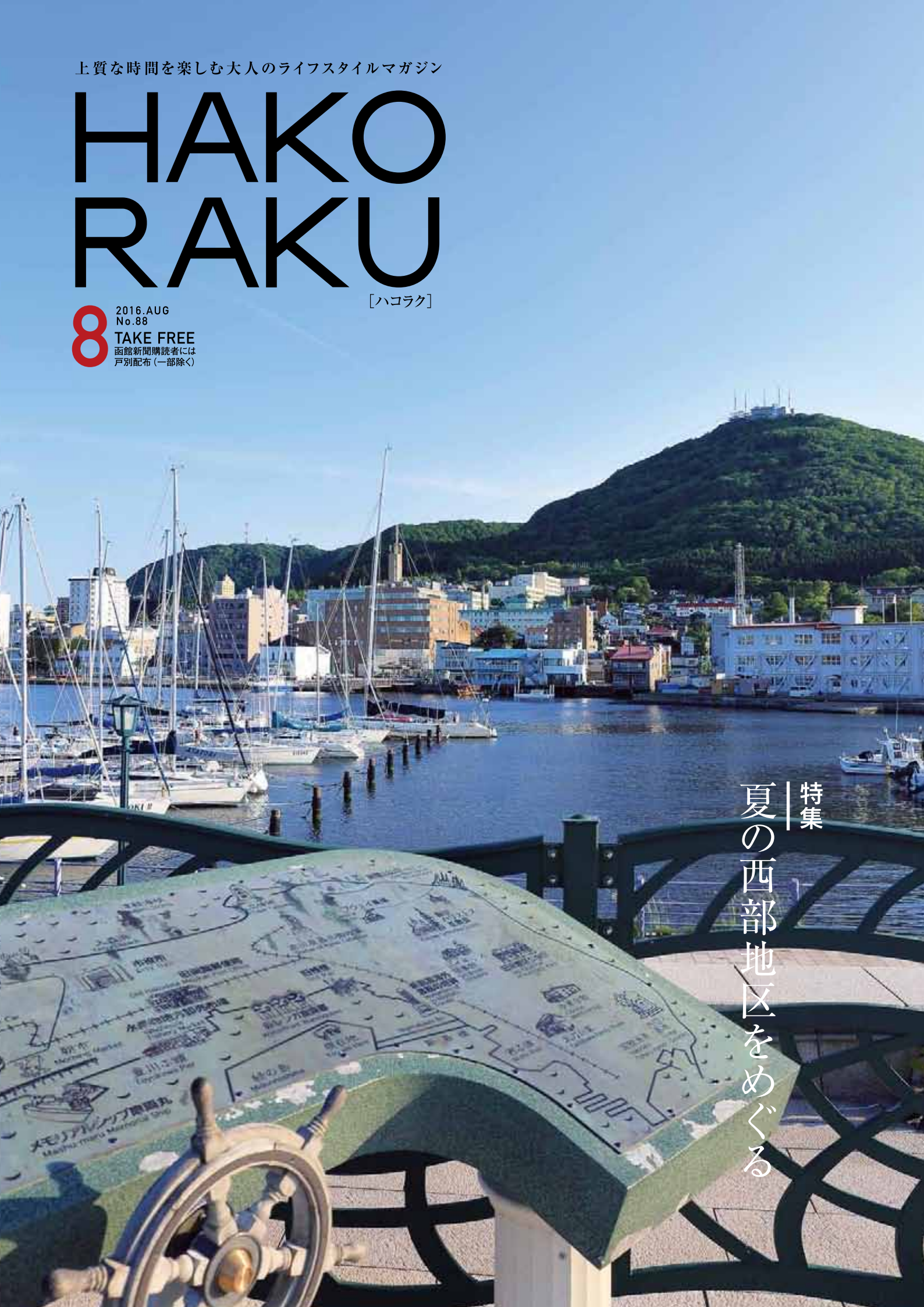
上質な時間を楽しむ大人のライフスタイルマガジン

# HAKO RAKU

［ハコラク］

8
2016.AUG
No.88

TAKE FREE
函館新聞購読者には
戸別配布（一部除く）



特集
夏の西部地区をめぐる

ブランドリサイクル

# 専門店だからできる高価買取

新品未使用品～使い込んだ状態まで幅広く買い取ります！

珠や TAMA-YA

## CHANEL ヴィンテージ

20年以上前のバッグでも買取します
バブルの時に買ってもう使わない方!!

**今がチャンス! お売り下さい!!**



CHANEL



**レア品**

**新　品**

**中　古**

シャネル人気**再上昇中!!** 使ってないなら今が売りどき!

ギャランティーが無くてもOK!あればさらに査定額アップします。20年前のものから新作まで、どんどん買い取ります。

## 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。




**査定無料**

**その場で現金買取!!**

1点からでも大歓迎!どんなものでも買い取ります!

タンスで眠っている着物

**買取します**

七重浜店限定

あなたの大切なお品を
一点ずつ査定いたします。

着物　帯　和装小物

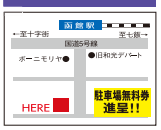
**駐車場完備で、たくさんのお荷物でも安心♪**

※珠や函館駅前店では買取を行っておりません。

※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1120200000196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
大和パーキングほか
契約駐車場あり!

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1120200000196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 | auショップ中道 | auショップ函館十字街 | auショップ松前 | プラスモバイル トライアル上磯店 | 7月12日(火)～7月31日(日)

2016年6月24日～条件変更いたしました **auスマホデビュープログラム**

auケータイ 他社ケータイ → auスマホ〈データ定額(0.8GB)〉

国内通話が **24時間カケ放題**（1回5分以内）もついて！

最大37ヶ月間 **2,980円/月～**

※ 別途、機器購入代金がかかります。

データ定額cp(0.8GB) 加入条件(①②いずれか)：①他社ケータイから対象機種へ乗りかえと同時に加入 ②25ヶ月目以上ご利用のauケータイから対象機種へ機種変更と同時にご加入

対象機種：Qua phone PX(発売日より)／Qua phone／AQUOS SERIE mini SHV33／Galaxy S6 edge SCV31／AQUOS SERIE mini SHV31／Xperia™Z4 SOV31／DIGNO rafre KYV36

## iPhone SE イチキュッパキャンペーン

受付期間：2016年6月17日(金)～2016年8月31日(水)

iPhone SEの利用料金 お申し込み翌月から 最大2年間 **1,980円／月～**

適用条件(①②両方を満たすか)：①「他社から乗りかえまたは新規契約」でiPhone SEをご購入と同時にデータ定額1にご加入 ②auスマートバリューにご加入（未加入時は、最大2年間2,914円／月～）

### 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 2,000円分 引換期間 2016年7月12日～7月31日

函館市中道 2-11-2




0800-700-1959 営業時間 10:00-20:00

### auショップ函館十字街

ラッキーピエロ 商品券 新規契約 3,000円分 機種変更 2,000円分 引換期間 2016年7月12日～7月31日

函館市末広町 5-15 アクロス十字街1F




0800-700-1968 営業時間 10:00-19:00

### 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 2,000円分 引換期間 2016年7月12日～7月31日

松前郡松前町建石 52-8

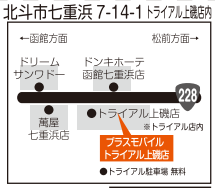



0800-700-1988 営業時間 10:00-19:00

### 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 2,000円分 引換期間 2016年7月12日～7月31日

北斗市七重浜 7-14-1 トライアル上磯店内




0138-48-5757 営業時間 10:00-20:00

●本広告の内容は2016年7月1日時点の情報です。●本広告有効期限は2016年7月31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。

# プライスダウン

ワイモバイルのスマートフォンが

ニャン キュッ パ 月々 ¥2,980

**通話**も **ネット**も **コミコミ**

ワン キュッ パッ ありえニャい安さ

月々 **¥1,980**（1年間）

※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

今、ご来店頂くと先着で！！

**コカ・コーラがもらえる！**



※なくなり次第終了となります。
※おひとり様1本まで

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7月1日時点の情報です。●本広告有効期限は2016年7月31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

# 夏本番!! 昼も夜も遊ぶならテキサスで!!

## 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

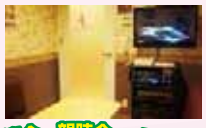
## マッシュのランチは地域一番のメニュー数! 全48種類!!



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!

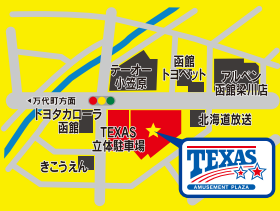
TEL.0138-52-2878

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

## ダイヤモンド 20%UP

金・プラチナ・ブランド時計・ブランド品 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8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。詳しくは気軽に店頭スタッフまで♪

## 高価買取!!



**時計** ロレックス エクスプローラーⅠ 350,000円になりました!!

**バッグ** ヴィトン 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。

## おたからやはテレビ番組に24回も特集されました!!



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**

**洋酒** 未開封の洋酒・ブランデーなどまとめてお持ちください

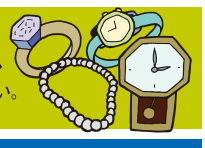
**携帯電話・タブレット** 捨ててしまうならお売りください。

**絵画** 飽きた絵画などございませんか? ご自宅へお伺いも致します。

★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




好評につき今年も実施決定!!

## 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

〈キャンペーン期間〉
2016年 8/2（火） ▶ 2016年 10/2（日）
7月2日（土）から予約受付中

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!**

〈森町・八雲からもお得!〉【森町～札幌】学割往復6,690円、学割片道3,700円　【八雲～札幌】学割往復5,970円、学割片道3,290円

【ご注意】
- 往復券については、キャンペーン期間内に往復利用する場合のみ値下げ運賃で発売します。
  （キャンペーン期間外にまたがる往復券は、通常学割運賃での発売となります。）
- 通常学割乗車券・値下げ学割乗車券のいずれも、運賃が変わる乗車日の変更はできません。
  （止むを得ず変更する場合は、既存の乗車券を払い戻しのうえ、新たに乗車券を購入願います。その際、払戻手数料がかかります。）
- キャンペーン期間外にまたがる往復券は、バス会社窓口・券売所のみで予約・購入可能です。
  （インターネット・携帯電話での予約・購入はできません。）

※学生割引を利用の際は学生証を乗車券購入時と乗車時にご提示願います。

## 時刻表
〈八雲I.C～札幌南I.C間 道央自動車道経由〉　休憩箇所（昼行便のみ）有珠山SA
※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。

### 函館・七飯町鳴川・森・八雲▶札幌

| | | 7:00 | 8:30 | 10:00 | 12:50 | 14:20 | 15:50 | 17:50 | 22:55 |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 乗車 | 湯の川温泉 東 | | | | | | | | |
| 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⑱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

| | | 7:50 | 9:10 | 10:50 | 13:10 | 15:10 | 16:50 | 18:10 | — |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 乗車 | **札幌駅前ターミナル⑱のりば** | | | | | | | | |
| 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。

## 運賃

### 函館↔札幌

| | | | | |
|---|---|---|---|---|
| 片道 | 一般 | 4,810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 |
| 往復 | 一般 | 8,580円 | | |

### 森町↔札幌

| | | | | |
|---|---|---|---|---|
| 片道 | 一般 | 4,200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 |
| 往復 | 一般 | 7,820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。

## 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。

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


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

※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、GW・お盆・年末年始などの繁忙期の増便車（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。

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。

RAKU TOKU BUS13

HAKORAKU 8 2016 AUG No.88 ［ハコラク］

CONTENTS



# 28［特集］夏の西部地区をめぐる


11 HAKORAKU SELECT 1［アート×仕事 情熱の人］
13 HAKORAKU SELECT 2［オトナがうなる函館生まれの逸品］
15 HAKORAKU SELECT 3［未来を担う若き料理人］
17 HAKORAKU SELECT 4［NIGHT VIEW］
21 NEW OPEN
40 Lunch Guide
41 社長のお昼ごはん
43 美食倶楽部［企画広告］
52 今行きたい旬な店
55 つるりさっぱり 彩り涼麺［企画広告］
63 7月30日土用の丑の日うなぎを食す!［企画広告］
67 新鮮な旬の真イカで函館の郷土料理を学ぶ
68 函館の美味活イカが味わえる店［企画広告］
74 冷えたビールと味わうこの逸品［企画広告］
103 愛しのカレー
105 おやつの時間
107 パフェやクレープ、旬の果物のケーキ ひんやり夏スイーツ［企画広告］
113 絶景と美食を求め 夏の楽園 奥尻島へ
124 TOPICS
132 Salon Interview～美を手がける人～
137 女性のキレイとハッピーを応援 Beauty Special・夏［企画広告］
154 町の魅力を探しにぶらり 函館散歩
159 Present
161 九星気学占い
162 次号予告


【今月の表紙】 緑の島



市民の憩いの場所として親しまれる函館湾に浮かぶ島。その名の通り、緑に癒されるのはもちろんだが、のどかな港風景はこの時期特に青く輝き美しさを増す。爽やかな風を受けながらボーッと過ごす時が一番の贅沢かもしれない。

文：佐藤 史子　写真：大槻 和央


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.Pura 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

函館新聞 電子版
HAKODATE SHIMBUN DIGITAL




※画面・端末はイメージです。

# 函館新聞電子版

初めてお申込みの方は

❶ 1週間無料で試読が可能!!
❷ 最大1カ月間、購読料無料!!
※お申し込み月は無料となりますが、お申し込み当月内に解約した場合は1カ月分の月額料金がかかります。

函館新聞を宅配購読されている方は

プラス500円で電子版も利用可能

## 個人プラン

新聞（宅配）＋電子版を利用

電子版プラス コース

新聞購読 ＋ 電子版の購読料

新聞（宅配） 2,480円 ＋ 電子版 500円 月額 2,980円

現在、個人で函館新聞を宅配購読されている方、または電子版のご利用を機会に新規で宅配も購読される方におすすめする、お得なコースです。

※別途、新聞郵送料相当をいただく地域があります。 ※函館新聞と一緒にハコラクが届きます。

## 個人・法人プラン

電子版のみを利用

電子版 コース

月額 1,580円

電子版のみをご利用いただく場合のコースです。

函館新聞社発行のフリーマガジン
HAKORAKU［ハコラク］を毎月お届け！

**お申込みについて**

・函館新聞電子版の有料会員登録は函館新聞ホームページからお申し込みください。
・お申し込みにはお支払いのためのクレジットカード情報が必要です。あらかじめお手元にカードをご用意ください。

**お支払方法**

［クレジットカード］VISA、MASTER、JCB、AMEX、DINERSがお使いいただけます。
※法人会員は請求書発行の年払いも可能です。

# パソコン、スマホ、タブレットで



※画面・端末はイメージです。

## 便利機能

### 記事検索

記事掲載日から1年間の記事を検索可能。

### カラー写真

電子版では記事写真はすべてカラーで掲載。

### どこでも読める

パソコン、タブレット、スマートフォンに対応。

### マイスクラップ

お気に入り記事を、最大20件まで保存可能。

### 地図からアクセス

ニュースは地図から選ぶことも可能。

## はこしんフォトサービス



非会員の方も購入できます。

電子版に掲載された写真を購入可能。
※著作権・肖像権により販売できない写真もございます。

## 電子版コースをご購読の方は




函館新聞社発行の
フリーマガジン
HAKORAKU
［ハコラク］
をご自宅・会社へ
毎月お届け！

まずはアクセス！ https://digital.hakoshin.jp/ 函館新聞 検索

函館新聞社 広告局デジタルメディア部　メール digital@hakoshin.jp　☎0138-40-5151（受付／月～金10:00～17:00）

**［推奨環境］**パソコン／OS:Windows7、Windows8.1、Windows10、OS X Mavericks v10.9以上　ブラウザ:Internet Explorer 9 以上 、Firefox最新、Chrome最新、safari最新、Opera最新
ただし前記環境範囲内であっても、ブラウザとOSの組み合わせにより、一部表示に不具合や各種機能がご利用できない場合がございます。　タブレット型端末、スマートフォン／OS: iOS最新、android4.0以上　環境によっては見られない場合があります。

※電子版の利用には多量のデータ送受信が行われます。パケットし放題などの定額サービスのご利用をお勧めします。　※料金・サービスは予告なく変更する場合があります。
※他社提供の記事、著作権により掲載できないものは、掲載していません。

# コンタクトなら汗も気にならない だ・か・ら!
# おもいっきり夏を満喫しちゃおうよ!

**ワンデー アキュビュー® ディファイン® モイスト®**
**新色が登場!!!**



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。

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。

近視・遠視用 1day
**デイリー・ディスポーザブルレンズ My Day® マイデイ®**



レンズのうるおい続く、
たっぷり酸素が瞳に届く。

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。

近視用 1day
**デイリーズ トータル ワン®**




たっぷり酸素を目に届けることで、
目への負担を軽減

※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<br>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8月16日まで）
お1人様1枚限り
他券併用不可



画家・グラフィックアーティスト
## ACTIVE英会話
代表
# ガルシア ラファエル さん

# デザインやアートは日々進化 これからも常に勉強は欠かせない

建築士である父の影響からか幼少の頃から絵を描いたり物を作ることが大好きだったガルシアさん。アメリカの大学でアートを学び、その後グラフィックアーティストとして同国で働き、腕を磨いてきた。現在は「アクティブ英会話」の代表兼講師として幼児から大人を対象に英会話と絵画を教え、幼稚園への出張や年に一度、子どもたちとのコラボで油絵の絵画展を開催するなど精力的に活動。その傍ら、最も得意とするエアブラシと油絵のアート作品も数多く手掛ける。



特に好評なのがTシャツやキャップ、バッグやジャンパーなどの革製品のリメイクアートとギターやヘルメット、スノーボードなどのカスタムペイント。数種類のエアブラシを駆使し独特のタッチと色合いで表現するアメリカンポップなデザインが人気で、有名人の似顔絵やアニメのキャラクターからオリジナルまで一点一点オーダーメイド。中でもスポーツクラブのチームTシャツは口コミで注文が増えているという。アイテムは持ち込みのため、失敗は許されない緊張感のある仕事だが、「自分のためではなく、誰かのために作るからやりがいがある」と、さまざまなアート雑誌や作品に触れるなど日々スキルアップを目指す。「子どもたちに教えている時、デザインを考えている時が楽しい。好きなことを仕事にできているのは幸せ」。アートへの純粋な思いが多くの人を魅了するのだろう。





ACTIVE英会話
函館市東雲町7-10
☎0138-23-4515
10:00～19:00（土曜は17:00まで）
日曜・祝日定休
P有り

文：佐藤　史子　　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）

90分

大人（中学生以上）お一人様 1,204円（税別）

3歳～小学生 お一人様 694円（税別）

学割お一人様 926円（税別）

※ご来店の際に学生であることが確認できる証明書をご提示してください。

**水曜日がお得**

大人（中学生以上）お一人様 926円（税別）

## 8月のメニュー

| | | | |
|---|---|---|---|
| 月 | 毎週一品メガ盛り料理が登場！ ガッツリめしの日（ラーメン・カツ・牛バラ網焼き・トンテキetc） | 金 | 「函館市の魚」を食べ尽くす！ 函館いかまつり |
| 火 | 職人の技が冴えわたる 和食の日 | 土 | デザートが従来より豊富になります。 洋食の日 |
| 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 | 新鮮なネタ満載！ 寿司の日 |
| 木 | ボリューム満点、ガッツリ食べよう ステーキ&ミートDAY | | |

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

# 開拓者精神で牛乳と発酵の原点に帰る 全国を旅するハイブリッツヨーグルト



函館酪農公社LABO

函館市中野町118-17　☎0120-036-983
https://www.hakolabo.jp/

## 函館酪農公社LABOの ハイブリッツヨーグルト JOURNEY（ジャーニー）と greenJOURNEY（グリーンジャーニー）

「地域酪農の生き残りのために高品質な乳製品を全国に広めたい」との思いから、全国、世界を視野に入れた商品の開発を目的として6年前に設立した「函館酪農公社ＬＡＢＯ」。「研究所」という意味を持つラボラトリーの名の通り、牛乳と発酵の原点に立ち返り探究を行ない、美味しさだけではなく健康食品としての顔を持つ製品を生み出している。

３年の月日を費やして完成した「ジャーニー」は近年、医療や美容業界で注目される「プロテオグリカン」を配合したハイブリッツヨーグルト。タンパク質と糖質が結合したプロテオグリカンはコラーゲンやヒアルロン酸と並ぶ動物の軟骨の主成分で、関節の動きを良くし骨の質を高めるなど骨粗しょう症の予防効果も期待されており、食品に取り入れたのは稀な例だという。また、原料には世界でも高品質と称される八雲町の牛乳を厳選。酪農公社の伝統技術を駆使し、なめらかな飲み口で甘さを控えた上品な味わいに仕上げた。より飲みやすくさらりとした口当たりの姉妹品「グリーンジャーニー」も２年前に発売。海に囲まれ多くの旅人が訪れる函館をイメージし「ジャーニー」と命名。乳製品の新たな扉を開いたヨーグルトは函館を飛び出し、どこを旅していくのだろう。函館空港、インターネットで購入可能。価格は「ジャーニー」１５０ml 648円、「グリーンジャーニー」１００ml 345円。




文：坂井　悠香　　写真：大槻　和央



# 5th Anniversary Wedding Fair

～5周年記念ウエディングフェア～

## 7/31(日)

10:00-18:00　参加無料／予約優先

イマジンホテル&リゾート函館は5周年を記念したウエディングフェアを開催致します。会場見学はもちろん、ウエディングの全てが叶う98,000円(税別)特別プランのご案内や新作ウエディング料理の無料試食会などイベント目白押し!!

### Fair Events 1

**新作婚礼料理発表 ＆無料試食会**

12:00～14:00 ／ご予約制



### Fair Events 2

**ドレスフィッティング 前撮り体験会**



### Fair Events 3

**5周年記念 ウエディングプラン**

ウエディングの全てが叶う
98,000円(税別)の特別プラン登場!!




イマジン　ホテル＆リゾート函館
出会いと思い出をつむぐ、舞園リゾート。

〈お問い合わせ・ご予約は〉
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　イマジンウエディング





函館国際ホテル 西館9F
鉄板焼＆フレンチ VUE MER ビュメール
調理部　9F洋食主任
# 五十嵐　彬さん



## 思いやりのある料理人が理想 毎日の積み重ねを大切したい

函館湾に面したベイエリアの絶景が眼下に広がる函館国際ホテル西館9階の「ビュメール」。良質な地場の旬の恵みを存分に愉しめるとあって記念日や祝いの席をはじめ、宿泊客の利用も多い。入社から今年で8年目になる五十嵐さんは、厨房のほか、人気の鉄板焼コーナーも担当する。

高校卒業後、故郷の青森県から函館短期大学付設調理製菓専門学校へ進学。身近になかったフランス料理という未知の世界への憧れから洋食コースを選択し、西洋料理を中心に学んだ。同ホテルに就き最初の5年間は宴会部門で基礎と技術を叩き込まれ、3年前に現在の部署に異動。「自分の知らない世界を知りたい」と洋食を選んだ五十嵐さんにとって「異国の文化を知れるのが魅力。掘り下げていくと、その国や地方の気候や文化、歴史の中に息づいているのがよく分かる。色々な角度から勉強できるのが楽しい」と目を輝かせる。「ただ流れに任せるのではなく、一つ一つの仕事を理解してはじめてやっている意味がある。料理は人に提供するものなので自分の思いを乗せていかないと相手に伝わらないと思う」ときっぱり。客の目の前で調理するため緊張感もあるが、直接反応が返ってくるのがモチベーションに繋がっている。「やるからには料理長のポジションが目標。機会があれば海外に行き、ほかの国の色々な文化を見てみたい」。向上心と探求心溢れる清々しい表情に芯の強さを感じた。



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

文：佐藤　史子　　写真：大槻　和央

海外型フィットネスクラブ

# 函館初上陸

# 7.1 金FRI GRAND OPEN

## オープンキャンペーン



会員カード発行料
通常 ~~5,000~~円(税別) ▶ 無料

7月分月会費
通常 ~~3,650~~円(税別) ▶ 無料

さらに! 8月分月会費 +2,980円(税別)

7/31締切 先着100名様まで

※9月分より通常会費3,650円(税別)となります。 ※6ヶ月の継続が必要となります。



FIT365 函館八幡通り

☎0570-030-365

〒040-0084 北海道函館市大川町1-18 大川ビル2F

まずはWEBで入会予約!

https://fit365.jp/hakodate/

見学随時受付中!

［NIGHT VIEW・中央ふ頭こ線橋より］



# 夕暮れの鉄道風景を眺め童心に帰る

中央ふ頭こ線橋の上、海岸町会館付近の歩道から見た夜景。目の前にあるのはＪＲ北海道函館運輸所。レールの輝きや車両の入れ換え作業、車庫の奥に控える鉄道車両などを見ていると、ワクワクした気持ちになってくる。遠方にはホテルの明かり、旧函館区公会堂、函館山の山容と、観光地函館を形作るスポットも見渡せる。

文・写真：大槻　和央



BLACK FREEZING HIGHBALL
フリージング ハイボール

## ハイボールファンお薦め

# 夏の夜の乾きを爽快に潤す 氷点下のフリージングハイボール

大門横丁の並び、高砂通沿いで、シックな黒の外観が際立つ「ＢＬＡＣＫ　ＮＩＫＫＡ　フリージングハイボールＢＡＲ函館」。ブラックニッカ樽詰めハイボールを使った〝店でしか飲めない氷点下ハイボール〟が楽しめるバーとして今年３月から９月30日までの期間限定でオープンしている話題のバーだ。

「元々好きで、どの店でも１杯目から注文する」と話す丸山さんは根っからのハイボールファン。この店にはオープン初日に来店して以来、「非常に喉越しが良く飲みやすい、クセのないクリアな味わい。今まで飲んだことのない革新的な味ですね」と、すっかりフリージングハイボールのとりこに。仕事帰りにふらりと、２次会後の締め、待ち合わせにとさまざまなシーンに薦める。

全国各地の店でハイボールを味わってきた丸山さんの舌をうならせる旨さの秘訣はその温度。通常のハイボールはおよそ５～６℃だが、アサヒビールが独自に開発した専用ディスペンサーを使うことで、氷点下（マイナス２～０℃）まで冷やすことに成功。クセのないクリアな飲み心地をベースに、今までにない冷涼感と爽快感がプラスされ、甘く華やかな香り、切れ味シャープなすっきりとした飲み口を実現している。また、一軒目に利用することが多い丸山さんにとって、お腹を満たせるフードメニューの充実ぶりも高ポイント。あっさりとした味わいの生ハムをはじめ、ザンギやイカ飯などしっかりと手がかけられた料理に１杯２杯とグラスが進む。この夏、キリッと冷たい一杯をぜひ楽しんでほしい。

PR



スタイリッシュな店内はスタンディングながらイスも備え、気軽に利用しやすい雰囲気。明るく開放感もあり女性同士でも安心して過ごせる。



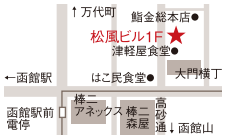

「ノーチャージのバーですので、お気軽にお越しいただき、ぜひ新感覚のフリージングハイボールを味わってもらえれば。25～30人位までの2次会や飲み放題なども受け付けます。人数や予算などお気軽にお問い合わせください」と烟山（けむりやま）店長。

## 9.30（金）まで期間限定OPEN

### BLACK NIKKA フリージングハイボールBAR函館



函館市松風町7-7　松風ビル1F
☎080-9320-2932
17:00～23:00
（日・祝日は22:00まで）※各30分前L.O
http://www.asahibeer.co.jp/area/01/fhb




# 冷たい一杯を片手に肩肘張らずくつろげる大人の社交場




［紹介者］

株式会社中合
**棒ニ森屋店**
前店長
**丸山　篤司さん**

札幌市出身。1982年にダイエー入社。大阪や神戸、福岡など全国各地での勤務を経て、「棒ニ森屋店」の店長として今年6月まで勤務。店長歴20年以上の経験を基に、函館・大門地区の顔であり創業から80年愛される老舗百貨店のリーダーとして指揮を執った。モットーは“自分に正直であれ”。




クリアな爽快感とほのかな甘さが広がる「ブラックニッカ　フリージングハイボール（氷あり）」（380ml500円）。ほか、アルコールはすべて1杯500円。人気のフードメニュー「生ハムとチーズアラカルト」「北海道名物ザンギ」「サラダ」（各500円）。

## ハッピーアワー
［17:00～20:00限定］

「ハコラクを見た」と言うと
ブラックニッカ
フリージングハイボール
通常500円を
半額の250円で提供します。

飲酒は20歳になってから。
飲酒運転は法律で禁止されています。

# 函館初登場

## 〈アディダス〉

スポーツウエアやシューズで
人気のアディダスの新作を
大量入荷しました。函館で初登場です。



**27,000円**（交換レンズ付き）
風や砂などが入りにくいカバーカのあるフォルム。
明るく見やすいライトブルーレンズ。スウェット
ブロッカー付きにて目に流れ込む汗をブロック。



**17,280円**
ファッション性の高いテキスタイルの
サイドデザイン。それでいて3段階調節機能にて
レンズの角度調整が可能。高いフィット感を実現。

## 〈アディダスオリジナルス〉
### byイタリアンインディペンデント

有名アーティストとのコラボが多く、
注目度の高いトレフォイルロゴを用いた
復刻シリーズ。今回はイタリアンインディ
ペンデントとのコラボ商品です。



**14,040円**
オリジナルスの象徴とも言える
スカイブルーカラーをテンプルの内カラーに。



**14,040円**
イタリアらしいフロントとサイドのカラー違いを
楽しめるポップなデザイン。

# EYE WEAR 2016
## 人気ブランド・夏の新作勢揃い

## 〈オークリー〉

最新のスポーツグラス大量入荷。プロアスリートが絶対の信頼を置く超絶フィット感。



**22,680円** EV ZERO
快適なランニングをサポートする抜群の視野。
ソフトでいてピッタリフィットするノーズパット。
ストレスフリーな最軽量フレーム。



**32,400円** FLAK2.0
前モデルのFlak Jacketを刷新し、
より広い視野の確保と、頭を包み込むような
フィット感の改良。度付きも対応。



**23,760円** CROSSLINK Pitch
クロスリンクピッチに新カラー登場。今までは
単色オンリーでしたが、べっ甲柄などが追加に。
気分に合わせて変えられるステムが大好評。



**12,960円** CHAMFER2.0
インパクトのあるビッグスクエアシェイプが
元気な印象に。オークリー独自素材の
オーマターなので抜群の軽量感。

## 〈フォーナインズ〉

誇れる日本の技術力を最大に駆使し、丈夫さはもちろんのこと、スタイリッシュでエレガントな造形美が特徴。



**42,120円** M-40
涼やかでスッキリとした若々しい
サーモントナイロールデザイン。
幅広い年齢層にマッチ。



**29,160円** AP-14
手作り風の肉厚のフォルム、
それでいて軽量素材を使用しているために
軽くかけ心地抜群。



**41,040円** M-18
変色しにくい独自のプラスチックパーツと
建築の技術を応用し滑らかに融合した
メタルコンビフレーム。



**41,040円** M-36
鮮やかなブルーと黄色味を抑えた上品な
ゴールドのメタルパーツが美しい
男女共に人気のカラー。

## 〈オリバーピープルズ〉

アメリカンヴィンテージスタイルが醸す、古き良き時代感と、滑らかな曲線美、細やかなエッチングが美しい。ハリウッドセレブも多数ご愛用。



**37,800円** OP-27T
急上昇のロイドシェイプイエローハバナカラーが
映えアンティークゴールドパーツがスパイシー。



**31,320円** SHELDRAKE-J
有名ハリウッドセレブご愛用の大人気
ロングセラー商品。
流行にとらわれないオーセンテックな名品。



**42,120円** ERVIN
洗練された細身のブロー。
それを演出する極細のテンプルは、
アンティークボールペンより着想。



**37,800円** MP−2
フレームで大人気のMP−2シリーズの
最新サングラス。
サイズアップし、サングラスとしてより快適に。




# メガネワールド

函館市本通4-28-11（産業道路沿い、白百合学園さん向い）
TEL.0138-55-5456　定休日:毎週木曜日・第3水曜日
営業時間10:00〜19:00　http://www1.ncv.ne.jp/~megane-w/



その他ブランド多数取り揃えております。各種クレジットカードもご利用いただけます。

**●アディダス…函館初登場 ●オークリー（度付き）…函館では当店のみ取扱い ●オリバーピープルズ…道南では当店のみ取扱い ●フォーナインズ…函館地区最大級の品揃え**

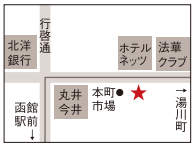
**当店は並行輸入品を一切入れておりません。ブランド品はすべて正規代理店契約をしており、アフターサービスも万全です。**

2016
6.5
OPEN

## ステーキ・ハンバーグ ひげ

### 札幌の人気店が函館にオープン
### 豊富なステーキと肉汁溢れるハンバーグ

札幌市に2店舗を構えるステーキとハンバーグの専門店。肉汁溢れる手ごねハンバーグとステーキがセットの「荒挽きハンバーグ＆本日の和牛ステーキ」（2,600円）や、ラム肉のハンバーグをチーズフォンデュ風に味わう「ラムバーグのチーズ煮込み」（200g1,600円）がおすすめ。「ひげのクーラーサラダ」（880円）などサイドメニューも充実。




函館市本町31-19
☎0138-86-5211
11:00～24:00（23:00L.O）
※ランチは16:00まで
水曜定休





カウンター前の鉄板で豪快に調理する姿を眺めながら食事を楽しめる1階、2～6人掛けのテーブル席で大きなスクリーンやバーカウンターを備えた2階、ソファを中心としたゆったりとくつろげる空間の3階からなる広々とした店内。

2016
7.1
OPEN

## イタリアンレストラン NOSH
ノッシュ

### 旬野菜たっぷりのコース料理で
### 気軽にイタリアンを楽しんで

数々のホテルで腕を磨いてきたシェフが地元に戻りオープン。ランチタイムは1,300円からコースで用意。おすすめの1,800円のコースは旬の野菜による前菜や4～5種類から選べるパスタもしくはリゾット、プチバーガー、デザート、ドリンクが楽しめる。オープン記念で7月末まで「スパークリングワイン」をグラス400円、「エビスビール」を450円で提供。




函館市美原3-51-1
☎0138-85-6073
11:30～14:00（13:30L.O）
18:00～21:00
（フード20:00L.O、ドリンク20:30L.O）
不定休
P有り





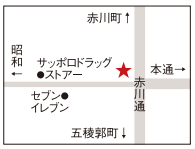
茶色を基調にすっきりとした店内。「ディナーは2,700円からのコース料理のほか、生ハム『ハモンセラーノ』などのアラカルトも用意しています。気軽にイタリアンを楽しんでいただければ」とオーナーシェフの新保憲孝さん。

2016
6.1
OPEN

## CORK BOX
コルクボックス

### 「ワインが人を笑顔にする」
### グラス1杯から楽しめるワインバー

「シャトーレスコンプ1996年」（グラス800円・ボトル3,500円）など、10～20年の熟成を経て飲み頃を迎えた赤ワインを中心に、白ワインやスパークリングワインを、リーズナブルな価格で用意。グラス1杯ずつの飲み比べも気軽にできるほか「紅茶鴨スモーク」（700円）など、より酒を楽しむための料理も提供する。




函館市富岡町3-26-14
☎0138-76-9109
18:00～翌1:00
日曜定休
P有り（2台）





レストラン「五島軒」で長くウエイターとして勤めた経験から、人を笑顔にするワインの魅力に惹きつけられ、「仕事としてワインと関わり続けたい」と石田代表。



## 旬菜旬魚 たじま

2016 5.26 OPEN

### 一人もファミリーでもOK 旬素材の料理と地酒を楽しめる居酒屋

旬の道南産素材を使った和の料理を、日本酒や焼酎とともに楽しめる店。この時期のおすすめ「川えびととうきびのかき揚げ」（６８０円・税別）に使うエビを、七飯町・蓴菜沼の漁師から直接仕入れるなど、生産者との関係づくりにも力を入れている。地酒は味わいのバリエーションを意識しながら、常時８種類を用意。



店内にはカウンター席、テーブル席、座敷席を用意。宴会は前日までの要予約で料理は３,５００円から、飲み放題は１,５００円。揚げ物などの定番居酒屋メニューも取り揃え「気軽な居酒屋としても、家族での食事にも、ぜひお越しください」と同店。






函館市美原3-38-3
☎0138-83-7448
17:00～23:00(22:30L.O)
日曜定休　P有り



## ジンギスカン 陣Zin じん

2016 4.29 OPEN

### 手仕上げの鋳物製鍋でジューシーに 気楽に楽しめるジンギスカン店

木型職人である「ウエノヤマ技巧」の上野山代表が自社製の鋳物鍋を使い「純粋にジンギスカンを楽しんでほしい」との思いで開業。五稜郭形など１０種類のジンギスカン鍋から好きなデザインを選べる。メニューは生ラムの肩ロース（７００円）・スライス（６００円）と、丸ラム（５００円）など。甘めのタレが一層食欲を掻き立てる。

ランチセットは肉３種と野菜の盛り合わせに、ライス、スープ、ソフトドリンクが付き１,２００円。自家製のタレはすりおろしリンゴとタマネギがたっぷり入りフルーティー。カウンターと小上がりの店内は席数が少ないため、来店前の連絡がおすすめ。






函館市五稜郭町30-3
☎0138-31-0688
11:00～14:30
17:00～22:00
(各30分前L.O)
水曜定休
P有り



## 居酒屋 こざる

2016 6.8 OPEN

### メニューや店内を一部リニューアル 中華料理や洋食など豊富な品揃え

新鮮な海の幸や焼き鳥、揚げ物など豊富なメニューが揃うと好評の同店。「カルボナーラ」（９８０円）や「マルゲリータ」（１,０５０円）などの洋食、かねてから人気のあった本格派の中華料理をさらに増やし充実したメニュー数に。常時取り揃える日本酒１０種をはじめとするアルコール類は季節ものも多く用意。店内はより清潔感のある雰囲気に一新。

「今後女子会プランなども用意する予定です。お通しと刺身、天ぷら、焼き鳥、ドリンク１杯が付いて１,０８０円の晩酌セットなど手頃なメニューもあります。常連さんはもちろん、初めての方もお気軽にお越しください」と同店。





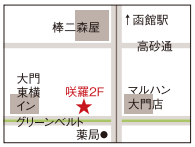

函館市本町10-13
☎0138-84-1031
17:30～23:30L.O
(金・土曜は24:30L.O)
水曜定休
カード可

2016
6.4
OPEN

## すし居酒屋 ひろ笑
ひろみ

### 握りは1個100円から明朗会計
### 一人でもふらりと入りやすい

老舗寿司店などで20年ほど経験を積んだ片野店長が握る本格寿司を気軽に楽しめる店。お好み握りは1個100円からとリーズナブルな値段設定で、1個から注文できる。看板メニューはガゴメ昆布を使用する「箱寿司（バッテラ）いか」（800円）。かむほどに旨みが広がるイカとほんのり甘い酢飯に昆布特有の風味がアクセントになり後を引く。




函館市松風町5-15 咲羅2F
☎0138-76-1287
17:00～23:00
不定休





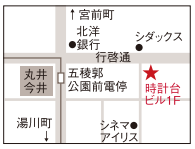
「笑顔の絶えない明るい店にしたい」と片野店長。カウンターと個室で全20席の店内は白い壁に洋風テイストを織り交ぜた洒落た空間。寿司または刺身に小鉢2点、飲み物2杯が付く「晩酌セット」（1,500円・17～19時限定）もおすすめ。

2016
6.5
OPEN

## 定食&無塩うどん おばちゃん亭

### 女性スタッフが元気にお出迎え
### ホッとする手作りおふくろの味

天ぷら、ショウガ焼きなどの定食と丼もの、うどんの店。看板の「無塩うどん」とは、三重県鈴鹿市にある「うどん・そば ○元（まるげん）」が塩を使用せずに打つうどんのことで、現地から毎日、生麺で直送。独特のモチモチ感が特徴で、細めでつるつると喉越しが良く、あっさりとした関西風ダシと良く合う。一品料理も置き、夜は酒と一緒に楽しめる。




函館市本町17-1 時計台ビル別館1F
☎080-1885-4974
11:00～15:00
17:00～22:00
日曜定休





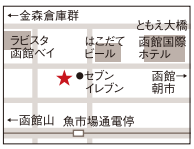
「天おろしうどん」（850円）と「鶏唐揚げ定食」（780円）が人気。店名には「単身の方がふと思い出すおふくろの味、家庭のようなあたたかい場所にしたい」との思いが。オープンキッチンでは女性スタッフが安心・安全にこだわり丁寧に調理する。

