

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 部第3 2012 MAR No.35



# ジュエリー&ブランドリサイクル 専門店



絶対の自信あり 高価買取 流行りの時期を逃さない市場調査

ブランド買取なら ルイ・ヴィトン

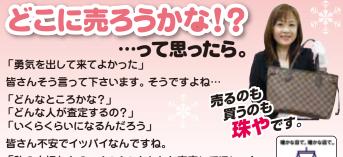






※お売り頂く際には身分証(運転免許または健康保険証)が必要になります。





「私の大切なもの…1つ1つきちんと査定してほしい!」 もちろんです。

だから、専門店の珠やにお持ち下さい。





函中古 古物商番号 第112020000196号 ◆住所/函館市松風町6-11 ◆営業時間/AM10:00~PM7:00



ボーニパーキング 東雲パーキング **大和パーキングほか** 契約駐車場あり!

# **20-48-8850**

原中古 古物商番号 第112020000196号住所/北斗市七重浜1丁目5-25営業時間/AM10:00~PM7:00







au

auショップ十字街

auショップ中道

auショップ 松前



ISNETコース+ISフラッド+誰でも割、+シンプルコース加入でMNPの方

615A/B(#XX)]

[5/450H/F(#PA)]

★『誰できま』は2年単位で自動更新とおります。途中解約などの場合、解除料(9975円)がかかります、便新月を除く)。

#### 学生さんにオススメの指奏・高機能スマートラオジ

25歳以下の方もあ得てす!









🍐 防水 について

※IPX5/IPX7等級の防水性能。(MEDIAS BR IS11N,ARROWS Z ISW11F,ARROWS ES ISW12FはIPX8等級)※キャップ類・電池フタは確実に取り付けてください。

防塵について

※IP5X等級の防塵性能。※キャップ類・電池フタは確実に取り付けてください。※海水・プール温泉の中に浸けないでください。※砂浜などの上に置かないでください。

※掲載のスマートフォンはEZwebサイトはご利用いただけません。※WIMAXエリアでのご利用には、月額利用料とパケット通信料が別途かかります。通信環境や混雑状況などにより大幅に低下する場合があります。※「Google」、「Google」ロゴ、「Android」は、Google Inc.の商標または登録商標です。※「WIMAX」はWIMAXフォーラムの商標または登録商標です。※「DIGNO」は、京セラ株式会社の登録商標です。※「GALAXY」は、Samsung Electronics Co..Ltdの商標または登録商標です。※「MEDIAS®メディアス®」はNECカシオモバイルコミュニケーションズ株式会社の登録商標です。
※「Xperia」はSony Ericsson Mobile Communications ABの商標または登録商標です。※「おサイフケータイ」は、株式会社NTTドコモの登録商標です。画面はイメージです。

# ともコミ 拡大中!

# 

自由

学生(新規/他社から乗りかえ)・家族(他社から乗りかえ)は 23年間 月額基本使用料無料

〈条件〉ご契約と同時に「プランZシンプル980円/月(誰でも割\*適用)」とその家族は「家族割」もご加入。

- 申込受付期間:2012年1月18日~5月31日 お申し込み必要

★2年単位で自動更新となります。途中解約などの場合、契約解除料(9.975円)がかかります(更新月を除く)。「スマイルハート割引(1年単位の自動更新、契約解除料3.150円)」も対象となります。※1名義1回線のみお申し込みいただけます。「家族割」のご契約は2~10回線までとなります。※過去に「ガンガン学割」にお申し込みのお客さまは対象外となります。※お申し込み時点で学生であれば、期間中に卒業などで学生でなくなっても割引は継続します。※お申し込みの翌月から、割引対象期間となります。割引対象期間中であっても条件を満たさない月は、割引は適用されません。割引期間終了後、通常料金に戻ります。※弊社が実施する他の施策とは併用できない場合がございます。

※別途、契約にかかる費用は店頭にてご確認ください。※別途、ユニバーサルサービス料として1契約番号あたり月額5.25円がかかります。※表記の金額は、全て税込です。

# ア建で向け近ファイバー ロロひかりホーム ギガ(得)プラン

#### ついた。 比べて下さい。 ault ネットも安いんです!!

#### 道南地区受付開始

お申込みは掲載店で

※一部利用できない地域がございます。詳しくは掲載店スタッフまでお問合せ下さい。

#### auショップ十字街

●営業時間/9:00~19:00 出張サービス承ります。

□無料 水道局共同駐車場です。函館市末広町5-15アクロス十字街1F2 0138-22-1515



#### auショップ中道

●営業時間/10:00~20:00 出張サービス承ります。

**戸有り**当店横です。9台駐車可 函館市中道2丁目11-2(旧不二家本連店) **☎0138-35-5222** 



#### quショップ 松前

●営業時間/10:00~19:00 出張サービス承ります。

**戸有り**当店横です。 松前郡松前町松城60-4 ☎0139-46-2002



# NCV2012



# 大邊里

アナタの明るい笑顔と個性を テレビで発揮しませんか?

NCVでは今年も一緒に番組を盛り上げていただく イメージキャラクターを大募集します!! 男女・未婚・既婚・自薦他薦は問いません!



趣旨

NCVのイメージキャラクターを一般から募集し、 優勝者には番組にご出演して頂きます。

応募 資格

- 1. 函館市・北斗市・七飯町のNCVエリア内在住で明るく元気な方
- 2. 番組出演が可能な方 (月4回程度(短時間~1日)のロケですので、今のお仕事を続けていてもOKです。)
- 3. 満18歳以上の男女で未婚・既婚は問いません。(高校生は除く)
- 4. 好奇心旺盛で、とにかく話すのが好き、人と接するのが大好きな方。

審査に ついて 第一次審査/書類選考

第二次審査/カメラテストを実施し結果を後日通知します。

副賞

コンテスト優勝者には賞金10万円を贈呈。

NCVの番組にイメージキャラクターとして1年間ご出演いただきます。 (出演料は別途お支払いいたします。)

※月4日程度のロケになります。今のお仕事を続けていても大丈夫です。

応募に ついて 郵送またはE-mailにて

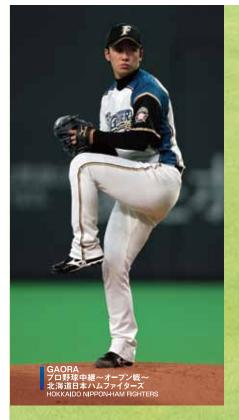
カラー写真(全身・バストアップの2種類)を同封の上、住所・氏名・年齢・職業を明記し、 応募した理由、自己PR(他薦の場合は紹介文)をご記入の上、送付して下さい。

※ご応募頂いた書類は返却いたしません。

締切/ 宛先 申込締切/平成24年2月26日(日)当日消印有効 (株)ニューメディア函館センター放送部 イメージキャラクター募集係 〒041-0801 函館市桔梗町379-31 E-mail/tv@ncv.ne.jp(NCV放送部)

※いただいた個人情報はコンテスト以外には使用いたしません。





### 2012年も スポーツシーンは



# NCVにおまかせ

今年のペナントレースを制するのはどこか! 2月のプロ野球キャンプから練習試合やオープン戦、 公式戦など話題満載。

**・パなら、プロ野球やサッカーはもちろん地上波では見られない競技も幅広く提供。** 











今年のラインナップも見どころ満載!





NCVの電話は

**行うルプラス 中日も ()0=3000 も** 

基本料金が安い!!

家計の見直し、まずは通信費から!!

通話料も安い!!

加入者以外の固定電話へも格安料金です。

電話番号もそのまま!!

もちろん電話機も、そのまま使えます!



2月1日(水)~20日(月)に 新規または追加で ご契約のお客様に

ミレンタイ

NEV × 囲碁・将棋チャンネル PRESENTS 10組20名さまをご招待!





講師:万波奈穂 二段

大人気女流棋士が、直接やさしく指導!!

「アタマがよくなる囲碁」、そんな話をよく聞きませんか?2005年から東大の一般教養の単位(2単位) にも認定され、2010年4月からは早稲田大学、そして慶応大学でも「囲碁」は正課となりました。日本伝 統のゲームとしてだけではなく、その効果はますます注目されているのです。また、受験熱の盛んなお隣 韓国では、「受験勉強のための基礎訓練」として、囲碁塾に通わせる親もいるほど。本やネットなど独学で はなかなか覚えにくい…そんな囲碁を、どこで習ったらいいか?そこでオススメしたいのがこの「親子教 室」です!お子様だけではなく、親子で一緒に始めることで、家に帰ってからのコミュニケーションにも格 好の材料。お父さんお母さんの脳トレにもピッタリ。

開催日時/3月24日(土) 10:00~12:00

- 開催場所/NCV函館センター 主催/囲碁・将棋チャンネルNCV函館センター
- ■募集締切/3月10日(土)まで
- ●応募が多数の場合、厳正なる抽選を行います。当選者の発表は
- 当選状の発送をもってかえさせていただきます。 ●教室で使用するミニ碁盤セットはそのままプレゼント致します。

参加 ※親子での参加に限ります。 (親子でなくてもご家族であれば可) 人員

ご応募

ハガキまたはe-mailでご応募ください。

郵便番号-住所・参加者氏名(ふりがな)・年齢-電話番号を記入し、下記宛先またはeメールを お送りください。 [住 所]〒041-0801

函館市桔梗町379-31テクノパーク内 [e-mail]info@ncv.ne.jp

※いただいた個人情報は囲碁入門教室以外には使用いたしません。



お気軽にお電話ください。

『成約のお客様に プレゼント中♪













### お部屋さがしのお手伝いをさせていただきます!

#### 賃貸 メゾンM





●函館市富岡町3-31-19 本法/木造2階建 ●構 造/木造2階建 ●築年月/平成4年6月 ●間取り/1R【9】 ●駐車場/1台(4,000円) ●設 備/ガス瞬間湯沸器、 浴室・トイレ別 水洗、室内照明、 洗面台

●権利金/賃料の1カ月分 ●惟刊並/ 貝科のI刀月分 ●仲介料/賃料の1カ月分 ●備 考/保険料2年分

●取引態様/仲介

#### 賃貸 中道ロイヤルヒルズ

**36,000**ฅ



浴室・トイレ別、水洗、 室内照明、洗面台 ●共益費/2.000円

#### 賃貸 ハイツおおさわ



●駐車場/1台(無料、軽四限定) ●設 備/灯油FFストーブ、 ガス瞬間湯沸器、 浴室・トイレ別、 水洗、室内照明 ●権利金/賃料の1カ月分 ●仲介料/賃料の1カ月分 ●備 考/保険料2年分

(15 000円) ●取引態様/仲介

#### 賃貸 ラネージュ千歳



●函館市千歳町3-5 ●構 造/木造2階建 ●築年月/平成元年4月 ●間取り/1DK【6×5.5】 ●駐車場/近隣月極駐車場 ●設 備/ガスFFストープ、 ガス瞬間湯沸器 都市ガス、浴室・トイレ別、 水洗、室内照明 ●権利金/賃料の1カ月分

●仲介料/賃料の1カ月分●備 考/保険料2年分 (15.000円)

■取引熊様/仲介

#### 賃貸 ラ・シャンブル昭和

**50.000**¤



●函館市昭和1-14-11 ●構 造/木造2階建 ●築年月/平成12年4月 ●間取り/1LDK

●間取り/LDK [8×2.5/k×6] ●駐車場/1台(無料) ●設備/灯油FFストーブ、 ガス瞬間湯沸器、 浴室・トイレ別、 シャンプードレッサ、 水洗、室内照明、 トランクルーム

#### 賃貸 ハイツアクロス



●函館市末広町9-5

●構 造/鉄骨造3階建 ●築年月/平成15年5月 ●間取り/1LDK【11.5×7】 ●駐車場/近隣月極駐車場

●設 備/ガスセントラル暖房、 浴室・トイレ別 水洗、室内照明、 ●仲介料/賃料の1カ月分

考/保険料2年分 (15 000円)

#### 賃貸 ビューマウント函館

43.000<sub>円</sub>



●函館市末広町10-6 ●構 造/鉄筋コンクリート 木造2階建 ●築年月/昭和63年12月

■間取り/2DK【6×6×6】 ●駐車場/1台(6,000円、台数限定) ●設 備/都市ガス、

ガスFFストーブ、 全室照明、水洗 ●権利金/賃料の1カ月分 ●備 考/保険料2年分

(20,000円)

取引態様/仲介

#### 賃貸 ハイツ美原

**,000**<sub>H</sub>



●函館市美原3-11-18

●構 造/木造2階建 ●築年月/昭和59年11月 ●間取り/2DK【8.5×5×6】 ●駐車場/1台(無料)

●設 備/ガス瞬間湯沸器、 浴室・トイレ別、

水洗、物置 ●権利金/賃料の1カ月分 ●仲介料/賃料の1カ月分 ●備 考/保険料2年分

(20,000円)

#### 賃 貸 シティハイムかしわぎ

55,000<sub>円</sub>



●函館市柏木町4-11

●構 造/軽量鉄骨造2階建 ●築年月/平成8年1月 ●間取り/2DK【10.5×6×5.5】 ●駐車場/1台(無料)●設備/灯油FFストーブ、ガス瞬間湯沸器、

浴室・トイレ別、水洗、 室内照明、洗面台、物置

●権利金/賃料の1カ月分 ●仲介料/賃料の1カ月分 ●備 考/保険料2年分

(20,000円) ■取引能様 / 仲介



♪ 禁リード不動産 **26-5533** 

※仲介料には消費税がかかります。

▼当社ホームページもご覧下さい▼ http://www.lead2103.com/

T040-0033 函館市千歳町27番8号 Fax (0138) 26-6973



広告有効期限/平成24年3月14日迄

#### チャンス! あなたのお宝お売りください!!

### お持ちの方必見!!

共通クーポン 査定額15%UP

※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♪

など不要に なった貴金属何でもお持ちください! 初めてでも







### 普通切手。記念切手。八力丰

書き損じ、余った年賀も1枚からOK!!

