット席、VIP席の基本料金は+20円、パック料金は+200円となります
※土、日、祝日の基本料金は+10円、パック料金は+100円となります

2F インターネットコミックカフェ Internet cafe アイ・カフェ函館五稜郭店

営業時間 24時間・年中無休

0138-55-7771

もっと楽しくここちよく



ライジング函館五稜郭では、最新機種から人気の機種まで多数ご用意しております。
明るい笑顔と細やかなサービスでお客様のご来店をお待ちしております。

1F パチンコ&スロット もっと楽しくここちよく RISING

TEXAS
AMUSEMENT PLAZA
アミューズメントプラザ テキサス

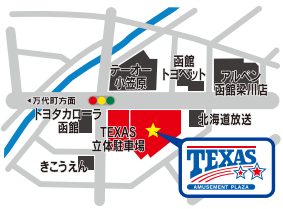
24時間・年中無休で営業!

TEL.0138-52-2878

テキサス ホームページ
http://www.texas-hakodate.jp/



函館市梁川町9-3



全国チェーンの「おたからや」は函館には、函館五稜郭店だけ!

※類似店舗にご注意ください!

ハコラククーポン

オータムキャンペーン

査定額 15%UP

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■平成28年10月16日まで有効

※当店の判断により適用されない場合があり、他のサービスとの併用不可。
「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♪

高価買取!!



時計



エクスプローラーⅠ

350,000円になりました!!

バッグ



ダミエ ネヴァーフルMM

107,000円になりました!!

メガネ



金のメガネフレーム ピン型ブローチ、耳かき

60,400円になりました!!

金貨



天皇陛下御即位記念など 1万・5万・10万円各種金貨

強化買取中!!

その他いろいろ! まだまだ買います!!



楽器(ピアノ・ギター・管楽器など)　**古いゲーム機・ソフトなど**

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／ブランド食器／携帯電話／ノートパソコン／カメラ／鉄道模型・部品／テレホンカード／ベルシャ絨毯／ブランド万年筆／軍装品／武具／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証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致します。

その金額で売るのは ちょっと待った!!

お店によって買取価格が違います!
ぜひ一度、当店でも
査定させてください!



人情査定でやってます。

おたからやの買取品目 ▶▶▶



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

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・お米券など



大判・小判・古銭・勲章



カメラ
キズや故障、古いものでも丁寧査定で買取ります

携帯電話・タブレット
捨ててしまうならお売りください



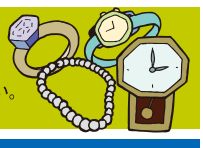
懐かしのおもちゃ
需要があるので高く買取ります



★年賀ハガキ
★切手
★レターパック

強化買取中!! 最大85%で買取り

ご遺品・財産整理承ります。



ご遺品の整理や財産分与など換金をお望みの方、一度お問い合わせ下さい。
誠心誠意、心を込めて対応させていただきます。

郵送買取(ゆうパック)
お売りになりたい品物、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。

出張買取無料
忙しい方にピッタリ!玄関先でOK。
電話一本でお客様のお宅へお伺い致します。

全国チェーン300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

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
不定休
お車でもOK!契約P有り



予約制

都市間高速バス

［高速乗合バス（路線バス）］

高速はこだて号



北海道中央バス　道南バス　北都交通



函館↔札幌

1日8往復 運行!

大人往復

8,580円!

函館市内ののりばは8箇所! ご自宅近くのバス停から札幌へ!

時刻表〈八雲I・C～札幌南I・C間 道央自動車道経由〉

※直行便・夜行便は大沼公園I・C経由となります。※交通状況により到着が遅れる場合があります。ご了承願います。

休憩箇所（直行便のみ）有珠山SA

函館・七飯町鳴川・森・八雲▼札幌

乗車	湯の川温泉 東	7:00	8:30	10:00	12:50	14:20	15:50	17:50	22:55
乗車	湯の川温泉	7:02	8:32	10:02	12:52	14:22	15:52	17:52	22:57
乗車	湯の川温泉 北	7:05	8:35	10:05	12:55	14:25	15:55	17:55	23:00
乗車	**函館駅前ターミナル⑬のりば**	**7:30**	**9:00**	**10:30**	**13:20**	**14:50**	**16:20**	**18:20**	**23:25**
乗車	函館フェリーターミナル	—	—	—	—	—	—	—	23:40
乗車	五稜郭駅前	7:36	9:06	10:36	13:26	14:56	16:26	18:26	23:51
乗車	昭和4丁目	7:40	9:10	10:40	13:30	15:00	16:30	18:30	23:55
乗車	桔　梗	7:45	9:15	10:45	13:35	15:05	16:35	18:35	24:00
乗車	七飯町鳴川	7:59	9:29	10:59	13:49	15:19	16:49	18:49	24:10
乗車	新函館北斗駅①のりば	8:09	9:39	11:09	13:59	15:29	16:59	18:59	24:20
乗車	森　町	8:42	10:12	直行便	14:32	直行便	17:32	19:32	—
乗車	八　雲	9:17	10:47		15:07		18:07	20:07	—
降車	地下鉄大谷地駅	12:27	13:57	15:22	18:17	19:42	21:17	23:17	翌朝5:05
降車	札幌駅前ターミナル	13:00	14:30	15:55	18:50	20:15	21:50	23:50	翌朝5:35

※途中、札幌市内の南郷18丁目駅、時計台前、北2条西3丁目でも降車できます。
新函館北斗駅から夜行便をご利用の場合、乗車券販売窓口の営業時間外ですので、必ず予約を行い、事前に乗車券を購入願います。

札幌▼八雲・森・七飯町鳴川・函館

乗車	**札幌駅前ターミナル⑱のりば**	**7:50**	**9:10**	**10:50**	**13:10**	**15:10**	**16:50**	**18:10**	—
乗車	札幌駅前（東急南側）	—	—	—	—	—	—	—	23:35
乗車	中央バス札幌ターミナル③のりば	8:00	9:20	11:00	13:20	15:20	17:00	18:20	23:55
乗車	地下鉄大谷地駅⑥のりば	8:28	9:48	11:28	13:48	15:48	17:28	18:48	—
降車	八　雲	11:38	直行便	14:38	16:58	18:58	直行便	21:58	—
降車	森　町	12:13		15:13	17:33	19:33		22:33	—
降車	**新函館北斗駅**	12:46	14:01	15:46	18:06	20:06	21:41	23:06	翌朝4:20
降車	**七飯町鳴川**	12:56	14:11	15:56	18:16	20:16	21:51	23:16	翌朝4:30
降車	桔　梗	13:10	14:25	16:10	18:30	20:30	22:05	23:30	翌朝4:40
降車	昭和4丁目	13:15	14:30	16:15	18:35	20:35	22:10	23:35	翌朝4:45
降車	五稜郭駅前	13:17	14:32	16:17	18:37	20:37	22:12	23:37	翌朝4:47
降車	**函館フェリーターミナル**	—	—	—	—	—	—	—	翌朝5:00
降車	函館駅前ターミナル	13:25	14:40	16:25	18:45	20:45	22:20	23:45	翌朝5:15
降車	湯の川温泉 北	13:39	14:54	16:39	18:59	20:59	22:34	23:59	翌朝5:29
降車	湯の川温泉	13:42	14:57	16:42	19:02	21:02	22:37	24:02	翌朝5:32
降車	湯の川温泉 東	13:45	15:00	16:45	19:05	21:05	22:40	24:05	翌朝5:35

※夜行便（23:35発）は札幌駅前（東急南側）バスのりばからご乗車下さい。
札幌駅前から夜行便をご利用の場合、付近に乗車券販売窓口がございませんので、必ず予約を行い、事前に乗車券を購入願います。
途中函館市内のガス会社前でも降車できます。

充実の車内装備

全便1人掛け3列シート車で運行!



話題作や人気作♪ 移動時間も快適♪



★映画上映★
※一部車両では放送しない場合もございます。



階段下にあるので周りが気にならない!

長時間でも安心! 全車トイレ付

読書や軽食に♪ アームレスト内のテーブル

レッグレスト&フットレストでのびのび～♪

足元あったか ブランケット付♪



★スリッパ付★ くつをぬいでリラックス

※後部座席の一部が2人掛けシートになっている場合があります。
また、年末年始の繁忙期などの増便車（2号車以降）は、
4列シート車両で運行する場合があります。

運賃

函館↔札幌

片道	一般	4,810円
往復	一般	8,580円

回数券（4枚綴り） 15,890円 とってもお得! 1枚あたり3,973円

森町↔札幌

片道	一般	4,200円
往復	一般	7,820円

回数券（4枚綴り） 13,880円 とってもお得! 1枚あたり3,470円

八雲↔札幌

片道	一般	3,680円	往復	一般 6,890円

※回数券をご利用の際は、窓口で乗車券とおとりかえ願います。

まもなく終了 お急ぎ下さい!

キャンペーン期間 2016年 10月2日まで ご予約はお早めに!

夏休みは高速はこだて号で出かけよう

学割運賃値下げキャンペーン

帰省に! 旅行に! ぜひご利用ください!

函館⇔札幌

学割往復 通常7,730円のところ **6,890円** 通常学割運賃より 840円お得!

学割片道 通常4,290円のところ **3,910円** 通常学割運賃より 380円お得!

学割運賃値下げキャンペーンについての詳細は、下記窓口へお問い合わせください。

函館駅前に受付窓口があるから、初めてでも安心! 高速はこだて号のお問い合わせ、ご予約は

函館 北都交通函館駅前ターミナル（7:00～20:30） ☎0138-22-3265

札幌 中央バス予約センター（7:30～18:00） ☎011-231-0600

北海道中央バス・道南バス・北都交通 共同運行

詳しくはHPへ→ 高速はこだて号 検索

高速はこだて号へのペットの持込は、お断りさせて頂きますので、ご了承願います。

インターネットからも簡単にご予約、ご購入できます。

RAKU TOKU BUS13

HAKORAKU 10 2016 OCT No.90 ［ハコラク］

CONTENTS



21 ［特集］青森、岩手、宮城…
秋の東北おとな旅

9 HAKORAKU SELECT 1 ［輝ける町のために］
11 HAKORAKU SELECT 2 ［オトナがうなる函館生まれの逸品］
13 HAKORAKU SELECT 3 ［未来を担う若き料理人］
15 HAKORAKU SELECT 4 ［NIGHT VIEW］
17 NEW OPEN
40 Lunch Guide
41 社長のお昼ごはん
43 美食倶楽部 ［企画広告］
50 今行きたい旬な店
53 プロの味を自宅で…
自慢のテイクアウトメニュー ［企画広告］
56 秋の味覚を堪能 至福のコース料理 ［企画広告］
79 アツアツ、ジューシー
こだわり点心を召し上がれ ［企画広告］
83 この一品で決まり! 当店人気No.1メニュー ［企画広告］
93 愛しのカレー
94 のんびり、まったり… 癒しのカフェ ［企画広告］
97 おやつの時間
98 TOPICS
106 Salon Interview ～美を手がける人～
109 Autumn Hair Collection ［企画広告］
114 2016 道南 秋のイベントガイド
120 町の魅力を探しにぶらり 函館散歩
123 Present
125 九星気学占い
126 次号予告

【今月の表紙】



松島 五大堂の透かし橋

宮城県松島町にある仏堂「五大堂」の小島に架けられた橋。橋げたに隙間のある構造で足元をよく見つめ気を引き締めさせるためと言われる。渡る際は下に海が見え、少し怖くなかなかのドキドキ感があった。

文・写真：佐藤 史子

オープン5周年記念 買取アップキャンペーン中! 見積無料

金・プラチナ相場高騰中!
一点一点、買取単価と重さをご説明します。
だから安心!



HERMÈS
LOUIS VUITTON
CHANEL
GUCCI
COACH
など

他店でお見積り後、ご来店ください!
※保証書などの付属品があればご一緒にご持参下さい。

各種ブランド時計



増額買取中!

金・プラチナ・ダイヤ・切手・ギフト券・古銭・洋酒・食器・新品家電・新品工具なども買取いたします。

ブランド・ジュエリー現金買取
オルデックグループ北海道公安委員会 旭東古 第123130000521号
RECYCLE SHOP ルピュア L.Pure 北斗店

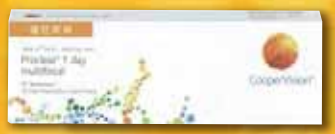


北斗市七重浜7丁目14-1（トライアル上磯店マクドナルド向かい）
TEL（0138）49-2299 営業時間／AM10:00～PM8:00
http://oldec.net/ オルデック 検索

読書や紅葉ドライブを楽しむ用意はできた!?

遠近両用 1day

プロクリア® ワンデー マルチフォーカル



遠くも近くも自然な見え方!
瞳の健康に配慮したレンズ!

遠近両用 1day

シード ワンデー ピュア マルチステージ



遠近両用タイプの
国産ワンデーコンタクト。

遠近両用 2Week

エア オプティクス® アクア 遠近両用



手元から中間・遠方まで
自然で快適な見え方を実現。

遠近両用 2Week

メダリスト® フレッシュフィット® コンフォートモイスト® 遠近両用



手元も景色も室内も、
もっとピントが合いやすい、
オトナのための先進設計。

遠近両用 2Week

バイオフィニティ® マルチフォーカル



自然で快適な見え方にこだわった
慣れやすい遠近両用。



※装用感には個人差があります。

函館コンタクト

函館市日吉町3丁目43番24号（花園眼科隣り）

TEL／FAX
0138-55-5311



○コンタクトレンズは高度管理医療機器です。
購入の際は必ず眼科医の検査・診察を受け、処方箋をご持参下さい。

営業時間

月・火・木・金曜日　9:00～12:30
　　14:30～18:00
水曜日・土曜日　9:00～12:30
日曜日・祝日　9:00～12:00

各種クレジットカードOK!!

ハコラク限定クーポン
当店初めてご利用の方
コンタクトレンズ代金より
500円引き
（期間：平成28年10月16日まで）
お1人様1枚限り
他券併用不可





訪れた人々の願いが叶う 旅人を照らした 北斗星のような町に

北斗の星に願いをプロジェクト 推進委員会
代表 **澤田 導俊**さん
（有限会社 澤田米穀店 専務取締役）

グラウンドに映える鮮やかな青、迫力のある大きな車体。「ブルートレイン」の愛称で鉄道ファンに愛されながらも、北海道新幹線開業を機に昨年ラストランを終えた寝台列車「北斗星」。昨年夏「北斗の星に願いをプロジェクト」を立ち上げた澤田さんは、今年3月その一環として「寝台列車『北斗星』を北斗市のシンボルにしたい」と車両保存のための取り組みを開始した。インターネット上で資金を募るクラウドファンディングによってわずか1カ月間で全国、さらには世界中からおよそ1,000人もの協力を得て資金調達に成功。廃校後の利活用が検討されていた茂辺地中学校のグラウンドでの展示を決めた。「窓から茂辺地川を見渡せる位置に置きたかった」と石を積みその上にレールを敷いて設置。「たくさんの思い出が詰まったブルートレインをこの地で保存することで、サケの孵化（ふか）場があり、北海道のレンガ製造発祥の地でもある茂辺地という町を知るきっかけになれば。置いて終わりではなく、周辺を整備し多くの方が訪れる場所を作りたい。北斗星から名をもらった北斗市を、訪れた人々の願い事が叶う町に」と、かつて旅人の道しるべともなった北斗星のごとく輝ける町を目指し尽力していく。



北斗の星に願いをプロジェクト 推進委員会事務局
北斗市飯生3-4-1（北斗市商工会内）
☎0138-73-2408
（担当者は常駐していないため
問い合わせはメールにて受け付け）
info@hokuto-star.jp

文：坂井 悠香　写真：大槻 和央



Onuma Tsuruga Auberge

EPUY 大沼 鶴雅オーベルジュ［エプイ］

函館・大沼の地に、花と緑に囲まれたオーベルジュ 誕生

四季と自然を満喫できるガーデン。ゆとりとくつろぎをテーマにコーディネートされたゲストルーム。
レストランでは“大沼50マイルスローフード”をコンセプトに、半径50マイル（約80㎞）圏内の地産食材をふんだんに。訪れるすべての方々に、心からのおもてなしとおいしさを提供いたします。



ランチタイム

メイン料理付きハーフビュッフェ
太陽の香り 2,000円（税別）

～メイン～
スープ・シチュー・ロースト・ソテー系の
4品から1品をチョイス
～ビュッフェ～
サラダや冷製料理、温製料理を合わせ約30種類
焼き立てのパンを約10種類
～本日のデザート～
2品からチョイス
～ドリンク～

※フルコース「大沼の恵み」4,500円（税別）もございます

ランチご利用時間
11:30～15:00（L.O.14:00）／90分制［予約優先］
ご予約は①11:30～ ②13:30～で承っております

ご宿泊

ゆったりとお過ごしいただけるゲストハウスは
ナチュラルでラグジュアリーな空間
客室数／全30部屋 17,000円～（税別）

- スパリビング付ツイン5室
- 露天風呂付ツイン13室
- ツイン8室
- ダブルベッド4室







2016.8.10 – GRAND OPEN

大沼 鶴雅オーベルジュ［エプイ］



公式サイトからのご予約でいずれの宿泊プランも5%OFF
http://www.onuma-epuy.com
お問い合わせ TEL.0138-67-2964
北海道亀田郡七飯町大沼町85-9
◎敷地面積 約20,000㎡（ガーデン：約8,000㎡）
■JR大沼公園駅より徒歩約3分
■新函館北斗駅より電車で約9分



ランチタイム
ご利用時間／11:30～15:00（L.O.14:00）
ランチコース 2,000円～（税別）

ディナータイム
ご利用時間／18:00～21:00（L.O.20:00）
ディナーコース 8,000円～（税別）

ベーカリーショップ ブーランジェリー［エプイ］
営業時間／9:00～17:00（テイクアウトのみも可）

ココロ遊ばせる・・・。鶴雅（つるが）グループ





株式会社不二屋本店の
がごめ昆布ドレッシング

主に函館東海岸に生育する希少種で、特徴的な表面の凹凸が籠の目のようであることからその名が付けられた「がごめ昆布」。強いねばりととろみを特徴としており、中でも含有量の多いフコイダンと呼ばれるねばり成分は臓器や組織の修復、動脈硬化の予防などさまざまな健康効果が期待できると近年注目を集めている。

独特のねばり成分を生かした「がごめ昆布ドレッシング」は昨年、函館圏優良土産品推奨会で最高位である函館市長賞を受賞。比較的ドレッシングを使用する頻度の高い主婦や女性に寄り添った製品を開発しようと、女性社員の意見を中心に味わいを調整し試行錯誤の末、３種類の味わいが完成。さっぱりとした口当たりの「和風大根おろし入り」、爽やかなシソの香りと少しの酸味が感じられる「和風しそ風味」、ゴマの香ばしさとほんのり甘みがある「白ごま入り」。すべてノンオイルであっさりとしており、健康志向の人にもおすすめ。昆布の味が強すぎずサラダはもちろん、しゃぶしゃぶやステーキなどさまざまなメニューとも相性が良く、とろみが素材によく絡み少量でもしっかりと味わいを感じられる。スリムな瓶に入ったスタイリッシュで高級感のある装いのためギフトにもぴったり。函館空港や函館フェリーターミナル、市内のデパートで購入可能。各２００ｍｌ６４８円。

ほんのりと昆布が香り
がごめ特有のねばねばが
素材にしっかり絡む



株式会社不二屋本店
函館市西桔梗町589-46
☎0138-49-5175

文：坂井　悠香　　写真：大槻　和央

天然温泉大浴場付

スパ＆カーサ函館

グルメ＆スパキャンペーン

SPECIAL PLAN

「喰いどころ はら田」の美味しいお料理をお楽しみ頂ける
とっておきプランをご用意しました。



日替わりランチバイキング実施中!

11:30〜14:00

●フルーツ・デザート食べ放題 ●コーヒー・紅茶・ジュースも飲み放題（当店指定銘柄）

大人（中学生以上）お一人様 1,204円（税別）

90分

3歳〜小学生 お一人様 694円（税別）

水曜日がお得

大人（中学生以上）お一人様 926円（税別）

10月・11月のメニュー

月	新鮮なネタ満載！ 寿司の日	金	豪快！マグロ料理盛り沢山！ マグロの日
火	秋の食材たっぷりの料理が勢揃い！ 秋の味覚祭	土	ボリューム満点、ガッツリ食べよう ステーキ&ミートDAY
水	どんぶりが主役！お得に食べよう！ はら田の日 丼メイン 926円（税別）	日	旬の食材を絶品の鍋料理で！ 鍋づくしの日 鍋物メイン
木	職人の技が冴えわたる 和食の日		

お客様のご要望に応じて料理の変更などは可能です。
送迎バスもございますのでお気軽にお問い合わせください。

お部屋は28.50〜66.65㎡の広々とした室内。
キッチン・浴室も完備された185室・49タイプ。

館内施設ご利用特典

レンタルルームタイムゾーン・喰いどころ「はら田」で
ご利用金額1,000円（税込）につき1枚温泉補助券を
進呈。10枚で温泉入浴が1回無料になります。

券の有効期限は発行日より1年間となります。



さまざまな効能がある
源泉かけ流しのお風呂もあります。
泉質／ナトリウム-塩化物強塩泉

天然温泉 はこだて大森の湯

■営業時間／正午12:00〜深夜2:00（深夜1:00受付終了）

●ご入浴一年会員
大人 500円（税別）
子供 300円（税別）※小学生

●一般ご入浴料金
大人 650円（税別）
子供 350円（税別）※小学生

《無料送迎巡回バス運行中》



■お問い合わせ　ホテルパコグループ

スパ&カーサ函館 TEL.0138-24-1185（いいはこ）

〒040-0034　函館市大森町25番7号（ホテルパコ函館となり）

URL　http://www.sc-hakodate.jp　駐車場 210台完備

QRコード

ブログも見てね！「イケテナイ店長と仲間たち」 harada1184.blog.fc2.com



当たり前だがいつでも手を抜かず思いやりを持って仕事する

イマジン ホテル＆リゾート函館

調理部和食課　料理長

嶋田　吉兼さん

目の前にオーシャンビューが広がる「イマジンホテル&リゾート函館」。道内外からの旅行者はもちろん、宴会や会食の場として地元客にも親しまれ、５年前から本格参入したウエディングは安定した挙式数を誇る。

「入社当時から堅実で一つ一つの仕事をきちんとこなしていた。任せても安心できる」と柏谷総料理長の信頼も厚い嶋田さんは今年3月和食部門の料理長に就任。子どもの頃から料理好きで、和食店でのアルバイトや調理師専門学校、旅館勤務などを経て同ホテルの前身である湯の川グランドホテル時代から勤め11年に。下積み時代は技術が身に付かず辞めたいと思うこともあったが、料理が好きな一心で我慢して続けてきた情熱が花板として花開いた。現在は板場に立ち、刺身を主体に魚全般を調理。婚礼料理、宴会、宿泊の朝夕食まですべての料理に関わる。中でも力が入るのが、人生最大の大切な祝いの席を彩りゲストをもてなすための柱となる婚礼料理。和洋折衷のコーススタイルのため、基本メニューをベースに新郎新婦の要望を取り入れながら一皿に反映。「お客様の要望をすぐに聞き入れて臨機応変に献立に組み入れる柏谷総料理長の才能や独創性はすごいと思う」と尊敬する先輩を手本に、自身も盛り付けのセンスをさらに磨くため現場以外でも本を見るなど常に勉強は怠らない。『好きこそものの上手なれ』嶋田さんにはこの言葉が良く似合う。









イマジン
ホテル&リゾート函館
函館市湯川町3-1-17
☎0138-57-9161
http://www.imgnjp.com

文：佐藤　史子　　写真：大槻　和央



※写真・パースはイメージです。

地元のみなさまに、
まずご体験して頂きたい・・・

湯蔵 yukura

大浴場「湯蔵（ゆくら）」
豊潤な湯量、
温泉の魅力、存分に。

こんな近くに
こんな素敵な旅館が
誕生しました。

新しい函館 湯の川の
温泉と食の魅力、
ぜひ地元の皆さまにも!!

北海道の大地と海を思う存分に。
北海道ビュッフェ 百鮮万菜 HyakusenBanzai

創業六十余年の老舗温泉旅館「万惣」が
2016年9月15日（木）
全面リニューアルオープン

オープン記念
期間限定 地元向け
（函館・北斗市民向け）
特別企画

ビュッフェプラン

【期間】9月15日（木）～12月28日（水）の平日限定

1泊2食付
4名様1室利用
お一人様
9,800円（税別）～

■3名様ご利用の場合お一人様1,000円増、
2名様ご利用の場合お一人様2,000円増（税別）
■休前日はお一人様2,000円増（税別）
■除外日あり
※詳しくはお問い合わせください

ハコラク読者
宿泊特典

電話での予約時に「ハコラクを見た!」とお伝え頂いた方、また公式HPからの
ご予約時にコメント欄に「ハコラクを見た!」を記載頂いたお客様に
「フリードリンク（90分）」をプレゼント! ※日帰りプラン・モニタープランを除く

日帰り
プランも
あります!

夕食ビュッフェ ＋ 入浴付

お一人様 **4,000円（税別）**

［ご利用時間］18:00～21:00

※必ずTELにてご予約ください。
ご予約なしでのご来館はお受けできない
場合がございます。

さらにお得な日にち限定プランもご用意!詳しくはホームページをご覧ください!

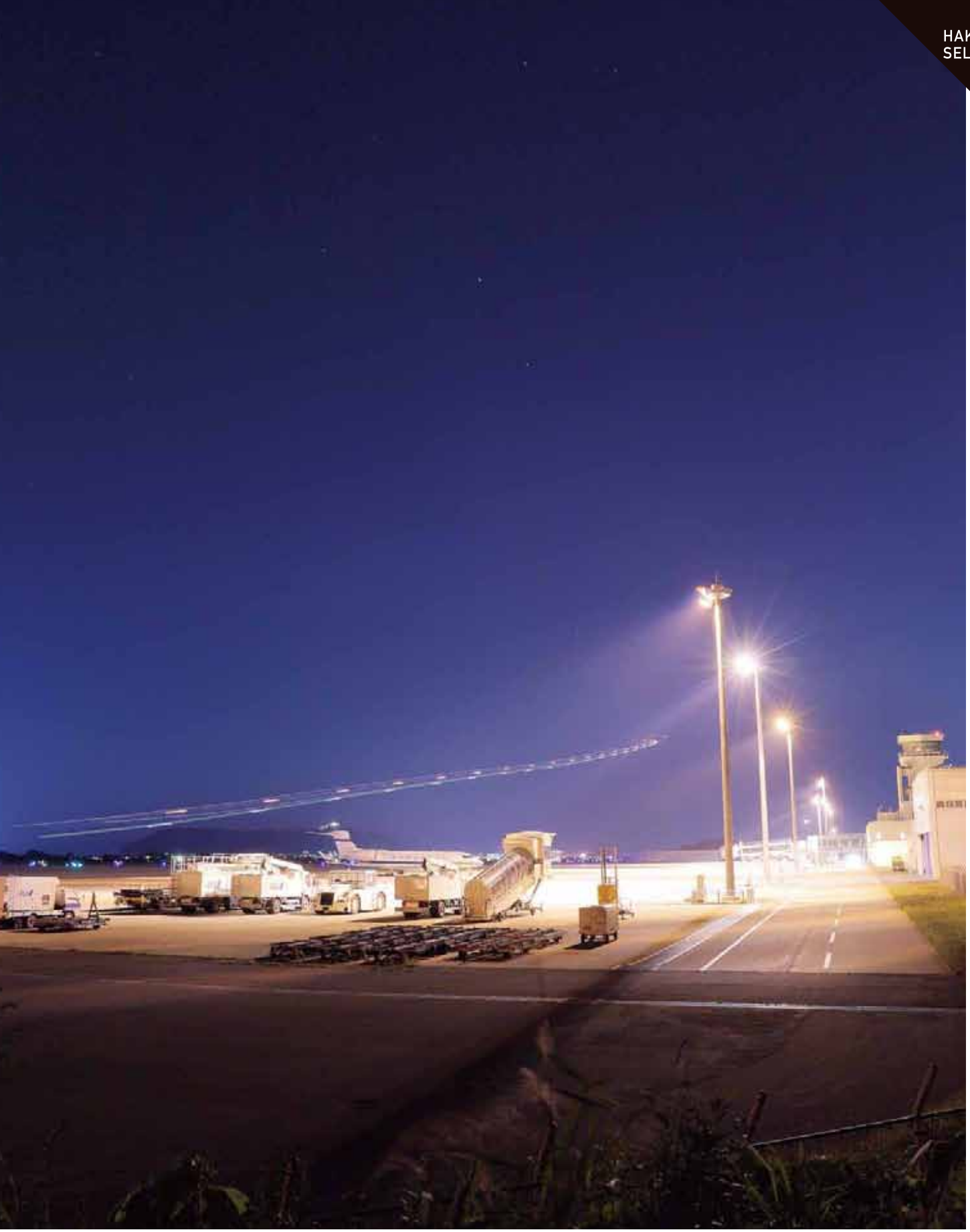
函館湯の川温泉
ホテル万惣
HOTEL BANSO

■ご予約は公式ホームページがお得です!!
ホテルばんそう 検索 www.banso.co.jp

tel.0138-57-5061 fax.0138-57-5881 ［受付時間］9:00～22:00 年中無休

〒042-0932 北海道函館市湯川町1丁目15-3 ［アクセス］函館市電「湯の川温泉」下車徒歩約5分・函館駅よりタクシーで約15分

［NIGHT VIEW・函館空港、最終便の光跡］



行く夏を惜しむような空へと伸びる夜間飛行の光

雲ひとつない夜空の群青に包まれた、日没後の函館空港。東京行き最終便の光が夜空へと昇って行き、その先には函館山と市街地の明かりが見える。観光シーズンはピークを過ぎて夜は肌寒さも感じる時期、移ろう季節を思えば少し寂しくなるけれど、機内から見える夜景が乗客の心に残って、再訪に繋がることを願いたい。

文・写真：大槻　和央





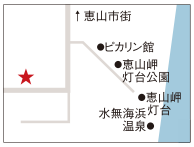


朝から獲れたて 活イカバイキング

ホテル 恵風 けいぶ

前浜・恵山魚田から椴法華港に水揚げされたばかりの新鮮魚介を提供している「朝食バイキング」。この時期宿泊すると「朝イカ」が食べ放題。朝獲れた活イカをすぐに調理し、テーブルに並べるため鮮度は申し分なく、この朝食目当てで宿泊する客も後を絶たない。朝食付きプランは1泊1人8100円（人数により金額は変わる）。昼食に食べたい人は「レストラン海花里（みかり）」の朝イカ定食が1000円で、夜は単品料理として700円で味わえる。

函館市恵山岬町61-2
☎0138-86-2121
チェックイン15:00
チェックアウト10:30
www.todohokke.jp
函館市内より無料送迎バス運行
（要予約）



お食事とお部屋が選べる
個人・小グループ ご宿泊プラン

風コース 全8品 9,720円より
恵コース 全10品 14,040円より
岬コース 全10品 11,880円より

全プラン共通
●1室4名様ご利用（税込）ご利用客室:和室8畳/お一人様:1泊2食
●ご夕食会場:レストラン海花里 ●ご朝食会場:レストラン海花里・お刺身バイキング
●ご利用いただく人数やお部屋によって料金が変わります。
●【期間】2016年12月28日(水)まで。

日帰り温泉 とどぽっくる 営業時間/10:00～22:00
大人/400円 子供/200円
軽食コーナー併設



朝イカ定食
獲れたての朝イカがたっぷり
1,000円



北寄貝・アワビ・ツブ貝が盛りだくさん
1,500円
貝づくし丼

充実のお食事に新メニュー登場!!

レストラン 海花里 [ランチ/11:30～13:30]



HOTEL 恵風 ホテルケイフ
水無海浜温泉郷 公設温泉宿泊施設

ご予約・お問い合わせ ☎0138-86-2121
函館市恵山岬町61番地2 チェックイン15:00／チェックアウト10:30
P有り
函館恵山岬ホテル恵風 美味しい恵風 検索

2016
8.31
OPEN

matsu
マツ

飾らない素の料理を 気軽さ、居心地の良さとともに提供

カウンターで料理1皿、グラス1杯から楽しんだり、ゆっくりと食事ができる店。素材の味を最大に生かす最小限の調理を心掛けた「わかもろこしのオーブン焼トリュフの香りと」（850円）などの料理に、ワイン（グラス赤・白各2種、550円～、ボトル3,000円台～）が中心の酒を合わせて味わえる。※価格は各税別



函館市梁川町18-3 ハイルックビル1F
☎0138-85-6332
18:00～翌1:00
不定休





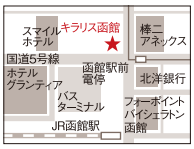
カウンター3席とテーブル席12席を備える店内の席配置や仕切りの高さと場所など、何度も検討を重ねたといい「料理の味はもちろん、居心地の良い空間を作ることに特にこだわりました。ぜひ足をお運びください」と同店。

2016
7.29
OPEN

PRONTO キラリス函館店
プロント

JR函館駅前、キラリス函館1階の いつでも立ち寄れるスポット

朝食から夜のバータイムまで、さまざまな利用ができる店が、函館初出店。オープンな雰囲気で、客席数も73席あり広々としている。日中のカフェタイムは、12種類のパスタ（590円～）やデザート、コーヒーなどを提供するほか、開店から午前10時までは「トーストセット」（390円）など朝食メニューが味わえる。



函館市若松町20-1 キラリス函館1F
☎0138-22-2221
7:00～23:00(22:30L.O)
無休





17：30以降のバータイムは「ザ・プレミアム・モルツ〈香るエール〉」やハイボールなどの酒と、30種類以上のつまみを用意する。「駅前の賑わい創出の一助になればと思います。ぜひご利用ください」と同店。

2016
9.8
OPEN

ネパールレストラン ヒマラヤダイニング七飯店

辛さ控えめで老若男女が楽しめる 本格派のネパールレストラン2号店

本場のスパイスをブレンドしたネパールカレーや料理が人気の同店。ランチタイムは、ナンもしくはサフランライス、ミックスカレー、サラダ、豆スープがセットの「Aセット」（650円）や、野菜カレーと12種類の日替わりカレーが楽しめる「Bセット」（890円）などが並ぶ。9月19日まで全メニュー20％オフで提供する。



七飯町本町3-10-22
☎0138-83-6555
11:00～21:30
無休
P有り





店内はヒマラヤ山脈の写真やポスターが貼られ、異国の雰囲気漂う中で食事を楽しめる。「カレーのほか、タンドリーチキンやマライティッカなどもあるので、さまざまなネパール料理を楽しんでいただければ」とオーナーのシバ・プサルさん。



大漁旗やちょうちんが飾られ賑やかな雰囲気の店内はカウンター席や小上がり、掘りごたつを備えた個室も。「軍手をはめて自身で殻をむくスタイルなので、そこも楽しんでもらえれば」とオーナーの菅原良介さん。



かき小屋 昇光丸

2016 8.17 OPEN

カキやホタテを目の前で蒸し焼きに 熱々ジューシーを頬張る

缶の中にカキやホタテなどの魚貝を入れ、目の前で蒸し焼きにして味わうガンガン焼きが楽しめる。メニューは「牡蠣」（1個300円、5個1,200円、10個2,200円）や「海老」（3尾500円）、「ホタテ」（1枚300円、5枚1,200円）などの魚貝のほか、「だし巻き玉子」（500円）や「牡蠣飯し」（580円）といった一品料理も用意。



函館市松風町15-4　☎0138-23-5333
11:30～14:30
17:00～22:00（21:30L.O）
日曜定休



「だしにこだわったたこ焼きを、ぜひ一度ご賞味ください」と同店。「生ビール」「ハイボール」（各400円）などアルコールもあり、店内のベンチで、たこ焼きをつまみにチョイ飲みも楽しめる。そのほか、オーナーが吟味した国産珍味も販売する。



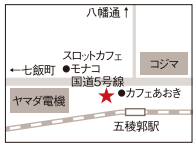
函館海鮮たこ焼き 函たこ8

まるかん　たこはち

2016 8.8 OPEN

五稜郭駅近くでタコの外観が目を引く ダシにこだわる、たこ焼きの店

“たこ焼きは和食”との考えのもと、味を追求し、ダシにこだわった生地を使用する「たこ焼き」（10個入り500円）は、タネに近海産真ダコを使用。また、独特の食感の「アワビ焼き」（同800円）もおすすめ。基本の品はすぐ買えるよう用意するが、10分程度の待ち時間で焼きたてを購入でき、電話予約も受け付ける。



函館市亀田本町65-25
☎0138-76-8531
11:00～19:30
日曜定休
P有り



全道をくまなく知るというバイヤーが、中小の生産者やメーカーから直接仕入れている製品も多く「食卓を楽しくするちょっといいものや、贈り物に喜ばれる商品など色々ご用意しています。ぜひご来店ください」と同店。

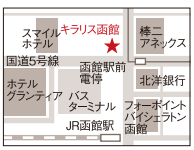


まるごと北海道ストア えぞりす byねばねば本舗

2016 7.29 OPEN

食卓を豊かにするおしゃれな品が揃う 道産品セレクトショップ

農水産加工品や菓子など、さまざまな道産品のセレクトショップ。岩見沢市のブランド「ノースファームストック」のディップ・ソース瓶詰めや、札幌市「北海道キッチン」の道産小麦パスタなど、贈答品にも使えるお洒落で素材にこだわった品や野菜を取り揃えるほか、20社以上のがごめ昆布製品を手に取って選ぶことができる。



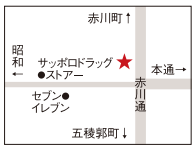
函館市若松町20-1
キラリス函館1F
☎0138-27-4777
10:00～20:00
無休

2016
8.6
OPEN

SWEETS BOX 千雪桜
せぼん

スイーツやランチで人気のカフェ
七重浜から赤川通り沿いに移転

種類豊富なスイーツが女性客の支持を得ている同店。新店舗は通りに面した大きな窓から光が入り、明るく爽やかな雰囲気。看板犬の“千雪桜(せぼん)”も一緒に引っ越した。移転に合わせランチはワンコインの５００円になり、「ガパオライス」や「ロコモコ」など約２０種類のメニューから数種を週替わりで組み合わせる。



函館市富岡町3-26-13
☎0138-76-1812
10:00～18:00
火曜定休
P有り





看板スイーツの「デニッシュたいやき」は秋の季節商品「かぼちゃ」「栗」（各２２０円）を発売。このほか、京都の日本茶を使ったソフトクリーム（各２７０円）「まっ茶」「ほうじ茶」が約１週間ごとに入れ替わる。

2016
7.29
OPEN

Matcha&Coffee 白雪
キラリス函館店

爽やかに香る一番茶による抹茶を
ラテ、ジェラート、大福などさまざまに

フレッシュで苦みやえぐみが少ない一番茶による抹茶の風味を最大限生かす独自の製法で淹れたメニューが並ぶ。京都や福岡など産地から茶葉を選べる「抹茶ラテ」（レギュラー４６０円～）や京都府京田辺市の農家から茶葉を仕入れる「プレミアム玉露ラテ」（同６８０円）、有機農法で栽培された豆を使った「カフェラテ」（同４８０円）などが楽しめる。



函館市若松町20-1
キラリス函館1F
☎080-2869-1201
10:00～20:00
無休





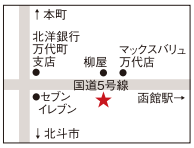
「新しい和と洋のミックス」をコンセプトに黒を基調としたスタイリッシュな印象の店構え。「抹茶が苦手な人もぜひ一度味わってみてください。ドリンクのほか、ジェラートや数量限定の大福などさまざまな形で楽しんでもらえれば」と同店。

2016
8.20
OPEN

プリザ&フラワー
ムニュムニュ

本町から移転し駐車場を完備
多彩なプリザーブドフラワーが並ぶ

函館市本町で２０年間営業後、店名も新たに移転。「安心して、ゆっくりとお買い物を楽しんでほしい」との思いから、これまでなかった駐車場を完備した。店内もゆったりとした空間になり、生花や観葉植物のほか、プリザーブドフラワーの品揃えを充実。ケース入りや箱型、壁掛けタイプなど豊富な種類とデザインを用意する。