2016
5.14
OPEN

## 函館海鮮料理 海寿
かいじゅ

### 巨大水槽には活魚介がずらり
### 鮮度抜群の素材を好みの調理で楽しんで

人気居酒屋「函館海鮮料理　海光房」の姉妹店。巨大な水槽にカニをはじめ、旬の魚介を用意し、注文を受けてからすぐに調理。新鮮な海の幸を刺身や炭火焼で味わえる。おすすめの「活イカ」（時価1,500円～）や「ズワイ刺」（2,480円）、羅臼町産「根ぼっけ焼」（2,800円～）のほか、豊富なメニューを提供する。※価格は各税別




函館市豊川町24-8
☎0138-84-5040
16:00～24:00（23:00L.O）
不定休





「鮮度にこだわった、ほかにはないスタイルなので、目で楽しみながら味わってもらえれば」と同店。店内はカウンターとテーブル席に個室8部屋を備え、団体なら32人まで対応。宴会は料理5,000円（税別）から受け付ける。



## Transistor CAFE
トランジスタカフェ

2016 5.26 OPEN

### 築80年の重厚感とともに 石窯ピザやデザートを楽しめる

薪を燃料にした石窯で焼くピザは、道産小麦を使ったモチモチ食感が特徴。ランチはサラダ、スープ、ドリンクがセットの「シチリアーナ」（900円）などピザ3種に、+200円の「ランチデザート」を用意。「コーヒー」（400円）に合わせる「濃厚ガトーショコラ」（450円）などスイーツや、店主のソムリエ資格を生かしたワインも提供する。



築80年の建物をリノベーションした重厚感も漂う店は、喫茶、食事、酒と、いろいろな時間帯、シーンで利用できる。「さまざまな年代の方が集うコミュニティーの場として、地域に根ざす店にしたい」と同店。




函館市元町28-18
☎0138-76-8196
11:00～22:00(21:00L.O)
月、第2・4火曜定休
P有り



## 世界で2番めにおいしい 焼きたてメロンパンアイス
函館元町店

2016 6.12 OPEN

### 熱々とひんやりを一度に 北海道初上陸スイーツ

全国各地で行列のできるスイーツ店が、旧函館区公会堂近くに出店。熱々のメロンパンにバニラアイスをはさんだ「メロンパンアイス」（400円）や「メロンパン」（200円）は焼きたてで提供する。そのほか、濃厚さとさっぱり感のバランスがとれたアイスクリーム「北海道プレミアムバニラ」（350円）もおすすめ。



石川県金沢市発祥の同店は、今回が北海道初上陸。店名は創業者が、メロンパンの焼き方を教えてくれた師匠に敬意を表したものという。「道南食材を使った新商品を開発するなど、地域の魅力をPRする店に発展させたい」と同店。




函館市元町10-7
☎090-1300-3865
10:00～18:00
不定休



## 女性専用漢方養生サロン 香翠
シャンスイ

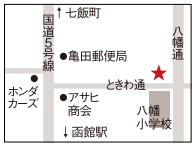
2016 6.1 OPEN

### 中国伝統の「刮痧（かっさ）」で 代謝を促し体質改善

水牛の角から作られたヘラで体を擦っていくことでアザ状のものが現れ、不調部分や体のだるさなど病気の一歩手前となる「未病」を見極めることができるという「かっさ」。冷え症やむくみ、肩コリなどの緩和や体質改善の効果も期待できる。おすすめは「背中すっきりコース」（40分6,480円）で、新規客のみ全メニュー1,000円引きで受け付ける。



「最初は怖いと思われる方が多いですが、優しく擦ることもできるので、まずは気軽に一度お試しいただければ」と同店。CPコスメを用いたフェイシャルエステを手掛ける「Creation」の2階に構える完全予約制のプライベートサロン。



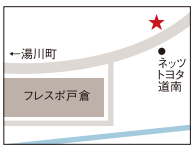

函館市八幡町21-1
CPサロンCreation(クレアシオン)2F
☎0138-84-6339
11:00～18:00 ※完全予約制
日・火曜、祝日定休
P有り

2016
6.13
OPEN

## グルグルカリー

### 人気のスープカレー・キーマカレー店 フレスポ戸倉近くに復活

具材の色彩が豊かなスープカレー「野菜たっぷりチキンカリー」や、ラムの肉団子入り「コフタカリー」（各９５０円）、鉄鍋で焼いて提供するドライタイプのひき肉カレー「キーマカリー」（８５０円）がおすすめ。カレーにはライスが付き、プラス２８０円でサラダ・ドリンクとのセットにもできる。




函館市戸倉町34-4
☎0138-83-2251
11:30～15:00
17:00～20:30
（各30分前L.O）
火曜定休
P有り（6台）





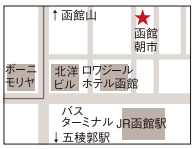
元町で営業していた「ぐるぐる本舗」が、約2年の休業を経て復活。「おかげさまでグルグルが再開しました。皆様また、よろしくお願いします」と同店。窓が大きく明るい新店舗は、テーブル１２席とカウンターが５席。駐車場も完備している。

2016
6.4
OPEN

## 海鮮煎餅 田じま屋

### イカ・エビ・ホタテをまるごと使用 海鮮の旨みが凝縮した風味豊かな煎餅

函館産の真イカや甘エビ、ホタテ貝をまるごと使用した海鮮煎餅を販売。下味を付けた素材を専用のプレス機で焼き、乾燥させて水分を抜くことで、パリパリとした食感と海産物そのものの味わいと香ばしさが楽しめる。しょう油ベースの「いかそのまんま煎餅」は小５００円から、塩味の「えび姿煎餅」は４００円、「ほたて姿煎餅」は３５０円。




函館市若松町9-22
（函館朝市ひろば内）
☎0138-83-7003
7:00～14:00
水曜定休
P有り（2,100円以上購入で1時間無料）





「函館らしい商品を提供するため、試行錯誤して完成させました。市内の方にも来ていただき、一人でも多くリピーターになってもらえる店にしたい」と代表の田嶋さん。店頭で実際に製造の様子も見ることができる。

2016
5.1
OPEN

## ©LABO TOKYO
コラボ トウキョウ

### 大人の女性が求める「かわいい」が満載 住宅街の中のセレクトショップ

関東在住のオーナーがアパレル歴２０年の経験を生かし地元函館に開店したセレクトショップ。表参道や代官山の隠れ家ショップをイメージしたという店内には一点物からベーシック系まで大人女子の心をくすぐるアイテムがずらり。函館初上陸のブランドをメインに、最新アイテムが随時入荷中。「周りとはちょっと違うおシャレ」も叶えてくれる。




函館市松陰町1-39
☎0138-87-2633
11:00～18:00
水曜、第2・4木曜定休
P有り





「お洒落な空間でお買い物を楽しんでいただければ」と、一点一点手に取りやすいよう、ゆったりとディスプレイ。トップスからボトムス、ワンピース、バッグまでセンスが光るブランドを厳選。オーガニックコスメブランド「バイタルマテリアル」も入荷した。

# 三嶋神社の湧情水



## 湧情水

力・意欲・富・知恵・愛情が湧くように。
縁を結び心・病を洗い人の有様を浄める様に
三島神社で祈願しております。
湧情水を飲んで健康に成りますよう
御祈念いたします。
≪午前６時～午後６時まで≫

## 水占い

湧情水の水の上に紙を浮かべると、
一文字が浮かび上がります。
神様からの今の貴方様の時勢と
教えを授かります。
又、その文字を受けて自分なりに
感じる事も大切であります。
是非、占って見てください。








こちらで受け付けできる様になりました。

当神社で出会いの場を設けさせていただきます。

## ～木花結びの詣で～男･女各15名募集

**昨年開催時は、男性１３名･女性１１名の参加のうち、5組10名のカップルが誕生しました。**

11月13日(日)
開催
13:00～17:00

詳しくは三嶋神社まで!




創建永正元年（一五〇四年）

三嶋神社

北海道亀田郡七飯町本町６丁目2-3
TEL0138-65-2074
http://mishima-jinja.org

# 第98回全国高校野球選手権大会 北海道大会

# 高校野球写真展











## 高校別に全チームの写真を展示 ※1 ※2

※1 支部大会（地方大会）の写真は、最寄りの会場のみの展示となります。
※2 南・北 北海道大会（全道大会）の写真は、出場チームが進出した最寄りの地区の会場にそれぞれ展示します。

**入場無料**

## 8/21・22

受付時間
10:00～18:00

●展示写真／南北海道大会・函館支部大会

## 函館蔦屋書店2階

各校選手の保護者の皆様へ　L判写真を２枚プレゼント!!

## 写真展招待状のご案内

朝日新聞北海道支社では、道内各地の支部大会、そして南・北北海道大会の熱闘の模様を伝える「高校野球写真展」を、道内4会場で開催します。

つきましては、ご希望の保護者の皆様に「写真展招待状」をお送りいたします。この**招待状をご持参の上、写真展にご来場いただいた方には ご希望の写真2枚（L判プリント）を無料でプレゼント**いたします。

ぜひ、保護者の皆様でお誘い合わせの上、お申し込み並びにご来場いただければ幸いです。心よりお待ちしております。

### ■招待状のお申し込み方法

下記専用サイトにアクセスし、必要事項をご入力の上、送信してください。

スマホから

PCから　afcアサヒ　検索

https://www.asahi-afc.jp/
専用バナーから

※各会場開催日の10日～2週間前をめどに招待状を発送いたします。
お早めにお申し込みいただければ幸いです。

**招待状の申し込みに関する応募要項**

- ご応募はお一人様一回限りとさせていただきます。同一世帯で重複応募された場合は、代表の方一名に取りまとめさせていただきます。
- キャンペーン期間中に予告なく本規約及び本応募フォームの内容を変更する場合がございます。
- ご入力いただいた個人情報は8月に開催されます「第98回全国高校野球選手権大会 北海道大会　高校野球写真展」のご招待状の発送、同写真展での展示写真プレゼント、朝日新聞の各種ご案内に利用させていただきます。

お問い合わせ先／TEL011-281-2135（朝日新聞北海道支社 高校野球写真展係）

特集

# 夏の西部地区をめぐる

青々とした緑に包まれる函館山と
港までをつなぐ坂道
火照った肌を心地良くなでる
潮風が吹き抜ける湾岸沿い
開港の時代から人々を見守ってきた街には
多くの見所、名店がある
空が高く晴れ渡った日
海と山に囲まれたロマン薫る街へ出掛けた

立待岬の程近く海岸通り沿いのコテージ風マンションの一室に構える「カフェ琥珀」は今年の営業開始と共に店内をリニューアル。海岸に突き出たようなテラス席が倍ほどの広さになり、高い目線から海を眺めることができる。天候に恵まれた日の美しく輝く海面はもちろん、曇天の日でも目の前に打ち寄せる荒波が迫力満点で見応えがある。ランチタイムはオーナー自らが腕によりをかけた家庭料理が週替わりで並び、「お刺身があると得した気分になるでしょ」と、必ず刺身が添えられるなどちょっとした心遣いが嬉しい。

市電の終点谷地頭電停前、昨年11月に築60年ほどの建物をリノ







SHOP 1
［住吉町］

**cafe 琥珀**
こはく

メインが週替わりの「琥珀プレート」（1,200円）のこの日のメニュー「ポークジンジャー」はゴマ油や山椒、日本酒などを加えたタマネギベースのソースにご飯が進む。
●函館市住吉町15-2　☎0138-26-5388　11：00～17：00　第3月・日曜定休　（12～翌4月上旬は冬期休業）　P有り（10台）

# 西部地区案内図






SPOT A ［青柳町］ 住吉漁港

真っ赤に塗られた赤灯台に見守られる漁港からは立待岬を望むことができ、季節の魚を狙う釣り人の姿も。

## 山海を間近に穏やかな時が流れる店の優しい笑顔と味に癒される



SHOP 2 ［谷地頭町］ CAFE Classic カフェ クラシック

てんさい糖で優しい甘さに仕上げた「クラシッククプリン」（450円）は硬めの食感でどこか懐かしい昔ながらの味わい。●函館市谷地頭町25-20 ☎080-5596-2291 11:00〜23:00（22：00L.O）不定休　P有り（2台）

ベーションしたカフェがオープン。「クラシック」という名の通り古き良きものを大切に、天井や柱、扉のすりガラスなどそこかしこに昔ながらの趣を残しつつも清潔感がある柔らかな雰囲気に近藤店主のセンスがうかがえる。東京から移住した近藤さんの「歴史のある函館の店を大切にしていきたい」という思いからコーヒーは末広町の「十字屋食料品店」、パンは谷地頭町の「窯蔵（かまくら）」から仕入れ、照明は豊川町の雑貨店「パームワインストア」で出合ったヴィンテージ…と市内で手に入れた多くの商品で溢れている。帰り際、妻のゆきさんと笑顔で手を振り見送ってくれる丁寧なもてなしにまた会いに行きたくなった。






## SHOP［宝来町］3 お茶のさんわ園

店先には「まちかど観光案内所」の文字を掲げ、夫の裕昭さんは街の歴史や観光に造詣が深く観光ガイドとしても活躍している。●函館市宝来町5-10　☎0138-22-6094　8：00～20：00　日曜、祝日定休　P有り









## SPOT［青柳町］B 函館公園 孟宗竹

北海道の気候では育つのが難しいとされていた竹林は1株7本から始まり、現在では向かい合うモミジと共に鮮やかなグリーンのトンネルを形作っている。●函館市青柳町17

## ロマン薫る通りを歩けば夏の景色や個性豊かな味に出合う

明治時代に市民の寄付によって造築された「函館公園」。中央に構える大噴水近くには「孟宗竹」が生い茂り、まっすぐに伸びた緑色に輝く竹の間から降り注ぐ木漏れ日は安らぎを与えてくれるかのよう。大火を耐え忍び、明治時代の趣を色濃く残す蔵などが立ち並ぶロマン漂う末広栄町通り。1階と2階部分を隔てる庇（ひさし）や下見板張りの趣向が取り入れられた造りの建物で街並みによく溶け込んだ日本茶の店「さんわ園」は市内では珍しい京都宇治の茶を中心に並べる。香り高く渋みが少ないさらりと爽やかな飲み口が特徴で、女将の佐藤佳子さん自ら焙じるほうじ茶は煎りたてを提供するようにしている。

函館山を背に立つ高田屋嘉兵衛象を過ぎ、かつて東京以北最大の繁華街として賑わった銀座通りの一角に佇む「すず音ドリーム」は昨年青柳町から移転。店の雰囲気を変え、カラフルなランタンや昭和45年製のバイク、奥にはワインがずらりと並ぶセラーと佐藤オーナーの趣味を詰め込んだ遊び心満載の店内。そんな中振る舞われるのは、化学調味料を使わず素材の旨みを生かした本格派の中華料理。沖縄県産「粟國の塩」や鹿部町産の海藻による「ダルスの塩」などを料理によって使い分けるなど細かな部分にまで気を配る。カウンター席からは炎を上げ鍋を振る姿が間近に眺められ、「個室が多かった前の店と比べてお客様の反応がダイレクトに知れることが嬉しい」と話す佐藤さんは気さくで会話も楽しくつい長居してしまう。

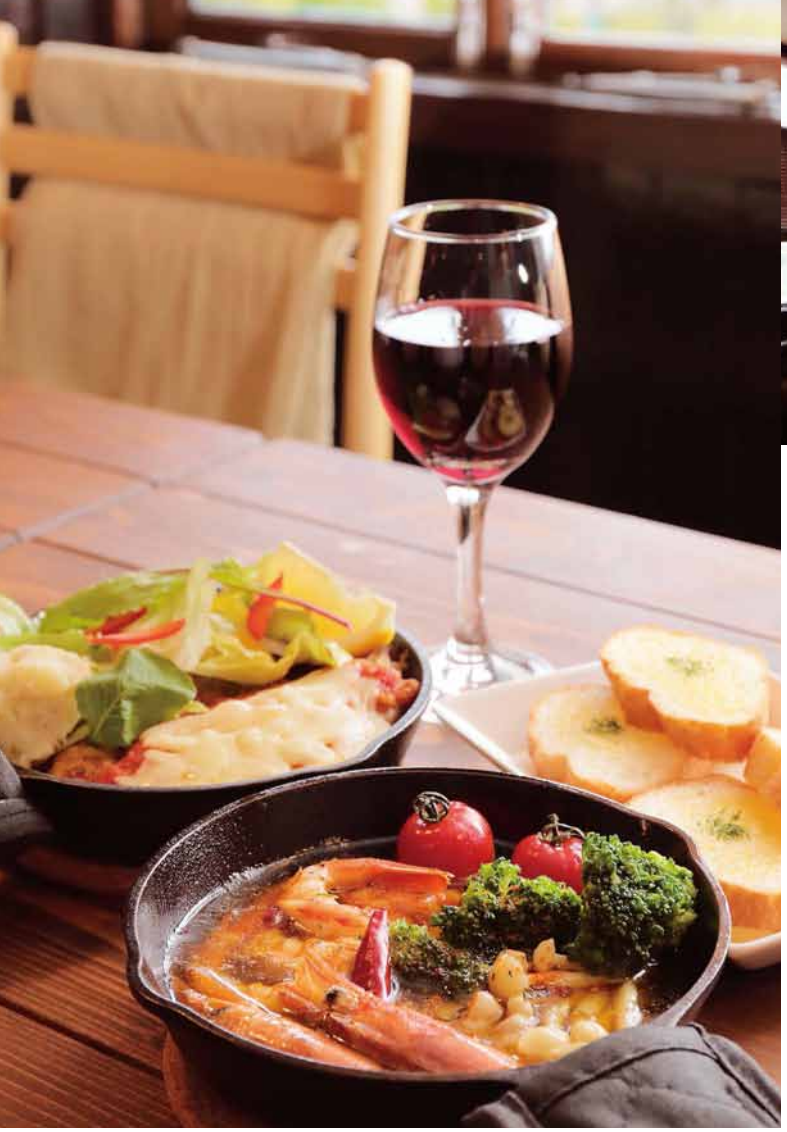
## SHOP［宝来町］4

カフェ&ダイニングバー
**すず音ドリーム**

箸でほぐれるほどやわらかい豚肉が入った「コラーゲンたっぷりトロトロ豚肉とフカヒレのバリバリ焼きそば」（1，300円）は8月末までの期間限定で提供。●函館市宝来町22-9　☎0138-78-1015　18：00～翌3：00（2：00L.O）　水曜定休











SHOP［末広町］5

## Cafe BAY DEER
ベイ ディア

スキレット料理「エビと野菜のアヒージョ」（バゲット付き800円）と「グリルチキンのトマトソース」（ライス付き900円）。●函館市末広町14-1ウエストサイドテラス2F　☎0138-24-0730　11：30～22：00（21:30L.O）※ランチは14：30まで　火曜定休　P有り

金森赤レンガ倉庫群の程近く、二十間坂沿いにある建物の2階に今年1月オープンした「ベイディア」は加藤和也さんと祐也さんが兄弟で営むカフェ。木の質感を生かした飾らない雰囲気と随所に置かれた観葉植物が安らぎを与える。ライス系のワンプレートやパスタ、ガレットなどのフードメニューは洋食店並みの豊富さ。看板品のスキレット料理は蓄熱性が高く、食材の旨みを引き立てるという厚手の鋳鉄製フライパンを使用したメニュー。グツグツと煮立った状態でテーブルに運ばれるので、ぜひ熱々を頬張ってほしい。ランチタイムはサラダとドリンクが付くセットメニューを用意し、近隣で働くOLさん達に好評。昼から夜までいつでもお腹を満たせるのが嬉しい。

## 観光気分に浸れる函館らしいベイエリア風景

夏と言えば「ソフトクリーム」。ベイはこだての敷地内にある軽食やドリンクのテイクアウト専門店「はこだてミルク工房」では、道産アズキやトウモロコシを使った北海道ならではの味覚を詰め込んだオリジナルソフトクリームがおすすめ。2つの風味がしっかりと口の中で溶け合う。店内で揚げる手作りポテトチップスなどここでしか味わえないメニューを販売。天気の良い日には店舗横にイートンスペースを設けているので、運河や行き交う人々を眺めながらゆっくり足を休め、観光客気分を楽しみたい。



SHOP［豊川町］6 はこだてミルク工房

オリジナルソフトクリーム「道産あずき&とうもろこしミックス」（350円）。●函館市豊川町11-5　☎0138-22-2228　11：00～18：00（天候により早めの閉店有り）　無休（冬期間は休業）　P有り（1，000円以上購入で2時間無料）



SPOT［大町］C 緑の島

ベイエリアを望む絶景ポイント。スポーツやイベント会場として利用されるだけあって広々と開放的。遊歩道やベンチも整備されているので、気持ち良い海風を感じながらのんびり散歩や休憩を。





SPOT［元町・末広町］D 二十間坂

元町から末広町まで延びる二十間坂は、数ある坂の中でも幅が広く、今時期は街路樹の深緑と青空が鮮やかなコントラストを描く。

## 緑に彩られた石畳の坂沿いには個性派ショップが続々登場




SHOP［末広町］7

**Waibi**
**SELECTSHOP**
ワイビ

「マスキングテープ」（小540円、大1,080円）、「取っ手」（540円）など小物類も販売。デニムブランド「Lee」が製作したワークウェアは普段着としてもおしゃれ。●函館市末広町17-1フォルム函館二十間坂B002
☎0138-83-5731　9：00～18：30　日曜定休（土曜は不定休）　P有り



二十間坂に立つマンションの地階、歩道に面した「ワイビ」は全国展開する住宅建材・設備関連会社「和以美」が函館元町営業所の事務所兼ショールームとして今年2月に開店。かわいらしい外観にカフェだと思い飛び込む人もいるという。輸入クロスや床材、ドイツ製の蛇口と海外製品を主体にオーダーメイド家具やインテリアなどの住宅資材・機器を取り扱い、カタログの閲覧も可能。雑貨店のようにフランクな感覚で来店できる。リフォームやリノベーションは設計、施工まで手掛け、ナチュラルカントリーやアンティーク調などどんなデザインにも対応するので気軽に相談を。

二十間坂の中腹を抜けたところに荘厳と佇む「真宗大谷派　函館別院」、通称「東本願寺」は大正4年に落成した日本最古の鉄筋コンクリート造りの寺院として国の重要文化財にも指定。度重なる大火に見舞われた函館の耐火建築の先駆けともいえる存在だが当時はアメリカ製の鉄筋や人の踏んだ土砂を用いることに異論も多く唱えられ、砂利を洗って用いたとの説も残っているという。本堂は自由に見学することができ、境内には市民ランナーや観光客の姿も見られる。

東本願寺正門の向かい、香ばしい匂いに誘われ横小路を入る

重厚な瓦屋根や歴史ある街並みを抜け、路地の先に佇む隠れ家でひと休み







SPOT［元町］E 真宗大谷派 函館別院

本堂、旧鐘楼、正門は日本初の鉄筋コンクリート製。本堂には昭和43年十勝沖大地震により破損した鬼瓦が展示されている。
●函館市元町16-15　☎0138-22-0134








SHOP［元 町］8 Coffee stand 303
コーヒースタンド

ホットコーヒーはSサイズ300円、Lサイズ500円、アイスコーヒー500円で、豆も販売する（100g500円）。ゲストハウスは1組限定（4人まで）で1日1人2，500円（谷地頭温泉の入浴券付）。●函館市元町30-3　☎080-6558-8441
9：00～18：00　不定休

と古民家を改装した「コーヒースタンド303」に出合う。東京でカフェバーを営み、沖縄を旅してきた店主の木村さんが地元函館で開店したテイクアウトコーヒー店。この6月には併設のゲストハウスもオープンした。生豆を仕入れて毎朝自家焙煎するブレンドコーヒーはほんのりと酸味を感じ苦みも程良く飲みやすい。アイスコーヒーやカフェオレ、オーガニック紅茶も提供。カップ片手に周辺を散策したり、店内にある待合いイスでイートインもできるので、ちょっと休憩したりと、ほっと一息つける。



## 教会群から駒ケ岳まで望む函館山山麓で清らかな水の風景が訪れる人の心を癒す

SPOT［元町］F 元町配水場

函館山ロープウェイ山麓駅のすぐ上にある「元町配水場」は期間や時間を限定し、公園として一般開放。噴水池から上がるキラキラと輝く水しぶきが涼を与えてくれる。場内は広く、展望広場からは函館市街を一望できる。



## SPOT G ［元町］ 旧北海道庁函館支庁庁舎

北海道有形文化財に指定。1階は函館市元町観光案内所として活用されている。●函館市元町12-18　☎0138-27-3333　4～10月9:00～19:00、11～翌3月9:00～17:00　無休





## SPOT H ［元町］ 旧函館区公会堂

元町地区のランドマークとも言える函館市重要文化財。入館料は大人300円、学生・生徒・児童150円、未就学児無料●函館市元町11-13　☎0138-22-1001　4～10月9:00～19:00、11～翌3月9:00～17:00　月1回休館日あり（日付は要問い合わせ）※1月1～3日は臨時開館、5～8月は無休

ブルーグレーとイエローの鮮やかな外観が華麗な「旧函館区公会堂」や重厚感とクラシカルな品格が漂う「旧北海道庁函館支庁庁舎」をはじめ、和洋折衷住宅や教会によって独特の異国情緒を醸す西部地区の中心地・元町。そんな歴史的建造物が周りに立ち並ぶ港が丘通に開店し2年、マトリョーシカや児童書、ロシェンのチョコレートなどロシア直輸入の手工芸品、人気雑貨を専門に取り扱う函館でも珍しいショップとして、地元客にも親しまれる「チャイカ」。今年2月には念願のカフェもオープンし、ロシアンスタイルで提供される香り高い紅茶やドリンクとともに伝統菓子が味わえる。料理やスイーツに欠かせないサワークリームや果肉たっぷりのジャムまですべて自家製。一つ一つ手作りする本場の味は素朴でどこか懐かしいぬくもりに溢れている。





## SHOP 9 ［元町］

**ロシア・東欧雑貨直輸入店　チャイカ**

フランスの紅茶・クスミティーにカッテージチーズケーキ〈トヴァロージニー〉が付く「ロシアンティーセットA」（850円）。ジャガイモの形をしたロシアのお菓子「カルトーシカ」（300円）とロシア風リンゴのケーキ「シャルロートカ」（400円）はテイクアウトもOK。●函館市元町7-7　☎0138-87-2098　10:00～17:00　火曜定休（7・8月は不定休）　P有り



## 開港時の面影を今に残す西部地区の中心地 異国の文化を五感で体感する



SHOP［船見町］10 **函館聖マリア教会　エンジェルカフェ**

「コーヒー」（500円）や「紅茶」（450円～）のほかソフトクリーム（250円）も用意。
●函館市船見町8-21　☎0138-22-5151　11：00～16：00　火曜定休（祝日は営業）　※挙式がある時間帯は休み、11～翌3月は場所を縮小し営業　P有り





## 急勾配の坂を上った先には港町を一望できる絶景が待つ

SPOT［弥生町］J **鯨族供養塔**

1957年、遠洋捕鯨会社の天野太輔さんが捕獲した多くのクジラを供養するために建てたといわれている。




SPOT［船見町］I **山上大神宮**
やまのうえだいじんぐう

合併合祀を繰り返したため、天照皇大神と豊受大神を主祭神とし、学業成就の「菅原道真公」、安産祈願の「木花開耶姫命」など多くの神様が祀られている。
●函館市船見町15-1
☎0138-22-1819



## 往来する電車とすれ違いながら歩けば街をあたたかく見守る人がいる






SHOP［弁天町］11 ㊏ 和田商店

看板は倉庫で大切に保管していた創業当時のものを掲げており、懐かしむ近隣住民もいるという。●函館市弁天町14-11 ☎0138-76-4422　13：00～18：00　水・日曜、祝日定休

函館山麓の主要な坂の中で最長といわれる急勾配の弥生坂を上った所に十字架を掲げる「函館聖マリア教会」。150年以上の歴史あるイギリスの教会から譲り受けた1860年製のステンドグラスや調度品が多く飾られ、神聖な雰囲気をより一層盛り上げている。挙式のない時間帯には「エンジェルカフェ」としても営業しており、特に2階のテラス席は爽やかな潮風を頬に感じながら函館の街並みから港までを見渡せる特等席だ。

幸坂の突き当たりに建つ「山上大神宮」は緑に囲まれるように、静かに鳥居を構える。坂の中腹で千歳坂に入ると、絶滅危惧種に名を連ねるセミクジラの模型が置かれた「鯨族供養塔」がある。建物の隙間に静かに立つその愛くるしい姿に手を合わせたくなる。

今年3月本町の「ワインショップ・ワダ」が「和田商店」として創業の地、弁天町に戻ってきた。1880年頃に建てられ酒問屋として活躍した土蔵を自宅の車庫として利用していたが、一部に手を加え当時の佇まいを再現。店内には和田店主が厳選した輸入ワインを中心に、離島ならではのミネラルが感じられるという奥尻ワインなども並ぶ。ワイン初心者やギフトの相談にも丁寧に応じてくれるため、お気に入りの1本を探しに出掛けてみては。



SPOT［弁天町］K 西埠頭周辺

倉庫が立ち並ぶ通りを抜けた所に位置し、漁船やクルーザーがずらりと並ぶ西埠頭は大型客船なども多く入港する。

# 潮の香りに包まれながら かつての繁栄を築いた通りをめぐる



SPOT ［入舟町］ L

## 入舟漁港

江戸幕府が外国船の襲来に備え建設した弁天台場を解体し、その石材を転用して造った石積の防波堤が特徴的。






SHOP ［弁天町］ 12

## 寿し居酒屋 北海

「晩酌セット」は1,600円。ランチタイムはお椀、サラダが付いたおまかせの「にぎり10貫」(900円)や「いか丼」(850円)、「生チラシ」(1,150円)など手頃に楽しめる。
※価格は各税別 ●函館市弁天町19-1
☎0138-22-0563 11:00～14:00
17:00～23:00 無休（火曜のみランチ休み） P有り



SPOT M 外国人墓地
［船見町］

プロテスタントやカトリック墓地、ロシア人墓地など宗教や国籍によって分けられている。対岸には駒ケ岳を見つけることもでき、美しいグラデーションに色付く夕日は特に絶景。

## 異国の魂が眠る地は、函館港一帯がオレンジ色に染まる夕日の名所

多くのイカ釣り漁船が出航し、函館のイカ漁においての中核を担う「入舟漁港」は水質の良さから釣り場としても人気が高く、マコガレイやソイ、アブラコ、カジカなどが揚がるという。函館どつく前電停近くでのれんを揺らし半世紀。4年前店名に「居酒屋」を加え、若年層もより利用しやすくなった「寿し居酒屋北海」。板場に立ち続けてきた大将、長谷川初紀さんが年齢を感じさせない活気で迎えてくれる。気軽に握りを楽しめる「晩酌セット」は寿司5貫と刺身、小鉢、ドリンク1杯がセットで、このメニューから酔いの席を始める客がほとんどだという。大きめに握られたシャリは口の中でほろりとほどけ、ネタの味わいと共に口いっぱいに広がる。長く街を見守ってきた長谷川さんがユーモアたっぷりに語る函館どつく最盛期の様子など昔話に耳を傾けながら心地良く酔いしれたい。

1854年ペリー来航時に命を落とした水兵を葬ったことが始まりという「外国人墓地」。江戸時代末期には開港を機に多くの外国人が来函し、この地で一生を終える者も少なくなかったことから設けられた。函館港を一望できる絶景スポットとしても知られ、沈みゆく夕日によって濃い影を落とす墓地の様子はどこか寂しげに見える。

# 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



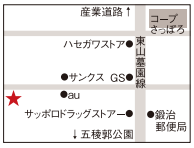
## あんかけ焼きそばセット
**980円**

しょう油味あんかけの焼きそばに海鮮シューマイ、春巻き、ポテトサラダなどが付くおすすめメニュー。ほか、築地直送本マグロなどを使った「海鮮丼セット」（1,380円）も不動の人気。ランチタイムはセルフサービスのホットコーヒー無料サービスも。

### 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/








## ジャージャー麺
**850円**

甘辛の肉みそとモチモチの極太冷やし麺が良く合う、夏におすすめの一杯。好みに合わせて辛さは10段階から選べる（3倍以上は+100円）。8月末まで同メニュー注文時「ハコラクを見た」と伝えると、鬼平特製「杏仁豆腐」をサービスする。

### 麺家 鬼平 Onihei

北斗市七重浜4-1-28　☎0138-85-8882
11:00～15:00、17:00～23:00（各30分前L.O）
不定休　P有り







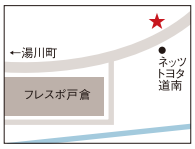

## うさぎ膳
**1,200円**

モチモチ食感の黒米とみそ汁のほか、10種類ほどのおかずとドリンク、デザートがセットになった人気メニュー。野菜をたっぷり使った小鉢は全て手作りで「さわらテリヤキ」や「鹿肉のビーンズデミシチュー」「きぬさやとシメジごま和え」など体に優しい味が日替わりで並ぶ。

### 月夜のうさぎ

函館市戸倉町34-5　☎0138-87-5839
11:00～15:00、17:30～22:30
（各30分前L.O）
日・第3月曜定休　P有り








## 宇治御膳
**1,100円**（税別）

細麺で喉越し爽やかな茶そばはこれからの季節にぴったり。カツオとサバ節をブレンドした香り高い自家製のかえしで味わって。天ぷらと茶碗蒸し、小鉢、サラダがセット。ほか、月～金曜に提供しているボリューム満点の「日替り定食」（780円・税別）もおすすめ。

### 肴料理とお酒 旬味 鹿六
しゅんみ　かろく

函館市本町31-8　☎0138-33-4488
11:30～14:00（ランチ）
17:00～23:00（22:30L.O）
日曜定休（月曜祝日の場合は月曜休み）








## チキンときのこホウレン草のオムドリア
（サラダ、デザート、ドリンク付き）　**1,000円**

グラタンやサンドなど毎日5種類を提供する月替わりランチ。7月のおすすめはストウブ鍋に炒めたライスを入れてチーズを乗せ、卵を流し込んでふっくら焼き上げたドリア風オムライス。自家製トマトソースの甘みと酸味、さっぱり感が食欲を誘う。

### Balthus
バルテュス

函館市梁川町10-14 レノンやながわ1F左
☎0138-84-6917
11:30～15:00（14:00L.O）、18:00～23:00（22:30L.O）
日曜定休　P有り





社長のお昼ごはん

株式会社　近藤商会
代表取締役社長
# 相川　良夫さん おすすめ
カフェダイニング カルド カルチョの
# 「伝説のナポリタン」



［Profile］大学進学と共に上京し東京の企業に勤める。33歳で函館に戻り、事務機器や教育機器を主に取り扱う近藤商会に企画室長として入社、46歳で代表取締役社長に就任。時代の流れと共に変化する顧客ニーズや経営課題に対応したオフィス創りを提供する。プライベートでは愛犬と共に過ごしたり、50～70年代ポップスやソウルダンスを楽しむことでリフレッシュしている。

## わがままを聞いてくれるアットホームな雰囲気につい足が向く「私の食堂」

4年前のオープン当時に「近くにおいしい生パスタの店ができた」という噂を耳にし初めて訪れて以来、自宅から近いこともあり週に1度は顔を見せているという相川さん。店主の佐藤悠祐さんを「弟みたいなヤツ」と話し、「悠祐」と気さくに呼び、冗談を交わす様子からも常連だということがうかがえる。

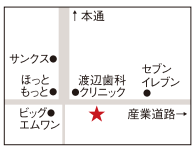
看板メニュー「伝説のナポリタン」が特にお気に入りで「マイルドで濃すぎないケチャップ味と生パスタのもちもち食感が絶妙」と、さまざまなメニューを試しながらも、結局はこの味に戻るという。また「卵が好き」という相川さんのリクエストに佐藤店主が応じて以来、このメニューには卵をトッピングするのがお決まりになった。ウニや明太子などの食材を持ち込み、調理してもらうこともしばしばで、妻が不在のときや仕事の合間にふらりと来店することが多く、「私にとって大切な食堂」と話す。客のわがままにも気さくに応じてくれる朗らかな佐藤店主が醸し出すアットホームな雰囲気の店は気軽に利用しやすい「食堂」のように多くの客に愛されている。

## 「伝説のナポリタン」
1,080円（卵のトッピング＋100円）

Cafe Dining Caldo Calcio
カフェ ダイニング カルド カルチョ

函館市花園町22-26 メゾンパティオ花園1F
☎0138-54-3737
11:30～22:30（22:00L.O）※ランチタイムは17:00まで
月曜定休（祝日の場合15:00まで営業）　P有り








文：坂井　悠香　　写真：大槻　和央

# から揚げ食べ放題!!



☆タレも全て店長特製の絶品☆

飲み放題に＋500円(税込)




「BARから生まれた 絶品から揚げ!」





**飲み放題2時間**

※から揚げ食べ放題は23時迄

## 2,000円(税込)でスパークリングワインも飲み放題♪

函館市梁川町18-20
☎0138-51-6030
18:00～翌3:00
(金・土曜・祝前日～翌4:00)
木曜定休






楽しい時間と空間をリーズナブルに。
NOKK's BAR
ノックスバー

〈各種コースも大好評受付中!! ※要予約〉










2次会、3次会は系列店
BAR E-clip's(イークリップス)で!

系列店→系列店で500円OFF

函館市本町32-37 2F
☎0138-83-7811
20:00～翌4:00
(金・土曜・祝前日～翌5:00)
日曜定休

2時間2,500円～

豊富なメニューをリーズナブルに。









頬肉と脳天の炙り、3種の握り、鉄火巻を一皿で味わえる「マグロづくしの握り」（1，800円）、「特選本マグロ3種盛り」（3，000円）は昼夜対応。※価格は各税別





和食

## マグロ好きの人必見!!
## 7月からのランチ限定メニュー♪

### 海鮮 MATERIAL GAME

マテリアルゲーム

新鮮&素材勝負の同店から「本マグロ丼」（1，000円・税込）が7月から新メニューとして登場。天然の本マグロの上にネギトロをたっぷり乗せた、マグロ好きにはたまらない一品!!ボリュームもあるので満足&満腹感で満たされそう♪一日限定20食、ランチタイムのメニューとなっているため早めに!! ほか、うなぎの限定メニュー（「7月30日土用の丑の日 うなぎを食す!」P63掲載）もおススメ!