収集家も減り、切手の価格はどんどん下がっています。 しかも、郵便局でも現金化することはできません。



ロレックス・オメガ・カルティエなど













人情査定でやってます。 おたからやの買取品目







無料で査定させていただきます。時間は5分程度(量による)。買取金額にご納得 いただければその場で現金をお支払い致します。※身分証明書をお持ちください。

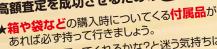


お売りになりたい品物、本人が確認できる証明書(免許証など)のコピーと連絡先を 明記して着払いでお送りください。商品到着後、すぐに査定し買取金額をお知らせ致します。 金額が折り合わない時はすぐにお返し致します。

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。

#### プロが教える

高額査定を成功させるためのと



- こんなもの買ってくれるかな?と迷う気持ちは 捨てましょう。まずはご相談ください。
- ★いくつか品物がある場合、まとめてお持ちに なると**査定額がアップ**するかもしれません。
- ★貴金属類は古いものでも、壊れているものでも 気にせずにお持ちください。
- ★身分証明証は必ずお持ちください。

貴金属・切手・ブランド 現金買取専門店



おたからや 函館 検索。

「田家町 ●セブンイレブ:

五稜郭公園前

お車でもOK!契約P有り



# 2/18**⊕**·19**⊜**

₩9:30~₩5:30



ア期間中にご来場の方に もれなく抽選でプレゼント!

※写真は現物と異なる場合がございます。









め合わせ



各会場の催物

- •ちびっ子プレゼント
- ・ドリンクサービス
  - ●お米特価 ∕🥉



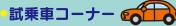


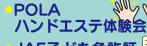




#### 大野新道店のみ開催

おにぎり・豚汁サービス





JAF子ども免許証





函館中央三菱自動車販売 presents 毎月第1金曜日 午後3時~午後3時30分 函館中央店ショールームより放送のプログラム

三菱 Drive@earth

ドライブ・アット・アース

特別版 公開生放送

18日(土) 10:10~12:00

#### サイエンス・サポート函館の「なべ先生」が -ター」と「磁石」の科学ト・ クと実験ショーを実演!!



パーソナリティ

FMいるか

皆方 昭司さん

市立函館高等学校教諭 公立はこだて未来大学非常勤講師 渡辺 儀輝さん

NCV「おしえて!なべ先生」に4年間 出演し、函館新聞「Let's Try 理 科実験」を13年間連載中

函館中央三著

自動車販売 力石 嘉孝









ストリートライブに 移動カフェに

快適なアウトドアに

## 函館中央三菱自動車販売(株)







**画楽** 

2012 MAR

3

No.35

#### **CONTENTS**



撮影:工藤 貴

#### [表紙の写真] 函館市電

道内初の路面電車として一世紀 以上の歴史を持つ函館市電、北海 道遺産にも選ばれており、観大 ・面館の顔として、市民の足とし て、その役割は大きい、治線には、見 どころ、味どころが集まり、普段は行 くことの少ない隠れた名店も点在す る。たまには一日乗車券で函館めぐ りを楽しみたい。 011 看板男子

013 銭湯物語

015 趣味な人

017 夜更けの料理店

018 NEW OPEN

#### 022 特集

### 路面電車でぶらり 途中下車散策

038 街角麺探訪

042 HAKO-RAKU de LUNCH

044 今すぐ食べたい絶品カレー

045 料理人が通う店

047 自宅で作る料理店の一品

049 Bread Factory

050 思いが伝わるホワイトデーギフト

067 カフェ日和

069 特別企画

歓送迎会シーズン、 会合、宴会で使いたい お薦めの料理店

076 道南秘湯めぐり

078 企画特集

温泉ホテルおすすめプラン

085 企画特集

School & Culture

090 TOPICS

093 STYLIST VOICE

102 HAKODATE SANPO

106 ENTERTAINMENT

109 SHOPPING GUIDE

111 PRESENT

113 九星気学占い・クーポン

I wish I were a bird, I would fly to you
I wish I could fly high in the sky,
I would collect stardust for you

夢見るは自由なおおぞら・・・

修理、デザイン、加工など承っています。









# 料理の道をずっと歩んでいきたい今はラーメン漬けの毎日

#### らーめん函館 武蔵

#### 山内 順さん (27歳)

が途切れることなく、 まれている一軒。 迎えてくれる。 タッフが活気ある大きな声で出 丼物など豊富なメニューで親し 近年ラーメン店の激戦区とな 元素材を使用したラーメンと つつある赤松街道にあって、 平日でも客足 いつもス

その声の持ち主、

もと客として通っていた「武蔵\_ 笑顔が印象的な27歳。もと 山内順さん ことも多かったという。しかし、 はもちろん、 ら昼へと変化するなど不慣れな めてのこと。 たが、ラーメン店での勤務は 屋などの飲食業界に携わって の学校を卒業以来10 入店したばかりの新顔だ。 「早く仕事を覚えたい」という 一心で、接客から調理まで、 味に惹かれ 生活リズムが夜か 入店当初は、 概を決 年近 調 地

理 初 N

を刻んだりと下処理から勉強

他スタッフからも「とても

ラーメンの要ともいえるスー

材料の骨を砕いたり、

野菜

運

営 K

関わる全てを担

に向かって、今日も一杯一杯に誠 仕事を、きっちりできるようにな 今の目標は「一つひとつの工程や さん。目的はもちろん勉強のため。 を食べ歩くことが多いという山内 存在となった。 がら今や店になくてはならない だけあり、半年足らずの経験な 頑 心誠意を込める。 いつかは自分の店をもつという夢 ること」と謙虚な姿勢も忘れない。 週に一度の休日は、 張り屋さん」と一目置かれる ラーメン店



カウンター、座敷、テーブル席を設けたゆとりある店内。写真右は「こってり武蔵正油」(800円)。さっぱ り系のラーメン一辺倒だった山内さんが、はじめてその美味しさに感激したという一品。

#### らーめん函館 武蔵

七飯町鳴川3-16-3 **2**0138-64-4840 11:00~15:00, 17:00~21:00 月曜定休(祝日の場合営業) P有り









函館市弥生町14-9 **25**0138-22-8231 15:00~21:00 (日曜は20:00まで) 月·金曜定休



# 祖父、 歴史と風情漂う名物 父から受け継ぎ8 銭湯 年

業し

た弥

銭湯 0)

「大正湯」。 ロケ地

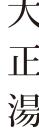
(大正3年)

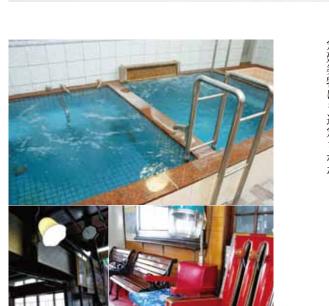
に

画

パコ 生 4

ダテ人」 一町の





掃除が行き届いた浴場には男女とも湯船が2つずつあり、ジェットバスも備え られている。昭和初期の風情漂うレトロな脱衣所。開店当初から使い続けられ ている道具や壁の広告が古き良き時代の面影を残す。

明る 当初は緑色にしたが、終戦を機に、 和2年)に建て替えた和洋折衷型。 ンク色の建物は1927年 とひとりで店を守っている。 た2代目の父・茂さんの後を継 小武典子さん。3年前に亡くなっ 切り盛りするのは3代目店主 光名所にもなっている。 洋館を思わせる可愛らし 持してきた建物を残したい ても知られ、 「祖父が建て、父が頑張って 現在の色に。1989年 いピンクベージュに塗り替 今では函 ここを 館の i V 爭 (昭 ピ 観

定建築物にも選定された。 成元年)には函館市の景観形成指

> 客 様 点 は 毎 客 出 漁 さ 必 在 家 業 検で は る ゚き 要 日 が 業 庭 を b 便利で 含め と なじ 訪 半 ほ 0) 風 手 あ 旅族と 休 気 ħ さ ど 最 呂 れ 伝 々 みの 八持 ち良 11 れ る み 賑 盛 が た て 住み つ 使 な て 常連 客 0) わ 期 少 11 7 ない į, ح 近 銭 11 足 つ な 込 たと ゃ く入っ 隣 で 幼 る。 湯 が は は 11 た典 み 毎 す 住 働 順 時代、 e V 日だが 減 0 民と観光 番 頃 11 モ v 11 お るなど、 子さん。 つ 銭 ても 掃 . う。 ッ 待 か て たが、 手 湯と 北 ら 除 卜 ち 41 「お 伝 現 b

てくれる。  $\mathbb{H}$ て も番 続けていきたい」 台 座り 笶 顏 と奮闘 で迎





本部/函館市大手町2番7号 http://www.hakodate-shinkin.jp/

# 趣

る白亜

海のリゾート

地を彷彿させ

〈今月の趣味な人〉

#### ヘアー ルルーディー オーナー 竹田 青司 さん(50歳)

#### ●プロフィール

1961年、函館市生まれ。高校卒業 後、美容師を志し、市内の専門学 校に入学。卒業後、東京の美容室 に勤め、帰郷して美容室を開業。 中道、富岡町で「D・RAY」を営み、 現在は大森町の「ルルーディー」 を経営。旅行も趣味で年2回は海 外へ旅に出る。

ヘアー ルルーディー 函館市大森町22-2 ■0120-14-3227 完全予約制



#### 絵を描く時は "無"になれる瞬間 美容師で磨いた感性を 表現したい

ました。絵画でそれらを表現でき なったのは5、 いころから絵を描くのが好き 誰に習うこともなく独学で始 美的な感性や感覚を養ってき 画制 「長年美容師の仕事を通し 作にのめり込むように 6年ほど前から。

タッチの絵画が随所に飾られて 花をモチーフとしたさまざまな るく開放的な空間を彩るように、 が制作したもので、店内は ″常設展示場″ でもある。 画はオーナーの竹田青 ルーディー」。 徴的な美容室 その明 れば」

司さん

現地のアーティストたちと交流 モチーフとした抽象画 味の店名にちなみ、 大好きなバリ島へ旅行に行き 品を生み出す。 ギリシャ語で と自由な作風で個性的 花 作品 という意 が多い。 は花を

輝き続ける。



を 聞 を楽し てからは、 中心で、「絵の具を混ぜ合わ ことで新しいインスピ がは美容 作品 ない。 昨 覚が作品に投影される。 た時が面白い」と新たな発見 った色とは違う色が偶然生 年、 かれたら が増えた。「10年後、 たり自 本通にアトリエを その 師』と言える自分にな 制作活動も活発にな 最近はアクリ 竹田さんの絵に理屈 時々 仕 事は画家で趣 のひら 触 たり Ń め せて、 職業 設 画 す き

たい」。夢を持つことを忘れず

文:宮木 佳奈美 写真:国仙 知佳子



バニラの風味を最大限まで引き立たせた、 バニラフレッシュクリームをトリュフチョコで 包み込んだチョコレート。

(15個人) 1,260円



スウィーツけやき お問い合わせ/☎0138-26-3350



生クリームとチョコを使った キュートな「おうまさん」顔のロールケーキ。 あっさりとした味わい。

(1ロール·10cm) 1.575円



函館カフェショコラ お問い合わせ/ 20138-33-5050



やわらかい雪に包まれた ほんのり甘いスイートポテトと 濃厚なホイップクリームのしっとり大福。

(6個人) 1,000円









ピスタチオチーズケ・

北海道の大地に積もる新雪のように、 ふわっととろける優しい口溶け のチーズケーキ。



(1ホール)945円

昭和製菓株式会社 お問い合わせ/☎0138-50-8080



角切りマンゴー果肉がたっぷり入った濃厚プリン! 開けた瞬間に広がるマンゴーの濃厚な香りと、 自然な甘さがたまらないマンゴープリン。



**(6個人) 2,850 四 送料無料** 

中国料理 頂狼飯店 お問い合わせ/☎0138-30-8777

ネットショッピングモール



ISAN ICHIBA

北海道の名産品・特産品を全国へ!