函館市万代町14-38
☎0138-84-5611
10:00～21:00
（祝日は18:00まで）
日曜定休
P有り

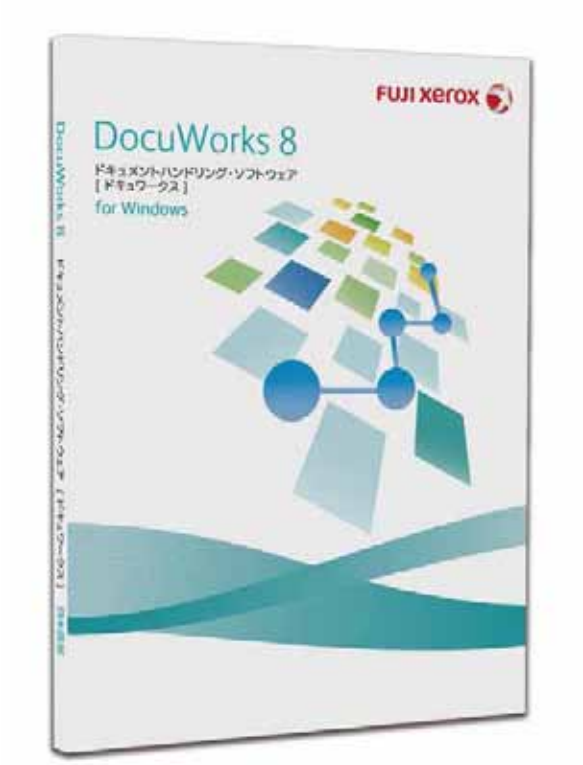




長期保存できるプリザーブドフラワーはプレゼントや病院へのお見舞いにも人気。価格は１,７００円から。生花のアレンジは１,５００円から、３,０００円以上で函館市内無料配達（一部地域は有料）。※価格は各税別

FUJI Xerox

電子文書と紙文書を
一元管理。



ドキュメントハンドリング・ソフトウェア

DocuWorks 8

http://www.fujixerox.co.jp/

XEROX、およびそのロゴと"コネクティング・シンボル"のマークは、米国ゼロックス社の登録商標または商標です。

富士ゼロックス株式会社

函館営業所　〒040-0063 函館市若松町7番15号テーオー小笠原ビル3階　TEL 0138-24-4555　FAX 0138-24-4556

富士ゼロックス北海道株式会社

特集

青森、岩手、宮城…

秋の東北おとな旅

















暑さも落ち着き少し遠くへ足を延ばしたくなる季節
北海道新幹線開業により、ぐっと距離が縮まった東北へ
伝承の技に触れ、歴史を垣間見、景勝地に感動し
地域で愛される美食に舌鼓…
旅情をそそるみちのくの旅へ出かけた

文・写真：佐藤　史子

青森県



本州の最北端に位置し
古くから函館との交流が盛ん
大間のマグロや三内丸山遺跡
弘前城、白神山地…
地域色豊かな観光資源に恵まれる

青森市





ジェラート ナトゥーラ・ドゥーエ

皮ごと使うりんごシャーベットと苺シャーベットはどちらもフルーティーですっきりとした後味。価格はシングル300円、ダブル400円、プチサイズが3種類のアラカルト300円。店頭には季節商品も含め12種類のジェラートが並ぶほか、地方発送もできるカップタイプも販売する●青森市柳川1-4-2　A-FACTORY 1F　☎017-723-2003（本店）　9：00～20：00　無休　P有り

JR青森駅を出て徒歩3分、商業施設「エーファクトリー」内に2年前に開店した「ジェラート　ナトゥーラ・ドゥーエ」は同市新町にある「ジェラート・ナチュレ」の姉妹店。〝食の安心・安全〟をモットーに、香料、着色料は使用せず、天然素材にこだわった手作りのジェラートを販売する。季節の果物や青森県産「あおい森の牛乳」など地元産の素材を多用。旬のリンゴはもちろん、紅茶や地酒「豊盃」の酒粕、シードル味までバラエティー豊か。素材の風味を最大限引き出した、さっぱりとした味わいは、散策途中の休憩にぴったり。

青森と言えば函館と同様、新鮮な魚介類の宝庫。市民の台所として40年以上親しまれる「青森魚菜センター」の「のっけ丼」は観光には外せないグルメの一つ。マグロやウニ、ホタテ…番台にずらりと並ぶ具材から好きな種類を好きな量だけ購入しどんぶりご飯の上に乗せて自分だけの海鮮丼を楽しんで。

中心地から車で約20分、縄文文化を今に伝える三内丸山遺跡の隣に開館し今年7月で10周年を迎えた「青森県立美術館」。その遺跡発掘現場から着想を得た建物は、建築家・青木淳氏によって設計されたもの。土壁やその上に箱を覆い被せた白い構造と、それによる数々の空間が造り出すユニークなデザインにまず好奇心を掻き立てられる。館内には棟方志功の板画や奈良美智の「あおもり犬」をはじめ、郷土の作家、県に縁のある作品を、趣向を凝らした演出で展示。青森ならではの芸術を発信している。また、カフェやミュージアムショップも併設しており、作品鑑賞後ものんびり過ごすことができる。

グルメ、芸術、歴史…
郷土ならではの魅力を体感する





青森県立美術館

観覧料（コレクション展）は一般510円、高校・大学生300円、小・中学生100円で企画展は別料金。ショップでは人気商品「こぎん文様てぬぐい」の開館10周年カラーも販売中。●青森市安田字近野185　☎017-783-3000　6月1日～9月30日9：00～18：00、10月1日～5月31日9：30～17：00※入館は閉館の各30分前まで　第2・4月曜休館（祝日の場合は開館し翌日休館）、年末休館　P有り



青森魚菜センター

「のっけ丼」は食事券制で540円と1，080円の2種類を用意。市場内にある案内所で購入して、その券を使い、どんぶりご飯を購入後、好きなお店で具材を買いご飯の上に乗せてもらえば完成。市場内にある休憩所で食べることができる。●青森市古川1-11-16　☎017-763-0085（のっけ丼案内所）　7：00～16：00　火曜定休（1月1・2日は休み）





市民のシンボル弘前城を中心に賑わう 日本一の桜とリンゴの街

日本最古のソメイヨシノやヤエベニシダレなど52種、約2600本が咲き誇り、日本屈指の桜の名所として名高い弘前公園。さくらまつり期間中は全国から花見客が訪れ、賑わいを見せる。市民のシンボルである弘前城をはじめ、園内には藩政時代の面影を残す櫓や城門など貴重な遺構が要所に点在し、当時の姿を今に伝える。現在は弘前城本丸の石垣修理工事のため天守を本丸中央部へ約70m移動させており、平成33年予定の曳き戻しまでは、今しか見ることができない風景を楽しめる。

桜とともに弘前の代名詞ともいえるのが日本一の生産量を誇るリンゴ。リンゴ畑が広がるアップルロードやリンゴをモチーフにしたカーブミラー、ポスト、マンホールなどが街中をかわいらしく彩る。JR弘前駅から車で約20分の場所にある「弘前市りんご公園」は触れて、学んで、遊べるリンゴのテーマパーク。農作業体験や市場には少ないさまざまな品種も鑑賞でき、岩木山を眺望する展望台や江戸時代の農家を再現した「旧小山内家住宅」などを設置。「りんごの家」内にあるショップには1250種類ものリンゴグッズを揃える。



弘前公園

弘前公園の正面玄関とも言える「追手門」は藩政時代も長い間正門として使われていたという。濠（ほり）にかかる真っ赤な杉の大橋は、木々の深緑とのコントラストが目を引きつける。入園は無料だが、「弘前城本丸・北の郭」と「弘前城植物園」は有料区域となっている。●問い合わせは☎0172-33-8739（弘前市役所公園緑地課）



弘前市りんご公園

標高83mの「すり鉢山展望台」はりんご園の全景から岩木山や弘前市内、白神山地、八甲田連峰まで一望。りんご収穫体験（有料）はその時期によって収穫する品種が変わる。入園料は無料。●弘前市清水富田字寺沢125　☎0172-36-7439　9:00～17:00（りんごの家・旧小山内家住宅）　無休　P有り



弘前市





八助（やすけ）

「特撰煮干」は並750円。食券を購入し注文するスタイルで1人客も多い。●弘前市城東中央3-1-15　☎080-5568-4453　11：00～14：30、17：00～20：00頃（水曜は14：30まで、土・日・祝日は11：00～スープがなくなり次第終了）　木曜定休（祝日の場合は営業し、水か金曜休み）　P有り

旅先で気になるグルメの一つ、ご当地ラーメン。弘前・津軽地方といえば煮干しベースの中華そばが主流だろう。観光客にも人気の「八助」は「コクにぼし」「濃厚魚節」「にぼし中華」などさまざまなメニューを提供。おすすめは、たっぷりの煮干しと豚骨をじっくり煮込む「特撰煮干」。一口するだけで煮干しの強い味と香りが一気に押し寄せてくるスープは独特の酸味も相まってクセになる味わい。ここは麺にもこだわり、最近、札幌市の横山製粉から仕入れる北海道産小麦の特注麺に変更。小麦の風味を感じるもっちりとした歯応えでパンチのあるスープとも良く合う。太麺と細麺から選べるのでお好みで。

旧弘前市立図書館や藤田記念庭園洋館など明治時代の洋館が残るこの街で、県重要文化財「旧東奥義塾外人教師館」の中にあるのが「サロン ド カフェ アンジュ」。1階の展示室をそのままの雰囲気を生かしつつ喫茶室として11年前にオープン。窓から見える追手門広場には、明治から大正にかけて実在した建物のミニチュア建造物14棟がずらりと並ぶ。手で丹念に仕込む名物のアップルパイを始め、津軽リンゴを用いた自家製ケーキが評判で、閉店前になくなることもしばしば。また、市内にあるフランス料理店が本店のためランチコースも用意。落ち着きのあるレトロな空間でのんびり優雅にカフェタイムやフレンチを愉しみたい。

街中に残る西洋文化 洋館めぐりでレトロ散策を



サロン ド カフェ アンジュ

「アップルパイ」（300円・税別）は栄黄雅（えいこうが）という津軽限定リンゴを使用。バターたっぷりの香ばしい生地にリンゴの甘みが絶妙なハーモニー。ランチタイム（11：00～15：00）はフレンチコースも提供する。●弘前市下白銀町2-1　旧東奥義塾外人教師館1F　☎0172-35-7430　9：30～18：00（12～4月中旬は10：00～16：00）※各30分前L.O　無休（年末年始は休み）





旧弘前市立図書館

「旧東奥義塾外人教師館」のすぐ隣にある観光客に人気の洋館。明治39年（1906年）に日露戦勝記念として建てられたルネッサンス様式の建物で、左右にある八角形のドーム型双塔や屋根飾りなど、当時の洋風技法水準の高さを感じさせる。入館料は無料で自由に見学できる。●弘前市下白銀町2-1　問い合わせは☎0172-82-1642（弘前市教育委員会）9：00～17：00　無休



みかみ工芸

店主の三上裕子さんが最も惚れ込むのは84歳で現役の県伝統工芸士・渋谷悦さんのかご。弾力があり軽く、丈夫さや手触り、編み目の模様が秀逸という。●弘前市茂森町19-1 ☎0172-34-6978　9：30～17：00　不定休（10～3月は日曜定休）　P有り（1台）





山車展示館

山車展示館は弘前市立観光館とは別の入り口。山車のほか、直径3.3mという弘前ねぷたまつりの「津軽情っ張り大太鼓」も展示する。入館料は無料。●弘前市下白銀町2-1　☎0172-37-5501（弘前市立観光館）　9：00～18：00　無休　P有り（最初の1時間無料）



職人たちの技が生み出す伝統工芸品は生活の中で使うほどに手になじむ

「旧東奥義塾外人教師館」が立つのと同じ追手門広場内にある「弘前市立観光館」は弘前市と周辺地域の観光拠点として、さまざまな情報を発信。特産品や工芸品など土産品コーナーも充実しており観光客にはうれしい。この施設に併設する「山車展示館」は見学自由で、藩政時代から伝わる弘前八幡宮祭礼で実際に使われた市内7町会の貴重な山車を展示。間近で目にすると押し迫るような迫力に圧倒される。

津軽塗やこぎん刺し、弘前こけしなどとともに、青森県伝統工芸品に指定される「あけび蔓細工」をメインに根曲竹細工と山葡萄皮細工の製品のみを扱う専門店「みかみ工芸」。地元職人手作りのかごやバッグ、生活雑貨が並ぶ。自然素材ならではの素朴さやぬくもりはもちろん、流行りすたりがなく使い込むほどに表面がしっとりとし味が出るのがあけび蔓細工の魅力。岩木山や八甲田山のアケビツルを1年以上乾燥させ、水に漬けてやわらかくして一本一本ひげ根や節を取り、なめらかにしてから編み完成という膨大な時間を要するというから驚き。一生ものとして一つは持ってみたいと思った。

約13万haに及ぶ広大な山地帯に手つかずの自然が広がる世界自然遺産「白神山地」。東アジア最大級の規模と言われるブナの原生林やダイナミックな滝、33個の湖からなる十二湖など見どころが多く、ぜひ青森観光の一つに加えて欲しい。



深浦町

白神山地 十二湖の青池

その名の通り、群青色に透き通った十二湖の一つ「青池」は西津軽郡深浦町に位置。木洩れ日で輝く湖面のブルーと木々のグリーンのコントラストは何とも言えぬ美しさと神秘的な情景を創り出す。●問い合わせは青森県深浦町観光課☎0173-74-4412

●写真提供/ 深浦町観光課



奥入瀬渓流（おいらせけいりゅう）

十和田八幡平国立公園内にあり、十和田湖畔子ノ口から焼山までおよそ14kmに渡る散策道が渓流沿いに続く名勝。見どころの一つ、中央地点あたりに位置する「雲井の滝」は、高さ20mの断崖から3段になって豊富な水量の水が落下し、絶え間なく流れる様子は圧巻の迫力。木々やコケの緑色と真っ白に輝く飛沫のコントラストも美しい。●十和田市奥入瀬渓流 ☎0176-74-1233（奥入瀬渓流館）

十和田市

国の特別名勝および天然記念物に指定されている十和田湖と奥入瀬渓流を有し、東北きっての観光地として名高い十和田市。そんな豊かな自然が織り成す景勝地に加え、市街地に足を延ばせば、日本の道・百選や新・日本百景に選ばれた官庁街通り、十和田市現代美術館やアート広場が整備されるなど、自然と美しい街並み、アートが三位一体のバランスで都市を形成し、独自の文化を築いている。

十和田を代表する名物と言えば「十和田バラ焼き」。バラ肉と玉ネギにタレを絡めて鉄板で豪快に炒める韓国のプルコギのような甘辛い味付けが基本。戦後、三沢市の米軍基地から払い下げられた牛バラ肉が安く手に入ったため、家庭で食されるようになったのが発祥と言われ、２０１０年のＢ-１グランプリ参加を機に全国的に知名度を上げ、現在は市内飲食店80店舗以上で提供されるほどに成長した。昭和の風情漂う「焼肉 大昌園」は朝鮮半島から移住した金義廣代表の父が創業し今年で50年。以来、継ぎ足してきた秘伝のタレが自慢の「バラ焼き」は甘くやわらかいバラ肉、脂が染み込み飴色に輝く玉ネギの旨みに箸が止まらなくなる。どこか懐かしくやさしい味が老若男女に長く愛されるのだろう。

大自然と美しい街並みに触れ ソウルフードに舌鼓





焼肉 大昌園

十和田名物「バラ焼き」（648円・税別）は注文を受けてから具材と自家製タレを良く絡めて提供。食欲を掻き立てるしょう油ベースの甘辛い味はビールにもご飯にもぴったり。●十和田市稲生町16-8　☎0176-23-4413　10:30～22:00　第2・4水曜定休　P有り（4台）





●写真提供／十和田市

十和田湖

十和田火山の噴火によって形成された山上にある二重式のカルデラ湖。周囲の長さは約46kmを誇り、周辺に広がる自然林はヤマザクラ、深緑、紅葉、雪景色と四季折々の表情を見せる。遊覧船に乗り湖上からの景色を愉しむのもおすすめ。●十和田市十和田湖　☎0176-75-1531（十和田湖観光交流センター ぷらっと）



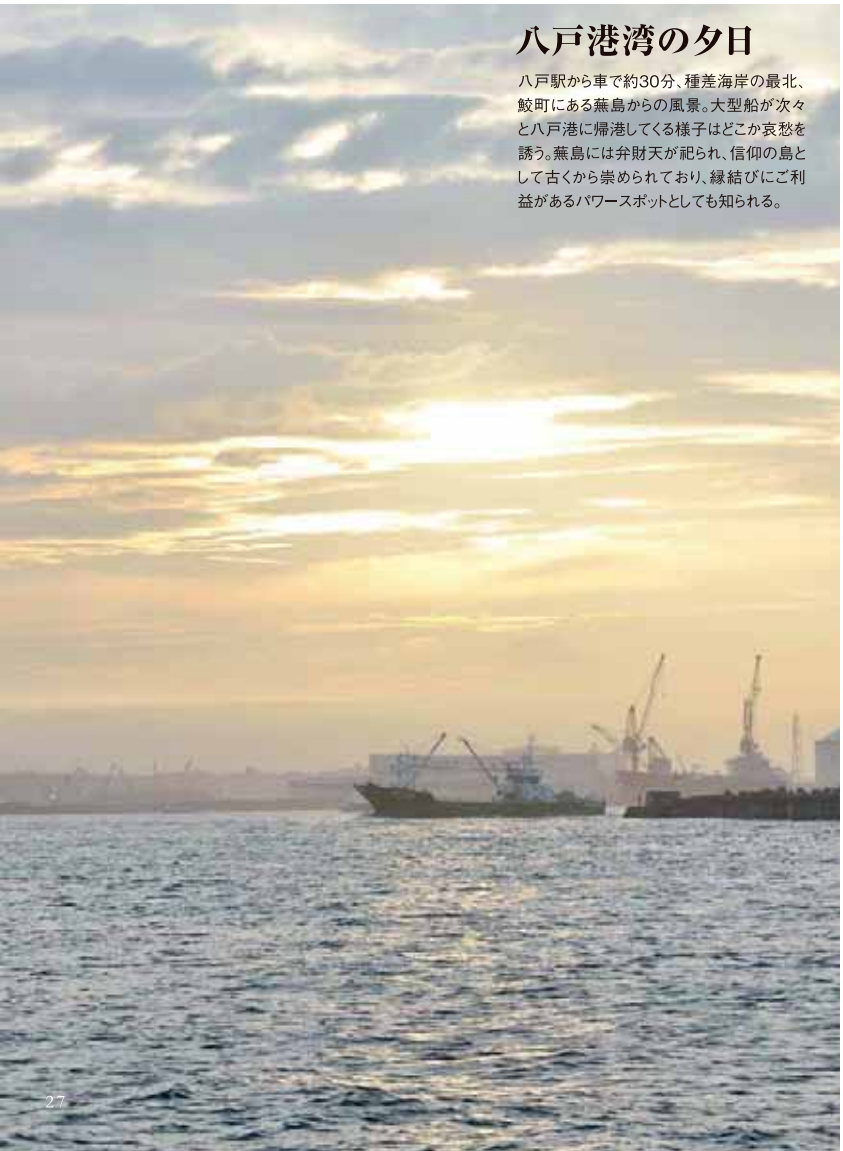
サバの駅

特製しょう油ダレで漬け込んだ「八戸銀サバトロづけ丼」（中1，200円、大1，600円）は驚くほど生臭さやクセがなく、上品な脂の旨みのみが口中に広がる、これまでのサバにはない味わい。各地の催事でも人気が高い「銀サバの串焼き」（1本470円）。県内の酒造メーカーに注文した「オリジナル地酒（純米酒）」5本にはすべて“サバ”の文字が。飲み比べセットは1，400円。●八戸市六日町12　大松ビル1F　☎0178-24-3839　17：00～24：00（23：30L．O）　不定休





日本有数の水産都市で地域に愛される「銀サバ」を



八戸港湾の夕日

八戸駅から車で約30分、種差海岸の最北、鮫町にある蕪島からの風景。大型船が次々と八戸港に帰港してくる様子はどこか哀愁を誘う。蕪島には弁財天が祀られ、信仰の島として古くから崇められており、縁結びにご利益があるパワースポットとしても知られる。



八戸屋台村 みろく横丁

中心街に位置する三日町と六日町を貫くことから名付けられた「みろく横丁」はちょうちんの灯りに誘われ、ふらりとのれんをくぐりたくなる雰囲気。郷土料理を中心に多彩なジャンルの26店舗が軒を連ね、地元客から観光客まで幅広い客層で賑わう。●八戸市六日町10　事務局☎0178-29-0815（食の文化資料館「包」パォ）

青森県南東部の太平洋に面し、水産都市として全国有数の水揚げを誇る八戸市。その海岸沿い全長12㎞に及ぶ三陸復興国立公園・種差海岸は、ウミネコの繁殖地として有名な蕪島や広大な天然芝生地などの絶景スポットが連なり、旅行者の目を楽しませる。

そんな海の街で近年全国的に注目を集めるのが「八戸前沖さば」。ブランド推進協議会が設定する約2カ月間に三陸沖以北の太平洋で漁獲され、八戸港に水揚げされるサバのみに限定され、特に550g以上の大型のものは「銀鯖」に認定される。その特徴は鮮度の良さと日本一とも称される脂の乗り。プランクトンが豊富な本州最北端の冷涼な漁場のため、ほかの海域に比べ脂肪が蓄積されるという。この希少なプレミアム銀サバのみにこだわるのがサバ料理専門店「サバの駅」。腸詰めソーセージや春巻き、チーズや酒粕を使ったみそ煮などの個性派を含め30種類の銀サバ料理を揃え、「素材がおいしいからどんな料理にもできる」とサバを知り尽くした沢上社長。中でも、今年、念願の「全国ご当地どんぶり選手権」グランプリに輝いた「八戸銀サバトロづけ丼」は、遠方からこれを目当てに訪れるファンが多い必食の逸品だ。

岩手県



総面積は北海道に次ぐ広さ
郷土芸能の宝庫で伝統祭りも多い
リアス式海岸が広がる三陸海岸は
日本有数の好漁場と言われ
アワビの養殖生産高は全国1位







焼肉・冷麺 ぴょんぴょん舎 稲荷町本店

「盛岡冷麺」（885円）はキムチが別添え。つるつると喉越し良く絶妙な弾力の麺に、クセや角がなく、ダシの旨みを丁寧に引き出した濃厚なスープがマッチ。脂肪分を取り除いているため、さっぱりとした口当たりで、最後の一滴まで余さず飲み干せる。●盛岡市稲荷町12-5　☎019-646-0541　11：00～23：30（22：30L.O）　無休　P有り

盛岡市

この地域独特の伝統食「わんこそば」とともに盛岡三大麺と呼ばれる「盛岡冷麺」と「盛岡じゃじゃ麺」。

市内や東京で5店舗を展開する「ぴょんぴょん舎」は開店30年を迎える人気店。〝体にも環境にも良く、自然な味を生かす〟をコンセプトに、化学調味料を抑え、素材を厳選した盛岡冷麺を提供。小麦と馬鈴薯でんぷんを独自に配合し練り上げる自家製麺はコシの強さが魅力で、スープは牛骨をベースに7時間じっくり煮込むことでコクのある奥深い味に。麺とスープ、キムチが三位一体となり独自のおいしさを生んでいる。

昭和28年頃に創業した「白龍」は盛岡じゃじゃ麺の元祖。初代店主が戦時中に満州で食べた中国の炒め味噌うどんを、日本人に合わせアレンジしたのが始まり。程良いコシの中太麺に、豚ひき肉やシイタケ、ゴマ、ネギなど15種類の素材を合わせた肉炒め味噌をたっぷり乗せテーブルへ。良くかき混ぜて最初はそのままで、次にラー油やニンニクなどを好みで加え、味の変化を楽しみたい。

手間と工夫で唯一無二の味に
地域に根差した盛岡名物

正直・元祖じゃじゃめん白龍（ばいろん）

「じゃじゃ麺」は小・中・大盛の3種類で、写真は麺400gの中盛（550円）。香辛料や香味野菜が利いた肉みそは甘みが控えめで食欲を促進する複雑な味わい。食べ終わった後、その皿に卵を割り、ゆで汁と味噌、ネギを加えてもらう「ちいたんたん」（50円）という玉子スープで締めるのが通の食べ方。●盛岡市内丸5-15　☎019-624-2247　本店は11：30～21：00（日曜は19：00まで）　無休　分店は9：00～15：00　日曜定休



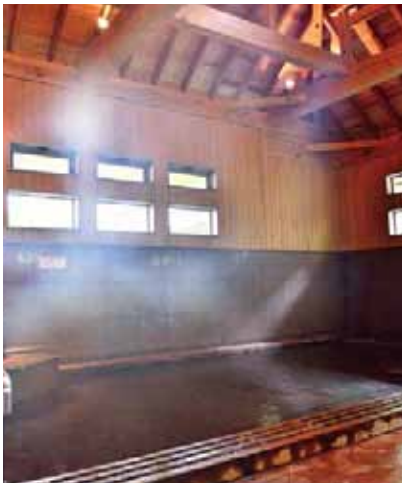






盛岡・つなぎ温泉　ホテル紫苑（しおん）

ミクロの気泡が老廃物を取り除くという「絹の湯・シルクバス」と秘湯風情漂う「南部曲り家の湯」の内湯。温泉の泉質はアルカリ性単純温泉で、神経痛や筋肉痛、冷え性などの効能を持つ。宿泊は1泊2食付きで2人1室平日14,000円～（サ込、税別、入湯税＋150円）。日帰り入浴は大人1,000円、子ども（3歳～小学生6年生）600円、幼児無料。
●盛岡市繋字湯の舘74-2　☎019-689-2288　P有り



盛岡駅から車で約20分の場所にありながら、のどかな温泉街ムードが漂うつなぎ温泉郷。開湯の歴史は古く900年前の平安末期に遡り、源義家が発見したと伝えられる。「ホテル紫苑」は全客室が御所湖側に面し、雄大な岩手山を望むロケーションが自慢の宿。温泉は南部赤松で仕上げた源泉かけ流しの「南部曲り家の湯」と湖に手が届くかのような絶景が目の前に広がる「ひとりじめの湯」の2つの浴場を備え、地元の日帰り入浴客にも評判。特に「ひとりじめの湯」は「絹の湯・シルクバス」という美容風呂になっており、肌がすべすべになる〝美人の湯〟として女性ファンが多い。

つなぎ温泉から車で15分、総面積約3000haを誇る「小岩井農場」は明治24年に創業した日本最大級の民間総合農場。不毛の原野だった土地の開墾から生産農場開設までの歴史を紹介し、国登録有形文化財の現役牛舎や実際の酪農作業も見学できる。レジャースポットとして人気の観光エリア「まきば園」ではトロ馬車やアルマジロボール、乗馬など広大な敷地を生かしたアクティビティ、農場産の生乳や牛肉を使用したグルメを用意し、子どもも大人も楽しめる。

極上の湯に浸かり疲れを癒し雄大な自然に抱かれる







雫石町

小岩井農場

入場料は大人（中学生以上）800円、子ども（5歳～小学6年生）300円。●岩手郡雫石町丸谷地36-1☎019-692-4321　9月30日まで9：00～17：30、10月1日～11月18日9：00～17：00、11月19日～2017年1月3日12：00～20：00※入場券の販売は閉園時間の1時間前（11月19日～は30分前）　無休　P有り



懐かしくてあたたかい日本の原風景がある

平安末期、東北の政治・文化の中心として栄えた平泉。仏教の浄土を表現した寺院や庭園が並び、奥州藤原氏三代がおよそ100年に渡って築いた平泉の文化と栄華盛衰の歴史を今に伝える。平成23年にユネスコの世界遺産に登録された「平泉の文化遺産」は中尊寺、毛越寺、観自在王院跡、無量光院跡、金鶏山の五資産で構成される。いにしえに思いを馳せながら貴重な平安美術や遺跡をゆっくりと鑑賞したい。

『銀河鉄道の夜』『風の又三郎』…日本を代表する童話作家・詩人である宮沢賢治の故郷・花巻市。画家の萬鉄五郎や彫刻家で詩人の高村光太郎、前5千円札の肖像だった新渡戸稲造など花巻ゆかりの偉人が多く、それらにちなんだ施設や記念館は観光スポットとして人気が高い。また奥羽山脈の渓谷沿いに湧き出る花巻温泉郷は東北有数の温泉地としても知られ、湯治場風情の残るひなびた温泉からモダンなリゾート系ホテルまでバラエティー豊か。

柳田國男の説話集『遠野物語』の舞台となった遠野市は、河童や座敷童子が登場する「民話」で有名な地域。そんな伝承や伝統が根付き、ゆったりとした空気が流れる。「遠野ふるさと村」は、昔ながらの遠野の山里と農村風景を再現した施設。江戸末期に建てられた肝煎りの家や川前別家など茅葺屋根の曲り家が移築保存され、田んぼや畑で農作業体験ができる。守りっ人（まぶりっと）のおじいちゃん、おばあちゃんたちのもてなしにも心がほっこりとする。





宮沢賢治記念館

花巻市

昨年、展示をリニューアル。スクリーン映像や関係資料、愛用品を展示し、宮沢賢治の世界観を表現。生誕120周年企画も随時実施中。入館料は一般350円、高校生・学生250円、小・中学生150円。駐車場内には『注文の多い料理店』にちなんだレストラン「山猫軒」もある。●花巻市矢沢1-1-36　☎0198-31-2319　8：30～17：00　無休（12月28日～1月1日は休館）　P有り

中尊寺

平泉町

金色堂新覆堂と本堂。国宝・金色堂は堂全体が金箔で飾られ、12世紀の阿弥陀堂建築の最高傑作と言われる。拝観料は大人800円、高校生500円、中学生300円、小学生200円。●西磐井郡平泉町平泉字衣関202　☎0191-46-2211　3月1日～11月3日　8：30～17：00、11月4日～2月末日　8：30～16：30　無休　P有り（有料）





●写真提供／中尊寺



遠野ふるさと村

遠野市

村内には遠野の文化と伝統を守る人「守りっ人（まぶりっと）」の衆が常駐し、気軽に会話も楽しめる。入村料は一般540円、小・中・高校生320円。今年度は20周年を記念し、20歳の人は入村料が半額になる。●遠野市附馬牛町上附馬牛5-89-1　☎0198-64-2300　3～10月9：00～17：00（入村は16：00まで）、11～2月9：00～16：00　無休　P有り

●写真提供／遠野市



宮城県



ササニシキに代表される米の産地
県庁所在地の仙台市は
伊達政宗が築いた城下町として
東北随一の大都市に発展し
多くの観光客で賑わう

仙台市

〝杜の都〟に受け継がれてきた伊達美味と伝統工芸に出合う

〝仙台生まれの美味いもん〟を指す「伊達美味（だてうま）」の一つ、ずんだ餅は茹でた枝豆の身を潰し砂糖を混ぜて餅にまぶす仙台地方に古くから伝わる郷土菓子。夏になるとどの家でも作られていた。昭和23年創業の「エンドー餅店」で作られる「極みづんだ餅」は石巻市の契約農家が生産する餅米「みやこがね」と、栗原市の農場が減農薬・減化学肥料栽培する枝豆「秘伝豆」という県産品100％を原料に、砂糖と塩のみで味付け。つぶつぶの食感が残る餡は甘さ控えめで、枝豆本来の濃厚な味と香りがダイレクトに伝わる。

市内にはおよそ100軒の専門店があると言われる、仙台発祥の牛たん焼き。仙台を中心に14店舗を展開する「喜助」は、昭和50年に創業し、「仙台名物」という文字を看板に初めて入れた店で、現在の牛タン人気を確立した立役者的な存在だ。肉質を吟味した牛タンを仕入れ、職人による昔ながらの手作業で仕込むのが喜助流。手間を惜しまず、カットした牛タンの状態を1枚ずつ見極めながら手で塩を振り、数日間熟成させる。かんだ瞬間に溢れる肉汁の後を引く旨みに箸がどんどん進む。

旅行者や地元の人が行き交うアーケード商店街で、明治25年から看板を掲げる「しまぬき」は、こけしを中心に東北の工芸品や民芸品を扱う老舗店。店内には多彩な作品や雑貨が所狭しと並び、一歩足を踏み入れた瞬間に心躍る。伝統こけしから現代風の創作系まで多種多様なこけしは、工人が一つ一つ手作りしており、同じデザインでも顔の表情が微妙に違うのが面白い。旅行土産にはもちろん自分へのご褒美にお気に入りを見つけて。



エンドー餅店

「生極みづんだ餅」は1個216円、5個1,080円で、「冷凍極みづんだ餅」は5個1，188円。先代からの教えでもある“素材を厳選し、より美味しいもの、安心安全なもの”をモットーに、三代目の細谷ひろみ社長がスタッフとともに丁寧に手作り。おはぎや大福、おこわなど素朴で家庭的な伝統の味を守っている。●仙台市青葉区宮町4-7-26 ☎022-223-9512　8：30～18：00 木曜定休　P有り





味の牛たん 喜助（きすけ） 駅前中央店

麦飯、テールスープ、おしんこ、味噌南蛮が付く「牛たん炭火焼定食」（1，674円）は、しお味、たれ味、みそ味の3種類から選べる。一皿にさまざまな部位を入れるため、牛タンをまるごと味わえるのもこの店ならでは。●仙台市青葉区中央2-1-27エバーアイ3F　☎022-265-2080　11：00～22：00（21：30L.O）不定休　提携P有り（2，000円以上の飲食で1時間無料）





彩りそえる しまぬき 本店

伝統こけしを缶詰にしたかわいらしい「こけし缶」（2，052円～）は贈り物に人気。美しい「玉虫塗」は仙台生まれの塗の技法。こけしや伊達政宗騎馬像など同店オリジナルの絵柄（蒔絵）を用意する。●仙台市青葉区一番町3-1-17しまぬきビル1F ☎022-223-2370　10：30～19：30　無休（1月1日のみ休み）提携P有り（3，000円以上購入で1時間無料）



松島町





松島海岸

透かし橋（すかしばし）を渡った先に立つのが松島のシンボル「五大堂」。大同2年（807年）に建立され、現在の建物は伊達政宗が桃山式建築手法で再建したもので、国の重要文化財となっている。松島海岸は朝日も見もの。西行戻しの松公園は背後地の中で一番眺望が良く荘厳なご来光を目の当たりにできる。●問い合わせ☎022-354-5708（松島町産業観光課観光班）



●写真提供／（一社）松島観光協会





円通院

拝観料は大人300円、高校生150円、小・中学生100円。山門を入ってすぐ左には良縁のための「縁結び観音」があり、縁結びこけし（1体500円）にペンで願い事や名前を書き込み、本尊に祈願奉納できる。●松島町松島字町内67　☎022-354-3206　4～11月 8：30～17：00、12～3月 9：00～16：00　無休



松島湾に浮かぶ大小260余りの島々と豊かな森林が調和した風光明媚な風景が魅力の松島は、京都府丹後の天橋立、広島県安芸の宮島とともに日本三景に数えられる東北きっての観光名所。松尾芭蕉の旅日記『おくのほそ道』にも登場する地としても知られ、いにしえの都のようなどこか懐かしい趣と美しさが旅情を誘う。

伊達政宗の菩提寺である瑞巌寺の隣、「円通院」は政宗の嫡孫・光宗を祀る寺院。名庭園としても名高く、国指定重要文化財「三慧殿」をはじめ、枯山水の七福神庭園、バロック調なバラの庭、禅林瞑想の庭など趣向の異なる庭が点在。秋は紅葉も見事で、ライトアップにより幻想的な雰囲気を醸す。

松島公園から徒歩で約5分、「松島さかな市場」は国道45号から1本入った広大な敷地に構える2階建ての市場。気仙沼で6隻の大型マグロ船を操業する船元が経営しているだけあって、品揃えと鮮度の良さは抜群。産地直送の活・鮮魚から加工品まで1500種類以上の海産物を取り扱い、地域住民や北関東からの買い物客も多いという。また、寿司やラーメンなど地場産食材ふんだんなご当地グルメも充実している。駐車場内には松島特産のカキが食べ放題の「焼がきハウス」も併設。生産者が手塩にかけて養殖する身は甘く濃厚な味わいで、10月から3月が旬のため、まさにこれからがシーズン。焼きたて熱々のカキを思う存分堪能したい。

訪れる人の心を一瞬でつかむ自然に恵まれた景勝地



松島さかな市場

「松島かきバーガー」（350円）は特産のカキとベシャメルソースを合わせたクリームコロッケをサンドした人気メニュー。もっちりとした食感の米粉バンズも宮城県産ササニシキが原料で、まさにご当地グルメと言えるだろう。

●松島町松島字普賢堂4-10　☎022-353-2318
8：00～17：00（食事受け付けは1Fが8：00～15：00、2Fが10：00～15：00）　無休　P有り









地元の人のこだわりプランで旅行をもっと楽しく!

ほろ酔い美人女子的酒蔵見学



国の登録有形文化財でもあるレンガ作りの趣きある「八戸酒造」で酒蔵見学を。限定の酒粕スイーツや酒粕ハンドパックを堪能してみませんか。

●場所:八戸酒造㈱
●期間:通年(平日のみ・一部除外日あり)
●料金:1人2,000円　●時間:14:30～(約80分)
●催行人数:2～16人まで　●申込締切:7日前

ラインストーンでかわいく♡デコ八幡馬



八戸の伝統工芸品のひとつである八幡馬。白いミニ八幡馬にラインストーンを使ってアレンジしませんか?自分用のお土産としておすすめ。

●場所:史跡根城の広場
●期間:通年(一部除外日あり)　●料金:1人1,900円
●時間:10:00～、14:00～(約90分)
●催行人数:1～5人まで　●申込締切:7日前

ガイド付横丁探訪



中心街には昭和の風情が残る8つの横丁が。隠れた名店や個性的な店主が待つ横丁をガイドと散策し、八戸の夜を楽しみましょう。

●場所:八戸ポータルミュージアムはっち集合
●期間:通年(一部除外日あり)　●料金:1人1,000円
●時間:19:00～(約40分)
●催行人数:1～10人まで　●申込締切:4日前

まちなかのレトロな酒蔵でつくる可愛いミニボトルラベル



中心街にある酒蔵「八鶴工場」は木造のレトロな建築物。蔵人の案内で酒蔵見学と地酒の試飲を楽しんだ後は、可愛いミニボトルラベルづくりを。

●場所:八戸酒類㈱
●期間:通年(平日のみ・一部除外日あり)
●料金:1人1,300円　●時間:11:00～、16:00～(約60分)
●催行人数:2～10人まで　●申込締切:4日前

その他
体験プラン、モデルコース
紹介中!
お申込み、詳細はWEBへ

旅行企画実施　青森県知事登録　旅行業 第2-140号

公益社団法人　八戸観光コンベンション協会

〒031-0075 青森県八戸市内丸1丁目1-2 TEL:0178-41-1661 [8:30～17:00]※土日祝休み

Local旅 検索　URL:https://navi.hachinohe-cb.jp/localtabi/



いちご煮 CM「海の恵みのスープ」
キャスト：田中 泯　音楽：畠山 美由紀
ロケ地：大須賀海岸（八戸市）
https://www.youtube.com/watch?v=9CbG_BxPNdg

何とも粋な名前のルーツ



朝もやに霞む野いちご

「いちご煮」の名前は、お椀に盛り付けたとき、乳白色の汁に沈む黄金色のウニの姿が、まるで『朝もやの中に霞む野いちご』のように見えることから名づけられた大変風流な名前です。
お椀の中で野いちごを摘まむように、海の恵みを摘まんで味わってみませんか。

味の加久の屋
あじのかくのや

〒031-0841 青森県八戸市大字鮫町字福沢久保3
0120-34-2444 携帯・PHS OK
http://www.ichigoni.com/ いちご煮ドットコム 検索



十和田湖の原生の森に囲まれた特別保護区を巡るアドベンチャーツアー!!

日本では珍しい本格的なRIBツアー!
だれでも安心して参加できる♪

世界最大級の二重カルデラ湖 十和田湖の自然を体験!

パワースポット イトムカの入り江

原生林の深い森に囲まれているため、日中のみ青く見えるイトムカの入り江を楽しめます。



ツアー中に発見されたキリスト像?!

ツアー中に発見されたキリストそっくりの像もツアーで見れます。



40名までの団体OK



日本政府観光局推進事業

カヌー・カヤックもできます

カヌー・カヤックのレンタル&
ツアーもできます。詳しくはHPへ!





新青森駅から無料送迎あり



11:10 新青森駅発
十和田湖行き
(グリランド着)

途中で八甲田や奥入瀬渓流にも立ち寄ります♪

十和田湖RIBツアー グリランド

青森県十和田市大字奥瀬字十和田湖畔字樽部123-1(集合場所)

〈営業時間〉9:00～16:00(1時間おきに出航)
〈アクセス〉東北自動車道十和田ICより車で60分 または
東北自動車道八戸ICより車で約110分

料金				
	大人 4,000円	宿泊付(1泊朝食付)	10,000円
	小人 2,000円	宿泊付(1泊朝食付)	6,000円

※お1人様あたりの料金です。
※2名様以上から催行します。お1人様も歓迎! ◎詳しくはWebへ!