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

和食

## 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。







料理8品に串揚げ食べ放題と2時間の飲み放題が付いた人気の宴会プラン。3,500円、4,000円、4,300円の3コースを用意。味、値段、ボリュームどれをとっても納得の内容。



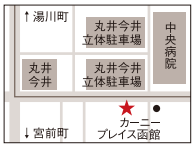


居酒屋

## 30種の串揚げと煮込みが食べ放題 驚きのコストパフォーマンスで大満足

## マルケン酒場

豊富なメニューを驚きの値段で提供する同店。サクッと軽い人気の串揚げと評判の煮込みの食べ放題を始めた（90分、1,500円、+1,500円で飲み放題付）。定番の豚串や旬野菜、デザート感覚のクッキー&クリームなど全30品を提供。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。ほかにも海鮮や焼き物など、さまざまなサイドメニューも用意。また、好評の宴会コースも3,500円から受け付け。※価格は各税別



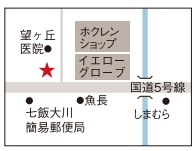

函館市本町4-22
☎0138-83-8989
16:00～24:00（23:30L.O）
※前日までの事前予約で13:00から営業
不定休

ラーメン

## 心を込めて店主が作る 最後まで飲み干す一杯はコレ!!

## ラーメン ら。む～

コクと旨味を凝縮させた人気のしょう油ラーメンに、食べ応え抜群の炙りチャーシューを乗せたボリューム満点の「炙り正油ラーメン」（730円）。この味の深さは、食べた人にしかわからない絶品なので、ぜひ。また、夏に好評の「冷やしめん」（550円）も、期間限定の見逃せない一杯だ。ほか、手作りでジューシーな「ギョーザ」（330円）は、ラーメンを注文した人には300円で提供中。




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。







２１時まではラーメンを注文するとソフトドリンクが１杯サービス。“もう一品”にちょうど良い「半チャーハン」（３５０円）もおすすめ。





ラーメン

## 魚介の濃厚なつけダレと食す 北海道産の香り高い全粒粉麺

### らーめん 祐二郎

店主渾身の夏季限定新メニュー「濃厚魚介つけ麺」（８５０円）。和風だしをベースに、豚・鶏のエキスを合わせたつけダレは、カツオ節の魚粉をふんだんに使用した魚介の香りが食欲をそそる。麺は小麦を皮ごと挽いた全粒粉を使用。皮や胚芽に含まれるミネラルや食物繊維が豊富で栄養価が高く、小麦本来の香りが楽しめる。コシのある太麺に濃厚な魚介の風味豊かなつけダレが良く絡む、この夏おすすめの逸品。



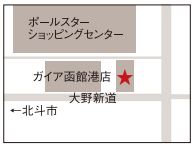

函館市桔梗3-41-11
☎0138-46-1414
11:00～15:00、17:30～24:00（各20分前L.O）
※日曜・祝日は21:00まで
月曜定休（祝日の場合は昼のみ営業し、翌火曜休み）
P有り

ラーメン

## 話題のひらき流“まぜそば”が登場 辛旨好きにはたまらない一品

### らーめん ひらき家 港町店

本町「ひらき家」の２号店である港町店では新メニューとして、名古屋市などで人気の「台湾まぜそば」（ミニライス付き・８００円）を始めた。コチュジャンと豆板醤が入った特製スープに唐辛子などで味付けした辛みのある挽肉とタマネギやニラなどのトッピングを麺に絡めていただく一品で、辛さの中に旨味が広がると評判。卵黄を崩すとマイルドな味が楽しめる。締めは残ったスープにライスを混ぜて味わえる。また、セットメニューでミニチャーハンも登場。




函館市港町1-13-11
☎0138-42-5001
11:00～15:00
17:00～21:00
（土・日曜、祝日は通し営業）
月曜定休　P有り



新メニューとして昆布、カツオ節、煮干しを使ったスープであっさりとした味わいが特徴の「和風にぼし正油ラーメン」（６５０円）もおすすめ。







話題の「生クリームソフト　クレミア」は北海道産生クリームを使った濃厚なソフトとサクサクした食感のラングドシャコーンのハーモニーが楽しめる。同店パフェにも使用。





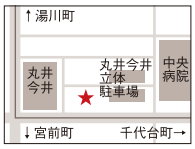
洋食

## リーズナブルに女子会を開くなら本格イタリアンが堪能できるココで

## Flash Flash

フラッシュ フラッシュ

本場イタリアで修業したシェフが作るイタリア料理が老若男女に好評の同店では2時間半飲み放題の「女子会プラン」（1人2,900円、3人以上、予約制）が人気。前菜2品に、サラダ、ピザ、パスタ、肉料理、デザート付き。また、肉料理の豚肩ロースのローストは客の目の前でカッティングサービスして提供。飲み放題もビールやワイン、カクテルなど100種類以上と豊富。女性だけのグループなら飲み放題のみも1,480円で用意。




函館市本町32-9
☎0138-56-9900
18:00～翌2:00
木曜定休

洋食

## 今年も人気の「泡ガーデン」開催 喉越しの良い泡物ドリンクはいかが

## PIZZERIA LOUNGE SOL

ピッツェリア ラウンジ　ソル

夏の人気イベント「泡ガーデン」が今年も8月15日（月）まで開催中。期間中「泡ガーデン」内で提供するイタリアンのつまみも毎年グレードアップ。おすすめのプリプリの肉厚で旨味が凝縮された「昆布森産生カキ」や、開催期間のみ提供される料理を多数。また、ドリンクもスパークリングワインは飲み比べできるようにグラスで4種類味わえるほか、酒が苦手な人には、生フルーツをたっぷり使ったフルーツジャーも用意。




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




宴会は専用窯で焼き上げる「ピッツア」など全8～9品が楽しめる、2時間飲み放題付きコースを1人4,000円から（前日までに予約、2人～）用意。2階には個室やソファ席も有り。





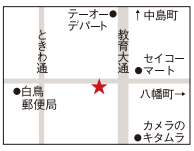


洋食

# 旬の味覚で美味しいおもてなし
# “夏の再会スペシャル”50%オフ

## レストラン イリュージョン

懐かしいあの人、お世話になった方との会食に…7月15日から8月16日まで「夏の再会スペシャルメニュー」(要予約)を50%offの3,000円(昼夜共通)で提供。「オードブル盛り合わせ」「スッポンのプチスープ」「オマール海老と海の幸のリゾット」とメインの「香ばしい白ごまステーキ」にデザート「シャンパンゼリーと桃のクープ」、パン2種とコーヒーが並ぶ、旬の野菜をふんだんに使った彩り鮮やかなコース。ワンランク上の「シェフおまかせメニュー」(10,000円・要予約)も半額の5,000円になる。また、ランチ限定「50%offパエリアコース」(要予約)も同じく8月16日まで半額の2,000円で楽しめる。※価格は各税別




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







写真上と下左は「オマール海老と海の幸のリゾット」と「シャンパンゼリーと桃のクープ」。
写真下右は「50%offパエリアコース」の「パエリア　バレンシアスタイル」。



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





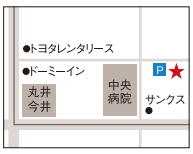
## 洋食

### おいしさも栄養も譲れない!!
### 新感覚の塩すきやきと本格フレンチ

## レストラン ラ ロテュス

新感覚の「塩すき焼き鍋」（1人3,500円～）は、ビタミン・ミネラルが豊富で美容と健康を考えた逸品。夏バテや熱中症に注意が必要なこの時期にぜひ利用してみては!!箸で気兼ねなく食べられると評判の「フレンチコース」（同5，500円～）は家族団らんに利用するのもおススメ!全室個室で周りを気にせずゆったりとくつろいで過ごせる。ビンテージワインも各種取り揃えている。※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8月末日まで



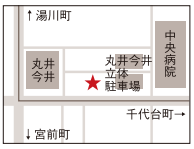

函館市本町36-20
☎0138-86-8666
11:30～14:00L.O
17:00～20:30L.O
要予約　日曜定休
P有り

## 惣菜

### あらゆるシーンで活躍する
### オードブルを中心に会話も弾む

## 洋食デリ リベルタ

地場の食材にとことんこだわり、家庭で気軽にレストラン料理が楽しめると評判のイタリアンベースの惣菜店。女子会やランチ、ホームパーティー、ちょっとしたご褒美にも最適なオードブルは1人前1,300円から（2日前までの要予約）。人数や予算にも応じてくれるので気軽に問い合わせを。オーナーに、函館近郊のオススメ食材などの話を聞きながら今晩の食卓を考えるのも楽しいかも♪




函館市本町32-35 ランドマーク五稜郭1F
☎0138-87-2390
11:00～19:00
日曜・祝日定休
ツイッター「洋食デリ　リベルタ」
フェイスブック「デリ　リベルタ」で検索



看板メニューの「アンティパストミスト」（1,100円）は9種の惣菜が日替わりのため毎回違う発見があり何度でも楽しめる。ワインのお供やおつまみにもぴったり。







宴会は2時間飲み放題付き税込み4,000円～で、創作エスニックコースは同5,000円、女子会コースは飲み放題2.5時間付き4,000円。最大30人、個室は18人まで対応する。





## エスニック

### 冷たいビールと味わえば南国気分 夏こそ食べたい創作エスニック♪

**ASIAN DINING＆BAR Shamballa**

アジアンダイニング＆バー　シャンバラ

新作「シャンバラ特製ギョーザ」（580円）、「国産牛ホホ肉のやわらか煮」（890円）をはじめ、不動の人気「スパイシーエビマヨ」（750円）、「空芯菜のトチオ炒め」（900円）、「ソフトシェルクラブのシンガポールチリソース」（1,480円）と、本場ならではの調味料や香辛料を使い、東南アジアの味を独自にアレンジしたメニューがずらり。辛いだけじゃない、多彩な味を楽しんで。※価格は各税別




函館市本町34-7 第2錦ビル1F
☎0138-83-6239
17:30～24:00(23:00L.O)
※土曜のみ翌2:00(1:00L.O)まで
日曜不定休

## スイーツ

### 気分は南国♪ハワイに飛ぶか 台湾に飛ぶかはあなた次第

**パフェとお食事の店 パーラー花車（花園温泉内）**

連日多くの客が通う花園温泉に併設するパーラー花車。温泉利用客のみならず、豊富なメニューを目的としたファンも足を運ぶ。今回は南国風のトロピカルなスイーツの数々を紹介。「マンゴークリーム氷台湾風」（写真中央）、夏季限定、フルーツたっぷりの「ハワイアンパフェ」（各650円・写真奥中央）、「ココナッツのアイスクリーム」（350円・写真手前）など目移りする華やかさ。あなたならどれを選ぶ？

・お食事の方にコーヒーサービス
（平日全日と、日曜・祝日12:00～14:00）




函館市花園町40-34
☎0138-55-8607
平　　日15:00～23:00
日曜・祝日12:00～23:00
（食事22:00L.O）
月曜定休　P有り



たくさんの具と自家製しょう油ベースのタレで食す「冷しラーメン」（夏季限定850円）や、サラミ・エビ・ハムなど具材たっぷりの「ミックスピザ」（コーラ付き1,050円）もおススメ。







厚岸町から直送のアサリのダシが利いた「あさりとフランクソーセージのスープカレー」（1,030円）も絶品。パリッと歯応えの良いソーセージも食べ応え抜群！





カレー

## コクと風味が素材の味を引き立てる函館の老舗スープカレー店

### スープカリー喰堂 吉田商店

鶏ガラや豚骨、野菜をじっくり煮込んだ同店のスープはサラリとしているのにコクがありサッパリしているのに奥深い味わい。人気メニューの「大地の恵みキノコベジタブルカレー」（930円）はたっぷりのキノコと野菜が盛り沢山で、ボリューム満点の一品。20種類以上の豊富なトッピングから、磯の香りが漂う「岩のり」（110円）、やわらかいホロホロの「チキンレッグ」（320円）をチョイスで、さらにコクと旨味がUP！



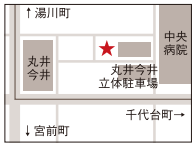

函館市新川町24-1
☎0138-27-1270
11:30～14:30L.O
17:30～21:30L.O
不定休　P有り
http://yoshidashowten.com

エスニック

## 人気のフォーやヘルシーな世界各地の料理が気軽に味わえる

### 多国籍ダイニング クレメント ストリート

フォーのスープはビーフではなくガー（鶏）をベースに使用。あっさりしたスープと米粉のモチモチ麺が女性を中心に人気の「フォーガー」（830円）はランチやディナーでも味わえる。ほかにも「ゴイクン（ベトナム風生春巻き）」（680円）はエビと数種類の野菜をライスペーパーで巻いたもので、特製スイートチリソースで味わう一品。また、メキシコ、タイ料理やモロッコ料理の「クスクス」も用意。※価格は各税別




函館市本町32-29
☎0138-83-6330
11:30～14:00（13:30L.O）
※ランチは火～土曜営業
18:00～23:00（22:30L.O）
日曜定休



ランチメニューは「パッタイ（タイ風焼きそば）」など親しみやすい味の料理をセレクトした、1日4食限定の「週替ワンプレートランチ」（ドリンク・デザート付き、1,380円）がおすすめ。







ホテル

# 大人気ランチ企画サンデーブッフェ 森のリゾートで愉しむ優雅なランチ

## 函館大沼プリンスホテル

日曜日恒例の「サンデーブッフェランチ」（大人2,300円、小学生1,400円、前売りチケットは1,980円）。前売りチケットの場合はプラス300円（通常1,080円）で肌ざわりのやわらかい泉質の温泉が楽しめる特典付き。7月は「夏に負けるな！和食・洋食・中華スタミナ料理&ホテルカレーフェア！」。カレーはハバネロパウダーで好みの辛さが楽しめる。8月は「イタリアン&アジアンフェア」。開催は毎週日曜日12～14時（最終入場13：30）。そのほか、8／19（金）、9／16（金）、10／21（金）は「顔ヨガ体験&ランチ企画」を開催。今話題の高津文美子式フェイシャルヨガを体験。北海道に2人しかいないインストラクターと楽しく顔ヨガを体験して、優雅なランチと温泉で心も体もリフレッシュ。




七飯町西大沼温泉
☎0138-67-1114
日帰り入浴時間 14:00～18:00
予約受付時間 9:00～18:00
無休　P有り







高津文美子式フェイシャルヨガを体験できる「顔ヨガ体験&ランチ」（日帰り温泉入浴付き3,500円）は開催日の2日前15：00までの要予約。

# 雄大な自然が育んだ旬のめぐみ つややかに輝く野菜を存分に頬張る



## 畑のレストラン Huis ～ゆい～




北斗市市渡1-3-11
☎0138-83-1241
11:00～16:00L.O
（ランチタイムは14:30L.O）
無休
P有り（10台）

3月26日北海道新幹線が北の大地を駆け抜けた歴史的な日、JR新函館北斗駅の目と鼻の先に誕生した「畑のレストランゆい」。緑色の三角屋根が目印の店は道南杉による木のぬくもりに溢れ、天井は吹き抜けで開放感があり、のびのびと食事を楽しむことができる。自家農園で栽培されたトマトやナス、ニンジン、キャベツ、ベビーリーフ、自然に囲まれた北斗市ならではの素材がテーブルを彩り、多くの客をもてなしている。おすすめの「ハンバーグステーキ彩り野菜のトマトソース」（1250円）は脂があっさりしていると道内問わず多くの飲食店から高評価を受ける北斗市「おぐに牧場」の黒毛和牛と大野農業高校が育成した豚肉を合挽きに。華を添えるソースはトマトをベースにナスやズッキーニ、パプリカなどの野菜を食感が楽しめるよう軽めに煮込んだラタトゥユ風。看板メニューのプレートは2種類。「本日のスペシャルプレート」（1450円）は肉と魚料理から選べるメイン、スープやマリネなどコース料理を一枚のプレートに詰め込んだかのよう。さらに自家農園の水耕栽培によって育ったベビーリーフを使ったサラダが食べ放題。「オレンジ風味の豆乳マヨ」や「アボカドとクリームチーズ」などのドレッシングが2～3種類日替わりで登場する。優しい味わいの和食が並ぶ「和みプレート」（1450円）は「旬！道東産時鮭の塩麹漬うに味噌焼き」や「松前産くじら肉の竜田揚げ」など旬の道産食材をぜいたくに用い、肉や魚、野菜がバランス良く盛られている。道産食材の魅力を込めた一皿一皿は、夏野菜がみずみずしさを増すこれからの季節より鮮やかに彩られることだろう。

文：坂井 悠香　　写真：大槻 和央















## 店長イチオシ

とうもろこし主体肥料を食べて育った

# 北の美味牛（国産）

＋

クセのないヘルシーな味

# 国産豚肉

しゃぶしゃぶ食べ放題

お一人様 **3,300円** 90分

※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

小学生 **1,650円** 幼児無料

**お品書き**
・北の美味牛（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→**1,000円**（105分）
ソフトドリンク飲み放題★530円→**200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～**

**8月のキャンペーンはホームページをご確認下さい!**

わいわいや

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）

契約P
ミスタードーナツ
丸井今井
当店

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

---

Curry House
# Gurkha
ネパールカレー&スープカレー
カレーハウス グルカ

## 夏のスペシャルキャンペーン

当店10辛以上の辛さを体験したい方に
函館では珍しい
ハバネロの2倍の辛さがあり
世界トップクラスと評判の
辛くて旨いトウガラシ
**ブート・ギョロキア**が登場!
是非お試しあれ





「ハコラクを見た」でネパール紅茶（通常380円）を**100円**で提供!
平成28年8月末まで

平日限定 グルカランチ 700円
辛さは10段階から選べる
ナン・ライス・サフランライス
お代わり無料

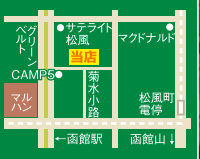


**甘口のカレーメニューもご用意しております**



**大門店**
函館市松風町10-15
☎0138-27-2772
12:00～15:00
17:00～22:00（L.O21:30）
（土・日曜、祝日は通し営業）
不定休

ベグリーン
サテライト松風
当店
マクドナルド
CAMP5
菊水小路
マルハン
松風町電停
←函館駅
函館山↓





**美原店**
函館市美原5-1-17
☎0138-46-5222
11:00～15:00
17:00～22:00（L.O21:30）
（土・日曜、祝日は通し営業）
不定休　P有り

P
当店
渡島総合振興局
コープさっぽろ
日本一金物店
ビッグハウスアドマーニ
赤川通→
↓産業道路



---

# 美味しい"肉"を食べるなら
# 焼肉番長におまかせあれ!!

元祖本格炭火焼バイキング

# 焼肉番長 本店

年中無休

番長は美味しいものがいっぱいです!!

**亀田港店**
## 8周年記念イベント
期間限定 7/19～7/28 両店開催
ソフトドリンクバーが期間中無料!!（ディナーのみ）



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

団体（大人料金）10名様以上で
飲み放題にすると
120分でお一人様あたり
**つまり!! 3,100円**

※メール会員限定（当日入会OK!）

ビール・サワー・カクテルなど
32種類 **飲み放題**
**1,100円!!**（税別）
（90分 お1人様の料金）
個別注文もOK!
※ラストオーダー10分前迄の受付
※飲み残しは別途料金をいただきます

**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8月16日まで

つるりさっぱり

# 彩り涼麺

旬の味覚を添えたそばやうどんに、夏季限定の冷やし中華
食欲の落ちる暑い日もつるりと喉を通る
さっぱりと冷たい涼麺を召し上がれ

函館国際ホテル東館1F **アゼリア**

## 五目冷し麺

**1,300円**（杏仁豆腐付き）

### 3種類全てが美味ぞろい 冷たいメニューで夏を満喫

上質かつリーズナブルな洋食と中華で幅広い層に人気の同店より、夏に好評の3種の涼麺を紹介。オリジナルのタレと具材でサッパリと食べられる夏にぴったりの「五目冷し麺」や海藻を練り込んだ麺を使い、がごめ昆布を絡めたタレで食す「がごめ昆布のせ翡翠サラダ冷し麺」、「函館国際ホテルオリジナル盛岡冷麺」などが楽しめる。デザートに、全て杏仁豆腐が付いてくるのが嬉しい。暑い日はホテル1階の涼しい店内で食事を楽しんでみては。





函館市大手町5-10
☎0138-23-8755（直通）
11:30～15:00（14:30L.O）
17:00～21:00（20:30L.O）
無休　P有り





## 函館中華レストラン 杏梨

あんりん

### 冷やし中華

**1,080円**

### 厳選した素材の旨み引き立つ本格中華店の絶品冷やし中華

今年春にOPENした中華料理専門店。同店から夏季限定で「冷やし中華」を数量限定で提供。ズワイガニ、自家製のチャーシューと大ぶりのメンマ、クラゲ、ハムなど10種類もの厳選した具材を彩りよく盛り込んだ一品。具材の上にトッピングされた清涼感のある透明色の海草麺が夏らしさを演出。コリコリとした食感をアクセントに、それぞれが持つ素材の魅力を最大限に引き出した、巧みな技術と職人技が光る一皿。






函館市湯川町2-7-2
☎0138-76-3233
11:30～15:00
17:00～21:00
（各30分前L.O）
水曜定休　P有り

## らーめん 韋駄天 IDATEN

### 韋駄天 冷麺醤油味

**880円**

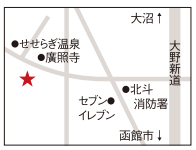
### 蒸し暑い夏はひんや～りさっぱりと美味しい麺を食らう

夏季限定の「冷麺醤油味」。毎年暑い季節になるとファンが足繁く通う、リピーターも多い人気メニュー。ピリ辛の特製スープと、弾力があり喉越しの良い麺はクセになる味わい。トッピングのミョウガの香りがさらに清涼感を演出し、チャーシューや煮玉子、特製キムチがアクセントとなりファンが多いのも納得の一杯。プラス100円で大盛りも可能。ほかにもショウガの風味が絶妙な「塩しょうが味」（880円）もおすすめ。※仕入れの状況により提供できない場合もあり。





北斗市本町6-102-2
☎0138-77-7882
11:30～15:00
17:00～20:30（20:00L.O）
※土・日曜・祝日は通し営業
火曜定休　P有り（8台）



## らぁめん 喜楽

きらく



### コク旨冷しつけ麺

**850円**

## 食欲が落ちる季節にピッタリ 暑い夏でも食べやすい

冷水で締めた歯切れの良い中太麺に、トンコツベースのスープと3つの旨味が重なり合った和風ダシのWスープに特製のしょう油ダレを合わせている。塩分は控えめで、奥深い味わいがしっかり利いているため最後まで飲み干せる。具材はスープに合わせて味付けされたメンマ、黄身まで味がしっかり染み込んだ味付け玉子、じっくり煮込まれたトロトロのチャーシューなど麺・スープ・具材のバランスを重視し、旨味の相乗効果を出している。写真の麺は大盛（＋100円）。




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8台)




## 蕎麦カフェ・蕎麦居酒屋 ひら木

### 蒸し鶏と柚子皮おろし蕎麦

**800円**



## 暑い夏に涼味そば 爽やかにユズが香る逸品

リーズナブルな料金でボリューム満点のランチが愉しめる同店。これからの季節のおすすめは、「蒸し鶏と柚子皮おろし蕎麦」。ユズや蒸し鶏、大根おろしなどの涼しげな食材をトッピングしており、一口麺をすると、爽やかなユズの香りや鶏肉の旨みが口の中に広がる。コシがある麺と自家製つゆとの相性も抜群。さっぱりとした口当たりなので、食欲が落ち気味の人や女性でも完食できる一品。ほか、「蒸し鶏とピリ辛おろし蕎麦」(800円)もぜひ。前記2つのそば、大盛り無料！



北斗市七重浜2-30-7
☎0138-48-5570
11:00～21:00
不定休
P有り(8台)





## 洋風ダイニング ふじい

### 洋食屋が作る冷やし中華麺

**990円**

**暑い夏に美味しい冷やし中華麺が今年も満を持して登場！**

毎年好評の季節限定メニューが今年も登場。ジューシーな豚肉の旨味が味わえるサチク麦王を使ったバラ肉チャーシューや定番のキュウリ、錦糸玉子、エビ天、カニ棒肉、赤肉メロンなど豊富な具材を盛り込み豪華な一皿。しょう油ベースの自家製ダレは程良い酸味と隠し味のジャムによりあっさりとした味わい。また、ランチパスポートを2回以上利用した人なら本持参でパスタ3種類を各700円でランチタイム時に利用できるチケットをプレゼント中。




函館市港町1-15-26
☎0138-62-5055
11:30～15:00
17:00～21:00
(20:30L.O)
水曜定休　P有り



## 中国料理 香港 柏木店

### サラダ冷麺

**750円**(9月末まで)

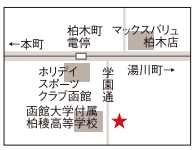
**超サッパリでヘルシー！夏限定、人気のサラダ冷麺！**

毎年、夏限定の同店人気メニュー。ふんだんに盛り込まれた新鮮な野菜と麺、自家製ダレを混ぜ合わせてサラダ感覚でサッパリといただく暑い夏にピッタリな逸品。ほか、エビ・イカ・春雨・クラゲなどの具材が贅沢に盛り込まれた、人気の「五目冷やしラーメン」(950円)、自家製チャーシュー入りの「冷やしチャーシュー麺」(850円)、ボリューム満点の「あっさり冷やしラーメン&半チャーハンセット」(950円)など、本格中華店ならではの涼麺シリーズが味わえる。





函館市柏木町7-2
☎0138-52-6478
11:30～15:00
17:00～21:00(20:30L.O)
水曜定休　P有り



## 函館国際ホテル東館8F 日本料理 松前



### 涼風うどん
（小鉢、デザート付き）
**1,250円**（税別・ランチのみ）

## 暑い夏だから味わいたい 涼しげで贅沢な絶品うどん

四季折々の創作料理が味わえる同店の、季節に合わせ見た目も涼やかな夏にぴったりのメニューを紹介。ウナギやカニなどの贅沢な具を使用した一皿は、ダシが利いた手作りのつけだれに薬味を加え、味の変化が楽しめ、最後まで飽きずに食べられる絶品。また、大小個室があり、法要後の会食、両家顔合わせ、結納、おくい初め、還暦、喜寿、米寿などのお祝い事、接待、クラス会、地区会合など、用途に合わせて利用可能なので、気軽に問い合わせを。




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



## ら～めん 若大将



### 松流 冷やしまぜそば
（スープ付）
**800円**

## 期待に応えて夏メニュー登場!! 人気店の実力が詰まった一杯を食す

夏季限定で登場した新メニュー。しょう油ベースの味付けで、甘味があり少しピリ辛。揚げ玉のサクサク食感や、焦がしネギの香ばしさが食欲をそそり、冷たくスッキリと食べられる。また、ツルッツルの喉越しがクセになる「冷麺」（820円）や、冷麺と同じ麺を使い、塩ベースのピリ辛味に仕上げた「温麺」（800円）も美味。ほか、平日ランチタイム限定で「玉子チャーハン（ミニ）」を150円で提供しているので、ラーメンと一緒にぜひ。



函館市西桔梗町849-10
☎0138-83-7722
11:00～15:00L.O、17:00～21:00L.O
（土・日・祝日は通し営業）
不定休
P有り（店前6台・店横6台）



# 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




# 活いか入荷中!



活イカ950円 ※税込

刺盛り880円～ ※税込 ※写真は2人前です

他にもまだまだ新鮮な刺身をご用意しております

**宴会プラン** お1人様 3,800円(税込)～

2時間飲み放題付 料理8品

10名様以上のご宴会には特典をご用意しております。

## 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/




# 夏はガッツリ牛肉を食べませんか!?



## 岩肉PLAN

●1人前約250gの牛ステーキ ●Ratnaチョイスのサラダ
●生ビール他飲み放題90分付き

お1人様 3,600円(税込)
飲み放題無しPLANなら お1人様 2,300円(税込)

オーストラリア産
キューブロール(リブロース)orサーロインからチョイス
※ミディアムレアでご提供しますが焼き方もお好みで調整いたします



3日前予約 4名様より
※4名様以下のご利用にもご相談に応じますのでお問合せ下さい

## パーティープラン ご予約承ります

- 2,000円(税込)コース 料理7品
- 2,500円(税込)コース 料理8品
- 3,000円(税込)コース 料理9品
- 4,000円(税込)コース 料理9品

※ご予約は2日前の午後6時まで 各コース4名様～

プラス2,000円で2時間30分飲み放題に ※L.Oは15分前
カールスバーグやワイン、スパークリングワインなど飲み放題メニューも充実

## 予約なしで〔当日でもOK・L.Oは15分前〕ご利用いただけるRatnaのお得なプランメニュー

**NEW 2次会プラン** 1名様より
3時間飲み放題
食事は済ませたから飲み放題だけがいいお客様に!
おつまみ2種(枝豆、パスタフリット)付き
お1人様 2,900円(税込)

**NEW 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
Ratnaは専門学生、短大生、大学生を応援します!
お1人様 2,000円(税込)
飲み放題メニューは このプラン専用の内容になります
必ず学生証を提示して下さい

**Ratnaプラン** 2名様より
3時間30分飲み放題
サラダやピザはプランについていて あとはアラカルトで頼みながらワイワイ飲みたいお客様に!
本日のfood3種付き お1人様 3,500円(税込)

**仕事帰りのワイワイプラン** 2名様より 月～木限定 ※祝前日・祝日は除く
2時間30分飲み放題
今日も1日お疲れ様でした!食事をしながら打ち上げしたいお客様に!
Ratnaセレクトのパスタかリゾットと本日のfood3種、デザート付き 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
**女子会プラン**〔女性限定〕 2名様より
4時間30分飲み放題
今夜は女性同士で思いっきり盛り上がりたいお客様に!
女子会限定前菜盛り、本日のfood2種付き お1人様 3,500円(税込)

## お車でご来店のお客様へ

ディナータイムの場合
1会計5,000円以上ご飲食されたお客様は
当日ご利用の駐車券提示で
500円割引

ランチタイムの場合
ランチコース及びバイキングコースをご飲食されたお客様は
当日ご利用の駐車券提示で
200円割引

# 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





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

100キロUP!
近海マグロ入荷中

ご予約のみのプランです

[個室有り最大24名可]
掘りごたつ・和式高座椅子席完備



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　契約P有り
http://www.hakonavi.ne.jp/sushikura/




# 特選宴会コース

【全コース】
2時間飲み放題込み

夏野菜やカニ料理などが味わえる夏バージョン登場




・お通し
・サラダ
・カニ料理
・刺身盛り
・肉料理
・魚料理
・すき焼き
・デザート

※金額に応じて食材の内容をアップします

質・量ともに大満足な内容

★五稜郭コース
お1人様 5,400円

他に ★地元家コース
お1人様 4,300円

★新撰組コース
お1人様 6,500円

※前日までの要予約 ※通常宴会コースになっておりますが、お客様のご要望に応じて料理の変更などは可能ですので、お気軽にご相談ください

ハコラク読者特別特典
予約時に「ハコラクを見た」と言って、10人以上のご利用で各宴会コース料金の端数金額をサービスいたします
例）5,400円を5,000円に割引いたします 各コースも同様です。

和の落ち着いた雰囲気の個室はカップルから大人数まで幅広く対応!

最大50名様までの大人数宴会もOK

本格海鮮居酒屋 地元家

〒040-0011 北海道函館市本町5-16
営業時間／17:30～翌1:00
（フード24:00L.O/ドリンク24:30L.O）
定休日／第1・3水曜日

●ご予約・お問い合わせはお電話で
☎0138-55-1777
地元家 検索 www.hakodatejimotoya.com/

# 海鮮BBQコース



内容
カニ・アワビ・エビ・イカ・ツブ・
ホタテ・ハマグリ・アサリ・
シシャモ・ムール貝など

プラス

蕎麦屋のだし巻き・天ぷら・刺盛り・サラダ・
から揚げ・お好み焼き・〆の蕎麦が付く!!

カニ or アワビ付き 2,500円

カニとアワビ付き 3,500円

全ておかわり自由 4,500円

お客様のご要望にお応えして
2階席を作りました
v(￣∇￣)v

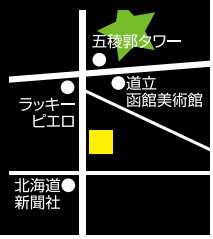
50人まで収容可能。
30人の宴会可能。
10人利用できる
個室完備。

おもいっきり五稜郭タワーが見える個室もアリ
（接待などに便利）

居酒屋メニュー全60品食べ放題の1,980円コースも継続中♪

プラス 980円～で90分飲み放題付き!!
予約でのご利用で時間延長

注意事項 混雑が予想されます。
ご予約はお早めにお願い致します。




酒・そば処
五稜郭ふでむら

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

# ワールドカリーフェア

カリー&ナン 食べ放題

ラスト3週 7月31日(日)までの 金 FRI 土 SAT 日 SUN 祝 Public Holiday



Lunch time
ランチタイム 11:00～15:00
大人 ¥1,000
小学生 ¥600 幼児 無料 未就学児

Dinner time
ディナータイム 17:00～21:00
大人 ¥1,200
小学生 ¥700 幼児 無料 未就学児

カリー
- 北海道スープカリー ●チキン ●野菜●日替わり
- ネパールカリー ●スパイシーポーク ●バターチキン ●野菜
- インドカリー ●チキン ●ラム ●ポーク

昼 全7種類 夜 全9種類

ナン
おやっナンです!
- チョコレートナン
- パンプキンナン
- スイートポテトナン
- ミックスドライフルーツナン

昼 全5種類 夜 全6種類

共通メニュー ●ライスorサフランライス ●サラダ ●2種類のスープ

+¥200で ソフトドリンク飲み放題! デザート食べ放題!

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)

# ディナー120分 サマーバイキング

7/1～8/31まで開催

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



1テーブル1プレート
豚バラ肉のエスニック風炒め

和洋中30品以上!

金曜 土曜 ステーキの日

木曜 日曜 お寿司の日

※写真はイメージです。

**食べ放題!**

シニア優待 1,836円
(65歳以上) ※証明する物をご持参下さい
■大 人……2,268円
■小学生……1,350円
■幼 児(3歳以上)……540円

**飲み放題!**

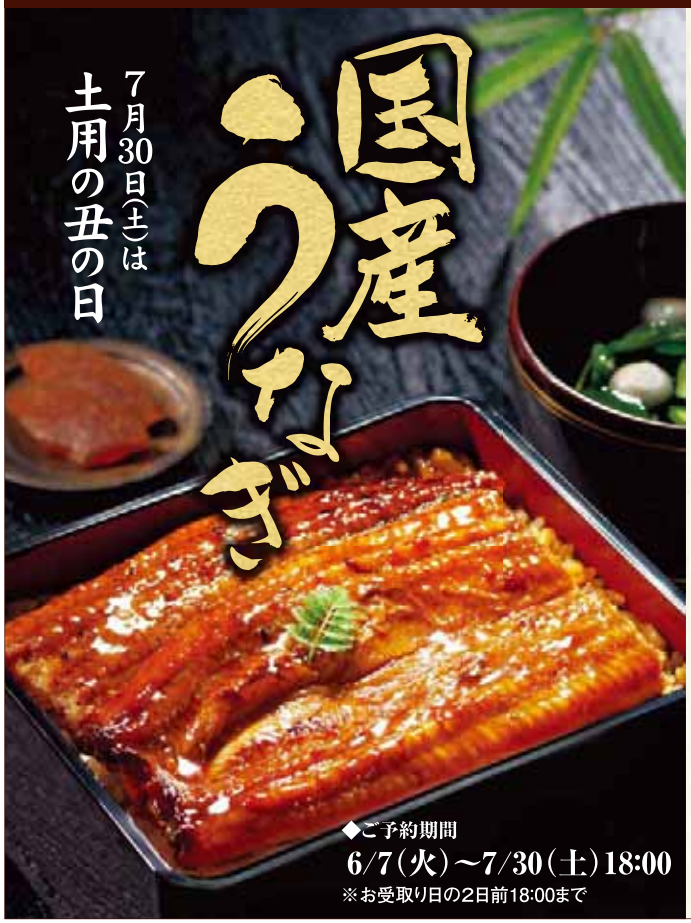
フリードリンク 1,296円
●金麦樽詰 ●ウイスキー ●グラスワイン ●焼酎 ●日本酒 ●カクテル ●ソフトドリンク
プレミアムモルツに変更の場合 +324円
ソフトドリンクのみ 324円

ホテル法華クラブ函館 クーポン券 食べ飲み放題 大人 3,564円のところ 3,200円

■クーポン持参の方■1枚で1グループ利用可■他券併用不可■平成28年8月末日まで有効

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

# LAWSON


国産うなぎ
7月30日(土)は土用の丑の日
◆ご予約期間
6/7(火)～7/30(土)18:00
※お受取り日の2日前18:00まで

## 九州産 うなぎ蒲焼重 (3/4尾)

数量限定



本体価格
1,833円
(税込1,980円)
タレ・山椒付

ご予約特典 飲料(1点)無料クーポンプレゼント

## 九州産 うなぎ蒲焼重 (1/2尾)

数量限定



本体価格
1,565円
(税込1,690円)
タレ・山椒付

ご予約特典 飲料(1点)無料クーポンプレゼント

※クーポン対象商品につきましては、店舗設置のリーフレットにてご確認下さい。

# 7月30日土用の丑の日 うなぎを食す！






## 7月限定うなぎメニュー！29～31日はお持ち帰り可

やわらかく旨みの詰まった安心・安全な国内産のうなぎをふっくらと蒸し上げ、特製の甘ダレで仕上げた「九州産うなぎ丼」と、ランチタイムに「うなぎの柳川風」（1500円）を7月限定で提供する。29から31日の3日間は26日までの事前予約でテイクアウトも受け付けており、1人前からでも可能。また、新メニューの「本マグロ丼」（「美食倶楽部」P43掲載）もおススメ！この機会に足を運んでみては。

## 九州産うなぎ丼 2,160円






### 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



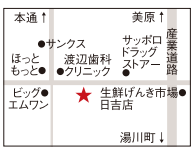



## 国内産のうなぎには京仕込みのタレが決め手

同店では、土用の丑の日に合わせて「うな重」のテイクアウトを行う。5日前までの電話注文のみで完全予約制。うなぎは良質の脂が乗った生産量全国トップクラスを誇る愛知県一色町産を使用。炭火で香ばしく焼くことにより、ふんわりとした焼き上がりに。継ぎ足して使用している自家製タレが旨味を引き出している。もちろん、居酒屋メニューと一緒に店内でも味わうことができ、日本酒によく合う「しら焼き」と「かば焼き」のハーフ&ハーフ（2500円）も用意。

## うな重 2,700円（税込）






### 居酒屋 こいさん
函館市花園町22-26 メゾンパティオ花園1F
☎0138-76-8243
17:30～24:00（23:30L.O）
木曜定休　P有り

## うな重(上) 2,780円






**うなぎ処 高はし**
函館市五稜郭町24-7 ☎0138-56-0810
11:30～14:30(13:45L.O)
17:00～21:30(20:30L.O) ※うなぎが無くなり次第、終了する場合有り。
火曜定休(祝日の場合は営業、翌日休み) P有り





### 国産うなぎを老舗名店で熟練の技が織りなす逸品

創業40年を迎える老舗の名店。国産100%のうなぎは愛知県産や静岡県産など質の高いものから厳選。30年継ぎ足しのタレはサラッとした味わいで、うなぎの持ち味を最大限に引き出す。深い緑色で香り高い紀州産山椒にも根強いファンが多い。希少な「肝焼き」(330円)も運が良ければ食べられるかも!テーブル席、掘りごたつ、個室があり会合・法事にも利用可能(30人まで対応)。土用の丑の日前後の持ち帰りは数量限定の為、予約はお早めに!

## うな重 2,800円(税込)






**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





### 7月30日土用の丑の日、宅配注文受付中!

今年、創業25周年を迎えた同店。土用の丑の日には毎年多くの人を惹きつけてやまない「うなぎ弁当」(5000円)を販売している。鹿児島県産のウナギを使用し、関東風に蒸すことで、皮はやわらかく、身はふっくらとして、奥深い味に仕上がる。そこから秘伝のタレを付けて焼く作業を繰り返し、適度に脂も落ちてウナギの旨みが凝縮された逸品に仕上げる。4個からは配達も可能。土用の丑の日には、ぜひ味わってほしい。

## 国産うな重（うな重、サラダ、小鉢、お吸い物、香の物、デザート）6,000円　限定70食・予約制







## 格式高い日本料理店で贅沢に「鰻（うなぎ）」を愉しむ

国産で良質な脂がのった厳選ウナギを、外はサクッと、中はふっくらやわらかく焼き上げ、特製の合わせダレで香ばしく仕上げる絶品。ほかに、「うなぎ釜飯」（※炊き上がりまで30分程度）もあり、ランチでは料理長のおすすめプレートが付き3600円。ディナーは小鉢3品、刺身3点盛り、茶碗蒸し、味噌汁、シャーベットが付いて4800円（釜飯は8月31日まで）。この夏、老舗ホテルの涼しい店内で、贅沢なスタミナ補給をしてみては。




**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

## うな重　2,800円

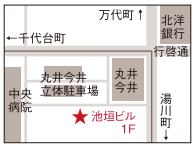






## ご飯を埋め尽くす大きなうなぎをゆっくりと自宅で味わう

先代から受け継いだ秘伝のタレで仕上げる絶品「うな重」。ご飯が隠れるほど大きく、肉厚のうなぎは、炭火で香ばしく焼き、ふんわりと仕上がっている。同店では土用の丑の日に合わせ数量限定で予約販売を行う。完全予約制で引き渡しは7月28日～30日の11時30分～14時、16時～18時で持ち帰りのみ対応。予約は21日（木）まで、店頭もしくは電話にて受け付け中。また、店内のみで提供する「国産うなぎ肝串焼き」（750円・税別）もおすすめ。




**肴料理とお酒 旬味 鹿六**
しゅんみ かろく

函館市本町31-8 ☎0138-33-4488
11:30～14:00（ランチ）
17:00～23:00（22:30L.O）
日曜定休（月曜祝日の場合は月曜が休みとなります）

日頃の感謝を込めた

# 開店9周年記念 特別セット登場!



オーストラリア産 牛ロースステーキ (1人120g)

7・8月限定

2名様より

写真は2名様用

プラス

120分飲み放題が付いて お一人様 1,980円(税別)

当日オーダーOKの宴会コース

**笑う門特選コース**(180分飲み放題付き) 3名様より
牛ヒレステーキ等11品 お一人様 4,980円(税込)

**笑う門コース**(120分飲み放題付き) 3名様より
牛赤ワイン煮等10品 お一人様 3,980円(税込)

飲み放題のみ120分1,480円(税別)より用意 ※通し代300円(税別)別途かかります

ステーキ&鉄板家 笑う門

函館市本町32-27 ソシアルケイオービル1F
TEL0138-32-2900
営業時間／
ランチ(水～土)11:30～14:00
ディナー(日～木)17:30～23:30
(金・土)17:30～24:30
定休日／無休




# ガツンと冷えた生ビール

こだわりの生ビールを飲むならここ!!