#### http://www.meisanichiba.jp





# 4夕更けの料理店

#### 旬彩居酒屋喜創(きそう)

#### ビール党に焼酎派、ワイン好き 食道楽も満足の和洋折衷料理

ていたが、「日本の四 な品々を生みだしている。 の技を高め合いながら日々独創的 2人の料理人。和食と洋食、 り・姿で感じられる料理を提供 の店でそれぞれ の腕を振るっ 季を味わ かつて 互 洋

りの話題店だ。品書きには 区に、昨年12月にオープンしたば 数多くの飲食店がひしめく五稜郭地 メッセージが書かれ、 いがひしひしと伝わってくる。 てお客様の喜びを創る〟という 房に立つのは、若き和・ れる70 料理への熱 ″食を诵 を立ち上げようと意を一つにした。

せる、深夜の貴重な一軒だ。 好みの食材やベースを伝えればメ 締めはトマト、塩、 常時約40種と品数も豊富で、その美おすすめ」からぜひ選んでほしい。 忘れない。和食党も洋食党も満足さ きる限り作るなど、客目線の姿勢も ニュー以外のオリジナルパスタもで から選べる日替わり「夜パスタ」で。 しい盛り付けにますます箸が進む クリームベース

など様々な方法で調理する「本日 上質な素材を、煮る、焼く、揚げる

店内奥の30人以上が収容で きる座敷は、子ども連れにも おすすめ。ふかふかのじゅうた んや座り心地の良いクッショ ンなど、「長時間くつろげるよ うに」と配慮されている。





(上)手前の「ササミのタタキアボガドクリーム」(600 円)は、北海道厚真(あつま)町産の名産地鶏「桜姫 鶏」を使用。アポカドと生クリームのなめらかな口あ たりが絶妙。奥は、「トマトと茄子とチーズの牛バラ包 み焼和風ソース」(850円)。火を通したトマトとナス、 チーズを牛肉で包み、ポテトソースで仕上げる。(中) 3種のディップを、パリパリの皮に付けて食べる「喜 創風カナッペ」(550円)は、酒のつまみにぴったり。 (下)厨房はオープンキッチン式。飾り付けに花をあ しらうなど、細かな部分にも気を抜かない。



函館市本町9-14 マルサビル1F **☎**0138-55-5597 18:00~翌3:00 日曜定休(団体予約の場合は営業)

料理は、その日に仕入れた新鮮で

自分達の店

そば

北斗市開発

そば

函館市川原町

とんかつ

七飯町大川

#### そば処 **寿庵**





#### 安さとボリュームで満足 できたての味をぜひ一度

7種類の野菜の天ぷらを豪快にのせた「野菜畑のカレーそば」(750円)がおすすめ。自慢の天ぷらは注文を受けてから作るため揚げたてが味わえる。そばやうどん、丼物のほか、「ミニ天井・そば」(850円)などのセットものも充実。通常サイズのそば(180g)が付きボリューム満点と人気が高い。店内には小上がりがあり、家族連れでもゆったり過ごせる。

北斗市開発98-2 ☎0138-77-6255 11:00~20:00 不定休 P有り



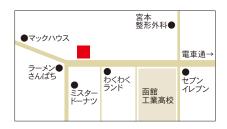
#### そば処 **のとや** 川原店



#### そば、丼物のセットが人気 会社員、家族連れもお気軽に

ごまそばでおなじみの「のとや」の味を提供。単品のほか、ボリュームたっぷりの天井や親子丼などの丼物とそばのセット(780円~)が揃う。エビ天やイカ天をのせたおにぎり2個とそば(温または冷)が付く「天むすセット」(850円)もおすすめ。店内にはカウンター・テーブル席、小上がりがあり、サラリーマンから家族連れまで幅広く利用できる。

函館市川原町8-13 20138-51-0102 11:00~15:00、17:00~20:00 不定休 P有り



#### 和風とんかつ専門店 とん悦 七飯店





#### 創業40年 老舗の味わいを七飯町で

昭和46年創業の同店が、七飯町に姉妹店をオープン。やわらかく軽やかな食感の"カツレツ揚げ"、さっくりとした衣とジューシーな肉汁がたまらない"サクサク揚げ"の2種類のとんかつが特徴で、いずれも多くのファンに愛されている。つけだれは2種あり、毎回さまざまな味わいを楽しめるのも嬉しい。おすすめメニューは「ロースかつ重」(940円)。

七飯町大川3-3-2 20138-64-4233 11:30~14:30、17:00~21:00(20:30L.O) P有り 月曜定休



#### 丼ランチ・ダイニング

#### 函館市千代台町

#### 鳥 函館市松風町

## eat in coffee Three happiness



#### ホッと一息つける店 体に優しいおふくろの味を

自家製野菜や契約農家の米、大分県直送のユズ味噌やカボスなど厳選食材を使った料理が自慢。ランチには和定食(700円)やパンセット(パン代+380円)、「ゆずピザ」(1人前350円~)など栄養士でもある山本店主が手間暇かけ、塩分や糖分を控えた年配者も楽しめるメニューが並ぶ。ほか、富岡町のパン店「こすもす」のパンや惣菜、民芸品も販売する。

#### 函館市柏木町4-15 下宿 花まる1F ☎0138-33-3300

6:45~8:00·11:30~20:00(ランチは11:30~14:00) 日曜・祝日定休 P有り



#### #ランチ&ダイニング **いちの屋**



#### 昼は丼ぶり、夜は創作居酒屋料理 2つの顔を持つカジュアル料理店

ランチは、好きな丼ぶりや生パスタを選べる「2色どんぶり」(サラダ、みそ汁、コーヒー付き720円~)を提供。その組み合わせ30通り以上!ディナーは、自慢の天ぷらなど和食を中心とした創作居酒屋に変身。ポップなカフェ風の店内には、キッズルーム座敷もあるのでママ会にもおすすめ。今なら、「函楽を見た」でソフトドリンク1杯サービス中。

#### 函館市千代台町17-2 ☎0138-76-6360

11:30~14:30、17:30~23:00※各30分前L. O 日曜定休 P有り



#### <sup>焼鳥</sup> けいちゃん



#### 大門横丁から移転した焼鳥店 全国の梅酒も豊富

店舗を拡張するため移転した同店。"けいちゃん"と呼ばれ飾らない人柄の店主が笑顔で迎えてくれる。メニューは鳥肉料理が全般で串焼きを中心に日替わりメニューを取り揃える。人気は脂の臭みが少なく食べやすいと評判の岩手産「鳥もも串」(140円)など。宴会は3,500円~で120分飲み放題付き4名から受け付ける。

函館市松風町6-14 ☎090-2876-0054 17:00~23:00 火曜定休 P有り

←函館山		JR函館駅	万代町→
lit - to C		国道5号線	
	棒二森屋 アネックス	ワコー	7,0
棒二森屋 立体駐車場	棒二森屋本館		高砂通
ローソン●	ケンタッキー●	大門村	
	<b>■</b>	ーガルシュー	-ズ
渡島信用金庫●			



整体

函館市中島町

ベーグル

函館市本通

たこ焼 手羽先

北斗市七重浜

#### ボディコンフォート GAISU (ガイス)





#### "こりぐせ"を和らげ 心身の疲れをリセット

もみほぐし・整体・ストレッチをミックスした東洋、西洋のリラクゼーション手技で、体が記憶してしまった "こりぐせ"をリセット。慢性的な痛み・こり・むくみ・しびれを改善へ導く。30分2,000円、60分3,000円、90分5,000円の3コースで出張施術(旧市内)はプラス500円。カフェのような落ち着いた空間で心身をリフレッシュしては?

函館市中島町6-4 サンリフレ中島1F **25**080-4041-5885(予約優先) 10:00~21:00 不定休 P有り(来店時に問い合わせを)



#### ベーぐる屋 モ**ラン**



小麦が香る モッチモチのベーグル

モチモチ食感にこだわり、道産の小麦粉と 天然酵母を使って焼き上げたベーグルを販売 する。小麦の甘さ際立つ「プレーン」(130円) をはじめ、「チョコチップ」(170円)、「チーズと黒こしょう」(180円)、「ツナカレー」 (150円)など、約7種類を日替わりで用意。 ほか、「シフォンケーキ」(1ピース120円)、 「マフィン」(120円)も取り揃える。

函館市本通1-24-3 四0138-56-2555 11:30~17:00 日·月曜定休



#### たこ焼 手羽先 あかまる AKAMARU



店主こだわりの ホットなメニューをどうぞ

いちおしは「黒手羽」と「白手羽」(各1本80円)。「特製タレを使い完成させた、異なる2種の味わいを試してほしい」と店主。「たこ焼」(6個350円)や、「串物」(1本50円〜)も用意している。店内飲食も可能で、ソフトドリンクからアルコールまで取り揃えており、家族連れにもおすすめ。熱々を味わいながら楽しい時間を過ごしませんか?

北斗市七重浜4-29-3 **雪**0138-49-1337 平 日14:00~24:00 土・日・祝日12:00~24:00(営業時間の変動あり) 火曜定休 P有り(1台)



白を基調とした内装デザインで商品が見やすく、 広くゆったりと商品を選べる店内となっております。

PORSCHE DESIGN

VEЯŖĘ a Vin

GUCCI

Chloé

取扱



オリジナルブランド ヴェール ア ヴァン』は 函館では当店でしか手に入りません。



万はスタッフまでお申し付けください。 も無料体験出来ますので試して見たいという ない、どんな感じか分からないという方で

側にない商品でもお取り寄せできる場合があり め有名ブランドも多数取り揃えております。店 ますので是非スタッフまで相談くださいませ。 オリジナルブランド『ヴェール ア ヴァン』を始

# 座セカンドショップ

料チェック出来ますのでお気軽にお立ち寄り その他、『遠近両用』『中近』など掛けたこと また、視力検査・補聴器の聴力検査なども無

#### HOLMESEWOTSON

GIORGIO ARMANI

D&G

POLICE

**PRADA** 

*Silh*ouette

42AL

BVLGARI

MASAKÏ MATSUSHÏMA

#### クリアランスセール実施中!

期間:2/5~2/29

新生活応援として今回ホームズ&ワトソン函館店では セットメガネを中心としたフェアを実施しております。 また購入予定のない方も お気軽に視力を測ることができます

- 12,600<sub>円</sub> ●単焦点セットメガネ
- 26,750<sub>円</sub> ●中近セットメガネ
- ●遠近両用セットメガネ 31,500<sub>円</sub>

函楽見た』で

- 2 15,750円(税込)以上の お買い上げの方、 1,000円割引!

#### 聴器フェア 開催:



補聴器も多数 取り扱っております。



開放的な店内は、まるでカフェやサロンのよう。 落ち着いた雰囲気のなかで、 ゆっくりお気に入りを選べる空間を提供。



ホームズ&ワトソン



函館市梁川町10-25 テーオーデパート2F TEL0138-56-4053

営業時間:10:00~19:00 定休日:不定休(テーオーデパート様と同様)



株式会社 山一屋(本店)

T060-0061 札幌市中央区南1条西7丁目19番地 TEL.011-281-6536 FAX.011-271-0218













# 路面電車でぶらり

# 途中下車散策





ガタゴトと揺れながら沿線を行けば

とっておきの寄り道スポットに出合えるはず









文·写真:佐藤 史子 宮木 佳奈美 地本 梨乃 国仙 知佳子

#### ●やき鳥 かねまる

入りやすい店として親しまれている。

「皆さんに喜んでもらえる地域 に密着した店にしたい」と2人。 お通しは無料で焼鳥1本80円 。人気は「みそホルモン串」 (120円)や「とり皮」(90円)。宴





#### 人のぬくもりを感じる 商店街ならではの楽しみが





#### ●バザール湯川

交い独特の風情が漂う。

湯の川終点近くの生鮮市場「バザール湯

は1982年に現店舗の隣で創業し、

泉街でもあり、観光客と函館市民が行き

オレンジと青色の看板が目を引く。「コ ミュニケーションを取りながら良い物 を安く買えるのが対面販売の良さ。魚 をおいしく食べてほしい」と組合の理 事長も務める中西さん。今時期はヤリ イカやマス、ババガレイが旬。調理方

法や値段など気軽に相談を。

定食など豊富に揃え、 今は時代に合わせてラーメンや洋食系、 ながらそばを打ち、 日の湿度や気温に合わせて水分を調整し けられている」とママ。店内はいつも和 惹かれ、女性のひとり客や家族連れも多 とマスターの佐藤さんの気さくな人柄に 方客も増えた。焼鳥のほか、 鳥かねまる」は赤い提灯が目印。 だ製法を守り、変わらない味で提供。 温泉街で65年続く「そば処やたら家・ かな雰囲気に包まれている。 冬はおでんも提供。ママの藤本さん 「良いお客さんばかり。皆さんに助 同じ並びにある湯川店と2店舗 ″湯の川銀座通り″沿い 3代目の岩崎康彦店主はその 地元の人に加え、 ダシや返しも受け継 老若男女が気軽に 刺身や焼き 口コミの遠 0) 開店か

# 湯の川温泉電停

めく湯の川地区。全国的にも知られる温 古くからの商店と新しい大型店がひし





みに今日も元気に店に立つ。

る。「おいしかった」と言う客の言葉を励

魚がずらり。「もっと魚を食べてほしい」と、 西鮮魚店」には前浜で揚がったばかりの鮮 靴修理店が営業する。中西さんが営む「中 年前移転オープン。現在は鮮魚店2店と

この道48年の経験と勘で良質な魚を仕入れ

#### 本店は岩崎店主と娘の 有希さん、湯川店は奥さ んの英子さんが営む家 庭的な雰囲気。「安くて、 おいしいものを提供した

●そば処 やたら家・本店

い」と妥協せずコツコツと 営業してきた。この季節 は大ぶりのエビ天がのっ た「特上なべやき」(950 円)が人気。



#### 温泉、グルメ… 地域に愛される 憩いの場所

#### ●湯巡り舞台「足湯」

2007年にオープンした足湯。湯の川温泉を 気軽に楽しめる函館市民の憩いの場にも なっている。半身浴のように体の芯からあた ため、心身ともにリラックスできるので、湯の -休みしませんか。 川の散策途中、ちょっと





主に聞いてみよう。歴史や価 値など丁寧に教えてくれる ので、その物の良さや価値が ぐっと引き立ちお気に入りの 1つになりそう。「古いものに 触れて長く使い続ける心を 感じられる人が増えればい い」と店主。

#### 穴場的店が点在 お気に入りを見つける楽しみを



の食材を使った一品料理も豊富に味わえる。 出向き、こだわり抜いた魚介類の握りや旬 んとお母さんで店を切り盛り。

毎朝市場に

は昭和45年に創業。2代目の秋田谷真一さ うど中間に位置する「すし居酒屋 金八鮨

市民会館前電停と駒場車庫前電停のちょ

#### ●すし居酒屋 金八鮨

手頃な値段で寿司が味わえ ると好評のランチタイムは. おすすめの「金八握り」や「生 ちらし」(各690円)を味わえ る。宴会コースは3,500円 、2時間飲み放題はプラス 1,500円で用意。「居酒屋感 覚で来てください」と気さく な大将。