☎0176-75-2755 または 090-4159-4811

グリランド

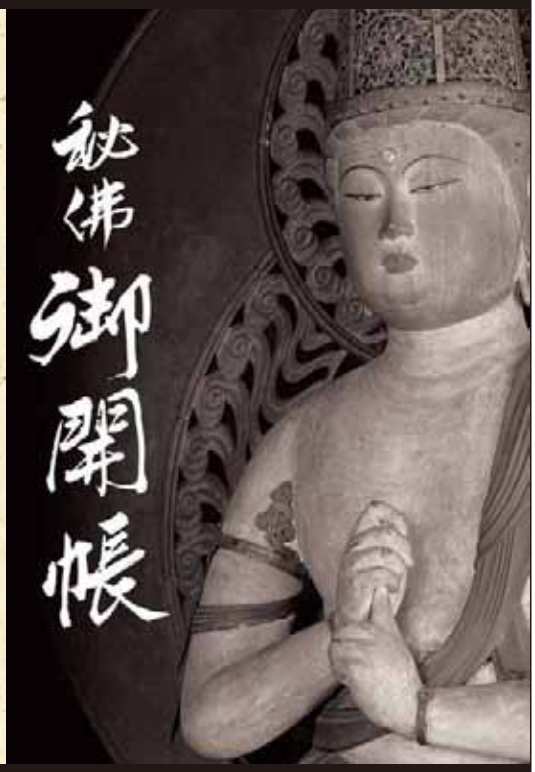
平安美術の宝庫　3千有余点の国宝・重要文化財

平成28年、中尊寺秘佛一字金輪佛頂尊が再び東北の地を照らします。
先の御開帳より4年、東日本大震災直後、
平泉が世界文化遺産に登録されて5周年に当たる御開帳です。

いちじきんりんぶっちょうそん
一字金輪佛頂尊

一字の真言「ボロン」で表される最勝・最尊の仏さまで、奥州藤原氏三代秀衡公の念持仏と伝えられます。
前半部のみのお姿で日輪より浮き出る一瞬のお姿を現し、頭髪や肉身には彩色が施され、
俗に「人肌の大日如来」として篤く信仰されています。

◎平安時代（12世紀）カツラ材の寄木造、像高76cm、重要文化財



中尊寺「平泉」世界文化遺産登録5周年記念行事

1. 秘佛「一字金輪佛頂尊」御開帳

◆日　程　平成28年11月6日(日)まで開催中　午前8時30分～午後5時(11月4日(金)からは午後4時30分まで)
◆会　場　讃衡蔵秘仏室
◆拝観料　大人500円/小・中・高校生200円［金色堂との共通拝観料：大人1,200円/高校生600円/中学生400円/小学生300円］

2. 三陸郷土芸能　奉演

◆内　容　三陸沿岸地区に伝わる郷土芸能の奉演を行い、ともに三陸の復興を祈願します。
◆日　程　平成28年10月1日(土)・8日(土)・15日(土)　午前11時・午後2時
◆会　場　中尊寺境内(参加無料・事前予約不要)


三陸郷土芸能

中尊寺

お問い合わせ先：中尊寺総務部　TEL0191-46-2211　岩手県平泉町衣関202

新函館北斗 →（北海道・東北新幹線【最速2時間51分】）→ 一ノ関 →（東北本線【約8分】）→ 平泉

中尊寺　検索

盛岡駅から花巻温泉郷へ らくらくはなもり号



盛岡駅から花巻へ直行!

南部杜氏の里石鳥谷「酒匠館」で試飲とショッピング、
花巻出身の童話作家宮沢賢治の作品を体感できる
「宮沢賢治記念館」を見学し、花巻温泉郷へお送りします。

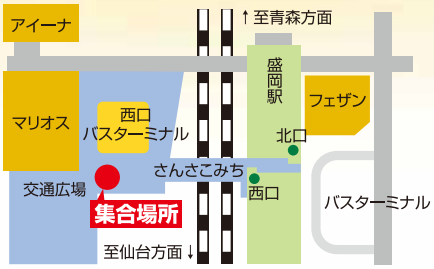

南部杜氏伝承館


酒匠館


宮沢賢治記念館

料　金　3,000円
（3歳以上お一人様）

集合場所
盛岡駅西口バスターミナル(13:25)



ツアー行程

盛岡駅西口(13:30)
↓
南部杜氏伝承館・酒匠館(14:20～15:00)
↓
宮沢賢治記念館(15:15～16:05)
↓
花巻温泉郷(16:25～17:10)

花巻温泉郷到着時間

ご宿泊予定のホテル・旅館のお近くまで送迎いたします。

施設名	到着予定時間
花巻温泉　佳松園・ホテル紅葉館・ホテル花巻・ホテル千秋閣	16:25頃
台温泉バスロータリー	16:30頃
松倉温泉 風の季	16:50頃
志戸平温泉 ホテル志戸平・游泉志だて	16:50頃
渡り温泉 ホテルさつき・別邸楓	16:55頃
大沢温泉 山水閣	17:00頃
山の神温泉 優香苑	17:05頃
鉛温泉バス停	17:10頃
新鉛温泉 愛隣館	17:10頃

※旅行代金に含まれるものはジャンボタクシー代、保険料、入館料（南部杜氏伝承館400円、宮沢賢治記念館350円）になります。
※運行はレトロジャンボタクシーではなく普通車種での運行になります。　※ご乗車の場合、事前に予約が必要です。
※ご予約は3日前まで、運行に応じて前日17:30まで予約可能です。　※2名様以上の乗車で運行します。

主催／花巻観光協会
【岩手県知事登録旅行業第地域限定-228号】

申込先　TEL0198-29-4522 FAX0198-29-4447
ホームページからもお申込みいただけます。　らくらく はなもり号　検索

第17回 遠野ふるさと村

どべっこ祭り

遠野

昔ながらの囲炉裏端で、
どべっこ片手に
遠野郷に伝わる
神楽を楽しみ、
郷土料理に舌鼓…
遠野の冬の風物詩です。



開催日

平成28年
11月12(土)・13(日)・26(土)・27(日)
平成29年
2月11(土)・12(日)・25(土)・26(日)
3月4(土)・5(日)

※■の色の日には、遠野郷に伝わる郷土芸能の神楽を 正午から行います。
※■の色の日には、カッパおじさんトークショーを正午から行います。
※昔話は毎開催日行います。(10:30～15:00 昼休憩あり)
※イベント内容は状況により変更になる場合があります。
※どぶろく&どべっこ飲み放題は造り酒屋のどべっことふるさと村製造のどぶろくとなります。

開催時間 11:30～14:00

事前予約 事前予約については電話又はメールにてお申し込み下さい。
受付期間／平成28年10月1日(土)～
平成29年3月3日(金)15:00まで

ふるさと村どぶろく「曲り家の雪」を
どべっこまつり開催日に限定販売します。

◉料金・内容等

郷土料理の販売（有料）
ヤマメ塩焼、鴨ひっつみ、
雑そば、漬物、おでん、
みそおにぎり、飲み物等

かっぱプラン



入村料＋食事（ヤマメ甘露煮、鴨ひっつみ、胡麻豆腐、山菜料理他3品、五目おこわ、香の物）
事前予約 1,800円(税込)
※予約のみ、当日はお受けできません

どんどはれプラン



入村料＋食事＋どぶろく(曲り家の雪)飲み放題
事前予約 2,800円(税込)
※食事内容は、かっぱプランと同じ内容となります
※予約のみ、当日はお受けできません



どべっこ祭り無料送迎バス

バス時間（直行便、予約不可）
行き 遠野駅 10:20▶遠野ふるさと村 10:40
帰り 遠野ふるさと村 14:10▶遠野駅 14:30

【お問い合わせ】
遠野ふるさと村
〒028-0661 岩手県遠野市附馬牛町上附馬牛5-89-1
TEL.0198-64-2300 FAX.0198-64-2827
URL http://www.tono-furusato.jp/
E-mail mura@tonotv.com

どぶろく

約100年振りに蘇ったどぶろく。構造改革特区「日本のふるさと再生特区」の認定により、どぶろくの製造が可能となりました。



各1,234円(税込)
MILK-INN-江川
☎0198-64-2219



2,160円(税込)
民宿とおの
☎0198-62-4395



1,540円(税込)
たかむろ水光園
☎0198-62-2839



1,604円(税込)
(農)宮守川上流生産組合
☎0198-67-3770

どぶろくを楽しめる観光施設

遠野ふるさと村	☎0198-64-2300
たかむろ水光園	☎0198-62-2839
伝承園	☎0198-62-8655

どぶろくを楽しめる宿泊施設

MILK-INN-江川	☎0198-64-2219
民宿とおの	☎0198-62-4395
たかむろ水光園	☎0198-62-2839

どぶろくを購入できるお店

旅の蔵遠野	☎0198-62-1333	赤羽根蔵	☎0198-62-5808
道の駅遠野風の丘	☎0198-62-0888	サンQふる郷市場	☎0198-67-3399

どべっこ

昔ながらの味わいを再現したどべっこ(濁り酒)は、地元の造り酒屋が仕込んだ懐かしい酒です。お土産にもどうぞ。



970円(税別) 1,250円(税別)

製造元・上閉伊酒造㈱
☎0198-62-2002

TOUR A テーオー旅行センター

特別企画 函館発着ツアー

共に最少催行人員25名様

秋のオリジナルツアー

道南いさりび鉄道「ながまれ号」DEちょっぴり贅沢なサンデーBOXDMEAL(弁当)&スイーツタイム

日帰り(貸切列車)

出発日:10月16日(日)限定
＊申込締切日:10月2日(日)
◆函館駅 15:55頃発
◆帰　着 20:05頃



沿線の各市町村の地産地消をテーマにした、お弁当・スイーツを列車内でご堪能いただきます。

お一人様 山側席 6,000円(税込)
海側席 6,500円(税込)

募集人員 40名様 人数限定 お早めに!



札幌フリータイム2日間

(往復貸切バス・ホテル1泊朝食・昼食弁当1回 添乗員同行)



人気アイドルグループのライブにも便利!

出発日:11月12日(土)限定
＊申込締切日:10月29日(土)

2名1室 お一人様 25,000円(税込)

募集人員 30名様 人数限定 お早めに!

宿泊ホテル:ホテルマイステイズプレミア札幌パーク他
＊往路札幌市内にて札幌ドームも途中下車OK

旅行企画・実施

TOUR A テーオー旅行センター

★JR・航空券・宿泊券・パック商品も取り扱っております。
土・日・祝営業　営業時間10時～18時

TEL(0138)32-0400
TEL(0138)32-0001(代) FAX(0138)32-0870

＊国内・海外パック　宿泊商品はテーオークレジット2回まで決済OK

ANA(全日空) 格安航空券 JAL(日本航空)

【10/27(木)まで ご出発当日予約OK】

★函館⇔東　京(羽田) 正規片道運賃37,890円 ⇒23,800円～
★函館⇔大　阪(伊丹) 正規片道運賃46,100円 ⇒27,800円～
★函館⇔名古屋(中部) 正規片道運賃42,210円 ⇒26,000円～

上記航空券は、ご搭乗日時の変更が可能です。
ご出発7日前までのご予約だと、さらにお得な航空券もございます。

函館⇔札幌 高速バス [高速はこだて号]回数券



1枚3,850円、2枚以上3,700円(1枚)で販売中!!

高価買取商品

●ギフト券・商品券　額面の95%(額面総額300,000円以上96%)
●ビール券724円⇔680円～・ビール券494円⇔455円～
●普通切手額面52円以上(シート83%・バラ73%)
●記念切手額面50円以上(シート73%・バラ63%)
●普通切手・記念切手問わず額面50円未満は40%
その他、各社株主優待券・おこめ券・旅行券・図書カード・クオカード・イカスカード・印紙等高価買取致します。



ミドリムシのちから 100粒入り 7,020円 ⇒5,500円(税込) 販売中

スカイチケット 函館スカイチケット 検索

※当店は、skyticket.jp(株)アドベンチャーとは、一切関係有りません。

函館市駒場町7-5　定休日／日曜日
営業時間／平日9:30～19:00、土曜・祝日9:30～16:00
0138-52-1700 又は 0120-52-1702
※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。



秋は北海道新幹線で温泉旅♪

温・線紀行 東北 青森

往復JR(普通車指定席)※一部区間を除く ＋ ホテル(1泊につき1夕・1朝食付)

例えば 青森 浅虫温泉 海扇閣 なら

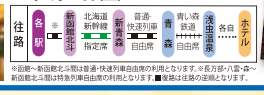
【函館駅発着旅行代金】1泊2日(1泊1夕・1朝食付・大人お1人様)

3～5名1室 23,200円～ 2名1室 39,500円

●出発日／2016年10月1日(土)～2017年3月31日(金) ※ホテルにより設定除外日がございます。

■最少催行人員／2名様
■宿泊は出発日当日となります。
■長万部、八雲、森発着の設定もございます。
■添乗員は同行いたしません。
■最大14日間まで日程を延長できます。







温・線紀行 東北 岩手・秋田

往復JR(普通車指定席)※一部区間を除く ＋ ホテル(1泊につき1夕・1朝食付)

例えば 岩手 鷲宿温泉 ホテル森の風鷲宿(おうしゅく) なら

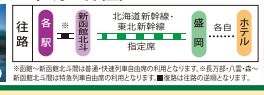
【函館駅発着旅行代金】1泊2日(1泊1夕・1朝食付・大人お1人様)

5名1室 30,200円～ 2名1室 54,900円

●出発日／2016年10月1日(土)～2017年3月31日(金) ※ホテルにより設定除外日がございます。

■最少催行人員／2名様
■宿泊は出発日当日となります。
■長万部、八雲、森発着の設定もございます。
■添乗員は同行いたしません。
■最大14日間まで日程を延長できます。







温・線紀行 東北 宮城・山形

往復JR(普通車指定席)※一部区間を除く ＋ ホテル(1泊につき1夕・1朝食付)

例えば 宮城 松島 ホテル松島大観荘(瑞松閣) なら

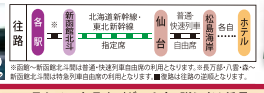
【函館駅発着旅行代金】1泊2日(1泊1夕・1朝食付・大人お1人様)

4～6名1室 34,700円～ 2名1室 52,300円

●出発日／2016年10月1日(土)～2017年3月31日(金) ※ホテルにより設定除外日がございます。

■最少催行人員／2名様
■宿泊は出発日当日となります。
■長万部、八雲、森発着の設定もございます。
■添乗員は同行いたしません。
■最大14日間まで日程を延長できます。



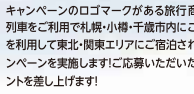




※9月までの商品もございます。詳しくは係員へお問い合わせください。

JRで旅に出よう! 素敵なプレゼントキャンペーン

2016.10.1～2017.3.31



キャンペーンのロゴマークがある旅行商品をお買い求めで、道内各都市から列車をご利用で札幌・小樽・千歳市内にご宿泊されるお客様と、北海道新幹線を利用して東北・関東エリアにご宿泊されるお客様を対象としたプレゼントキャンペーンを実施します!ご応募いただいたお客様の中から抽選で素敵なプレゼントを差し上げます!

応募概要
対象旅行商品をご購入時にキャンペーンチラシをお渡しいたします。チラシに付いている応募ハガキに必要事項を記入し、52円切手を貼付の上ご投函ください。

●詳しくはコチラ http://www.jrhokkaido.co.jp/suteki/

選べる! プレゼント 合計138名様に当たる!

グランクラスで行く東京＋ホテルメトロポリタン丸の内 2組4名様
北海道新幹線グランクラス乗車体験(新青森駅～東京駅 片道)＋ホテルメトロポリタン丸の内 デラックスツインルーム宿泊(食事なし)
GranClass

JRタワーホテル日航札幌 2組4名様
JRタワーホテル日航札幌 モデレートツインルーム宿泊券(朝食付き)

上記に外れた方にさらにチャンス!
旅行券5,000円分 30名様 または 北海道新幹線グッズ 100名様
※写真はすべてイメージです。

旅行企画・実施 (社)日本旅行業協会正会員・観光庁長官登録旅行業第1043号

JR北海道

[本　　社]札幌市中央区北11条西15丁目1番1号
[函館支社]函館市若松町12番5号

当社ホームページで商品パンフレット情報がご覧いただけます。
詳しくは◎http://jr.hakodate.jp/
※一部ご覧いただけないパンフレットもございます。

JR函館支社 検索

ご旅行の条件 お申し込みの際に、詳しい旅行条件を係員がご説明いたします。旅行条件は、別途お渡しする旅行条件書並びに当社の旅行業約款によります。詳しくは専用パンフレットをご参照ください。

お申し込みはお近くの駅・ツインクルプラザへ 新幹線駅で旅行商品のお申し込みは出来ません。

お電話でのお問い合わせは

JR北海道電話予約センター	JR指定券のご予約	0138-23-1489	[8:00～20:00]
JR北海道電話案内センター	列車時刻・運賃・料金 指定席の空席案内	011-222-7111	[6:30～22:00]
ツインクルデスク	ツインクル(国内旅行商品)のご予約	011-219-5489	[9:30～20:00]

インターネットで指定席が予約できる!! JR北海道予約サービス https://www3.jrhokkaido.co.jp/rail/ JR北海道予約サービス 検索 携帯はこちらから

朝日新聞

新規ご購読キャンペーン

セレクトプレゼント

朝日新聞を6ヶ月以上新規ご契約またはご継続いただける方に
北海道のうまいものを厳選した

キタ★マルシェ

北海道ギフトカタログを差し上げます。



キタ★マルシェ とは、北海道のおいしいものや楽しいことを、
WEB・通販・フリーペーパー・イベントなどを通して、
どんどん発信していくクロスメディアブランドです。
http://www.kitamarche.com



魚介　お肉　お米
スイーツ　果物　お野菜　など

北海道のうまいもの全44品の中から
お好きなものを1点お選びいただけます。



朝日新聞のご購読のお申し込みは お近くのASAへ

ASA 函館 美原・北斗 西部・北部
TEL 0138(34)5860
函館市美原3丁目58-10 Asahi館A館

ASA 函館 湯川・東部
TEL 0138(35)2133
函館市銭亀町283-43

ASA 函館 本通
TEL 0138(55)1025
函館市深堀町10-3

ご住所、お名前、電話番号、購読料のお支払い方法（訪問集金・口座振替・クレジットカード）、
右記のキャンペーン番号をお知らせください。

※地域によってはクレジットカードによる購読料のお支払いを取り扱いできない場合もあります。

キャンペーン番号
L-1609

Lunch Guide

おいしいひとときが
幸せ気分を運ぶ…
今月のおすすめランチ



ランチセット
1,480円

選べるパスタ、サラダ、前菜3品、ドリンク、デザート3点盛りがセット。パスタは9月末まで味わえる「自家製ベーコンとカボチャのクリームパスタ」など季節の素材を使った限定メニューも登場する。キッズスペースを備えているため、ママ友とのランチ会にもおすすめ。

朝もぎ野菜Dining 彩り家
いろどりや

函館市本町29-26 ドーミーイン函館五稜郭1F
☎0138-53-0022
11:30～14:00、17:30～23:30
月曜定休　※日曜はランチ営業のみ







ハラミカットステーキ
（サラダ・ライス付）
レギュラーカット(200g) 1,390円

肉の旨味とやわらかな肉質が堪能できて、大きさも食べ応え満点と、肉好きにはたまらないランチ。ソースは4種類から選ぶことができ、ハーフカット（120g・1,080円）も用意。ランチタイムはライスの大盛り、おかわりが無料。

ステーキ居酒家 笑う門

函館市本町32-27 ソシアルケイオービル1F
☎0138-32-2900
11:30～14:00L.O
17:30～23:30（金・土曜は24:30まで）
無休（ランチは日～火曜休み）







ランチコース 太陽の香り
2,000円（税別）※予約優先

スープ・シチュー・ロースト・ソテー系の4品から1品をチョイスするメイン料理付きのハーフビュッフェ。彩り鮮やかなサラダや冷製・温製料理を合わせ約30種類と焼きたてパン約10種類を用意。ガーデンや外の景色とともに愉しみたい。

大沼鶴雅オーベルジュ エプイ

七飯町大沼町85-9　☎0138-67-2964
ランチ11:30～15:00（14:00L.O）
※予約は①11:30～、②13:30～　※90分制
無休　P有り







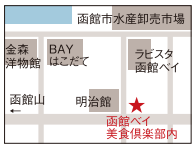
フレッシュ海鮮パスタセット
1,780円（税別）

無添加の塩水ウニと自家製のイクラ、カニがたっぷりと乗ったパスタは、ワサビじょう油ベースの和風ソースで、爽やかに香るワサビがアクセント。サラダとコーヒーがセットで、朝市店では単品で提供。ほか、炭火で炊き上げる白米を使った海鮮丼や定食もおすすめ。

函館朝市銘店 きくよ食堂ベイエリア店

函館市豊川町12-9　函館ベイ美食倶楽部内
☎0138-22-1994
11:30～15:00、17:30～23:00（22:30L.O）
※土・日曜、祝日は各30分前に開店
火曜定休（祝日、9月は除く）







レディースヘルシー膳
1,620円（男性の注文も可）

季節の野菜をたっぷり使った、健康を気遣う人にぴったりのメニュー。この秋の献立は大葉、ミョウガの香りをあしらった「海鮮梅肉和え」やホワイトソースでいただく「秋野菜のグリル」など、美しい彩りの料理がランチタイムに花を添えてくれる。

旬暦 ひだか

函館市中道1-2-5　☎0138-31-5077
11:30～14:30、17:00～21:00（各30分前L.O）
第1・3水曜定休　P有り





社長のお昼ごはん

有限会社トラスト・インターナショナル 代表取締役 澤田 剛さん おすすめ とんかつ もりやの「ロースバター焼」



［Profile］北斗市出身。函館大学付属有斗高校を卒業後、旧福岡ダイエーホークスに入団し、その後球団職員として勤務。退職後、水の宅配サービス「クリクラ渡島」を始め、2年前函館市本町に「博多もつ将　函館本町店」をオープン。今年1月に2号店「函館店」も開店。博多名物モツ鍋を中心に九州や四国の味覚を「真心込めたおもてなし」を心掛け腕を振るう。

厚切り国産ロース肉と好相性のソースでしっかりとスタミナ補給

知人の紹介で2年ほど前に訪れて以来、その味に魅了され多い時では週に2～3度のれんをくぐるという澤田さん。メニューは決まって「ロースバター焼」。「基本的に脂身は苦手だけど、ここのだけは食べられます。最初に食べたとき、くどくなく癖になる味わいのデミグラスソースとあっさりとした肉のおいしさに衝撃を受けました」と絶賛。忙しい時やスタミナを補給したい時に利用することが多く、その後の仕事により一層精が出るという。特に夏場はライスも大盛りを頬張る。

現在2代目として店に立つ守谷広樹さんと母・久美子さんを中心に切り盛りする創業43年の老舗とんかつ店。澤田さんをはじめとするファンが多いデミグラスソースは牛スジなどの素材を1週間から10日ほど煮込んで作る創業以来の味をしっかりと引き継ぐ。300gほどとボリューム満点で振る舞う国産ロース肉はやわらかくあっさりとした肉質で、コクのある自家製ソースと相性抜群。鉄板に乗せられ熱々でテーブルに運ばれる大振りの肉料理は夕方からの仕事に備えて栄養をしっかりと蓄えたい澤田さんの味方なのだろう。



「ロースバター焼」

1,400円（サラダ・スープ付）

「ライス」（中・220円）

とんかつ もりや

函館市本通4-29-12　☎0138-53-4344

11:30～15:00、17:00～20:30　月曜定休　P有り





文：坂井　悠香　　写真：大槻　和央



安くて旨い宴会は

いか太郎

グループで!!

少人数でもOK!!

宴会コース 飲み放題付!!

7品 2時間半 3,800円	10品 3時間 4,500円
11品 3時間 5,500円	11品 3時間 6,500円

10名様以上のご利用で
幹事様1名無料
予約時のみの特権になります!
(10名様ごとに1名無料)

2次会プランもあります!!
お料理相談に応じます。
飲み放題(料理付き)2,500円

飲み放題のみも可
(2名様~)

夜10時以降のご宴会のお客様に限り
5名様以上で1名様無料!

※ご予約の際、料理の質・量などご相談に応じます。※営業時間外の宴会にも応じます。

居酒屋 いか太郎 本店
函館市若松町18-23
☎0138-27-2282
16:30~ラスト 無休

若洲屋 はこ民食堂
函館市若松町18-1
☎0138-23-0333
16:30~ラスト 不定休

居酒屋 いか太郎 総本店
函館市本町4-16
☎0138-55-5552
17:00~ラスト 不定休

若洲屋 はこ民 いか太郎
函館市本町4-15
☎0138-56-6222
17:00~ラスト 不定休

函館活生酒場 いか次郎
IZAKAYA IKATARO GROUP
函館市本町32-11
☎0138-51-0070
17:00~ラスト 不定休

美食倶楽部





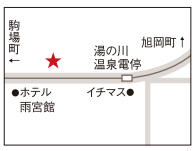

和食・洋食・中華…ハコラクお薦めの
旨い店をジャンル別でご紹介

ジンギスカン

本格ジンギスカンの店で
厳選されたラム肉を味わう

ジンギスカン テムジン

北海道の高級肉を使用した「生ラムガングロセット」（1,300円）は、自家製のタレを付けてワサビを乗せて食べるのがオススメ。「極上ロースセット」（1,400円）は、自家製のタレでさっぱりいただくことでラム肉本来の肉の旨味が味わえる。ほか、厳選された生ラム肉の赤身をたたきにした「仔羊のたたき」（980円）は、鮮度の高さなくしては実現出来ないメニュー。※価格は各税別



函館市湯川町1-29-4
☎0138-57-1787
11:00～14:30L.O
17:00～22:00L.O
不定休
http://temujin.meisanichiba.jp/



稀少部位の「仔羊肉の骨付きカルビ」（1,200円・税別）。臭みがなく、程良い塩加減とやわらかい食感は一度食べたらやみつきになる一品。






落ち着いた雰囲気の店内はカウンター席と個室を用意。旬の素材を使用する煌びやかな握り「大将おすすめ握り」（13貫3,500円・税別）もおすすめ。





寿 司

“お客様と幸せな時間を共有” 会話も弾む料理の数々を味わう!

寿司料理 谷ふじ

旬の厳選された食材を巧みな技で提供する寿司店。素材本来の旨さを味わえると人気を呼んでいる宴会プラン。全7品が付いた「雪コース」（1人5,000円）は前菜に鍋料理、旬のお刺身盛り合わせ、握り（9貫）、季節の一品、お椀、デザートの満足すること間違いなしの内容。また、「月コース」（全6品、同4,000円）や「花コース」（全8品、同6,000円）も好評。2時間飲み放題は1人プラス1,500円。※価格は各税別



函館市本町4-10
☎0138-53-0555
17:00～23:00(22:45L.O)
木曜定休
http://www.tanifuji.com

和 食

ゆっくりくつろげる落ち着いた個室で 少し贅沢な旬の松茸会席はいかが

くずし割烹 和のふ

梁川町の路地裏に佇む一軒家料理店として多くの食通が訪れる同店では、毎年好評の「松茸会席」（2人～、3日前までの要予約）を9月中旬から予定している。秋の味覚「松茸」を土瓶蒸しや揚物などふんだんに使用し、季節を感じられる食材も織り交ぜた全8品は、店主の技と一手間で味と香りを存分に楽しめる。ただし、仕入れ状況によりメニュー内容変更の場合もある。11月からは「河豚会席」も始める予定。金額など気軽に問い合わせを。

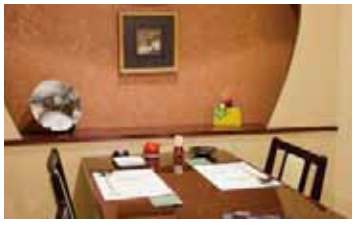


函館市梁川町22-19
☎0138-32-4343
17:30～22:30
※30分前L.O
日曜定休（祝日の場合は営業し、月曜休み）
P有り（4台）



月替わりの会席コースも「蔵」（4,320円）と「旬」（5,400円）の2コースを用意。また、飲み放題は2時間1,800円で、黒龍の日本酒3種類追加は2,500円にて対応。







バータイムでも、ペーストカレーやチーズナンセットなどのセットメニューも今まで通り用意。辛さが増すだけでカレーの味が変わらないトウガラシ「ブート・ギョロキア」も味わってみて。





エスニック

ネパールで定番のおつまみが登場 ハッピーアワータイムは特にお得に

ネパールカレー&スープカレー カレーハウス グルカ

美原店では、午後5時から11時まで営業時間を延長し、ビールや20種類以上のカクテルを揃えたバータイムとして営業。また、午後5時半から7時まで「ハッピーアワー」として、カクテルなど通常1杯480円～を400円、酒に合う新メニューの、タンドリー釜でスパイシーに焼き上げたネパール風焼き鳥「セクワ」（チキン・マトン・ポーク）各通常400円を280円、豚肉をショウガやニンニクなどの香味野菜と和えた「チョエラ」通常450円を300円で提供。

【美原店】
函館市美原5-1-17
☎0138-46-5222
11:00～15:00
17:00～23:00
※土・日曜、祝日は通し営業
不定休　P有り

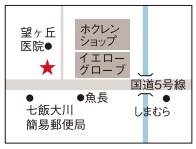
【大門店】
函館市松風町10-15
☎0138-27-2772
11:00～15:00
17:00～翌1:00
※土曜は通し営業
日曜定休

ラーメン

心を込めて店主が作る 思いが詰まった極旨ラーメン

ラーメン ら。む～

一口ごとに箸が止まらなくなると話題の「炙り味噌ラーメン」（730円）。マイルドな味噌のコク深いスープや、3時間以上煮込んだ肉厚チャーシューのやわらかい食感は絶品で、リピーター続出中。ほかにも炙りチャーシューのメニューは塩・しょう油・辛味噌と豊富。また、ラーメンを注文した客に安価で提供している「ギョーザ」（300円）や「ミニチャーマヨ丼」（150円）は、どのラーメンとも相性良好なので、ぜひ。



七飯町大川3-5-3
☎0138-64-7317
11:30～15:00
17:00～20:00（各30分前L.O）
火曜定休（火曜が祝日の場合は営業、翌日休み）
P有り



老若男女に人気で日々賑わいを見せる同店は、美味しくてリーズナブルなメニューがズラリと並ぶラーメンの名店。家族や仲間と味わってみては。







コラーゲン豊富な「中札内産ひな鶏半身揚げ」（1,100円）と「手羽先」（650円）は電話注文でテイクアウトOK。やわらかくジューシーな肉感がたまらない。※価格は各税込





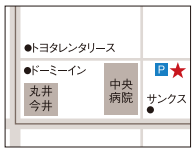
洋 食

全室完全個室の日本家屋で くつろぎながらフレンチ宴会

レストラン ラ ロテュス

和個室でフレンチを堪能できる同店では、お得な「宴会コース」（4,000円～）を提供。予算や要望にも応じ、飲み放題は90分1,500円、120分2,000円で追加できる。残暑の疲れを癒す栄養たっぷりの「塩すき焼き鍋」（3,500円～）もおすすめ。ランチメニューも充実し、「小さなお子様連れや家族団らんにも、ぜひ利用してほしい」と野村総支配人。※価格は各税別

ディナーに限り予約時に「ハコラクを見た」と伝えると、ボトルワインをプレゼント。（2人以下はハーフボトル、3人以上はフルボトル1本）
■1回で1グループ利用可■他サービス併用不可■平成28年10月末日まで



函館市本町36-20
☎0138-86-8666
11:30～14:00L.O
17:00～20:30L.O
要予約　日曜定休
P有り

洋 食

冷えた樽生クラフトビールを 大満足のカキ食べ放題で乾杯!!

CRAFTBEER BAR JUN

クラフトビア・バル　ジュン

全国的な人気を誇る、樽生クラフトビールを提供する同店。豊富な酒の肴を用意するなか、カキ好きには必見の「生牡蠣とガンガン焼き等90分食べ放題プラン」（3,980円･税別、4日前までの要予約、3人～）。大手ビールメーカーとは一味違った、多彩なテイストのクラフトビールと多彩な食べ方ができるカキの相性は抜群。＋500円で3人以下での利用も可能（キャンセル料は100％）。



函館市本町33-7
☎0138-32-3370
18:00～翌4:00
日曜定休
www.jun-c.co.jp



さっぱりしたメニューとガツンとしたスタミナ料理でクラフトビールを豪快に流し込む。人気NO.1の「ニンニクてんこ盛り和風ソースの牛ブロックステーキ」（1,500円）もおすすめ。





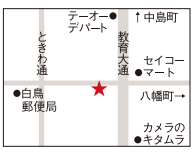


洋食

9月30日までの16日間限定 〝お客様還元コース〟50％オフ

レストラン イリユージョン

10月1日から12月14日までの海外出張にあたり、9月30日まで「お客様還元スペシャルメニュー」（要予約）を昼夜共通50％offの3,000円（税別）で提供。「和梨と帆立貝のサラダ　ボレロ風」「オマール海老のスープ」「真ゾイのレタス包み　白ワインソース」とメインの「和風サーロインステーキ　ガーリック風味」に、提供直前に焼くため香ばしくサクサク食感がたまらない「焼き立てリンゴのパリパリパイ」、パン2種とコーヒーまでのコースで、たっぷりの旬の味覚が食欲の秋を満たしてくれる。また、X'masオードブルとおせちの予約も開始。海外出張中の予約はメールまたはFAX（050-3737-3759）まで。



函館市白鳥町17-14
☎0138-40-3703
11:00～14:00、17:00～22:00
水曜定休（祝日の場合は営業）
P有り
e-mail illusiondecor@yahoo.co.jp





「フレンチおせち3段重」（4人前20,000円）は限定30個、「パエリア＆オードブル」（4人前13,800円）は限定20個で予約受け付け中。※価格は各税別

四季折々の素材にこだわった料理を広々と落ち着いた雰囲気で堪能する



彩 ―いろどり―　2名様より　おひとり様 20,000円 ◆ご予約は3日前まで ※仕入れ状況により内容が一部変更する場合がございます。

・食前酒・生うに殻盛り・季節の肴・旬の刺身・季節の吸い物・鮑と大海老、タラバの蒸し鍋・和牛と旬の肴の焼き物
・活毛ガニのあらい・きんき唐揚げ・季節の御飯・季節のデザート

贅沢な食材をふんだんに使った高級会席から、気軽に楽しめるランチと、幅広い年齢層のお客様に愛される料理とサービスを提供する、眺望の良い函館国際ホテル東館最上階の「日本料理 松前」。

当店では、お客様の様々なご希望に合わせ利用できるコースを多数用意。忘新年会や歓送迎会、接待、クラス会、地域の会合などから、ご法要後の会食、ご両家顔合わせ、結納、おくい初め、お誕生日、百日のお祝い、ご卒業、ご入学、還暦、喜寿、卒寿、米寿、長寿祝い、七五三、ひな祭り、端午の



慶 ―よろこび―
1名様より 10,000円
◆ご予約制
※12月より内容が変わります

・鮭飯鮨 河豚煮こごり 無花果生ハム巻き
　銀ダラ 子持ち鰊
・きんき土瓶蒸し
・鮑 本まぐろ 平目
・オレンジ釜ズワイグラタン
　鮫肝ブリ大根 イベリコ西京
・雲丹鍋
・ボタン海老天ぷら 穴子磯辺揚げ
・毛蟹サラダ 山葵ジュレ
・炙り牛にぎり
・柿のムース ジュレ掛け



吉田統括調理長
生真面目に丁寧に仕込み、出汁づくりを基本に忠実に取り組みながら、新しい技術にも果敢に取り組む仕事人。



【ランチ】撫子 ―なでしこ―　おひとり様 1,550円

・海老塩麹漬け、海鮮ごぼう揚げ、秋鮭照焼き、帆立レモン煮、山椒刻み秋刀魚、秋野菜の湯葉和え、かき揚げさつま・南瓜道明寺蒸し・手鞠寿司・牛スジつみれ沢煮風・ヨーグルトムース 柿ジュレ



芙蓉 ―ふよう―　おひとり様 8,500 円　◆ご予約制

・前菜三点盛り・炙り金目鯛の吸い物・お刺身四点盛り・雲丹あんかけ茶碗蒸し・海鮮しゃぶしゃぶ
・牛ヒレ山葵焼き・海老 イカ 野菜の天婦羅・炙り帆立のカルパッチョ風・にぎり寿司・吸い物・季節のデザート



【平日限定㊐ランチ】海鮮漬丼　おひとり様 850円

・海鮮漬丼・野菜サラダ・味噌汁・香の物・小鉢



祝い膳　おひとり様 5,500円　◆ご予約制

入学、卒業、おくい初め、結納、ご両家顔合わせ、還暦、喜寿、米寿などに利用。
・前菜三点・海老真丈・旬の肴三点・蟹あん茶碗蒸し・海鮮陶板焼き　柚子味噌仕立て
・海老 野菜の天婦羅・牛しゃぶサラダ・いくら御飯・季節のデザート

ご予算に合わせて献立を
お作りすることが出来ます

函館国際ホテル

HAKODATE KOKUSAI HOTEL

日本料理 松前

函館市大手町5-10 函館国際ホテル東館8F　☎0138-23-8756(直通)
11:30～15:00(14:30L.O)、17:00～21:00(20:30L.O)　無休　P有り
http://www.hakodate-kokusai.jp/restaurant/matsumae.php

節句、結婚記念日などのお祝い事、お正月やお盆、お彼岸、お祭りなど、ご家族やご親戚が集まった時のご会食と、用途に合わせて愉しめます。

お昼のママ会などに人気のランチでは、５名様以上でコーヒーや紅茶のサービスが有り、営業時間内であれば無料で最長３時間、半個室をご利用いただけます。

また、個室は、和室・洋室、各個室をご用意しており最大５部屋までご用意できます。ほか、お子様連れでも安心できるメニューとして「お子様ランチ」も好評です。お子様ランチはご予約にて承ります。アレルギー対応も事前予約にて可能です。



【和室】５名様より４０名様までご利用いただけます。津軽海峡を眺望できる見晴らしの良い和室です。お座敷でも、椅子とテーブルの利用が可能になり、幅広い用途でご利用いただけます。
【洋室】５名様より２０名様までご利用いただけます。函館港が見渡せる景色の良い部屋です。



お子様ランチ　おひとり様 2,160円／上記写真

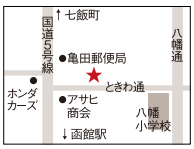
1,620円もご用意しております。

※価格は全て税込です。

函館ならではの塩で味わうジンギスカン
北海道を代表するソウルフードに



北海道塩ジンギスカン
名前はまだ無い。



函館市亀田町14-1
☎0138-85-6661
18:00～21:00（完全予約制）
月曜定休
P有り

「塩ジンギスカンを冠した店名はまだどこにも無い」ことに由来するという店名「名前はまだ無い。」は一度聞いたらなかなか忘れられないインパクトがある。「海老麺総本家地元家本店」の店舗を使い、4月にオープンしたばかりの店は1日5組限定の完全予約制と、客数が限られているにも関わらず、すでにその名は広く知れ渡り連日満席状態が続いているという。

北海道のソウルフードとして親しまれてきたジンギスカンを、海に囲まれ、塩ラーメンをご当地グルメとする函館ならではの「塩」で独自にアレンジ。肉が隠れてしまうほどたっぷりのネギが乗った看板メニュー「特選函館塩ネギジンギスカン」（790円）は8㎜という厚さにカットされており、やわらかく肉汁が溢れるほどのジューシーさ。まずは肉だけで焼き、その上にネギをたっぷりと乗せて味わう。ゴマ油と塩をブレンドしたオリジナルの塩ダレに肉を漬け込み染み込ませているため、何もつけずにそのまま口に運んでもしっかりと味わいが感じられる。大きく迫力満点の骨付き肉「ラムチョップ」（850円）はじっくりと火を通し、タイムソルトをブレンドしたハーブ塩や和風の昆布塩、擦りたての山ワサビを合わせたポン酢など、さまざまな調味料を試すのも楽しい。店内には道産を中心に旬の新鮮野菜6種類ほどが並べられ、そこから好みの野菜を注文することもできる。「まだ知名度のない『塩ジンギスカン』が北海道を代表するグルメになれば」と同店。こだわり抜いた斬新な味わいのジンギスカンは函館はもとより北海道を盛り上げていってくれるだろう。

文：坂井 悠香　写真：大槻 和央












Oveja
Negra
Maule Valley
CABERNET FRANC
CARMENÈRE
RESERVA

宴会大募集!!

宴会コース
料理＋飲み放題
お一人様〈2時間〉
地酒も楽しめるコース!
4,000円(税込)より

学生さんに朗報!!
学生限定(大学生・専門学校生)
料理＋飲み放題
お一人様〈2時間〉
3,000円(税込)

地酒は含みませんが普通酒は入ります!
3,500円(税込)コース

ご宴会については気軽にお電話でお問い合わせ下さい。

当店ではお客様のリクエストに、できる限りお応え致します!!
予算はもちろん食べたいものや
料理のボリュームのことなどスタッフへお伝えください。
また、年齢に合わせたメニュー構成も可能ですので、ぜひお気軽に!!