他、
スパークリングワイン
氷彩サワー
日本酒(純米吟醸)
焼酎(麦・芋・泡盛)
ウイスキー




大地の唐揚げ

女性一人でも安心して立ち寄れる
カウンタースタイルの居酒屋

八雲ポークにんにく巻

大地のギョーザ

・ポンポチ 3本
・八雲ポーク精肉 3本

全品 400円(アルコールを含む)

他、牛柳川・揚げ出し豆腐・あさりの酒蒸し・カキの酒蒸しいぶりがっこチーズ・とり天、などなどメニュー満載!
クジラベーコンもあります

焼き鳥、唐揚げなどお持ち帰りも出来ます。

お惣菜 大地

函館市美原4-18-24
☎0138-46-0077
17:00～22:30(22:00L.O)
※無休
P有り(店舗左側に4台)




ジャンゴーの夏休み

# フクロウくんたちの名前大募集!!




**募集編** 7/16～31
フクロウくん6羽にお好きな名前を付けて、応募用紙に記入し、募集箱にお入れください。
応募用紙と募集箱は店内にございます。
※応募はお一人様1枚まで

**投票編** 8/1～11
ご応募いただいた名前を店内に掲示します。
期間中ご来店いただいたお客様の人気投票で名前を決定します。

**決定!** 8/13
採用された方には
「ジャンゴー商品券2,000円分」
「オリジナル缶バッジ」「感謝状」をプレゼント!

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

ANIMAL CAFE JUNGLE GO アニマルカフェ ジャンゴー あなたの街の動物園カフェ

入場料無料キャンペーン大好評実施中!

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

# 新鮮な旬の真イカで函館の郷土料理を学ぶ

## イカの基礎からちょっとしたマメ知識までプロならではの技術を伝授

函館駅前から徒歩5分ほど、若松町に構える昭和34年創業の「辺見旅館」。奥尻島出身の女将、長谷川千鶴子さんが手掛ける新鮮な海の幸をふんだんに使った料理が自慢の宿で、女将自ら函館のおふくろの味「イカ飯」のレシピを教えてくれる。宿泊客の夕食として提供している旅館の看板メニューで、この味を目当てに訪れる客も多いという。新鮮な真イカをつぼ抜きするところから始め、ご飯を詰める際のコツや炊きあがりのサインまで丁寧に指導。深い味わいに仕上げるためみりんはアルコールの入ったもの、料理酒ではなく日本酒、コクや照りを出すためザラメを選ぶことがポイントだという。水から煮始め、めんつゆをベースとしたタレを加え20分ほどで完成する。できたて熱々をその場で味わうこともできるが、持ち帰り夕食の一品としても楽しめる。

金森倉庫群の一角、新鮮な海の幸や函館銘菓、地ビールなど函館の美味を取り揃える函館西波止場の2階に構える「いかベイ」ではイカの塩辛や松前漬け、イカ飯作りが楽しめる。「ただ商品を購入し味わうだけではなく、古くから各家庭で作られてきた技術を学んでほしい」という思いから一昨年から取り組みを始めた。塩辛作りでは運が良ければ当日の朝に揚がったばかりの新鮮なイカを用いることも。60分ほどかけ、イカの生態や特徴などのさまざまな知識と共に、繊維の入り方からどの角度に刻むのが良いかといったさばき方までこと細かに教えてくれる。パッケージに詰め、土産として持ち帰ることができ、生イカと生ゴロを使用した場合は3日ほど寝かせ熟成してから味わうのがおすすめ。イカ飯をトマト味で煮込みリゾット風に仕上げるなど斬新なアレンジ方法も幅広く教えてくれるので地元民でも新発見があるはず。








## 長年客をもてなしてきた女将の味は細かな工夫と技が詰まっている



### 辺見旅館

函館市若松町4-6
☎0138-23-2709
料金1人2,400円
所要時間90分
受付最少人数2人
前日までの要予約







## イカの奥深い魅力を探るゴロを使った本格派の塩辛作り

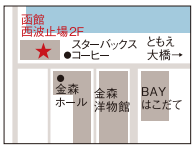






### 函館手造りいか工房 いかベイ

函館市末広町24-6
☎0138-24-8107
11:00~15:00
水曜定休　P有り
予約優先
料金1人1,500円~
所要時間60分




文：坂井　悠香
写真：工藤　貴志　大槻　和央

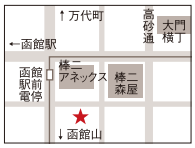
# 函館の美味 活イカが味わえる店



## 鮮度抜群の活イカを多彩な料理で堪能

### 活イカ
**1,280円~**

カウンター前に鉄板を備え、目の前で海鮮や肉料理を調理する臨場感を楽しみながら食事ができると人気の同店。看板メニューの「活イカ」は毎日入荷する近海産を使用。オーダーが入るとすぐに水槽から取り出して調理するので動いている状態で提供。さらに、「真イカと夏野菜のブラックペッパー炒め」（780円）などグランドメニューだけでも15種類以上イカを使った料理を味わえる。また、2時間飲み放題込み宴会コースにも活イカが必ず付いて5000円から用意。




**活魚料理いか清 大門**
函館市若松町6-10
☎0138-27-1506
17:00~24:00(23:30L.O)
無休　P有り





1階にはカウンター席やテーブル席、2階には最大40人まで収容できる宴会場、カップルや家族連れに便利な個室も完備。

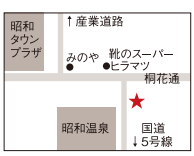
---



## その日に獲った活イカでよくばりなセットを楽しむ

### 活イカセット
**980円**(税別) ※天候により仕入れがない場合あり。

大将が自ら舵をとり、漁に出向いて魚介類を仕入れている同店では、常に新鮮食材がぎっしり。特にオススメの「活イカセット」は、刺身・寿司(3カン)・ゲソ揚げと、イカ1杯で3品提供してくれるお得なメニュー。もちろんイカを丸ごと使った刺身だけの注文も可能。ほか、この時期はメバル・ソイ・ブリ・イワシなど、漁に出ると毎朝獲れるので、いつ来店しても新鮮な食材が堪能できる。アルコール類も豊富に取り揃えており、普段使いできる店なので、何度でも通いつめて欲しい。




**じゅげむ堂**
函館市昭和2-37-15
☎0138-45-2020
17:30~23:00(22:30L.O)
木曜定休　P有り





仲間同士やカップルで賑わうも良し、一人カウンターで料理人との会話を楽しむも良し。普段使いできる名店だ。

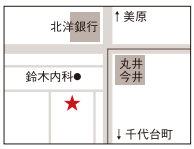


## 素材本来の旨さと丁寧な職人技が織り成す極上の一品

# 活イカ刺し

**1,000円～**（税別）

職人の目で厳選された魚介類の本来の旨さを重視し、鮮度とそのままの素材感を大事に提供している同店では、今が旬の「活イカ」が人気。イカ本来の甘味とコリコリとした食感が味わえる一皿。ゲソの部分は唐揚げはもちろん、塩焼き、刺身など好みに応じて調理してくれる。また近海産のウニやアワビ、本マグロなども刺身や握り、一品料理で用意。寿司の真髄を楽しめると評判の「大将おすすめ握り」（3500円）もぜひ味わってほしい。宴会コースも4000円（全6品）から用意。※価格は各税別




**寿司料理 谷ふじ**

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





カウンター席を始め、個室もあるので、居心地の良さに接待から家族連れまで幅広い客層から高い支持を得ている。

---



## ワンコインで食べられるかも?!開店以来、試行を重ねた品々

# いか刺し定食

**500円**（ご飯、みそ汁、おかわりOK）
※イカの仕入れ状況により500～700円まで価格変動あり。

「お手頃な価格で食事が楽しめる」をコンセプトとしている同店。今の季節イチオシは、「いか刺し定食」。道南産のイカ刺しに小鉢、サラダ、味噌汁、ご飯が付いた満足間違いなしの内容。新鮮なイカ刺しを驚きの価格で提供することで、常連客の中でも特にファンの多い定食。プラス100円でコーヒーまたはソフトドリンクが付く。旬の食材を使うことと栄養バランスを考えて提供する定食は、会社員から家族連れなどさまざまな人に喜ばれるように考えられている。




**評判いいよ～**

函館市中島町3-22
☎0138-87-0283
11:00～17:00（16:30L.O）
日曜・祝日定休





「イカ足パスタ」（500円）も人気。自慢のガーリックソースがベースのピリ辛パスタはボリューム、味ともに納得の一品。

# 鮮度、ボリューム、活気が自慢！
# 旬のイカは“いか太郎グループ”で!!

## 活いか刺 900円~(税別)

毎日仕入れる函館近海の新鮮な魚介類を楽しめる人気店、いか太郎グループ。この時期、特に人気の活いか刺は、太切りが食感、細切りは旨みが出ると言い、同店ではそのバランスが取れた中間の太さにしている。旬のイカをゆすところなく味わえる「イカのゴロ和え」（480円、税別）、「自家製塩辛」、「自家製沖漬ルイベ」などメニューも豊富。特に旬のイカ料理にオススメの北海道限定の日本酒（5種1杯780円、税別）は、ぜひ一緒に堪能して欲しい。「いかから揚げ」、「いか納豆」などの不動の人気メニューは世代を問わず、家族連れでも楽しめる。また、2人から利用できる宴会コースは全コース飲み放題付きで各税込3800円（7品・2時間半）、4500円（10品・3時間）、5500円（11品・3時間）、6500円（11品・3時間）と、ボリューム満点でじっくり飲みたい人にもゆっくり話したい人にも嬉しい。もちろん、宴会コースの刺し盛りでも旬のイカを堪能できる（仕入れ状況による）。ほか、各コース10人以上の利用で幹事1人分が無料になるサービスは大人数の宴会ではぜひ利用したい（予約時限定特典・要確認）。好評の2次会プランは飲み放題＋料理付きで税込2500円。1次会2次会共に、料理内容や量、料金など気軽に相談に応じてくれる。函館市内に5店舗、どこに行っても「旨くて安い！」新鮮な魚介類と旨い酒を堪能しながら、この夏はいか太郎で乗り切ろう！





今年5月、本町に「いか太郎総本店」がオープン。ゆったりくつろげる小上がり個室もあり、最大90人の宴会も可能。明るく元気なスタッフが笑顔で出迎えてくれる。

## 【こちらもおすすめ】



いか納豆 480円(税別)



自家製沖漬ルイベ 480円(税別)



自家製塩辛 350円(税別)




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

**はこ民いか太郎五稜郭店**
函館市本町4-15 ☎0138-56-6222 17:00～ラスト 不定休

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

**いか次郎**
函館市本町32-11 ☎0138-51-0070 17:00～ラスト 不定休

**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



いかから揚げ 580円(税別)

## 2h飲み放題付プラン

MENU （4名様～）

¥2,600 （お菓子付）
¥3,100 （ピザ、フランク＆ポテト付）
¥3,600 （ピザ、フランク＆ポテト、ムール貝の白ワイン蒸し、ナゲット、サラダ、デザート付）
※¥3,600プランは前日までの要予約

## カラオケ付宴会プラン

15名様～
※前日までの要予約
（お菓子付）
（90分）¥2,600 （120分）¥3,100 （180分）¥3,600

※いずれも女子会の場合は1hプラス。★15名様以上の宴会は前日までのご予約で幹事様に当店のお食事券プレゼント ★結婚式の2次会での利用も可能。（新郎新婦様向け特典あり）
★1階と2階、40名様収容


■1F

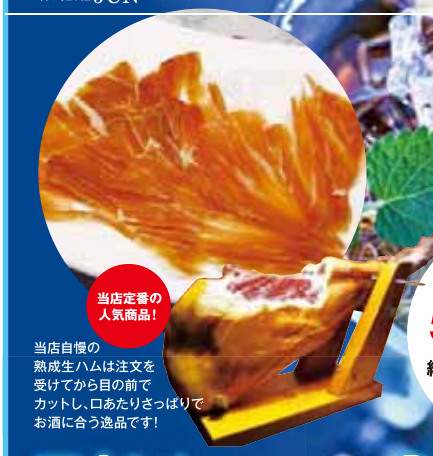

■2F

函館市本町4-22
☎0138-53-0883
Open to Close 19：00-翌3：00
http://barevit.com

evit




株式会社JUNコミュニケーションズ




当店自慢の熟成生ハムは注文を受けてから目の前でカットし、口あたりさっぱりでお酒に合う逸品です！

最大収容 50名様
結婚式や各種パーティ、会合の2次会にピッタリ！

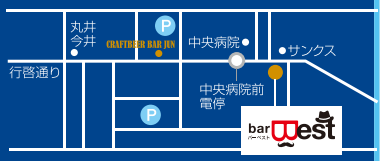
# 7/11monOPEN

ビール（カールスバーグ）海外のビール・カクテル各種も豊富にラインナップ！

## 結婚式や各種パーティなどのプランはご相談下さい！

FOOD MENU
生ハムのピザ …… 1,000円
熟成生ハム …… 800円
フランクとポテトの盛り合わせ 1,000円
その他

bar West バーベスト




□宴会のご予約は
TEL 0138-55-3888
WELCOME OPEN 21:00～ラスト
定休日／不定休
〒040-0011 函館市本町2-15 www.jun-c.co.jp






おすすめコース …… ¥6,800
おすすめ和牛コース ¥8,000
和牛特選コース… ¥11,000
全8つのコース有
豊富なアラカルトメニューのみのご利用も可能。
ボトルワインも50種類以上取り揃えております。
（3,000円～）







# ワンランク上の2次会

飲み放題プラン
お一人様 ¥3,000【2名様～120分】
（チャージ料込・フルーツ付）

SYSTEM チャージ料金
・カウンター席…無料
・テーブル席 お一人様……¥800 選べるチャーム付

●25名様以上で貸切可
●45名様まで収容可 パーティールーム有

## 南風 Lounge&Bar

ワンランク上のラウンジバー






# ソファ入れ替えリニューアル

飲み放題プラン
お一人様 ¥3,000【120分】
（チャージ料込）

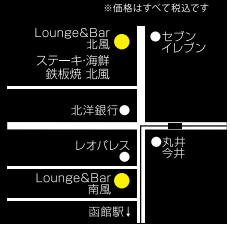
カウンター 10席　テーブル席 24席
チャージ料 700円

※価格はすべて税込です

ステーキ・海鮮 鉄板焼 北風
函館市本町8-20 みつわビル5F（Bar北風店内） 営業時間／18:00-23:30（L.O.）
TEL 0138-83-2325 定休日／無休

Lounge&Bar 北風
函館市本町8-20 みつわビル5F 営業時間／18:00-翌3:00（L.O.2:30）
TEL 0138-31-9118 定休日／無休

Lounge&Bar 南風
函館市本町5-16 第6KHビル2F 営業時間／19:00-翌3:00（L.O.2:30）
TEL 0138-83-2997 定休日／日・祝日定休



毎年恒例！日頃の感謝を込めて

# アウトドアキャンプ用

売出し開催致します！

7月16日(土)～8月15日(月)迄



※写真は8人前のイメージです。

ご予約は前日の朝10時～夜7時迄

※前日夕方5時以降のキャンセルは
お受けできませんのでご注意ください。

**焼肉セット**(セットはお肉のみです)

【得】〈8人前〉1セット **7,200円**

〈セット内容の一例〉
牛カルビ・牛ハラミ・サガリ・豚舌スライス
豚バラ・豚トロ・生ラム・鶏せせり焼
鶏もも塩焼・串付ウインナー

【得】〈5人前〉1セット **4,800円**

【上】〈8人前〉1セット **11,000円**

【上】〈5人前〉1セット **7,000円**

**ジンギスカンセット**
〈5人前〉1セット…
**3,800円**
〈セット内容の一例〉
生ラム・ラムスライス・もやし・
野菜セット・ジンギスカンのたれ

当店でお肉を
お買い上げのお客様に **大型コンロ無料貸出し!!**

コンロ保証金 1台2,000円
保証金はコンロ返却の際にお返しします。

※コンロ・鉄板は洗ってからお返しください。
汚れの多い場合は、コンロ洗い代が発生します。

●数に限りがございますので、ご使用の2～3日前までにご予約ください。●

**焼肉・アウトドアの必需品**

木炭(3kg入)1箱……560円
焼肉用野菜セット(5人前)1セット 580円
ジンギスカン用野菜セット(5人前)1セット650円

※おにぎり〈2個入〉ご予約は前日迄

焼肉用・焼鳥用アイテム多数取り揃えております

ビセラショップ

中道店 ☎53-0680 毎週木曜定休 8月11日(木・祝)は休まず営業致します

本通店 ☎32-4227 毎週日曜定休 8月14日(日)は休まず営業致します

# サマーフェスティバル

7/1～7/31

入館料 600円→ **490円**

平日限定 ポイント2倍

夏だ！ビールだ！湯都里へGO！

今買っておこう！ お得なビールチケット販売中 100冊限定

中生ビール 500円・10杯分 ¥5,000→ **4,300円**

ご購入頂いた方に**ご招待券プレゼント**
(館内着＋タオルセット付き)

**ビールを飲んでガラポンをひこう！**

1Fお食事処にてガラポンがひけるハズレなしのガラポン抽選会開催中

中生ビール1杯500円につき
補助券をお渡しします。5枚で1回抽選。
・刺身盛り合わせなど豪華お食事メニューが当たるチャンス！

函館健康センター 天然温泉 湯都里(ゆとり)

函館市昭和3丁目22-1

TEL.0138-42-2111

●入館料(通常料金)/大人600円(土・日・祝日・特別日700円)/こども無料(小学生まで)
●深夜割増料金/午前0時～午前4時は1,200円
●お食事処／7:30～9:00、11:00～14:30、17:00～22:00
(土・日曜、祝日は通し営業。金・土曜、祝前日、GWなど繁忙期は23:00まで営業)
●第1火曜定休(繁忙期は除く) P有り

無料送迎バス 毎日運行

www.yakutou.jp/ 函館 湯都里 検索

# MORINO BEER GARDEN 2016

森のビアガーデン

癒しを感じる空間出現。
周囲の喧騒から離れ仲間や家族とリフレッシュしてみては…

## 週替わりで多彩なメニューが楽しめる!!

期間中、市内近郊から週替わりで
2店舗ずつ7週間で合計14店舗出店！



上記の写真はほんの一例です

Challenge shop 同時開催 チャレンジショップ

開催日時 2016 7/1日金⇒8/20日土

営業時間
●平日：17:00▸22:00
●土日祝、港祭り、お盆期間：13:00▸22:00

会場 多国籍グルメコート 五稜郭ガーデン 函館市本町9-17 函館市電「五稜郭公園前」

●市電五稜郭公園前電停から徒歩3分 ●JR函館駅から市電&徒歩で約23分 ●車で約15分※駐車場は近隣の有料駐車場をご利用ください。




詳しくはFacebookをご覧下さい！

毎週土日はお楽しみイベント開催！

主催 | 五稜郭ガーデン | 共催 | 株式会社リアルグロウ | 運営 | 株式会社サンズコーポレーション
運営協力：焼肉物語 牛若　協賛：サントリービア&スピリッツ株式会社・有限会社 丸二 土村商店

ご予約・お問い合わせ
TEL.080-1860-7565
担当：小杉　受付時間 15:00～22:00

# 冷えたビールと味わうこの逸品

ビールが恋しい真夏の宵
キリッと冷えた一杯が
喉の渇きを潤し
火照ったからだに染み渡る
極上の肴とともに味わえば
一日の疲れも吹き飛ぶ
至福の瞬間が待っている






## 旨みが濃い「さつま赤鶏」の料理には喉越し爽快なビールが相性抜群!

### 鹿児島産 さつま赤鶏のもも炭火焼
**1,580円**

直接鹿児島県の業者から仕入れている「さつま赤鶏」はさつま地鶏に近い銘柄鶏で地鶏のような程良い弾力と旨みの強さが特徴。持ち味を最大限に生かした絶妙な焼き加減に仕上げている。また、旨味をさらに引き出すソースにはバルサミコ酢をベースとした特製ソースやクリームチーズと西京味噌を合わせた自家製チーズ味噌、独自に配合した岩塩の同店人気の3種類で味わえる。「さつま赤鶏」にはエビスビールを合わせて楽しんでほしい。




野菜類は旬の京野菜や函館近郊で収穫した有機野菜を中心に使用。生でも食べられる水耕栽培のコマツナなど野菜の旨味が実感できる。




**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



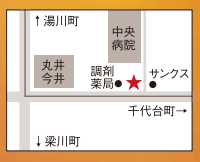

## 夏はオシャレなハンバーガーで冷えたビールをグイッと飲み干して♪

### ナンと‼ローストビーフバーガー
**1,600円**

香辛料を付け一晩寝かせ、オーブンで丁寧に焼き上げたローストビーフを、バンズの代わりに「ナン」で挟んだオリジナルで珍しいハンバーガー。塩、コショウ、ハーブであっさり味付けたビーフと、アボカドや完熟トマトの相性は良好。タルタルソースが利いた特製ソースも絶品でビールがすすむ。「ハイネケン」（500円）や「ギネス」（600円）など、人気の海外ブランドも豊富にあるので、飲み比べても楽しい。ほか、宴会は4人より利用でき1人4,000円から。




2～3人でシェアできるボリュームの上記バーガーに使用しているローストビーフは、同額で単品注文も可能。




**欧風居酒屋 海の雫**
おうふういざかや　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



## 夏は博多料理とビールで決定!!
## 9月末まで限定の一押し肉料理を提供

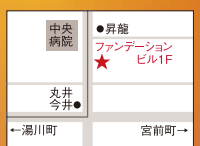
### 鶏もものタタキ炭火仕込み
**880円**（税別）

本場博多料理を提供する同店。夏季限定で「鶏もものタタキ炭火仕込み」を提供。新鮮な国産の鶏モモ肉を使用し、表面は炭火でサッと香ばしく炙り、中はレアに仕上げた上品な鶏のタタキ。肉の甘みと食感がクセになる逸品。つけだれにもこだわり、九州で使用している本場の刺身しょう油とわさび、またはユズ胡椒の２種類を用意。さっぱりとしたタタキは暑くなり食欲が落ちてきても美味しくいくらでも食べられる。冷えたビールや冷酒・焼酎などとの相性も抜群。





夏季限定で「馬肉のユッケ」（７５０円・税別）も登場。甘辛いソースと相性抜群の馬肉ユッケはクセがなくサッパリとしている。




**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



## 生で食べられるほど新鮮なラム肉を
## キンキンに冷えたビールといただく逸品

### 仔羊のたたき
**980円**（税別）

厳選生ラム肉の赤身をたたきにして、付け合わせのタマネギと一緒にいただく、鮮度の高さなくしては実現できないメニュー。驚くほどクセもなく、かむほどに肉の甘味を楽しめ、オリジナルのタレとの絶妙な相性も堪能してほしい。また、北海道限定「札幌クラシックビール」（５４０円・税込）との相性も抜群。ほか、ジンギスカン食べ放題プラン（3,５００円・税別）、女子会プラン（2,５００円・税別）も人気。夏の暑い夜に、ぜひ足を運んでみては。





日替わりコーヒーが付いた、全3種を用意するワンコインランチ（５００円・税込）も、どれも満足すること間違いなし。




**ジンギスカン テムジン**
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/



# 大将の温厚な人柄が握りに伝わるウニとビールでゆったりと味わえる極上の寿司

## ムラサキウニのにぎり
**300円**

行啓通りから五稜郭時計台通りを少し入ったところにある寿司の名店「島うた」。ぜひこの時期味わってほしいのが「ムラサキウニのにぎり」。奥尻町のウニ漁が解禁になるこの季節だからこそ味わえる旬の味覚。7月15日から8月13日までの期間限定で1貫300円で提供、1人5貫まで。奥尻町出身の大将だからこそ自信をもってお勧めできる奥尻町産の「ムラサキウニ」。ムラサキウニとの相性抜群のビール類も好評の「ひと口生ビール」（250円）や「男前ビール」（1,000円）など昨年同様に用意。ほかにも、「自家製豆付け」（400円）も塩気と酸味がクセになりビールにぴったり。旬にこだわった料理と美味しいビールで楽しいひと時をいかが。





深夜に立ち寄っても客の笑い声が飛び交う同店。新鮮な食材はもちろん気さくなスタッフの対応も人気の秘訣。




### 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

**こちらもおすすめもう一品**

### 大将おすすめの5貫

旬の食材とその日の仕入れの中から、大将の目にかなった自信の5貫が並ぶ。鮮度だけでなく、大将の技も光る。ぜひ食べて欲しい逸品。






## こだわりが詰まったピッツァには よく冷えた美味しいビールが相性抜群!

### ピッツァマルゲリータ
**1,300円**

こだわりの手作り生地は、素材を生かした薄生地タイプ。４８時間低温発酵させてから高温で一気に焼き上げるので、表面がパリッと中はもっちりとした食感に。自家製ピザソースはあっさりに仕上げ、自家栽培したバジルを使用するなどフレッシュ感を大切にしている。また土・日曜も楽しめるランチセットはパスタ、ピッツァ、メイン（肉・魚）料理の中から一品に、「前菜」「自家製パン」「デザート」「ドリンク」が付いて1,５００円。




皮はパリッと、肉はしっとりと焼き上げ、ピリ辛のレモンソースで仕上げた「鶏もも肉」（1,３００円）もおすすめ。




**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



## 香ばしく甘い炭火の匂いに食欲増進 韓国で人気の焼肉を豪快に頬張ろう

### 肉厚デジカルビ
**780円**

ビールが進む一品といえばコレ！味噌味の甘辛～いタレに付け込んだ１５０ｇの豚バラ肉を炭火で焼くデジカルビは、自家製ダレとやわらかい森町産ＳＰＦ豚で愛流にアレンジした韓国定番の焼肉。はさみで好みの大きさにカットしながら味わう豪快さも場を盛り上げる。ほか、谷口ファーム産、Ａ５ランクふらの和牛カルビのさまざまな部位を一度に味わえる「愛のカルビ盛り合わせ」（１人前2,５８０円）や、２時間飲み放題付き１人4,０００円コースもおすすめ。




牛大腸、豚大腸、ガツ、コブクロの４種類にこってり味噌を合わせた「味噌ホルモン盛り合せ」（８８０円）も不動の人気。




**函館炭火焼肉 ホルモン市場 愛**
函館市花園町1-13
☎0138-53-5188
17:00～23:30
水曜定休　P有り



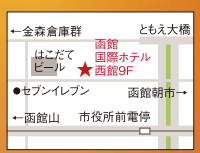
## ビールやカクテルを片手に
## 至高の場所で寛(くつろ)ぎのひと時を

### 生ハムとモッツァレラチーズのピザ
**1,300円**

夜景を見下ろす眺望のカジュアルなスカイラウンジで味わえる絶品。北海道産モッツァレラチーズとパルマ産生ハムをたっぷりと使ったナポリ風ピザは、自家製の生地が厚めでモッチリとした食感が特徴。特製のバジルソースをかけ、風味豊かなピザに仕上がっている。また、こだわりのチーズを盛り込んだ「チーズ盛り合わせ」も人気。ほか、ドライスナック盛り合わせと、飲み放題が付いたプランは1人2，500円で愉しめるので各種2次会などにオススメ。




夏らしいビールを使ったカラフルなカクテル「パリテイスト ビールカクテル」(各1，100円)なども味わえる。




**スカイラウンジ ル・モン・ガギュー**

函館市大手町5-10 函館国際ホテル西館9F
☎0138-23-8757(直通)
20:00～24:00(23:30L.O)
テーブルチャージ無し　無休　P有り




## 夏はキンキンに冷えたビールと
## 今だけのあっさりしたホルモンで決まり

### さっぱり!冷製モツポン酢
**780円**

ホルモン好きにはたまらない5種類のホルモン（牛ミノ、豚ガツ、牛ギアラ、豚ホルモン、牛ホルモン）をもみじおろしと一緒にポン酢でいただく、期間限定夏メニュー。しっかりと下処理をしているのでホルモンが苦手な人でもさっぱり食べられ、いろいろな部位の食感も楽しめると評判。ほかにも期間限定夏メニューとしてスタミナ3点盛りやローストビーフビビンバなど用意。人気の本場仙台牛タンの技法を取り入れた「牛若特製仙台牛タン」もビールにピッタリ。




湯煎した新鮮なミノをアンチョビソースでいただく「牛若風ミノカルパッチョ」（980円）もおすすめ。




**焼肉物語 牛若**

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




## 薩摩地鶏の料理と相性抜群の酒
## 日本三大地鶏の1つを堪能あれ

### たたき&生ビールセット
**1,200円**

“薩摩地鶏と本格焼酎の店”として知られる同店から、夏の期間限定セットメニューを紹介。「地鶏のたたき」（９５０円）と「生ビール」（５００円）を単品で注文すると通常１,４５０円だが、限定メニューの「たたき＆生ビールセット」は、１,２００円とお得。炭火で炙った地鶏は本場薩摩の味で、かむほどに甘い味わいが人気。同店自慢の旨みたっぷり「地鶏のたたき」の余韻が口の中に残っている間に、ビールを流し込むと仕事の疲れも吹き飛ぶほどの美味しさ！





宴会は３,０００円からで３～２８人まで対応可能。飲み放題はプラス１,５００円から楽しめる。




**ぢどり料理 鶏【Kei】**
函館市本町31-11
☎0138-31-3888
17:30～23:30（23:00L.O）
日曜定休




## 驚きの辛さとボリューム!
## 想像以上の大きさにビックリ!

### 台湾ブリック
**450円**（税別）

パリッと揚げた春巻きの皮の中には、やや辛めに味付けされた挽肉と食欲をそそるシャキシャキのニラ。真ん中にトロッとした卵が隠された、夏にピッタリのスパイシーな一品。大きさ、食べ応えも十分に満足できファンも多い。このブリックが１人に１つずつ付く「台湾ブリックコース」（４,５００円・税込）もこの夏のおすすめ。店主渾身のメニュー「焼きカレー」を含む全８品は、２時間飲み放題付きで３人から利用可能（要予約）。





多国籍料理ならではの珍しい料理が人気。アットホームな雰囲気は１人でもグループでも楽しめる。




**Kumakichi食堂**
函館市柏木町35-31 ☎0138-54-1573
昼（火～土曜）11:30～14:00（13:30L.O）
夜18:00～23:00（22:00L.O）
日曜・第2月曜定休　P有り（4台）




# 粋な肴とあたたかいおもてなしが人気のそば居酒屋で良く冷えたビールと趣向を凝らした一品料理を満喫

## 国産牛レバニラ炒め
**600円**

極細で滑らかな喉越しが特徴のそばと、一品料理が好評の同店。この時期は生ビールなど冷えた酒に合うスタミナ料理を多数用意。おすすめの「国産牛レバニラ炒め」はショウガを利かせたしょう油ダレで味付けされた大振りの国産牛レバーを贅沢に使った一皿。この料理には、サッポロビールより「パーフェクトクラシックが飲める店」の認定を受けた、泡がミクロン単位でキレのある「サッポロクラシック」（1杯・５００円）が相性抜群。また、鶏ムネ肉をスパイシーなカレー風味で揚げた「スパイシーチキン」（ポテト付き・５００円）も酒が進む一品で、ライムを搾るとマイルドな味わいも楽しめる。２時間飲み放題付き宴会コースは1人4,０００円から用意。※価格は各税別





ビール以外にもシャーベット状に凍らせたキンミヤ焼酎を氷代わりにホッピーと割って飲む「シャリキンホッピー」（６００円・税別）もぜひ。




**蕎麦・蕎麦前 やまな**
函館市本町1-40 ☎0138-84-8406
18:00～翌1:00L.O
※そばが無くなり次第終了の場合あり
日曜定休

### こちらもおすすめもう一品

**春雨サラダ**
**480円**（税別）

春雨にコリコリした食感のクラゲを始め、玉子、ハム、キュウリなどの具材をリンゴ酢で和え、さっぱりした味付けが夏の肴にピッタリの一品。






## 毎年大好評の夏季限定メニューと よく冷えた生ビールがピッタリ

### イカのあっさり揚げ
**600円**

今が旬の近海産「真イカ」を薄衣であっさりと揚げ、イカの旨味を最大限に引き出し、やわらかい食感が味わえるビールが進む一品。そのままでも美味しいが添えてあるマヨネーズで味の変化も楽しめる。また、人気の串物は良質な道産豚や鶏を炭火でじっくり焼き上げて提供。夏場には、ピリ辛がクセになる「ジャンダレ」や自家製で甘めの味付けの「みそダレ」がおすすめ。ほか「塩」「タレ」「カレーダレ」の５種類あり、全ての串物に対応。




２階には個室を３室完備。１室６～１０人、間仕切りを外すと最大３０人まで収容可能。宴会は３,８００円から用意。




**みんなの家 串や すずや**
函館市田家町5-13 ☎0138-42-2038
18:00～24:00(23:30L.O )
※金・土・日曜は17:00～
不定休　P有り



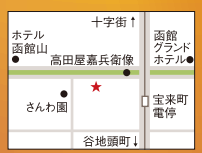

## リニューアルした種類豊富なステピと 喉越し爽快のビールが愉しめる

### 北斗和牛モモステピ
**2,500円**

創業以来伝統の味として地元で愛され、全国の百貨店の催事やイベントでも好評の、同店不動の人気メニュー「ステピ」。今回紹介するステピは旨味が濃くやわらかい、生産頭数が少なく貴重な、北斗市おぐに牧場で育った黒毛和牛を用意。ほかにもステーキ肉は牛、豚、鶏など７種類から選べる。トッピングも「元祖小いけカレー」や「ついき農園有精卵エッグ」など豊富。付け合わせの野菜は洞爺湖町佐々木ファーム産をメインに使用。テイクアウトも可能。




ステピと一緒に味わってほしい生ビールはプレミアムモルツやはこだてビールを用意。夏はステピとビールで元気チャージを。




**Jolly Jelly fish**
ジョリー ジェリー フィッシュ
函館市宝来町9-6 ☎0138-23-1932
11:30～14:30、18:00～24:00 ※各30分前L.O
木曜定休　P有り




## 暑い夏にはスタミナアップできる
## 本格中華とよく冷えたビールで乾杯

### 鶏肉の半身揚げ
**850円**

昼はカジュアル、夜はシックに中華料理をリーズナブルに堪能出来ると評判の同店。ビールと一緒に味わってほしいメニューとして、道内産雛鶏を塩ベースのタレに1日漬け込み、外はカリッと中はジューシーに揚げた「鶏肉の半身揚げ」がおすすめ。また、たっぷりの新鮮なキャベツとニラに甘みが強いという「“匠の豚”サチク麦王」を使用した「特製餃子」（４５０円）も餡から溢れる旨味が口いっぱいに広がる一品として、ビールのお供に最適。




夜は「鶏肉の半身揚げ」や「特製餃子」のテイクアウトも可能。さらに、ディナーセット（２～３人用・２,９８０円）の追加料理として注文できる。




**中国料理 張家口**
ちょうかこう
函館市石川町314-4 登喜 壱番館1F
☎0138-47-7570
11:00～15:00(14:30L.O)
17:00～21:00(20:30L.O)
不定休　P有り(14台)




## 肩肘張らずに通える店で
## 炭火で焼いた串焼きとビールで乾杯 !!

### ラムつくね
**1本250円(税別)**

心を込めた手作りのリピーター続出メニューを紹介。毎日、厳選した生ラム肉を使い、オリジナルブレンドの香辛料とニラなどの野菜を混ぜ込み炭火で焼き上げる逸品。一口食べると口に広がる肉の旨味と香辛料のハーモニーは、ビールとの相性も抜群。「ぜひ一度、ご注文ください。ヤミツキになりますよ」とオーナー。また、７月からの新メニュー「生ラムの炭火焼き」は熱した鉄板に乗せて提供してくれるアツアツの一品。こちらもビールと一緒に召し上がれ。




本町にある「焼肉・ジンギスカン炭火亭」の系列店で、串焼きとおばんざいを中心とした居酒屋。ビールに合う日替わりメニューも豊富。




**串焼居酒屋 炭火亭**
函館市末広町9-5
☎0138-83-1400
17:00～22:00(21:30フードL.O)
日曜定休




## クリーミーな泡が楽しめるビールには本格的なタイ屋台料理がピッタリ!

### サイクロック・イサーン

**750円**(税別)

乳酸発酵させた豚肉を使用した酸味が特徴のタイ東北地方で食べられているソーセージで、炭火で焼いて提供。別盛りされたピーナッツやショウガ、ニンニクを好みでソーセージと一緒に食べると美味しさが口の中に広がる。さらに夏メニューの「生春巻」や「空芯菜炒め」なども用意。また、同店はサッポロビールより「パーフェクトな生ビールを提供する店」に認定。生ビール本来の味や香りを楽しむことができ、飲み飽きない旨さが実感できる（1杯480円、税別）。





タイで売れている「シンハービール」や「リオビール」（各650円・税別）にラオスなど東南アジア系ビールも豊富。




**飯 BAR ボーコーソー**

函館市梁川町18-21
☎0138-31-1074
18:00～24:00(23:30L.O)
不定休




## ネパール人がおすすめするビールのお供 日本とはひと味違った現地のビール

### タンドリーミックスとピーナッツ&グッツンバァのビールセット

**1,000円**

本場ネパールの香辛料を使用した、評判のおつまみセット。メインはオリジナルスパイスに漬けて釜で焼くチキンタンドリー、チキンティッカ、マライティッカ、シクケバブ、チキンセグワの5種類。アクセントとして、キュウリやキャベツなどの野菜を使用し、ピリ辛と酸味が特徴のキムチ風漬物「グッツンバァ」や程良い辛さとレモンの風味がクセになる「ピーナッツ」など本場の味を各種用意。ほかにもスパイスの利いた、ビールがすすむおつまみを各種取り揃え。





新登場の「ヒマラヤランチおすすめセット」（1100円）。選べる2種類のカレーのほかに全5品が付く。ビールと一緒の注文で10%OFF（8/16まで）。




**ネパールレストラン ヒマラヤダイニング**

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



## 夏に冷えたビール&ホルモン食べるならやっぱりココ
## 家族や仲間が集まったら、焼肉の老舗で乾杯しちゃおう♪

### ホルモン焼き
**1人前 /390円**(税別)

創業から５０年以上、親子3代伝統の味を守り続ける同店より、ビールと相性バツグンのメニューを紹介。「ホルモンといえば丸亀！」と地元からも遠方の客からも愛されているホルモンは、店主いわく1人5人前は食べられるという。テイクアウトもしているので、この季節はバーベキューなどで楽しんで欲しい。また、２６ｃｍ以上ある鉄板からはみ出してしまうほど大きい「はみだせ‼丸亀ステーキ」は、厳選した黒毛和牛を使っているので、味は美味しく、シンプルに塩で食すも良し、特製タレで食すも良しの絶品。誕生日にはローソクをサービスし「丸亀風肉ケーキ」にしてくれるのが嬉しい。飲み放題付き宴会コースは「3,５００円コース」（9品～１２０分、税込）から用意している。




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





「はみだせ！！丸亀ステーキ」が付いた宴会コースもあり、飲み放題が付き1人6,０００円で堪能できる。

**これもおすすめもう一品**

### ホルモン鍋
**1人前 /580円**(税別)

味噌をベースにした自家製ダレで、自慢のホルモン、豆腐、ネギを煮込んだ人気の鍋。１人前ずつ小鍋で提供してくれるので、好きな量だけ味わっちゃおう♪



# 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**



㈲すがわら　大野さん
でっかいタラバにビックリ!!



㈱味の匠　佐藤店長
イカ墨を練り込んだイカがたっぷりの饅頭!

## 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



旬の生け簀イカ！朝どり！
富 富田鮮魚店
和子さん



噴火湾産のタコ足！
今 成田商店
成田店主



海鮮五目ラーメン・イチオシ!!
麺屋いなせ
京子さん

**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!
※お買物時の店舗の印鑑が必要です。

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

# 夏本番!!

## 夏はやっぱり生ビール!!

樽生用 氷式サーバー 貸出し中!!

［要予約］レンタル料（ガス代込み） 500円



リカーランド 業務店の皆様への
感謝企画!!
毎月10日20日30日
ポイント2倍デー
さらにお買得!!

リカーランド店頭にてお買い物2,000円毎に1ポイント!!
毎月10日・20日・30日は2ポイント進呈!!
30ポイントで500円/60ポイントで
1,200円分の値引きを致します。
※一部除外品あります。※配達は除きます。

※各税別価格です。

**お酒のお供に!!**

大量陳列中！

K&K 缶つまシリーズ
牡蛎・ムール貝・ベーコン他



**果実酒づくりの季節です!!**



［札幌酒精］●ホワイトリカー35°（1.8Lパック） ¥1,180
［合同］●果実酒用ブランデーリキュール（1.8Lパック） ¥1,600
［カップ印］●氷砂糖（1kg） ¥398



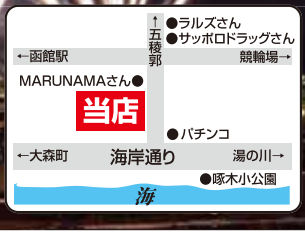
**函館巴桜**
純米大吟醸
［720ml］ ¥3,000

**奥尻**
特別純米酒
［720ml］ ¥1,400
［1.8ℓ］ ¥2,600

**函館奉行**
純米吟醸
［720ml］ ¥1,770
［1.8ℓ］ ¥2,700

業務用酒類販売専門店　お酒のことならおまかせ下さい!!