めるエリアだ。 る焼鳥屋や居酒屋など味がある飲食店も多 入れば閑静な住宅街が広がり、古くからあ ラブなどが電車通り沿いに並ぶ地区。奥に 大型スーパーや函館競馬場、スポーツク 繁華街まで足を運ばなくても十分に愉し

生花店1軒と計4軒の店が連なる。場所 国町にある水産会社ということもあり手頃 と小上がりを用意。経営しているのが上ノ 着いた和の雰囲気の店内にはカウンター席 ばな」。新鮮な刺身からおばんざいまで愉 徒歩2分のところにある「居酒屋たち いる。市場内には鮮魚店2軒、青果店1軒、 プ柄の屋根が昭和の雰囲気を醸し出して な価格で旬の魚介類を味わうことができる。 しめると食通の大人達が足繁く通う。 **木魚菜市場**」が見え、赤と青のストライ 自衛隊前通りに位置し深堀町電停から 深堀町電停に立つとすぐ目の前に「柏 観光客は少なく地元の常連客が中心。

柏木町電停



#### ●柏木魚菜市場

感じられるだろう。

質感が一点一点異なりその時代の背景を

買い取りを行う。

色や形

が圧倒的な存在感を醸し出す。

尊徳堂

古道具や着物、

掛け軸など数万点を

左手に、屋根の上に乗った大きなダルマ

湯の川方面から柏木町電停に向かうと

入口すぐにある10 tもの大きな水槽が目を引く。約10種類の魚が遊泳し、市 場から毎朝運ばれるホッケやヒラメなど新鮮な魚介類を豊富に取り揃える。 気に入った魚を刺身や切り身などにその場でさばいてくれるのも市場で買い 物をする醍醐味のひとつだろう。



# 素材の持ち味を生かした料理 厳選されたこだわりの鮮魚と



「活あわびとウニの黄金焼き」 (2,000円)を好みの酒でゆっ くりと味わいたい。新鮮で独特 な甘さとコクがあり、そのほと んどが築地に出荷される一級 品のウニを堪能できるのも同 店ならでは。酒の種類も豊富 に取り揃えており壁一面には 多くのボトルがキープされファ ンの多さを物語っている。







#### ●本町市場

創業から50年、函館市民には言わずと知れた地域に根差した市場。お中元、お歳暮の時 期が最も混み合うという。生鮮以外も充実し、干物・海産珍味専門店「岩橋商店」の筋子 やタラコ、塩鮭、「川崎商店」の手作り漬物も人気が高い。次の金曜祭は2月24日開催。



函館の中心地様々な業種・人が集まる

#### ●フィールレコード

夜になるとネオンサインが光り、大きいガ ラス窓から中の様子がうかがえるため、 初めてでも入りやすい。レコードは定番か らレア盤、コアな曲まで2,000枚以上と音 楽ファンにはたまらない品揃え。近日中 にお茶を飲めるスペースもできる予定





電停

える五稜郭周辺。 本町の繁華街を中心に大型ビルやマン

ションが立ち並び、ビジネス、遊び、 療と人々が集まる函館の中心地として栄

ード」は2年ほど前、

ジャズやヒップホップ、R&B、ソ

中古レコードショップ「フィー

旬の食材で作る、市場の手料理、を無料 ら手頃な商品までニーズに合わせて選べ 毎月月末の金曜日に「金曜祭」を開催。 るのが魅力。今は年4回の特売のほか、 てほしい」と同市場理事長の石橋さん。 漬物、干物、花と何でも揃う「本町市場」。 し、お気に入りの一枚を見つけたい。 人も気軽に来て市場の雰囲気を味わっ 元客が大半を占め、 鮮魚をメインに、肉や野菜、果物、豆腐、 各店特価品を販売。 贈答用の高級品 「初めて

もが落ち着ける雰囲気。じっくりと品定

客層は10代~60代までと幅広く、

誰

付けたレコードやCDが所狭しと並

店内には工藤直店主自ら欧米で買 ロックなど多彩なジャンルを取り

午後のひととき、2階から街の風景を眺 はないので、気軽に楽しんでもらえれば イメージがあるようですが、そんなこと 新茶が楽しめるため、 ながらのんびり過ごしたい。 焼きたてワッフル&紅茶のお店「ルフ スリランカから直輸入の香り高い 一杯心を込めて入れる岡元店主。 「紅茶は作法が難しいという 紅茶好きの女性客

#### 街の喧騒が心地良い 昼夜愉しめる飲食店街



#### ●紅茶専門店 ルフナ

紅茶が付く「焼きたてワッフルセット」(各998円)。注文を 受けてから焼くワッフルは、外はサクサク、中はふんわり。 ランチタイムにはホットサンドイッチと紅茶のセット (998 円)も提供する。寒い季節は体が温まるジンジャーやマサ ラなどのスパイスティー(各680円)がおすすめ。茶葉や ティーグッズの販売、紅茶教室も行っている。









今金町産小麦粉「春よ恋」100% の「北海道ブレッド」 (340円) や、 しっとり「食パン」 (3斤540円) な ど、常時20種類ほどが棚に並 ぶ。店内では本店「ヨシダのお菓 子」の和洋菓子も販売。店頭で は毎日パンの特売もしており、 続々と客が訪れる。



り切れ御免。発酵バターを巻いた「バター手巻」 (90円)もぜひ試してみてほしい。

ジネスタウン。一方で、

地

元に根付

や法務局などの

公公的

機関が集まるビ

川に架かる昭和橋

近辺は、

裁

庶民派の店も点在。さまざまな顔を

握り7貫といなり寿司、鉄火巻きが付いた「ラン チセット」 (500円) が一番人気。 「ほっきひも」や 「たこ頭」「さけ背脂あぶり」など珍しいネタは売

ゲちゃんすし」。この道33年のきさくな

大将がリズミカルに握る寿司は、

まま生で食べてみて」と吉田会長も太鼓

立ち食いのできる寿司店「シ

トーストではなく「まずはその

ころぶしあわせの味だ。 尾まであんこたっぷり。 焼きを販売している。

思わず顔

が

頭から尻

鯛」「あいされ鯛」などユニークな商

産地消をモットーに、

「楽しま

館市

本町から昨年11月に移転したば

か

り詰めて煮た「きんちゃく」や自家製 使って作る豆腐は、その歯ごたえやコク ほとんどが売れ切れてしまうほど。 カラ炒め」など総菜も人気で、 が専門店ならでは。揚げに具材をたっぷ てほしい。その隣り「堂守豆富店」は、 ターの多さも納得。出来たて寿司を味わっ 「停すぐ側の「はあ~と鯛焼」 甘 代続く老舗豆腐店。 からとは思えない美味しさで、 いものが恋しくなったら、 濃度の濃い豆乳を 夕方に <u>~</u> リピー 歳 函

#### ひとつからでも大歓迎 手作りの良さを実感する



#### ●はぁ~と鯛焼 総本店

ハネ付きでずっしりとした鯛焼きは120円から。 つぶあん、クリーム、お好み焼き、ハムチーズ、 オーガニックパンプキンの5種類で、ハート形が 可愛い「ハート焼き」(ミルクチョコ、5個150円)





ともっちりとした食感の食パン類が特に

麦粉「春よ恋」を使用したパンは、

しまれている廉売唯一のパン店。 **「フレッシュベーク ヨシダ」は、**  市内有数の店舗数を誇る賑やかな市場。

40 年 親

言わずと知れた「中島廉売」は、

#### ●堂守豆富店

豆腐(絹ごし、木綿各175円)は、 容量たっぷり約500g。一枚一枚 手揚げする「油揚げ」(1枚185 円)は、崩れにくく味が良くしみ るため「鍋や煮物に特におすす めです」と3代目の堂守信行さ ん。2代目の両親と親子3人で、 家の味を守り続けている。



始まりだという「はこだて自由市場」。

グリーンプラザ付近にあったヤミ市

:果、花、食事処などが揃う ´函館の台

として、料理人から主婦まで連日多

から6年以上経った現在では、鮮魚、



旬のヤリイカの「子持ちイカ」は、 魚店」は、市場唯一のイカ専門店。今が 仲良し家族4人で切り盛りする「富田鮮 くの客で賑わいをみせている。

創業65年、



3日間、塩とワタのみで漬けた 自家製「イカの塩辛」は、コリコリの「足」(200円) とやわらかな 「身」(500円)の2種類を用意。 甘口の塩加減が、人気のポイン トだという。ほか、イカめし用冷 凍イカなどもある。

#### ●中村鮮魚店

「脂が乗った今が一番美味しい」というマスは、「大」と「大大」だけを入荷。刺身用サーモンや紅サケ、ハラスにイクラ、スジコ・・など、サケ・マスに関する生ものは全て用意。毎年6月頃には高 級品「トキシラズ」、11月頃には幻の「鮭児」など、ほかではなか なか目にしないものも取り扱う。



界にどっぷりと浸りたい。 スター自慢の逸品を味わってほしい。

供するという徹底ぶりだ。「市場全部がウ チの冷蔵庫」と、気さくに語ってくれるマ 岳の湧き水を使用、挽きたて淹れたてで提 まさに市場の憩いの場。コーヒーは、七飯 も、、市場モノ、は一味違ったものになる に違いない。「coffee マルシェ」は、

の直筆サイン入りレコード。蓄音機やラ るほどジャズに精通したマスターが営む。 ン・コルトレーン、マイルス・デイビス バップ」。専門誌「ジャズ批評」に寄稿す その裏手、中央郵便局並びの「cafe 懐かしさを感じずにはいられないは コーヒーを飲みながら、 アンティークなどが飾られた店内 大御所セロニアス・モンク、ジョ 音楽の世

#### ●coffee マルシェ

食事メニューは、断トツ人気の「銀 だら定食」や「刺身定食」などの シーフードのほか、カレーやステー キ、麺類など驚くほどバラエティー 豊か。写真は日替わり定食(650 円)で人気の「タンドリーチキンon ドライカレー」。食後のコーヒーは通 常の半額の200円で提供するほ か、飲み物やデザート類はテイク アウトもできる。





いてくれる。家庭の食卓でお馴染みの魚 父子が、慣れた手つきで希望の形にさば 2代目の中村謙二さん、3代目嘉男さん スのプロフェッショナル。注文すれば、 め向かいの「中村鮮魚店」は、サケとマ おすすめのイカ料理を聞いてみては?斜 に卵をからめれば酒のつまみにぴったり。



迎えてくれる

やさしく人々を

カフェはいつでも

#### ●cafe バップ

3年半ほど前に函館市本町よ り移転、ロイヤルブルーの壁 が印象的な「バップ」は創業 して42年。店内には、ジャズ メンたちから送られた手紙や 希少なレコードなど、ここでし か見られない品がたくさん。 禁煙なのでご注意を。









# ●函館豚カルビ ホルモン研究所

カウンター席とテーブル席、小上 がりを用意。牛の胃袋「ハチノ ス」(490円)などやわらかい食 感のものから、弾力が通にはた まらない「塩ホルモン」(300円) など様々なホルモンを取り揃え る。宴会コースは飲み放題込み で3,500円~とリーズナブル。

を愉しむもよし、ビール片手に心ゆくま

人ゆっくりと味わうもよし、宴会コース

でホルモンをつまみたい。

るのも魅力のひとつ。カウンター席で一 ぱっぴぃ」など珍しいホルモンが味わえ

迎えてくれる函館駅前電停そばの「喫茶

会話好きな名物マスター・山際さんが

さふらん」。孫を連れてやってくる馴

るオールディーズ音楽など、

全てが40年 店内に流

み客やテーブル型ゲーム機、

以上の歴史を物語る。ナポリタンやオムライ

スなど、これぞ喫茶店、というメニューを味

ながら待ち合わせしたり…。函館駅利用 わったり、自慢の自家焙煎コーヒーを飲み

一度足を運んでみてほしい。

3杯目からは自由に…中国茶の奥深さを 淹れてくれる。 1杯目は香り、2杯目は味、 取り揃え、本格的な中国茶法で目の前で 烏龍茶」など台湾産の茶葉を2種類余り さん。現在では「花龍吐珠茶」や「凍頂 ミン茶に感動したという店主の三浦恵子 いカフェ。15年ほど前に出会ったジャス **莉花**」は、中国茶を扱う函館では数少な 所変わって市役所前電停。「cafe

立ちあがる煙が食欲をそそる香ばしい香りと

円のホルモンを中心に豚の乳房部分「おっ モンだけでも2種類取り揃える。 館豚カルビホルモン研究所」は、 などが立ち並び賑わいを見せていた大門 区。ホルモン好きが夜な夜な集う「麻 かつては喫茶店や映画館、 3 0 0

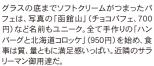
#### 昔ながらの喫茶店と マダムが営む中国茶サロン



●cafe 茉莉花(モーリーファー) 可愛らしい茶器は、眺めている だけでも楽しい。「読書したり、手 紙を書いたり、"ゆっくりできる場 所"と感じて頂けたら」と店主の 三浦さん。実際、長居する客も多 いという。食事メニューは予約す るのがおすすめ。



#### ●喫茶さふらん

















#### 豊川稲荷神社

文久年間(1861~1864年)創建、150年以上の歴史 を持つ神社。昭和9年の大火までに4回火災に見ま われるも、芸妓たちが献納した石灯籠や代々受け 継がれている提灯など、時代を物語る品が数多く