フリーでのご来店も大歓迎! メニューの一部をご紹介

- ●焼きとり1人前(2本) 240円～　●お刺身 480円～
- ●お刺身盛合せ1人前 800円　●活イカ 900円～　等

ドリンクもリーズナブルに!
- ●生ビール・瓶ビール 各420円　●サワー 300円～
- ●ソフトドリンク 180円　●地酒 500円～　●カクテル 350円　各税別

居酒屋 小料理 花鳥風月

函館市本町9-28
☎0138-56-0212
個室有り
■営業時間／17:00～24:00
■定休日／不定休
■駐車場／有り　■最大人数／200人





飲み放題メニューでも
全国各地の日本酒や本格焼酎が味わえます

宴会プラン

お一人様 3,800円(税込)～

2時間飲み放題付　料理8品

飲み放題には地酒や芋・麦焼酎なども含まれます。内容は予約時にご確認下さい。

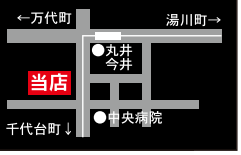
特典
10名様以上の宴会は幹事さん1名分、
宴会料金サービス!!
又は2時間飲み放題を30分延長から選べます。
※特典を利用される場合カード不可

■宴会は5～90名までOK
■日曜の宴会も承りますので、ご相談下さい

◆相談に応じて料理の変更ができます。◆

活魚炭焼 居酒屋 次郎

函館市本町4-21 2F TEL.54-2615
※中央病院さん斜め向かい　大きなちょうちんが目印
営業時間／夜5:30～深夜12:00
HPアドレス http://yanshu-jiro.info/



食欲の秋! 宴会は番長で!

平日限定
お待たせしました!!
金麦コース
690円(税別)の
飲み放題が登場しました!!
※繁忙期は除きます。

団体(大人料金)10名様以上でディナーお一人様2,100円が
団体がお得
通常90分が120分に!
2,000円(税込)
100円＋消費税分お得!

団体(大人料金)10名様以上で
飲み放題にすると
つまり!!
120分でお一人様あたり
2,690円(税込)

お一人様プラス690円で飲み放題も120分に!

1,100円の種類豊富なプレモルコースもご用意!

元祖本格炭火焼バイキング
焼肉番長
年中無休



店内ゆったり180席
亀田港店　函館市亀田港町58-1　☎0138-85-6390
超ビッグに284席
花園店　函館市花園町9-12　☎0138-83-2229
料金等詳しくは各店へお問い合わせ下さい。

焼肉番長2店共通クーポン券
ソフトドリンクバー
サービス券
1グループで1枚、お1人様1枚のみ利用可とさせていただきます。
・ご注文時に係員にお渡しください
・他の割引は併用不可
平成28年10月16日まで

プロの味を
自宅で…

自慢のテイクアウトメニュー



モチモチの生地にピリ辛餡が絶妙
新作の創作肉まん登場!

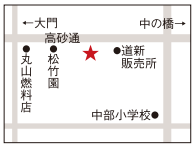
【なす肉みそまん】
90円

学校帰りの学生や女性客など、小腹が空いた時立ち寄りたくなると人気の同店。手作り生地はもちもち、しっとり。おいしさを保つため保温機を使わずに提供している。商品は定番の「鶏まん」「黒豆まん」（各８０円）、「豚まん」「あんまん」（各９０円）、「ソーセージまん」（120 円）、「角煮まん」（160 円）に、新登場の「なす肉みそまん」を加えた全７種。トロリとしたナスの旨味がぎっしり詰まった逸品を味わって欲しい。





大ぶりでジューシーな手作り焼売は金曜日、限定１０パックのみ販売（6個入 480 円）。



肉まんふく萬

函館市新川町34-5 アライハイツ1F
☎0138-76-8967
10:30～17:30※商品がなくなり次第終了
水曜定休

こだわりが詰まったピッツァを
自宅でゆっくり堪能

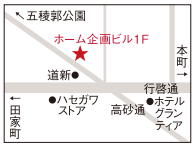
【マルゲリータ】
1,300円（箱代別途150円）

季節の地元食材で作るカラダに優しいイタリアンが女性客を中心に好評の同店ではピッツァのテイクアウトも人気。こだわりの手作り生地は、素材を生かした薄生地タイプ。表面をサクサクにした生地は食べた時にもっちりとした食感になるように、２４時間低温発酵させてから高温で焼き上げる。自家製ピザソースはあっさりに仕上げ、フレッシュ感を大切にしている。また、マルゲリータには自家栽培したバジルを使用。電話予約も可能。





ほかにも「マリナーラ」（1,000円・箱代別途150円）を始め日替わりピッツァも用意。



caferest axis
カフェレスト アクシス

函館市五稜郭町35-1 ホーム企画ビル1F
☎0138-31-6222
11:00～20:30L.O（ランチタイムは14:00L.O）
水曜定休　P有り



ご予約承り中

お得な宴会プラン

◆宴会コース
お1人様 ¥4,000より

◆にぎりメインの宴会コース
お1人様 ¥7,000

◆高級食材の特別コース 限定コース
お1人様 ¥10,000
＋ ¥1,500で飲み放題付き

※価格は各税別

ご予約のみのプランです

100キロUP!
近海マグロ入荷中

すし蔵・鮨一路（いちろ）

両店パートさん
募集中!!

詳しくは、すし蔵までお問合せください。

※勤務地「鮨一路」の住所は若松町20-10です。

すし蔵 SUSHI KURA

函館市本町4-21
☎0138-32-0138
営業時間／17:00～翌2:00
定休日／日曜日　要約P有り
http://www.hakonavi.ne.jp/sushikura/





好評につき9月末まで延長

特選牛（外国産）
＋
国産豚肉

※キャンペーンコースにつき、他の特典・割引との併用はできません

しゃぶしゃぶ食べ放題
お一人様 90分 2,500円

小学生 1,250円
幼児無料

お品書き
・特選牛（外国産）・豚肉（国産）・野菜盛り合わせ・讃岐うどん
・ラーメン・ウインナー・ミートボール・俵おむすび・漬物
以上食べ放題　さらにアイス付き

上記コースをご注文のお客様に限り
オールドリンク飲み放題★1,300円→980円（105分）
ソフトドリンク飲み放題★530円→300円（90分）



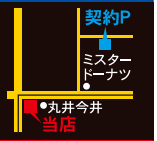
6名様以上で、しゃぶしゃぶ・すき焼き両方可能（お鍋は1台ずつとなります）
（+210円ですき焼きになります）
※ご予約時にお伝え下さい。
すき焼きの場合はウインナー・ミートボール・ラーメンはつきません

ご宴会プランは 105分飲み放題付き お1人様 3,500円～

10月のキャンペーンはホームページをご確認下さい!

わいわい亭

函館市本町32番13号
ピア21ビル4F
☎0138-32-7877
営業時間／PM5:00~PM11:00（L.O.PM10:30）
定休日／水曜日
◎最大40名様迄可能 ◎座敷有
◎契約立体駐車場有り（120分）



毎月更新するHPをチェック! http://www.waiwaitei.com/

洗練された空間で
上質なお料理を
リーズナブルに
堪能しませんか





洋食を中心に充実のメニュー



若松ポークマンのラトナライス 1,280円(税込)
ビーフのラトナライス 1,280円(税込)
半熟卵と厚切りベーコンの濃厚カルボナーラパスタ 980円(税込)
海老と木の子のアヒージョ 700円(税込)



シーザーサラダ 750円(税込)
ブルックリンハンバーグ 950円(税込)
Ratnaのミックスピザ 900円(税込)



ドリンク各種も充実
カールスバーグ 470円～(税込)
各種カクテル 550円～(税込)
各種ワイン（赤・白）グラス 550円～(税込)
ボトル 4,000円～(税込)

予約なしでご利用いただける
〔当日でもOK・L.Oは15分前〕

Ratnaのお得なプランメニュー

2次会プラン 1名様より
3時間飲み放題 お1人様 2,900円(税込)

Ratnaの学生応援プラン 2名様より
2時間飲み放題 ※金・土・祝前日は除く お1人様 2,000円(税込)

仕事帰りのワイワイプラン 2名様より
2時間30分飲み放題 月～木限定 ※祝前日・祝日は除く お1人様 3,500円(税込)

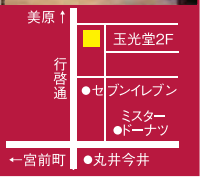
女子会プラン［女性限定］ 2名様より
4時間30分飲み放題 お1人様 3,500円(税込)

日～木限定（祝前日は除く）で女子会プランの飲み放題は 時間無制限



Ratna
RESTAURANT & BAR

函館市本町17-2 ヴィルヌーブ五稜郭2F 玉光堂さま上
TEL・FAX0138-31-0530 年中無休
営業時間／17:00～翌1:00（L.O24:30） 金・土・祝前日～翌2:00（L.O1:30）
ランチタイム土・日 12:00～15:00（L.O 14:30）
HP http://www.ratna.jp f https://www.facebook.com/ratna.hakodate LINE @ratna



過ぎていく夏の終わりに
今年も牛若はやっちゃいます

焼肉物語 牛若

皆様の人生と云う物語に最高の焼肉を…

牛若恒例スペシャル
3大フェア開催
9月15日(木)~25日(日)まで

スペシャル1 貴重な部位をリーズナブルに提供!

●黒毛和牛A5ヒレステーキ[150g]
トリュフ岩塩添え(1人前)…2,980円
●黒毛和牛の長い牛タン(1人前)…1,980円
●A5飛騨牛特上カルビ(1人前)…1,980円
●黒毛和牛A5内モモ焼きすき(1人前)1,580円
●黒毛和牛A5トウガラシ(1人前)…1,280円

スペシャル2 ドリンク類がお得!

●生ビール(エビスビール)…[1杯]550円→400円
●各種サワー・ポールスター(スパークリングワイン)・モヒート・黒ウーロン茶[各1杯]300円
●ソフトドリンク各種……[1杯]300円→200円
※生搾りサワー、ワイン各種、柚子小町は割引対象外

スペシャル3 お客様の代表者と当店スタッフが会計時にじゃんけんをして勝ったら次回使用できる10%OFF券をプレゼント!

函館市本町9-28 寿ビル1F
☎0138-56-5454 17:00~翌3:00
無休 P有り(最寄のパーキング・2時間当店負担)
http://www5.hp-ez.com/hp/ushiwaka/



移転案内

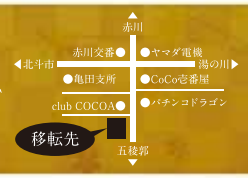
函館市本町にて12年の長きにわたり、皆様にご贔屓にして頂きました、「旬彩 粋匠」。
この度、10月末日の移転オープンに伴いまして、10月8日(土)をもって、ひとたび閉店することと相成りました。
開店以来、ひとえに皆様のご愛顧の賜物で御座います。
スタッフ一同、心より御礼致します。
つきましては、ボトルキープされていらっしゃるお客様におかれまして、10月8日(土)までに来店されてお飲みになられるか、取りに来て頂ければ幸いです。なお、期日までにいらっしゃられない場合は無効とさせていただきますので、ご容赦下さいませ。何卒宜しくお願い申し上げます。

2016年10月末日

全120席、店内全席掘りごたつ個室、宴会最大60名様まで個室利用可能。
駐車場(共用)60台完備の店舗として生まれ変わります。

移転先

函館市美原1丁目20-11 カワシロビル2F
(旧 函館海鮮居酒屋 魚まさ 美原店あと)



旬彩 粋匠(すいしょう)

函館市本町23-5 マルゼンビル1F TEL.0138-52-5569

Let's
サンシャインで
ボウリング!!
お得な! 団体予約プラン
大人気!

ボウリング2ゲーム + 貸し靴込み + ドリンク付き + 参加賞付き

15名様以上で
メダル1枚サービス

歓迎会
親睦会
学年行事
などに最適!

大人 1,250円
大学・専門学生 1,100円
中・高校生 900円
小学生以下 800円
※6名様からご利用可能。前日までお申し込み下さい。

【詳しい内容は、WEBサイト!その他、お得な情報盛りだくさん!!】
http://bowlsunshine.net/

TEXAS 4F ボウル・サンシャイン
営業時間/10:00~翌3:00
☎0138-53-8181 函館市梁川町9-3



ご要望により
入場料無料キャンペーン
大好評実施中!

カピバラ赤ちゃんふれあい体験
9/3(土)より
毎週水曜・土曜・日曜・祝日
14時~15分程度

赤ちゃんを撫でたり、さわったり、間近での写真撮影OK!
※動物の体調、施設により中止、または時間変更になる場合があります。予めご了承ください。

ペンギン、フクロウ、カピバラと癒しのひとときを。新スタイルCAFE&BAR
アニマルカフェ ジャンゴー
Tel.0138-45-7266 〒041-0812函館市昭和3丁目18-8 ベガスベガス函館昭和店となり
平日:11:00~21:00 土日祝日:9:30~21:00 (各日ラストオーダー20:30) 年中無休
●動物取扱業の種別:展示業 ●登録番号:北海道展第021550233号 ●登録年月日:平成27年12月11日
●有効期限末日:平成32年12月10日 ●責任者:野崎 航



秋の味覚を堪能
至福のコース料理

きのこや栗、銀杏、さつま芋…
前菜、メイン、デザートまで旬の味覚が彩るコースで
一皿一皿をゆっくりと時間をかけて味わいたい







ちょっとドライブ気分で訪れたい人気店のリピーター続出、お手軽ディナーコース

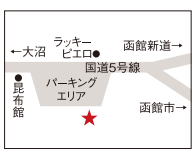
ログハウス造りのおしゃれな〝隠れ家〟的な同店では月替わりコースが人気。道南を中心に旬の食材をふんだんに使用し、リーズナブルな価格で提供。料理内容は毎月替わるので、このコース料理で季節を感じるリピーターも多い。9月のディナーコースは「帆立貝とタコのプロバンス風・バジル風味ビネグレット」や、旬のキノコを使った「牛肉のポワレ・きのこと栗のソテー添え」など全7品。ほか、スパゲッティなども多数用意している。

月替わりPinoプティディナー

1人／1,850円 ※要予約

［コース内容］全7品

- ●帆立貝とタコのプロバンス風・バジル風味ビネグレット
- ●本日のスープ
- ●サーモンのグラタン仕立て・サフラン風味パスタ添え
- ●牛肉のポワレ・きのこと栗のソテー添え
- ●デザート盛り合わせ　●パン　●コーヒー又は紅茶



RESTAURANT Pino
レストラン　ピノ

七飯町峠下11-9 ☎0138-64-8410
11:30～14:30L.O
17:00～20:30L.O
金曜定休　P有り

リーズナブルに本格コースが楽しめる 老舗ホテル1Fにあるフレンチ&中華の人気店







Fleur～フルール～ フレンチ

1人／3,100円

［コース内容］全7品

- ●さつまいもの焼きニョッキ
- ●マグロとじゃが芋のニース風サラダ
- ●サーモンと茄子のガトー仕立て
- ●かぼちゃのスープ
- ●パン・デザート ほか

木のぬくもりを感じる開放感ある店内では、秋の味覚をふんだんに使用したコースが人気。「牛ヒレのステーキ ボルドレーズとブルーチーズの2種のソースで」をメインとした上記コースが好評。また、同コースにはチャイニーズもあり、「海老と胡瓜の四川ピリ辛炒め」や「牛ヒレ肉と夏野菜の黒胡椒ソース」など、シェフが腕によりをかけた料理が並ぶ。ほか、ランチコース（ラ・ソワ 2300円）もありイタリアンとチャイニーズの2種類が味わえる。



函館国際ホテル東館1F

Azalea

アゼリア

函館市大手町5-10

☎0138-23-8755（直通）

11:30～15:00、17:00～21:00（各30分前L.O）

無休　P有り

20周年特別企画を実施中！ お得に和食の深い世界を堪能して欲しい







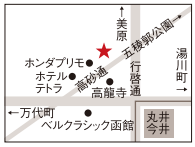
20周年特別コース

1人／3,300円（税別）

［コース内容］全9品

- ●刺身
- ●煮物
- ●焼き物
- ●陶板鍋
- ●寿司 ほか

20周年特別企画を実施中の同店より、お得なコースを紹介（11日末日まで）。毎日仕入れる新鮮な魚介類を中心に、刺身や揚げ物、陶板鍋など人気の料理が揃う全9品。「日頃のご愛顧に感謝を込めて、特別にこの価格にてご提供させて頂きます」と店主。また、9月25日～30日はソフトドリンクが全品半額、アルコール類も特別価格にて提供する。ほか、昼限定の「わくわくセット」（1500円・税別）も好評なので、ぜひ。



四季 **花菜**

しき かさい

函館市梁川町21-18 ☎0138-55-1515

昼11:30～14:30（13:50L.O）

夜17:00～22:30（21:40L.O）

不定休　P有り（店裏側）　カード可

秋の味覚で彩られたコース料理で至福のひと時を愉しみたい







秋のコース料理

1人／5,000円（税別）

［コース内容］全11品

- ●お造里／魚貝盛り合わせ（三点盛）
- ●焼き八寸／大隈産鰻の蒲焼・甘鯛南瓜焼き
- ●魚料理／サーモンパートブリック包み
- ●肉料理／知床鶏のビール煮
- ●お食事／生寿司3貫・巻き2貫 ほか

道南食材を使用し、素材の美味しさを引き出すことにこだわりをもつ同店が、秋のコース料理を9～11月限定で提供。パリッとした生地で包まれたサーモンを香り豊なジェノベーゼソースでいただく「サーモンパートブリック包み」や、厳選された鶏肉をコクのあるビールソースで味わう「知床鶏のビール煮」など季節の野菜や魚介をふんだんに使った贅沢な内容。「和洋折衷」をテーマにした料理を存分に堪能できる。前日までの要予約。



旬暦 ひだか

函館市中道1-2-5
☎0138-31-5077
11:30～14:30
17:00～21:00（各30分前L.O）
第1・3水曜定休　P有り

メインは白老牛ステーキ又はアワビ料理松茸、栗、銀杏…秋の香りを愉しんで







期間限定シェフコース

1人／5,500円（2人～）

［コース内容］全6品

- ●本日のおまかせシェフ前菜
- ●パイ包みスープ（松茸、栗、銀杏、エビほか）
- ●白老牛サーロインステーキ（松茸添え）又は
  エゾアワビのポワレ（ウニと松茸添え）
- ●デザート　●パン　●コーヒー

毎年心待ちにしているファンが多い、ペリーズバーのマツタケコース。今年は白老牛サーロインステーキ又はウニを乗せたアワビのポワレからメイン料理を選べるほか、熱々のパイ包みスープにも秋の味覚が入る贅沢さ。さらに、プラス1500円でメイン2種類とも味わえる。たっぷりの野菜とともに心ゆくまで堪能したい。11月初旬までの限定コースで材料がなくなり次第終了。昼・夜ともに2人から受け付け、材料に限りがあるため予約優先。



カフェ・レストラン ペリーズバー

函館市松陰町1-7　☎0138-83-6008
11:30～14:00、17:30～21:00（L.Oは各15分前入店）
第1・3月曜定休（祝日の場合は営業し翌日休み）
※定休日の貸し切り、大人数の
宴会などは応相談　P有り



函館で獲れる上質な食材を使用し職人の技術が詰まった品々を愉しむ

函館近海の旬魚介を素材にし、出汁から丁寧に仕上げた和食ならではの料理を提供する同店。一品料理から定食、会席コースまで幅広く取り揃え、日々賑わいを見せている。紹介するコースは海鮮を中心とした和食が楽しめる内容。上記以外にも、海鮮竹皮蒸し、いちじく玉寄せと湯葉の天婦羅、秋の吹き寄せ釜飯、南瓜 小倉寄せが豪華に味わえる。また、「四季彩の宴」（4150円）も人気コースで、丸十紫のし、焼栗松風、カラスミチーズ、甘海老真砂和え、炙り甘鯛、秋刀魚豆腐包み蒸し海老射込み茄子、小鯛雲丹焼き柿玉子、イクラご飯などが堪能できる。色鮮やかに盛り付けられ、その季節を感じさせてくれる上質な素材が詰まった料理は「食べるだけでなく見ても愉しめる」と好評。

季節の会席

1人/7,200円

［コース内容］全9品

- ●南瓜二身寄せ、薩摩豆腐、鮫肝チーズ、カラスミチーズ
- ●炙り金目鯛土瓶蒸し
- ●旬の肴四点
- ●蟹みぞれ蒸し
- ●秋茄子と和牛ステーキ 山葵味噌掛け ほか



歓送迎会、クラス会、祝賀会、法要、宴会など、予算や用途に合わせてもてなす和食料理店。ランチタイムも人気で、ママランチ会、クラス会、商談を兼ねての会食などに利用されている。





函館国際ホテル東館8F
日本料理 **松前**

函館市大手町5-10
☎0138-23-8756(直通)
11:30～15:00(14:30L.O)
17:00～21:00(20:30L.O)　無休　P有り







和洋融合のスペシャリストが腕を振るう 至高の創作料理で今宵は誰かと舌鼓…

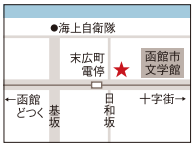
Specialite スペシャリテ

1人／6,000円

［コース内容］全6品　※その日の仕入れにより多少内容の変更あり

- ●秋の前菜盛り合わせ
- ●本日のお魚のムニエル 秋のきのこクリームソース
- ●雲丹と帆立貝のスフレ
- ●ネギ味噌の焼きリゾット
- ●秋栗のスープ きなこのビスコッティとバニラアイスクリーム ほか

欧州の優雅さとモダンクラシックな新しい日本料理の融合「和モダン」を味わえる同レストランより、予約なしで愉しめる至高のコースを紹介。サバのマリネやニンジンのチーズケーキなどのオシャレな前菜に始まり、厳選された牛肉を使った「道産和牛のロースト 南瓜のドフィノワ添え 赤ワイン風味 ビーツと梅のコンディマン」など、見た目も綺麗な料理がズラリと並ぶ。また、今年もクリスマスディナーの予約を開始しているので、お目当ての人は早めの問い合わせを。



レストラン ウイニング

函館市末広町22-11 ウイニングホテル7F
☎0138-26-3111
11:30～14:00L.O
17:00～21:30（21:00L.O）　無休　P有り







ラグジュアリーな大人の雰囲気の中で プロが焼き上げる至極の料理を愉しむ

おすすめ和牛コース

1人／8,000円

［コース内容］全7品

- ●前菜
- ●サラダ
- ●焼き野菜4種
- ●海鮮（エビ・活アワビ）
- ●厳選和牛　ほか

目の前で新鮮食材を焼き上げてくれるパフォーマンスを愉しみながら堪能する人気のコースを紹介。海鮮料理はエビに活アワビと豪華で、肉料理の厳選和牛はヒレ（80g）とサーロイン（100g）から選べ、その日の気分で味わえるのが魅力。また、ライスもガーリックライス、ジンジャーライス、鶏飯から選べる設定。デザートにはシャーベットも付き、食後をサッパリさせてくれる。ほか、コースは4800円から用意しているので、用途に合わせて足を運んでみては。



ステーキ・海鮮 鉄板焼 北風

函館市本町8-20
みつわビル5F Lounge&Bar北風内
☎0138-83-2325
18:00～23:30L.O（Barは翌2:30L.O）
無休



オリジナル記念コースの第2弾
ホテルの最上階で贅沢な大人の時間を愉しむ

フレンチと鉄板焼き専門店として、国産の銘柄黒毛和牛をメインに新鮮な魚介類も揃い、アラカルトからコースまで吟味された素材を贅沢に味わえる同店。北海道新幹線開業を記念し、北海道産の食材にこだわった人気コースの第2弾が登場。上記に加え、北海道産の焼き野菜、取り合わせサラダ、ガーリックライス、味噌汁、香の物、コーヒーが付き、味も量も満足がいく内容。また、同フェアで「フレンチ ベルセゾン フザン」（8250円）も好評。北海道産帆立貝のムース キャビア添え ガゴメと共に、北海道北見産オニオングラタンスープ、噴火湾産 鮑と黒ソイのデュクレレ風などが味わえる。シェフのパフォーマンスが目の前で楽しめる鉄板焼きカウンター席のほか、家族や仲間同士におすすめのテーブル席も充実している。

北海道新幹線開業記念
鉄板焼き 北海道フェア第2弾
山海の饗宴

1人／13,000円

［コース内容］全10品

- ●北海道産帆立貝のムース キャビア添え ガゴメと共に
- ●北海道産牛のカルパッチョ
- ●北海道産帆立貝とアイナメのソテー バターソース
- ●北海道産黒毛和牛 テンダーロインorサーロイン
- ●ハスカップのショコラケーキ 自家製アイス添え　ほか



9・10月は北海道フェア開催。右記以外にも6,200円のフレンチコースも有り個室も完備しているので、西館最上階から望む港と海の素晴らしい夜景を眺めながら愉しんでみては。





函館国際ホテル西館9F
鉄板焼&フレンチ VUE MER
ビュメール
函館市大手町5-10
☎0138-23-8757（直通）
17:00～21:00（20:00L.O）　P有り


ディナー営業を
ウィークエンド
ディナーバイキングへ
変更いたしました
平成28年10月1日より
金曜日・土曜日・日曜日
のみ営業
※月曜日～木曜日は定休日（祝日でも定休）
ご利用時間／PM5:30～PM9:00
[PM8:00迄のご来店] PM8:30オーダーストップ
ご利用料金の変更
●大　人　2,500円
●シニア　2,000円
●小学生　1,500円
●幼　児　500円
●飲み放題　1,500円
●ソフトドリンクフリー　500円
HOTEL HOKKE CLUB GROUP
ホテル法華クラブ函館
函館市本町27番1号 P駐車場有
TEL.(0138)52-3121


2時間 飲み放題付き
お一人様
8品 4,000円～
ご予算や料理内容は気軽にお問い合わせください。
宴会コース各種
ご予約承り中！
OPEN 15周年記念
この機会にぜひ！
生ビール 1杯 300円!!
（夜のみ・12月末まで）
＊＊＊小上がり個室あり＊＊＊
郷土料理 小宴会 美味しんぼ
函館市本町7-21
☎0138-56-9358
営業時間/11:30～13:30
（ランチは土・日曜、祝日休み）
17:30～22:30
不定休
湯川町↑
丸井今井
←田家町
行啓通
水島生花店
北洋銀行
北海道銀行
交番
当店
宮前町↓
→千代台町


新メニューカリーセット
クーポン使って
スペシャル割引
9.15㊍～10.31㊊
タンドリー★スープカリーセット
通常1,500円が なんと！ クーポンを使って
タンドリースープカリー
＋マサラチーズナン 1,000円(税込)
サラダ ＋ ドリンク ＋ デザート
●ドリンク/プレーンラッシー・オレンジジュース ウーロン茶・チャイ・ストレートティー・コーヒーの中からいずれか1杯お選びいただけます。
●デザート/シャーベット・マンゴーヨーグルト・アイスの中からお1つお選びいただけます。
プレミアム★カリーセット
バターエビ マイルド 甘口
フィッシュ ミディアム 中辛
ラム スパイシー 辛口
通常1,500円が なんと！ クーポンを使って
選べるプレミアムカリー
＋マサラチーズナン 1,000円(税込)
サラダ ＋ ドリンク ＋ デザート
●ドリンク/プレーンラッシー・オレンジジュース ウーロン茶・チャイ・ストレートティー・コーヒーの中からいずれか1杯お選びいただけます。
●デザート/シャーベット・マンゴーヨーグルト・アイスの中からお1つお選びいただけます。
新登場 本日のサービスコーナー!!
ご自由にお召し上がりください
★デザート
★サラダ
★カリー 他
お楽しみに!!
100円でマサラチーズナンのおかわりOK!!（プレーンナン、サフランライス、ホワイトライスはおかわり自由）
ネパール・インド レストラン
ビスターレ ビスターレ
URL http://bistaraibistarai.co.jp
函館店
函館市美原3丁目53-47 ☎0138-46-7711
営/11:00～15:00（L.O.14:30）
17:00～21:30（L.O.21:00）
土・日・祝日11:00～22:00（L.O.21:30）
ビスターレ ビスターレ 函館店
スペシャルクーポン
●タンドリースープカリーセット
●プレミアムカリーセット
500円割引き
※1枚につき1グループ※他券との併用不可
有効期限/平成2016年10月31日㊊まで



アツアツ、ジューシー
こだわり点心を召し上がれ

ギョウザ、シュウマイ、春巻き、肉まん…
旨みたっぷりの餡を生地で包んだこだわりの味
熱々できたてを思いっきり頬張ろう



美味しい肉汁が口の中に広がる ラーメンと一緒に食べたいギョーザ

特製餃子（5個）
400円

「特製餃子」はモチッとした皮の中にたっぷりキャベツと国産の豚挽肉の餡そして隠し味のマスタードをアクセントに加えた、旨味たっぷりの肉汁が溢れる一皿。下味もしっかりついており、酢じょう油ベースの特製ダレはお好みで。ほか、クセがなく食べ飽きしない味付けで個数も選べる「餃子」（3個200円［下写真］・5個300円・10個500円）も女性客を中心に好評。厳選した素材の美味しさを引き出したラーメンと一緒にゴマ油で香ばしく焼き上げる餃子を注文してほしい。



らぁめん 喜楽
きらく
函館市富岡町3-36-1 ☎0138-41-9629
11:30～21:00（20:45L.O）※土・日・祝日は11:00～21:00（20:45L.O）
※中休み有り17:00から再開
火曜定休（祝日の場合は営業、翌水曜休み） P有り（建物左12台）







本格餃子が居酒屋で食べられる? 箸が止まらない旨さがここにあり

手作りギョーザ
510円

新鮮な海の幸や焼き鳥、揚げ物、洋食など豊富なメニューが揃う同店では、本格派の中華料理も充実。中でも「手作りギョーザ」は多くの客が注文する一品。モチモチした食感の皮を外はカリッと焼き上げ、中からジューシーな肉汁が溢れる。自家製の餡には道南産のキャベツ、ニラ、豚肉を使用し、最後まで熱々で食べられるように鉄板で提供。ほかにも「エビチリ」や「こざる風油林鶏」「回鍋肉」など用意。生ビールや日本酒と一緒に楽しんでみてはいかが。



居酒屋 こざる

函館市本町10-13 ☎0138-84-1031
17:30～23:30L.O（金・土曜は24:30L.O）
水曜定休（祝前日は営業）
カード可







この秋!ヒットの予感! 「鳳凰式」新しいギョーザの食べ方

揚餃子のチリソース
630円

今回紹介するギョーザは、今までにありそうでなかった新感覚。チリソースをベースにネギ、ニンニク、ショウガなどを独自にブレンドし、自家製のギョーザを素揚げした一品。さっぱりとピリ辛でサクッとしたボリュームのある人気メニュー。「餃子の料理の幅は無限大です」と料理長。ほか、「春巻き」（各1本、ランチ170円、ディナー230円）は、サクサク、パリパリ食感！餡は豚のモモ肉、シイタケ、タケノコ、小エビなどを使い魚介の風味も楽しめる。



チャイナダイニング 鳳凰
ほうおう

函館市桔梗町418-110 ☎0138-84-6004
11:30～14:30、17:00～22:30（21:30L.O）
水曜定休　P有り







評判の飲茶ランチセットとディナーの全メニューをハコラク読者のみ10%OFF

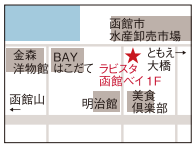
飲茶ランチセット
2,000円



一つ一つ丹精込めて作る同店の飲茶。中華の王道でありながら油っこくなく、最後まで美味しく味わえるシェフの技が光る料理の数々。

「ハコラクを見た」で上記メニュー10%OFF
■1回で1グループ利用可■他サービス併用不可■平成28年10月16日まで





海鮮中華料理 海風楼
かいふうろう

函館市豊川町12-6 ラビスタ函館ベイ1F
☎0138-23-6225(直通)
ランチ11:30～14:30(14:00L.O)、
ディナー17:30～22:00(21:00L.O)

地元の食材や旬の食材にこだわりぬいた同店でしか味わえない「飲茶ランチセット」。特に人気の高いエビチリや小籠包、蟹焼売、デザートなど全10品とボリューム満点のお得なランチ。美味しい物を少しずつ楽しめる飲茶セットは、1人客や女性同士など世代・年代を問わず幅広い層に人気でデートや会合にも最適。ほか、単品の「小籠包」や「蟹焼売」、外はサクサク中はジューシーな「棒餃子」(各4個・600円)やプリプリ食感の「海老春巻」(2本・600円)もおすすめ。飲茶以外にもコースメニュー、アラカルトも充実している。「ハコラクだけの特典でディナータイム全メニュー10%OFF を開催中なので、お得な機会に海風桜の中華を召し上がって欲しい」と料理長。



岡田 央 ウクレレライブ

ハワイアンディナーショー

「ピンクリボン」をテーマにハワイアンウクレレライブディナーショーを開催します。ご来店の際に、お洒落の一部にピンク色をあしらってお越しください。

■日　時／10月2日(日) 18:00～21:00
■会　場／レストランFUSU
■参加費／4,000円(ディナー・飲み放題付き)
■定　員／35名(9月30日まで受け付け、定員になり次第締め切り)

お食事は前菜に、サラダやパスタ、ピザ、ローストポーク、デザートなどをビュッフェスタイルで提供します。
※メニューは変更になることがございます。

演奏者 岡田　央 プロフィール

2005年、マウイ島にて行なわれたハワイアンファルセットコンテストにて日本人初のハワイ語賞と優勝を同時受賞。日本国内にとどまらず世界各国で演奏活動を行い、ハワイアンミュージックを通してハワイの素晴らしさを伝えている。

蔦屋書店 レストラン FUSU フースー
函館市石川町85-1
蔦屋書店 2F
☎0138-47-2245
9:00～23:00(22:00L.O.)
無休　P有り(650台)



第7回
★食の五つ星★
五稜郭バル

函館で1番の歓楽街である五稜郭
新しい時代の五稜郭の魅力を再発見
日本一美味しい箱館ハシゴ酒で乾杯
人と人との絆を結び触れ合うバル

【函館発祥 バル街】

ピンチョス
投票箱は全店に設置しております

P-1グランプリ
一番美味いピンチョスはどれだ!?
当日、「一番美味しい！」と思ったお店の投票箱へチケットについている投票券で投票しよう！
※投票券はチケットに付いています。

2016 10.2[日]
16:00~23:00

ふるまいピンチョス 五稜郭ガーデン内にて数量限定

前売 1冊 5枚綴り	当日 1冊 5枚綴り
¥3,500	¥4,000

チケット一枚につきピンチョス+1ドリンクとなります。

前売チケット販売中

チケットぴあ [Pコード] 633-677
ローソンチケット [Lコード] 12739
【WEB予約もできます!!】
WEB予約はこちらから
http://goryokaku-bar.com/ticket.php
バル参加店での購入もできます!

チケット引き換え方法：バル当日に受け取る方は五稜郭ガーデンにお越しください。バル当日より前に受け取りたい方は、いつ頃で受け取ることもできます。

詳しくはWEBをご覧ください http://goryokaku-bar.com/
五稜郭バル 検索

【主催】五稜郭バル実行委員会
【企画・制作】(株)サンズコーポレーション
【後援】函館市、北海道新聞函館支社、一般社団法人函館国際観光コンベンション協会、函館市地域交流まちづくりセンター、函館新聞社、ncv(株)ニューメディア函館センター、函館山ロープウェイ(株)FMいるか、一般社団法人函館青年会議所、一般社団法人北海道中小企業家同友会函館支部
【協賛】サッポロビール株式会社、サントリー酒類株式会社、運転代行アシスト【協力】ダテバー、ハコラク、peeps、AIR ※順不同

COOP SAPPORO いしかわ文化教室

コープキッチンスタジオ

お問合せ・お申込みは (0138) 84-8440
函館市石川町457番1 石川中央ショッピングタウン内
受付時間／(月～金)10:00～17:00、(土)10:00～13:00、(日・祝日)休み

※各クラス、エプロン・布きん・手ふき・スリッパは持参してください。また、各クラスは、定員になり次第締め切りとなります。あらかじめご了承ください。※掲載写真の一部はイメージとなります。



かわいく!アイシングクッキー ホラーハウス 定員5名 スペシャルレッスン

ハロウィンを楽しむアイシングクッキーで、気分を盛りあげよう!
※ハロウィンラッピングのお菓子付き
日時 10/27(木) 10:30～13:00
参加費 2,500円
講師 佐橋 直美 JSAアイシングクッキー認定講師



Classe de Bonheur (夜のお菓子教室) 林檎のタルト 夜学び

スイーツ好き必見! 禁断の夜スイーツ教室、はじめます。旬の林檎を使って、ワンランク上のタルト!
日時 10/26(水) 18:30～20:30
受講料 1,080円　材料費 1,500円～
講師 細砂 美佳子 ブランヴェール パティシエ

野菜ソムリエシェフが教える"ちょっと気取ってお手軽デリ" さくさくリゾットコロッケ

美味しい料理と野菜の知識も学べるランチ教室。
日時 10/27(木) 10:30～13:00
受講料 1,620円　材料費 1,000円～
講師 山田 ひさこ ジュニア野菜ソムリエ・ワイン&ステーキ エクセレントシェフ

魚のおろし方教室 ～魚をもらっても困らないぞ!～ NEW

釣った魚をもらって困ったことはありませんか? いろいろな魚をおろして、さしみをキレイに盛り付ける! を目指しましょう!
※天候により仕入れの魚種や数が変更になる場合があります。お持ち帰り有。
日時 10/19(水) 13:30～15:30
参加費 1,500円
講師 坂井 貴博 坂井商店 専務

メーカーコラボ

秋のお菓子なおかしな1時間
あの大手お菓子メーカーが勢揃い! いろいろな秋の新作を食べ比べて味わえるチャンス! ※お土産あり
定員20名
日時 10/7(金) 10:30～11:30　受講料 500円

meiji "チョコレート効果を体験!"
大人女子のためのベーグルレッスン
高カカオポリフェノールを含むいろいろなチョコレートベーグルを召し上がっていただき、"チョコレート効果"を実感!! 美と健康を気づかう大人の女性が喜ぶレッスン。
定員20名 夜学びあり
日時 10/31(月) 10:30～13:30・19:00～21:00
参加費 1,500円　講師 島田 愛美 ile bagels

農園のキッチンから ぴかぴか新米のおにぎりプレート

コープさっぽろ第2回農業賞受賞「ついき農園」で育てた新米と有機野菜、自然卵を使った身体にやさしい、おいしい時間。
日時 10/20(木) 10:30～12:30
受講料 1,080円　材料費 600円
講師 牧口 亜紀 ついき農園 cafeにわとり小屋 管理人



函館ハーブ教室 秋のおうちごはん

秋の実りをとり入れた、かんたん&見映え良し! レシピをご紹介。おうちのごはんがもっと楽しくなるレッスン。
日時 10/18(火) 10:30～13:30
参加費 2,700円

函館ハーブ教室 季節のかんたんスイーツレッスン♪ ～かぼちゃ～



教室で人気の、かぼちゃを使った時短タルトと簡単しっとりケーキ。
日時 10/1(土) 13:30～15:30
参加費 2,280円

講師 湯澤 香名美 ハーブコーディネーター・Sweet as a Rose 主宰

文化教室 ジュニア 社交ダンス 体験会

社交ダンスの基礎ステップを学びながら、正しい姿勢とマナーを身につけましょう。将来、国際人として活躍したいお子さまにおすすめ!
日時 10/14(金) 17:15～18:15(小3～小6)
体験料 1,080円 ※11月～ 開講予定
講師 岡田 里枝 JBDF プロ・ダンス・インストラクター
まだまだあるよ!!

金額は全て税込表記です。
詳細はコープさっぽろ文化教室ホームページ、いしかわ文化教室のブログをご覧ください。 コープさっぽろ文化教室 検索

この一品で決まり! 当店人気No.1メニュー



洋食・中華の多彩なメニューでランチ・ディナーともに賑わいを見せている、老舗ホテル1Fの人気店。

函館国際ホテル東館1F
Azalea
アゼリア

函館市大手町5-10
☎0138-23-8755(直通)
11:30～15:00
17:00～21:00
(各30分前L.O)
無休　P有り





痺(しび)れる辛さがクセになる
老舗ホテルのプロの味

四川特製激辛麻婆豆腐
(ライス、スープ、ザーサイ、杏仁豆腐付き)
1,250円

人気の秘密はコレ!

〈総料理長〉
木村　史能さん

料理の鉄人で有名な陳健一氏のお店、「赤坂四川飯店」の厨房でしっかり指導して頂いた麻婆豆腐です。道南の食材を中心に使用し、その食材にあった調味料の配合にこだわった、函館国際ホテルならではの味付けに仕上げております。



看板メニューの「活イカ」が必ず入る宴会コースは2時間飲み放題が付いて5,000円から用意。2階には宴会場や個室も完備。

活魚料理
いか清 大門

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　P有り





新鮮な海の幸にひと手間加えた斬新な味が楽しめる

秋刀魚のかわり揚げ 自家製ワサビ味噌入り
680円

人気の秘密はコレ!