リカーランド イチマス日乃出店
函館市日乃出町12-18　TEL（0138）56-2204
営業時間／9時～20時《日曜9時～19時》





スープカリー **奥芝商店** 函館本店～道南でSHOW～の

# 季節の旬野菜カリー

**1,010円** ※写真はおくおくスープ（100円）、納豆オクラとひき肉（250円）追加

スパイシーで奥深い
愛しのカレー
【4杯目】

## 太陽の恵みを浴びた多彩な野菜たち 食材が主役の栄養たっぷりスープカレー

7月で3周年を迎える「奥芝商店函館本店」。この店の魅力は何といっても野菜へのこだわり。契約農家である七飯町ついき農園と洞爺湖町佐々木ファームが生産する有機栽培、自然栽培の旬野菜を茹でる、揚げる、生のままと惜しげもなく使用。皮付きのまま食べられるため、甘みや食感の良さはもちろん、栄養もしっかり取れるのが嬉しい。もう一つの特徴はたっぷりのエビから旨みだけを抽出した「おくおくスープ」。濃厚なエビスープながらクセがなく絶妙な風味で具材の味を引き立てている。奥芝商店は道内各地に展開し、各店オリジナル品を提供。函館ではエビスープとイカごろを煮詰めた「ごろごろスープ」や阿佐利精肉店の名物コロッケをトッピングにするなど独創性豊か。彩り鮮やかな一杯には地元愛がぎっしり詰まっている。











函館市梁川町7-15　第2コスモスビル1F
☎0138-83-1017
11:00～15:00（14:30L.O）
17:30～22:00（21:30L.O）
無休
P有り（11台）

文・写真：佐藤　史子

日頃の感謝をささやかな形に。

鮮やかな彩りのお菓子



## 上生菓子
※内容が変わることがあります。
1個180円



## 寿司 飾り菓子
1箱 1,332円 2日前予約
お盆などのお供えものにいかがですか



## お菓子詰め合せ
3,195円
詰め合わせは各種ご用意しております。

## 水ようかん 1個 185円
こしあん、抹茶、小倉、黒ゴマ

和菓子司
# はるしの

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

←函館　●序葉久　国道5号線　大沼→
ローソン●　●金見電器　●大沼歯科　当店

---

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

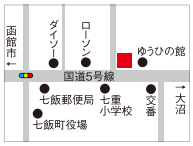



菓子舗 喜寿良

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




---

# COOP SAPPORO いしかわ文化教室

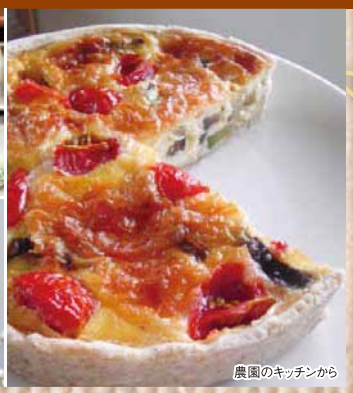
## コープキッチンスタジオ

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。


日本茶カフェ


かわいく！アイシングクッキー


農園のキッチンから

### 農園のキッチンから
定員10名　今月のイチオシ講座
～夏野菜いっぱいのキッシュ～

七飯町、ついき農園の有機野菜や自然卵を使用した身体にやさしく、作って楽しい料理やお菓子の時間。

日時 8/26（金）10:30～12:30
受講料 1,080円　※お持ち帰り有
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

### 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” 彩り シーフードマリネ

美味しい野菜料理と知識も学べるランチ教室♪

日時 8/24（水）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 レストラン エクセレント シェフ

### 季節の薬膳料理教室～夏～

旬食材の効用で体調を整える料理教室。

日時 8/9（火）10:00～13:00
受講料 1,620円　材料費 1,000円～
講師 高村 亨 薬膳インストラクター

### かわいく！アイシングクッキー マーメイドマリン
定員5名

日時 8/23（火）10:30～13:00
受講料 1,000円　材料費 1,000円～
講師 佐橋 直美 JSAアイシングクッキー認定講師

### 日本茶カフェ～抹茶～

風情たっぷりの「お茶」について学びます。

日時 8/19（金）13:00～14:00
受講料 1,620円　講師 井ケ田 嗣治 丸山園

### ile bagelsのベーグル教室 楽しむベーグル
夜学びあり

“プレーン”と“大人チーズ”の2種類を作ります。ランチには焼きたてベーグルのサンドとスープをお召し上がりいただきます。
※お茶、おやつ付き

日時
8/29（月）10:30～13:30「イースト」
8/30（火）10:30～13:30「ホシノ天然酵母」
19:00～21:00「イースト」
受講料 1,080円　材料費 1,780円
講師 島田 愛美

### 函館ハーブ教室 ジェノバ（バジル）ペースト
定員8名　スペシャルレッスン

ジェノバ（バジル）ペーストを使ったあとは、カフェ風ランチにオシャレにアレンジ！

日時 8/27（土）10:30～13:00
受講料 1,350円　材料費 2,000円
※お持ち帰り有
※満員が予想されますので早めにお申し込みください。

### 函館ハーブ教室 ここからはじめるハーブ “スパイスやハーブでピクルス作り”

色とりどりの野菜で風味豊かなピクルスを作ります。サラダやディップ、ソース作りに大活躍！

日時 8/18（木）10:30～12:00
受講料 1,080円　材料費 1,080円

講師 湯澤 香名美 Sweet as a Rose　主宰

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POPをご覧ください。　コープさっぽろ文化教室　検索

おやつの時間

菓子舗 喜夢良の

# 七飯アップルチョコレート

各216円、3個セット648円








## 西洋リンゴ発祥の地ならではのころんとしたリンゴ型の和スイーツ

店内に掲げられた「温故知新」の文字。古きをたずねて新しきを知る―という言葉通り和菓子の技術を踏まえながらも、和と洋の融合など新たな取り組みにも挑戦する「喜夢良」。昨年7月に発売した「七飯アップルチョコレート」もその1つで、リンゴ型のもなかの中には味わいの異なる3種類のチョコレートとリンゴのコンポートが入っている。もなか、チョコレートとリンゴのバランスを考え、甘さと酸味を併せ持つ七飯町奥村みのる園のリンゴ「紅玉」を使用。さらにチョコレートは口どけ良く仕上がるよう細かく調整。「老若男女楽しめる味です。若い人にも和菓子の魅力を知ってもらうきっかけになれば」と木村代表。これからも新たな味わいの菓子を通してより多くの客に喜びや夢を与えてほしい。






菓子舗 喜夢良

■七飯本店
七飯町本町4-5-20　☎0138-65-3571
8:30～19:00　不定休

■若松町菓寮
函館市若松町28-14　☎0138-27-2221
10:00～18:00　火曜定休　P有り

文：坂井　悠香　　写真：大槻　和央


涼
メーカーが欠品する程の
人気商品
津軽びーどろ硝子
（人口吹製品）
20%OFF
第 3 回
8月4日は 箸感謝デー
◆不要になった愛着のある箸に感謝して
福井県小浜市にて供養します
◆箸ご持参のお客様は20%off
◆包丁や干支置物もお預かりいたします
食器・名入れ・厨房用品、機器・飲食店用家具
日本陶芸チェーン
函館店
株式会社 かんだ
函館市亀田本町61-14
☎（代）（0138）43-5000 FAX（0138）43-5008
営業時間／AM9：30～PM6：00 駐車場完備
HPアドレス http://www.kanda-touki.jp E-mail info@kanda-touki.jp
アンケート期間中（8/16まで）につき「ハコラクを見た」とお伝えください


函館市内で気軽にしふぉんが
買いやすくなりました。
当店人気No.1
函館しふぉん
豆乳と卵白で仕上げた
当店看板商品
●17cm型 ●12cm型
●カット
豆乳しふぉん 専門店
函館おたふく堂
函館市中道1-22-5 コーポなかの1F
☎0138-32-2300
10:00～19:00 火曜定休 P有り
北海道四季彩館JR函館店
函館市若松町12-13
函館駅駅舎内
☎0138-83-2966（代）
営業時間/6:30～20:00
棒二森屋函館空港店
函館市高松町511
☎0138-57-5100
営業時間／8:00～19:30頃
※最終搭乗時刻に合わせて営業
棒二森屋ANNEX1階
はこだてスイーツ＆
カフェ・HAKODATE
おみやげ処にも出品中
函館市若松町17-12
☎0138-26-1211（代）


生キャラ入り濃厚どら焼き
●あずき ¥180
●純生クリーム ¥180
●いちご&生クリーム ¥210
●生チョコビター ¥210
●生チョコホワイト ¥210
●マスカルポーネチーズ&
生クリーム ¥210
●抹茶&生クリーム ¥180
●かぼちゃ&生クリーム ¥180
●レーズンバター ¥180
●チョコあん&純生クリーム ¥180
プリン
●濃厚カスタードプリン ¥280
●小倉牛乳プリン ¥150
※価格には消費税は含まれておりません。
ひんやぁ～り冷たいアイスを挟んだ新感覚どら
毎日食べたくなる美味しさだよ♪
Sweets KEYAKI
スウィーツ けやき
ソフトアイスどら
好評♪
バニラ220円
あずきバニラ250円
苺バニラ280円
チョコバニラ280円
この他にもKEYAKI
オリジナル商品多数
ご用意しております
慶弔ギフトも、
いかようにも
おつくり致します。
（1,000円～）
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
サンクス
ローソン
床屋
ツルハドラッグ
セブンイレブン
ローソン
サンクス
免許試験場
中野川
小北学校
赤川通
トイザらス
赤川交番
←至七重浜
産業道路
至湯川→



# ひんやり夏スイーツ

パフェやクレープ、
旬の果物のケーキ



暑い時にひんやり爽やかな
清涼感を与えてくれる夏スイーツ
手軽なソフトクリームや
手土産にもぴったりなゼリー
トッピング多彩なご褒美デザート…
冷たくて甘〜い涼菓で
心も体もリフレッシュ!



## 酢フトクリーム北海道ハスカップ酢

(ワッフルコーン・カップ)各400円

函館牛乳のソフトクリームに酢をブレンドし、フレッシュチーズを食べているような味わいが人気の「酢フトクリーム」。アントシアニンや鉄分を多く含む栄養満点のハスカップ酢はやさしい甘みとフルーティーな酸味のバランスが絶妙。ほかに「青森王林リンゴ酢」もオススメ。

## 健康が気になる現代人のための新感覚スイーツ

### 酢フトクリームアーモンドココア

(ワッフルコーン・カップ)各450円

クラッシュアーモンドを混ぜ込んだ酢フトクリームに、香り高いココアパウダーをトッピング。濃厚なクリームとアーモンドの対照的な食感が楽しい。甘さ控えめなのも◎。



### 酢フトクリーム北海道メロン

(ワッフルコーン・カップ)各450円

酢フトクリームに粗めに切ったメロンの果肉を混ぜ、すりつぶしたメロンのソースをかけた期間限定の商品。口の中いっぱいに広がるメロンの風味を存分に味わって。



### 医食同源

函館市若松町12-13
函館駅北海道四季彩館内
☎0138-40-3938
8:00〜20:00



## 清涼感あふれる絶品スイーツ♪夏の新作も登場



### オレンジヨーグル 270円(税別)

爽やかな味わいのヨーグルトムースに、風味豊かな甘酸っぱいオレンジ果肉のジュレをオン。チェリーとミントをアクセントに、フレッシュな清涼感が夏を感じさせるスイーツ。スッキリとした後味も夏にピッタリのおすすめスイーツ。

### シャルロット フリュイ
330円(税別)

ほんのり甘いブッセ風のフワフワのスポンジ生地に、濃厚で上品なバニラ風味のババロアが口の中で溶け合い、旬の果実感たっぷりのフルーツジュレで仕上げたリッチな味わいの人気商品。



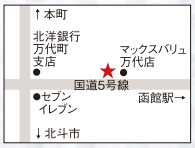
### 紅茶のジュレとマンゴームース
280円(税別)

この夏、ちょっぴり大人な新作スイーツが登場！アールグレイの香り高い紅茶ジュレに、ほんのり甘めでフワッと口溶けの良いマンゴームースが絶妙に相まって後を引く美味しさ。



洋菓子専門店
**ウインドミル**

函館市万代町3-13
☎0138-40-0990
9:30～19:30
火曜定休
P有り




## 夏はひんやりぷるるんゼリー入りロール♪



### 夏抹茶&サマーティラミス 9cm 各1,050円

しっとりソフトで濃厚な抹茶ルーレにぷるるん食感の抹茶ゼリーが入った夏限定「夏抹茶ロール」と、挽きたての香り豊かなエスプレッソコーヒーゼリー入りの「サマーティラミスロール」が再登場！なんと、冷凍してシャーベット状態でひんやり食べられる！新食感をぜひ体験してみて！

### マンゴールーレ 9cm
1,050円

人気のフルーツシリーズの中でも濃厚かつリッチな味わいのプレミアムロール。３種類のマンゴーを生地とフィリングにたっぷり使ったこの夏一押しの限定品。



### 函館窯出しドーナツ
各216円(5個セット1,080円)

ロールケーキの素材で焼き上げた、今までにない味と食感のドーナツはプレーン・抹茶・マロン・チョコ・イチゴの５種類を用意。日持ちするのでお土産にもピッタリ。



プレミアムロール専門店
**ガトー・ルーレ**

函館市宮前町25-8
メゾン・ド・ソワ1F
☎0138-40-9311
10:00～18:00
月曜定休(祝日の場合は営業)
P有り
函館駅店、
函館空港店もあります。




## 漁火通りに昨年オープンしたおしゃれスイーツ店♪



### paupaufinne soft ぱうむ 1個/500円
ポポフィンヌソフト

道産の良質な素材を使った自慢のバームクーヘンの上に濃厚ソフトクリームを乗せた、見た目もワクワクするような夏スイーツ。トッピングはストロベリー、抹茶、チョコレート、キャラメルナッツ、メープルから選べる人気商品。抹茶はこのたびの新作なのでぜひお試しを！！

### ソフトチョコスムージー
380円

カカオ７０％のオーガニックチョコレートスムージーの上に濃厚ソフトクリームを乗せたシャリシャリ冷たいオススメの一品。太めのストローで豪快に混ぜて楽しむも良し！



### 和ころん・ちょころん
1個/35円～40円

卵を使用せず、道産の食材にこだわって作り上げたサクサクホロホロの食感がやみつきになる大人ボーロ。リッチバター、抹茶、金ごま、オーガニックチョコなど全７種。



「ハコラクを見た」で
3cmぱうむ１個プレゼント
■1回で1グループ利用可
■他サービス併用不可
■平成28年8月16日まで

Patisserie
**Capricieux**
パティスリー　カプリシュー

函館市大森町22-10
☎070-1433-6634
10:00～17:30
日曜・祝日定休
P有り



## シンプルながらも味わい深い新食感スイーツ



### バナナクレープ包み 1個　120円

クレープ生地は米粉を使用し、モチモチの食感が特徴。口当たりの良い生クリームと濃厚なカスタードクリームでバナナを包んだシンプルなクレープは、食べ飽きしない美味しさと評判。価格もリーズナブルに抑え、子どもでも購入しやすいと人気。※写真は2個入り

### プチシュークレープ
380円

新メニューとして登場。モチモチ食感のクレープにサクッとした食感と香ばしさが好評の「ザクザ」やプチシュークリーム、ポッキー、カスタードクリームをトッピングした商品。



### バナナイチゴワッフル
380円

ワッフル生地に米粉を使用しているので、表面はパリッと中はモチモチの食感が楽しめる。シンプルなワッフルなので豊富にあるトッピングで自分好みにアレンジしてみては。



**YoKoHAMA ZAGUZA**

函館市美原3-13-15
ビッグハウスアドマーニ内
☎0138-46-5227
12:30～19:00
※土・日・祝日は
12:30～19:30
木曜定休　P有り




## 3種の味をひとつで楽しめる欲張りスイーツ♪



### ムース・ヤオルト・オ・ミルティーユ 340円

ブルーベリーソースの上に、濃厚で後味サッパリのヨーグルトムース、コアントローのゼリーとフルーツを乗せた夏限定のスイーツ。3層とも全く別の味だが、全て相性が良くスッキリと食べられる。見た目もかわいく、目でも楽しめると毎年人気なので、ぜひ味わって欲しい。

### コーヒーゼリー
300円

自家製のコーヒーゼリーをアーモンドのブラマンジェで挟んだ、大人のスイーツ。一緒に食べるとミルクをかけたようなマイルドな味わいに。暑い日は、ひんやり食感を楽しんで。



### プリン
320円

卵黄をメインとし、たっぷりの生クリームを使い仕上げる、濃厚プリン。しっとり滑らかな口当たりで常に好評。4個セットなどもあるので、手土産にしても喜ばれる王道スイーツ。




**salon de thé SUCRE**
サロン・ド・テ シュクル

七飯町本町4-23-1
☎0138-64-0755
9:00～19:20
（日曜は19:00まで）
月曜定休
P有り




## 初夏にピッタリの彩りも美しいサマースイーツ



### メロンショート 370円

しっとりとしたメロン風味のスポンジに、果汁たっぷりの上質な赤肉メロンを使用。スッキリとした上品な甘さが、メロンの風味を引き立て夏らしいスイーツに仕上がっている。色のコントラストが鮮やかでかわいらしいスイーツ。

### ライムグレープフルーツ
330円

グレープフルーツのほんのり甘いババロアと、ライムとグレープフルーツのゼリーが口の中で相まって、暑い日にオススメの一品。爽やかでさっぱりとした食感を楽しんじゃおう♪



### キウイとフロマージュブラン
360円

キウイのシロップを染み込ませたスポンジ、日高町産フレッシュチーズを使用したチーズムース、キウイの爽やかな酸味は相性抜群で、三位一体となった逸品。



**パティスリー ジョリ・クレール**

北斗市中央2-1-5
☎0138-73-0370
10:00～19:00
無休　P有り
http://www.hokuto-jolicreer.com



## 美味しさ際立つスタイリッシュなスイーツ店



### ベリーのパフェ 864円

自家製のバニラとイチゴのジェラートを使い、ミックスベリーの濃厚なソースをかけ、フレッシュな果実をトッピングした見た目も綺麗な夏スイーツ。また、チョコレートのシャーベットと、ジンルドゥイアのジェラートを使い、ハスカップのソースをかけた「チョコレートパフェ」も同額で楽しめる。

### ボネ
378円

イタリアのピエモンテ州にあるランゲ地方を代表する菓子。桃の風味とビターアーモンドの風味のコラボレーションが味わえるチョコレートプリン。チョコ好きなら一度はご賞味を。



### ババ
388円

ブリオッシュ生地にラム酒のシロップをたっぷり染み込ませたナポリ風サバラン。暑い夏の夜に、しっとりした大人のスイーツを堪能してみては。※アルコールの弱い人や子どもは注意。



ドルチェ イタリアーノ
**チッチョ パスティッチョ**

函館市石川町316-5
☎0138-34-7020
10:00～20:00
（日曜・祝日は19:00まで）
※カフェは各30分前終了
月曜定休　P有り
http://www.cicciopasticcio.jp/




## 何度でも通っちゃう豊富なメニューの人気店



### クレープブリュレ 400円 ※同商品のみ持ち帰り・電話予約不可

高級小麦粉を使い東京の有名店直伝の製法で作るモチモチ食感が人気のクレープ店。この度限定1日20食で「クレープブリュレ」が新登場！厳選したカスタードを、キャラメリゼしてコーティングし、表面はパリパリ中はトローリで甘すぎずスッキリとした味わい。

### ティラミス
380円

8月上旬よりグランドメニューに加わる「ティラミス」は、ナチュラルチーズとココアパウダーの繊細な口当たりと生地のモチモチ感のバランスが絶妙でほかでは味わえない。



### 赤
300円

北海道クリームチーズと生クリームにフレッシュイチゴジャムを合わせ、酸味の利いた濃厚かつスッキリとした味わい。好きなトッピング（50円～）でカスタマイズできるのも魅力。



絹焼包み
**月の雨**

函館市美原4-30-28
☎0138-47-3680
（電話予約可）
11:00～20:00
（生地がなくなり次第終了）
不定休　P有り
※Facebookページ
「絹焼包み月の雨」で検索




## まるで上質スウィーツ?! 濃厚生クリームソフト



### CREMIA（クレミア） 500円

上質生クリームをふんだんに使用した深みのあるコクとまったりとした口溶けを楽しめるソフトクリーム。乳脂肪分12.5%でミルク感際立つふくよかな風味ながら、後味はスッキリ。コーン部分は香ばしく食感の良いラングドシャを使用し、濃厚クリームとの相性も抜群。

### プリンセス
380円

丸いフォルムに淡いピンクのバラがかわいらしい、同店を代表するスウィーツ。爽やかな風味のココナッツムースの中に、とろりとした甘酸っぱいイチゴシェイク入り。



### 有機コーヒーゼリー（夏期限定）
300円

高級感あふれる金箔をあしらったプルッとしたコーヒーゼリー。下には甘さを抑えたパンナコッタ。ゼリーは専用に独自のブレンドをしたコーヒーを使用しているので香り高く美味。



パティスリー
**ばら苑**

函館市本通2-54-1
☎0138-53-0419
10:00～18:00
木曜定休
P有り



## みんな大好きパーラーフタバヤの愛されスイーツ♡



### 大きめパフェ 各680円

高さ約25cmもある大きなパフェは運ばれる瞬間のワクワク感がたまらない。イチゴソースと練乳の「イチゴミルクパフェ」、濃厚な生チョコがトッピングされている「生チョコパフェ」、ティラミスケーキとキャラメルソースがほろ苦い「ティラミスパフェ」から選べる豪快な夏スイーツ。

### パンケーキセット
**各702円(ドリンク付き)**

たっぷりホイップと、とろ〜りソースとの相性がバツグンのふわふわパンケーキはソフトドリンク付き(10種から1杯チョイス)。イチゴとチョコバナナの2種類から選べる。



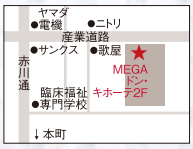
### ソフトクリーム
**各250円(テイクアウト)**

この味に慣れ親しんだ人も多いのでは?バニラ、チョコミックス、チョコ、ぶどう(写真)、ぶどうミックスの5種。昔ながらの変わらない味を探しにフタバヤへ行こう!



パーラー
**フタバヤ**

函館市美原1-7-1
MEGAドン・キホーテ2F
☎0138-45-1978
10:00〜20:30
(20:00L.O)
無休　P有り




## 見た目にも涼しげなスイーツで夏を楽しむ♪



### ヴェリーヌ 各360円

夏に旬を迎えるフレッシュフルーツを贅沢に使い、さまざまな色合いで多彩な味わいと食感が楽しめるスイーツ。暑い夏の涼しげな手土産にもぴったりな、同店自慢のヴェリーヌを楽しんでみて。種類は全5種類あるので、気分に合わせてチョイスして欲しい。

### ラズベリーシフォン
**270円**

ラズベリーのカスタードクリームを詰め込んだ甘酸っぱさがたまらなく、シフォンのフワフワ食感も堪能できる、魅惑のスイーツ。見た目もかわいくちょっとしたティータイムなどに人気。



### ティラミス
**350円**

濃厚なマスカルポーネのコクと苦味の利いたカカオとコーヒーの香りが際立つ、甘さ控えめな大人のスイーツで、手作りのチョコクランチがアクセント。今宵のデザートはこれで決まり♪



HOTEL SHOP
**モンモランシー**

函館市大手町5-10
函館国際ホテル東館1F
☎0138-23-5151(代)
7:30〜20:00
(ケーキ10:00〜、
パン11:00〜販売
※無くなりしだい終了)
無休　P有り




## スイーツ女子必見!お洒落でかわいい穴場カフェ



### メープルラムのバナナパンケーキ 850円

ふわもちのパンケーキに、ミルキーで濃厚なソフトクリームを乗せ、バター・ラム酒・メープルシロップでソテーしたバナナをトッピング。シナモンの風味漂うちょっぴり大人テイストな絶品パンケーキ。ほか、チョコバナナ、キャラメルパンケーキも人気。

### グラノーラとヨーグルトのパフェ
**800円**

爽やかな味わいのヨーグルトアイスとブルーベリーソースに、食感の良いグラノーラをプラス。酸味と上品な甘さが口の中で絶妙に溶け合う、この夏オススメの期間限定スイーツ。



### キャラメルパフェ
**750円**

濃厚なキャラメルアイスに、生クリーム、シルキーで甘いソフトクリーム、バナナ、キャラメルソースを添え、チョコフレーク&ブラウニーケーキなどさまざまなテイストを詰め込んだ贅沢なパフェ。



**Relotta cafe**
リロッタ カフェ

函館市白鳥町19-22
☎0138-41-6655
11:00〜20:00
(19:00L.O、祝日は
17:00まで、16:00L.O)
※当面は17:00(16:30L.O)
までの営業の為、
来店の際は問い合わせを
日曜定休　P有り
http://relotta.blogspot.com/



青森県・函館デスティネーションキャンペーン 2016.7.1~9.30

# 北海道新幹線に乗って青森へ行こう!

青森県・函館デスティネーションキャンペーン 2016.7.1～9.30

ひと旅 ふた旅、めぐる旅。

青森 ⇌ 函館

**青森県・函館デスティネーションキャンペーンとは…**

2016年7月から9月まで青森県・北海道道南地域とJRグループ6社が一体となり、青森県・北海道道南地域をより一層魅力的な観光地に育てていくため様々な取組を行い、その魅力を首都圏をはじめ、全国にPRする大型観光キャンペーンです。

**津軽海峡でつながる物語**

青森エリアの各地をめぐるコースを取り揃えています。

※詳しくは専用パンフレットをご覧ください。

## 青森・函館



**北海道新幹線利用で** 新函館北斗～新青森間 最速 1時間1分 1日●13往復運転

## シティホテル・温泉宿にお泊まりの方は

3.26 北海道新幹線開業

## 青森・弘前

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朝食付または1夕・1朝食付）※一部ホテルを除く

例えば 青森 ホテルサンルート青森なら【函館駅発着旅行代金】1泊2日（1泊1朝食付・大人お1人様）

3名1室 **18,900円～** 1名1室 **24,100円**



外観（イメージ）

●出発日／2016年9月30日（金）出発分まで

※ホテルにより設定除外日がございます。

■最少催行人員／
［シティホテル宿泊］1名様より
［温泉宿泊］2名様より
■宿泊は出発日当日となります。
■最大14日間まで日程を延長できます。
■添乗員は同行いたしません。

往路：各駅 ※ 新函館北斗 北海道新幹線 指定席 新青森 普通・快速列車 自由席 青森 各自 ••• ホテル

※函館～新函館北斗間は普通・快速列車**自由席の利用**となります。
※長万部・八雲・森～新函館北斗間は特急**列車自由席の利**用となります。
■復路は往路の逆順となります。



## 列車限定でお得な商品をご希望の方は

列車限定でお得!! 函館駅発着 列車限定 1泊2日限定 2日前までのお申し込み限定

## 浅虫 古牧 スペシャルパック

往復JR（普通車指定席 列車限定）※一部区間を除く ＋ 宿泊（1泊1夕・1朝食付）

●青い森鉄道ご利用の場合は青い森鉄道往復

例えば 古牧温泉 星野リゾート青森屋（あずまし）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）※三沢駅下車タ食バイキングの場合

3・4名1室 **25,800円～** 2名1室 **34,400円**

●出発日／2016年9月30日（金）出発分まで

※ホテルにより設定除外日がございます。

■最少催行人員／2名様より ■お申込みは出発日2日前までとなります。■宿泊は出発日当日となります。■[illegible]は1泊2日限定商品となります。（連泊・日程延長不可）■ご利用いただける限定列車について、詳しくは[illegible]い合わせください。■添乗員は同行いたしません。

往路：各駅 ※ 新函館北斗 北海道新幹線（列車限定）指定席 新青森 普通・快速列車 自由席 青森 青い森鉄道 自由席 三沢 各自 ••• ホテル

※長万部・八雲・森～新函館北斗[illegible]列車の限定列車指定席の利用となります。
※函館～新函館北斗間は普通・快速列車自由席の利用となります。
■復路は往路の逆順となります。





2名様から受付OK!

北海道新幹線で行く 函館駅発着 列車限定 2日前までのお申し込み限定

## 青森・弘前 スペシャルパック

往復JR（普通車指定席 列車限定）※一部区間を除く ＋ 宿泊（1泊につき1朝食付）

例えば 青森 ホテル青森なら【函館駅発着旅行代金】1泊2日（1泊1朝食付・大人お1人様）

3名1室 **17,100円～** 1名1室 **19,800円**

●出発日／2016年9月30日（金）出発分まで

※ホテルにより設定除外日がございます。

■最少催行人員／1名様より ■お申込みは出発日2日前までとなります。■宿泊は出発日当日となります。■ご利用いただける限定列車について、詳しくは[illegible]い合わせください。■添乗員は同行いたしません。

■長万部・八雲・森～新函館北斗間は特急列車の限定列車指定席の利用となります。
※函館～新函館北斗間は普通・快速列車自由席の利用となります。

往路：各駅 ※ 新函館北斗 北海道新幹線（列車限定）指定席 新青森 普通・快速列車 自由席 普通・快速列車 自由席 青森 弘前 各自 ••• ホテル

特急列車指定席をご利用の場合、別途料金がかかります。

■復路は往路の逆順となります。





1名様から受付OK!

## 日帰りをご希望の方は

日帰り ぷらり旅 3.26 北海道新幹線開業

## 日帰り 青森・弘前でランチ

往復JR（普通車指定席）※一部区間を除く ＋ ランチ

例えば 青森魚菜センター 古川市場「のっけ丼」なら

【函館駅発着旅行代金】（大人お1人様）

**11,500円**（こどもお1人様 6,400円）



のっけ丼（イメージ）

●設定日／2016年9月30日（金）出発分まで ※設定除外日／毎週火曜日、8/5～8/16

■最少催行人員／2名様より
■添乗員は同行いたしません。
■各駅発着と函館駅発着との大人代金差額（こども半額）

| 長万部 | 八雲 | 森 |
|---|---|---|
| +3,000円 | +2,200円 | +1,000円 |

※函館～新函館北斗間は普通・快速列車自由席の利用です。※長万部・八雲・森～新函館北斗間は特急列車自由席の利用です。

往路：各駅 ※ 新函館北斗 北海道新幹線 指定席 新青森 普通・快速列車 自由席 青森 弘前 各自 ••• ランチ

2名様から受付OK!

■復路は往路の逆順となります。



## 道南エリアおすすめ情報 はこだて旅するパスポート＆フリーパスで、道南の駅を巡ろう!

キャンペーン期間 平成28年 7月1日(金) 9月30日(金)

## はこだて旅するパスポート＆フリーパス プレゼントキャンペーン





新函館北斗駅沿線の2市3町を見て、食べて、知って、感動いっぱいに楽しめる、お得なフリーパスです!





有効期間 2日間 おねだん おとな 3,380円（こども 1,690円）

発売箇所 JR北海道の下記の駅・旅行センター

| 発売箇所限定 | 〈駅〉函館・五稜郭・桔梗（日・祝休み）・七飯・大沼・大沼公園・森・八雲・長万部・新函館北斗・木古内・奥津軽いまべつ | 〈旅行センター〉ツインクルプラザ函館支店 |
|---|---|---|

●有効期間開始日の変更は、使用開始前、1回に限りお取り扱いいたします。●車内や到着駅等ではお買い求めいただけません。ご利用の際はあらかじめ乗車前にお買い求めください。（窓口の営業時間外や無人駅での購入はできませんのでご注意ください。）きっぷの効力につきましては駅係員にお問い合わせください。

●電話・インターネットでのご予約は承っておりません。●ご利用の1ヶ月前から当日までの発売となります。

**はこだて旅するパスポート＆フリーパス購入者には素敵なプレゼントをご用意しております!**

特典その1 先着1,000名様に「オリジナルきっぷホルダー」をプレゼント!

特典その2 きっぷホルダーとあわせて、抽選で素敵なグッズをプレゼント!

特典その3 フリーエリア内の提携施設で、さまざまなお得なサービスを受けることができます! 詳しくは、上記の専用パンフレットの裏面をご覧ください。

※キャンペーンの詳細は専用パンフレットをご覧ください。

### 旅行会社にて「はこだて旅するフリーパス」をお買い求めになられたお客様へ

※各旅行会社にて設定している、旅行商品とセットで事前に購入いただける「はこだて旅するフリーパス（普通列車用・特急列車用）」については、JR・バス・市電・道南いさりび鉄道いずれも「はこだて旅するパスポート」とフリーエリアが同一であるほか、特急列車用についてはJRのフリーエリア内の特急列車自由席もご利用いただけます。※特急列車指定席をご利用の場合は、別途指定席特急券が必要です。また、普通列車用で特急列車を利用することはできません。別途乗車券・特急券をお買い求めください。※「はこだて旅するフリーパス（普通列車用・特急列車用）」は各旅行会社設定の旅行商品とのセット販売限定のため、JR北海道の駅・旅行センターでお買い求めにはなれません。※北海道新幹線はご利用できません。


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





# 絶景と美食を求め 夏の楽園 奥尻島へ

フェリーで江差町から約2時間
せたな町からは約1時間半
飛行機なら函館からたったの
30分で行くことができる
日本海に浮かぶ道南の夏の楽園・奥尻島
海に囲まれたこの島でしか出合えない
美しい景色と逸品を心ゆくまで満喫したい



取材協力・写真提供／奥尻島観光協会 ☎01397-2-3456

自然に触れる

# 豊かな緑と清らかな水
# 独特の造形美に目が離せない



荒々しい奇岩が並ぶ西海岸。“奥尻ブルー”と称される海水の澄んだ青と透明度の高さに心奪われる。

周囲約84㎞の〝奥尻島〟は北海道の最西端に位置し、車で一周しても2時間、観光しながら巡っても4～5時間ほどで回れる小さな離島。それでも日帰りではなく宿泊客が後を絶たないのは、半日では知り尽くせない魅力が至る所にあるから。島のシンボル的存在「鍋釣岩」やユニークなネーミングの「ホヤ石」「モッ立岩」、夜には120本のトゲが美しくライトアップされる「うにまるモニュメント」、高台にある「宮津弁天宮」、大パノラマを望む「球島山展望台」など、景勝地や史跡、芸術的なモニュメント、日本海の荒波が創り出した奇岩の数々、山間の牧歌的風景と見どころが点在し旅行者を飽きさせない。さらに、昨年は「島歩き奥尻島フットパス　青苗岬めぐりコース」と「奥尻21世紀復興の森」が「新日本歩く道紀行100選」に認定された。

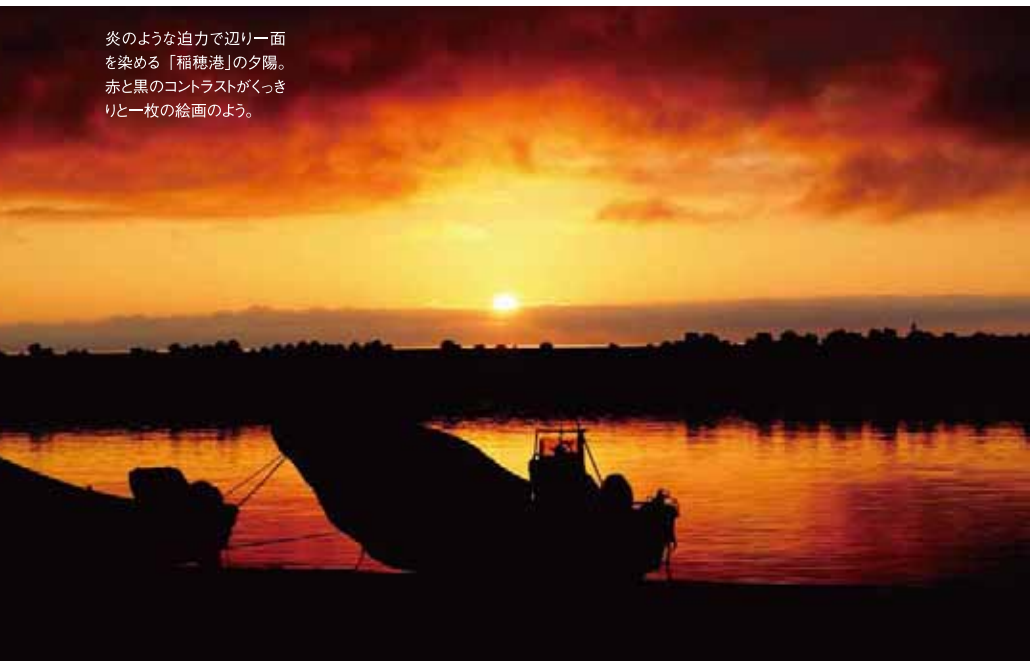
そして、この島最大の魅力は時間や天候によってさまざまな表情を見せる自然美。早朝の朝日やゆっくりと時間をかけて茜色に染まる夕日、満天の星が輝く夜空と海にきらめくいさり火とこれからの季節は1日中目を楽しませる。

降り注ぐ太陽とどこまでも広がるオーシャンブルー、そして都会にはない静けさ…少し足を延ばせばいつもとは違う特別な夏を約束してくれる。





島の特産品キタムラサキウニをシンボル化した「うにまるモニュメント」は、夜はライトアップで神秘的に変わる。「宮津弁天宮」は最上まで階段が164段もある島屈指の展望ポイント。



炎のような迫力で辺り一面を染める「稲穂港」の夕陽。赤と黒のコントラストがくっきりと一枚の絵画のよう。



標高369.3mの球島山につくられた「球島山展望台」からは、天気が良ければ松前沖の大島・小島を遠望できる。

味わい尽くす

# 自然の恩恵を受けた島の美味に舌鼓

日本有数の透明度を誇り、多くの海水浴客、キャンパーで賑わう海は、特産のアワビやウニをはじめ、イカ、ホヤ、ホッケ、ヒラメ、カレイなど多種多様な魚介類が獲れる宝庫。黒潮を源とする対馬海流が流れる奥尻島の沖では一年間絶えることなく新鮮な海の幸を味わえる。特にこれからの季節は身が引き締まり旨みが凝縮したエゾアワビや濃厚でとろける食感が楽しめるキタムラサキウニ、朝採れ真イカが旬。これを目当てに毎年訪れるリピーター客もいるほどだ。



天然物とはまた一味違った美味しさを持つ養殖アワビ。

生のまま素材そのものの味を豪快に楽しむのはもちろんだが、アワビの地獄焼きやウニ鍋などの郷土料理も見逃せないところ。潮の香りに包まれながら溢れんばかりの海の幸を存分に頬張るのがこの島ならではの醍醐味だろう。

一方、海を感じる独特の風味で函館市内にもファンの多い「奥尻ワイン」や奥尻の米と水で醸造する地酒「特別純米 奥尻」、〝安心・安全栽培米〟として限定販売されている奥尻島産ふっくりんこ「おくしりの米」など生産者が手間暇かけて育て完成させる〝奥尻ブランド〟品は土産品としてもおすすめ。豊かなブナの森がもたらす清らかな水、ミネラルを含む潮風が独自の味わいを作り出す。

海と森、自然の恩恵をたっぷり受けたグルメ、名物がお腹も心を満たしてくれる。



地酒「特別純米 奥尻」は酒米「吟風」を原料に栗山町の小林酒造に醸造を依頼している。





キタムラサキウニ漁が最盛期。特産地ならではの良心的な値段で味わえるのが嬉しい。生でも旨いウニをたっぷり入れた鍋料理は現地ならではの贅沢。



「奥尻ワイナリー」がブドウの栽培から醸造、出荷まで一貫生産するこだわりの「奥尻ワイン」。工場見学もできる。



# 体験、イベント… 奥尻島インフォメーション



## 2016 なべつる祭



### 今年は8月27日（土）開催 奥尻三大祭の一つ

奥尻島三大祭、今年最後の「なべつる祭」が今年も奥尻港湾特設会場で開催。海上自衛隊歓迎セレモニーからはじまり、ステージショーや参加型イベントなど催し満載。毎年大人気の島屋台では、島の母さん屋台や青年部屋台が自慢のご当地グルメや特産品を振る舞うほか、町外からの出店も多数予定。問い合わせは奥尻町商工観光係（☎01397-2-2351）。今年の最後の夏は熱い奥尻島で過ごしませんか。

## 乗用車 歓迎キャンペーン



### 10月31日まで 奥尻からの帰りの車代が無料

10月31日まで、観光目的で奥尻島の宿泊施設を2人以上で利用する人を対象に、6m未満の乗用車の奥尻発運賃（片道・運転手1人の搭乗を含む）が無料になるキャンペーンを実施中。事前の電話予約が必要で、インターネット予約は対象外。予約・問い合わせはハートランドフェリー奥尻支店（☎01397-2-3131）ほか、各支店、営業所へ。

## 島歩き奥尻島フットパス 青苗岬めぐりコース



### 新日本歩く道紀行100選 歴史の道に認定

島体験&島遊びを提案する「奥尻島フットパス」。青苗岬をめぐるBコースは、3.5km／5800歩／2時間の行程。いそ舟が並ぶ海岸とイカ釣り漁船が停泊する青苗漁港、朝日も夕日も楽しめる南端の岬が見どころで、島の漁師とのふれ合いもあるかも。「奥尻島津波館」（大人500円、小・中・高生170円）では、震災当時と復興後の新旧市街地を見比べることができる。

# 泊まるならここ! 奥尻おすすめの宿







自家製の「ばあちゃんの手造り塩うに」はウニの優しい味が好評。「奥尻の地酒『奥尻』も飲めますよ！バイクで来館の方は台数限定でガレージ保管いたします。」と女将。

## 口コミで広がった お客様満足度の高い アットホームな宿

### 奥尻島 御宿（おんじゅく）きくち

奥尻町宮津11-6
☎01397-2-2755
http://www.okushiri.com/



楽天トラベルアワードで「お客様アンケート大賞」を過去数回に渡り受賞している実力派「御宿きくち」。隅々まで清潔に保たれた心癒される空間と、女将のフレンドリーな人柄が宿全体をやさしく包み笑い声が絶えない人気の宿で、それに加え、大手ホテルで経験を積んだ主人が作る料理にリピーターが絶えない理由がうかがえる。基本プランは1泊2食付き9990円からで、1番人気は生ウニとアワビの刺身、アワビの踊り焼き、ウニ丼、ウニ鍋がセットになった1泊2食付きプラン13500円。テーブルいっぱいに並ぶ、贅を尽くしたもてなしの料理の数々を堪能しよう。民宿ならではのアットホームな雰囲気が思い出に残る旅を演出してくれる。

キャンペーン期間：平成28年6月1日～10月31日

# 乗用車歓迎キャンペーン2016

## 奥尻島からお帰りの車代が無料

### 対象条件

**条件1**




観光目的で奥尻島の宿泊施設を2名以上でご利用
（運転手1名の搭乗を含む）

＋

**条件2**




6ｍ未満の乗用車
（貨物車は対象外）

船に乗ると…▶▶▶



（運転手1名の搭乗を含む）おトク！

**奥尻島発運賃が無料!!**

| | |
|---|---|
| 江　差⇔奥　尻 | 江差⇔奥尻⇔せたな |
| せたな⇔奥　尻 | せたな⇔奥尻⇔江差 |

※復路のご利用は2週間以内とします。

### こんなにおトク！

| 航路 | 4m未満 | 5m未満 | 6m未満 |
|---|---|---|---|
| 奥尻→江差 | 14,110円 おトク！ | 18,190円 おトク！ | 22,470円 おトク！ |
| 奥尻→せたな（運航期間：5月1日～10月15日） | 9,930円 おトク！ | 12,750円 おトク！ | 15,760円 おトク！ |

**せたな航路について**

運航期間に伴い、せたな航路のキャンペーンは10月15日で終了となります。但し10月15日にせたなより乗船し、14日以内に江差航路をご利用しお帰りになられるお客様は助成対象となります。

平成28年度4月1日適用運賃　※燃料油価格変動調整金（バンカーサーチャージ）の変更により金額が変わる場合がございます。

### 対象車種

普通乗用車/小型自動車/軽自動車/8ナンバーのキャンピングカー




分類番号 3 5 7 1 4 6

or




6m未満のキャンピングカー
分類番号 8

**対象外の車**

貨物車（トラック）はキャンペーン対象外です。

その他…軽トラ、バス、バイク、自転車等




## 奥尻島はどんなところ？

道南の江差から61Km、せたなから43Km先に浮かぶ自然豊かな奥尻島は、新鮮な海の幸に出会うグルメの島です。海岸には高さ19.5mの鋼釣岩をはじめ長い時間が造り上げた「奇岩」が連なり、太陽を主役に水平線のドラマを演出しています。

### 笑いあい、飲みあい、歌いあい 出会いが見つかる島




◆島民みんなで旅人をお出迎え！




◆三大祭りのひとつ、室津祭！

### なべつる岩、ホヤ石、無縁島 etc 奇妙な岩や無人島



◆奥尻島の象徴奇岩、なべつる岩！



◆西海岸にある孤島、無縁島！

### ブナの原生林、海鳥や野生動物 手つかずの豊かな自然



◆離島最北のブナ林、水が豊富です！



◆意外なところでタヌキに遭遇!?