年7月22日の例祭日や大晦日には、

近隣

ンしたばかりの

民で賑わいを見せる。

昨年11月にオー

B L 0 0 M ロッパ風

トリエローain」。

日



布製品やアクセサリーを製作している砂原いずみさんとプリザー ブドフラワーデザイナーの渡辺友子さんが2人で営む。店内はロマンティックなムードたっぷり。商品は全て一点物で、バッグや小物、 インテリアなどをオーダーすることもできる。

# 商人の繁栄を願い続ける

お宮が守る港町

西部地区で非日常の時間を満喫できる。 シュフロム ンダイナースタイル、。異国情緒あふれる 古き良きアメリカを彷彿させる、アメリカ ある広小路沿いの 「ジョリジェリフィッ

業の老舗レストランを現在の経営者が引き 同店の代名詞ともいえる人気メ 店内は船のデッキをイメージした 「ステーキピラフ」(1200円) カリカリ」。 1982年創

ポップ・ナチュラル系までさまざま。 たどったデザインはアンティーク風から わず顔がほころぶ。 辺や棚の上にそっと飾るだけでインテリ のアクセントになる癒しアイテムに思 ッル」は動物をモチーフとした雑貨を 宝来町電停に近く、 アクロス十字街向かいの 犬、鳥、 高田屋嘉兵衛像 ウサギなどをか 「雑貨のお店 窓

# 寄り道が楽し 栄華の面影残す旧 V 市街

地

レゼント探しに利用したい

プ兼アトリエで、

ホワイトデー テリアを

小物やイン

扱う



として、時代を超えて多くの人々が行き

現在は観光には欠かせないスポット

かつては商業の中心地とし

|川町の名前の由来になった「豊川稲荷

商売繁盛の神を祀るお宮。

毎

その函館駅寄りの魚市場通り。

犬・猫・鳥を飼う動物好きのオーナー松澤のり子さん が営む。売れ筋はハンドメイドの木の置物や猫シリー ズ、かわいらしい小鳥のクリップなど。函館の作家の





#### ●ジョリジェリフィッシュ フロム カリカリ

2007年3月に「カリーハウスカリフォルニア」と統合し、現在の店名に。 スープカレーなどの新たなメニューも充実し、バーとしても使い勝手が 。「ステーキピラフ」はチキン、上ノ国産フルーツポークにもできる。





電停

函館どつく前と谷地頭行きの分岐点と

# 電停

山側へ向かうと函館公園が見えてくる。 然に抱かれた園内にひっそりと佇むのが

市立函館博物館」。ここでは歴史、民俗、

美術、自然等の2万点以上の資料を

もよく知られる通り。青柳町電停で下車し、

青柳町へと続く坂はCMロケ地として

#### 公園の散策がてらふらり立ち寄り 函館の歴史、文化に触れる





#### ●市立函館博物館

館内では2階第1展示室の手前に鎮座する重要文化財 の志海苔古銭が目を引く。この展示室内には薪(まき) ストーブやちゃぶ台などが並び、昔の生活様式が伺え る。3階第3展示室では明治12年に開拓使函館仮博物場 として開場した当時に飾られた動物や魚類のはく製な どを見ることができる。

両店とも細かな要望にも気軽に応じてく が営業。毎朝、新鮮な魚介類を入荷する から構える「谷地頭廉売」では現在2軒 息づかいが聞こえてきそう。 からこの辺りに住む地元の人々の生活の 沿いには昔ながらの商店街があり、 終点・谷地頭電停。函館八幡宮への参道 秋葉鮮魚店」、その向かいには旬の野菜 親しまれている。 電停と目と鼻の先にある「市中屋」は 果物を取り揃える「八百屋かくさん」 函館山の麓に広がるのどかな町にある 近所の人や元住民ら家庭の主婦たち 豆腐や卵などの食品も販売する。 50年以上前 古く

た時間が流れる街並みの中で優しい味に りに足繁く通う人が多い。ゆったりとし 名物で、「やっぱりこの味」と言わんばか 黒糖入りの「べこ餅」と「串だんご」が 和9年からこの場所で営む。創業はそ 4代続く老舗のお餅屋さんだ。

れてみてはどうだろう。

いる。函館の歴史や芸術文化の奥深さに触 町出身の書家・金子鷗亭の作品を展示して あり、3階第2展示室では3月末まで松前 箱館戦争関連の資料、昔の生活道具などが 収蔵する。 2階第1展示室には縄文土器や

#### ●市中屋

3代目の市中益雄さん、長男で4代目の 貴浩さん親子が代々受け継がれてきた 技術で一つ一つ手作りしている。作りた ての餅菓子は出来上がった順番にショーケースに並んでいく。看板メニュー のべこ餅は1個115円。



#### ●秋葉鮮魚店

店頭に並ぶ魚は近海物ばかり。客の希望 に応じてその場でさばいてくれるほか、そ の魚に合った調理法を丁寧に教えてくれ る。店頭にないものはなるべく翌日に用 意したり、少量から配達してくれたりと地 域密着型の市場だ。



# 感じる人の温かさに どこか懐かし い街並ら

市電沿線に延びる坂下の街、

函館の 極上ランチ最高のロケーションで 良さを再発見する

も可能。目で舌で、函館のハイカラを存

#### ●レストランウイニング

佇まいの

和洋食経験の豊富な三浦太総料理長が率いるレストランは和テイストの 創作フレンチを主体としながら和食メニューも充実し、幅広い年代が訪れ る。「おすすめプレートランチ」は鹿肉のメンチカツなど4品にサラダ、スー プ、パン、デザートが付く本格洋食を気軽に味わえるセット。





を見下ろす絶景ポイントとして人気を集 などリッチな気分に浸れるセットも登 産食材を中心とする旬の味覚を取り入れ 夜はムード満点の夜景が眺められる。 物が建つ趣のある街並みに溶け込むよう たメニューを提供し、 線路を挟むようにいくつかの伝統的建造 に、そびえ立つウイニングホテル。 おすすめプレートランチ」(1500円) この「レストランウイニング」は函館湾 優雅なひとときを約束してくれる。 晴れた日の昼は駒ケ岳まで望め、 ランチタイムには 道

草分け的存在の「ピザ」 界を紹介する資料が展示されている。 蔵され、 大正15年に建造された旧日本銀行の建 ちる名物「パングラタン」 今も変わらぬ味で人々をもてなす。なめ 部地区らしい、洋食店「ウィッシュボー 跡をたどる国内外でも希少な資料が ランティアの説明員による解説、 か絶品ホワイトソースに思わず頬が落 道25年以上の店主・鈴木扇三さんが レトロなパステルブルーの佇まいが西 館内にはアイヌなど北方民族の足 細工等の体験講座も受けられ、 生活文化や信仰などの精神世 函館市柏木町から移転、こ 楽しめる学びの場だ。 はテイクアウト 函館では 見 切 収

基坂の麓に建つひと際重厚感のある 「函館市北方民族資料館」は



#### ●レストハウス ウィッシュボーン

エビかチキンが選べる「パングラタン」 は単品850円。ランチタイムはコーヒー または紅茶付きで1,050円で提供す る。サイドメニューでは、たっぷりの野 菜にポークソテーをのせた「ウィッシュ ボーンサラダ」(2人前、900円)が隠れ た人気の一品。





#### 函館市北方民族資料館

館内は7つの展示室に分かれ、明治6年に開かれたウィーン 万博への出品に向け道内で集められた貴重なアイヌ民族資 料や、開拓使が収集した北方民族資料を収蔵する。ボラン ティアの説明員が常駐し、丁寧に解説してくれる。



異国情緒を感じるベイエリアで 歴史と文化に親しむ



#### おふくろの味に魅かれる 知る人ぞ知るランチスポット





#### ●お食事処 おばんざい村かみ

廻船業者の信仰が寄せられていたという。

電停から山側へ少し行くと「おでんや

して地元漁業者のみならず、全国各地の建てられたもの。古くから海の守護神と

2008年8月にオープンしたおふくろの味を提供する食事 処。昼は会社員から主婦まで幅広い層が訪れ、ランチタ イムを過ごす。好きな惣菜2品を選べるセット(ご飯、みそ 汁、コーヒー付き)は650円。ご飯は1杯までおかわり無料。

現在の建物は大正4年(1915年)に

は慶応2年(1866年)に現在地へ移り、在する。電停の目の前に建つ「厳島神社」

界隈には古き良き時代を伝える建物も点





# →大町~

漁師町の風情が色濃く残る大町・弁天地 、大町電停から徒歩3分、住宅街の一角 区。大町電停から徒歩3分、住宅街の一角 区。大町電停から徒歩3分、住宅街の一角 区。大町電停から徒歩3分、住宅街の一角 区。大町電停から徒歩3分、住宅街の一角 と店主の村上照子さんが笑顔で迎えて くれ、ほっと和む。カウンターには揚物、 大力をと言葉の村上照子さんが笑顔で迎えて くれ、ほっと和む。カウンターには揚物、 は物、サラダなど常時8品ほどの物業が並 が、、ドアを開けが人気で、「おばんざいセット」(800 円)は惣菜全種類とご飯、みそ汁、コーヒー 円)は惣菜全種類とご飯、みそ汁、コーヒー 一件きで好評だ。気さくな村上さんとの会話 も楽しく、初めてでも常連気分になれる。 終点・函館どつく前は函館で最も早く 終点・函館どつく前は区のでよれる。

海明」が見えてくる。昨年10月末に開店したこの辺りでは新しい店で、近所に住したこの辺りでは新しい店で、近所に住を幸土千佳子さんが母親と2人で営む。を表す季語で港町らしい。訪れるのは近所の人や造船関係者らが多い。近隣住民所の人や造船関係者らが多い。近隣住民のように訪れる常連客が我が家のようにくつろいでいたり。人と人とのつながりくつろいでいたり。人と人とのつながりを感じる光景に心あたたまる。

# を流を終してアットホームな静かな漁師町で



#### ●おでんや海明

おでん鍋と鉄板を囲むように据えた カウンター、小上がりがあるアットホームな雰囲気。おでんは1個100~200 円で提供する。手間をかけて仕込む大きな大根が人気。「鶏ももやき」(700 同)などの鉄板料理や手作りピザなど本日のおすすめメニューも用意。



#### 厳島神社

江戸前期に「弁天社」の名称で創建された神社。何度か移転し、現在 地へ、明治35年に厳島神社に改称された。鳥居は加賀の廻船業者た ちが寄進したもの。海上安全のために奉納された方位石などの古い 建造物4.8(1)







#### 湯の川

#### バザール湯川

函館市湯川町2-18-8 ☎0138-59-1651(中西鮮魚店) 10:00~18:00

日曜定休(日·月曜連休の場合は月曜休み) P有り

#### やき鳥 かねまる

函館市湯川町2-19-14 ☎0138-57-8901 17:30~23:00 第1·3·5火曜定休

#### 湯の川温泉

#### やたら家・本店

函館市湯川町1-28-1 ☎0138-57-5760 11:00~20:00 木曜定休 P有り

#### 湯巡り舞台「足湯」

函館市湯川町1-16-5 9:00~21:00

#### 市民会館前

#### すし居酒屋 金八鮨

函館市深堀町30-32 ☎0138-51-7660 11:30~13:30、17:00~22:30 火曜定休 P有り

#### 深堀町 -

#### 柏木魚菜市場

函館市柏木町34-26 **☎**0138-55-3099 9:30~17:00 日曜·祝日定休 P有り

#### 居酒屋 たちばな

函館市駒場町7-5エイビー企画ビル1F ☎0138-55-5571

火曜~土曜17:30~24:00(23:00L.O) 日曜·祝日17:30~23:00L.O 月曜定休

#### 柏木町

#### 尊徳堂

函館市柏木町16-32 **☎**0138-56-1394 9:00~18:00 無休 P有り

#### 杉並町 -

#### フィールレコード

函館市松陰町2-22 **☎**0138-52-3721 12:00~20:00 木曜定休 P有り

#### 五稜郭公園前

#### 本町市場

函館市本町31-16 **☎**0138-51-5418(事務所) 10:00~18:00 日曜定休 P有り

#### 中央病院前

#### 紅茶専門店 ルフナ

函館市本町4-20 2F ☎0138-55-0443 11:00~23:00(22:00L.O) 火曜定休 契約P有り

#### 堀川町

#### 中島廉売 函館市中島町14-10 P有り

●㈱吉田食品フレッシュベークヨシダ 函館市中島町23-6 ☎0138-55-4035 9:00~18:00

●立喰い・お持ち帰り シゲちゃんすし ☎0138-51-0339 11:15~20:00(ランチは15:00まで) 月曜定休

●堂守豆富店

**20**138-51-3537 6:00~18:00(総菜の販売は12:00頃~) 日曜定休

#### 千歳町

#### はぁ~と鯛焼 総本店

函館市千歳町27-10 **☎**0138-26-8100 11:00~18:00 日曜·祝日定休 P有り

#### 新川町 -

#### はこだて自由市場

函館市新川町1-2 **☎**0138-27-2200(事務所) 6:00~18:00(一部異なる店舗あり) 日曜定休 P有り

- ●富田鮮魚店 6:00~17:00 ☎0138-23-5502
- ●中村鮮魚店 ☎0138-26-3677
- ●coffee マルシェ 7:00~17:00 ☎0138-22-7686