〈スタッフ〉
大野　大介さん

脂の乗った、今が旬のサンマに大葉と自家製のワサビ味噌を挟み、天ぷらに仕上げた一品です。彩り豊かにナスやシシトウなどの天ぷらも添えました。ワサビ味噌がサンマの旨味を引き出し、サッパリとした味わいが好評です。



心を込めたオシャレな料理で
今宵も乾杯してみては…

鶏のまろやかビネガー風味

800円

人気の秘密はコレ！

〈料理長〉
堀場　透さん

骨付きのモモ肉をソテーしてから、ビネガー、ワイン、ハーブ、ドライトマトでじっくり煮込む調理法で、箸で切れるくらいやわらかい肉はしっとりとし、スッキリしていながらもまろやかな味わい深い一皿です。ぜひ食べてみてください。

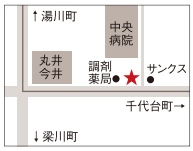


これからの季節は、マイタケ、ジャコ、大葉、キャベツなどを使った「自家製ピザ」なども人気なので、一度味わって欲しい。

欧風居酒屋 海の雫

うみのしずく

函館市本町33-7
☎0138-31-7721
17:00～24:00
日曜定休
カード可





ボリュームと素材でリピ続出!
マグロ好きにはたまらない昼メニュー♪

本マグロ丼（味噌汁付き）

1,000円

人気の秘密はコレ！

〈店長〉
大島　洸哉さん

本マグロ専門店直営だからこそできる熟成本マグロの上にネギトロをたっぷりと乗せ、他店にはまねのできない圧倒的なボリュームと価格と質が人気の理由です!1日限定10食とさせていただいておりますので事前予約をおすすめします。



9月16日ディナータイムから18日はマグロ解体ショーのため臨時休業。同店は結婚式などでマグロ解体ショーも行っている。

海鮮 MATERIAL GAME

マテリアルゲーム

函館市昭和3-36-4
☎0138-84-6905
平日11:00～14:30、18:00～22:00
土・日曜、祝日
11:00～15:30、17:30～22:00
（各30分前L.O）
水曜定休　P有り





器や盛り付けなど華やかでスタイリッシュな料理が味わえると好評の同店。接待や記念日など大切な人との席におすすめ。

炭火割烹
菊川

函館市五稜郭町32-19
久米センタービル1F
☎0138-55-1001
月～木17:30～24:30
金・土17:30～翌1:30
※各30分前L.O　日曜定休





目と舌で美味しいと感じられる
花板の技が光る料理を堪能

お造り5点盛り
2,500円～

人気の秘密はコレ！

〈花板〉
菊池　隆大さん

神経締めし、熟成された白身魚を始め、その時期に美味しい本マグロやトラフグ、九州産天然タイなど厳選した旬の素材に一手間加え、ほかでは味わえないお造りを提供しています。また、お客様のお好みで内容の変更や金額にも対応いたします。



人気の宴会プランは料理９品と２時間飲み放題付きで５，５００円から用意。接待に最適な個室や大人数の宴会も２５人まで対応。

和遊彩食
郷GO

函館市本町22-11
グリーンエステートビル
☎0138-31-2355
17:30～23:00
日曜定休





工夫を凝らした創作料理の中でも
人気のヘルシーなサラダ

まぐろの郷風サラダ
1,300円

人気の秘密はコレ！

〈店主〉
武藤　郷司さん

女性客を中心に多くの方が注文されるサラダで、七飯町のダイコンを始め、厚沢部町のトマト、道内産のジャガイモなど地場産野菜を中心に近海産の本マグロを乗せ、和風しょう油ベースの自家製ノンオイルドレッシングを混ぜていただく一皿です。



ソースに1週間以上の手間をかけた
“ 実力派洋食店 ”のハンバーグステーキ

自家製ハンバーグと生パン粉を使った海老フライ

（ライス別）
1,343円（税別）

人気の秘密はコレ！

〈オーナーシェフ〉
佐藤　誠一さん

【コース料理に出せるレベル】がコンセプトの手作りハンバーグと、生パン粉のサクサクした食感が味わえる衣が特徴のエビフライのプレートは当店の一番人気です。自家製タルタルソースの味にも注目してお愉しみください。



9月15日で4周年を迎える同店。ワインセラーで温湿度を徹底管理したシャンパンやカクテルも充実。

熊猫社中
洋食キッチン
Sato

函館市山の手2-9-22
☎080-6060-7193
11:30～14:30（14:00L.O）
18:00～21:30（20:30L.O）
（金・土曜は23:00まで営業、21:30L.O）
木曜定休　P有り





食通も納得する極上の本ワサビを
堪能できる“寿司店”

本わさび巻

400円

人気の秘密はコレ！

〈大将〉
新谷 重美さん

うちのワサビは有数の名産地でもある静岡県の「望月農園」から取り寄せています。香り高いワサビで鼻にツンと抜ける気持ち良い辛さです。のりにもこだわり、三河湾の一番摘みののりを使っています。青のりに近い香りで、本わさびとの相性は抜群です。



厳選した食材を使用し、大将のこだわりが随所に表れている人気店。ネタはもちろん大将の技が光る握りは、ぜひ味わって欲しい逸品。

鮨 島うた

函館市本町22-11
グリーンエステート1F
☎0138-55-0940
月～木曜
17:00～翌1:00（24:40L.O）
金・土曜・祝前日
17:00～翌3:00（2:40L.O）
日・第3月曜定休
振替休日の月曜休み
カード可
全22席





ピッツァはマルゲリータなど１０種類あるレギュラーメニューのほか、マンスリーメニューも用意。テイクアウトも可能。

PIZZERIA LOUNGE
SOL
ピッツェリア ラウンジ　ソル

函館市本町6-14
☎0138-32-5044
18:00～翌1:00
（金・土・祝前日は翌2:00まで）
フードは1時間前、
ドリンクは30分前L.O
火曜定休



異国の雰囲気の中で味わう専用窯で焼き上げる本格派

自家製スモークモッツァレラととろける水牛モッツァレラのハーフ&ハーフ

1,515円

人気の秘密はコレ！



〈ピッツァ専門スタッフ〉
菊地　正貢さん

色々な味を楽しみたい方におすすめのハーフ&ハーフで、中でも自家製で冷燻したイタリア産モッツァレラとイタリア産水牛のモッツァレラが楽しめる組み合わせが人気です。香り豊かな北海道産の小麦粉から作る生地との相性も抜群です。



四季の食材を巧みに料理する同店。今時期は大ぶりのハマグリが人気で「蛤焼き」（２個９００円）、「蛤酒蒸し」（同９５０円）にて提供。

居酒屋
たちばな

函館市駒場町7-5
エイビー企画ビル1F
☎0138-55-5571
17:30～24:00
（23:00L.O）
不定休



サイドメニューのシメの一杯が人気過ぎて定番メニューに

選べる 鯛茶づけ

680円（税別）

人気の秘密はコレ！



〈ママ〉
橘　希代美さん

刺身用の新鮮なタイをご飯に盛り付け、昆布やカツオ、焼いたタイの骨で取ったダシをかけて仕上げる一杯で、濃厚なタイの味を堪能していただけると思います。味は2種類で、自家製のゴマペーストを使ったバージョンもオススメです。



熱々!土鍋からスパイシーに香り立つ
ハンバーグ&カレーの黄金コラボ

ベーコンと焦がしチーズのカレー土鍋ハンバーグ

※目玉焼きをトッピング
（ライス・サラダ付き、ドリンクは平日ランチタイムのみ）

980円+目玉焼き150円

人気の秘密はコレ！

〈店長〉
田野平　康寛さん

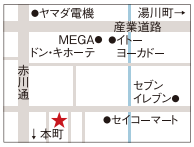
ピリッとスパイスが利いた特製カレーに道内産チーズを使うことでコクのある味を表現しています。カレーを土鍋で焚くことにより旨味が凝縮した自慢の一品です。色々なトッピングもあり、特に目玉焼きがおすすめですよ。



黒と茶のカラーを基調にした、リゾートに来ているかのような店内。普段使いから会食まで用途は多種多様！

HAMBURG&CAFE MAGMA
マグマ

函館市富岡町3-7-11
☎0138-44-6227
11:30～15:00
17:30～23:00（21:45L.O）
月曜定休
P有り





安価に飲める大衆居酒屋!
驚きのコストパフォーマンスで大満足

煮込みと串揚げ90分食べ放題

1,500円（税別）

人気の秘密はコレ！

〈オーナー〉
波並　寛さん

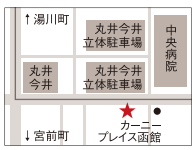
じっくりと煮込んだモツ串と30種類の串揚げの食べ放題です。串揚げは自家製ソースや独自ブレンドの塩でいただくことで、何本でも食べられるとお客様に好評です!プラス1,500円で飲み放題も付けられるので、存分にお楽しみいただけます。



料理5品に串揚げ食べ放題が付いた3,500円のほか、さらに刺身が付いた4,300円のプランなど予算にも応じる。

元祖煮込みと串揚げ食べ放題の酒場 マルケン酒場

函館市本町4-22
☎0138-83-8989
16:00～24:00（23:30L.O）
※前日までの事前予約で13:00から営業
不定休

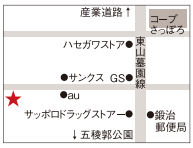




活気ある、明るい店内。刺身をはじめ、寿司、串物、揚げ物などメニューも多彩。大人数の宴会から家族連れまで幅広く利用できる。

串もん・海鮮・炙り焼
旬のめぐみ屋

函館市中道2-8-2
☎0138-33-7773
11:30～14:30
17:00～23:30
（各30分前L.O）
無休　P有り
http://www.megumi-ya.net/



新鮮な魚介類を
リーズナブルに
食材にこだわる
居酒屋

お刺身 三人盛り

2,100円（税別）



赤いちょうちんがあたたかさを感じさせる店構え。博多料理がより一層美味しく食べられるよう旨い酒も多彩に揃える。

博多もつ将

［函館本町店］
函館市本町3-13
ファンデーションビル1F
☎0138-30-6020
18:00～23:30（23:00L.O）
日曜、祝日定休

［函館店］
函館市本町5-18
☎0138-83-6969
18:00～23:30（23:00L.O）
日曜、祝日定休

趣向を凝らした自慢の鍋
箸が止まらない！こだわりの逸品

もつ鍋

1人前 1,250円（税別）

人気の秘密はコレ！



〈代表〉
澤田　剛さん

本場博多もつ鍋を堪能できる当店の人気メニューです。鶏ガラスープでアツアツに煮込んだプリップリ、ジューシーなもつを特製酢じょう油に付けて豪快に食べるのがおすすめです。

具だくさんでボリューム満点!
湯都里名物あんかけ焼きそば

あんかけ焼きそば

（醤油・塩 スープ付き）
800円

人気の秘密はコレ！



〈中華担当〉
松田　正義さん

たっぷりの具材と餡、焦げ目をつけたモチモチの麺、それぞれの旨味を最大限に引き出し飽きのこない味に仕上げました。ボリューム満点なのでシェアしたり、ライスを注文して楽しむ方も多く、リピーター続出の不動の人気メニューです!



函館健康センター
天然温泉
湯都里 ゆとり

函館市昭和3-22-1
☎0138-42-2111
1F食事処/朝食 毎日7:30～9:00
平日 11:00～14:30
17:00～22:00(21:30L.O)
※日曜・祝日は
11:00～22:00まで通し営業
土曜・祝前日・繁忙期は
11:00～24:00まで通し営業
(23:30L.O)
2Fフリースペース/
12:00～22:00(21:30L.O)
第1火曜定休(繁忙期は除く)
P有り　www.yutori.jp



「ハコラクを見た」で、
あんかけ焼きそば50円引き
■1回で1グループ利用可
■他サービス併用不可
■平成28年10月16日まで

食通やスープカレー好きが通う店
オリジナルのトッピングが魅力

大地の恵みキノコベジタブルカレー

930円　※写真はチキンレッグ(320円)、骨付きフランクソーセージ(140円)、魚粉(110円)追加

人気の秘密はコレ！



〈オーナー〉
吉田　文典さん

たっぷりのキノコと、旬の野菜が盛り沢山の当店おすすめメニューです。20種類以上のトッピングより人気のチキンレッグ、パリッと歯応えの良い骨付きフランクソーセージ、魚粉をチョイス。和のテイストと素材の旨味を存分にお楽しみ下さい。



昭和レトロ調の店内は、小学校の机、椅子が並び、どこか懐かしくもお洒落な雰囲気。小上がり席もあるので家族連れにもオススメ。

スープカリー喰堂
吉田商店

函館市新川町24-1
☎0138-27-1270
11:30～14:30L.O
17:30～21:30L.O
不定休[9月の休み 20日(火)・
26日(月)・27日(火)]
P有り
http://yoshidashowten.com

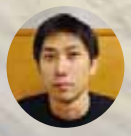


ホルモン食べるなら、やっぱり丸亀!!
この食感は一度食べたらもうとりこ♪

ホルモン焼き

390円(税別)

人気の秘密はコレ!



〈店長〉
清田　茂人さん

丸亀といえば“ホルモン”。ご来店されたほぼ100%のお客様にご注文いただく看板メニューです。年間の仕入れ量は6t以上。これを手作業で綺麗に掃除し水で洗う。この下処理の丁寧さと新鮮さが、おいしさの秘訣です。丸亀通のお客様ほど、どんぶり一杯のホルモンで豪快に鉄板を埋め尽くします。写真のような光景も丸亀ではごくありふれた光景です。新たに人気の「はみだせ‼丸亀ステーキ」で鉄板を埋めるも良し、昔ながらにホルモンで埋め尽くすのも良し。丸亀には色々な楽しみ方があります!

焼肉・ホルモン 丸亀

北斗市七重浜3-15-30
☎0138-49-2718
16:30～23:00
月曜定休　P有り





飲み放題付き宴会コースは「3,500円コース」(9品～120分、税込)から用意。誕生日には迫力満点の「丸亀風肉ケーキ」なども用意できるので、ぜひ注文してみては。



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



㊙竹内商店 竹内店主
特大キンキは食べ応え充分!!



㋮塚本商店 塚本店主
道内産のたらこは鮮度抜群!!

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

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~（税込）
※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。



はこだて自由市場



美味しいのは自家製だからだよ～
㐂和田商店
和田店長



ひやま名産粒うにが数量限定で入荷中
㊐菊地商店
菊地社長



お届け物は、僕にお任せ!!
ヤマトグローバルエキスプレス㈱
佐藤さん

市電1日乗車券
ご利用の方限定
自由市場でお買物すると
100円 キャッシュバック!!
引換受付時間 8:00~16:00まで
さらに! 各店舗でサービスあり!
※お買物時の店鋪の印鑑が必要です。

毎月8日・18日は「自由市場の日」
※日曜日の場合は前日に行います。



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

はこだて自由市場 検索

LAWSON

おさいふ Ponta





年会費無料

おさいふPontaとは?

チャージをすればすぐお買い物に使えます!
会員情報登録でさらに便利な機能も!

会員情報登録すると…



- Pontaポイントがつかえる!
- おトクなキャンペーンにエントリー!
- 利用履歴・残高チェック!
- クレジットカードチャージ!
- 紛失時の安心サポート



詳細は店内の申込書またはホームページで

【Pontaホームページ】http://www.ponta.jp/　【ローソンホームページ】http://lawson.jp/



スパイシーで奥深い

愛しのカレー【6杯目】

焼きカレーとスムージーのお店 SEAK（シーク）の

焼きカレー（ハンバーグ、アボカド、トマトのトッピング）

1,260円

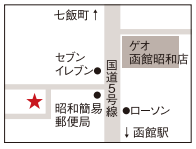
自分好みにカスタマイズできるのが魅力 チーズがとろける熱々を頬張りたい

今年4月に開店、エーゲ海のサントリーニ島をイメージした店内は青と白を基調にした明るく爽やかなリゾート風で、スムージーやドリンク類も豊富に揃え午後のひと時をカフェとして利用する人も多い。焼きカレーは20種類のスパイスと野菜をじっくり煮込んだルウがベース。しっかりと辛さと旨みが立っている。甘口と辛口2種類の辛さから選べるプレーンカレー（680円）に、野菜やエビ、チキンなど10種類以上のトッピングから好きなだけ選び自分好みのカレーにできるのが魅力。トマト（150円）とアボカド（180円）が人気で、9月から秋の素材も登場。迷ったら、おすすめの組み合わせも提案してくれる。14時までのランチタイムはポテトサラダとドリンクが付きお得。アルコールも置くので、ディナータイムもゆっくり過ごしたい。









焼きカレーとスムージーのお店 SEAK
シーク

函館市昭和4-32-14　☎0138-44-2070
11:00~21:00(20:30L.O)
火曜定休(祝日の場合は営業し、翌日休み) ※9月18日は休み　P有り(4台)

文・写真：佐藤　史子



のんびり、まったり…癒しのカフェ

目の前に広がる絶景や心地良いBGM
ぬくもり溢れる空間に手づくりのメニュー
午後のひととき日常から少し離れ
のんびりと癒されたい

大きな海に包まれるような贅沢 日常の喧騒も忘れリフレッシュ

cafe 琥珀
カフェこはく

優雅に食事を楽しめるように、今年4月にテラスを増設しロケーションもさらに好評の同店。週替わりメニュー「琥珀シーフードプレート」（1,200円）は、グリルしたプリプリのエビ、イカ、やわらかい豚ロース肉に、素材の味を生かせるように考案した特製デミグラスソースが味の決め手となっている逸品！また、これからの季節は旬の魚介を小鉢で提供し、食欲の秋にぴったりなボリュームのある内容に。大切な人とのプライベートな時間を満喫してみては。



ちょっとしたブライダルパーティーなどにも使える空間となっている同店で、海の景色をゆっくり眺めてみては。



函館市住吉町15-2
☎0138-26-5388
11:00～17:00
日曜定休（12月中旬から4月上旬は冬期休業）
P有り（10台）





森の丘の cafe 青い空

自然に囲まれた手作りの空間
日々の疲れを癒してくれるカフェ

新函館北斗駅から車で10分ほどの場所に位置する同店は、秘密基地のような佇まいで連日多くの観光客や地元客で賑わいを見せている。女性客にも人気の「ナポリタン」（680円）は昔ながらの懐かしい味でボリュームたっぷり。そのほかのメニューも豊富。また、グランドピアノを備える店内で、月1〜2回主にジャズライブを開催している。自然の中、心癒される空間と共に音楽に酔いしれる贅沢はいかが。隣接している貸別荘「陽燈しの郷」はじゃらん・楽天で検索。



一口サイズのトーストにとろ〜りハチミツ、アイスとチョコレートソースをトッピングした「ハニートースト」（500円）は幸せの一品♪



七飯町仁山455-63
☎080-1879-4390
10:00〜18:00
月曜定休
P有り





cafe. 咲くら

子ども連れのママ会もOK！
明るい笑い声が響く人気カフェ

あたたかみのあるカントリー調の店内には、手作り作家の小物からバラや猫のグッズなど、思わず手に取って見入ってしまうような女性の心をくすぐる“カワイイ”雑貨がいっぱい。「パングラタン」（880円）は専用の特注パンにクリーミーなグラタンが入ったおすすめメニュー。ほかに「日替わり小鉢ランチ」（880円）も人気。夜は飲み放題付きの宴会もOK（予約限定）。ママ会をはじめ、段差がない店内は福祉施設などのランチ会にも対応。



人気のパフェは380円から。「キウイパフェハーフ」（550円）は甘酸っぱいキウイソースとクリームの相性が◎。



函館市石川町323-3
☎080-5595-9364
10:30〜17:00(16:15L.O)
日曜定休
P有り



お茶受けやご進物などに最適

最中の中にチョコレートと七飯町産リンゴ「紅玉」のコンポートがたっぷり入った和と洋を掛け合わせた洋風最中



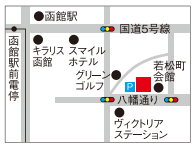
七飯アップルチョコレート

ミルクチョコレート味・赤リンゴ味・青リンゴ味／各216円　3個セット648円

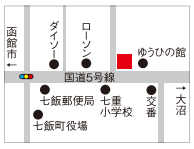


菓子舗 喜多良

若松町菓寮
函館市若松町28-14
TEL0138-27-2221
定休日／火曜日
駐車場完備



七飯本店
七飯町本町4-5-20
TEL0138-65-3571
定休日／不定休



9月15日（木）
十五夜の準備は
おすみですか。

月見

◎月見万頭〔1個〕108円
◎月見だんご〔1個〕119円

月見万頭・月見だんごは15日（木）までの販売です。

◎上生菓子
〔各1個〕180円



敬老の日

日頃の感謝を込めて…
9/17（土）～19（月・祝）



◎生菓子（セット）384円

彼岸の入り

9月22日（木・祝）中日

◎おはぎ　119円
◎万頭　108円

9/19の月曜日・祝は休まず営業致します。

和菓子司
はるしの

七飯町大川6-1-3　☎0138-64-4655
9:30～18:30（日曜日・祝日は18:00まで）
月曜定休　P有り

Sweets
KEYAKI
スウィーツ けやき

スウィーツけやきとは

北海道函館でオリジナルどら焼きを販売しております。函館に在住の方はぜひ一度、お店の方へ足を運んで頂きたいと思います。
また遠方の方には、地方発送も承っておりますので、北海道産の素材をたっぷりと使ったどら焼きをぜひ、味わって頂けると幸いです。



早朝5時から生地を焼いてるよ♪

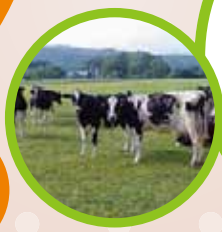
スウィーツけやきは、すべて手作りです



スウィーツけやきのどら焼きの特徴は、北海道産の無添加素材を使い、一つ一つ手間暇をかけてじっくり作り上げる手作り。北海道産の卵、小麦粉、砂糖で焼き上げる生地は、一枚一枚しっとり、ふっくらとし、焼き上げるタイミングを大切にし仕上げました。



スウィーツけやきは、素材にもこだわります



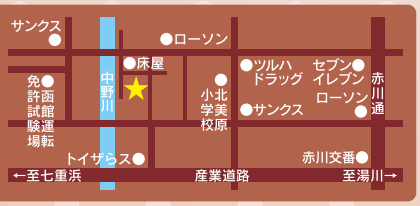
無添加の“生”の生クリームや函館産の濃厚な牛乳、地場産の新鮮な卵など素材一つ一つにもこだわり、丁寧に仕上げています。“手作り”だからできる、素材の味を生かした自然な味わいをぜひ、味わってください。真心こめて作り、お渡し致します。

生キャラメルを使ったどら焼きなど、珍しいどら焼きが盛りだくさん



だから美味しいのです♪

どら焼きのお店
スウィーツけやき
住　所　函館市北美原2丁目24-13
ＴＥＬ　0138-47-4561
定休日　月曜・火曜日
営業時間　水～日10:00～17:00
http://sweets-keyaki.meisanichiba.jp



おやつの時間

絹焼包み 月の雨 の キラリス函館店限定クレープ 父(ちち)と千(せん)

父350円、千330円







モチモチ食感の生地で包む 口いっぱいに広がるなめらかなクリーム

今年7月に1周年を迎え、さらには2号店「キラリス函館店」もオープンしたばかりの「月の雨」。高品質の小麦粉を使用したモチモチ食感の生地と、2種類の生クリームを使い立体的な味わいに仕上げたクレープが人気を呼び、週末には行列ができるほどの好評ぶり。キラリス函館店オープンにあたり開発した限定の「父」はチーズクリームに爽やかに香るレモン汁や砕いたタルト生地を加え、レアチーズタルトを思わせる風味や食感。チョコとカスタードを合わせた口どけ滑らかで濃厚な味わいのガナッシュクリームがたっぷりと入った「千」もおすすめ。独特の食感が癖になる生地とそれを引き立てるユニークなトッピングの数々からお気に入りを見つけてみては。



絹焼包み 月の雨

■美原本店/函館市美原4-30-28 ☎0138-47-3680 不定休

■キラリス函館店/函館市若松町20-1 キラリス函館1F ☎0138-26-8818 水曜定休

両店 11:00〜20:00 ※生地が無くなり次第終了

文: 坂井 悠香　　写真: 大槻 和央

Gourmet

4段階から辛さが選べる 野菜たっぷり「スープカレー」は ネパールのスパイスをブレンド





ネパールから仕入れる26種類のスパイスをブレンドしたネパールカレーが人気の同店が新たにスープカレーメニューを始めた。「チキンスープカレー」（1050円）と「野菜スープカレー」（890円）の2種類で、どちらも辛さを4段階から選べ、ナスやアスパラなどの野菜がたっぷり。ナンまたはサフランライス、豆スープ、サラダ、デザートがセットでランチとディナーどちらでも楽しめる。ほか、ランチタイムには「Aセット」（650円）もおすすめ。「年配の方から子どもまで楽しめるよう辛さは控えています。新たにオープンした七飯店もよろしくお願いします」とシバ・ブサルオーナー。

ネパールレストラン ヒマラヤダイニング
［富岡店］函館市富岡町3-39-19 ☎0138-85-6882 11:00～15:00、17:00～22:00（各30分前L.O） 火曜定休 P有り
［七飯店］七飯町本町3-10-22 ☎0138-83-6555 11:00～21:30 無休 P有り

A la carte

ビッグ函館店の2号店がオープン 10月末までキャンペーンを開催



函館市、北斗市、七飯町を中心に豊富な物件数を誇り、経験豊かなスタッフが親切丁寧に対応。賃貸の部屋探しはもちろん、アパートやマンション、不動産の管理や売買、土地の有効活用などの相談にも応じる。10月末までオープンキャンペーンを開催。部屋探しの来店で粗品をプレゼント。さらに成約プレゼントも用意している。「駐車場も完備しているので、いつでもお気軽にお越しください。お引越しをお考えの方はこの機会にぜひ」と店長の中利文さん。

不動産のビッグ函館中央店 株式会社 らいず不動産
函館市田家町20-20 ☎0138-85-8883
9:00～18:00 水曜定休 P有り（20台）

Cinema

佐藤泰志原作函館三部作の最終章！ 美しく壊れかけた男と女の物語



『海炭市叙景』『そこのみにて光輝く』に続く、孤高の作家・佐藤泰志原作の映画シリーズが最終章へ。家庭をかえりみず妻に見限られ、離婚して故郷の函館に戻った男・白岩。職業訓練校に通いながら惰性の日々を送る中、訓練校仲間の代島に連れていかれたキャバクラで鳥の動きを真似る風変わりな若いホステス、聡（さとし）と出会い、どこか危うさを持つ美しい彼女に急速に強く惹かれていく。一瞬で過ぎゆく函館の夏、フェンスの先に彼らが見つけるのは愛か、希望か―。

「オーバー・フェンス」
9月17日公開 シネマアイリス ☎0138-31-6761
■監督／山下敦弘 ■原作／佐藤泰志 ■脚本／高田 亮
■出演／オダギリジョー、蒼井 優、松田翔太、北村有起哉、満島真之介 ほか

Beauty

「髪のケアならまかせて」 函館アリーナ近くの美容室 オープン3周年記念特典を用意





10月19日にオープン3周年を迎える、髪のエイジングケアなどに詳しい同店。3周年記念特典として10月15～31日、パーマ・カラー利用時に「ハコラクを見た」と伝えると、「クイックトリートメント」の無料サービスと、自宅でのセルフケアに使える「洗い流さないトリートメント」をプレゼントする。オプションメニューの「クイックトリートメント」（各メニュープラス1080円）は、洗い流さないタイプのトリートメントを使うことで1カ月程度効果が持続。ゴワゴワ感やパサつきなど、髪のダメージが気になる人におすすめという。「いつもご利用くださる方も初めての方も、この機会をぜひご活用ください」と同店。

hair salon ACROSS アクロス 函館市深堀町31-55（函館アリーナ近く） ☎0138-76-4885 9:00～18:00 ※予約優先
月・第2日曜定休 P有り

Event

初参加店舗含め約40店が参加 好評のP-1グランプリも開催

今回で7回目を数える五稜郭バル。オープンしたばかりの店から人気店まで多彩なジャンルの飲食店が参加。各店自慢の味が気軽に楽しめる。また、今回の振る舞いピンチョスは五稜郭ガーデン内で提供し、一番美味しいピンチョスを投票で決める「P-1グランプリ」も引き続き実施。チケットはローソンチケット、チケットぴあで販売中のほか、バル参加店でも購入できる。



第7回五稜郭バル

日時/10月2日(日)16:00～23:00　チケット/前売3,500円、当日4,000円(各5枚つづり)
問い合わせ/五稜郭バル実行委員会　☎070-5617-0099(窒田さん)
http://goryokaku-bar.com/

Gourmet

新メニュー開始と営業時間延長 お得なハッピーアワーも

ネパール人スタッフが作るカレーが味わえる同店は、営業時間を夜11時まで延長。新メニューと、17時半～19時の「ハッピーアワー」を開始した。新メニューは、ネパール風焼き鳥の「セクワ」(チキン・マトン・ポーク、各400円)と、肉と香味野菜のスパイス和え「チョエラ」(450円)で、本場でも酒に合う料理として人気という。また、カクテルをドリンクメニューに追加した。ハッピーアワーは20種類以上のビール・カクテル(480円～)が1杯400円で注文でき、「セクワ」が280円に、「チョエラ」は300円とお得。



ネパールカレー＆スープカレー　カレーハウス グルカ 美原店

函館市美原5-1-17(ビッグハウスアドマーニ近く)☎0138-46-5222
11:00～15:00、17:00～23:00(土・日曜、祝日は通し営業)　不定休　P有り

Gourmet

自慢のホルモン料理で一杯 家庭的な雰囲気で迎えてくれる 今年4月開店の隠れ家風居酒屋







みそ味の「ホルモン鍋」(2人前1360円～)を看板メニューに、ジャンルにこだわらず定番料理をアレンジした創作メニューを中心に提供。オーブンで焼く「ホルモン(塩・みそ・キムチ)」(各480円)や大根おろしソースの「和風カツ」(680円)、2～3日間煮込む「手羽煮込み」(3本480円)も人気が高い。スパゲティやオムライスなどの洋食も並び、リクエストにもできる限り応えてくれる。自宅だった一軒家を改装した店内はアットホームな雰囲気で「のんびりくつろいでほしい。お子様連れでもどうぞ」と同店。「ハコラクを見た」で1グループに1皿、枝豆をサービス中。9月26日から月・木曜の週2回、ランチ営業を開始する。

居酒屋 しぶ家　函館市昭和4-32-16(ゲオ函館昭和店近く)　☎0138-86-6427　18:00～23:00　水、第1・3日曜定休　P有り(7台)

A la carte

"厄を払い新たな縁へ" 11月13日(日)13時から 縁結びの婚活イベント開催



婚活イベント「木花結びの詣で」は、三嶋神社が祭る、縁結びや女性の守り神といわれる「木花咲哉姫命(このはなさくやひめのみこと)」にちなんだ行事で、7年ほど前から催されている。イベントではまず、それまでの縁遠い厄を払う祈祷を行い、忘れたい過去を紙の身代わり「消忘くん」に託して水に流すことで、参加者の気持ちをリフレッシュ。その後参加者同士のフリートークや「水占い」などを行い、最後に「運命のカード」に気に入った相手の名前を書き、互いに合えばカップル成立となる。これまでに多くのカップルが生まれ、結婚にもつながったといい「気持ちが前向きに変わっていくことと思います。ご参加をお待ちしています」と同神社。





三嶋神社　七飯町本町6-2-3　問い合わせ・予約／☎0138-65-2074
参加費／5,000円　対象／30歳代から50歳以下　定員／男女各15人予定

福祉のお仕事出張相談

福祉の職場・仕事に関する疑問や
質問にお答えします!!



◇福祉の職場とは…
どのような職場？
どのような人達が働いているの？

◇福祉の職場に興味・関心はあるけど、
資格などわからない事が多すぎて…etc

■日　時／毎月第2・第4水曜日
13:30～16:00
■場　所／ハローワークはこだて1階
福祉のお仕事相談コーナー
■相談料／無料

※要予約（1人あたりの相談時間30分）
ハローワーク相談窓口にて、予約受付中！
相談日は、予約受付順とさせていただきます。

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　あいよる21 3階
TEL(0138)23-8546　FAX(0138)23-2224

LINE TAXI

LINEでかんたんタクシー配車



近くのタクシーがあなたのもとへ



GPS機能の利用や建物情報の入力を行い、
乗車位置を指定するだけで、LINEアプリ上から
簡単にタクシーを呼ぶことができます。

支払いはキャッシュレス

LINEのモバイル送金・決済サービス「LINE Pay」との連携により、
キャッシュレスによるスムーズなタクシー利用が可能。
※事前にクレジットカードでの支払い登録が必要となります。

配車エリア拡大中

日本交通株式会社との提携により、業界最高レベルのタクシー台数。

LINE TAXIへのアクセス方法

QRコードからのアクセス ＞ LINE TAXIを起動 ＞ またはLINEアプリ＞その他＞LINE TAXIからアクセス

公式アカウントから割引クーポンも配信

サービスの最新情報や、タクシー料金が割引になる
お得なクーポンを配信中。友だち登録は右のQRコードから

函館タクシー株式会社

おかげさまで3年目 3周年記念イベント

お得な2日間 10月1土・2日



ガコメマンも登場

1土 13:00より

屋外テントにて販売



いるか号が来てレポートしてくれます♪

昨年、大好評だった知内産野菜を直売します



とれたて野菜やお米を驚きの価格で販売します

2日 10:30より



キラキラ似顔絵クリエーター 三上いすずさんがハリカにやってくる

ポストカードサイズです
お子様の「今」を形に残しませんか？



写真を撮って描くので赤ちゃんも心配なし

ハリカ会員カードをお持ちの方
または
LINE 友達追加していただいた方には
500円（税込）　通常1,000円のところ

※希望者多数の場合は、後日ご自宅に送らせていただく場合がございます。

ハリカのお店はギフトだけではありません。この機会にハリカを見に来てみませんか？



13:00より 食品やタオル、雑貨など大特価にて販売！

屋外テントにて販売

最大70%OFFセール！

※メーカー希望価格から割引

ソフトクリーム



店内販売通常250円（税込）
→100円（税込）
店内商品をお買上げのお客様には無料で差し上げます

新コーナー ハンドメイド雑貨



世界で一つだけのお気に入りを見つけませんか？

お得な情報・イベント・キャンペーンなどの最新情報をお届けします。

LINE@　@iup4685i
LINE の「友だち追加」から「ID 検索」または「QR コード」で登録してね♪

※商品は都合により変更することもありますのでご了承ください　※イベント商品のポイント付与及び包装加工はできません　※数に限りがあり、なくなり次第終了となります
※雨天・強風の際には延期する場合がございます　※状況により販売時間が前後する場合がございます　※当日、会員になる事もできます。お得がイッパイな会員の登録は無料です。

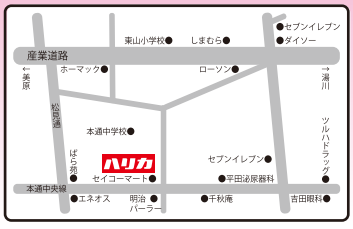
内祝 快気祝 全快祝 結婚祝 新築祝 御祝 御礼 御挨拶 粗品

北海道～沖縄まで全国 130 店舗、実績と信頼のハリカにおまかせください

ハリカ 新函館店

函館市本通２丁目５４－１６（明治パーラー様向かい）
TEL 0138-84-6939　FAX 0138-85-6177
https://www.facebook.com/harikahakodate/　営業 10:00～19:00（日・祭日は 18 時マデ）
定休日 火曜日

出産祝 御見舞 還暦祝 入学祝 進学祝 御中元 御歳暮 御年賀 法事/法要



出産内祝用クーポン

HAKO RAKU（ハコリン）

800円割引券

お客様名

■１回のご注文が 10,000 円以上のお買上げでご利用頂けます。■商品券・酒ギフト・産地直送品等の購入にはご利用いただけません。■他のクーポン券やポイントとの併用はできません。
■有効期限 2016 年 11 月 30 日

札幌通運
LOGINET JAPAN CO.,LTD. GROUP

引越の札幌通運がお送りする
新しい引越のカタチ

札通
さくらスマイル引越隊



引越の見積・お問合せ

携帯・PHSもOK!

ひっこしは　さ　く　ら
0120-158-396

さくらスマイル引越センター（札幌市北区新川西3条1丁目1番1号）

その他配送のお問合せ

札幌通運㈱ 函館支店　TEL 0138-49-5555
（函館市西桔梗町589 函館流通センター内）



薪ストーブ&ペレットストーブ
～販売・施工～

FIRE WORLD
ファイヤーワールド函館

函館市吉川町8-21　フリーアクセス 0800-800-7016
営業時間／13:00～18:00　無休　P有

それぞれの理想を
叶える住まいを。

1号棟	2号棟 3号棟
専有面積 45.27～45.70㎡	専有面積 57.31～57.73㎡
賃料 34,300～58,300円	賃料 38,300～64,300円



2DK



1LDK
※203号室のみ



3DK



2LDK
※2号棟201・202号室のみ

物件仕様

所在：函館市川原町18番1、2、3号
交通：函館市電「深堀町」停徒歩5分
築年数：昭和51年8月　総戸数：110戸
構造：鉄筋コンクリート造5階建
学校区：柏野小学校（徒歩25分）、深堀中学校（徒歩10分）
設備仕様：都市ガス、浴室・トイレ別、
BS衛星放送対応、温水洗浄便座
共益費：3,700円　火災保険料：18,000円（2年）
駐車場：1台5,000円　権利金：賃料の1ヶ月分
取引態様：貸主

※部屋によって間取り・仕様・設備が異なります。
※間取りは反転タイプのお部屋もございます。



若いご夫婦（35歳以下）の家賃を
助成いたします（5階のみ）。
5階は入居した方が自由にDIYできます！

周辺環境

- 函館市電「深堀町」停 … 徒歩5分
- 国立病院機構函館病院 … 徒歩3分
- ローソン … 徒歩5分



Century21
［貸主］(公社)北海道宅地建物取引業協会会員 北海道知事 渡島(4)第992号
センチュリー21リード不動産

内覧予約 お問合せは こちら！
☎(0138)26-5533
営業時間／9：00～18：00

〒040-0033 函館市千歳町27番8号
http://www.lead2103.com
mail@lead2103.com

［管理］(公社)北海道宅地建物取引業協会会員 北海道知事 渡島(1)第1141号
Linden Corporation 株式会社
〒040-0003 函館市松陰町1番51号

売却物件を探しています！査定無料！
センチュリー21の加盟店は、全て独立・自営です。

広告有効期限／平成28年9月末日

Protech 株式会社プロテック

人と企業を繋ぐプロテック



派遣スタッフ募集

1 工場製造スタッフ［派遣先/七飯町］

内容/ 装置操作・部品検査・選別作業・部品管理
期間/ 長期
時間/ 9:00～19:15（実働8.75H） 21:00～7:15（実働8.75H）
11:00～21:15（実働8.75H） 23:00～9:15（実働8.75H）
＊月10H～30H残業有　2交代勤務（4勤2休、5勤2休）
時給/￥900～￥950（22時以降￥1,125～￥1,188）
未経験者歓迎・女性も活躍しています。無料送迎あり

2 水産物製造スタッフ［派遣先/森町砂原地区］

内容/主にホタテ加工、他海産物加工、包装など
期間/長期
時間/7:30～17:00（実働7.5H～8H）
勤務/日勤のみ　休日工場シフト（基本土日）
時給/￥770～￥800
シルバー世代歓迎・幅広い層が働いています。無料送迎あり

人材派遣のプロテック

北斗市追分3丁目6番9号 TEL(0138)49-8882 FAX(0138)49-8892
フリーダイヤル 0120-049-882
URL http://www.protech2004.jp
一般労働者派遣事業（般）01-300467　有料職業紹介事業 01 -ユ- 300335

北海道 北海道産業雇用創造協議会 戦略産業雇用創造プロジェクト
後援／函館市、函館商工会議所

戦略産業雇用創造プロジェクト 北海道

事務 営業 販売 技術 接客

「食」「ものづくり」「IT関連」の企業に就職を目指す方へ!!

合同企業説明会

平成28年度
10月6日（木）
13:00～16:00
受付開始12:30

対象
・若年求職者
・女性求職者
・転職希望者
概ね39歳以下の方

会場 フォーポイントバイシェラトン函館（ロワジールホテル函館）
函館市若松町14番10号



企業面談ブース 採用担当者と直接話しができます!

カウンセリングブース キャリアカウンセラーが個別にご相談に応じます!!