**ご予約**　必ず事前にお電話での往復分予約が必要です。予約をする際はキャンペーンを利用したいと伝えて下さい。インターネットによる予約は対象外とします。

| 江差支店 | 奥尻支店 | せたな営業所 |
|---|---|---|
| 桧山郡江差町江差港北埠頭 | 奥尻郡奥尻町字奥尻309番地先 | 久遠郡せたな町瀬棚区外岸壁埠頭 |
| Tel.0139-52-1066 | Tel.01397-2-3131 | Tel.0137-87-3963 |

詳しい内容についてのご質問等はこちらまで。お問い合わせ　奥尻町役場地域政策課 TEL 01397-2-2351

ETCドライブ割引 ドラ割 北海道ETC

# 夏トクふりーぱす

高速道路でめぐる
最高の3日間。

## 北海道の夏 週末3日間 7,900円

## 高速道路が乗り放題!!

対象期間 平成28年 6月3日(金)▶10月31日(月)

普通車…7,900円　軽自動車等…6,300円




**特典1** アンケートに答えて地元特産品などを当てよう

**特典2** 地域寄り道の特典・サービス

「地域寄り道特典・サービス」は次の高速道路沿線市町村が対象です。

**道東道沿線**
(千歳恵庭JCT～本別・足寄IC)
新ひだか町／新得町／帯広市／音更町
幕別町／更別村／池田町／本別町

**道央道沿線**
(大沼公園IC～士別剣淵IC)
福島町／鹿部町／七飯町／八雲町／黒松内町／洞爺湖町
壮瞥町／伊達市／登別市／白老町／苫小牧市／深川市／名寄市

**特典3** プリンスホテル特別宿泊プラン(QUOカード付き)

**特典4** 三井アウトレットパーク 札幌北広島
千歳アウトレットモール・レラ
「お買物&ご飲食券 500円分」プレゼント

1店舗で1度に5,000円(税込)以上お買い上げいただいた方へ
同施設で使える500円分のお買物&ご飲食券をプレゼント!

北海道ETC夏トクふりーぱすのお申し込みは「ドラぷら」から!携帯電話からもOK

ドラぷら http://www.driveplaza.com/trip/drawari/

モバイル版 http://m.driveplaza.com/travel/

※一部の携帯電話ではご利用いただけません。

NEXCO東日本
「北海道の四季フォトコンテスト」応募作品(撮影地／北竜町)


24時間、365日、お客さまの声をお聞きしています。
NEXCO東日本お客さまセンター
0570-024-024 (24時間) (24時間)
PHS・IP電話のお客さま:03-5338-7524

高速道路に関する情報は「ドラぷら」で
www.driveplaza.com/
ドラぷら 検索


あなたに、ベスト・ウェイ。
NEXCO 東日本

# 十勝千年の森に新たにセグウェイコースが登場!

## 7月15日㈮プレオープン!

走るだけでは物足りない、もっとセグウェイを乗りこなしたい!
そんなお客様からの声にお応えして、セグウェイの操作を楽しむためのテクニカルコースが7月15日よりオープンします。

# その名も「SegTechWorld」!!

(セグテックワールド)



「SegTechWorld」は走るコース上に様々な障害物を設定、セグウェイの特性が良く理解でき、セグウェイの楽しみが広がるコースです。

高低差のあるラフロードや2本の板の上に上手にタイヤを乗せて脱輪しないように走るバランスブリッジ、丸太を敷き詰めた凸凹道複雑な曲線を描き連続するカーブゾーン等セグウェイを駆るテクニックが要求され、適度な緊張感を楽しむことができます。

※画像はイメージです
画像提供　Segworld.dk〈http://segworld.dk/〉









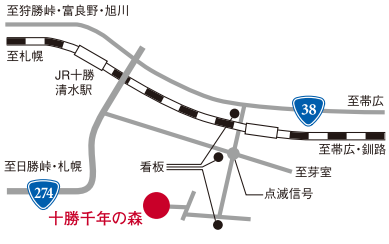
| | | |
|---|---|---|
| セグウェイガイドツアー | 2時間<br>(30分練習・90分ガイドツアー) | 8,800円(税込) |
| セグウェイ体験試乗 | 10分 | 1,000円(税込) |
| ロボステップ体験試乗 | 10分 | 1,000円(税込) |
| [雨天時]体験試乗、ロボステップ(マンサードホール内にて) | 5分 | 500円(税込) |

セグウェイに関するご予約・お問い合せ
**0156-63-3311**



環境貢献活動を起源に、森・庭・農・アート・食と、さまざまな手段をもって、400haの広大な敷地に人が自然と触れ合える機会を創出しています。千年後の未来へ残し、引き継ぐ大切な財産として、この森を育てています。

アクセス
●お車でお越しの場合/
帯広駅から45分、とかち帯広空港から60分、
札幌から3時間、新千歳空港から2時間30分、旭川空港から2時間30分
富良野から1時間40分、トマムから40分、釧路から2時間30分
●JRをご利用の場合/
札幌駅～帯広駅(特急ご利用で)約2時間30分/帯広駅からタクシーで45分




十勝千年の森
TOKACHI MILLENNIUM FOREST

〒089-0356 北海道清水町字羽帯南10線
☎0156-63-3000　http://www.tmf.jp
□ 営業期間/4月29日～11月3日　営業時間/9時半～17時(季節により変動あり)
□ 入場料/1,000円　小・中学生500円

森のスパリゾート

# 北海道ホテル

Hokkaido Hotel

Spa resort in the forest Hokkaido Hotel



北海道ホテルの前身は1899年に帯広駅前に創業した「北海館」。1966年に現在地に移転し、十勝では初の靴履きで入れる本格的なホテルに新築しました。91年に十勝毎日新聞社に経営譲渡し、3年後に「北海道ホテル」に改称。ホテル名には、「北海道を代表するホテルに」との志が込められています。



## リニューアルされた新客室



新客室「フォレスト・スパツイン」



新客室「モダン・ダブル」

## 地場食材で本格料理を提供



バード・ウォッチ・カフェ



和食 六郎

アクセス

●お車でお越しの場合/
札幌から約3時間、道東自動車道芽室帯広ICから約20分

●JRをご利用の場合/
札幌駅～帯広駅（特急ご利用で）約2時間30分
帯広駅からタクシーで3分




森のスパリゾート

北海道ホテル

Hokkaido Hotel

Spa resort in the forest Hokkaido Hotel

〒080-8511 北海道帯広市西7条南19丁目1
☎0155-21-0001
http://www.hokkaidohotel.co.jp

# 十勝農園

Tokachi Farmers Restaurant



## 十勝の素材をそのままに

十勝は寒冷な気候条件にありながら、恵まれた土地資源を生かし長い日照時間を味方にして、努力と改良を重ね、農業が発展してきました。

十勝農園は十勝の大地で育まれた産物を惜しむこと無く、素材の味を存分に楽しめる料理を提供しています。



ジャガイモのラクレットチーズ焼き



エゾシカ肉のロースト ハスカップソース



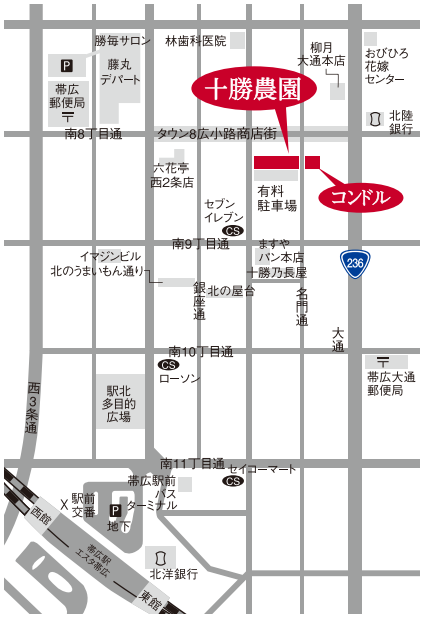
十勝和牛の熟成ステーキ



店舗前の赤い
トラクターが目印

アクセス

●帯広駅から徒歩5分 ※隣に有料駐車場あり




# 十勝農園

Tokachi Farmers Restaurant

〒080-0001 北海道帯広市西1条南9丁目6 名門通

☎0155-26-4141

http://www.tokachinouen.com

□ 営業時間/17時30分～23時00分

□ 定休日/日曜日（翌日祝祭日の場合は営業、月曜日休み）



とりとワイン ときどきじびえ

CONDOR

コンドル

## 2号店「コンドル」オープン！

十勝農園の正面に構える、一戸建ての小さなお店です。炭火焼の串料理・創作鶏料理、季節の野菜やジビエ料理をオープンカウンターのお洒落な空間でお召し上がりいただけます。厳選したグラス・ボトルワインとともにごゆっくりとお過ごしください。

帯広市大通南9丁目5番地2 ☎0155-29-2092

□ 営業時間/17時30分～(LO)0時00分 □ 定休日/不定休

最大席数[テーブル席:20席、カウンター席:8席]

つたいバス函館営業所開設記念 第2弾

# 大好評! 日帰り宿泊バスツアー

函館発着〈停留所／函館駅前・五稜郭・美原・森町道の駅〉

一度は見たい絶景

## 美瑛 青い池 2日間

キリンビール工場見学・道の駅サーモンパーク千歳
黄金色に輝く北大イチョウ並木と札幌フリータイム

2～4名様 1室 21,800円
1名様 1室 24,800円

出発日 10月22日(土)
最少催行人員15名

宿泊 天然温泉かけ流しの湯で旅の疲れをゆっくり癒やせます
白金温泉／ホテルパークヒルズ
1朝1夕食付き

北海道日本ハムファイターズを応援しよう!

## 札幌ドーム野球観戦

出発日
8月11日(木)(祝) VS西武ライオンズ戦
8月21日(日) VSソフトバンクホークス戦
9月25日(日) VS楽天イーグルス戦

出発確約 大人お一人様(バスのみ) 6,800円

チケット手配もできます。A席付10,800円・S席付11,800円 ※8/21は1,000円引
■集合出発／函館駅前7:00(9/25は6:30) ■帰着／試合終了後およそ6時間後 ■食事なし

【旅行企画・実施】北海道知事登録旅行業 第2-583

## つたいツーリスト

お申し込み・お問い合わせ
TEL(0138) 36-2415
【帯広転送】転送料金はかかりません

■帯 広 本 社／帯広市西1条南26丁目1番地 TEL.0155-24-2414
■函館営業所／函館市高松町505番地12
●営業時間／平日 10:00～18:00 土曜 10:00～14:00
※出発決定ツアーはお申し込み後、お客様の都合によりキャンセルされた場合は、出発10日前又は宿泊20日前より所定のお取り消し料がかかります。※掲載料金は税込です。

つたいバスは小型バスから大型バス貸切OK!
乗務員募集中!委細面談



ANA(全日空) 格安航空券 JAL(日本航空)

【8/31(水)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 ⇒25,000円～
★函館⇔大 阪(伊丹) 正規片道運賃 46,100円 ⇒29,000円～
★函館⇔名古屋(中部) 正規片道運賃 42,210円 ⇒27,200円～

上記航空券は、ご搭乗日時の変更が可能です。

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。

←本町 本通 湯川町→ 深堀町電停 ↓競輪場



# rakra ラ・クラ

北東北の旅のお供に

おかげさまで10周年 rakra ラ・クラ

別冊シリーズ第2弾

## 「旅はローカル線にのって。」

列車の揺れに身をまかせて
気の向くままに途中下車。

B5判変形 定価800円(税込)

函館で唯一、
函館蔦屋書店で
販売しています。

蔦屋書店
TSUTAYA BOOKS

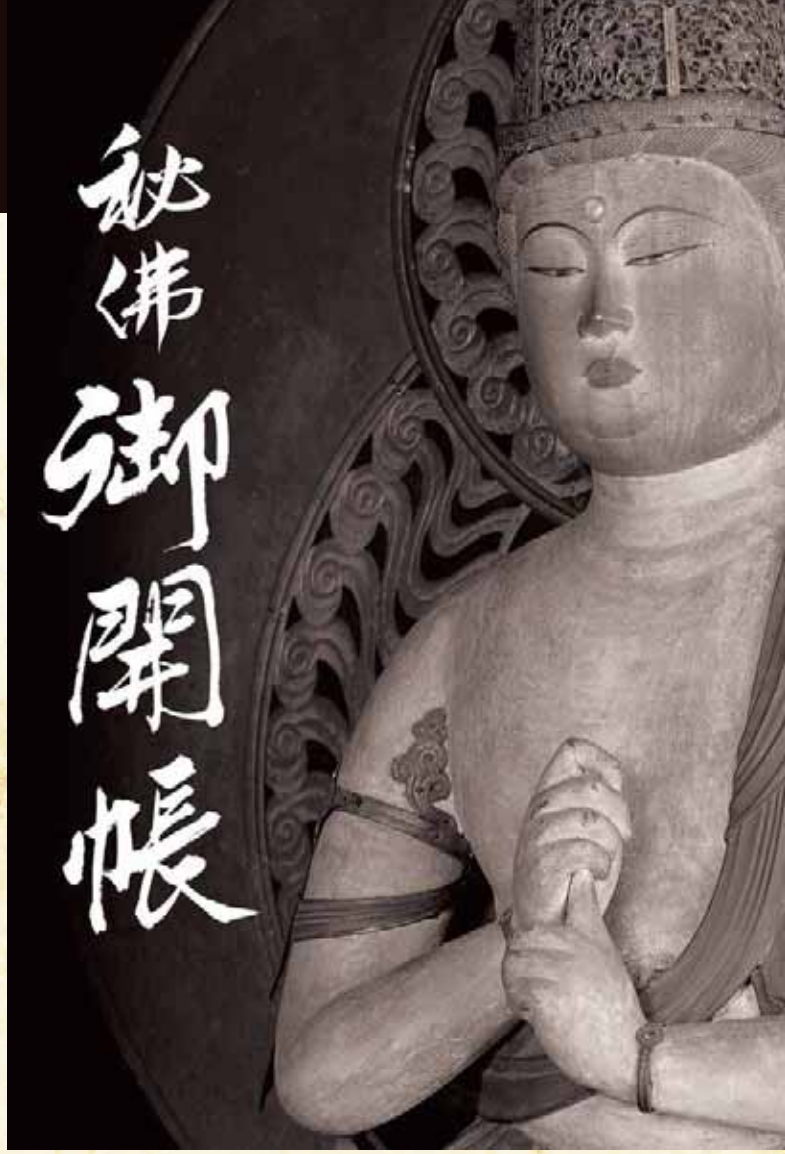



# 発売中!

編集・発行 川口印刷工業株式会社 ラ・クラ編集室 TEL 019-632-2211

ラ・クラはウェブサイトからも注文できます www.rakra.jp/

# 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。**

## 一字金輪佛頂尊（いちじきんりんぶっちょうそん）

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



桂泉観音（天台寺蔵）

◎平安時代（11世紀）カツラ材の一木造、像高116.5cm、重要文化財

### 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. 天台寺「桂泉観音」出開帳

◆日　程　平成28年7月30日（土）～9月11日（日）　午前8時30分～午後5時
◆会　場　讃衡蔵
◆拝観料　通常の中尊寺拝観料で拝観できます。
［大人800円/高校生500円/中学生300円/小学生200円］

### 3. 本堂法話

◆内　容　中尊寺貫首はじめ、一山僧侶が「平泉」の歴史や仏教文化について本堂にて法話を行います。
◆日　程　平成28年9月・10月の日曜日 午後2時
◆会　場　本堂（参加無料・事前予約不要）

### 4. 世界無形文化遺産 みちのくの神楽 奉演

◆内　容　ユネスコ世界無形文化遺産「早池峰神社岳神楽」をはじめ、平泉近隣、三陸沿岸に伝わる神楽の奉演を行います。
◆日　程　平成28年9月17日（土）・24日（土）　午前10時・午後1時
◆会　場　本堂（参加無料・事前予約不要）



早池峰神社岳神楽（花巻市）

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

中尊寺　検索

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

Gourmet

## 7月20、21日に2周年記念企画 生ビールとサワーを各100円で提供 豊富なメニューと共に楽しんで

7月に2周年を迎える本町店では7月20、21日に2周年記念企画として生ビールとサワーを100円（税別）で提供する。やわらかい肉質で臭みがなく甘みのある脂が特徴の留寿都村産豚肉を用いた同店名物「でっかい豚串」（125円・税別）や、新鮮なササミ肉をレアで焼き上げ、タルタルソースや明太マヨネーズなど10種類の味わいを用意するササミ串など、100点ほどが並ぶ豊富なメニューと共に楽しんで。ほか、焼き鳥18種類食べ放題と2時間飲み放題がセットになった宴会コース（4000円～・税込）もおすすめ。





**やきとり鳥 おおとり 本町店**　函館市本町32-29（丸井今井近く）　☎0138-53-4113
17:00～23:30（23:00L.O）　火曜定休

Cinema

## 「ファインディング・ニモ」のスタッフ再結集 忘れられない感動の夏をあなたニモ

カクレクマノミのニモの親友で、何でもすぐに忘れてしまうナンヨウハギのドリーがたったひとつ忘れられなかったものーそれは小さな頃の「家族の思い出」だった。なぜその思い出だけを忘れなかったのか？ドリーの家族はいったいどこに？秘密は海の生き物にとって禁断の場所＝「人間の世界」に隠されていた。「ファインディング・ニモ」から1年後の世界を舞台にドリーの家族を探す感動の冒険が始まる。この夏、宝石のような美しい世界に包まれた「忘れられない旅」に出かけてみませんか？



**「ファインディング　ドリー」**
7月16日公開　シネマ太陽函館　☎0138-22-2021
■監督／アンドリュー・スタントン　■海洋生物監修／さかなクン
■日本語吹替版キャスト／室井　滋、木梨憲武、上川隆也、中村アン ほか

Music

## 川のせせらぎや波音、風鈴の音…8つの「涼感サウンド」を収録

理化学研究所協力のもと主観的気分調査システム「KOKOROスケール」を使い、自然音や涼感をもたらすサウンドを徹底調査し〝涼しい〟と感じる音を厳選。渓谷を流れるせせらぎや海風と波の音、秋の夜長を思わせる虫の音、風鈴の音色など日本人にとってなじみ深く、記憶や感情に働きかける涼感サウンドを収録。小さめの音量で部屋やオフィスなどの環境音として聴くのがおすすめ。




**「涼感」**
■音源監修／片岡洋祐（理化学研究所・医学博士）　■1,800円（税別）
［情報提供／玉光堂 五稜郭店］

Sweets

## 「豆乳しふぉん」の空港限定商品 人気の味を詰め込んで ただいま好評販売中！

体にやさしい手作りスイーツで人気の「函館おたふく堂」では、函館空港国内線旅客ターミナルビル2Fの「棒二森屋函館空港店」で空港限定商品「カットしふぉん詰合」（6個入1280円）を販売。セット内容は、豆乳函館しふぉん2切れ、チョコ、抹茶、紅茶、クリームチーズのしふぉん各1切れで、ふわふわ、しっとり「豆乳しふぉん」の、バラエティーあふれる味が楽しめる。また、定番の「豆乳函館しふぉん」（1180円、箱入り）も購入可能。「函館土産として市外、道外に味を知っていただき、函館に来るきっかけになれば」と同店。土産にもらったことがあるという旅行客が、函館観光ついでに本店へ来店するケースも増えているという。棒二森屋函館空港店の販売スタッフも「お土産用だけでなく、自分用に買われる方も多くいる人気商品です」と話す。





**豆乳しふぉん専門店 函館おたふく堂**
本店／函館市中道1-22-5 コーポなかの1F ☎0138-32-2300　10:00～19:00　火曜定休　P有り
棒二森屋函館空港店／函館市高松町511　函館空港国内線旅客ターミナルビル2F　☎0138-57-5100
8:00～19:30頃（最終搭乗時刻に合わせて営業）　無休

Beauty

## 2種類のミルボン新トリートメント つややかに輝く指通り滑らかな髪に



ダメージから守るためすきバサミを使わずにカットを行なうなど細かく丁寧な施術が好評の同店が新たなトリートメント剤を導入。つややかで滑らかな髪に仕上がる「スムース」（2480円）と、しっとりとした質感を求める人におすすめの「モイスチャー」（3020円）の2種類。8月15日まで受け付けの際に「ハコラクを見た」と伝えると各1000円引きになる。「市内の美容室での導入は初となるトリートメント剤です。ぜひお試しください」と同店。

**Hair Design A-gleam** ヘアーデザイン アグリーム

函館市本通2-53-17　☎0120-13-0255
9:00～19:00　予約優先　火・第3月曜定休　P有り

Event

## 町の歴史や名物に触れる約1時間 「木古内みそぎまち歩き」ガイド

木古内町の伝統神事「寒中みそぎ」を体感できるまち歩きガイドを通年で実施中。「道の駅みそぎの郷きこない」をスタートし、地酒「みそぎの舞」の試飲や銘菓「孝行餅」の試食ができる老舗を巡り、ゴールのみそぎ浜では本番さながらに水ごりも体験できる。この夏休み、商店街や寒中みそぎに縁のあるスポットをゆっくり歩いてみては。



**木古内町観光協会**

期間/通年※毎週日曜、年末年始、1月13～15日は除く
出発時間/11:00（所要時間約50分）　参加料金/1人1,000円※幼児以下無料
最少催行人員／各日1人から（10人以上は要相談）　申し込み期日/3日前までの要予約
申し込み先／木古内町観光協会☎090-6521-1616

Gourmet

## メニューをリニューアル 定食が増えテイクアウトも開始 夏の燗酒もおすすめ



道南産を中心に旬の恵みを取り入れた季節のそばやオリジナル品など、斬新なメニューを提供する同店がメニューを刷新。定食類を増やすなど、より幅広いニーズに応える。この夏のおすすめは8月末まで限定の「小女子とレモンのぶっかけそば」（780円）。コウナゴと相性抜群の広島県瀬戸田町のノンワックスレモン4分の1カットを贅沢に使用。たっぷり搾って大根おろしと良く混ぜ合わせると、上品な酸味がふんわりと広がり、暑い日もスルッと喉を通る爽やかさ。新メニュー「ポークジンジャー定食」（950円）など、ごはん物はすべて栄養価の高い、道南産ふっくりんこの胚芽米を使用する。また、人気のそば前には、冷やでも燗でも旨い純米酒を豊富にラインナップ。




**そば処 さんてい・柏木店**　函館市柏木町7-32（柏木町電停前）　☎0138-52-1055
11:00～16:00、17:00～21:00（20:30L.O）※出前は19:30まで　火曜定休　P有り

Gourmet

## ハンバーグのセットが 7月31日まで1000円に 手間暇かけた逸品を味わって

今春オープンしたばかり、自宅を改装した住宅街の中の一軒家レストラン。熱々の鉄皿に乗る看板メニュー「ハンバーグステーキ」は200gの挽肉を使用し食べ応え十分で、4日間かけて作るデミグラスソースの深いコクが後を引く。ディナーは単品900円だが、7月31日までランチと同様ライス・サラダ・スープ付き1000円で提供する。ほか、ビーフステーキやポークソテー、オムライスなどメニューも豊富。ワインなど酒類も充実している。昼は単品にサラダやスープ、コーヒーが付く「本日のランチ」を用意。店内はカウンター3席とテーブル5卓をゆったりと配置した洒落た空間なので、くつろぎながら食事を楽しめる。







**キッチン やまぐち**　北斗市久根別2-20-8（久根別駅近く）　☎0138-73-3640
11:30～14:00、17:00～22:00　水曜定休　P有り

# 窓・ドアで困ったら。

結露抑制
防犯・防音
網戸張替
UV・断熱

その他、お困りのこと何でもご相談下さい

プロが解決します!!
専任スタッフが随時対応します!!
お電話ください!!

MADO ショップ

MADOショップ函館吉川町店
TEL 0138 41-4134（よい よいさし）
〒040-0077 函館市吉川町8番4号
®[営業時間]9:00~17:00 [定休日]土・日・祝






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






住宅用分譲地
UTOPIA HOKUTO OIWAKE
ユートピア北斗追分
UTOPIA HOKUTO OIWAKE
好評分譲中！

おかげさまで
残り１１区画
（平成28年6月27日現在）
※仮予約含む




- 所在／函館市川原町１８
- 函館市電「深堀町」停 徒歩５分
- 国立函館病院 徒歩３分
- マックスバリュ（新築オープン予定）徒歩５分

UTOPIA KAWAHARA
ユートピア川原
UTOPIA KAWAHARA
内覧随時受付中！

1LDK　2LDK
ユートピア川原 詳細はコチラ

Create your own life!
住まいを創造する新しいライフスタイルの提案

ユートピア北斗追分
詳細はコチラ

Century21
（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（内覧は17：00まで受付）
〒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7月末日

Pet Salon D's

小型犬から大型犬まで対応の
気配り、目配りの利く
アットホームなペットサロン





シャンプーコース
小型犬……2,000円～
ビーグル他中型犬…3,800円～
ボーダー他大型犬…5,000円～

シャンプー&カットコース
小型犬……3,000円～
ビーグル他中型犬…5,300円～
ボーダー他大型犬…6,500円～
各税別

猫のシャンプーもご相談下さい

コース利用の場合片道20分まで送迎無料　ペットホテルも完備

函館市松陰町18-3
☎0138-32-5211
営業時間／9:00～19:00
※予約制
不定休　駐車場有




8月の定休日のお知らせ
8月1日(月)～4日(木)まで
臨時休業とさせていただきます。

夏休み 特別企画
有料
ボウリング 2ゲーム以上ご利用の 小学生以下のお子様
ガラガラ抽選
1回サービス!!
対象／～小学6年生まで
7/23(土)～8/16(火)
人気キャラクターグッズ プレゼント
(空クジなし)



【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




厚生労働省委託事業　実践型地域雇用創造事業
起　業　家　養　成　講　座
「お店をもちたい」～夢の１歩を踏みだしませんか？
前回も大好評
カフェ講座












富田講師・著書



出版社「主婦の友インフォス情報社」

講師プロフィール
富田　佐奈栄氏（日本カフェプランナー協会　会長）
http://www.sanaegakuen.co.jp
佐奈栄学園　カフェズ・キッチン　学園長
カフェをはじめる人のビジネススクールのパイオニアとなる「カフェズ・キッチン」を設立し、多くの卒業生を輩出。
卒業生の開業者数は、2015年10月現在、３００店舗を超えるまでに、テレビ番組をはじめとする各メディア出演や食品メーカーに商品企画やメニュー提案なども行い、数々の本を出版するなど、カフェのスペシャリストとして活躍中。

受講料 無料!



講師プロフィール
中川　恵介氏　（コムスペース株式会社　代表取締役）
http://www.comspace.biz/
首都圏を中心に全国各地で多数の商業施設の店舗の空間デザイン、設計のデザイナーとして従事。後に店舗開発、リーシング、アクチュエース、コンサルティング、アートディレクション等に仕事の幅を広げ2006年にコムスペースを起業。
カフェの空間づくりのプロフェッショナル。



Menu

対象者　カフェをはじめとした、飲食業の開業に興味がある方・求職中の方

場　所　函館国際ホテル

日　時　2016年 7月27日（水）～29日（金）
１０時～１６時　《３日間》






☆カリキュラム☆
１・カフェオープンまでの流れ
２・成功させるためのカフェの計画
３・おいしい珈琲、紅茶の入れ方　（実演）



定員　１０名　＊定員になり次第締め切らせていただきます
＊お申し込は 電話でお願いいたします。締切日 7月22日（金）
TEL　0138（22）6080　URL　http://hakodatekoyo.jp/

〒040-8666　函館市東雲町4番13号　函館市経済部労働課内
主催　はこだて雇用創造推進協議会　担当　佐野

不況知らずの軽貨物運送業！

# 軽ドライバー募集

業務委託

月間報酬例 **27.5万円～30万円** 月間25日、1日8h稼働例

## 軽貨物車両の無い方、無料貸出し有り

―見習い・研修制度あり！―

―軽ワゴン・軽トラ 持込み歓迎―

## 加盟金・保証金 一切不要!!

報酬例

- ▼自動車部品の配送(ルート配送) 月額:27.5万(11,000円×25日)
- ▼食品雑貨の配送(エリア・コース限定) 月額:30万(12,000円×25日)

◆貨物保険加入済み ◆慶弔見舞金・傷害保険制度有り

安定した企業専属便のお仕事です

開業済みの方歓迎

時間・期間等応相談

信頼できる物流パートナーになりませんか 軽貨物自動車運送実績 No.1 の当社へ

**説明会開催中**

7/19(火)～随時

**函館支店**

1人30分程度の個別説明です。電話予約の上、お越し下さい。

北海道～九州・沖縄 全国52拠点
他国内グループ会社10社

**株式会社Q配サービス** (A0201)

函館支店 函館市東雲町5-11 寺井ビル 4F(市役所向い)

☎0138-24-5577

受付先社名:㈱Q配ビジネスサポート

http://www.q-hai-service.co.jp/



Protech 株式会社プロテック



人と企業を繋ぐプロテック

## 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

登録者、随時募集



フリーダイヤル **0120-049-882**

短期から長期までご相談ください。



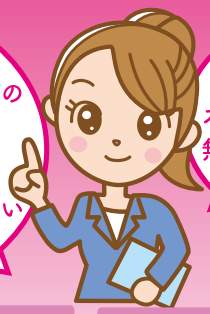
URL http://www.protech2004.jp

一般労働者派遣事業(般)01-300467
有料職業紹介事業 01 -ユ- 300335

# ハリカの出産内祝



赤ちゃんが生まれたことを喜んでくれた方への感謝の気持ちとして、お返しする『出産内祝』お返しは産後1ヵ月くらいが目安です♪



お電話一本でカタログと資料を無料でお送りいたします♪



おひとつから作成します

お品物にはベビーカードを無料でお付けいたします。ぜひカワイイ赤ちゃんの画像をお持ちください。
※携帯・スマホの画像でも大丈夫です



■赤ちゃんと一緒でも見られるようにベビーカーを貸し出しております。

税込 10,000 円以上お買上げのお客様に『バースデーベア』をプレゼント！



※身長12センチ 足の裏に誕生日が入った可愛いクマちゃんです。

さらに、お買上げ金額に応じて、ハリカから嬉しいプレゼント(一例です、詳しくは店頭にて)

30,000 円以上のお買上げ特典



エコー写真アルバム、手形・足形キット、命名紙が一冊になった記録ブック

100,000 円以上のお買上げ特典



名前入りポエム額とオムツ

## お中元フェア開催中

8月22日まで



フェア中は休まず営業

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。

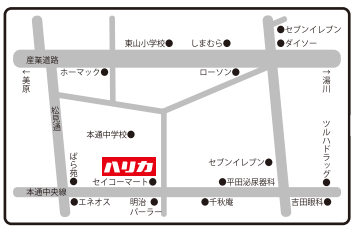
**ハリカ 新函館店**

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

メール staff@bz04.plala.or.jp 営業 10:00～19:00 (日・祭日は18時ﾏﾃﾞ) 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(ハコラク) ハリカ

**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10月31日

# 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 営業スタッフ

◆内　　容／弊社が発行している「函館新聞」「ハコラク」の広告営業
◆資　　格／35才未満（例外3）、高卒以上
　　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※残業有
◆休　　日／月7日
◆給　　与／月170,000～280,000円
◆待　　遇／各社保完備、試用期間6カ月有
　　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
　　※試用期間6カ月は契約社員雇用。
◆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10日(土)、11日(日)<br>12日(月)、19日(月・祝)<br>20日(火)、24日(土)<br>25日(日) |
| | 女子 | | 7月1日～9月8日 | 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!

**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

**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!

**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**

はこしん

主婦、パート・アルバイトの方もOK！

# カードローン きゃっする500



この街と生きていく
SHINKIN 信用金庫

ここまで余裕

利用限度額 最高500万円!