#### cafe バップ

函館市新川町9-14 **☎**0138-22-7211 11:00~20:30 木曜定休 P有り

#### 松風町 -

#### 函館豚カルビ ホルモン研究所

函館市松風町15-1 **☎**0138-27-1630 17:00~翌1:30 第1·3火曜定休 P有り

#### 函館駅前

#### 喫茶さふらん

函館市若松町7-17 **☎**0138-26-4398 10:00~22:00(ランチは平日のみ11:00~14:00) 無休

#### 市役所前

#### cafe 茉莉花(モーリーファー)

函館市大手町8-4 **☎**0138-27-1580 11:00~19:00 木・日曜・祝日定休 P有り

#### 魚市場通

#### IN BLOOM(インブルーム)・アトリエplain(プレーン)

函館市豊川町22-13 **☎**080-6099-8984 11:00~18:00 水曜定休 P有り

#### 豊川稲荷神社

函館市豊川町10 ☎0138-23-2306

#### 十字街

#### 雑貨のお店 ルッル

函館市末広町8-4 **☎**0138-87-0386 10:00~19:00 水曜定休(祝日の場合は営業、翌日休み) P有り

#### 宝来町

#### ジョリジェリフィッシュ フロム カリカリ

函館市宝来町9-6 ☎0138-23-1932 18:00~翌3:00(2:00L. O) ランチ(土・日・祝日のみ)12:00~15:00(14:30L. O) 木曜定休 P有り

#### 青柳町

#### 市立函館博物館

函館市青柳町17-1 **25**0138-23-5480 9:00~16:00(4~10月は16:30まで) 月曜・毎月最終金曜、祝日、年末年始休館 戦智針:大、100円、小中高生・学牛・高齢者(函館市在住の65歳

観覧料:大人100円、小中高生:学生・高齢者(函館市在住の65歳以上)50円 (函館市内の小中学生は無料)、幼児無料 ※日曜日は常設展の観覧無料

#### 谷地頭

#### 谷地頭廉売

函館市谷地頭町21-9 **☎**0138-27-1567(八百屋かくさん) 11:00~17:00 日曜定休

#### 市中屋

函館市谷地頭町26-11 **☎**0138-23-3027 9:00~18:00 日曜定休

#### 末広町

#### レストランウイニング (ウィニングホテル 7F)

函館市末広町22-11 **☎**0138-26-3111(直通) 11:30~15:00(14:00L.O) 17:00~22:00(21:00L.O) ※バーは22:30L.O

#### 函館市北方民族資料館

函館市末広町21-7 **雪**0138-22-4128 9:00~17:00(4~10月は19:00まで) 入館料:一般300円、小中高生、学生150円、函館市の小中学生・幼児無料

#### レストハウス ウィッシュボーン

函館市大町1-31 ペンションはいから館内 ☎080-2118-4802 11:00~15:00、17:00~22:00 ※各30分前L. ○ 第2・4水曜定休 P有り

#### 大町

#### お食事処おばんざい村かみ

函館市弁天町15-21 **☎**0138-26-5144 11:30~14:00L. O 17:30~22:30L. O 日曜定休

#### 函館どつく前 -

#### 厳島神社

函館市弁天町9-9 ☎0138-23-0713

#### おでんや海明

函館市弁天町8-5 ☎0138-26-0078 17:00~23:00 不定休



落ち着いた雰囲気の中で フレンチをランチで堪能

#### la Lotus

(ラ ロテュス)

全室個室で趣のある和の空間の中、フレンチを愉しめると評判の同店。 ランチは全5種類(1,890円~3,675円)あり、中でも一番人気が2,625円 のコース。オードブル、スープ、サラダ、パスタ、魚or肉、パンorサフランラ イス、デザート、コーヒーor紅茶が含まれる。お得感満載なのが嬉しい。











美味しいが止まらない オシャレな店で舌鼓 ♪

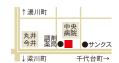
欧風居酒屋 海の雫 (うみのしずく)



オススメは、ローズマリーやニンニクを利かせ、少しピリ辛に仕上げた 「地鶏のコロコロ・ハーブステーキ」(900円)、イタリア産のブルーチー ズ(ドルチェ)使用、ハチミツ入り特製ドレッシングが決め手の「ゴルゴン ゾーラチーズとレタスのサラダ・ハチミツのドレッシング」(900円)、南茅 部産の真フグ一匹をハーブで調理した「ふぐの唐揚げオレガノの香り」 (650円)。各種宴会も気軽にできるので、詳しくはお問い合わせを。



函館市本町33-7 **23**0138-31-7721 17:00~24:00 日曜定休 カード可





#### みんな大好き"デミソース" まろやかな味わいににっこり♪

めし処

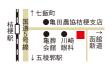
#### 風古象



千切りキャベツをのせたご飯の上に、大きなロースカツとたっぷり のデミグラスソース。男性客の心をつかむボリューム満点な一皿は、 まろやかで優しい味わいに女性のリピーターも多い。「独自の製法で 仕上げた、スプーンで切れるやわらかなカツも食べて」と店主。また、 ジューシーな「特製デミグラスハンバーグ定食」(200g)もおすすめ。 「本日の日替わりランチ」(680円)は毎日HPでメニューを公開中!



函館市桔梗3-23-18 20138-47-8008 11:30~14:00 (13:30L. O) 不定休 P有り(5台) ※日替わりランチは月~土曜のみ





#### 2012年、春… 大切な仲間とアモリーノで乾杯♪

Pizzeria

#### **AMORINO**

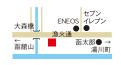
(ピッツェリア アモリーノ)



歓送迎会や女子会にもぴったりな「春の特別コース」で、にぎやかで 楽しい時間を過ごしませんか。コース内容は「魚介のカルパッチョ」、「イ タリアンサラダ」、「白身魚のトマト風味グラタン」をはじめ、バラエ ティーに富んだメニューから選べる「ピッツァ」と「パスタ」、香草の風味 豊かな「ローストポーク」に、「2種のケーキとフルーツ盛合せ」が付いた 全7品。盛りだくさんで心もお腹も大満足する事間違いなし!



函館市宇賀浦町6-10 **25**0138-51-3338 11:00~22:30(22:00L.O) ランチタイム11:00~14:00 無休 P有り(50台)





#### パン好きに嬉しい 住宅街のぬくもりカフェ

#### エスポワール

冬限定で「チーズフォンデュ」が登場。具材に熱々チーズがとろりと絡 み、心も体も温まるこの季節おすすめの一品。また、毎週水曜10時~14 時の"パン食べ放題"(コーヒー2杯とスープ付き)も大人気。お得で美味 しいメニュー満載のパン屋カフェで、ほっこりと過ごしませんか。



#### パン全品20%引き

■クーポン持参の方■お1人様1枚1回限り■他券併用不可■平成24年2月末日迄



函館市戸倉町316-1 パン エスポワール戸倉店内 **☎**0138-57-5595 9:00~19:00 不定休 P有り



グルメシティ ●

根崎公園 松倉川 ↓函館空港



#### アットホームな雰囲気で味わう 手作り料理

リストランテ・カフェ



オススメは某TV番組でも取り上げられた「スペシャルセット」。洋食タ イプはオムレツを始めとした料理13品とデザートが付き大満足の内容。 さらにライス、味噌汁、ドリンクはおかわり自由。ほか和食タイプのスペ シャルセットも用意し日替わりランチやパスタ、カレー、ドリンク類などメ ニューも充実。また会員登録(無料)をすると次回から会計時10%OFF や、各記念日に予約するとプレゼントがもらえるサービスもあり。



函館市湯川町2-5-15 リベーラ1F **2**0138-83-1778 11:30~20:00 (19:00L. O) P有り









#### Hakoraku 期間限定メニュー 6,300円 〈2月16日~3月31日迄〉

- •Salada fruits de mer•
  - •Bouillabaisse•
- Oreille de mer mpt maison ●
   ベリーズバーの特製アワビ料理
- Medaillon de homard sauce deux avec caviar ( オマールエビの料理キャピア添え2色のソースで
  - •Dessert café au fromager •

#### Hakoraku読者必見! 期間限定の特別メニューが登場

#### Café Restaurant PERRY'S BAR

(カフェ・レストラン ペリーズバー)

2011年4月のオープン以来、客足が絶えな い「カフェ・レストラン ペリーズバー」から Hakoraku読者限定の特別メニューが登場。期間 は2月16日~3月31日迄で、ランチ、ディナー 共に予約制。さらに思い出のワインや、料理と合わ せたいとっておきのワインがある方必見!ボトルワ インの持参はグラス代として通常2,000円かか るが、1本まで持ち込み無料という特典を用意。 ほか、好評の肉か魚を選べる「ペリーズランチ」 (1,800円)や、ランチ時の「グラスワイン」(250 円)などお得なメニューを取り揃え。

函館市松陰町1-7 20138-83-6008 平日11:30~14:00L.O·17:30~21:00L.O 日曜11:30~14:00L.O·17:30~20:30L.O 月曜定休(祝日の場合営業) P有り







#### 開店4周年記念祭の第2弾 幻の"北海地鶏Ⅱ"が登場

#### 久留葉

第2弾(3/14日迄)は、特別メニュー「地鶏十割せいろ」を1日10食限 定で提供。使用する地鶏は希少種"北海地鶏Ⅱ"。蕎麦の名産地新得町 で蕎麦を食べて育った北海道唯一の地鶏で、力強く滋味深い味わいが 特徴。香ばしく焼き上げた鶏肉と長ネギの旨みがつけ汁にじんわりしみ 込み、蕎麦を引き立てる。蕎麦は店主がほれ込んだ"常陸秋蕎麦"。夜は 「地鶏鍋」(1人前1,880円、2人以上から、要問い合わせ)も用意!



函館市元町30-7 20138-27-8120 11:30~14:30(土・日・祝日は15:00まで) 17:00~20:00 ※売り切れ次第終了、 コースは17:30~21:30(要予約) 不定休 P有り

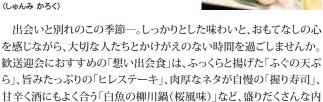




#### 4/29までの期間限定 良い日、良い席はお早めに!!

肴料理とお酒

#### 旬味 鹿六





函館市本町31-8 **2**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)

容。50種と豊富なドリンクメニューから選べる飲み放題も嬉しい。





#### 贅沢に心ゆくまで・・・ 名店の味わいをご自宅で

和食、しゃぶしゃぶ、すき焼

#### 寿々半



同店の人気メニュー「道産黒毛和牛のすき焼き」と、同じく道産黒毛 和牛のリブロースステーキを贅沢にのせた弁当。すき焼きの下には、同 店が長年大切に守り続ける優しい味わいの「せいろ飯」、ステーキの下 には、スタミナ満点で風味豊かなガーリックライス。しっかり食べたい男 性にも、異なる味わいを楽しみたい女性にも大満足の一品。また、寒さ が続く今時期、魚介の深い味わいがたまらない「寄せ鍋」もおすすめ!



函館市本町1-25 **2**0138-31-5588 ランチ11:00~15:00(14:30L.O) ディナー17:00~22:00(21:00L.O) 今井 日曜定休 P有り カード可





#### 旨い肴で酌み交わす酒 時間を忘れ、じっくり味わう

和食居酒屋 醍醐



今時期は熊本県産タケノコを炭火で焼き上げた「炭焼き筍」がいちおし。 自家製土佐しょう油の香ばしさが、甘く風味豊かな旬のタケノコを一層引き 立てる。また、「モッツァレラチーズとたまり大根揚げ出し」も自慢の逸品。濃 厚なチーズと、だしが香る"和"の味わいが絶妙で、酒がすすむことうけ合 い。春の海の美味しさを愉しむなら「桜海老のかき揚」。桜海老は駿河湾か らの直送で日によって入荷のない場合もあるため事前に問い合わせを。



函館市本町21-1 **2**0138-54-3313 17:30~24:00 (23:30L.O) 日曜定休 契約P有り(1時間)









地元で愛される店を訪ね、人気の麺メニューを紹介する ラーメン、蕎麦、うどん、パ スタ…老若男女に好まれる麺料理

で旨みが出やすいと鳥レッグ、牛筋

に力を注ぐ店主。 メニューは一切置かず、 焼きそばやチャーハンなどのサイド ラーメンのみ

豚骨スープは骨よりも肉を多く使う事 も吟味した食材を仕入れる。 しい」という思いから、単価が高くて げる。「お客様に旨いものを食べてほ 最後に絶妙な割合でブレンドして仕上 で煮込み、長所を引き出すのが特徴。 ある。それぞれベストな火加減と時間 プ、ほかに焼き干しダシ専用の寸胴も で2種類、豚骨や鶏ガラの動物系スー 厨房には所狭しと多くの寸胴が並 カツオや昆布の魚介系スープだけ たとえば

> 楽しめる。細麺と太麺の2種類を用意 という麺は、 タレ、ラード、背脂など、どれをとっ 店主の探究心は飽くことがなく、 豚足を惜しげもなく使う。ほかスープ、 に進化を続けていくだろう。 てもひと手間を加えるこだわりよう。 に含むとツルっとした食感と喉ごしを 製麺業者と1年がかりで作り出した 自分の好みで選択できるのが嬉 オープン以来、研究を重ねてきた 断面を丸くすることで口



「ニラネギ南蛮ラーメン」 (850円) は、上に盛られた

ニラをスープ全体に混ぜて食べるのがおすすめ。コ チュジャンや豆板醤などで炒めた知内産のニラは、

奥深い味わいでピリッとした辛さが口の中に広がる。 辛さを足したい場合は辛みそ(120円)のトッピングも 用意。好評の「やわらか焼豚とろチャーシューめん」 (950円)は、白だし、赤だし、塩、正油から選べる。ほ か「エビ塩ワンタンめん」(900円)も人気