食 ものづくり 就職応援！北海道

無料セミナー同時開催
14:00～14:30 【こんな応募書類はNG】
15:00～15:30 【ビジネスコミュニケーション】

入場無料　予約不要　入退場自由　履歴書不要

お問い合わせ
キャリアバンク株式会社 戦略産業雇用創造プロジェクト事務局
札幌市中央区北5条西5丁目7番地 sapporo55 5階
TEL011-223-4366
E-mail:koyousouzou@career-bank.co.jp
キャリアバンク 戦略産業 検索

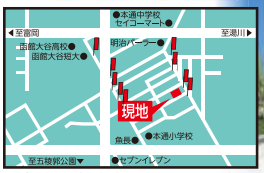
Facebook リアルタイムな情報をお届けします

人気の本通「モデルハウス完成オープン」

4LDK

発生熱は暖房などに活用
おウチで電気をつくれちゃう

ecoジョーズ＋
COREMO ガスマイホーム発電





所在地/函館市本通1丁目150番4号
■1階床面積/56.72㎡(17.15坪)
■2階床面積/52.17㎡(15.78坪)
■延床面積/108.89㎡(32.93坪)

高耐久、金属サイディング

※外観はパースにつき実際とは多少異なります。

「収納やバイクガレージとしても使える便利な広々ビルトイン物置」
「中2階やロフト空間を設けスペースの有効活用を実現」

ハイグレード豪華仕様

●システムキッチン（食器棚付）
●食器洗い乾燥機
●ユニットバス（1坪）
●シャンプードレッサー
●シャワートイレ
●TVインターホン
●全室照明器具
●全室網戸
●全室TV配線
●第3種換気システム
●インターネット配線
●火災報知機

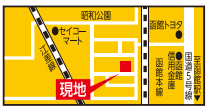
【物件概要】■交通/函館バス「農住団地中央通」停徒歩2分　■学校区/本通小学校・本通中学校■地目/宅地　■用途地域/第1種低層住居専用地域　■建ぺい率/50%　■容積率/100%　■敷地面積/165.29㎡(50.00坪)　■構造/木造2階建 2×4工法　■設備/函館市上下水道・北海道電力・都市ガス　■完成年月/平成28年9月

昭和町 連日公開中!

オーナー募集!!



所在地/函館市昭和町1番地24
4LDK【土地+【建物】
2,150万円（税込）



ローンシミュレーション 2,150万円借入の場合【3年固定・金利0.65%】
月々のお支払い
35年ローン ■月々57,247円 ■ボーナス0円
40年ローン ■月々50,878円 ■ボーナス0円
※その他、登記費用・銀行諸経費は別途かかります。
※支払い例は3年固定金利・4年目以降選択型の場合です。

ViVIDO ハイブリッド給湯暖房システム

■1階床面積/51.34㎡(15.53坪)
■2階床面積/53.82㎡(16.28坪)
■延床面積/105.16㎡(31.81坪)

【物件概要】■交通/函館バス「東港」停徒歩10分　■学校区/港小学校・港中学校■地目/宅地　■用途地域/第2種住居専用地域　■建ぺい率/60%　■容積率/200%　■敷地面積/180.04㎡(54.45坪)　■構造/木造2階建 2×4工法　■設備/函館市上下水道・北海道電力・プロパンガス　■完成年月/平成28年6月　■取引形態/売主

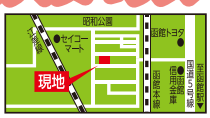
2016年10月完成予定

昭和町モデルハウス



※外観はパースにつき実際とは多少異なります。
■1階床面積/59.62㎡(18.03坪)
■2階床面積/51.34㎡(15.53坪)
■延床面積/110.96㎡(33.56坪)

所在地/函館市昭和町4番地5
4LDK【土地+【建物】
2,480万円（税込）



ローンシミュレーション 2,480万円借入の場合【3年固定・金利0.65%】
月々のお支払い
35年ローン ■月々66,034円 ■ボーナス0円
40年ローン ■月々58,687円 ■ボーナス0円
※その他、登記費用・銀行諸経費は別途かかります。
※支払い例は3年固定金利・4年目以降選択型の場合です。

【物件概要】■交通/函館バス「東港」停徒歩10分　■学校区/港小学校・港中学校　■地目/宅地　■用途地域/第2種中高層住居専用地域　■建ぺい率/60%　■容積率/200%　■敷地面積/181.88㎡(55.01坪)　■構造/木造2階建 2×4工法　■設備/函館市上下水道・北海道電力・プロパンガス　■完成年月/平成28年10月完成予定　■取引形態/売主

建設業／北海道知事許可（般-24）渡島04364号 宅地建物取引業／北海道知事許可 渡島（2）第1117号

GH GLOBAL HOME.Company

グローバルホーム株式会社

函館市神山3丁目6番6号
FAX.0138-52-8001
http://globalhome2x4.com
■広告有効期限/10月末日

お問い合わせ
スマホからのアクセスは▶
☎0138-52-7001

函館新聞社 正社員募集

一緒に働きませんか？

編集局 報道部記者・整理部スタッフ

◆募集人員／若干名
◆資　　格／短大卒以上
（平成29年3月新卒者を含む）
要普通免許、車を業務に使用できる方
（ガソリン代は別途支給）、
Uターン・Iターン歓迎
◆時　　間／報道部 10:00～18:30
整理部 16:00～24:30 ※早出・残業有
◆休　　日／月7日
◆給　　与／月170,000～250,000円
（年齢、経験を考慮の上決定）
※整理部は夜間手当込み
◆待　　遇／各社保完備、試用期間6カ月有
他当社規定による
◆応募締切／随時

広告局 ハコラク編集部スタッフ

◆内　　容／弊社が発行している
フリーマガジン「ハコラク」の取材・編集
◆資　　格／35才未満（例外3）、短大卒以上
★要普通自動車免許、車を業務に
使用できる方（ガソリン代は別途支給）
◆時　　間／10:00～18:30※早出・残業有
◆休　　日／月7日
◆給　　与／月150,000～250,000円
◆待　　遇／各社保完備、試用期間6カ月
他当社規定による
※正社員登用後は、昇給有、
賞与年2回、企業年金制度有
◆応募締切／随時

応募方法　写真付履歴書及び職務経歴書を下記住所まで持参又は、郵送下さい。書類選考の上、追って面接日時を連絡致します。

函館新聞社 総務局 総務部 電話（0138）40-7171
〒041-8540　函館市港町1丁目17番8号



陸・海・空 自衛官募集

募集種目		応募資格	受付期日	試験期日
自衛官候補生	男子	18歳以上27歳未満の者	随時受付	9月19日(月・祝) 20日(火)、24日(土) 25日(日)
	女子		受付終了	9月24日(土)、25日(日)
一般曹候補生				9月16日(金)、17日(土)
航空学生		高卒(見込含) 21歳未満の者		9月22日(木・祝)

試験日はいずれか1日です。

お気軽にお問い合わせ下さい

自衛隊函館地方協力本部

〒042-0934　函館市広野町6番25号
電 話 0138(53)6241
FAX 0138(53)6242
E-mail: recruit1-hakodate@pco.mod.go.jp

読売KODOMO新聞

よみうりこどもしんぶん

大人が読んでも面白い！

おかげさまで 20万部！
創刊100号突破!!



おしえて！コナン 時事ワード
アニメ「名探偵コナン」の登場人物と学ぶ時事用語コーナー。おなじみのキャラクターがワードの理解をぐーんと深めます。中学入試の時事問題対策もバッチリ!

楽しく学べる ポケモンABC
©2013 Pokémon.
©1995・2013 Nintendo／Creatures Inc.／GAME FREAK inc.
「ポケモンABC」でクロスワードや迷路などを解いて、ポケモンの特徴を表す英単語を一緒に覚えよう!

中学受験対策も万全
中学入試過去問に挑戦
とけるかな?
わかったぞ!
大手進学塾「四谷大塚」が勉強のツボを楽しく教えてくれます。
四谷大塚

好評!週替わり企画
AKB48 NEWS 日記 など

一週間のニュースから
政治・経済が
社会・国際が
わかりやすい!!

エンタメ情報も豊富で、親子で読んでも楽しめる内容が満載の「よみうり KODOMO 新聞」は、お子様の好奇心を育み、可能性を広げます。

●タブロイド判　20ページ／オールカラー
※一部地域は配達日が異なります。

家計にやさしいワンコイン!!
月ぎめ 500円

よみサポ
よみうり購読サポート

親元を離れて暮らすお子さんに読売新聞を
なかなか会えないお孫さんにはKODOMO新聞を



購読される方に代わって購読料をお支払いいただくと、ご指定先に新聞をお届けします。

手続き簡単! → 申し込みと購読料の支払い → よみサポ → 最寄りの読売新聞販売店から新聞をお届け

離れて暮らすあの人に、新聞購読をプレゼント！

◎よみサポによる購読期間は6ヵ月以上となります。購読料は、クレジットカード決済、銀行口座振替、コンビニエンスストア・ゆうちょでの払い込みのいずれかをお選びください。なお、一部配達のできない地域や、配達日が遅れる場合があります。ご了承ください。

「よみサポ」のお申し込み・お問い合わせは
フリーコール 0120-941-441
（受付：月～金曜日の午前10時～午後5時）
http://www.yomisapo.com/

お申し込みは、最寄りのYC（読売センター）または、0120-4343-81へ

9/25(日) 10/10(月・祝) 無料試食 ウエディングメニュー フルコース付フェア

10:00-18:00　参加無料／予約優先





☆新作ウエディングメニュー フルコース試食会〈要予約〉

会場の決め手の重要ポイント!婚礼料理を試食できます!
ゲストの皆様から喜ばれるフルコースをぜひご賞味ください。

☆フェア限定ウエディングプラン発表

☆ウエディングドレス・カクテルドレスフィッティング体験

世界中に顧客を持つヨーロッパのトップデザイナーが自らのアトリエで丹念に仕上げるドレスのみを扱うウエディングドレスブランド「GRANMANIE」を函館で唯一取り扱う当館にて花嫁体験を。

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。

婚礼予約課直通TEL
0138-59-1555
〒042-0932　北海道函館市湯川町3-1-17

イマジンウエディング 函館　検索　http://imagine-wedding.jp/hrhakodate/
MAIL　resortwedding@imgnjp.com
フェイスブック　イマジンウエディング

ホットヨガ 体験レッスン 2回セット ¥500

まずは体験レッスンからスタート!!

セット内容（×2回分）
選べる体験レッスン
ヨガマット・バスタオル
フェイスタオル

持ち物
ウェア(レンタルあり)
着替えの下着
お水(店頭販売あり)



5種類の中から選べる体験レッスン

- アロマの香りで癒される当店人気NO.1レッスン　アロマリラックスヨガ
- ヨガの基本ポーズを組み合わせたスタンダードなクラス　ビギナー６０
- 下半身太りの原因となる骨盤の歪みを改善　骨盤調整ヨガ
- デスクワークが多い方、肩こり・頭痛にお悩みの方に　肩こりリラックスヨガ
- リンパトリートメント＋ヨガで老廃物をすっきり　リンパデトックスヨガ セルライトアプローチ

今なら新規ご入会で
月会費 初月￥０、事務手数料￥０



ご予約はこちらから

BELBE函館店
tel.050-3784-7170（直通）
平日 10:00～22:00　土・日・祝 10:00～17:00
定休日 第一・第三 月曜日　第二・第四 木曜日

インターネットからのご予約は　ベルベ函館　検索

函館市港町１丁目２-１
ポールスターショッピングセンターＣ棟２階
駐車場 ８８０台 分完備

はこしん 個人ローン 期間限定 特別金利キャンペーン

平成28年8月1日(月)～平成28年11月30日(水)まで　平成28年11月30日までに融資実行することが必要となります。

お車の購入や車検など、クルマのことなら カーライフローン「楽²」(らくらく)

変動金利　最高/1,000万円以内　お借入期間/10年以内

最優遇金利【保証料込】 年1.88%　基準金利より最大▲1.9%で

★地元へ感謝の思いを込めて、金利を引下げいたします。

当金庫とお取引のある事業所様又は当金庫の営業地区内の事業所様をご利用のカーライフローンご利用の方▲0.3%

お子様のご進学などの資金に 教育ローン「育」(はぐくみ)

変動金利　最高/1,000万円以内　お借入期間/16年以内

最優遇金利【保証料込】 年1.88%　基準金利より最大▲1.6%で

当金庫営業区域内の「大学」「短大」「専門学校」への教育資金ご利用の方▲0.3%

★お取引内容に応じて、金利を引下げいたします。(同時申込可)

当金庫とのお取引内容	対象取引	基準金利より
当金庫出資会員		▲0.4%
給与振込または年金振込の指定		▲0.4%
公共料金の自動振替(2つ以上)		▲0.3%
定期預金50万円以上、または定期積金契約額50万円以上		▲0.3%
当金庫の住宅ローン(住宅金融支援機構「旧住宅金融公庫」を含む)		▲0.3%
はこしんカードローン(しんきん保証基金)		▲0.3%
しんきんカード(VISAまたはJCB)		▲0.3%
エコカー減税対象車購入資金		▲0.3%

〈お使いみち〉
■カーライフローン「楽²」(らくらく)／自家用自動車、オートバイ等にかかる資金
○購入資金　○車検、修理費用、自動車関連用品購入資金、運転免許取得費用等　○マイカーローンの借換え資金等
■教育ローン「育」(はぐくみ)／教育関連資金
○就学する学校(教育施設)への1年分の納付金。　○就学にかかる付帯費用。　○教育ローンの借換え資金。

審査の結果、ご希望に添えない場合もございますので、あらかじめご了承ください。
ご来店の場合は印鑑だけ!ホームページからも簡単に仮審査できます

〈ご利用いただける方〉
満20歳以上の個人の方で、安定継続した収入があり、一般社団法人しんきん保証基金の保証が受けられる方。

〈保証会社〉
一般社団法人しんきん保証基金

〈保証料〉
●カーライフローン「楽²」年0.78%(毎月払型)
●教育ローン「育」年0.48%(毎月払型)
保証料率は融資利率に含めてお取扱いします。

〈その他〉
※基準金利は平成28年4月1日現在:年3.0%(変動金利)
※金利は当金庫の個人ローンプライムレートを基準とし年2回見直します。

函館信用金庫
http://www.hakodate-shinkin.jp/

詳しい商品内容については、お近くの本支店にお問い合わせ下さい。

●本　　店／0138-22-1247
●ばんだい支店／0138-41-6236
●五稜郭支店／0138-52-0511
●亀　田　支　店／0138-42-3820
●湯　川　支　店／0138-57-1492
●北　斗　支　店／0138-73-2151
●七　飯　支　店／0138-65-2501
●えさん支店／0138-84-2111
●木古内支店／01392-2-3121
●中　道　支　店／0138-51-1711
●知　内　支　店／01392-5-5611

やなせなな

5th Album『夜が明けるよ』発売記念ライブ2016



その声を聞くと
自然と涙があふれ出すー
と全国各地で大好評の
「歌う尼さん」こと
やなせなな
2年ぶりの函館公演！

10月8日(土)　Open／18:30 Start／19:00

函館バンドワゴン(北海道函館市弁天町15-4)　出演／やなせなな(Vo.)＋大山りほ(Pf.)

前売／2,000円 当日／2,500円(※ドリンク代別)

チケットご予約方法
1・サウンドパパ　0138-55-6096　2・函館バンドワゴン　0138-83-2268
3・やなせななホームページのお問い合わせフォームより

「10月8日函館ライブ」と明記の上、下記の必要事項を添えてお申込みください。
① 氏名 ② 希望チケット枚数 ③ 郵便番号・住所 ④ メールアドレス ⑤ 電話番号

Salon Interview
～美を手がける人～



メンズサロン Cool Cut’s
クールカッツ

オーナースタイリスト
小川　洋司さん（39歳）

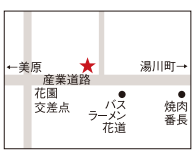
［Profile］函館市出身。中学を卒業後、市内の理容室で勤務しながら通信教育で理容師免許を取得。２０歳の時、理容業界から1度離れたが、２５歳の頃に復帰し現在の店に入店。７年前にオーナーに就任。現場に立ちながら経営を行う。オフは市内の温泉に行くなどして一人の時間を作り、じっくりと体を休めることでリフレッシュしている。





メンズサロン Cool Cut’s
クールカッツ

函館市日吉町1-29-4　☎0138-53-1718
9:00～19:30（土・日曜、祝日は18:30まで）
木曜、第2・3水曜定休　P有り



お客様は十人十色、安心して来店できるように当たり前にここにあり続けるサロンでありたい



――現在、メンズサロン「クールカッツ」でオーナースタイリストとして店に立つ小川さんがこの仕事を志したきっかけは。

16歳の頃、知り合いに誘われて理容室に就職し、働きながら通信教育で理容師免許を取得しました。20歳の頃にほかの仕事に興味が湧いたこともあり転職し、建設業、営業などさまざまな仕事に就きました。そんな中、以前に勤務していたサロンのオーナーが自分を気にかけてくれていて、すごく憧れていた方だったのでその人に認められたい、その人のようになりたいと強く思い、改めて理容師を志しました。人生の恩師とも呼べる人で、とても感謝しています。

――理容師という仕事の魅力は。

お客様の生活の一部になれるところです。髪型はお客様の個性を表現する大切な部分なので、個性を引き出すお手伝いができていると思います。また、担当していた方が結婚され、その方のお子さんも通ってくださったりと、長くお客様の人生に関われるのは、ほかの仕事ではなかなか味わえない醍醐味だと思います。

――店に立つ上で大切にしていることは。

静かな人や賑やかな人、お客様はみな十人十色で感じ方が同じ人はいないので、一人ひとりの不安要素を取り除き安心感を作れるよう、些細な会話や立ち振る舞い方など、それぞれに合わせ失礼のない接客をするようにしています。また、毛量や毛質、骨格、過去のメニュー内容など施術に必要なデータはもちろん、家族や仕事、友人などについてもカルテに書き込み、プライベートな情報もしっかりと把握するなど顧客管理は徹底しています。何度も同じ質問を繰り返さないよう、来店される前にしっかりと頭に叩き込んでからお迎えしています。その努力の甲斐もあり、一度他店での施術を受けた方に「やっぱりここじゃないと」と言っていただけたときは、すごく嬉しかったです。ほかにも帰省する度に顔を見せてくれるお客様もいるので、ずっと当たり前のようにここにあり続けるサロンでありたいと思っています。

――スタッフへの指導で心掛けていることは。

技術はやって当たり前、それだけじゃなく接遇やサービスもしっかりすることが大切だと思っています。ただの床屋ではなく、おもてなしができるメンズサロンとして、スタッフには目配り、気配り、心配りを大切にするよう指導し、人間力のあるスタッフを育てたいと考えています。お客様から魅力を感じてもらい、また来たいと思ってもらえるサロンになれれば。技術面では1年間の目標を掲げ、3カ月でどこまで達成するかなど細かく計画を立てさせ、結果もきちんと振り返るようにしています。月に一度練習する場を設け、技術の経過をみるようにし、その能力の向上に合わせお給料も歩合にしています。お店のことは小さなこともみんなで共有し、スタッフ一同、同じ方向を向いて店に立てるよう指導しています。



――得意なメニューやおすすめのコースは。

必ず最初にシャンプーをして乾かし、髪の毛を自然な状態に戻してからカットを行うドライカットが得意です。お客様の骨格に似合い、スタイルが長持ちするよう仕上げ、普段どのようにおさまるかなど、仕上がりを細かくチェックしてもらっています。また、リラクゼーションを大切にしているので、カットと2回のシャンプー、えり剃り、シェービング、耳掃除など一通りが揃い、しっかりとケアすることで気持ちもリラックスし癒される「フルコース」がおすすめです。忙しい方には施術時間が30分ほどの「スピードコース」もご用意しています。

――お店を経営するにあたり大切にしていることは。

時代の流れを柔軟に読み取り従来の型にはまらない応用の利く理容室にしたいと考えています。昔の床屋とは違いサービス業であることを念頭に置き、接遇に力を入れています。また、一昨年から週に一度ほどお客様のご自宅や施設を訪問しカットをする取り組みもしています。勝手が違い難しいことも多く店で行うのとは異なる刺激があるため、初心に戻って施術することができます。今後も続けていきたい取り組みのひとつです。

――読者へPRをお願いします。

女性スタッフも在籍しているので女性の方も顔そりなどでご利用いただければ。個室もあるので、お子様との来店もしやすいと思います。コンクールで賞をいただいた若手スタッフが在籍しているので技術には自信があります。ヘッドスパなどのエステ系や炭酸泡を使ったメニューなど新たな施術も取り入れているので、まずは気軽にお越しください。

取材：坂井　悠香　　写真：大槻　和央

HOLLYWOOD ROPPONGI HILLS から 新しいスキンケアブランド“AUSE（オウセ）”誕生

Cleansing





Skin Care

あたらしい　あなたを　えがく

AUSEクレンジングアイテム　2,000円～4,500円
AUSEスキンケアアイテム　4,000円～8,000円

ステップ1

落とす酵素 1番人気の酵素パック

AUSEマスク
1g×24包　2,000円

AUSEピックアップクリーム
16g×12包　3,000円

タンパク分解酵素（プロテアーゼ）が叶える、驚くほどのキメと透明感。



ステップ2

ブースター美容液

AUSEバランサーS
60ml（約100回分）　4,000円

次のスキンケアが染み渡ります。



ステップ3

与える酵素

AUSEラスティングローションI
200ml（約95回分）　4,000円

AUSEウォータリーモイストミルク
120ml（約120回分）　4,500円

肌の隅々へうるおいを届ける保湿ローション&乳液。





クールで知的な凛とした目もとに





CHIPIE AVANCÉ

アヴァンセ シピエ アイズグラッセ
〈アイカラー〉

左上:BK-1（スノー）
右上:BK-2（ストーム）
左下:BK-3（スモーク）
右下:BK-4（シャドウ）

全新色 各800円

NEW フェイシャルエステ

予約制





パワーライト（フォトフェイシャル）
シミ・くすみ・しわ・たるみ・ニキビ毛穴の開き
1回 ¥12,000→お試し1回¥6,000
5回コース ¥40,000

毛穴レスコース
毛穴開き、汚れが気になる方に
1回 ¥4,000

ホワイトニングコース
シミ・ソバカス・ニキビ跡でお悩みの方
1回 ¥4,000

リフトアップコース
小じわ・たるみでお悩みの方
1回 ¥4,000

〈ライト脱毛〉
*両ワキ　1回¥1,500
*両腕ひじ下　1回¥3,500
*両ひざ下　1回¥4,500
*背中　1回¥6,500

〈フェイスメイク〉
*眉デザイン　1回¥200
*マツ毛カール　1回¥3,000

※各税抜き価格

MAKE UP

コスメ&エステティックサロン メイクアップ MAKE UP本店

函館市梁川町7-8　☎0138-33-3543
OPEN10:00～19:00
定休日/火曜日、祝日

詳しくは メイクアップ函館 検索





Autumn Hair Collection

秋のヘアカタログ

暑さも和らぎ爽やかな夏服から秋色の装いへ
ファッションと一緒にヘアスタイルもチェンジしませんか

hair salon Isoya イソヤ



ON、OFF両方楽しめる無造作パーマスタイル

［ここがポイント!］



〈スタイリスト〉
山村 葉月さん

髪に動きを出すようにパーマをかけ、ナチュラルな質感と毛束感を表現し、自然なクセ毛のような仕上がりにしました。スタイリングはワックスを揉み込み、作り込みすぎずにラフにキメるとお洒落な雰囲気に。ON、OFFどちらも使える好感度の高いヘアスタイルです。

hair salon Isoya イソヤ
理容
美容
オーガニック、健康、人に優しいをテーマに、
頭皮と髪に優しい施術で身も心もリラックス出来るサロンです。



MENU
●カット……¥3,240 ●カラー……¥7,560
●パーマ……¥7,560 ●縮毛矯正……¥10,800
●レディースシェービング……¥2,700

新規の方 10%OFF

〒040-0001 函館市五稜郭町12-2
TEL 0138-52-8432 予約優先
定休日／火曜日・第3月曜日　営業時間／9:00～19:00（日曜日・祝日は18:00迄）
P有り（店前5台）　http://hair-salon-isoya.on.omisenomikata.jp/



Grand Hair Make NOAH グランドヘアメイク ノア



光に透ける
柔らかなヴィンテージベージュ

［ここがポイント!］



〈スタイリスト〉
畠中（はたなか） 秀次郎（しゅうじろう）さん

光がすーっと抜けるようなカラーは髪も肌も綺麗に見えます。このシースルーな色合いはツヤ感、柔らかさが一層増し、大人髪へと導きます。女性が最も悩むといわれている「白髪」をカバーしながら染めることもできるのでお気軽にお申し付けください。



HAIR salon Kirsche ヘアーサロン キルシェ



ふわっと×ツヤで
女っぽさUP♪

［ここがポイント!］



〈スタイリスト〉
三瓶 慎一さん

ベージュベースのカラーでツヤのある柔らかさを出しパーマとミックスさせました。スタイリングにはソフトワックスを使い、ふわっと仕上げます。シアバターやオイルを揉み込んだツヤカールがオススメです。



λουλού・δι ヘアー ルルーディー



［ここがポイント!］



〈スタイリスト〉
西山 敦史さん

動きを出しやすいように軽くし、オン・オフでアレンジができるようにカットしています。片方だけ耳にかけたり両方の耳を出すだけでも雰囲気が変わり、さまざまな表情を楽しめます。秋色アッシュをオンにし、モードに、カジュアルに秋を楽しみましょう。

「ハコラク見た」で

新規のお客様に限り
全メニュー
20%OFF!!

平成28年10月末日まで

Menu

＊カット（シャンプー、ブロー込み）	¥4,320~		
＊カラー	¥5,400~	＊パーマ	¥5,940~
＊デジタルパーマ	¥10,800	＊縮毛矯正	¥8,100~
＊トリートメント	¥2,700~	＊ヘッドスパ	¥3,780~

※価格は各税込

その他のメニューや料金など
詳しくはHPをご覧ください
http://www.luluwdy.com/

ネット予約もできます

業務多忙につき、スタッフ急募!! 詳しくはHPをご覧ください♪

λουλού*δι ヘアー ルルーディー



函館市大森町22-2
☎0138-24-2003
10:00～20:00
無休　予約制



ravi hair works ラヴィ ヘア ワークス



［ここがポイント!］



〈スタイリスト〉
鈴木 奈津子さん

毛先は動きを出しつつ、あえて重さを残し、短めバングをアクセントにしました。カラーは中にハイライトを入れてふんわり感を演出。エアウェーブは形状記憶パーマなので毎日のスタイリングやアップスタイルも楽チンですよ♪

MENU

新規の方10%OFF



◆Cut……¥3,564
小学生以下……¥1,620
◆セットアップ……¥3,564
◆カラー……¥3,780~
◆ハイライト……¥3,240~
◆パーマ……¥3,996~
◆エアウェーブ……¥7,776~
◆根元縮毛……¥6,480
つやサラトリートメント込
◆前髪カット……¥540
◆髪質改善トリートメント…¥3,240

親子ペア ¥500 割引



個室メニュー
◆ヘッドスパ……¥3,240
ほか

ravi hair works
ラヴィ ヘア ワークス
函館市鍛治1-51-9
☎0138-83-7774
OPEN 10:00－18:30
第3日曜日定休　予約優先



大好評！

高気圧・高酸素カプセル



美容・肩こり・腰痛・
疲労回復・全身に!!

酸素パワー！

60分 ~~3,500円~~→ 2,200円

90分 ~~5,000円~~→ 3,150円

新規ご利用の方に粗品進呈 ぜひご利用下さい（10月末迄）

営業時間 9:00~24:00（22:00受付終了）

シーサイドホテル かもめ
函館市宇賀浦町6番1号（啄木小公園並び）
☎0138-32-2222

エステティック ルリアン

秋のキャンペーン

初回のみ
10月末まで

★体質改善デトックス

夏のイベントや紫外線で疲れたお肌に



150分 ~~¥15,000~~→ ¥9,000

（タラソ入浴、ヒートマット・フェイシャル・デコルテ・リンパトリートメントボディ）

★フェイシャルA

くすみ・皮脂による肌トラブル・
たるみ・むくみの気になる方

★フェイシャルB

毛穴の黒ずみ・頬のザラつき、
日焼けあとのカサつきが気になる方

各60分 ~~¥7,500~~→ ¥3,500

★マタニティエステ

妊娠中から
産前・産後にかけての
お肌と体のケア
※16週~37週の方に限ります



フットorフェイシャルorボディ
各40分 ¥3,500
組み合わせもOK!

★グリーンピール

天然の粉末ハーブ
のみを使用した
肌再生トリートメント



ソフト1day ~~¥15,000~~→ ¥12,000
5day ~~¥50,000~~→ ¥40,000

社団法人国際マタニティエステ協会認定ゴールドインストラクター

（価格は各税別）



函館市鍛治2丁目34-1
TEL0138-76-8349
営業時間／10:00~22:00
（最終受付20:00）
定休日／木曜日

函館 ルリアン 検索



理容メニュー料金

（価格は全て税込です。）

	〈高校生以上〉	〈60歳以上〉
◆Aコース……（カットのみ）	¥1,404	¥1,296
◆Bコース……（カット+顔剃り）	¥1,620	¥1,404
◆Cコース……（カット+顔剃り+シャンプー）	¥1,944	¥1,728
◆Dコース……（カット+シャンプー）	¥1,836	¥1,620

カラーメニュー

（カット、シャンプー 顔剃り込み）

◆白髪ぼかし……¥3,564

◆白髪染め……¥4,644

◆オシャレ染め……¥5,184

登場!!

メンズパーフェクトコース

カット シェービング シャンプー

頭皮クレンジング



◆毛穴につまった汚れや
気になるニオイを取り除く！

フェイシャルクレンジング



◆顔の古い角質を落とし
気になるザラつきや黒ずみをケア！

この充実メニューで コミコミ ¥2,808

今ならお得なクーポン使えます！

ご予約不要なので
切りたくなったら
お越し下さい!



店内は広々していて
開放的で
ゆったりできます!



ご要望に合わせて
ハサミで丁寧に
仕上げます!



イン東京

TOTAL GRAND SALON

IN TOKYO

函館市港町1丁目11-18 函館港町ビル101号

営業時間／[月~土]9:00~19:00 [日・祝]8:30~18:30 P有り

TEL(0138)45-4535 年中無休



オプションメニュー Coupon

頭皮クレンジング
白髪ぼかし
白髪染め
オシャレ染め

どれでも1メニュー ¥540引き

※イン東京、当店の理容室でのみ使用可能。 ※他の割引との併用不可。
※1枚につき、何名様でもご利用可能。
※2016年10月末日まで有効。

酸素カプセルBOX［O2コース］



初回~3回まで

60分 ¥1,000



■通常価格
1回《大人》
¥2,500

2名同時に入室可能　高校生までは1回¥1,500にて承ります。

期待できる効果　疲労回復・美容・睡眠不足・眼精疲労など

〈 高気圧環境・高濃度酸素で身体に
より多くの酸素を取り込み細胞を活性化させます。 〉

※BOX内はエアコン完備で自由に過ごせます。ご利用できない
お客様もいらっしゃいますので、予約時に確認させて頂きます。

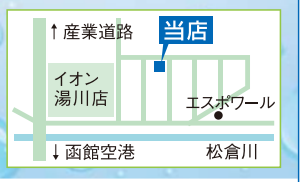
整体［KAOコース］

60分 ¥3,000
（追加10分¥500）

オススメ! **KAO2コース**

酸素カプセルBOX（60分）
+整体（40分）　¥4,000

酸素カプセルBOX（60分）
+整体（60分）　¥5,000



KAO2 かおかお

函館市湯川町3丁目14-23
TEL080-1869-9090［予約制］
営業時間/10:00~20:00（最終受付19:00 時間外応相談）
定休日/火曜日・年末年始他
Email infoo2b@kaokao99.com
U R L http://kaokao99.com

オールハンドの施術を
短期間で学べます

フットケア セラピスト 養成講座



NPO法人日本リラクゼーションフットケア協会は「心身のリラクゼーションと癒しを通して、健康、美容、福祉に寄与すること」を目的とした団体です。「フットケアセラピスト養成講座」では協会独自の技術を丁寧に指導致します。ご参加お待ちしています。

~フットケアセラピスト養成講座日程~

■函館市亀田福祉センター2階第1研修室　申込締切：10/20
10/29(土)　11/5(土)　11/26(土)　12/17(土)
［時間］10:00~15:00（初回のみ16:00まで）
［料金］60,684円（受講料、教材費、修了証書発行料込）

説明会を（体験可）開催します。

［日程］10/15(土)
［時間］15:30~
［会場］函館市亀田福祉センター2階第1研修室
説明会は無料です。
ご希望の方には1,500円にて体験可能です。
参加希望の方はご予約をお願い致します。
日程が合わない場合にはご相談ください。

※料金は各税込です

お気軽にお問い合わせください

日本リラクゼーションフットケア協会公認講師
TEL080-8626-2932（古川）
北斗市本町5丁目10-14

Bridal Esthetique 〈ブライダルエステ〉

あなたの大切な一日を輝かせるために一人一人に合わせたご予算、日数、ご希望にそえてカウンセリングいたします。

ブライダルエステお試し　¥3,000
〔カウンセリング込 90min〕
※挙式まで1ヶ月以上の方に限ります。※マタニティコースもご用意しております。

A or Bコース
どちらかお選び
ください。



Aコース（フェイシャルケア）
オールハンドでトリートメント。透きとおった素肌に･･･デコルテ&ハンドトリートメント付き。

Bコース（バックケア）
気になる脇肉・肩甲骨周りをキュッと引き締め、吹き出物や日焼けの跡を徹底ケア！

ブライダルエステ
無料カウンセリング
受付中！



【PUAMANA PACKAGE MENU】
自律神経の乱れ・リラックス効果大！
○シロダーラ〈90min〉……¥10,000
○リラックスアロマ〈120min〉……¥10,000
アロマボディ→アロマフェイシャル

【OPTION MENU】※単品では行えません。
○腸セラピー〈20min〉……¥3,000
○アーユルヴェーダースチームスパ……¥2,000
○ハーブボール〈20min~〉……¥2,000~

【BODY TREATMENT】
人気急上昇↑↑
○バリニーズボディ〈70min~〉……¥7,000~
アーユルヴェーダの浄化プログラムの1つ。
○アビアンガボディ〈70min〉……¥7,000



【FACIAL TREATMENT】
疲れ肌・アンチエイジングに。。。
○フィジオピーリングトリートメント ¥12,000
しっとり・なめらか肌に
○アルゴマスクトリートメント……¥8,500

【OTHER】
○アロマフェイシャル……¥5,000
○ホットストーンフェイシャル……¥5,000

※その他メニューご用意しております。
※価格は全て税抜き表示です。

infomation　業務多忙のためスタッフ（パート）募集（経験者優遇、正雇用制度有り、福利厚生、海外研修、研修期間~6ヵ月）

DAY SPA PUAMANA
［両店当日予約OK!］
〈大手町店〉函館市大手町6-7 tel/fax: 0138-83-2121
営業時間●11:00~20:00　定休日●水曜日
〈函館テーオー店〉函館市梁川町10-25 6F tel/fax: 0138-84-6113
営業時間●10:00~19:00（最終受付18:00）

Private salon PUAMANA プアマナ本店
http://www.puamana.co.jp

ajna アジュナ ヴィラ&スパ Jimbaran - Bali
ajna day spa アジュナ デイスパ Jimbaran - Bali
http://www.ajnabali.com

2016 道南秋のイベントガイド

旬を迎えた秋の味覚がずらり
ステージショーやイベント、体験を楽しみながら
実りの季節を存分に満喫しよう

※各イベント内容は変更になる場合がございます。

名物の味と歌謡ショー、さまざまな催しで盛り上がる



2016 森町さわらふるさとまつり

9/18(日) 9:00~14:00

■会場／砂原漁港西特設会場
■内容／カジカ汁無料サービス（10:00～数量限定）や特産品の販売、12:00から松原のぶえ、松原健之、峰功治の歌謡ショー。
■問い合わせ／さわらふるさとまつり実行委員会　☎01374-8-2828

町のシンボル・縁桂までの散策会で大自然を満喫



縁桂森林（もりもり）フェスティバル

9/22(木・祝) 10:00~14:30(予定)

■会場／縁桂森林公園
■内容／縁桂まで片道約1kmの遊歩道を歩く散策会をメインに、公園内でジンギスカンセットを購入して味わう昼食会や地場産の農産物販売を行う。
■問い合わせ／乙部町役場産業課　商工労働観光係
縁桂森林フェスティバル実行委員会　☎0139-62-2311

ステージショーや特産品販売を緑溢れる中で



2016 北斗市商工観光まつり in 八郎沼

9/25(日) 10:00~15:30

■会場／北斗市八郎沼公園
■内容／緑に囲まれた八郎沼公園で仮面ライダーショーや歌謡ショーなどのステージ、特産品販売を開催。同市総合分庁舎から無料送迎バスも運行。
■問い合わせ／北斗市商工会　☎0138-73-2408

海が見渡せる会場で盛り上がる餅まきや農水産物即売



江差町産業まつり

9/25(日) 10:00~14:00

■会場／えさし海の駅　開陽丸
■内容／農水産物の展示・即売や、サケのつかみどり、ジャガイモの袋詰めなどを行う。吹奏楽演奏や働く自動車の展示もあり家族で楽しめる。
■問い合わせ／江差町役場　産業振興課商工係　☎0139-52-6717

北海道を代表するグルメや多彩なステージショー ロングランイベントついにクライマックス

北海道おもてなしステーション2016

～11/6(日)までの毎週末
10:00~17:00



北斗市をはじめ道内を代表する飲食店が入れ替わりで出店し、ラーメンやザンギ、スイーツなどが並ぶ「北斗・北海道うまいもん屋台」や、ミニコンサート、カラオケ大会、ビンゴゲームなどさまざまなイベントを開催する「北斗おもてなしステージ」で北海道の食・観光情報を発信。イベント内容の詳細はホームページで随時更新している。

■会場／新函館北斗駅　西側公園
■内容／9月17～19日は北斗市内小中学校が出演する「北斗おもてなし音楽祭」、24日には「第6回　北斗市長杯カラオケ選手権大会予選」を開催。
■問い合わせ／北海道おもてなしステーション2016運営事務局
（株式会社ノヴェロ函館支社内）　☎0138-46-5080
http://hokkaido-omotenashi-station.com

津軽海峡の恵み「松前本マグロ」を味わう



松前城下マグロまつり

9/17(土)・18(日) 各日9:30~15:00

■会場／松城商店街（松前町松城）
■内容／松前マグロの解体ショー、マグロ刺身サクや活アワビの即売会は両日開催。18日は大道芸などのショーイベントも催される。
■問い合わせ／松前商工会　☎0139-42-2339

限定200食！山海の幸いっぱいの名物BBQ



上ノ国町秋の味覚祭

9/18(日) 10:00~14:30

■会場／道の駅　上ノ国もんじゅ
■内容／アワビ、ホッケ、フルーツポークなどの豪華BBQを一皿1,000円（限定200食）で提供。「あわびじゃんけん」や「かたこもちまき」も予定している。
■問い合わせ／道の駅　上ノ国もんじゅ　☎0139-55-3955

八雲の海ならではの産物を味わいに
毎年多くの人が訪れる

やくも大漁秋味まつり

10/23(日)（予定）



毎年10万匹のサケが遡上する遊楽部川など、町内の豊かな自然が育んでいる八雲の海。そこで獲れる海産物を堪能できる人気の祭は、旬のサケ、ホッキ貝、ホタテ貝など特産の魚介類や好評「内浦さけ鍋」の販売をはじめ、親子で楽しめる体験コーナー、ステージが多彩に催される。※イベント詳細は変更の場合あり

■会場／八雲漁港特設会場
■内容／鮭のつかみどりや鮮魚、地元特産品の即売会など。
■問い合わせ／八雲町漁業協同組合　☎0137-62-3101

噴火湾の幸を浜値で提供「売り切れ御免！」の即売会など



第34回 森あきあじ祭

10/30(日) 9:00~11:15

■会場／森漁協購買店舗広場
■内容／旬のサケや水産加工品を浜値で販売。チャンチャン焼きなどの無料サービスやエビすくい、海鮮宝くじも。（内容は漁により変更あり）
■問い合わせ／森漁業協同組合　☎01374-2-2222

新幹線をきっかけに注目の町、木古内の産物が集まる



木古内町 ふるさと産業まつり

11/3(木・祝) 9:30~12:30（予定）

■会場／みそぎ公園
■内容／木古内町の農林水商業が結集。新鮮な山の幸、海の幸格安販売や、特産品などが当たるイベントで賑わう。
■問い合わせ／木古内町役場　産業経済課水産商工グループ（水産商工担当）
☎01392-2-3131

サケと触れ合い、サケを味わう、サケづくしのイベント



北斗市茂辺地 さけまつり

11/3(木・祝) 9:50~14:00

■会場／茂辺地川下流特設会場
■内容／毎年大盛り上がりのサケのつかみどりやサケ鍋の振る舞い、豪華景品が当たる大抽選会を開催する。
■問い合わせ／北斗市役所内　北斗市茂辺地さけまつり実行委員会事務局
☎0138-73-3111

町の自慢、山海の恵みを楽しむ味覚祭



第32回 福島町カントリーフェスティバル

10/2(日) 10:00~15:00

■会場／青函トンネル記念館駐車場
■内容／新鮮な魚介類や野菜の販売など秋の味覚がいっぱい。餅まきや「ちびっこ餅つき大会」などの参加型イベントは毎年大好評。
■問い合わせ／福島町観光協会　☎0139-47-3004

特産品販売や飲食ブースで上ノ国グルメを堪能



第35回 上ノ国町産業まつり

10/2(日) 9:00~14:00（予定）

■会場／上ノ国町役場前駐車場
■内容／新米や鮮魚の格安販売、水産物の模擬競りを予定。三平汁やサケのちゃんちゃん焼き、てっくい天ぷら・天丼（予定）など飲食ブースも充実。
■問い合わせ／上ノ国町商工会内 上ノ国町産業まつり実行委員会
☎0139-55-2121

駒ケ岳の裾野、3町の特産品が一堂に
大沼湖畔の自然をバックに味わえる

環駒 秋の味覚市

10/22(土)・23(日)
10:00~15:00



駒ケ岳を擁する七飯町・森町・鹿部町の「環駒エリア」で生産された秋の味覚を集めた食のイベント。森町のもち米を使った「いかまんま」や鹿部町のタラコ、七飯町のコーンスープなど、それぞれの町自慢の食材を使った屋台が並ぶ。1年のうちで最も空気が澄むという秋の大沼湖畔で、雄大な自然を感じながらお腹もいっぱいにできる。

■会場／大沼国定公園広場内特設会場
■内容／七飯町、森町、鹿部町の農産物と水産物、各町自慢の味覚を集めた販売コーナーなど。
■問い合わせ／環駒ケ岳広域観光協議会事務局（鹿部町観光商工課）
☎01372-7-5293

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

くるマック clemac 函館店

要らなくなったお車、安心買取りします。

格安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

高価買取中!