**新規申込・増額申込　お問い合わせは**

携帯電話からもご利用になれます
0120-660-650 受付 平日9:00～17:00 (12/31～1/3除く)

最寄りの当金庫本支店窓口へ

**24時間365日お申し込みなら**

FAX 0138-24-2727 店舗・ATMに備え付の仮審査申込書にもれなくご記入の上ご送信ください。

パソコン・スマートフォン・携帯電話
http://skgt.jp/1012/ はこしん 検索

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またはホームページをご覧ください

本　　店 0138-22-1247　亀田支店 0138-42-3820　えさん支店 0138-84-2111　木古内支店 01392-2-3121
ばんだい支店 0138-41-6236　湯川支店 0138-57-1492　北斗支店 0138-73-2151　知内支店 01392-5-5611
五稜郭支店 0138-52-0511　中道支店 0138-51-1711　七飯支店 0138-65-2501

函館信用金庫 はこしんホームページはこちら http://www.hakodate-shinkin.jp/ はこしん 検索



世界観客動員700万人に迫る
ブロードウェイより凱旋




2016.8月1日[月]・2日[火]
開場 18:30　開演 19:00
※開場時間は変更になる場合がございます

チケット好評発売中

ニトリ文化ホール
[札幌市中央区北1条西12丁目]
全席指定:S席 6,500円 / A席 5,500円 / B席 5,000円
※料金は税込　※未就学児童は入場不可

□主催：朝日新聞北海道支社 / 北海道テレビ放送 / 北海道日刊スポーツ新聞社 / 朝日サービス / HTB プロモーション
□後援：札幌市 / 札幌市教育委員会

チケットのお求め
◆道新プレイガイド
http://doshin-playguide.jp/ TEL.011-241-3871
◆チケットぴあ
【Pコード:299-832】TEL.0570-02-9999
◆ローソンチケット
【Lコード:11984】TEL.0570-084-001
◆セブンイレブン　店内マルチコピー機
◆大丸プレイガイド　TEL.011-221-3900
◆HTBコーナー　TEL.011-241-0146

公演の詳細・お問い合せ TEL.011-824-4171(HTBプロモーション) 9:30～17:30(土日祝休み)

www.drum-tao.com TAO 検索

# 「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/

# Salon Interview
～美を手がける人～



## ravi hair works
ラヴィ　ヘア　ワークス

代表
# 室田　まゆみさん（31歳）





［Profile］高校卒業後、市内の美容室でアシスタントとして勤務を始める。通信教育にて美容師免許を取得し、スタイリストとして活躍。老人ホームを訪問してカットを行なうなどボランティア活動に取り組みながら、今年４月に美容室「ラヴィ ヘア ワークス」をオープン。プライベートでは２匹の愛犬と公園を散歩するなどしてリフレッシュしているという。

**ravi hair works**
ラヴィ　ヘア　ワークス

函館市鍛治1-51-9
☎0138-83-7774
10:00～18:30
第3日曜定休　P有り



## サロンは自分らしく明るく居られる場所
## わくわくするようなサービスを提供したい

――今年4月に美容室「ラヴィ ヘア ワークス」を立ち上げた室田さんが美容師を志したきっかけは。

高校を卒業する時、特にやりたいと思う仕事がなく軽い気持ちでアシスタントとして美容室に入社し、働きながら通信教育で美容師免許を取得しました。当時は専門学校を卒業したばかりの同期と仕事に対する思いに温度差があったり、元々不器用でシャンプーがうまくできず、お客様の施術になかなか入れなかったりと悩むことも多かったです。

――そんなか仕事を続けてこられ、ご自身で店を立ち上げるまではどのような歩みだったのですか。

最初の美容室で3年半ほど勤め、また違う店に異動しました。そこでは営業後も毎日練習に取り組むなど朝から夜11時までびっしりと働く日々を6年間送りました。そんな多忙ななかでふと「自分は何がしたいんだろう」と思うことがあり、残業が無く月に1度の講習も自由参加という、システムがまったくといっていいほど逆のサロンに入りました。さまざまな店で働くなかで「もっとこういうサービスをしたい」と思うことが増え、これからほかで働いてもきっとそう思うんだろうなと考え、私なりのおもてなしができる自分の店を持つことにしました。

――この仕事のやりがいはどんなところですか。

スタイリストになってお客様に「またお願いね」と言われたときは自分を必要としてくれる人がいるということを実感してすごく嬉しかったです。本当にこの仕事をやりたいのかを考えて、ほかの職業に目移りすることもありましたが、店に立っていないと明るく自分らしくいられない、私にはこの仕事しかないと思って続けてきました。お客様からパワーをもらうことで元気になることも多く、色々な方との触れ合いがこの仕事の楽しみですね。始めた頃は喜んでもらいたいという一心で夢中でサービスを行なっていましたが、自分が良いと思うこととお客様が望んでいることは違うということも学びました。自分の考えを押し付けるのではなく、望みをしっかりと把握しそれに沿ったサービスを心掛けています。結果サービスがお客様の思いとしっかりとはまったときはすごく嬉しくなります。一人ひとり望んでいることが違うので正解はなく、そこも面白いところかもしれないですね。

――さまざまなサロンで経験を積まれたとのことですが、今までで印象に残っているお客様はいますか。

髪が傷んでしまったと毛がチリチリした状態で助けを求めにいらっしゃった方がいました。1カ月では修復できない状態だったので、「半年から1年ほど一緒に頑張りましょう」と、月に1度のペースで通ってもらい、少しずつ直していくようにしました。当初は1年以上かかるかと思いましたが、お客様にもしっかりと家でのケアなど頑張ってもらい1年かからずにきれいな髪に戻すことができました。顔を合わせているうちに団結力が生まれ信頼関係を築くことができ、そのときに言われた感謝の言葉が印象に残っています。お客様に対して誠実に向き合うことの大切さを教えてもらいました。



――得意な施術やおすすめのメニューは。

朝の準備にかかる時間や洗髪する時間帯などを伺い、その方のライフスタイルに合わせたスタイリング方法を提案しています。手ぐしで簡単にセットできるウェーブや少しボリュームが欲しい方へのポイントパーマなど、お手入れが楽に済むパーマスタイルが得意です。

――美容室で特にこだわったポイントは。

店名の「ラヴィ」に込めたとおり「わくわくする」サービスを提供したいと思っています。車イスでも入店できるようドアや通り道の幅を広めにつくり、腰が痛くならないシャンプー台を備えているので、ご年配の方にもご利用いただければ。また同じ美容室に長く通っていると、同じスタイルになりがちで飽きてくる方も多いと思いますが、ニーズに合わせて新色や新しいスタイルの提案を行うなど常に新鮮な気持ちでご来店頂けるようにしていきたいです。



――まだ来店したことのない方へのメッセージをお願いします。

小さい美容室ですが、「ここに来ればなんとかなる」と思ってもらえる駆け込み寺のような場所になれれば。スタッフも皆ラフで気取った店ではないので、美容室が苦手な方もまずはだまされたと思って気楽にお越しください。

取材：坂井　悠香　　写真：大槻　和央

# 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（8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

---

ネイルサロン エーナイン
函館MEGAドン・キホーテ店内に
まつ毛サロンオープンにつき

# アイリスト兼 ネイリスト募集



アイリストのお仕事がないときはネイルの施術にも入っていただきます。
道内18店舗展開中の成長を続けるサロンで働きませんか?
しっかりとした研修で手に職を!家事と両立して働くスタッフが増えています。

- ●契約社員・パート（美容師免許必須）
- ●月給13.3万～18万　時給765円～
- ●勤務時間等は応相談（1日3、4時間から働けます）
- ●正社員登用制度有り・社保完備
- ●問い合わせ ☎011-281-8338（札幌駅前店 / 担当・白石）

※詳細につきましてはお気軽にご連絡ください



## サマーキャンペーン

8月31日まで「ペア割」実施中
予約時に「ハコラクを見た」と伝え
2名様でご来店いただくと
**1名様が全メニュー半額!!**

ネイルサロン エーナイン

**函館MEGAドン・キホーテ店**
函館市美原1-7-1
MEGAドン・キホーテ函館店2F
☎0138-83-1181
9:00～20:00※予約優先
無休　P有り

**函館ポールスター店**
函館市港町1-2-1
ポールスターショッピングセンターB棟1F
☎0138-84-6384
10:00～20:00※予約優先
無休　P有り

---

## 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

## 期間限定 オプションメニュー

夏の疲れはこれで癒そう！



**A～Dコースの方へ**

**顔スッキリ癒しパック**

古い角質を落として、顔の疲れを癒すパックでスッキリ！



コース料金 プラス ¥540

**C、Dコースの方へ**

**冷シャン炭酸頭皮ケア**

ひんやりシャンプーと高濃度炭酸で頭皮活性化！！



コース料金 プラス ¥540

**顔&頭皮の爽快リフレッシュセット**

癒しパックをしながら、炭酸頭皮ケアで至福のリラックスタイム!!!

コース料金 プラス ¥864

---

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




Coupon　初めて当店ご利用のお客様へ

**Cコース ¥1,944から ¥324引き**

（60歳以上の方は¥1,728から割引）

※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8月末日まで有効。

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

新しい自分との出逢い。　美しさとの出逢い。
しあわせな出逢いによって生まれ変わる肌の未来を信じて。

### ハリウッド化粧品の新しいスキンケア「AUSE（オウセ）」。“逢瀬”という言葉から名付けられました。

AUSEは、落とすアイテムから、与えるアイテムまで、一貫して肌の酵素に着目。
肌老化一つ一つへの単なる対処療法でない、肌がそもそも持っている酵素環境を整えることによる、肌の恒常性維持強化を目的とした「独自のスキンケアブランド」です。
ある一つの酵素ではなく、肌のあらゆる酵素のバランスを整え、肌の恒常性を保つスキンケア。肌に本来備わっている能力「肌力（キリョク）」を引き出し、
加齢に負けない自ら輝く肌を作り出します。

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

**今だけお得なキャンペーン**
AUSEシリーズを1品以上
お買い上げの方に
**今治フェイスタオルをプレゼント!!**






CHIPIE AVANCÉ

選んだカラーやアイテムをセットして、“あなただけ”のパレットの完成です！リップやブラシもTPOに合わせてセレクトして、ワンランク上のカスタマイズを目指しましょう。

**アイズグラッセ**（アイカラー）16色 各800円
**リップグラッセ**（リップカラー）シアー/クリーミー各5色2,800円
**ブラシ**〈L〉3,500円・**ブラシ**〈M〉2,000円

イボ・シミの予防に　**ハトムギで「もっと素肌美人」**

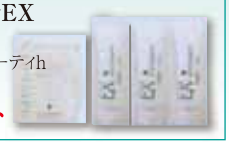
高濃度に配合されたヨクイニン（ハトムギ）エキスが首筋などの気になるポツポツをケアしてくれます。



ヨクイニンエキス（保湿成分）高配合化粧液

**ナチュラルEX スポッツビューティh**
6,000円

**PRESENT**
ナチュラルEXスポッツビューティhをお買い上げの先着50名様に
**ナチュラルEX**
・ソープh 15g
・スポッツビューティh 3g×3本
**プレゼント**



HOLLYWOOD ROPPONGI HILLS　**お試し“酵素美容トリートメント”**



お買い物やお仕事帰りにお肌のトリートメントにいらっしゃいませんか？
お肌の調子を整えるためにも酵素美容トリートメントがおすすめです。

**落とす酵素＆与える酵素を体験しませんか？**

**2,000円【体験価格】**

《期　間》2016年7月15日～8月8日　《受付時間》各日10:30～18:30
《ご予約》このコースはお一人様1回に限らせていただきます。
《内　容》AUSEスキンケアとパック、仕上げシピエメイク
ご予約は下記まで

約50分 要予約

※各税抜き価格

MAKE UP

メイクアップ
コスメ＆エステティックサロン **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






# 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

# からだの中から変えたい女性必見!!

コーチがしっかりサポート

有酸素運動 ＋ 筋力をつける運動

お腹　体重
ひざ　腰
筋力　血圧
が気になる方



体験料　1回約50分　100円
※体力測定もできます
※要予約

## かんたん健康体操教室ポイント

短時間で筋肉をバランスよく鍛えることができ、脂肪の燃焼を促す!
1回30分のトレーニングで終了するので無理なく
ご自身のペースでできる運動です。

Curves（カーブス）
カーブス函館美原
函館市美原1丁目7-1
（MEGA ドン・キホーテ 2F）
☎0138-62-6111
http://www.curves.co.jp/




# ホットヨガのBELBE函館店
# 10周年記念キャンペーン

体験会当日に
入会して下さった方は！



入会金 ￥1,000 ＋ 事務手数料 ￥5,076 ＋ 初月月会費 ＝ なんと!! ￥10

翌月以降退会まで月会費通常より 10%OFF

| | 月4 | デイ | 月8 | フル |
|---|---|---|---|---|
| 通常 | ¥8,694 | ¥9,828 | ¥10,260 | ¥11,664 |
| 10%OFF | ¥7,825 | ¥8,846 | ¥9,234 | ¥10,498 |



※3ヶ月継続が条件となります

WARM YOGA STUDIO BE BE

## BELBE函館店

tel.050-3784-7170（直通）
平日10:00～22:00（木曜日除く）
土・日・祝10:00～17:00
駐車場 880台 分完備
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

インターネットからのご予約は
ベルベ函館 検索



女性のキレイとハッピーを応援



# Beauty Special

ビューティースペシャル

## 夏



照りつける太陽に誘われ、
おでかけやレジャーが増える開放的な季節
肌の露出度も高くなる分、
お肌のケアや体型、オシャレも気になるところ
ヘアケアやアレンジ、エステ・リラクゼーション、
ネイル、ファッションまで
とっておきのサロンやショップで
夏気分をさらに盛り上げよう

## あなたらしさを引き出す 似合う色とプロのメイク

### コスメ&エステティックサロン MAKE UP本店

メイクアップ



「自分に似合うメイクの色が知りたい！」という人へ朗報！「カラーコーデ&メイク」（６，４８０円）が「ハコラクを見た！」で３，２４０円に！肌色や目の色素、髪の色と質感などを確認し、合わせてカラークロスをあてながらその人に合った色を選びメイクを仕上げ、似合うメイクの色系カルテも進呈される。所要時間は６０～９０分、自然な日光の下での診断ができる、１０～１４時くらいの予約がおすすめ。今までと違う自分に出会えそう。




## 夏のキャンペーン実施中 好みのデザインで夏のオシャレを

### ネイルサロン Lecheri

ルシェリ



マンツーマンで施術する完全予約制のプライベートサロン。リラックスできる雰囲気に、確かな技術と知識、センスでオシャレに敏感な女性に支持される。爪を削る必要がなく、発色が良くて変色がないという“ パラジェル ”が好評。爪の形や悩みに合わせてカバーできるデザインも考えてくれるので、ネイル初心者も気軽に相談できる。現在、夏のキャンペーン中で、お好みのアートにストーンやパーツを付けても定額の５，０００円で受けられる。



# 一度で実感!?体質改善プラン　8月16日までサマーキャンペーン







## DAY SPA PUAMANA

デイスパ　プアマナ

この夏は「アーユルヴェーディックデトックスボディ120分」（初回7,800円、2回目以降12,000円）がおススメ。体内環境を整え代謝をUPする酵素ドリンクを飲みながらスチームスパ&ハーブフットソーク、スクラブ&デトックストリートメント、ハーブボディラップで全身を“温めて、活性化させ、ほぐす”独自の体質改善メニュー。腸を刺激して内臓機能も高めるという「腸セラピー」（オプション20分・初回1,000円、2回目以降3,000円）もセットすればさらに効果的。サイズダウンや冷え、むくみ、肌荒れの解消に加え、顔まですっきりしたという声も。3回からのお得なコースもあり。夏服もキマる引き締まったボディを目指そう!※価格は各税別



## 魅力的な目元をつくる まつ毛エクステが大好評！

### 小さな化粧品の店 ODA

オダ



東京で有名人専属のまつ毛エクステを手がける経験豊富な施術者による予約制コースが大好評。９０分（カウンセリング込）つけ放題で５,０００円。ほかに、夏の肌をいたわるエステメニューは１,５００円から、「フェイス～デコルテエステ」（２,０００円）は初めての人でも気軽に受けられると人気。さまざまな肌タイプに対応する化粧品「トワニー」をはじめ、毛穴の汚れや皮脂などを酵素の力でツルツル肌へと導く洗顔パウダーもこの夏のオススメ。※価格は各税別


お肌を元気にしませんか？
当店のおすすめエステ

ロウパックコース 3,000円 60分
ロウパックでじんわりお肌を温め、栄養分を奥まで届けます。

アロマコース 3,000円 60分
血液、リンパの流れを促し、むくみ解消が期待できます。

リフトアップコース 3,000円 60分
頬から顎のラインのたるみを集中的にケアします。

期間限定！ 7/15(金)～8/16(火)まで
パッチリ目元、ツヤツヤ唇を手に入れるチャンス♪
まつ毛パーマ+唇エステ 2,000円
●まつ毛パーマ¥1,500 ●唇エステ¥800
●フェイスエステ¥1,500 ●デコルテエステ¥2,000
※料金は各税別です。

小さな化粧品の店 ODA オダ
函館市北美原1丁目8-5
TEL0138-46-3843
営業時間/10:00～19:00
定休日/日曜日･祝日





## 8月末まで 夏のオススメキャンペーン開催中

### hair salon Isoya

イソヤ



理容・美容ともに手掛ける人気サロン。気さくで親しみやすい接客と、熟練したカット技術にも定評がある。頭皮と髪に優しい「オーガニックカラー」や、髪に負担をかけず優しい薬剤を使用し、サラサラヘアが持続する「縮毛矯正」も好評。夏のキャンペーンでは親子でカット来店時、小学生未満のカット料金が無料になるファミリープランや、お得な縮毛矯正プラン、カラーやパーマの合間に出来る「手の酵素パック」（５００円・税別）などお得なプランを各種用意。


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。

★Summer campaign★

新規のお客様限定 期間:8月末まで
◆夏休みファミリープラン
親子カット
親子でカットご来店で
小学生未満の
子供カット料金が無料!!
小学生はカット料金が半額!
¥2,000→¥1,000
大人カット料金は¥3,000

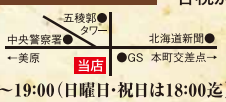


◆縮毛矯正キャンペーン（カットなし）
（受付時間15:00まで）¥7,500
くせ毛・髪のうねり、広がりが多くまとまらない方にオススメです。
しっかり矯正をかけたい方、真っ直ぐになりすぎてペタンコになるのが苦手な方もスタイル自在。

カラーやパーマの合間に。
同時施術も可能
◆手の酵素パック
NEW ¥500
酵素の力で汚れを分解

「ハコラク見たよ」で特別価格でご提供! *価格は各税別

〒040-0001 函館市五稜郭町12-2
TEL0138-52-8432 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/



## 話題の中国伝統「刮痧（かっさ）」デトックス体験しませんか？

### 漢方養生サロン 香翠

シャンスイ



「刮痧（かっさ）」とは刮痧板と呼ばれる道具を用いてツボと経絡を刺激し、体内に滞った老廃物を排出する目に見えるデトックス。漢方アロマオイルを用いたトリートメントにより、内臓機能を整え自然治癒力を高めると言われる中国伝統の施術法。冷え、肩こり、腰痛、むくみ、便秘など女性に多い体の悩みの改善に期待ができる。期間限定で割引中の「背中すっきりコース」は首・肩・背中・腰までの施術。肌の露出が多いこの季節は刮痧ですっきりボディを目指そう！

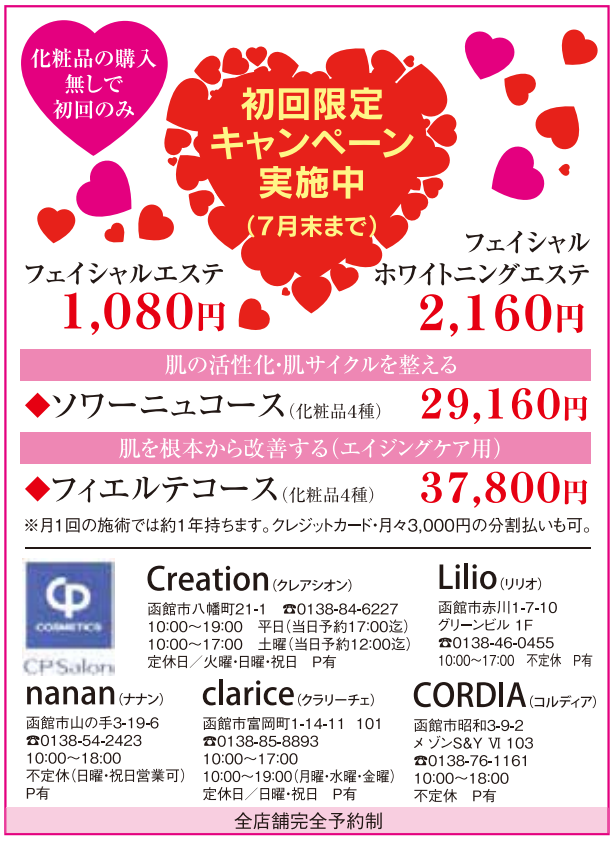



## 肌に合った上質化粧品と定期的なエステでツヤ肌へ

### CPサロン



函館市内に５店舗展開するフェイシャルエステ専門サロン。丁寧なカウンセリングでその人に合った化粧品を選び購入後、定期的な施術を行うことで肌を健やかに保つことができる。初めの約３カ月は２週間おきに、その後は月１回の施術がオススメ。化粧品購入後１回の施術は２,１６０円で、施術後は無料でメイクのサービスも。７月末まで初回のみ「フェイシャルエステ」1,０８０円、「フェイシャルホワイトニングエステ」は2,１６０円で受けられる。



## 初めての方にもオススメ！ リニューアルキャンペーン中♪

### Cil d'or 函館蔦屋書店

シルドール



東京の表参道に本店を構え、多くのタレントやモデルから支持される、まつげエクステンション専門サロンが昨年函館にオープン。実績を積んだベテランスタッフによる丁寧なカウンセリング、安心できる施術と持ちの良さには定評がある。まつげ1本につき1本のエクステを装着。カールや長さも選べ、自然な仕上がりからボリュームのある仕上がりまで、一人ひとりの好みに応じて施術可能。下まつげの施術や4週間通い放題のメニューも人気。




## 安心の女性専用シェービング ハリと透明感のある肌へ！

### シェービングエステJ-Shine

ジェイシャイン



理容師の国家資格を持つ女性シェービング師による、プロならではの技術を安心の料金で提供する人気サロン。産毛や古い角質を取り除くことでワントーン明るいツヤ肌へと導く。襟足・フェイスはもちろん、デコルテ・背中・腕から指先・ワキまで施術可能。シェービング後は保湿ケア付きで、思わず眠ってしまうほどの気持ち良さは癒し効果も期待できそう。マタニティーやアトピー、敏感肌などの肌の悩みにも気軽に相談に応じてくれる。



## 天然植物100%ヘナのこだわり
## 体にいいものだけを取り入れてケア

### HairCut & Relaxation Simply

シンプリー



有機栽培された完全無添加のヘナを使用しているIPM認定サロン。薬品は一切使用せず、天然の植物だけをブレンドしたヘナカラーやヘナパックなど充実のメニューを用意。染め上がりを特に重視したい人、白髪の多い人は自然な髪色に染まるツータッチ（2度染め）がオススメ（写真右側）。ハーブを体の状態に合わせてブレンドし、煮出した蒸気で足元から体を温める「ヘナ蒸し」も、女性ホルモンのバランスを整え、冷えの改善やデトックス効果を期待できるメニューの1つ。




## 要望のデザインを叶えてくれる
## 実力派ネイルサロン

### Simdy Sweel for NAIL

シンディスウィール



オープン9周年を迎えた同店は丁寧な施術と接客で、客からの信頼も厚く幅広い客層に指示されている人気のサロン。毎月デザインが変わる定額制の「デザインジェルネイル」5,600円（写真右下）など、お得なプランを用意。また、忙しい人の為にhand&footの同時施術や、併設のボーノヘアアイリストによる「マツゲエクステ」も好評。ネイルとの同時施術も可能。2人同時に予約すると1,000円OFFになる「ジェルペア割」も人気。※価格は各税別



## トータルで美を追求した 大人の女性の為のサロン

### Relaxation Private Space Slowtea･ratte

スローティ･ラテ



フェイシャル・ボディ・脱毛・エクステなど多彩なメニューを取り揃える人気サロン。人気の「まつ毛エクステ」は、まつ毛に負担をかけずに自然なカーブ、適度な光沢でナチュラルな仕上がりからボリューミーなまつ毛まで、卓越した技術力とコストパフォーマンスを備えた施術が好評。また、薄着になるこの季節、ムダ毛が気になる方に特にオススメの「全身フル脱毛」や「ＶＩＯワックス」、腕や足の部位脱毛などのお得なプランを用意。




## 生のトリートメントで輝く髪を… バージンヘアを感じてみては

### ヘアサロン ST And ART (s)

スタンダーツ



髪質の悩みを解決する純１００％コラーゲンと髪の毛と同じ成分のたんぱく質を使った生トリートメント。髪の悩みは人それぞれ、しっとりとしたまとまりが欲しい人、サラサラした軽さがほしい人など、それぞれの髪の状態に合ったトリートメントを数種ほど厳選し、ブレンドする。従来のトリートメントは髪質を改善するが、短期間でもとに戻ってしまうこともあり、生トリートメントは、髪がまとまり、艶を与えるとともに持続性も高いという。髪質に悩んでいる方はぜひ一度おためしあれ。



## 健康な美ボディを手に入れる夏のキャンペーン実施中！

### ヨガスタジオ Chakra

チャクラ



シルクのハンモックに体を絡ませて逆さになったり、空中でバランスを取りながらポーズをする今注目の反重力フィットネス＆ヨガ「アンティグラビティ・フィットネス＆ヨガ」。年齢や体格を問わず安心・安全に楽しめ、筋肉や骨格の矯正はもちろん、血行促進、肩こり・腰痛の改善、アンチエイジング効果も期待できる。７・８月は、初回体験（通常２，７００円）を２人以上で申し込むと１人２，０００円になるキャンペーンを実施中！ この機会にハンモックデビューはいかが？




## ボディーアートジュエリーなど輝くあなたをキレイに演出

### Ciao Venus

チャオビーナス



人気のまつ毛エクステはつけ放題に高級セーブルを使用し、Jカールなど毛の質感も多数取り揃え、背中スクラブやデコルテを組み合わせたブライダルエステも人気。ほか、医療用のグルー（のり）を使用し、体の表面にラメパウダーやラインストーンをのせてイラストなどを描くボディーアートジュエリーや、耳つぼセルフ講座はファッションとして楽しみながら、健康管理やダイエットも期待出来るレッスンが好評。各種スクール生も募集中。



## 自然に美しくなろうとする体と心の力を引き出します

### na･ki･re ナ･キ･レ函館



フィットネスクラブの中にあるエステサロンで「上質なのにリーズナブルなエステ」がコンセプト。全国27店舗で展開中。ダイエット効果はもちろん、心身の疲れを和らげ、落ち着いた雰囲気の中でリラックスした癒しのエステが受けられる。整体師やカイロプラクターの資格を保持するスタッフを増員し、肩こりや腰痛の改善などの効果が期待できるボディケアメニューもあり、こちらのメニューのみ男性も利用可能。来店者全員にルネサンス函館の招待券をプレゼント！




## 肌の老化の原因に働きかける今、注目の簡単エイジングケア♪

### Delight

ディライト



アメリカで人気の「ネリウム社」がついに日本に上陸！！朝晩それぞれたった1本の化粧品で初年度の売り上げ1億ドル（約100億円）を突破した会社で、オーナーの吉田さんも自ら使用し若返りを実感したという。日中は「デイクリーム」（12,960円）のみ、夜は「ナイトクリーム」（17,280円）各1本でOK。肌質改善と引き締め効果を促す「ボディクリーム」（17,280円）もオススメ！この機会に若返りを叶える夏活をしよう！！



## エスニック初心者も個性派も満足
## 2,000円セールも見逃せない！

### エスニック衣料&雑貨 Pukka

プッカ



シャツ、パンツ、ワンピースの税込2，000円セールが大好評。インド綿・絹によるインド産の衣料品ながら日本のメーカーによるデザインのため、1点物はもちろん、デイリーに使いやすくデニムなど手持ちの洋服とも合わせやすいシンプルなアイテムも豊富。ネックレス（864円〜）や革サンダル（4,104円）、ストール（864円〜）、バッグ（1,296円〜）など小物類も充実し見ているだけでワクワクする。幅広い年代が楽しめるので、夏のおしゃれにエスニックを取り入れてみては。




## 目指すのはスリムボディ＆美肌
## 7･8月限定で夏のキャンペーン

### Esthetic Salon NatuLa

エステティック サロン ナトゥーラ



隠れ家的で、ゆったりと落ち着いた雰囲気と口コミでも人気のサロン。フェイシャルエステをはじめデトックス効果の高い全身エステ、まつ毛カール、ネイルなどさまざまなメニューが充実。好評のヘッドスパを取り入れた、「ボディ＆ヘッドスパ」は、デトックス効果の高い岩盤マットに寝ながらヘッドスパの施術を受けられ、さらにボディトリートメントで代謝もUPしスリムボディに導いてくれる。ほかにも7・8月限定で、夏限定のオススメメニューを各種用意。



## 7/1にリニューアルオープン！キャンペーン実施中♪

### MIC cosmetic plaza 函館川原

ミックコスメティックプラザ



真っ白なかわいらしい外観、移転して6年を迎える同サロンがこの7月より、女性の「キレイ」を引き出す新たなサービスを開始し、よりリラックスして施術を受けられる癒しの空間としてリニューアル。ボディは「リンパドレナージュ」、フェイスでは「ウルトラリフトアップトリートメント」が特に人気。見た目の印象が華やかになるまつ毛パーマ、まつ毛エクステに加え、ネイルも開始！ボディから指先までトータルで〝自分磨き〟ができそう。




## キラキラ輝く夏はトロピカルな香りで気分上々！

### THE BODY SHOP 函館テーオー店

ザ・ボディショップ



フルーツやハーブなどの肌にやさしい天然原料をベースにしたイギリス生まれのコスメショップ。スキンケア、ボディケア、メイクアップコスメなど種類も豊富。その人の肌に合ったもの、好みの使用感や香りなどはスタッフが丁寧にアドバイスしてくれる。自分用にはもちろん、プレゼントに最適なギフトパッケージ商品も豊富に並び、季節ごとに発売される限定商品はファンも多い。この夏はトロピカルな元気いっぱいの香りに包まれて爽やかに過ごそう！



## “なりたい”自分を叶えたい!!
## 一人ひとりに合った美人ヘアに♪

### λουλού･δι

ヘアー ルルーディー



地中海の建物をイメージした外観と、アートな空間。海を眺めながらリゾートにいるような気分を味わえる同店はスタッフの明るさと気さくな雰囲気が幅広い客層に愛されている。好みや要望を聞きながら、顔立ち、骨格、髪質のクセ、生え方を見極め、丁寧なカウンセリングで満足のいくヘアスタイルを提案してくれる。また、カット＆ヘッドスパのセットをハコラク限定価格で提供！この夏笑顔になれるヘアスタイルと癒しの時間をお得に試してみて！！




## 儚げムードの透け感にきゅん♡
## この夏一押しのアッシュグレイ

### Hair Act room



幅広い世代に支持され、熟練のスタッフがどんな小さな悩みにも応えてくれると評判のアットホームサロン。この夏一押しのオススメカラーは、涼しげな印象を与えつつ、キュートにもクールにも雰囲気を変えてくれるアッシュグレイ！染めたてはもちろん、退色していくにつれ透明感が出てくるので、色落ちも楽しめるカラーとなっている。「明るくできない方でもダークトーンのアッシュグレイをお楽しみいただけますよ♪いろいろ相談に応じます！」と松本さん。



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

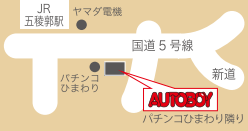
あなたの愛車、高価買取り致します。

●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

# X-TRAIL



Photo:20X "エマージェンシーブレーキ パッケージ"
ボディカラー／バーニングレッド

限定4台
●ボディカラー／ブラック・ホワイト…各2台



## 8インチナビスペシャルパック
8inch car navigation special pack



ナビ(MM516D-L) | バックビューモニター | ETC | ドライブレコーダー | シャークフィンアンテナ

## ご成約プレゼント

2016年7月末までに日産の新車をご登録のお客様対象
レギュラーガソリン
100ℓ プレゼント!!
軽自動車をご成約の方は… 50ℓ レギュラーガソリン チケット

※日産リーフ・商用車・営業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。

## エクストレイル 20X
エマージェンシーブレーキパッケージ
エクストロニックCVT 5ドア2000 4WD

車両本体価格……2,662,200円
ナビスペシャルパック……377,750円
合　計　3,039,950円

スペシャル価格
27万円お得
2,769,950円
消費税抜き価格 2,564,770円



Photo:X FOUR
ボディカラー／ナデシコピンク

ナビレコお買い得車



## NOTE
## ノート X FOUR ナビ取付パッケージ
エクストロニックCVT 5ドア1200 4WD

車両本体価格……1,720,440円
ナビ(MM316D-W)パック価格 179,666円
ドライブレコーダー
合　計　1,900,106円

お買得パック価格
16.2万円お得
1,738,106円
消費税抜き価格 1,609,357円

限定4台
●ボディカラー／シルバー・グレー・ブラック・ブルー…各1台

先進技術搭載車に乗りかえよう!
最大10万円(税込)
オプション券プレゼント
［1km=1円］ or ［1年=1万円］

乗った分だけ、うれしい!
# マイレージキャンペーン

走って1km＝1円。
乗って1年＝1万円。

今お乗りのおクルマ(日産車以外も可)を下取り入庫のうえ、下記ご購入対象車種(新車)のご成約かつご登録(届出)で、最大10万円(税込)分のオプション券をプレゼントいたします。

実施期間　2016年9月30日(金)まで

キャンペーンの対象車種(全グレード)




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。




EVENT INFORMATION

☆D.A.Dデモカー販売!! 特約店ではD.A.Dデモカー仕様の車輌を製作&販売しております! 詳しくはスタッフまで!

☆イベント限定アイテム販売 通常、手に入らないイベント限定アイテムを多数販売!! この機会に必ずゲットしよう!

☆D.A.Dメーカースタッフ来店!! イベント当日はD.A.Dスタッフも常駐! ドレスアップのご相談だけでも大歓迎!!

その他、イベント来場者特典 多数!! 是非、ご来店ください!!

イベントに関するお問い合わせはイベント開催店舗のスタッフまでおたずね下さい。

## 有限会社 ウィン エンドレス

産業道路

←大野新道 ●自動車学校 ●函館中央

●ラウンド1

ハセガワストア● セブンイレブン●

★

お気軽にお電話下さい

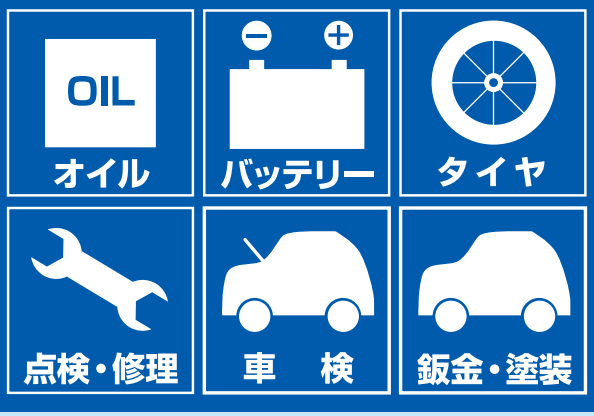
☎48-0605

函館市西桔梗町852-3

営業時間/10:00~18:00 定休日/火曜日

---

## クルマのことなら何でもお気軽にご相談ください!




## 函館自動車工業(株)

BRIDGESTONE Gasoline & Tireshop CT 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

---

軽

7年間リースプラン

新車の軽自動車 4WDが なんと 月々コミ1万円!

月々1万円から乗れる フラット7

オールメーカー 全グレード 全カラー から、本当に欲しい車を選べます!

リース中は、買った場合と同じように使用できるから安心!

7月9日より 好評販売中!

豪華ご成約特典付

※詳しくは店頭まで。

### 月々1万円から乗れる「フラット7」とは?

7年間にかかる右記全ての費用込みで 月々定額1万円!

### 7年間の車の基本料が全部コミコミ♪

車両代諸費用込 / 7年分の税金 / 車検代2回分 / オイル交換(13回分) / フロアマット / ドアバイザー

### こんな方にオススメです!

- これから子供の教育費にお金がかかる…
- 今まで車に高い修理費をかけていた!
- これから車検代を気にしたくない!
- 毎年の自動車税も気にせずに乗りたい!
- メンテナンスをして、大事に長く乗りたい!



SUZUKI サブディーラー

AUTO HOUSE FUKUYOSHI

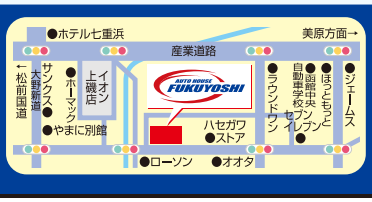
●各種新車販売 ●登録済未使用車他各種中古車販売 ●車検・板金・一般修理 ●タイヤ/ホイール/用品販売 ●自動車保険・各種保険 etc

株式会社 オートハウス フクヨシ

フラット7 函館西桔梗

函館市西桔梗町850-77 定休日／毎週火曜日

お問い合わせ ☎(0138)48-0300



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




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

VINTAGE STYLE

昭和48年製 ホンダCB750

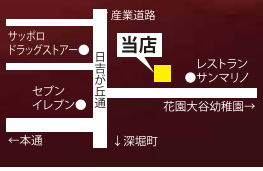






ホームページ　http://vintagestyle-mc.com/

函館市花園町21-11
TEL0138-56-0750
営業時間／11:00～20:00
定休日／不定休




燃費性に優れている おすすめ ハイブリッドシリーズ

スズキ

マイルドハイブリッド搭載!
新型ソリオ誕生!
SOLIO HYBRID
ソリオ HYBRID MZ 2WD 1200 5ドア・5人乗り
2WD・CVT車 車両本体価格 184.14万円（消費税込み）
GOOD DESIGN AWARD 2015
●4WD・CVT車は196.776万円（消費税込み）
●デュアルカメラブレーキサポート装着車は5.94万円高（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12.744万円高（消費税込み）




BANDIT HYBRID
ソリオBANDIT HYBRID MV 2WD 1200 5ドア・5人乗り
2WD・CVT車 車両本体価格 182.52万円（消費税込み）
GOOD DESIGN AWARD 2015
●4WD・CVT車は195.156万円（消費税込み）
●デュアルカメラブレーキサポート装着車は5.94万円高（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12.744万円高（消費税込み）
●ピュアホワイトパール・ミッドナイトパイオレットメタリック・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）




ソリオハイブリッドは車両本体価格 169.56万円 税込（HYBRID MX 2WD）からご用意しております

| 駆動方式 | 燃費 | 燃料消費率*（国土交通省審査値） | 駆動方式 | 燃費 | 燃料消費率（国土交通省審査値） |
|---|---|---|---|---|---|
| 2WD | 27.8km/L | JC08モード | 4WD | 23.8km/L | JC08モード |

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
IDLING STOP
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
28.0 km/L*（HYBRID MZ 2WD車 / HYBRID MX 2WD車）
28.8 km/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%込み）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。

スズキ

スズキアリーナ 石川
函館市石川町2-20
☎(0138) 46-3115




スズキアリーナ 大野新道
北斗市清水川142-20
☎(0138) 77-1155




【八 雲 店】
二海郡八雲町東雲町106-1
☎(0137) 62-3111




【江 差 店】
桧山郡江差町伏木戸町571
☎(0139) 53-6111




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



町の魅力を探しにぶらり

# 函館散歩

## 【大川町・八幡町】







だ所で、鮮やかな水色の扉と窓枠がかわいらしい**「アドラブル」**をのぞいてみる。ハワイにあるショップをイメージし貝殻などが飾られた店内には海外から仕入れた雑貨や洋服、ベビー服、犬用のウエア、市内の作家によるハンドメイドのアクセサリーなどが並び、ネイルとまつげエクステのサロンも併設。「できるだけ人とかぶらないようなデザイン性のある商品を仕入れるようにしています」と店主の阿部真理さんがボストンテリアの看板犬プーちゃんと共に迎えてくれた。プレゼントにもぴったりなアロマ製品やクリームなど心ときめく雑貨や海外製品ならではのカラフルな色合いの商品からお気に入りの一点を見つけたい。

### ここだけのオリジナルの味と個性溢れる商品に心が弾む

八幡通り沿いで揺れる「トマトラーメン」ののぼりに誘われ**「中華料理龍美」**へ。豊富なメニューに目移りしながらも、この季節ならではの「冷しトマト麺」（930円）を注文することに。龍美の代名詞ともいえる「トマトラーメン」のスープをアレンジした少しまろやかなタレはピリリと利いた辛味が良いアクセントになり、シャキシャキとした野菜と好相性。七飯町と北斗市産のフレッシュなトマト、トルコとイタリア産の熟したトマトをブレンドし、12種類ものスパイスによる深みのある味わいはプロのなせる技。定番の「冷やし中華」のほか「トマト冷麺」「冷しタンタン麺」「しょうが冷麺」など今だけのお楽しみで涼をとってみては。



コンビニの角を曲がり住宅街を進ん






文・写真：坂井　悠香

# 青みを増す木々や色付く花を愛でながら八幡通りを中心に、名所や隠れ家をめぐる








ときわ通り沿い、北海道教育大学の学生寮の向かいでピンク色の板張りの外観が目を引くカフェ**「小春日和」**でひと休み。チョコレートソースがけのバニラとイチゴアイスにバナナやイチゴが添えられた「小春アイス」（480円）はこの季節にぴったり。ここは代表の宮川友里さんの「人の交流が生まれる場所をつくりたい」という思いから多目的スペースとしてオープンし、一人からでも気軽に利用しやすいようにとカフェスペースも備えている。英会話教室やサークルのミーティングのほか、ステージを造り、芝居小屋として舞台を行なうなど多様に活用されている。鑑定歴35年を誇る大野さんによる占いも行っており、さまざまな楽しみ方ができる一軒だ。



**「亀田八幡宮」**に寄ってちょっとお参り。木々が生い茂る境内には飛び交うツバメを見つけることができ、愛犬と散歩に訪れる市民の姿も多い。箱館戦争で旧幕府軍が降伏した地としても知られ、戦闘による弾痕も残されている。

ときわ通りに戻り朗らかなママ、川内谷豊恵さんが待つ**「居酒屋 あい」**へ。仕事帰りのサラリーマンを中心に賑わう店は、松前町出身で調理師免許も持つママが旬の野菜や海の幸をふんだんに用いたおふくろの味でもてなす。まずは12品ほどのおかずが一度に楽しめるプレート「おまかせ」（1000円）で乾杯。多くの単身者を思い、身体に優しい味わいのサラダや酢の物、ゴマ和えなどがずらり。時間が経ってもサクサクとした食感の天ぷらに、しっかりと手が掛けられていることを実感した。豊かな香りが特徴の松前町産「白神岩海苔」を使った海苔巻きは土産として持ち帰る客も多い人気の味。





**明るい笑顔と愛情たっぷりのおふくろの味につい酒がすすむ**

1. 中華料理　龍美
函館市大川町9-14　☎0138-44-6776
11:00～15:00、17:00～21:00（各30分前L.O）
※土・日曜、祝日は通し営業　不定休　P有り

2. ADLUVLE　アドラブル
函館市大川町8-4　☎0138-84-5561
12:00～18:00（変動あり）　月曜定休　P有り

3. 小春日和
函館市八幡町18-18　☎0138-83-7721
11:00～17:00（予約にて終日利用可）不定休　P有り

4. 亀田八幡宮
函館市八幡町3-2　☎0138-41-5467

5. 居酒屋 あい
函館市八幡町9-11　☎0138-45-1056
17:00～23:00　木曜定休



MAINICHI
毎日新聞
×
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！）　0120-468-012（ヨムハ マイニチ）




北海道新幹線開業記念
第20回　函館新聞社
函館港花火大会
2016
7.17 SUN
スタート PM7:20　打ち上げ開始 PM7:45
［メイン会場］豊川ふ頭～青函連絡船記念館摩周丸前岸壁
■荒天順延予定日/18日（月・祝）に順延　■駐車場はございません
NCV
FMいるか
実況生中継

# お中元特集

名産市場のお中元！
北海道グルメを集めたギフト特集♪
送料無料の人気商品から希少な珍品などが目じろ押し



●北の魚河岸
**海藻福袋**
〈6品入〉
**3,000円**



●スウィーツけやき
**贅沢どら**(どら焼き)
〈12個セット〉
**3,600円** 送料無料



●函館朝市～函館カネニ
**グルメ数の子松前漬**
〈450g〉
**1,400円**



●函館朝市　船岡商店
**美味三昧【E】**
〈4種入〉
**4,536円**



●マルユウ舘花商店
**鮭づくしセット**
〈6種入〉
**4,800円**



●函館朝市　カネノヤマ鈴木商店
**松前産極上するめ**
〈5枚〉
**1,500円**



●戸井漁業協同組合
**昆布 詰合せ**
〈5種入〉
**4,200円**



●函館朝市てらい商店
**Cセット**
〈4種入〉
**3,780円**



●函館生まれ
**豪華海鮮松前漬**
〈4種1.6kg〉
**5,980円** 送料無料



●昭和製菓株式会社
**北のチーズスイーツセット**
〈3種入〉
**3,780円**



●カドウフーズ株式会社
**はこだて雪んこギフトパッケージ**
〈12個入〉
**3,780円** 送料無料



●レストラン トウイ
**ピスタチオチーズケーキ**
〈1ホール(約8人前)〉
**3,200円**



●みなみ青果
**アサヒメロン**
〈1玉〉
**2,480円** 送料無料



●新鮮素材 藤田商店
**手造り餃子**
〈50個入〉
**2,200円**



●ジンギスカン　テムジン
**ジンギスカンセット**
〈3人前〉
**5,000円**

**PCやタブレット、スマートフォンでご購入できます。**

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

# 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

## 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。

## 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



### ダイヤモンド
### ジュエリー・色石

ブランドジュエリーは更に査定UPします!!