「うめ塩そば」(600円)の ほか、同じスープで作る 「ホタテ塩そば」「とり塩そ ば」(各730円)もある。それぞれにひとくちライスと 梅干し、大根おろし付き。 対照的な「鬼そば」シリー ズは、真っ赤な唐辛子入 り天カスの刺激が人気。 店内にはレザーやシル バー製品を扱う「工房SO RA(そら)」を併設。手作り 教室も開催している。

落ち着いて食事ができる昼食処とし りから少し入った静かな場所にあり、 カラーの外壁とアメリカンテイスト て親しまれている。 の飾りが洒落た「茶房庵」。 4年前にオープン、白黒ツートン 目抜き通

そばは、香り高い「石臼挽き」と黒す りゴマがたっぷり入った「ごまそば」 に登場したばかりの新作で、「ラーメン 評だという。「うめ塩そば」は、 を用意。選ぶ楽しみが2倍になると好 はもちろん麺をしめる時まで気を使う。 、水は全ての料理の基本、と、出汁 みそ、しょうゆ…と色々あるよ 昨年秋

> れ気味の胃にもぴったりな、優しさと ごまそばのみで提供する。そばを堪能し スープは、塩加減が絶妙なあっさりと ツオ節、厳選した塩を合わせて作る 比内地鶏をベースに、恵山産昆布、 うに、そばにも一風違ったものがあっ た後は、セットのライスで雑炊風に。疲 ても良いのでは」という発想から誕生。 こだわりが詰まった創作そばだ。 した上品な味わい。麺はバランスを考え、



「五目めん」(800円)は自慢の「塩ら一めん」(550円)をベースにしたポ リュームのある一杯。ほか、「あんかけ焼きそば」 (850円) やごはんものもあ りセットメニューも人気がある。「ぜひ一度食べに来てください」と店主の大





り入りこの一杯で栄養も豊富に取れる。 旨みが加わり一層風味豊か。野菜もたっぷ 間じっくり煮込む透明な清湯(チンタン) という教えを守り、毎朝、 これからも変わらない味を提供し続けて は塩ラーメンの味わいに魚介から溶け出す たラードを使うため、時間がたっても冷め スープがベース。あっさりとした中にも深 の野菜を主体に火加減を調節しながら5時 た父・良平さんの「スープは濁らせない 代が訪れる。ラーメンは頑固な職人肌だっ が家族で営み、 年続く老舗ラーメン店。現在は昨年他 にくく、今の季節は特に嬉しい。「五目めん」 いコクを感じ、さらに独自の製法で加工し 大地さんと母・のり子さん、 した紺野良平店主に代わり二代目の息子 常連に加え新しい客も増え、幅広い年 和 美原の繁華街に創業以来38 昨年9月、 豚骨とネギなど 赤川通沿いに移 姉の美樹さん

たメニューは開店当時珍しく、 も指折りの一軒。 茹で上げスパゲッティを提供する市内で 草分け的な存在の「銅鍋」。生麺を使った パゲッティ専門店として、 タラコや納豆を使用し 美原へ移 函館では





鍋をメインで使用し、店内の壁に掛けていたことに由来する。「海の幸のたらこクリーム」 (1,600円) はクリームのまろやかさとタラコバターが濃厚な冬

におすすめの一品。ランチタイムは単品のほか、日替わりのバスタ3種(各800円)も用意し、プラス100円でコーヒーかオレンジジュース、プラス300円 で本日のおまかせサラダを付けられる。

との相性を考え麺を使い分ける。 特徴で、オイル系、クリーム系のソー 生麺はモチモチとした弾力のある食感が 転した今も根強く人気を集める。 自慢の

り塩を加えず、 風味が豊かな一品だ。 場する人気メニュー。 スパゲッティは多くのファンをとりこに できるようにしている。 の旨味が凝縮。 エビの魚介エキスが加わ スにしたソースは、 てチーズの種類を変え、 んな随所にシェフのこだわりが詰まった オランダ産エダムチーズを合わせる。 「海の幸のたらこクリーム」は冬季に登 地元産タラコとバター 客がチーズの塩気で調節 イカ、タコ、 アサリのダシをベー ソース自体にあま クリーム系には b, ソースに合わせ シーフー ホタテ、

の故 形で 守 麦店を営んだ前 直 京の 送 ŋ 続け 創 される天然エ 東 店名 官庁 業。 京 - が自慢。 てきた 函館に開店した か は修業先の 7ら取 街 東京 !味を提! り寄 田 0 代田 大ぶりのエ ビや岩手鴨を 幸雄 蕎麦を 屋号で、 せて 区 促供する。 店主 一麹町 お 「そば処 函 一が 5年 ŋ 館 で 25 暖簾 ビ 天が 使 築 食 年 更 用 地 ح 材 分 前 蕳 長 it 科 0

> 0 旨 いそばを手頃な価格で食 天ざる」 がおすすめだ。

たいし 布からとっ 0) 量を工夫。 れまで培った経験と技術におごること 0 め L す 「もっとおいしく」を日々追求して まろや 0) 寝 る。 と手打ちに近 ベ 力 か ツオ・宗田 てがマッチン せたかえしに枯節 無 かな味わいに。 添加のつゆ ただしが絶妙なバ つるりとした喉ごしとコシ たい と試行 ・サ い食感になるよう は甘口。 グし、 バ 蕎 錯誤を 南茅部 、ラン (熟成させた お客さんに 麦、 ベ 甕が ても スで調 でじっく 続け 産真昆 ゆ が 加 満 ネ

天然エビを使ったエビ天2本とカポチャやレンコンなどの野菜 天の盛り合わせがセットになった (天ざる) (1 500円) のほ か、「天ぷらそば」(900円)や岩手鴨を使用した「鴨せいろ」 (1,200円)も人気。また、プラス200円で大盛(通常の2倍)にで き、ご飯物にはプラス150円で蕎麦かうどんをセットにできる。





### ランチに食べたい 個性溢れるオリジナルそば

### 茶房庵(さぼうあん)

"江戸前"の味を

函館で堪能

函館市美原1-10-1 四0138-87-0014 11:00~14:30 日曜、祝日、第2·4月曜定休



### 手間暇を惜しまない 一杯のラーメンにかける探究心

### 麺屋 しくうはっく

函館市美原5-18-29 20138-46-0533 11:30~15:30頃、17:00~21:30頃 火曜定休(祝日は営業)



### 今回 紹介したお店

### 生麺の食感がくせになる

### そば処 更科丸屋 銅鍋(あかなべ)

函館市美原2-14-31 20138-46-3408 平日11:00~15:00 土·日曜·祝日11:00~17:30 不定休 P有り



### 茹で上げスパゲッティの老舗

函館市美原1-20-13 **2**0138-45-8678 11:30~14:00L.O 17:30~21:00L.O 不定休 P有り



### 創業から約40年 父の味を守る庶民派ラーメン店

### 大正庵

函館市美原1-17-2 20138-42-5056 11:00~16:00頃 (スープがなくなり次第閉店) 月曜定休











### 握り寿司ランチ (購入時は持ち帰り容器で提供)

■ランチタイム限定 550円



握りたての味を提供するテイクアウト専門 店の人気ランチは、マグロ、サーモン、ホ タテなどの握り7貫、かんぴょう巻、いなり 寿司を盛り込んだお得なセット。2月末ま で「函楽を見た」と言うと50円引きに!ほ か1貫50円のネタも揃える。美原地区近郊 は1,000円以上の注文で宅配もOK。

### お持ち帰り寿司和(かず)

函館市北美原1-8-3 ☎0138-46-9710 11:00~20:00 ※ランチは11:30~14:00 月曜定休 (祝日の場合は営業)



### 焼肉ランチセット(土・日曜・祝日限定)

■ライスおかわり自由

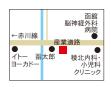
609円 (120g) • 819円 (180g) 1,029円(240g)



カルビ、ハラミ、トントロ、豚カルビ、あっ さり牛ホルモン、ポークホルモンなど全15 種類の中から2種類の肉を選べる定番人気 のランチメニュー。609円~と、リーズナ ブルな価格で気軽に焼肉が楽しめる大満足 のセット。サラダ、キムチ、スープ付きで、 ライスがおかわり自由なのもうれしい。

### ブルスタ・テラス美原店

函館市中道2-52-8 **2**0138-55-6996 11:30~15:30 (土·日曜·祝日限定) 17:00~23:30 P有り



## HAKO-RAKU

### Bランチ

■限定40食(平日のみ)

880円



ラーメン通からの支持も高い同店の平日数 量限定ランチ。看板メニュー「味彩塩拉麺」 のハーフサイズに、ハーフ炒飯、チャーマヨ、 ポテトサラダ、ピリッと辛い自家製「四川漬」 付き。「あじさい」を堪能できるお得なセッ トをご賞味あれ。ほか、炒飯がカレーになっ た「Aランチ」(880円) も用意。

### 函館麺厨房 あじさい本店

函館市五稜郭町29-22 ☎0138-51-8373 11:00~20:25L.O ※ランチは11:00~14:00 第4月曜定休 (祝日の場合は翌平日)



### チーズハンバーグセット

■コーヒーまたはウーロン茶付き 840円



日替わりランチの中でも、特に人気の高い メニューを紹介。 160gの大きなハンバーグ に、特製完熟トマトソースととろけるチーズが ベストマッチ。サラダ、みそ汁、ライスのほか、 プラス100円でアイスクリームも追加できる。 無料会員になれば、アイスクリームサービス などの特典が。Tポイントも利用可能。

### あっとほーむ だいにんぐ TAKEDA屋

函館市富岡町2-49-24 **25**0138-41-7400 11:00~14:00(平日のみ) 17:00~23:00 ※各30分前L. O 日曜定休 P有り



### ラーメンランチ(塩または正油)

■デザートまたはドリンク付き 840円



好評につき復活を遂げた人気のランチメ ニュー。ラーメン1杯に半チャーハンと漬物 が付いてボリュームも大満足。杏仁豆腐ま たはソフトドリンクが選べるのもうれしい。 ほか、「焼きそばランチ」(920円)や「日 替わりランチ」(840円)、「デラックスラ ンチ」(1,280円)もおすすめ。

### 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 **33**0138-47-7570 11:00~15:00 17:00~21:00 ※各30分前L.O 不定休 P有り(14台)



### 平日ランチめにゅー

■ラーメン+小ライス、ギョウザ、半チャーハン、 ランチ限定豚丼のいずれかセット

1,000円(とんこつみそラーメン+半チャーハン)



平日のランチタイムは好きなラーメンにプラス、小ライス50円、ギョーザ200円、半チャーハン250円、ランチ限定豚井250円で提供。半チャーハンなら200円引きなど夜と同じメニューがリーズナブル。ラーメンは鶏ガラベースととんこつベースが各3種類あるので色々な組み合わせで楽しんで。

### ら一めん絆 KIZUNA

函館市桔梗町418-110 20138-47-6425 11:00~21:00 (ランチは15:00まで) 水曜定休 P有り



### コロッケそばセット

■そばはうどんにも変更可 **700円** 



人気の平日限定「お得なセットメニュー」に玉子丼が登場。ミニ玉子丼か白ごはんに、たぬきとじ・きつねなど5種類からお好みのそばが選べて、どれでも700円の満腹メニュー。コロッケは、そのままではもちろん、そばにのせてくずしながら食べるのもおすすめ。薬味には体の温まるショウガ付き。

### そば処 さんてい・柏木店

函館市柏木町7-32 20138-52-1055 11:00~20:00(19:30L.O) 火曜定休 P有り



### ランチパスタセット

(写真はアマトリチャーナ)

■スープ、サラダ、パン、ドリンク付き **980円** 



炭火焼肉ジンギスカンの店「炭火亭」が 昼はパスタの店「イタリアーナ」として営業。 「ランチパスタセット」(980円)と「選べ るパスタセット」(1,480円)の2種類のセッ トメニューを用意し、トマトソースベースの「ア マトリチャーナ」などの本格イタリアンから 和風パスタまで楽しめる。

### イタリアーナ

函館市本町22-28 20138-55-7181 11:00~15:00 (14:30L. O) 17:00~24:00 (夜は炭火焼肉ジンギスカン) P有り優は店舗前3台)



### スープカレー

■コーヒー、手作りデザート付き **950円** (※数量限定)



音楽ファンに親しまれている同店がランチ営業を開始。いちおしは旨みたっぷりの「スープカレー」。11種類のキノコや野菜、ジューシーなチキンレッグが入りボリューム満点。自家製辛味オイルで辛さ調整可能。ほか、パスタやプレートも用意。「お洒落に気軽にしっかりと、"バーのご飯"をランチでも愉しんで」とオーナー。

### BAR SLOW LIFE (スローライフ)

函館市富岡町1-55-27 20138-85-6229 11:00~15:00 18:00~ラスト 不定休 P有り



### パスタセット

(写真はサケとイクラのパスタ)

■サラダ、スープ、ドリンク、デザート付き

1,200円



日替わりのパスタをメインに、3、4種類の前菜盛り合わせ、サラダ、スープ、ドリンク、自家製デザートが付いたボリューム満点のセット。ドリンクはソフトドリンクのほかーロシャンパンやーロビールも選べる。ほか「パニーニプレート」と「あつあつグラタンセット」(各1,200円) もアリ。

### イタリアンダイニング **タベルナ・クリサ**

函館市五稜郭町35-1 ホーム企画ビル1F **☎**0138-56-0080 11:30~14:00 17:30~22:00 ※各30分前L.O 月曜定休 P有り



### 担担麺

■プラス150円で「御飯」付き **750円** 



担担麺一筋! 東京や横浜に足を運び四川料理を我流で学んだ店主が絶対の自信を持って作る、同店唯一のメニュー。ガラや各調味料に至るまで国産素材のみを使用。こだわりの真っ赤なスープと、土鍋でじっくり炊き上げた「御飯」の相性は抜群。ぜひセットで味わってほしい。スープは辛さを調節できる。

### 同楽舎(どうらくや)

函館市谷地頭町25-15 **☎**0138-22-7713 11:00~14:00 (スープが無くなり次第終了) 水曜、第2・4木曜定休





道内6店舗で好評を得ている本場のシェフが提供する「本格ネパー ルカリー」。おすすめの「ファミリーセット」は3種のカリーにサラダ、 ナン、ライス、ラッシー、マンゴーアイスがつくお得なメニュー。また、 平日期間限定(2/16~3/15まで)の「食べ放題バイキング」も登場。 11:00~15:00迄で大人1,000円、小学生以下は800円で提供。

### ルンビニカリーハウス&エスニックバー

会計時10%OFF ・持参でご利用の方 バループ利用可 用不可

‡用不可 4年3月14日まで有効

函館市美原1-20-11 カワシロビル1F **☎0138-40-2210** 

平日11:00~15:00·17:00~21:00L.O 土·日曜·祝日11:00~21:00L.O 無休 P有り(共有駐車場50台)

赤川交番● ヤマダ ●電機 産業道路 サンクス サンクス ビルIF■ 牛角● 本町↓



水と小麦粉を使わず、野菜とスパイスを8時間煮込む "野菜 濃縮カレー"は絶品。特に大人気のプラウン(エビ)メニューと キノコの組み合わせがおすすめで、エビのエキスとシイタケ、シ メジ、マイタケ、エリンギの旨みが溶け出しより深い味わいに。 さらに「マンゴーピクルス」(+200円)をのせれば美味しさアップ!