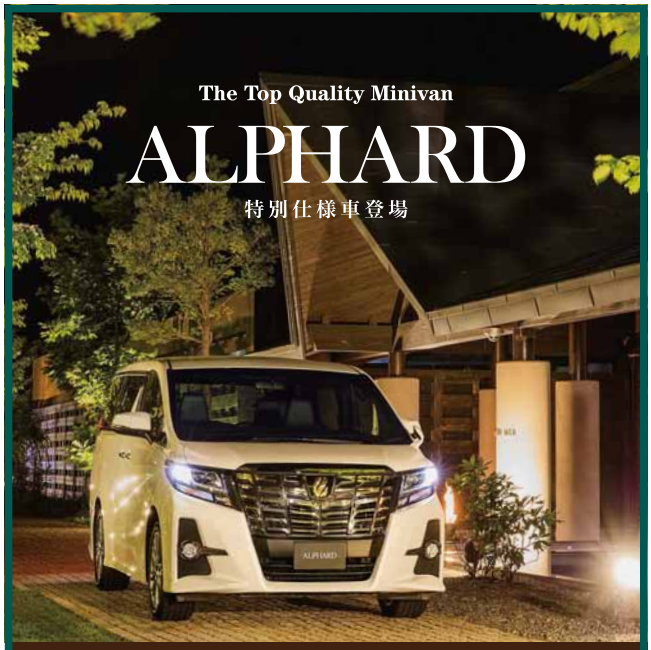
- 解体車
- 廃車
- 動かない車
- 旅先での故障・事故車
- 車検切れ車
- 事故車

☎0138-49-5488
48-2188

函館市西桔梗町818-17 リサイクル券取扱店

インターネットでも お見積りできます! http://www.clemac.com

※お客様の個人情報等を厳密に管理しています。



■アルファード 特別仕様車S"Aパッケージ・TYPE BLACK"(7人乗り・FF) 車両本体価格／3,963,011円

車両本体価格帯 ■ハイブリッド車／4,162,418円~7,062,611円 ■ガソリン車／3,249,622円~6,742,538円

Photo:特別仕様車S"Aパッケージ・TYPE BLACK"(7人乗り・FF)[ベース車両はS(7人乗り・FF)]。ボディーカラーのラグジュアリーホワイトパールクリスタルシャインガラスフレーク(086)はメーカーオプション(32,400円)。

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 ■定休日／第一月曜日・毎週火曜日

■営業時間／9:00~17:30 お客様相談テレフォン フリーコール 0120-46-2141

●ホームページ www.hakodate-toyopet.jp

※車両本体価格はバンク修理キット、タイヤ交換用工具付の価格です。※税金(消費税を除く)・保険料・登録等に伴う諸費用は別途申し受けます。※リサイクル料金が別途必要となります。

クルマと、つぎの楽しみを。 TOYOPET

オートボーイの画期的なカーリースシステム!!

とってもお得!! かりちゃおうかな!

\毎月定額/ ワンコインリース

なんとワンコイン!

1日あたり500円から

1ヶ月で15,000円程度の格安リースです。



フラット500 リース車輌例

平成17年式
パッソ 1000 X
シルバー・AT・フル装備
車検期間:1年2ヵ月
(リース期間14ヵ月)



1日あたり 500円



毎月定額 フラット500

「フラット500」はこんな方にオススメです!

仕事で数ヶ月だけ車が必要! / 車検費用・税金などの出費を抑えたい! / とにかく安い中古車に乗りたい! / 安い中古車を買って壊れるのが心配!

車買取専門店のオートボーイだからできる!

おすすめポイント1 厳選優良中古車を格安で!

全道で買取した多くの車輌の中から、年式が古かったり、走行距離が多めでも車検があり、まだまだ元気に走行できる車輌を厳選してご提供いたします。

おすすめポイント2 安心のサポート&メリット

●自動車税・自賠責保険・車検代・リサイクル券など一切の費用が含まれます。
●リース期間中に車が故障し修理費用が多額の場合は、お車の返却でOK。

おすすめポイント3 約3ヶ月~2年の短期リース

通常、自動車のリースは4~5年程ですが、「フラット500」は在庫車輌の車検残期間に合わせ3ヶ月程度から、車検新規の場合2年までの短期で自由設定でき、通勤・通学用、短期出張などお気軽にご利用頂けます。

※ご利用には納車、登録などの初期費用が別途必要となります。

車買取り&販売情報ネットワーク

AUTOBOY オートボーイ函館店

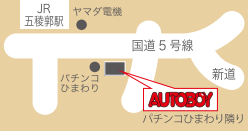
あなたの愛車、高価買取り致します。

●うれしい高価現金買取り ●10分間のスピード査定 ●全道どこでも無料即日訪問 ●査定&手続きすべて無料

☎0138-42-7333

函館市昭和2丁目13番6号 営業時間/10:00~19:00 年中無休

詳しくはホームページへ・・・ http://www.autoboy-cars.com



NISSAN
Innovation that excites
函館日産

NEW! SERENA

新型セレナ誕生！

一歩先いくミニバンが、家族をもっと面白くする。

とことん BIG!

ますます広くなった
広々室内空間



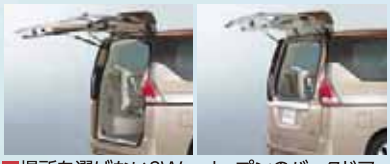


とにかく EASY!

すべての人が実感できる
使いやすさと運転のしやすさ



■触れずに自動開閉のスライドドア



■場所を選ばない2Wayオープンのバックドア

とっても FUN!

運転をもっと楽しくする
プロパイロット



同一車線自動運転技術「プロパイロット」※

「プロパイロット」※は
渋滞時や長時間の運転をサポートします。
ドライバーのストレスを減らし、
運転も家族との時間も、もっと楽しく。



Photo:セレナ ハイウェイスター　プロパイロットエディション
ボディカラー　マルーンレッド／ダイヤモンドブラック2トーン〈特別塗装色〉

ここが凄い!!

●4WDでも広々ゆったり!

●4WD車にハイブリッド搭載!

スマートでシンプルなハイブリッドは、コンパクトなメカニズムで低燃費。

NEWセレナ

セレナB		セレナ ハイウェイスター プロパイロットエディション
2WD／5ドア2000	～	4WD／5ドア2000
車両本体価格 2,356,560円		車両本体価格 3,176,280円
(消費税抜き価格2,182,000円)		(消費税抜き価格2,941,000円)

さらに楽しく充実させる ディーラーオプション

ナビMM516D-L
(9インチ大型モニター
メモリータイプ)
9インチワイドの大型モニター



新型セレナ発売記念 ご成約プレゼント 9月末まで

レギュラーガソリン 200ℓ または お米60kg

※日産リーフ・商用車・営業車、軽自動車をご成約の方は対象外となります。※ハイオクガソリンを入れる場合はレギュラー換算となります。
※プレゼントは指定ガソリンチケットとなります。※お米プレゼントはふっくりんこ（小売価格換算）のお米券となります。



※プロパイロットは高速道路や自動車専用道路で使用してください。プロパイロットはドライバーの運転操作を支援するためのシステムであり、自動運転システムではありません。安全運転をおこなう責任はドライバーにあります。●わき見運転やぼんやり運転などの前方不注意および雨・霧などの視界不良による危険を回避するものではありません。先行車との車間距離、車線内の位置、周囲の状況に応じてアクセル、ブレーキ、ハンドルを操作するなどして、常に安全運転を心がけてください。●システムの能力には限界がありますので、システムだけに頼った運転はせず、常に安全運転を心がけてください。●プロパイロットの操作方法や重要な注意事項などが記載されていますので、ご使用前に必ず取扱説明書をお読みください。

試乗車あります　詳しくは各販売会社のカーライフアドバイザーにお問い合わせください。

NISSAN　函館日産

本社 〒041-0802 函館市石川町60番地 ☎0138-34-2323
フリーダイヤル 0120-22-8623

■石川店 ☎0138-46-3211　■神山店 ☎0138-51-1123　■八雲店 ☎0137-62-3125　■江差店 ☎0139-53-6324
■亀田本町店 ☎0138-42-8541　■森店 ☎01374-2-4123　■北桧山店 ☎0137-84-5643

※車両本体価格には付属品は含まれていません。※税金(消費税は除く)・リサイクル料金・保険料・登録等に伴う諸費用は別途申し受けます。

車 WINDLESS

乗用車・商用車・トラック!何でもOK!!

他社見積もりよりも高く買取ります!

下取り価格 それで本当に満足ですか?

査定士による安心の迅速・無料査定

査定▶お見積もり▶ **即現金渡し!!**

※必要書類が揃っていることが条件です。

今、この車この値段で買取りいたします!

H20～ヴェルファイアZ 買取り額 210万円～ 走行によって価格は変わります。

H20～ヴォクシーZS 買取り額 130万円～ 走行によって価格は変わります。

H00～プレミオFF 買取り額 140万円～ グレードによって価格は変わります。

有限会社 ウィン エンドレス

お気軽にお電話下さい

☎48-0605

函館市西桔梗町852-3
FAX 0138-48-0655
営業時間/10:00～18:00 定休日/火曜日

産業道路
←大野新道
●函館中央自動車学校
●ラウンド1
ハセガワストア●
セブンイレブン●
★

クルマのことなら何でもお気軽にご相談ください!

オイル　バッテリー　タイヤ
点検・修理　車検　鈑金・塗装

函館自動車工業(株)

BRIDGESTONE Concord & Tireshop CT&T カーケア&タイヤショップ

☎0138-22-1171

年中無休

営業時間／8:30～18:00

営業内容 国産・輸入車全メーカーの新車、中古車販売及びリース
車検、定期点検、一般整備、鈑金塗装、タイヤ・用品販売

〒040-0064 函館市大手町3-15
FAX 0138-27-5162

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。

燃費性に優れている おすすめ ハイブリッドシリーズ

三菱

DELICA D:2
デリカD:2 HYBRID MZ 2WD

■1.2L DOHC 16バルブ ■2WD ■CVT
■オートストップ&ゴー(AS&G) (コーストストップ機能付)

車両本体価格 193.32万円(税込)



Photo:デリカD:2 HYBRID MZ
◎ボディカラー:ピュアホワイトパール(有料色 2.16万円)

DELICA D:2 CUSTOM
デリカD:2 CUSTOM HYBRID MV

■1.2L DOHC 16バルブ ■2WD ■CVT
■オートストップ&ゴー(AS&G) (コーストストップ機能付)

車両本体価格 196.344万円(税込)



Photo:デリカD:2 CUSTOM HYBRID MV
◎ボディカラー:ファーベンレッド/ブラック2トーンルーフ(有料色 4.32万円)

デリカD:2ハイブリッドは車両本体価格 178.74万円 税込(HYBRID MX 2WD)からご用意しております

駆動方式 2WD 燃費 27.8km/L 燃料消費率*(国土交通省審査値) JC08モード

駆動方式 4WD 燃費 23.8km/L 燃料消費率(国土交通省審査値) JC08モード

スズキ

アグレッシブ・コンパクト
新型 IGNIS 誕生

コンパクトカーの使いやすさとSUVの走行性能をひとつにして、新発想のクルマが誕生しました。

NEW

SUZUKI GREEN Technology
IDLINGSTOP
eco-COOL TECT



Photo:イグニス HYBRID MZ ボディーカラーはファーベントレッド

マイルドハイブリッドを全車に搭載。

燃料消費率(国土交通省審査値) JC08モード
28.0km/L* HYBRID MZ 2WD車 HYBRID MX 2WD車
28.8km/L* HYBRID MG 2WD車

イグニス HYBRID MZ 1200 5ドア・5人乗り 2WD CVT車
車両本体価格(消費税8%込) 164.16万円*

●4WD CVT車は177,876万円★(消費税込み)
●セーフティパッケージ装着車は9.72万円高(消費税込み)
●全方位モニター付メモリーナビゲーション装着車は14,256万円高(消費税込み)
●ブラック2トーンルーフ仕様車は4.32万円高(消費税込み)
●ピュアホワイトパール ブラック2トーンルーフ仕様車は6.48万円高(消費税込み)
●ピュアホワイトパール プレミアムシルバーメタリック塗装車は2.16万円高(消費税込み)

*燃料消費率は定められた試験条件での値です。お客様の使用環境(気象、渋滞等)や運転方法(急発進、エアコン使用等)に応じて燃料消費率は異なります。
★消費税について:表示価格は現行税率(8%)に基づき表示しております。●リサイクル料金が別途必要となります。車両本体価格はタイヤパンク応急修理セット・ジャッキ付で、保険料、税金(除く消費税)、登録・届出等に伴う費用および付属品価格は含みません。
●掲載写真の色は印刷のため実際と異なる場合があります。

三菱 スズキ

【函館中央店】
函館市石川町15-1
☎(0138) 46-3111
至札幌 国道5号線 函館新道 トイザらス ケーズデンキ 至北斗 産業道路 至湯の川 ENEOS 函バス 昭和営業所

スズキアリーナ石川
函館市石川町2-20
☎(0138) 46-3115
・クリーンカー石川(中古車センター) ☎(0138) 34-2300
・ボディーショップ函館(板金・塗装工場) ☎(0138) 46-3111

【大野新道店】
北斗市清水川142-20
☎(0138) 77-1111
スズキアリーナ大野新道
☎(0138) 77-1155
産業道路 至桔梗 ハセガワストア 大野新道 ココイチ 函館支店 至大沼

【八雲店】
二海郡八雲町東雲町106-1
☎(0137) 62-3111
八雲駅 エネオス マックスバリュ 八雲総合病院 バイパス5号線 至札幌

【江差店】
桧山郡江差町伏木戸町571
☎(0139) 53-6111
江差店 イロエロプ 至江差市街 国道227号線 至函館 江差脳神経外科クリニック

函館中央三菱自動車販売(株)
http://hakochu-mitsubishi.jp

道南スズキ販売株式会社
http://s19209951.suzuki-dealers.jp/(アリーナ大野新道)
http://sw0032981.suzuki-dealers.jp/(アリーナ石川)

全店定休日 火曜日

SOMPO ホールディングス | 保険の先へ、挑む。

損保ジャパン日本興亜

保険の
先へ、挑む。



損保ジャパン日本興亜はSOMPOホールディングスの一員です。

損害保険ジャパン日本興亜株式会社
〒160-8338　東京都新宿区西新宿 1-26-1
Tel.03(3349)3111　http://www.sjnk.co.jp

カーファクトリー



クルマのご用命は

初年度登録年月により重量税が異なります

スーパー車検

■軽自動車 ……… ¥44,090～
■小型乗用車 (1t以下) ¥55,360～
■中型乗用車 (1～1.5t) ¥63,560～
■大型乗用車 (1.5～2t) ¥71,760～

交換部品発生時は追加の承諾に基づいて作業を進めさせて頂きます。

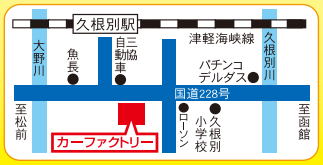
板金塗装見積もり無料!!



いつでもご相談下さい。

TEL(0138) 73-1366 FAX(0138)73-1367

北斗市東浜1丁目17番51号
営業時間／
平　日 8:30～19:00
土曜日 8:30～17:30
定休日／日曜日・祝日



MAINICHI 新聞日 × 毎日小学生新聞

毎日ファミリーセット

通常4,673円↓

毎日新聞 月極め定価 3,093円 ＋ 毎日小学生新聞 月極め定価 1,580円 ＝ セット価格 4,173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。



他紙より安い!

ニュースと学習記事が満載　読み解く力・考える力がつく

毎日小学生新聞

タブロイド版　定価1ヶ月1,580円　1部60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。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！

毎週金曜日掲載の「教えて！池上さん」
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!

ご購読・試読の申し込みは（毎日新聞・スポニチも！）

ヨムハ 0120-468-012 マイニチ



町の魅力を探しにぶらり

函館散歩

［田家町］

文・写真：坂井　悠香

長く親しまれてきた店を訪ね残暑をめいっぱい満喫する

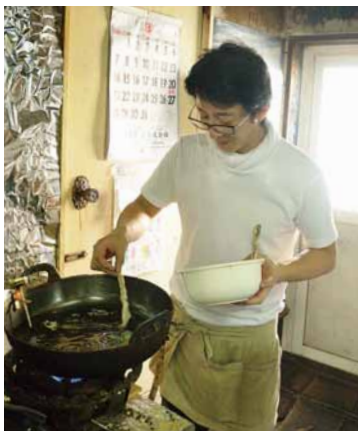
今年3月に68年の歴史に幕を閉じた大川中学校向かい、ピンク色の「花」ののぼりが目印の**「フラワーガーデン キムラ」**では花や野菜、観葉植物などの苗や鉢植えを種類豊富に販売している。4棟が並ぶハウスの1つをのぞくと、店主の木村義勝さんがすでに来年出荷する花たちの準備をしていた。これからの季節には寒さや霜にも強く、白やピンク、赤などに色づく葉牡丹がおすすめだという。木村さんが手塩にかけ育んだハウスいっぱいに咲き誇るベゴニアやニチニチソウなど色とりどりの花に癒された。





ボールを打つ音が軽快に響く**「イチイバッティングセンター」**へ。的当てゲームのストラックアウトを含め10打席が並び、ボールの速度は女性や初心者におすすめの低速から中・高・超高速の4段階。午後11時頃まで営業しているため、仕事帰りのサラリーマンの姿も多いという。20球200円と始めやすい価格設定のうえ、木曜日は女性1ゲーム無料の「レディースデイ」や金曜日はカップルで来店すると次回以降使用できる無料券をプレゼントする「カップルデイ」など曜日ごとにお得なサービスもあるので気軽に挑戦してみては。

田家市営団地近く、整骨院や青果店が立ち並ぶ商店街の中で看板を掲げる**「そば処みのや」**は湯の川店とここ田家店の2店舗があり、田家店は大将、市島豊蔵さんとその息子、修さんを中心に切り盛り。豊蔵さんの「そばがあまり好きじゃない人でも食べられるように」との思いから創業以来、爽やかな抹茶が香る茶そば専門店。鮮やかな緑色が目にも美しい麺は喉越しが良くつるりとした食感で、無くなり次第追加で打つため、いつでも打ちたてが味わえる。一番人気の「天ざる」（1200円）の天ぷらはエビ3本にキスやナス、シュンギ









あたたかな笑顔が溢れる昔ながらの商店街は憩いの場

汗を流しに、公衆浴場**「田家の湯」**ののれんをくぐると、店主の木村さんが番台に立ち笑顔で迎えてくれた。火災により一度閉店を余儀なくされた同店が、住民の熱望により昨年10月再オープン。昔ながらの銭湯の趣を残し市民



ク、ピーマンと豪華な顔ぶれで時間がたってもカリカリ食感が嬉しく、麺の盛りも良いためしっかりとお腹が満たされた。



の交流の場になればと、2種類の浴槽の中は仕切りを少なく深めに設定。片方は香りが週替わりで楽しめる薬湯で、この日の「ひのき」ほか、ユズやブルーベリー、草薬、漢方などさまざま。湯温は体の芯までしっかりと温まる42.5℃。お風呂上りには懐かしいシャーベットや牛乳で喉を潤すのも銭湯の醍醐味。

涼しい風が吹きはじめ秋の到来を感じながら子どもの笑い声が響くどこか懐かしさが漂う町へ



夕飯の材料を求め**「お肉のつしま」**へ。ここは木古内町で育まれるはこだて和牛を市内で店頭販売する数少ない店。平成6年頃「はこだて和牛」ブランドが立ち上がった際、「地元の人に地元の美味しいものを食べてほしい」という思いから販売を開始したという。やわらかい肉質でしっかりと味わいがある赤身と、あっさりとしたサシが特徴で、冷凍せずに生での販売にこだわる。「函館で一番のお肉屋さんだよ」と肉を手にし笑顔で話す常連客も。店主の對馬さんが自信を持って薦めてくれた牛肉で、今晩は奮発してすき焼きを囲みたい。



1. フラワーガーデン キムラ
函館市田家町20-13　☎0138-43-9519　8:00～18:00　無休　P有り

2. イチイバッティングセンター
函館市田家町16-21　☎0138-45-3094
9:00～23:00（日曜、祝日は22:00まで、10月21日以降は10:00～22:00、天候による変更有り）
無休（11月末～3月末は冬期休業）　P有り

3. そば処みのや　田家店
函館市田家町2-13　☎0138-41-2167　☎11:00～20:00
月曜定休　P有り

4. 田家の湯
函館市田家町5-11　☎0138-42-1126　14:00～23:00　水曜定休　P有り
大人（中学生以上）440円、小学生140円、未就学児無料

5. お肉のつしま
函館市田家町12-13　☎0138-45-1763　11:00～19:00
水曜定休（月・火曜は予約営業）　P有り



おたから本舗 函館昭和店

古物商許可　北海道公安委員会　第112010001067号

金・プラチナ 貴金属

まだまだ高値で取引中!!

不要になった金・プラチナ製品ございませんか?
古いものでもOKです。ぜひお持ちください。



12万円以上で買取ました!!

天皇陛下御即位10万円金貨

使わなくなった指輪

壊れた金縁メガネ

取れてしまった金歯

※相場により金額は変わります。

額面の最大85%で買取

普通切手・記念切手・中国切手
ハガキ・レターパック



まとめてお持ち頂くと更に査定額アップ!!

切手は郵便局でも現金化することはできません。

※切手の種類や状態によって買取率が変わります。

ブランドバッグ 小物・アクセサリー

新品だと更に査定額アップ!!



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

ダイヤモンド ジュエリー・色石

当店では鑑定書が無くても高額買取!!
ダイヤモンド・ジュエリーは鑑定力で買取額に相当な差がつきます



ブランドジュエリーは更に**査定UP**します!!

ブランド時計

比べてください 高額査定!!



人気のロレックス、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。

象牙 買取します

環境省・経済産業省特定国際種事業者 T-1-01-00572

象牙は年月が経過すると**劣化**が進みます。
劣化した象牙は
極端に価値が下がります。
※ひび割れ、ささくれなどが出てからでは遅いのです。
売却、処分をご検討の方はお早めに!!



刀剣 買取します



太刀・刀・脇差・短刀・やり・なぎなた
鍔・刀装具・武具

出張買取
郵送買取
遺品整理

買取品目

洋酒・古酒・切手・商品券・テレカ・中国切手・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

ジャンルを問わず買い取りいたします。まずはお問い合わせください。

[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

おたから本舗 函館昭和店

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(ユニクロ・ゼビオ側)出口向いレモンイエローの建物1階です(桐花通沿い)】
古物商許可　北海道公安委員会　第112010001067号

営業時間／10:00 ▶19:00 不定休

ホームページ http://otakarahonpo.biz

0120-55-1723（ゴーゴー イーナ ニイサン）



鑑定の違いで数千円・数万円・数十万円の差がでる事が多々ございます。(物によります)
ご面倒でも最後にお立ち寄り下さい。

B 綾鷹 にごりほのか
525ml PET　1ケース（24本入り）



3名様

急須で入れたような緑茶本来の“にごりのある色味”と“舌に旨みが残るふくよかな味わい”を実現した、ワンランク上の本格的なお茶「綾鷹」は創業450年の老舗茶舗「上林春松本店」の協力を得て開発。「にごりほのか」は苦み・渋みを抑えた、すっきり爽やかな味わいです。

■提供／北海道コカ・コーラボトリング株式会社 ☎011-888-2091

A ブラックニッカリッチブレンド
700ml



3名様 ※応募は20歳以上の方限定

シェリー樽で熟成を重ねたモルトウイスキーと樽熟成したグレーンウイスキーを使用したブレンデッドウイスキー。スムースな口当たりと、飲みやすさの中にもコクがしっかりと感じられる味わいが特徴で、甘くやわらかい樽の香りと、フルーティーで華やかな香りが広がります。

■提供／アサヒビール株式会社北海道統括本部 0120-011-121（お客様相談室）

C メルシャン　ギュギュッと搾ったサングリア 白ワイン×ライチ&パッションフルーツ&レモン
500ml　2本セット



5名様 ※応募は20歳以上の方限定

みずみずしい果実のおいしさが楽しめるワインベースのお酒「ギュギュッと搾ったサングリア」シリーズの累計販売本数200万本突破を記念し、新商品をプレゼント。フルーティーでリッチな果実感に加え、トロピカル感あふれる華やかな香りと爽やかな甘さが楽しめます。

■提供／キリン株式会社　☎0120-676-757（メルシャンお客様相談室）

D じっくりコトコトこんがりパン コーンポタージュ
1箱（6カップ）



3名様

今年発売から20周年を迎える「じっくりコトコト」ブランド。人気の「コーンポタージュ」は、あらびきコーンを10%増量し、コーン素材の甘みと旨みをより感じる濃厚な味わいのスープへリニューアル。スープがパンにじゅわ〜っと染み込んだ美味しさが楽しめます。

■提供／ポッカサッポロ北海道株式会社　http://www.pokkasapporo-fb.jp/hokkaido/

E 電子音目覚まし時計
（青・赤・緑）



3名様 ※色の指定はできません

技術と親切をモットーに時計修理一級技能士がクォーツ・昔の古い手巻き・自動巻から柱時計まで修理してくれる函館市堀川町の「寺田時計店」。写真入りの時計も製作し、写真1枚あれば、さまざまな加工に対応してくれるので、家族との記念や贈り物におすすめです。

■提供／寺田時計店 ☎0138-53-0145

F JOC／JPC公式ライセンス商品 キャラクターデザインシリーズ トートバッグ（JPCモデル）



Characters ©Tezuka ©T・P・T ©U/F・S・A・A ©O/S・F・T ©K S/S・T・P ©LYW ©B/S・F・T ©A・T

3名様

国内外で人気と知名度を誇るキャラクターが、オリンピック・パラリンピック日本代表選手団を応援するため集結したかつてない商品「キャラクターデザインシリーズ」。東京2020オフィシャルオンラインショップや全国の量販店、コンビニエンスストアなどで販売中です。

■提供／東京2020ライセンシング事務局

PRESENT
ハコラク読者プレゼント

応募方法

プレゼントにご応募される方は、下記アンケートにご回答いただき、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、官製はがき、またはホームページよりご応募ください。

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）
函館新聞社広告局ハコラク編集部
「ハコラク10月号プレゼント」係

ホームページ http://hako-raku.jp

アンケート

Q1 本号で面白かったコーナーと、その理由を教えてください。

Q2 今後取り上げてほしいテーマはありますか。

Q3 本誌に対するご意見・ご感想を自由にお書きください。

■応募締切：平成28年10月5日必着
■発表：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。あらかじめご了承下さい。
■個人情報はプレゼントの発送にのみ使用します。

“dZi beads”

2500年前より伝わるお守り“天珠 てんじゅ”

パワーストーンという言葉では収まりがつかない神秘のお守りは、同じものが2つとありません。その神秘的な天珠の魅力により、太古の人々から現代に生きる私達まであらゆる人々にとっての大切な「お守り」として受け継がれています。

数量限定 -Limited item-

亀甲長壽天珠 きっこうちょうじゅてんじゅ



無病息災・吉事招来・長命百歳

病気や事故から身を守り、長生き出来ると言われている亀甲長壽天珠に、愛と癒しの象徴のローズクォーツと、金運アップ、交友関係向上に効果的と言われているレモンクォーツなどを組み合わせた限定ブレスレットです。

Special Price ¥16,000(税抜)

9月1日(木)より、ザ・グリーンターラ オフィシャルHPに、フラッグショップノルベサ店の情報を随時更新中！特別なイベント情報や商品についてなど詳しく配信いたしますので是非ご覧ください。

ザ・グリーンターラ オフィシャルHP

www.greentara.jp

ザ・グリーンターラでは80種類以上の天珠を取り扱っております。



店内には、アクセサリーや天然石の他にも、ハワイ・セドナ・サンタフェなどの国内では入手困難な人気アイテムも数多く取り揃えております。

オーダーメイドも承っております。お気軽にご相談ください。

プライスリスト ※全て税抜価格です

天然石ブレスレット ¥3,800～ お香 ¥80～
天然石 ¥1,500～ 天珠 ¥6,600～

Oracle Cards オラクルカード

悩み事があるとき
迷ったとき
現状を変えたいとき…etc



オラクルとは、『神託』『啓示』『予言』を意味し、今あなたにとって必要なメッセージを届けてくれる美しく、不思議なカードです。タロットカードとは違い、吉凶を占うものではないので1人ではどうしても答えが見つけられないときにアドバイスをくれる不思議なカードです。

各¥3,000(税抜)

The Green Tara
ザ・グリーンターラ
www.greentara.jp

TEL: 0138-40-8111
函館市港町1丁目2-1ポールスターショッピングセンター1F
営業時間 10:00～21:00

「ハコラク見た!」でホワイトセージ※プレゼント
有効期限：2016/10/16まで
先着30名様限定
※天然石や空間の浄化に最適!!リラックスしたい時にもお使いください。

九星気学占い

9/15［木］→10/16［日］の運勢

レディース占い専科〈運勢アドバイザー〉山﨑 藍生 先生
函館市宝来町11-7（サッポロドラッグストアー宝来店向かい）
☎0138-23-0661 10時～15時 ※予約制・時間外は応相談

一白水星

昭和11.20.29.38.47.56　平成2.11.20年生まれ

運気は上昇の気配。
自信満々の言動は禁物です。

責任ごとは優先順位を決めて、ベストを尽くせば必ず結果がついてきそう。信念を持った行動をすれば人の心を動かし、無から有を生むことにも。調子に乗った言動は×。

●ラッキーカラー［水色］●吉方［南、西北］

二黒土星

昭和19.28.37.46.55　平成1.10.19年生まれ

意地や欲を出さなければ成果を
上げられそう。良い話や情報も。

自分を甘やかすと損するとき。公明正大を心掛け、何事も前向きに。目の前の利益よりも常に将来へ向けての目標を基本として動くこと。周囲の意見を大切に。

●ラッキーカラー［紺］●吉方［北］

三碧木星

昭和18.27.36.45.54.63　平成9.18年生まれ

背伸びをしなければ平穏無事。
見込みのないことに手出ししないこと。

現状維持が精いっぱい。理性と感受性のバランスが崩れ、ピリピリしそう。何事にもムキになったり、もめごとに頭を突っ込み過ぎて落ち込んだら大変。心の潤い大切に。

●ラッキーカラー［黄緑］●吉方［北西］

四緑木星

昭和17.26.35.44.53.62　平成8.17年生まれ

実績は信頼の積み重ね、
漠然と時間を費やさぬこと。

何事も腹を割って話し合えば解決する強運期。行き詰まった問題も先輩や上司の力を借りて打開。時間と自分の可能性を無駄にしないこと。時は金なりと心得て。

●ラッキーカラー［白］●吉方［南東］

五黄土星

昭和16.25.34.43.52.61　平成7.16年生まれ

楽しみが多いとき。
旅行や会食で大いに活力を補給して。

対人関係をより大切にしたいとき。多少の交際費は覚悟すればまいた種は後で必ず生きるでしょう。特に旧友から良いヒントを得てツキが回ってきそう。聞き上手になろう。

●ラッキーカラー［黄土色］●吉方［南、北］

六白金星

昭和15.24.33.42.51.60　平成6.15.24年生まれ

感情的になると損をします。
常に冷静さを失わないで。

基本に忠実に、何事も冷静に行動を。厄介ごとや残務整理を頼まれたりしたら、貸しを作る気持ちで引き受けてあげて。何らかの形で自分に返ってきます。

●ラッキーカラー［ピンク］●吉方［東南、南、北］

七赤金星

昭和14.23.32.41.50.59　平成5.14.23年生まれ

見た目よりも中身を大切に。目標を
しっかり持ってマイペースに行動を。

フットワークが運気上昇のカギ。知識の吸収や勉強には思いがけない効果も。自分の計画に自信と責任を持てば大きな進歩も。忙しくとも充実、遊びも積極的に。

●ラッキーカラー［赤紫］●吉方［南東］

八白土星

昭和13.22.31.40.49.58　平成4.13.22年生まれ

公私ともに困難の暗示。
大きく羽を伸ばすより、処世術を勉強して。

何事にも困難が付きまとうとき。油断大敵の苦労の時期ではありますが、周囲の動きを把握するには絶好のタイミング。処世術を学び、興味のあることは貪欲に追求を。

●ラッキーカラー［ベージュ］●吉方［南東］

九紫火星

昭和12.21.30.39.48.57　平成3.12.21年生まれ

整備運。先輩の知恵を借りて
何事も丁寧に取り組みましょう。

ひと息つける準備のとき。堅実に動き、謙虚な気持ちが何事も前進させそう。年長者を大切にすれば好機も訪れ、慣れたことも丁寧に取り組めば人望も集まります。

●ラッキーカラー［茶］●吉方［北西］

※前半…9/15～9/30　後半…10/1～10/16
※1/1～2/3までに生まれた人は、前年の九星になります。

九星気学（きゅうせいきがく）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」の五行の相性を組合わせた占術。



次号予告

次号11月号は、10月17日（月）発行予定です。

［特集］ 函館・道南 美食と愉しむ紅葉散策

昼夜の寒暖差が増すごとに木々が色づき深みを増す紅葉
道南では例年10月中旬から11月上旬にかけて見頃を迎える
次号では函館公園や香雪園、大沼公園などの名所と
鑑賞後に立ち寄りたいグルメスポットを紹介する

［企画特集］ ラーメンの名店・秋 この一杯

少し肌寒さを感じ、体に染み渡る熱々のスープが恋しくなる季節
新作から看板メニューまで、ダシ、麺、トッピングにこだわった各店自慢の一杯を紹介する

※内容は予告なく変更になる場合がございます。

HAKO RAKU
［ハコラク］
10 2016 OCT No.90

編集人 工藤 貴志
編集部長 佐藤 史子
編集スタッフ 坂井 悠香
大槻 和央
クリエイティブディレクター 古谷 竜彦
ウェブディレクター 牧野 浩一
校正 渡部 貴子
上村 恵
西村 勇丞

広告 佐藤 純
福田 康紀
畑 匠児
狩野 雄太
鳥越 裕子
池田 由佳
松本 宏美
若松 成子
鈴木 真代
磯野 綾子
福岡 裕子
高谷 美紀

発行／函館新聞社広告局 函館市港町1-17-8 ☎0138-40-5151
配布エリア／渡島・桧山管内　発行日／2016年9月15日　印刷所／凸版印刷北海道事業部

※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2016年9月15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。

［配布・設置場所］

■函館新聞購読者（一部除く）
■函館新聞電子版購読者
■ローソン各店
■サンクス各店
■セラーズ各店（一部除く）
■函館市中央図書館
■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
■北海道銀行各支店
■北洋銀行一部支店
■函館信用金庫本・支店
■渡島信用金庫本・支店
■江差信用金庫本店・函館支店
■青森銀行一部支店
■北陸銀行各支店
■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
■加藤栄好堂全店
■北文館
■文教堂湯ノ川店・桔梗店
■BOOKOFF各店（一部除く）
■シネマ太陽函館
■函館山ロープウェイ
■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）
約800店

●本誌内容をデジタルブックでご覧頂けます
［ハコラクWEB］ http://hako-raku.jp

名産市場 今月の逸品

函館朝市　船岡商店
海鮮セット［B］
【送料無料】
素材の旨味をそのままに薄口醤油で仕上げた
いくら、脂ののった厚みのある身の開きシマほっけ、
獲れたての鮮度が良い状態で施塩した紅鮭を
セットにした送料無料のお得なセット。



内容量／甘塩紅鮭切身（半身）・
いくら醤油漬（250g）・開きシマほっけ（2枚）
販売価格 9,490円（税込）

インターネットショッピングモール 名産市場 MEISAN ICHIBA
名産市場 検索
http://www.meisanichiba.jp
※［名産市場］はインターネットのみの販売となります。※電話でのご注文、カタログ請求等はお受け致しかねます。
函館新聞社 広告局デジタルメディア部 函館市港町1-17-8 TEL0138-40-5151 FAX0138-40-6161

「みどり」からはじまる うるおいのある生活。









青森産ヒバ材を使用




ガーデニング用品
各種取り揃えております。
まずは当社へご連絡下さい。



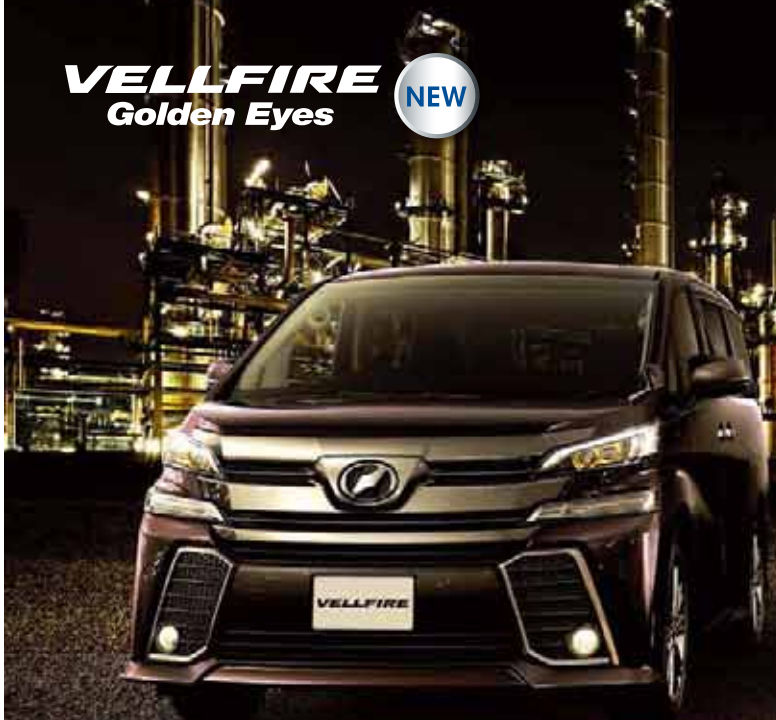
営業品目
- ウッドデッキ製造販売及び設計・施工
- 国産枕木・新品枕木製造・販売
- 公共工事（木柵、木橋、看板、ベンチ）等の製造・販売

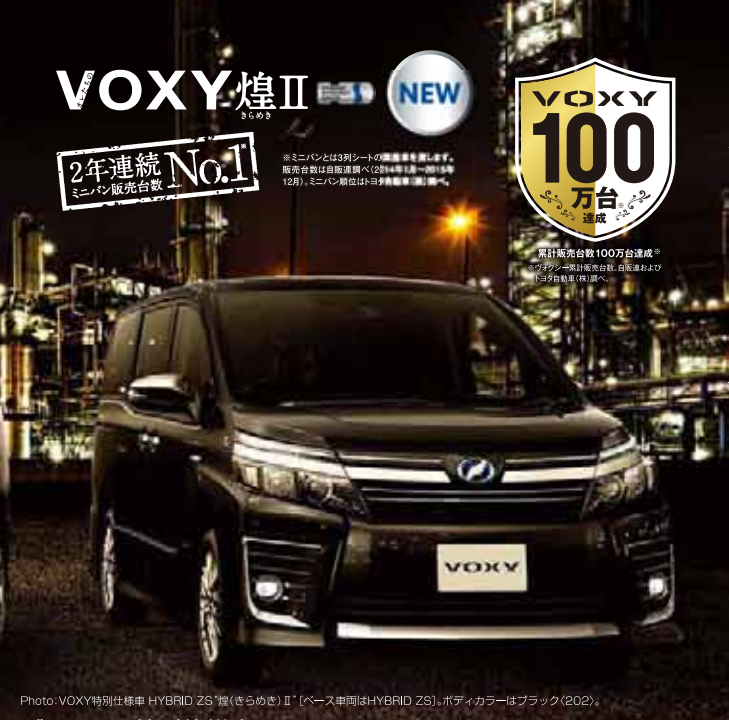
※青森ヒバ、国産杉材・桧材、高耐久性防腐処理

青森木材防腐（株）

函館事務所 函館市港町1-17-8 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
青森事務所／青森県青森市東造道3-6-3 TEL017-736-2000
http://www.aobou.com/