新品だと更に査定額アップ!!

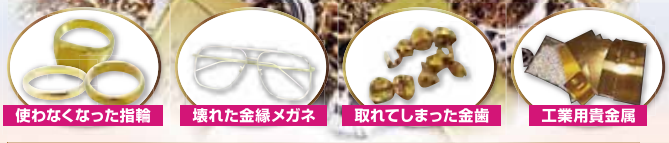
### ブランドバッグ
### 小物・アクセサリー

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。

## 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。



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　工業用貴金属



### 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 北海道新幹線開業記念 はこだてグルメガーデン チケット
（2,200円分）



**5名様**

ＪＲ函館駅前で8月31日まで開催中のグルメイベント。旬の北海道食材にこだわった、一歩進んだ大人のバーベキュー（七厘百個祭）を味わえる屋外レストラン「はこだ★テリア」など道内から美食が集結。サッポロクラシックをはじめ、北海道らしいドリンクも楽しめます。

■提供／サッポロビール株式会社
（問い合わせは函館市企画部新幹線開業イベントプロジェクトチーム ☎0138-21-3628）

## 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 アクエリアス ウォーター
500mlPET 1ケース（24本入り）



**3名様**

すっきり水のように飲めて、毎日のミネラル補給にぴったりの“新しいアクエリアス”。海塩由来のミネラル（ナトリウム）を配合しカラダの水分・ミネラルバランスをサポート。純水を使い、グレープフルーツ果汁を配合、甘さ控えめで爽やかな柑橘のおいしさでリフレッシュしませんか。

■提供／北海道コカ・コーラボトリング株式会社 ☎011-888-2091

## D キリン 一番搾り 北海道づくり
350ml缶 1ケース（24本入り）



**3名様** ※応募は20歳以上の方限定

47都道府県ごと47種類のご当地の一番搾りが数量限定で、好評発売中。道産子の地元の誇りをおいしさにかえたビールが「北海道づくり」。名水百選に選ばれた水と、副原料に道南をはじめとする北海道のコメを使用して製造。北海道の爽やかな夏にふさわしい澄みきった味わいです。

■提供／キリンビールマーケティング株式会社道南支店 ☎0138-52-5100

## ハコラク読者プレゼント
# PRESENT

### 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8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8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。

## E さっぽろ大通公園名物 焼きとうきび茶
500mlPET1ケース（24本入り）



**2名様**

北海道長沼町で契約栽培したトウモロコシを使用し、北海道の夏の風物詩、さっぽろ大通公園名物“焼きとうきび”の味わいを再現したノンカフェインの無糖茶が新登場。焙煎したトウモロコシから抽出したお茶ならではの、こんがり香ばしい味わいが気軽に楽しめます。

■提供／ポッカサッポロ北海道株式会社 http://www.pokkasapporo-fb.jp/hokkaido/

## F クアプラザピリカ 日帰り温泉ペア無料入浴券



**5名様**

今金町の美利河ダム程近くに構える温泉宿。内湯、露天風呂、サウナを備え、浴槽は新陳代謝を促進するという上ノ国町産ブラックシリカで造られているため体の芯までしっかりと温まり湯冷めしにくいと評判です。通常入浴料金は大人500円、小学生200円、幼児無料。

■提供／株式会社マックアースリゾート北海道 ☎0137-83-7111

# I Love dZi beads

The Green Tara

数量限定



意の如く事がうまく運ぶと言われている

如意天珠 にょいてんじゅ

願望達成・恋愛成就・万事好転

＋カーネリアン・天然シトリン・ゴールデンオーラ・ゴールド

¥16,000（税抜）

## “dZi beads”

### 世の中で最古のお守り 秘石“天珠 てんじゅ”

およそ2500年前より伝わる天珠の製法は非常に独特なものです。瑪瑙などの天然石に薬草等を混ぜ合わせたもので文様を染み込ませ、文様が綺麗に浸透した物のみを焼き上げます。割れずに残るものは非常に数が少ない為、運を味方につけた強い石だけが天珠として世に出てくるのです。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。

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。オーダーメイドも承っておりますのでお気軽にご相談ください。



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
先着30名様
有効期限：2016/8/16まで

※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

## 7/15［金］→ 8/16［火］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

**停滞運。話半分にして聞き上手が賢明。自分磨きに努めましょう。**

やたら気ぜわしいとき。焦りや強引さは災いのもとになりそう。筋書き通りに物事が運びませんが、頼まれごとはいずれ自分に返ってくると思って引き受けて。学び事は◎

●ラッキーカラー［黒］●吉方［西］

### 二黒土星

昭和19.28.37.46.55 平成1.10.19年生まれ

**前向きな姿勢が功を奏するとき。カン違いやうっかりミスに注意。**

世話ごとや雑事に追われ、気苦労が多いとき。何事も低姿勢と忍耐力がチャンスを生み出し、社交力は後に大きな実りを生みそう。周囲の動きに振り回されないこと。

●ラッキーカラー［オレンジ］●吉方［南］

### 三碧木星

昭和18.27.36.45.54.63 平成9.18年生まれ

**目標達成できるとき。意志強く進むと協力も得られそう。**

心機一転、今まで停滞していたことが一気に動き出す躍動運。春からの努力が実を結び、教育や知的方面での活躍が期待できそう。自分の価値観を大切にして。

●ラッキーカラー［青］●吉方［真北、真南］

### 四緑木星

昭和17.26.35.44.53.62 平成8.17年生まれ

**信頼関係や人脈、開拓精神が運気を開くカギ。周囲との和を大切に。**

行き詰まりが打開できる福徳運。取引ごとや、本業の仕事もタイミングよく運びそう。強引なやり取りをつつしめば意外と何事もスムーズ。大いに人脈を生かして◯。

●ラッキーカラー［エメラルドグリーン］●吉方［東］

### 五黄土星

昭和16.25.34.43.52.61 平成7.16年生まれ

**気持ちが不安定なまま動くのは危険。常に冷静に。**

自分の悪い癖が出やすいとき。見解の違いがあっても感情的にならないこと。屁理屈注意。他力本願にならず、自然のリズムに乗って前進を。焦る必要はありません。

●ラッキーカラー［ベージュ］●吉方［南、北西］

### 六白金星

昭和15.24.33.42.51.60 平成6.15.24年生まれ

**のびのびとした向上運。目に見えぬ頑張りが成功のカギ。**

常に責任ある行動をすると何事も成就の暗示。プライベートよりも公的活動に軸足がかかるときなので、仕事や頼まれごとは特に力を入れて。目上を大切にして評価 UP。

●ラッキーカラー［シルバー］●吉方［西、北］

### 七赤金星

昭和14.23.32.41.50.59 平成5.14.23年生まれ

**喜楽運。人との会話から予想外の発展も。**

趣味と実益が一致するとき。持ち前の社交性が対人運をバックアップ。噂話は真に受けず、必ず自分の目で確かめて。今の苦労は後にプラスに、人前で愚痴は禁物です。

●ラッキーカラー［赤］●吉方［北、北西］

### 八白土星

昭和13.22.31.40.49.58 平成4.13.22年生まれ

**将来の不安から現状打破したくなりそう。苦手なことは極力避けて。**

前半は順調ですが、後半にかけて徐々に不安定に向かう時期でうっかりごとや厄介な問題まで自分の力量を自覚させられることがありそう。競争心は表に出さず吉。

●ラッキーカラー［白］●吉方［南、西］

### 九紫火星

昭和12.21.30.39.48.57 平成3.12.21年生まれ

**積極的な行動が成果を生むとき。準備は早手回しで◎。**

勘が冴えて見通し良好。過去の努力が評価される暗示もあり。フットワークの軽さは意外な可能性を生み出すので、考えるよりもまずは行動を。契約ごとは慎重に。

●ラッキーカラー［パープル］●吉方［南東］

※前半…7/15～7/31　後半…8/1～8/16
※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9月号は、8月17日（水）発行予定です。

## ［特集］日帰りドライブへ 大沼を遊び尽くす

函館市内から車でおよそ40分、
リゾート気分を味わえる輝く湖に囲まれた景勝地
今年に入って新たなスポットも増え、自然が育んだ美食や
動物との触れ合い、体験などさまざまな楽しみがある
次号はグルメ、絶景、アクティビティを巡り大沼の魅力を再発見する

## ［企画特集］夏のカラダに効く スタミナor辛いメニュー

これから夏真っ盛り！気分も上がり活動的になる反面、暑さでバテ気味になる人も多いはず
次号では、疲れた時に食べたい活力みなぎるスタミナ系、ちょっと刺激的な辛いメニューを紹介する

※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］
8 2016.AUG No.88

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

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7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7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
- ■ホクレンショップ各店
- ■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

ジンギスカン テムジン
「生ラム肉ジンギスカン」

食感がさっぱりとしていて、
ラム肉特有のクセがまったくないのが特徴。
ラム肉が苦手な方でも食べやすい。
肉質がやわらかくジューシーな国産ラム肉はいかが。



〈500g（タレ付き）〉
販売価格 3,240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



# 函館競輪開設66周年記念GⅢ 五稜郭杯争奪戦

頂上決戦!!
燃えたぎる闘志が駆け抜ける

2016 7/ 23(土) 24(日) 25(月) 26(火)

KEIRIN

## 7月24日(日)

### 松竹芸能 presents 函館競輪お笑いライブ

松竹芸能売出し中の若手芸人4組によるお笑いライブを実施。

■時間:①11:50頃～ ②13:45頃～
■場所:屋外特設ステージ(荒天時は1階コミュニティロビー)


梅小鉢


ゆんぼだんぷ


うしろシティ


紺野ぶるま

## 7月23日(土)

### オートレース 森 且行選手による 函館競輪トークショー



森且行選手が函館競輪に来場。
オートレースの醍醐味などを話してもらいます。

■時間:①12:45頃～ ②13:45頃～
■場所:①屋外イベントステージ
②1Fコミュニティロビーステージ

## 7月23日(土)、24日(日)

### バブルボール



直径2mのボールに、
強力な防水素材ジッパーを使用して
水の上を自由自在に動き回ることを可能にした
新感覚アトラクションが函館競輪に登場。

■時間:10:00～16:00 ■場所:屋外イベント広場

## 7月23日(土)～26日(火)

### 函館競輪寿司



函館市内の寿司店が出店し
オリジナルの寿司セットを数量限定販売。
また、1Fコミュニティロビーにおいて
同寿司店が限定20食で寿司弁当を販売。

■時間:11:00～16:00 ※無くなり次第終了
■場所:3F特別観覧席内食堂・1Fコミュニティロビー

## 7月23日(土)～26日(火)

### 未確定抽選会

ファミリーで楽しめるレジャーグッズが当たる未確定抽選会を開催。
1回2,000円以上の未確定車券またはレシート提示で抽選会に参加できます。

■時間:12:45頃～ ※無くなり次第終了 ■場所:1Fコミュニティロビー

## 7月23日(土)、24日(日)

### 選手会ふれあいブース

日本競輪選手会北海道支部の選手とファンや子供たちがふれあうブースを設置。
記念撮影レース用自転車展示、グッズ販売等を行います。

■時間:10:00～16:00 ■場所:屋外イベント広場

## 7月23日(土)、24日(日)

### 地域連携・北海道グルメ

北海道内の「うまいもん」が函館競輪に登場。

■時間:10:00～16:00 ■場所:屋外イベント広場

## 7月24日(日)、26日(火)

### 元競輪選手によるレース展望

元競輪選手の高村敦氏によるレース展望を行います。
また、来場のお客様に参加していただき高村氏と一緒にレースを予想してもらいます。

■時間:①14:50 ②15:25 ③16:00 ■場所:1階コミュニティロビーステージ

## 7月24日(日)

### りんりんステージ

■時間:12:20頃～ ■場所:屋外イベント広場

## 7月23日(土)、24日(日)、25日(月)

### speed チャンネル presents スピーチーズ ライブ

SPEEDチャンネルキャンペーンユニット「スピーチーズ」によるミニライブを開催いたします。

■時間:23日、24日 14:15頃～ 25日 12:45頃～
■場所:23日、24日 屋外イベント広場 25日 1Fコミュニティロビーステージ

## 7月24日(日)

### 木村裕子の函館競輪お笑いライブ



鉄道アイドル ゆゆ385 木村裕子によるお笑いライブを実施。

■時間:①11:25頃～ ②13:15頃～
■場所:屋外イベント広場

・女性限定花束プレゼンター募集

24日(日) 優秀戦・特別選手紹介・表彰式

26日(火) 決勝特別選手紹介・表彰式

詳しくは函館競輪ホームページ等でご確認下さい。

函館けいりん

函館市金堀町10番8号 Tel 0138-51-3121
http://keirin.hakodate.jp/

※イベントは都合により中止または変更になる場合がございます。予めご了承下さいませ。

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］
8
2016.AUG No.88
2016年7月15日発行

Netz
# SPACE LINES
ネッツ・スペースラインズ

## ネッツ道南 スペース 魅力の走りと空間のラインアップ

VOXY 100万台※達成
累計販売台数100万台達成※
※ヴォクシー累計販売台数、自販連およびトヨタ自動車(株)調べ。

VELLFIRE Golden Eyes NEW

VOXY 煌(きらめき)Ⅱ NEW

2年連続No.1 ミニバン販売台数

※ミニバンとは3列シートの国産車を指します。販売台数は自販連調べ(2014年1月～2015年12月)、ミニバン順位はトヨタ自動車(株)調べ。







左：VELLFIRE 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。
右：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®[パフォレーション]+クロコ調橋合成皮革) ほか
■「ウルトラスエード®」は東レ株式会社の登録商標です。

### 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[高輝度シルバー] ■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+助手席側アス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

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］ ■車両本体価格 1,981,505円
〈Super CVT-i〉

SPADE ヒラケWONDER！大開口ドアとアナタの物語。



Photo：スペイド1.5F(4WD)。ボディカラーはシトラスマイカメタリック(6W2)。スマートエントリーパッケージ、ドレスアップパッケージはメーカーセレクトパッケージ。

### スペイド 1.5F 4WD ■車両本体価格 1,931,237円
〈Super CVT-i〉

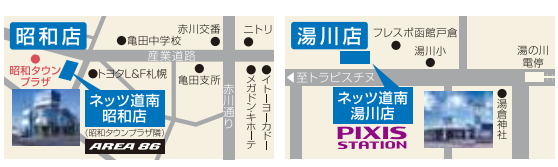
●価格は消費税込みの価格です。●VOXY、VELLFIRE、シエンタ、スペイドの価格はタイヤパンク応急修理キット、タイヤ交換用工具付の価格です。●価格にはオプションの価格は含まれていません。●保険料、税金(除く消費税)、登録料などの諸費用は別途申し受けます。●自動車リサイクル法の施行により、リサイクル料金が別途必要となります。
※1グレードによって数値が異なります。※2国土交通省審査値●燃料消費率は定められた試験条件のもとでの値です。お客様の使用環境(気象、渋滞等)や運転方法(急発進、エアコン使用等)に応じて燃料消費率は異なります。

# 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(ユーカーセンター)／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］
8 2016 AUG No.88

# 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］ **まだまだ働く、まだまだ遊ぶ ～人工関節という選択肢～**
社会福祉法人 函館厚生院 函館中央病院 整形外科
笹沢　史生 人工関節センター長

5 ［ドクターコラム2］ **メタボリックシンドロームと動脈硬化**
医療法人社団 平田博巳内科クリニック 平田　博巳 理事長・院長

6 ［ドクターコラム3］ **爪の痛みについて**
みなとまち皮膚科菊地医院 菊地　誠一 院長

7 ［ドクターコラム4］ **“おねしょ”の治療には家族の協力が大切**
五稜郭ファミリークリニック小児科 石坂　仁 院長

8 ［ドクターコラム5］ **子宮内膜症**
産婦人科 ほんどおりクリニック 工藤　隆之 院長

9 ［介護コラム］ **信頼関係とコミュニケーション**
デイサービスセンターベルエキップ
デイサービスセンターながだい　代表 工藤　晃士 さん



－PR－

［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
ききょう内科クリニック……10P
佐藤内科小児科医院……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］ すどうスキンクリニック……11P
みなとまち皮膚科菊地医院……11P

［小児科］ かみいそこどもクリニック……14P

［産科・婦人科］ 産婦人科ほんどおりクリニック……14P
さっぽろARTクリニック……14P

［歯科］ 吉田歯科口腔外科……12P
エンゼル小児歯科クリニック……12P
福井歯科医院……12P
よじょう歯科医院……12P
かも歯科クリニック……13P
なかがわ歯科……13P

［整骨院］ おくやま整骨院……13P

［デイサービス］ デイサービスふれあい……13P

［薬局］ くすりの元気……14P

基幹病院水準の体制で
受診しやすい脳神経外科医院

## 函館脳神経セントラルクリニック



加藤功院長が函館中央病院に18年間勤務の後「脳神経セントラルクリニック」の“地域の脳神経科”という役割と、故・松崎隆幸前院長が平成15年の開設当初に掲げた「おもてなし」「共感」「誠実」という理念を引き継いで開業。MRI画像診断装置、CT撮影装置など、脳の診断に必要な機器を備えた上で「頭痛」「しびれ」「まひ」などが起こった場合の“最初に相談しやすい脳神経外科医”として医療を提供する。

函館市梁川町16-5　☎0138-35-3355
診療時間/月・火・木・金 9:00～12:00、14:00～17:00、水・土 9:00～12:00　休診日/日曜・祝日　http://hakodate-ncc.jp

「がんの苦しみ和らげたい」
がん患者のためのヨガ教室

## 函館中央病院



同院は入院・通院中のがん患者を対象に、毎月第1金曜の14：00から約1時間、ヨガ教室を開く。子宮頸がんの闘病経験者で、ヨガによる患者サポート活動をするインストラクターの清水八恵さんは「治療中の不安を和らげ、少しでも前向きな気持ちになってほしい」と話す。教室では、いすに座ったまま体に負担のかからないポーズや動きが中心。受講は無料で、入院患者は主治医の許可が必要。

函館市本町33-2　☎0138-52-1231（代）
申し込み・問い合わせは、同院がん相談支援センターへ

〝がん〟について
正しい知識が得られる機会

## 市立函館病院



同院が定期的に開講している「市民公開がん講座」では、多様ながんの診断・治療法と、その期間や費用について知ることができる。7月21日（木）14：00からの第54回講座は「肝臓の病気～腫瘍（できもの）の治療を中心に～」と題して消化器外科の中西一彰科長が講演。肝臓腫瘍の手術を中心に、肝臓の機能や病気について1時間程度の講演を行い、その後参加者からの質問も受け付ける。

函館市港町1-10-1　問い合わせ先/病院局管理部庶務課　☎0138-43-2000（代）・内線4208

やさしくほぐす整体院
本通富岡線沿いにオープン

## 整体院 あおぞら



痛みや不調の原因ともなる、日常生活でついた筋肉のクセを、体に負担がかからないよう丁寧にほぐす。施術は1時間3,850円から。初回来店時、また、70歳以上と学生には1時間2,750円など割引料金を設定する。3時間以上のコースも用意し、時間をかけて広範囲を施術することで「効果が長持ちする」と好評という。「原因不明の頭痛や手のしびれが続く方など、気軽にご相談ください」と紫竹啓介店長。

函館市本通1-30-15　☎0138-83-2500　予約優先
営業時間／10:00～21:00（受付は18:00まで）　不定休　P有り

Doctor Column 1
整形外科

# まだまだ働く、まだまだ遊ぶ
## ～人工関節という選択肢～

函館中央病院
整形外科
**笹沢　史生**
人工関節センター長



「膝の軟骨がすり減っています」と言われたことはありませんか？今このページをお読みいただいている読者ご自身はもちろん、ご両親が整形外科にかかってこのように告げられてくることも多いかと思います。関節の軟骨のすり減りは「変形性関節症」という疾患であり、中高年の男女の膝や股関節といった、体重を支える関節に多く発生します。これらの関節の痛みで整形外科を受診し、レントゲンで診断されることが多いのですが、まだ痛みのない「予備軍」も含めると日本国内の患者数は2500万人以上とも推定されており、もはや誰にとっても他人事ではありません。問題は「一度すり減った軟骨は治らない」ということです。まずは予防が大切ですが、残念ながら病状が進み、骨が変形してきて痛みが強くなってしまった場合には、人工関節手術が痛みを取り除く有力な手段となり、その効果はとても強力です。すでにこの道南地域でも、多くの患者さんが膝や股関節の人工関節手術を受けていますので、お近くにも経験者がいらっしゃるのではないかと思います。

私が診察室でよく聞くお話に「膝が痛くて昆布を運べない」とか「股関節が痛いので友人との旅行を諦めた」などというものがあります。変形性関節症の痛みのせいで働けない、遊びに行けないというのは、患者さん個人にとっても、また社会にとっても大きな損失です。確かに入院や手術は大変ですが、約1カ月の入院で済むことが多く、それによって痛みなく歩けるようになり働くことも遊ぶこともできるのであれば、頑張る価値はあるのではないでしょうか。まだまだ働く、まだまだ遊ぶために、人工関節という選択肢があります。「もう歳だから」と諦めず、お気軽にお近くの整形外科でご相談ください。お一人お一人の元気が、道南に元気をもたらします！



**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）

**［略歴］**
平成16年、信州大学医学部卒業。長野県立厚生連佐久総合病院、北海道大学病院、市立釧路総合病院勤務を経て、平成26年に北海道大学大学院を卒業。同年より函館中央病院に勤務し、平成28年、人工関節センター長に就任。日本整形外科学会専門医、認定脊椎脊髄病医、日本体育協会公認スポーツドクター。

Doctor Column 2
内科

# メタボリックシンドロームと動脈硬化

平田博巳内科クリニック
平田　博巳 理事長・院長



「メタボリックシンドローム（メタボ）」は、最近ではよく知られた用語ですが、皆様の印象はいかがでしょうか？お腹が出て体重が増え、血圧・血糖値が高めの状態がメタボなのですが、厳密には内臓脂肪型肥満（腹囲が男性85cm、女性90cm以上）を前提に①空腹時血糖110mg／dℓ以上②血圧130／85mmHg以上③中性脂肪150mg／dℓ以上ないし善玉コレステロール（HDL-C）40mg／dℓ以下の、これら3項目のうち2つ以上を有する人がメタボに相当します。

なぜメタボが問題なのでしょうか。それは動脈硬化と深く関わり、心臓疾患（狭心症・心筋梗塞）や脳血管疾患（脳梗塞・脳出血）、下肢閉塞性動脈硬化のリスクが明らかに上昇するからです。最近ではある程度動脈硬化を予測できます。「悪玉／善玉コレステロール（LDL-C／HDL-C）比」「リポ蛋白分画」などの血液検査や、血管年齢を反映するとされる「PWV（脈波心電図）検査」、頸動脈の厚さ（IMT）を測定し、実際の目で動脈硬化の程度を確認できる「頸部エコー検査」が代表的で、それらに加え血管内皮機能（弾力性）を反映する「FMD（血流依存性血管拡張反応）検査」も一般化しつつあります。

動脈硬化を伴うメタボ状態が確認されると、治療が必要です。内臓脂肪減少（体重減少）が最も大切な基本的治療ですが、LDL-C／HDL-C比が高い場合は、コレステロールの合成を抑えたり、小腸でのコレステロール吸収を抑える薬が有効です。血管壁（IMT）の厚い方には、血流を改善し血管壁を保護するとされるEPA製剤も有効とされています。もちろん血圧と血糖のコントロールも大切です。

ぜひ一度ご自分の現状を把握し、対処法をかかりつけ医に相談してみてはいかがでしょうか。

［略歴］
昭和56年、札幌医科大学卒業。札幌医科大学附属病院第一内科、札幌慈啓会病院、函館五稜郭病院消化器内科、医療法人社団官尾医院勤務を経て、平成17年、平田博巳内科クリニック開業。日本内科学会総合内科専門医、日本消化器病学会専門医、日本消化器内視鏡学会専門医、産業認定医、糖尿病協会登録医、アレルギー協会指定医。平成3年、第4回日本内科学会奨励賞受賞。



**平田博巳内科クリニック**
北斗市七重浜4-27-40　☎0138-48-2200
■診療科目／内科・消化器内科・アレルギー科・リウマチ科
■診療時間／
月・水・金　9:00～12:00、15:00～18:00
火・木・土　9:00～12:00、午後は検査・往診
■休診日／日曜・祝日

Doctor Column 3
皮膚科

# 爪の痛みについて

みなとまち皮膚科菊地医院
**菊地　誠一**
院長



爪が皮膚に食い込んで痛くなったことはありませんか？今回は「陥入爪（かんにゅうづめ）」のお話です。

「足の親指に爪が食い込んで痛くなってきた」。こんな時どうしますか？爪切りで食い込んだ爪を切ると、痛みは解消するかもしれません。でも、ちょっと待ってください！足の指は、常に下からの力を受けているので、指先の皮膚が盛り上がり、新たにできた爪の切り口が再び食い込んでしまうのです。つまり、痛む→食い込んだ爪を切る→切った部分の指の皮膚が盛り上がる→爪に食い込む→痛む→爪を切る…という繰り返しで、だんだんこじれてきてしまうのです。

そこで、爪を切らずに痛みを和らげる簡単な応急手当て法をご紹介します。まず、粘着性が強めのばんそうこうを用意して、幅1cm、長さ5cm位に切ります。次に、ばんそうこうの端を爪が食い込んでいる部分の真横の皮膚に貼り、爪と皮膚を離す方向に引っ張りながら指に巻き付けるように貼っていきます（このとき強く引っ張り過ぎると指の血のめぐりが悪くなることがあるので注意が必要です）。この手当てによって、爪と皮膚の間に隙間ができて、食い込みがゆるやかになり、痛みも解消されます。また、爪と皮膚の間にガーゼを挟むやり方もあります。

しかし、それでも痛みや腫れが取れない場合は、医療機関を受診してください。細菌感染を起こしていて、抗生物質が必要な場合があるからです。以前は手術的な治療が主流でしたが、最近では人工爪やシリコンチューブを用いた、手術によらない方法で治る方も増えてきています。また、爪自体が屈曲している、いわゆる「巻き爪（まきづめ）」の場合は、特殊なワイヤーを用いて形を整える方法もあり、これも手当ての際に痛みを伴いません。怖がらずに、お早めに皮膚科医へご相談ください。



**みなとまち皮膚科菊地医院**
函館市亀田港町39-7　☎0138-40-3710
http://minatomachiderma.ec-net.jp/
■診療科目／皮膚科
■診療時間／月・火・水・金 9:30～13:00、14:00～18:00
木・土　9:30～13:00
■休診日／日曜・祝日

**［略歴］**
愛媛大学医学部医学科卒業。同大学医学部附属病院、東邦大学医学部附属大森病院、昭和皮膚科クリニックなどへの勤務を経て、平成18年3月、みなとまち皮膚科菊地医院開院。日本皮膚科学会認定皮膚科専門医。日本皮膚科学会、日本接触皮膚炎学会、日本美容皮膚科学会、日本医真菌学会に所属。

Doctor Column 4
小児科

# “おねしょ”の治療には家族の協力が大切

五稜郭ファミリークリニック小児科
石坂　仁
院長



［略歴］
昭和６２年、埼玉医科大学卒業後、東京都立清瀬小児病院、小川赤十字病院、厚生連熊谷綜合病院を経て、平成１０年から１４年まで函館五稜郭病院に勤務。平成１５年に同院を開院。小児科学会、小児内分泌学会、日本アレルギー学会などに所属。

〝おねしょ〟は、昼間と夜間の区別のつかない赤ちゃんの習慣が、乳幼児まで残っている状態を言います。昼夜の区別のつく年齢になるとおねしょが無くなってきますが、５、６歳を過ぎても月に数回以上おねしょがあると「夜尿症」と言い、頻度によっては治療が必要な場合があります。両親いずれかに夜尿の既往がある場合、その子どもに夜尿が起きる可能性は約４割、両親とも夜尿であった場合は約８割に夜尿が認められると言われています。

夜尿は５～６歳で約20％、小学校低学年で約10％と減少しますが、10歳児でも約５％にみられます。夜尿は自然に治っていく場合もあるので、いつかは治ると放置されやすいのですが、学齢期になると夜尿が原因で心理的にも社会的にも問題につながることがあります。従って、精神的な問題に発展する前に年齢や夜尿の頻度を考えながら病院を受診し、治療の適応を考えていく必要があります。

しかし病院を受診しても、いきなり薬物の治療を始める事はありません。まず、最初の１カ月ほどは生活指導を行います。「水分摂取の時間配分」「冷え性の対策」「塩分の取り過ぎに注意する」「夜中に起こさない」などです。実はこのような事を本人に意識させるだけで、薬物に頼らずとも数％の子は夜尿が無くなる事があるのです。本人のやる気を引き出す為に、メンタルな部分へのアプローチとして家族の協力が必要です。焦らず、叱らず、他人と比べず、うまくいったときに褒める事が重要です。本人は意識して失敗している訳でもなく、しつけの問題でも無いのです。そこを理解してあげて下さい。残念ながら、薬物治療を始めてもなかなか良くならないタイプも少なからずいます。しかし夜尿の治療に取り組んでいるという事柄も本人には大切ですので、ぜひ一度、医療機関に相談してみてください。



**五稜郭ファミリークリニック小児科**
函館市柏木町１１-10　☎0138-31-6660
■診療科目／小児科、アレルギー科
■診療時間／月～金 8:45～12:00、14:30～18:30
※水曜の14:30～15:30は乳児検診
土　8:45～12:00
■休診日／日曜・祝日

Doctor Column 5
産婦人科

# 子宮内膜症

産婦人科　ほんどおりクリニック
工藤　隆之院長



子宮の内側にある子宮内膜は、排卵に向けて厚みを増し、排卵後は粘液を分泌し受精卵の着床に適した内膜に変化して、妊娠が成立しなければ2週間で剥離し月経となります。いわば受精卵のベッドですが、この内膜が子宮の外に生着して悪さをするのが子宮内膜症です。発生部位は骨盤の腹膜、卵巣が多く、時に腸管や横隔膜、また、ガンのように転移して肺や臍にできることもあります。卵巣の内膜症は卵巣内に貯留した出血が古くなり褐色に変化し、その色から「チョコレートのう胞」と呼ばれる卵巣のう腫を形成します。痛みと不妊が二大症状で、痛みは月経困難（日常生活に支障をきたす生理痛）が主ですが、月経時以外の骨盤内の痛みや、排便・排尿時痛、性交時の痛みを伴うこともあります。一方不妊以外に症状のない内膜症も相当数あるとされ、不妊検査で異常のない「原因不明不妊」の方に腹腔鏡検査を行うと、高率（当院症例で9割以上）に内膜症性病変が見つかります。腹腔鏡では診断と同時に電気凝固、切除などの治療が可能で、仕上げの洗浄や卵管通水の効果もあり妊娠環境が改善します。内膜症は子宮内膜と同じく、排卵直前にピークとなる女性ホルモンで増殖し、月経時に出血するので、毎月月経が来る自然な状態が悪化に向かう環境となります。無治療で改善するのは月経がなくなる妊娠・授乳中と閉経後ですので、治療は大きく分けて人工的な妊娠状態化（偽妊娠療法）、閉経状態化（偽閉経療法）の2つがあります。前者はピル、もしくはその成分である黄体ホルモンの投与、後者は脳から卵巣への指令を止めるGnRHアナログという薬を投与します。いずれも排卵は止まるため妊娠の可能性はなくなりますので、内膜症性不妊の方には不妊治療で真の妊娠を目指していただきます。なお現在、新しい子宮内膜症治療薬の臨床試験（治験）が進行中です。先に述べたような内膜症の症状があり、近いうちに妊娠の予定がない方はぜひ一度ご相談ください。



**産婦人科 ほんどおりクリニック**
函館市本通1－44－10（旧五稜郭ウィメンズクリニック）
☎0138－31－5855
■診療科目／産科・婦人科
■診療時間／月～木10:00～12:30・14:00～17:30
金・土・第2、4水10:00～12:30
※第5水曜は16:30受付終了
■休診日／日曜・祝日

**［略歴］**

平成元年、北海道大学医学部卒業後、北大病院（不妊症グループ）および関連病院出向。平成10年、同大学院医学研究科修了、ヒト排卵機構の研究で博士（医学）の学位取得。平成11年、函館中央病院産婦人科医長、平成20年、同科長、平成25年、産婦人科ほんどおりクリニック開院。専門分野は不妊症、生殖内分泌。日本産科婦人科学会認定専門医。

介　護　コ　ラ　ム

# 信頼関係とコミュニケーション



デイサービスセンター ベルエキップ
デイサービスセンター ながだい
代表
**工藤　晃士** さん

私たちの仕事は、ご利用者様のニーズに合わせ必要な支援をする事です。そしてその必要な支援をするためには、ご利用者様と「信頼関係」を作る事が大事で、「信頼関係」ができていなければ、適切な支援をする事は難しくなります。

では、より良い信頼関係とはどういう事なのでしょうか？私は「互いに尊敬しあえる関係」が理想ではないかと考えます。そのために必要なのは「コミュニケーション」です。コミュニケーション方法は大きく分けると、会話などの「言語的コミュニケーション」と、表情やしぐさなどの「非言語的コミュニケーション」があります。「言語的コミュニケーション」で大事なのは、分かりやすい言葉を使うのはもちろん、言葉を発する際の強弱や長短、抑揚などでも印象は変わります。例えば「こんにちは」と話すよりも「こんにちは～」と語尾を少し伸ばした方が好印象ですよね。「非言語的コミュニケーション」については、ある研究で「人の印象は見た目やしぐさが大きな割合を占める」とまで言われています。やはり相手の話にうなずくことや、笑顔、目線、時にはスキンシップも大事です。相手が安心出来るように意識したいですね。

最後に、ここまでは「信頼関係」を作っていくための技術的な事をお話させていただきましたが「お互いに尊敬しあえる関係」を築くには、やはり相手を「尊敬する気持ち」が大事なのではと強く思います。その一つとして、私たちの事業所では、ご利用者様とは必ず「敬語」で接するようにしています。砕けた話し方や、なれなれしい言動では、良い関係は作れないと思うからです。適度にリラックス、そして適度な緊張感を持ちながらコミュニケーションをとり、適切な支援につなげていきたいですね。



**デイサービスセンター ベルエキップ**
函館市日吉町3-39-24 1F　☎0138-53-4060
**デイサービスセンター ながだい**
函館市日吉町3-39-24 2F　☎0138-87-0939
利用日/月曜～土曜 9:00～16:30　利用定員/1日10人

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

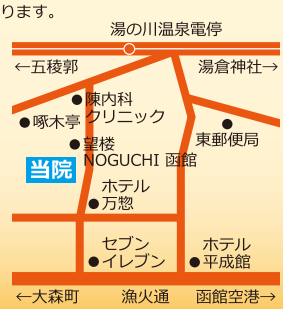
院長 山田 裕一

## 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

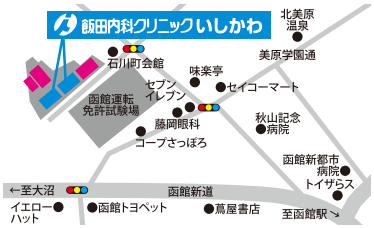
往診応需

## 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/

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）
医 師 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**

医療法人 友晶会

# ききょう内科クリニック

診療科目：内科・呼吸器内科・緩和ケア内科

院長 蓮沼 晶子

## 〈診療受付時間〉

| | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 |
|---|---|---|---|---|---|---|
| 9:00～12:00 | ● | ● | ● | ● | ● | ● |
| 14:00～17:30 | ● | ● | | ● | ● | |

休診日 日曜日・祝日




函館市桔梗3丁目30番7号
TEL0138-46-0709



【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

| | |
|---|---|
| 理事長 | 吉田 玄雄 |
| 院長 | 吉田 紳一郎 |
| 副院長 | 目谷 千聡 |
| 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 |

診療時間
月・火・水・金
…… PM6：00まで受付
木・土
…… PM5：00まで受付

## 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

# 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

SUDO Skin Clinic

# すどうスキンクリニック

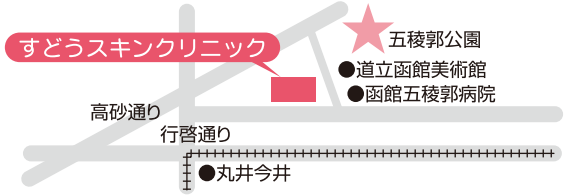
形成外科・皮膚科・美容外科

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

# 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

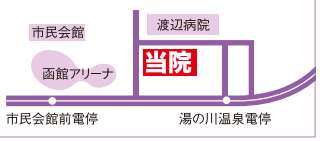
〈歯科医師〉
吉田　康仁（理事長）　村田　真介（院長）
寺崎　誠治　勝又　譲

**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
ヨイヨイハニ
☎(0138)41-4182




往診希望の方は、電話で御相談下さい。

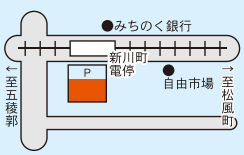
# 福井歯科

■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!






# 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　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/




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

| 受付時間 | 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 検索

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 8月12日(金)～15日(月)まで夏期休診とさせていただきます。

| 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



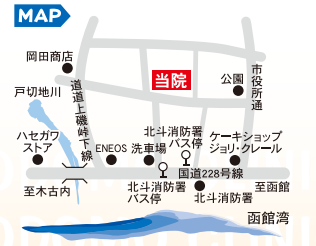
※函館バス停留所「本通小学校裏」徒歩2分

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



KAMIISO KODOMO CLINIC
# かみいそこどもクリニック
院長　渋谷　好孝
〒049-0162　北斗市中央2丁目4番3号
TEL.0138-74-2611 FAX.0138-74-3001
E-mail:shiburin@ms7.ncv.ne.jp

診療時間
月 火 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




こちらのQRコードからでも診察受付ができます。
初めての方は、お気に入り(ブックマーク)に登録すると次回よりアクセスが簡単に行えます。



漢方薬
日本中医薬研究会会員店
中医師と相談ができる店
巡りあうのも運と縁
# くすりの元気 月経漢方
健康な女性には生理痛が無い!

生理は、月に１度の子宮の大掃除！
色が黒くなってきた。カサカサの茶色が出る。
レバーの塊が出る。なぜか、量が減ってきた。
不妊治療を続けていたら生理が少なくなってきた。
第二子不妊で困っている。切れが悪くタラタラ続く。
生理前の不調が激しい。



当帰・川芎・阿膠などの漢方で
血の流れを補い整えます。
飲みやすいシロップ剤もあります。
中高生の辛い生理痛は痛み止めで
ごまかしていたら、
内膜症につながりかねません。
正しい「月経習慣」をつけましょう。



函館市富岡町2-45-8　平　日AM9:00～PM7:00
TEL&FAX　定休日／日曜・祝日
0138-41-1017　くすりの元気　函館　検索
完全予約制



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

# 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〉

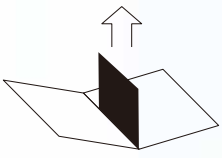
お申込み先

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

別冊を手前に引っ張ると、
取り外すことができます。



取り外し後の針金には十分注意し
必ず針金を押し戻して下さい。

HAKO RAKU
8 2016 AUG No.88 [ハコラク]

MEDICAL
ハコラク別冊医療マガジン

2016年7月15日発行
発行／(株)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