上質な時間を楽しむ
大人のライフスタイルマガジン
HAKO RAKU［ハコラク］
10
2016.OCT No.90
2016年9月15日発行





Photo：ヴェルファイア特別仕様車 Z"A EDITION・GOLDEN EYES"（7人乗り・4WD）［ベース車両はZ（7人乗り・4WD）］。ボディカラーのバーニングブラッククリスタルシャインガラスフレーク〈222〉はメーカーオプション。

ヴェルファイア特別仕様車 Z"A EDITION・GOLDEN EYES"
［7人乗り・4WD］〈Super CVT-i〉
■車両本体価格 4,210,135円

主な特別装備
■フロントグリル（ダークメッキ）/フロントエンブレム（スモークメッキ）■ヘッドランプ（ゴールドメッキエクステンション）■専用シート表皮（ウルトラスエード®［パーフォレーション］+クロコ調柄合成皮革） ほか
■「ウルトラスエード®」は東レ株式会社の登録商標です。

Photo：VOXY特別仕様車 HYBRID ZS"煌（きらめき）Ⅱ"［ベース車両はHYBRID ZS］。ボディカラーはブラック〈202〉。

ヴォクシー特別仕様車 HYBRID ZS "煌（きらめき）" Ⅱ［7人乗り・2WD］
〈電気式無段変速機〉
■車両本体価格 3,409,650円

ガソリン
ヴォクシー特別仕様車 ZS "煌（きらめき）" Ⅱ
［7人乗り・4WD］〈Super CVT-i〉
■車両本体価格 3,092,040円

主な特別装備
■フロントグリルモール［亀甲蒼シルバー］■フロントグリル［メッキ+ブラックメタリック塗装］■オート電動格納式リモコンドアミラー（サイドターンランプ+助手席側アンフェリカルミラー付）［メッキ］■センタークラスターパネル（ピアノブラック） ほか

MINIVAN LINE UP
ネッツ道南 ミニバンラインアップ



SPADE 特別仕様車 F "Queen Ⅱ"

Photo：スペイド特別仕様車F"Queen Ⅱ"（4WD）［ベース車両はF（4WD）］。ボディカラーのブラッキッシュアゲハガラスフレーク〈221〉はメーカーオプション。

ヒラケWONDER！大開口ドアとアナタの物語。
スペイド特別仕様車 F"QueenⅡ" 4WD
〈Super CVT-i〉
■車両本体価格 2,122,200円

主な特別装備
■ウォッシャブルカバーシート■スーパークロームメタリック塗装樹脂フルキャップ■柄入りブラックルーフトリム■ドレスアップパッケージ■スマートエントリーパッケージ■スーパーUVカットパッケージ ほか

SIENTA 乗り降りラクラク！低床&フラットフロア。



Photo：シエンタ X 4WD。ボディカラーのホワイトパールクリスタルシャイン〈070〉はメーカーオプション。

シエンタX［6人乗り・4WD］
〈Super CVT-i〉
■車両本体価格 1,981,505円

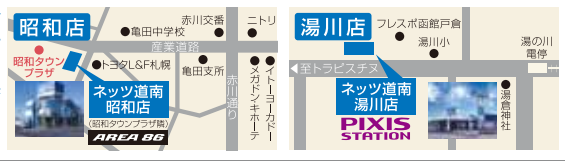
●価格は消費税込みの価格です。●VOXY、VELLFIRE、スペイド、シエンタの価格はタイヤパンク応急修理キット、タイヤ交換用工具付の価格です。●価格にはオプションの価格は含まれていません。●保険料、税金（除く消費税）、登録料などの諸費用は別途申し受けます。●自動車リサイクル法の施行により、リサイクル料金が別途必要となります。

ネッツトヨタ道南株式会社

■昭 和 店／函館市昭和1丁目28-12 TEL:0138-45-1331
■湯 川 店／函館市戸倉町149-3 TEL:0138-59-1341
■U-Carセンター（ニューコード21）／函館市石川町169-22 TEL:0138-34-3021

ホームページアドレス http://netz-donan.jp ネッツトヨタ道南 検索

会場ご案内



Netz Another story

ネッツトヨタ道南（株）提携店舗 ■函館トヨタ自動車（株）八雲店 ／ 二海郡八雲町東雲町24-27 TEL:0137-62-3171 ■函館トヨタ自動車（株）江差店 ／ 桧山郡江差町柳崎町170 TEL:0139-53-6221

【取扱い車種】●シエンタ ●スペイド ●アクア ●プリウス ●プリウスα ●SAI ●86 ●ヴェルファイア ●オーリス ●ヴィッツ ●bB ●イスト ●ヴォクシー ●ウィッシュ ●RAV-4 ●レジアスエースバン ●ライトエースバン ●ライトエーストラック ほか

発行／㈱函館新聞社 広告局 〒041-8540 北海道函館市港町1-17-8
ハコラク編集部・広告営業部 ☎0138-40-5151
http://hako-raku.jp
TAKE FREE

HAKO
RAKU
［ハコラク］
10 2016 OCT No.90

MEDICAL

［ハコラク別冊医療マガジン・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。

MEDICAL
［ハコラク別冊医療マガジン・メディカル］

CONTENTS

3 HEALTH TOPICS ヘルストピックス

4 ［ドクターコラム1］ **大腸がん予防について**
～シンバイオティクスという言葉をご存知ですか～
社会福祉法人 函館厚生院 函館中央病院 消化器内科 紺野 潤 副院長

5 ［ドクターコラム2］ **「レーシック」って安全ですか？**
医療法人社団 玄心会 吉田眼科病院 吉田 紳一郎 院長

6 ［ドクターコラム3］ **不妊症**
さっぽろARTクリニック 藤本 尚 医師

7 ［ドクターコラム4］ **こわい口呼吸**
なかがわ歯科 中川 晃貴 院長

8 ［談 話 室］ **発達障害と正しい理解について**
放課後等デイサービスあすも北浜
管理者兼児童発達支援管理責任者 能登 美奈 さん

9 ［介護コラム］ **介護付有料老人ホームと地域密着型特定施設入居者生活介護**
株式会社テクノスコーワ
介護付有料老人ホーム ハーモニーハイツみなと 施設長 寺谷 みち さん

－PR－

［総合病院］ 函館稜北病院……12P
［内科］ 飯田内科クリニックいしかわ……10P
やまだクリニック……10P
佐藤内科小児科医院……10P
ごとう内科胃腸科……10P
［眼科］ 吉田眼科病院……11P
［耳鼻咽喉科］ 治 耳鼻咽喉科……11P
［皮膚科］ みなとまち皮膚科菊地医院……11P
すどうスキンクリニック……11P
［小児科］ かみいそこどもクリニック……12P
［産科・婦人科］ 産婦人科ほんどおりクリニック……12P
さっぽろARTクリニック……12P
［歯科］ 吉田歯科口腔外科……14P
エンゼル小児歯科クリニック……14P
福井歯科医院……14P
よじょう歯科医院……14P
かも歯科クリニック……15P
なかがわ歯科……15P
［整骨院］ おくやま整骨院……15P
［デイサービス］ デイサービスふれあい……15P

そろそろ〝禁煙〟考えてみて たばこと健康がテーマの教室



函館市保健福祉部　健康増進課

市民健康教室は、地域住民の健康づくりのため医師や歯科医師と連携し定期的に開かれている。９月２８日、函館市総合保健センター２階にて開催される教室は、函館新都市病院の青野允院長が「たばこ銭と健康と禁煙治療」と題した講話を行う。また、禁煙を考えていたり受動喫煙が気になる人先着１５人に、肺の汚れを知る目安になる「呼気中一酸化炭素濃度測定」を実施する。参加費用や予約は不要。

日時／9月28日(水)19:00～20:30(「呼気中一酸化炭素濃度測定」希望者は18:30～18:45までに会場へ)
問い合わせ／函館市保健福祉部　健康増進課　函館市五稜郭町23-1　総合保健センター3F　☎0138-32-2216

健康チェックや模擬店など〝目の健康祭〟を開催



吉田眼科病院

同院は「多くの人に、目の健康へ関心を持ってもらいたい」と10月10日の「目の愛護デー」に合わせたイベント“Ｅｙｅ　Ｆｅｓｔｉｖａｌ”を開催。視力測定・眼圧測定・眼底写真撮影など目の健康チェックや眼科医による医療相談、管理栄養士による栄養相談、薬剤師による薬やサプリメントの相談を無料で行うほか、フードやドリンクの模擬店も出店する。

日時／10月10日(月・祝)受付9:00～12:00
会場・問い合わせ／吉田眼科病院　函館市本通2-31-8　☎0138-53-8311

出張専門の助産院 母乳育児をトータルケア



かさはら母乳育児助産院

函館中央病院で助産師として活躍していた笠原視砂子さんが「普段の生活を見せて頂くことでよりきめ細かく適切なケアをしたい」という思いから開院。自宅を訪問し母乳や育児に関する悩みに応じ、母親が楽しく育児できるよう支援する。「ちょっとした困りごとでも気軽に相談してほしい」と笠原さん。出張料金は1時間３,０００円、産後４週間以内はお祝い訪問として2時間５,０００円で受け付ける。

函館市本町36-21　☎080-3292-1081　月・水・木曜 9:00～18:00、土曜 9:00～12:00　完全予約制
kasaharabonyuikujijyosanin@gmail.com　http://kasaharabonyuikuji.wix.com/home

脳機能トレーニングで生きる力を育てる



放課後等デイサービス　ポラリスひろば

発達障害のある子どもが対象の支援サービスで、“ 子どもが一番成長する時期に、脳機能の向上を図ることが重要 ”という観点から、複数の動きを組み合わせた運動や視覚・知覚のトレーニング、学習などを脳科学的なアプローチによって構成。周囲とのコミュニケーションに必要な思考力などを鍛える。「将来のために役立つ療育を目指しています」と同施設。利用に関する相談は随時受け付けている。

函館市大川町15-22　☎0138-76-7000
電話受付時間／9:00～18:00　サービス提供時間／平日　学校終了後～18:00　土曜・祝日・長期休暇期間10:00～16:00
定員／1日につき10人　定休日／日曜

Doctor Column 1
消化器内科

大腸がん予防について
～シンバイオティクスという言葉をご存知ですか～

函館中央病院
消化器内科
紺野　潤
副院長



大腸がんは、日本における部位別がん罹患率・死亡数共にトップ3に入るがんであることから、比較的身近ながんと言えます。今回は大腸がん予防についてお話いたします。

まず大腸の構造ですが、大腸は盲腸から肛門までの約1.5ｍの管で、口側を結腸、肛門側を直腸と言います。内側から粘膜層、粘膜筋板、粘膜下層、筋層、漿膜層の5つの層があり、水分を吸収して便にするのが主な働きです。次に大腸がんの危険因子についてですが、①45歳以上で年齢が高くなるほど高確率②ＢＭＩ25以上で、高脂肪食や食物繊維不足③一日の活動時間が3時間以下④毎日、日本酒換算で1合以上の飲酒習慣⑤喫煙習慣と言われています。つまり肥満を避け、適度に運動し、禁煙し、飲酒は適量にすることが大腸がん予防につながります。

また、腸内環境を改善することも予防につながると言われています。腸内環境改善にはシンバイオティクスを実践しましょう。シンバイオティクスとはプロバイオティクスとプレバイオティクスを一緒に摂取することや、その両方を含む食品・製剤をさします。プロバイオティクスとは腸に有益な作用をする生きた菌（乳酸菌やビフィズス菌など）を含む食品のことです。プレバイオティクスとは、食品に由来する成分で腸内の善玉菌を増殖させる働きのあるもの（オリゴ糖などの少糖類、食物繊維、ラクトフェリンなど）のことです。例えば、ヨーグルトにオリゴ糖をかけて召し上がって頂ければ、シンバイオティクスとなります。腸内環境改善のためにヨーグルトを召し上がるポイントとして、2週間以上同じタイプの物を食べ続けてみることと、酸に弱いため、食後に召し上がることを心がけて下さい。生活習慣の改善と正しいタイミングでシンバイオティクスを実践し、大腸がん予防に取り組んでみて下さい。

［略歴］
昭和61年、杏林大学を卒業。北海道大学病院、函館協会病院、市立稚内病院、函館市医師会病院勤務を経て、平成21年より函館中央病院勤務。同年より消化器内科科長、診療部長、平成25年に副院長就任。日本消化器内視鏡学会指導医、日本内科学会認定医、日本消化器内視鏡学会専門医、日本消化器病学会専門医、日本がん治療認定医機構がん治療認定医、日本消化器病学会認定医、日本肝臓学会肝臓専門医。



函館中央病院
函館市本町33-2　☎0138-52-1231（代）
http://www.chubyou.com/
■診療科目／内科、消化器内科、循環器内科、小児科、外科
整形外科、形成外科、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22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・開院記念日（6月第1水曜）

Doctor Column 2
眼科

「レーシック」って安全ですか？

吉田眼科病院
吉田 紳一郎
院長



「レーシック」について皆さんはどのような印象を持ちますか？危ないと思われる方も少なくないでしょう。レーシックは近視、遠視や乱視などでピントが合わず、ぼやける「屈折異常」を矯正する手術の一つで、エキシマレーザーを角膜に照射し、角膜のカーブを変化させて矯正を行う、20分程度の手術です。日本では厚生労働省が平成12年に認可し急速に普及しましたが、平成25年12月に消費者庁が行った注意喚起をきっかけに手術件数は大幅に減少しました。

しかし、レーシックは世界的に普及している安全性と満足度の高い手術です。論文によるとレーシックの満足率は97％にのぼり、米軍とNASAでは視力向上の方法として採用されています。当院の例では平成13年6月より約2千人の方に施行し、手術翌日には82％、術後1週間では100％の方が裸眼視力1.0以上に回復されました。術後の問題点としてドライアイ、夜間に光がぼやけてまぶしく見える「グレア」や「ハロー」という現象、度数の戻りによる追加矯正照射などがありますが、ドライアイの自覚症状を認めた方は術翌日で18％、術後1カ月で16％でした。この数字は元々ドライアイを持った方も含みますので、実際はもう少し少ないと思います。また追加照射を施行した方は4.6％でした。

これまでレーシックによる屈折矯正は「希望者だけが行うもの」という程度に見られてきましたが、最近の研究では屈折矯正がQOL（生活の質）、つまり矯正器具による肉体的、精神的なストレスの改善と、経済的効果に寄与すると考えられています。手術を検討されている方には、まずレーシックが適応かどうかの検査と、眼鏡やコンタクトレンズでの矯正と比較したメリットやリスクについて十分な説明が必要です。そして納得した上で手術を受けていただくことが、安全な治療のために大切です。



吉田眼科病院
函館市本通2-31-8（本通農協前）
☎0138-53-8311
http://yoshidaganka.com
■診療時間／月・火・水・金　9:00～18:00
木・土　9:00～17:00
■休診日／日曜・祝日

［略歴］

昭和60年、金沢医科大学卒業。獨協医科大学越谷病院眼科講師、同大学助教授を務めた後、平成14年より吉田眼科病院理事、平成15年5月に副院長、平成28年4月に院長就任。このほか函館市医師会理事、獨協医科大学越谷病院臨床教授を務める。日本眼科学会指導医、医学博士。

Doctor Column 3
産婦人科

不妊症

さっぽろARTクリニック
藤本　尚
医師



「不妊症」とは、なんらかの治療をしないと自然に妊娠する可能性があまりない状態をいいます。健康な男女が妊娠を希望して夫婦生活を営むと、1年で80％、2年で90％のご夫婦が妊娠するといわれております。しかしその「一定期間」を過ぎても妊娠しない場合、その後タイミングを取っても自然に妊娠する可能性は低くなるため、不妊症と診断することが出来ます。

日本産科婦人科学会では、最近その「一定期間」を2年から1年に短縮しました（平成27年8月）。また、米国の生殖医学会でも2013年に、「不妊症とは1年間の不妊期間を持つものであるが、女性の年齢が35歳以上の場合には6カ月の不妊期間が経過したあとは検査を開始したほうがよい」と提唱しています。

また、女性が月経不順や無月経などで排卵がうまくいっていない可能性がある場合、子宮内膜症や子宮筋腫がある場合には、不妊である可能性が高くなります。不妊症というとおもに女性の問題と思われがちなのですが、決してそうではありません。WHO（世界保健機関）の1998年の発表によると、不妊原因が男性のみにある場合－24％、女性のみの場合－41％、男女ともにある場合－24％、不明－11％となっており、男性のみ、男女ともに原因がある場合をあわせると約半数のご夫婦に男性の問題がある事がわかります。

近年、結婚年齢が高くなっている日本でも1年以上妊娠しない場合には不妊症と考え、また、奥様の年齢が35歳以上であるご夫婦や、ご夫婦の片方に病気や何か不安な要素がある場合には、早期に検査を開始したほうが良いので、ぜひご夫婦で産婦人科を受診して不妊について相談してください。



さっぽろARTクリニック
札幌市北区北7条西4-1-2
KDX札幌ビル（旧北七条SIAビル）4F ☎011-700-5880
http://sapporoart.com/

■診療科目／不妊治療専門
■診療時間／月・水・金9:00～12:00・15:00～18:30
火・木9:00～12:00
土　9:00～13:00
※午後の診療にて採血のある人は18:00までの受付
※完全予約制
■休診日／日曜・祝日

［略歴］

平成８年、札幌医科大学医学部を卒業し、札幌医科大学産婦人科教室入局。道内関連病院の臨床を経て、札幌医科大学婦人科学講座の講師に就任。平成２１年から札幌市にある神谷レディースクリニックの副院長を務めた後、平成２６年４月に、さっぽろＡＲＴクリニック開院。

Doctor Column 4
歯科

こわい口呼吸

なかがわ歯科
中川　晃貴
院長



［略歴］
昭和54年、東北歯科専門学校歯科技工士科、平成4年、北海道医療大学歯学部を卒業。札幌、中川歯科医院に勤務後、平成8年に森町にてときわ歯科医院を開院。平成26年11月、なかがわ歯科として移転開院。

口呼吸。息をするのは口だって思っていませんか？いいえ違うのです。正常呼吸は鼻でするのです。今回は、子ども達への口呼吸による害、特に歯並びへの影響についてお話をしたいと思います。

まず口呼吸の原因で多いのがアレルギー性鼻炎や副鼻腔炎で、鼻閉（鼻づまり）があることから口で息をするようになってしまいます。これがさまざまな悪い影響を引き起こしていきます。常時口を開き、口の周囲の筋肉を使わないことで筋力が低下し、上の前歯が出やすくなります。これは舌が前歯を押し出すためにおこるのです。いわゆる〝出っ歯〟です。これはほかの色々な要因も重なって出現するのですが、これを放置しておくと口腔内の乾燥や歯垢・歯石が歯に沈着しやすく、硬くなって歯ブラシでは取れなくなります。また、虫歯や口臭の原因にもなります。そして口呼吸を続けていると、舌の位置や動かし方にも異常が出現し、それがもとで歯並びまで悪くなってしまいます。

早い時期に口呼吸に気づいて対処できれば、歯並びはある程度管理可能です。まずは小学校入学前くらいまでに検診を受けていただき、耳鼻科的な鼻閉のコントロールが最も重要となりますが、「口を閉じる」「口で息をしない」といった簡単な事から始めます。舌の位置を正常の位置に戻す練習などにより、呼吸の機能を正常に近づけ、歯並びが悪くなるのを予防することが大切です。気づいた時点であまりに前歯が出てしまっていたり、小学三年生くらいになっていた場合は、早急に効果が得られるよう、口の周囲の筋肉や舌の筋トレをするマウスピースを使用することもあります。それ以降で永久歯列になっていれば矯正治療の適応ですので、歯並びの心配なお子さんをお持ちの方は、早い時期の専門医の受診をお勧めします。



なかがわ歯科
七飯町桜町51-2　☎0138-66-3133
■診療科目／歯科・小児歯科・歯科口腔外科
■診療時間／平日　9:00～12:00、13:30～19:00
※水曜は午前のみ
土9:00～12:00、13:30～16:00
■休診日／日曜・祝日

談話室［放課後等デイサービス］

発達障害と正しい理解について

放課後等デイサービス あすも 北浜
管理者兼児童発達支援管理責任者
能登 美奈さん



「発達障害」は、主に「自閉症」（コミュニケーションの困難さ、知的発達の遅れや特定の物へのこだわりが強く興味関心の幅が狭い）、「広汎性発達障害」（自閉症のうち言葉や知的発達の遅れを伴わないもの。アスペルガー症候群や高機能自閉症）、「ADHD」（注意欠陥多動性障害：不注意や衝動性）など、症状の特徴により分類されますが、いくつかの症状を合わせ持つ場合もあり、その症状は十人十色です。最近になり、発達障害は広く知られるようになってきました。しかし、発達障害は一目で分かる症状ではないため、他人からは「わがまま」「自分勝手」「親の育て方やしつけに問題がある」など、本人や家族が誤解を受けやすく理解されにくいといった事が多くあります。発達障害のある人には周囲の人の正しい理解や適切な関わりが必要で、周囲からの理解が得られず、誤解や不適切な対応を受けていると「二次障害」に陥り、人を好きになれず、自分に自信を持つ事が出来なくなり、不登校やうつ状態になってしまう事があります。その「二次障害」を防ぐためにも、障害に対する正しい理解や適切な支援が大切です。

そうした支援をする事業所の一つとして「放課後等デイサービス」があり、函館市でもさまざまな特色のある事業所が、お子さんの成長と社会的な自立を支えています。サービスを利用する事でお子さんの出来る事や分かる事を増やす事ができたり、あるいはその子の得意な力を伸ばす事ができたり、自己肯定感を感じられるような合理的配慮や適切な療育（発達支援）を受ける事で、「二次障害」の予防、そして将来的な自立にもつながります。

障害のあるお子さんがいらっしゃったり、「もしかしたら」と不安を感じている保護者の方は一人で悩まず、専門家に相談したり支援を利用してほしいですね。



放課後等デイサービス **あすも** 北浜
函館市北浜町5-11　☎0138-87-2593
■サービス提供時間／平日　学校終業～17:00
土曜・長期休み期間 9:00～17:00
■定員／10人　■日曜・祝日定休

介　護　コ　ラ　ム

介護付有料老人ホームと
地域密着型特定施設入居者生活介護



介護付有料老人ホーム
ハーモニーハイツみなと

施設長
寺谷　みち さん

「介護付有料老人ホーム」とは各都道府県より「特定施設入居者生活介護」の指定を受けた老人ホームで、定められた介護サービスには介護保険が利用できます。広告などで「介護付」「ケア付」と表示されている施設です。介護付有料老人ホームは、受け入れ可能な介護度の幅と提供するサービスの幅が極めて広いのが特徴です。施設のタイプには要介護者のみを受け入れる「介護専用型」と、要介護者とともに自立や要支援の方を受け入れる「混合型」があります。個々の施設によって異なりますが、２４時間体制で介護サービスを提供し、医療機関との連携も取れていて重度の介護状態でも入居可能なほか、共用施設やレクリエーションが充実しています。入居中に重い介護状態になっても住み続けることはできますが、長期入院が必要な病気になったり認知症が進行した場合の対応は施設によって異なるため、事前の確認が必要です。

介護付有料老人ホームの中でも「地域密着型特定施設入居者生活介護」という、定員２９人以下の小規模型施設があります。原則として要介護の方が、住んでいる市町村内の施設に入居できるという、地域住民だけが受けられるサービスの一つです。自宅にいた時のようにほかの事業所を利用することはできませんが、施設の提供サービスはほかの介護付有料老人ホームと同様、食事をはじめ掃除、洗濯、入浴、排泄など日常生活において必要なお世話や、病院受診、機能訓練、健康管理、精神的なケアや季節ごとの行事など多岐にわたります。地域や家族との結びつきを重視した運営を行い、地域の高齢者が認知症や脳卒中などで介護が必要になっても、長年住み慣れた地域で安心して暮らして頂けるように、お手伝いするのが地域密着型の介護施設です。

施設をお探しの時は、数カ所の施設を見学して比べてみる事も大切だと思います。



介護付有料老人ホーム**ハーモニーハイツみなと**
函館市港町3-4-2　☎0138-43-0033　問い合わせ受付時間／9:00～17:00

株式会社 **テクノスコーワ**
函館市港町3-4-2　☎0138-41-0022（代）
http://tekunosukowa.com

医療法人社団

やまだクリニック

YAMADA CLINIC

泌尿器科・内科・人工透析　送迎有

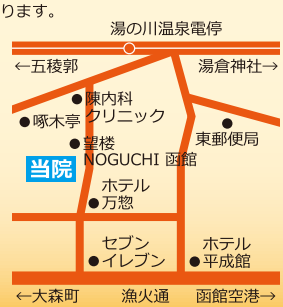
院長　山田　裕一

診療時間

	月	火	水	木	金	土	日
9:30～11:30	○	○	○	○	○	○ 第2・4のみ	／
13:30～17:30	○	／	○	／	○	／	／

※火・木・土曜日の午後は検査・手術のため休診
※毎週日曜日・祝日休診
※初診受付は診療終了の30分前までとなります。





函館市湯川町1-17-27
TEL0138-59-5800
FAX0138-59-5801

医療法人社団 善智寿会

飯田内科クリニックいしかわ

院　長　伊達　　基

診療科目

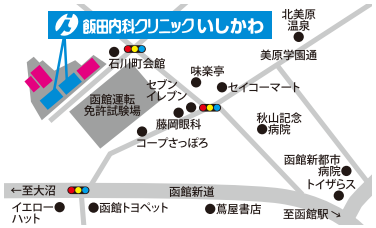
内科・血液内科・呼吸器内科・消化器内科・循環器内科・リハビリテーション科　往診応需

診療時間

	月	火	水	木	金	土
9:00~12:00	●	●	●	●	●	●
14:00~18:00	●	×	×	●	●	×

火・水 午後往診／訪問診療　土は午後休診　日・祝日 休診





函館市石川町464-1
メディカルスクエア
TEL(0138)34-3352(代)

http://www.iidanaikagroup.com/iida/

医療法人社団

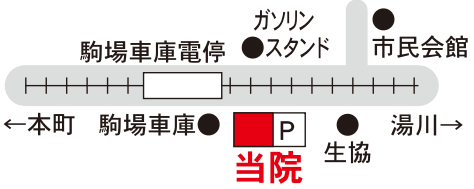
ごとう内科胃腸科

■内科　■胃腸科　■循環器科　■呼吸器科

院　長　後藤　　琢

診療時間
平　日／午前8時30分～午後5時30分
土曜日／午前8時30分～正午
※日曜・祝日休診

■往診応需



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

糖尿病・高血圧など生活習慣病に対応します

佐藤内科小児科医院

院　長　佐藤　　武憲(内分泌代謝科専門医)
副院長　中里　　諭美(日本内科学会認定内科医)

診療時間

◆月・火・木・金曜日 9:00～12:00、14:00～18:00
◆水　・　土曜日 9:00～12:00　〈午後休診〉
◆日曜日　・　祝日 休診

インフルエンザなど、各予防接種を実施中



函館市桔梗4丁目8-25(園田通り)
JR桔梗駅より徒歩にて5分

経鼻内視鏡胃カメラ検査随時受付しております。

☎(0138)46-1212



【診療科目】耳鼻咽喉科・アレルギー科

治 耳鼻咽喉科

院　長　山口　治浩

受付時間　月・火・木・金　9:00～12:00
　　14:00～18:30
　　水・土　9:00～12:30

休診日　日曜日・祝日

北斗市東浜2丁目14-14
TEL 0138-74-4133
FAX 0138-74-4136



医療法人社団　玄心会

吉田眼科病院

診療時間
月・火・水・金
…… PM6：00まで受付
木・土
…… PM5：00まで受付

理事長　吉田　玄雄
院　長　吉田　紳一郎
医　長　佐藤　浩介
医　師　松本　佳浩
医　師　石川　功
医　師　吉田　登茂子
医　師　長池　陽子
医　師　鎌田　有紀

無料シャトルバス 運行中　お気軽にご利用下さい。

月・水曜
- 亀田支所 循環コース
- 湯川町 循環コース
- フェリーターミナル 発着（要予約）

火・金曜
- 本町 循環コース
- 函館駅 発着

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をご覧下さい。
ホームページ　http://yoshidaganka.com

函館市本通2丁目31-8（本通農協前）　TEL.53-8311
Fax.51-6265

SUDO
Skin Clinic

すどうスキンクリニック

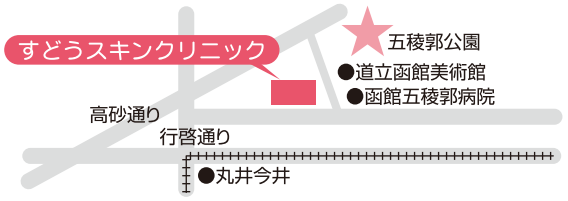
形成外科・皮膚科・美容外科

院長 須藤　聡

診療時間

月・水・金曜日	10:00～14:00　15:30～19:30
木曜日	10:00～14:00往診　15:30～19:30
土曜日	10:00～14:00
日曜日	13:00～17:00
休診日	火曜日・祝日

※予約制（来院前にお電話下さい。）



函館市五稜郭町34番16号 2F（函館五稜郭病院並び）
(0138)33-0865
http://www.sudo-skinclinic.jp

みなとまち皮膚科
菊地医院

院長 菊地　誠一

日本皮膚科学会認定　皮膚科専門医

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

日・祝日/休診

函館市亀田港町39-7
（大野新道沿い）

駐車場完備



ミナト

(0138)40-3710

かみいそこどもクリニック

院長　渋谷　好孝

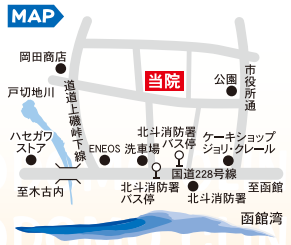
〒049-0162　北斗市中央2丁目4番3号
TEL.0138-74-2611 FAX.0138-74-3001
E-mail：shiburin@ms7.ncv.ne.jp

診療時間

月 火 金	午前9:00～ 正午 午後3:30～ 6:30
木	午前9:00～ 正午 午後4:30～ 6:30
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 金	午後2:30～ 3:30
木	午後2:30～ 4:30



Get it on Google play
Available on the App Store

からアプリ「アイチケット」をインストールすると簡単に診療予約できます。
休診案内などが配信されます。

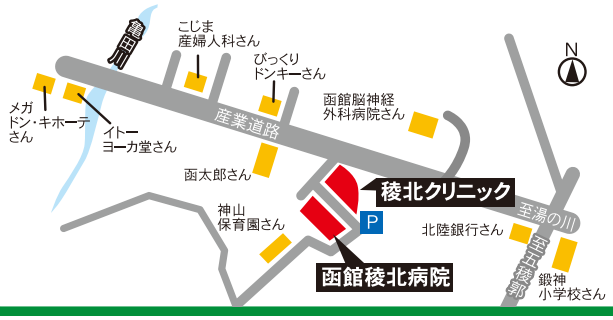
医療法人 道南勤労者医療協会

道南勤医協 函館稜北病院

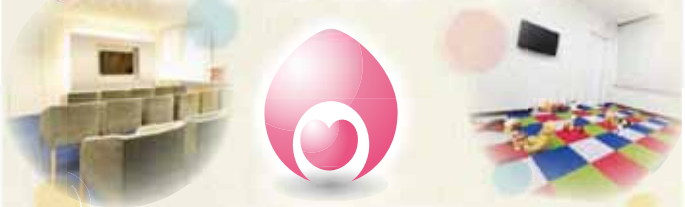
函館市中道2丁目51番1号　☎(0138)54-3113
整形外科・リハビリテーション科・訪問診療
整形外科診療時間／月～土 9:00～11:30（第2,4,5土曜休診）
（通所リハビリ・訪問リハビリ）

道南勤医協 稜北クリニック

函館市中道2丁目51番1号　☎(0138)54-3116
内科・消化器内科・循環器内科・呼吸器内科・
リハビリテーション科・リウマチ科（訪問看護）
内科診療時間／月～土 9:00～11:30　月・火・木・金 14:00～16:00
火曜・木曜 17:00～19:30まで夜間診療



不妊治療に特化したレディースクリニック



さっぽろARTクリニック

Assisted Reproductive Technology

完全予約制

JR札幌駅北口から徒歩1分

札幌市北区北7条西4丁目1番2号
KDX札幌ビル4階　TEL（011）700-5880
ホームページからのご予約 http://sapporoart.com

Reproductive Health Care
不妊のことなら

ほんどおりクリニック

産婦人科

院長　工藤　隆之

お知らせ　9月16日（金）は院長学会出席のため休診いたします。
10月1日（土）は手稲渓仁会病院の和田部長が診療いたします。

診療（受付）時間	月	火	水	木	金	土	日
10:00～12:30	●	●	●	●	●	●	
14:00～17:30	●	●	●／手術	●	手術日		

◆毎月第2・4水曜日の午後は手術日、第5水曜日は16：30受付終了です。
休診日/日曜・祝日

不妊・避妊相談　妊婦健診　子宮がん検診　更年期相談

●提携医療機関／函館中央病院（検査・手術・分娩）
手稲渓仁会病院（高度生殖医療）
※旧五稜郭ウィメンズクリニックの患者さまは
継続治療を受けていただけます



※函館バス停留所「本通小学校裏」徒歩2分

函館市本通1-44-10（旧五稜郭ウィメンズクリニック）
TEL0138-31-5855



医療報道も充実！
地元紙ならではの情報量で
道南・函館の今を伝えます。

購読料 1カ月 **2,480円**〈税込〉

1部売／120円〈税込〉

お申込み先

0120 FreeDial **0120-8540-46**

（ハコシンヨム）

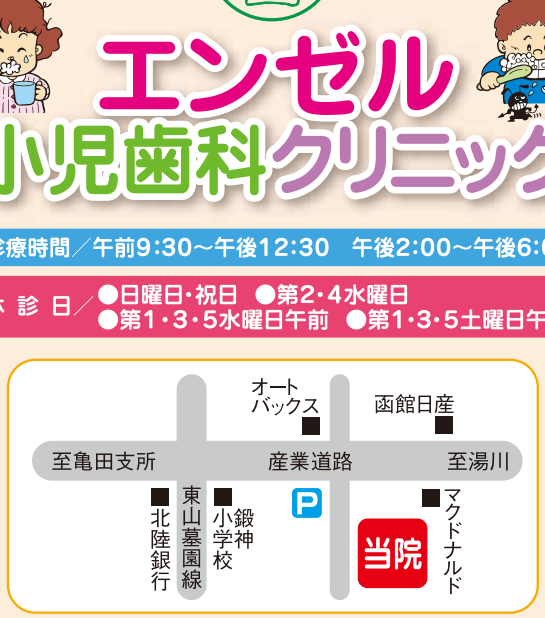
受付時間／AM9:00～PM4:00

函館新聞社　函館市港町1丁目17番8号　TEL0138-43-2121　FAX0138-43-3131

エンゼル小児歯科クリニック

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



函館市鍛治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

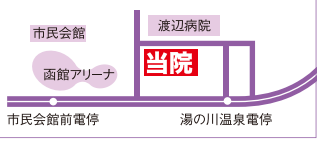
〈歯科医師〉
吉田　康仁（理事長）　村田　真介（院長）
寺崎　誠治　勝又　譲

インプラント治療（保険外治療）
標準治療費　250,000円（税別）/1歯
◆歯科用3次元CTスキャナー　手術室有り◆

日曜・祝日も診療
年中無休

診療時間
■月～金/9:00～18:30
■土・日・祝日/9:00～16:30

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



よじょう歯科医院

夜8時まで
○急患随時受付
○往診のことはお気軽にご相談ください。

〈診療時間〉
月曜日～金曜日／
午前9:30～午後1:00
午後3:30～午後8:00
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（ヨイヨイハニー）

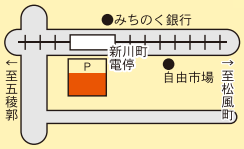


往診希望の方は、電話で御相談下さい。

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



☎22-6203

函館市新川町1-24　R4TM新川町4F（新川町電停前）

なかがわ歯科

院長 中川晃貴

受付時間が変更になりました

	月	火	水	木	金	土
AM 9:00～12:00	○	○	○	○	○	○
PM 1:30～ 7:00	○	○	×	○	○	4:00まで

痛い時やお困りの時は臨機応変に対応します!

亀田郡七飯町字桜町51番地の2

☎0138-66-3133



かも歯科クリニック



院長 加茂 勝巳

歯科
小児歯科
歯科口腔外科

予約制
急患随時受付

診療時間

月･火･木･金/9:30～13:30･15:00～19:00
水　・　土/9:30～13:30
休　診　日/日曜日･祝日

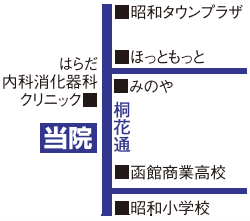
函館市昭和2丁目27-24

☎0138-44-4180

http://kamoshika-clinic.com

WEBから簡単に予約できます!





函館市本通2丁目53-18

（本通中央線） P有り

お問い合わせは TEL/FAX 0138-83-7363





まごころをこめて

おくやま整骨院

診療時間	月	火	水	木	金	土	日･祝
8:30~12:30	○	○	㊌	○	○	㊌	お休み
15:00~19:00	○	○	㊌	○	○	／	

※初診の方は混み合う場合がございますので受付終了の1時間前にはご来院下さい。
※混雑時は早めに終了する場合があります。
※水･土は予約優先診療となります。

交通事故･労災
各種保険取り扱い（骨折･脱臼は医師の同意が必要です）

ホームページもご覧ください。 おくやま整骨院 横 亮



パワーリハビリしませんか?
機能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でご利用いただけます。

ご利用方法 初めての方は介護申請をし、介護認定を受ける必要があります。すでに介護サービスご利用の方は担当のケアマネージャーにご相談ください。

見学･体験無料!まずはお電話を!

免荷式リフト･免荷式歩行器 POPO 導入!



パワーリハビリ&鍼灸マッサージ

デイサービス ふれあい

七飯町本町4-11-15 TEL65-6066

http://www1.odn.ne.jp/slowlife/



受講生募集

函館歯科医師会は皆様の健口を守ります

お口と体の健幸講座

健口から健康★そして健幸へ

私たち函館歯科医師会は、「口」の健康から「体」の健康「心」の健康までも
サポートしていきます。皆様の受講をお待ちしております。

日　程　平成28年 9月29日(木)
10月 6日(木)
10月13日(木)

午後1時30分～3時20分

会　場　函館歯科医師会館　函館市大手町3-3
※公共の交通機関をご利用下さい。

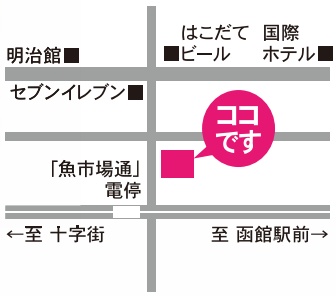
対　象　性別・年齢は問いません。

募　集　定員30名　なるべく全ての講座を受講できる方。

受講料　無　料

お申込み お問い合わせ

函館歯科医師会
事務局
函館市大手町3-3
TEL.0138-23-3650



講座内容

1時間目(13:30～14:20)

9月29日(木)
こうして歯は失われる
川瀬デンタルクリニック院長　川瀬　敬先生

10月6日(木)
音楽がより楽しくなるお話
ジャズピアニスト　宮永　正良先生

10月13日(木)
誤嚥性肺炎と口腔ケア
飯田内科クリニック院長　飯田　善樹先生

2時間目(14:30～15:20)

9月29日(木)
函館を知って健康的に歩きましょう
函館高専一般科目人文系准教授　奥平　理先生

10月6日(木)
介護保険とケアマネジャーのお仕事
函館市地域包括支援センター神山　林　珠樹先生

10月13日(木)
顔のストレッチ
からだハウス藤　整体師　西川　文江先生

ご自宅・施設でのお口や歯の悩みごと 在宅歯科医療連携室にご相談ください

対象：寝たきりなどで通院が困難な方

※お電話またはFAXにてご連絡ください。
※専門の相談員(歯科衛生士)が対応します。

通院ができないからとあきらめないで!

●介護が必要な高齢者などのご家族　●介護サービスを担当している施設・事業所の職員の方　●医師、看護師等の医療関係者の方

要介護高齢者の歯科治療や口腔ケアに関する相談並びに訪問歯科診療の申し込みを受け付けています。ささいなことでもどうぞご相談ください。

月曜日～金曜日　10:00～16:00
(木曜日は午前のみ)

電話・FAX (0138) 76-0039
函館市五稜郭町23-1 (函館口腔保健センター内)

一般社団法人 函館歯科医師会
〒040-0064　函館市大手町3-3　TEL.0138-23-3650
http://www.kansikai.info