### イリースパイス~毎日香辛生活~



函館市美原5-16-14 ☎0138-86-7777 平日11:30~、土・日曜、祝日12:00~ (カレーが無くなり次第終了、一時クローズ有り) 月曜、第2日曜定休 P有り ※夜は電話確認を

サンクス ●

教育大● セブン 附属中学校 イレフ ↓産業道路



そばにとんかつとカレーをのせた期間限定メニュー。そば屋のカレーと 特製ウスターソースの相性はバングン! 温野菜又は生野菜・ご飯・小鉢・お 新香付きで1,050円、エビ天付きは1,200円。また、2月末まで毎年恒例 くじ引きキャンペーン実施中。このセットを注文すると、お酒・お茶・そばボー 口などが当たるくじが1個付いてくる! 詳しくは同店携帯HPで確認を。

### そば処 ふでむら 大中山店



亀田郡七飯町大中山1-8-8 **☎0138-66-2120** 11:00~20:00(19:50L.O) 水曜定休(祝日の場合は営業) P有り 大中山駅 http://www.at-ml.jp/62320

↑ 大沼 ●セブン イレブン 国道5号線 ●大中山 函館市↓ 小学校



おすすめのエビスープカレーはエビのダシと濃厚スープに有機栽 培されたオーガニックスパイスの絶妙なバランスが美味。お得な平 日限定ランチは800円~。ディナーでは土・日・祝日も利用できる ドリンク・アイス付き1,000円の晩ごはんセットが人気。家族連れに はキッズスペース、キッズカレーも好評。学生にはお得な特典も用意。

### Kanakoのスープカレー屋さん 函館店

ソフトドリンクサービス ノ持参でご利用の方 グループ利用可 ■1枚で1グルーフ\*\*\*リカ・・・・
■他券併用不可
■平成24年3月末日まで有効 函館市港町1-1-2 ポールスターショッピングセンター1F ☎0138-42-0300 ガイア 11:00~15:00L. O、17:00~21:00L. O 大野新道 南館港店● ※スープがなくなり次第終了 無休 P有り ←北斗市 ローソン●

函館市湯川町1-27-2 **2** 0120-56-4876 **2** 0138-59-5437 12:00~22:30 (22:00L.O) 火曜定休 P有り



れニ

1

季

節感

あ

Š

た

素

材

あ

ŋ

き

0)

メ

る

評 で、

判

を

呼

*\$*;

フ 料

グ

ラ

など

か

函

魚

介

か ゃ 理 構

ら フ が 成

取 オ

ŋ T

せる

食

じ

め

厚 館

沢 近 寄

部 海

町 0)

0)

### 幸寿司

先代から受け継いだ伝統の味と二 代目の玉谷さんが修業したフランス 料理の技が融合する新感覚の寿司 を提供する。独自の仕入れルートで 手に入れる珍しい地物の魚をはじめ とする新鮮なネタと津軽海峡の海水 を使ったこだわりの自家製塩が織り なす道南の味が堪能できる。和洋を 融合させた一品料理も充実し、これ を目当てに訪れるリピーターも多い。 おすすめは季節の魚を一通り盛り込 んだ「おまかせ寿司」(12貫3,680円) のほか、多彩な料理と握りが楽しめ る「おまかせ」(3,800~7,000円)。 気軽に"本物の味"を満喫できる。



同じ料理の道を歩む者だ からこそ通いたい店があ る。料理人が訪れる、お気 に入りの店を紹介する。

〈案内人〉 幸寿司 代表 玉谷 光市さん

道南の旬を伝える こだわり食材の本格フレンチ

な 函

住

宅

街

0)

梁川

町

13

佇

と 農

れ 薬

度 などそ

抜 ŋ

群

道 日

チ

ス

}

ラン

ル

0)

食

材

b た鮮

多く

取

入

n

る。

館

市内の

街

ながら

無

野

菜

0 0)

ル・プティ・コション



み料 に食店 阪、 を 理 9 神 フ 5 構 店 れ 年 で 戸 0) ż ーショ 前 な た。 約 坂 東 13 20 田 13 そ 京 故 b 年 0) 0) 郷 間 0) を 時 0) 経 フ さ オ ラン 期 X 函 験  $\lambda$ イ を は L 館 積 ス か

> 場 館 で を 0 奇 よく を が 提 市 をてら でき 内 美 供 K 吟 味 す た エ 味 し わずに美 0) ゾ く出 を 鹿 ま 0) た 最 す 高 味し 食 昨 と素 肉 0) 年、 状 処 11 態 函

空い 取り 作り が きな数だけ食べら 種 を などをコ チは 類、 ?見えるように」 地 注 選び抜かれた上 分ける て デ 種 元 ぎ、 いる 性類を ŕ デ 好 産 イ 評 人でも気軽 0 1 ースに盛り 鹿 揃える。 ナー 0) 限 卜 0) エ 肉 ŋ は 12 1 は . は 3 1 Ō 鹿 0) との ぉ シ 5 れ 種 料 口 客様 に食 込む。 る。 締 質な素材 エ 類 理にも力 1 フ自 思 かか め 5 円 ス 手 11 0) ら 0) 0 1 か 顏 が 好 手 5

ービスが至福の時間を演出

理

と心のこもった温

か

力を最大限に堪能できる

函館市梁川町12-13 **2**0138-56-5600 11:30~14:00L.O 17:30~21:30L.O 月曜定休













# 鱈のムニエル・海の幸バターソース Restaurant nana-papa の

### 材料(1人分)

〈具材〉	<ul><li>◎タラ・・・・・80g(1切れ)</li><li>◎ゆで野菜・・・・・適量</li><li>ジャガイモ・レンコン・トマト・ニンジン チンゲンサイや小松菜(葉物は生で可)</li></ul>
	◎セルフィーユ (水菜でも可)・・・・・・適量
〈ソース〉	<ul><li>◎バター・・・・・25g</li><li>◎しょう油・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・</li></ul>
	<ul><li>◎ホタテ(貝柱)・・・・・・1個 J</li><li>◎パセリ・・・・・・・・・・少々</li></ul>

### 作り方

- タラに塩・コショウをして小麦粉をつけ、フライパンに 多めの油を入れて皮の方からゆっくり弱火で焼く。
- 2 皮が色づき、パリッとしたら裏返して一度油を捨てる。
- (3) バターを10g程度(分量外)入れて溶けたら野菜を 入れる。
- 4 火が通ったら盛りつける。残ったフライパンの油をペ ーパータオル等で拭き、バターを加えて色がついた ら、カキ、エビ、ホタテを入れて酒としょう油、レモン 汁を加え、ソースにする。
- 5 好みでパセリ(ハーブ等)を加え、セルフィーユを飾り つけて完成。

取材:宮木 佳奈美 写真:国仙 知佳子

### Restaurant nana-papa

### オーナーシェフ池田洋二さん

七飯町出身。高校卒業後から料理の道に入り、函 館グランポルトで10年間総料理長を務め、道内 にある系列店8店舗のプロデュースも担当。50歳 を目前に独立開業を決心。2011年7月、富岡町に 「Restaurant nana-papa(ナナパパ)」を開店。

函館市富岡町3-9-1 2F **君**0138-43-7788 11:30~15:00・17:00~21:30 ※各30分前L.O 木曜定休 P有り

(白子)、ホタテなど魚介料理に応用できる。

山沖 シェフのこだわりだ。 を呼び、ランチやディナーのコース、 レストラン。 もいえる焦がしバターソースがポイントで、 ス」 (1300円) ライパン一つでできる手軽な一皿。 トも充実。「たくさん野菜が食べられるように\_ ·ース」はスーパーで手に入る食材を使ってフ イーあふれる料理を提供する。 今回紹介する「鱈のムニエ 昨年7月、 「函館イカナポリタン 「紅ずわい蟹と温泉卵のナポリタン」や新作 付け合わせの野菜を多く取り入れるのも 元食材を中心に取り入れたオリジナリ (鱈のムニエ 赤川 オーナーシェフの池田さんが新鮮 通り沿 ル牡蠣の焦がしバター で味わえる。洋食の定番と いにオープンした洋食 (生姜風味)」 ル・海の幸バ 看板メニュー 店では アラカル が評判 ター

Ł,

のの

テ

### 手 風 軽味 に豊 でか きなソ ı 本格 ス が 洋 決 食 め 手











「普通のパン屋として、当たり前に作っている」と謙虚に語る民谷さん。その日の気温や湿度を見

ながら、配合を微調整。午前8時には半分以上のパンが店頭に並ぶ。

戸

. 倉店に並ぶアイテムは1

0

多種多

様。デザートにもなるケー

のようなタルト類や、

ワインに

スパンから菓子パン、

調理系まで

種類以上。

定番の食パン、

フラン

ニューも提供し、 で楽しめるほか、 でアイディアを出し合い商品化す メニューを考案。 合うハード系など、 また、店内にはカフェを併設 プで購入したパンをその場 カフェ限定のメ スタッフみんな 男性客にも人気 柔軟な発想で

8人の職人には「一つひとつ丁寧

がかかるのでンは生き物。 れからも作り続けて欲しい。 客層に喜んでもらいたい…」誰も 剣にパンと向き合う。 てるという感覚が強い」と常に真がかかるので、作るというより育 がワクワクする魅力的な商品をこ に良いものを作ること」と教育。 「子どもからお年寄りまで幅広 出来上がるまで時

間

函館市戸倉町316-1 **2**0138-57-5595 8:00~19:00 不定休 P有り



### **Bread** Factory

### Pain Espoir

戸倉店

# 誰もが笑顔になる多彩なパン つひとつ心を込めて…

年に念願の独立を果たした。 その面白さにはまり、パン職人の道 たが、当時就職した市内のパン店で 民谷貴彦さん。料理人を目指してい オーナーは19歳でこの世界に入った テ函館店1階、戸倉町に店を構える。 たてパンの店「パン エスポ 」。的場町とMEGAドン・キホー 約7年間修業を積み、2000 館市内で3店舗を展開する焼き . ワ 1

写真右/おすすめの「フラ ンスパン」は厳選した素材 を使い、仕込みから焼き上 げまで6時間かけて仕上 げる。「バゲット」(241円) から食事系まで17種類と 豊富。写真左上/スイーツ 感覚の「パンシュー」(157 円)や「もものタルト」(189 円)は彩りも鮮やか。写真 下/人気の「チェリーパ イ」(157円)。





文:佐藤 史子 写真:国仙 知佳子





フランボワーズと苺のジュレが入った苺ムースの上に鮮やかな彩りのマカロンと旬の果物をデコレーションした、春らしく繊細な女性をイメージしたかわいらしいケーキ。幸せなひとときを過ごせる逸品。











### 心にのこる…幸せを呼ぶ色 ブルーのスパークリングワイン

### |ブラン・ド・ブルー」 750ml 5,000円



ブルーのスパークリングワインをご存知ですか? ブルーは聖母マリアのシンボルカラー、古来ヨーロッパでは 「幸せを呼ぶ色」として親しまれてきました。 このスパークリングワインは良質なシャルドネにブルーベリー のエキスで色づけし、澄んだ美しいブルーを表現。 スッキリとしたキレがある辛口でどんな料理にもピッタリ。 大切な人への贈り物にいかがですか。

### WINE SHOP WADA



函館市本町7-23(本町交番並び) TEL0138(32)6545 営業時間 /13:00-20:00 定休日/水曜日・日曜日・祝日 店裏に□あり ↑湯川町 ■丸井今井 北洋銀行■ 本町交番■ → 万代町

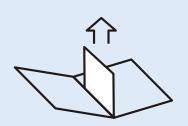
### HAKO-RAKU 画楽

## MEDICAL



医療や健康に関する情報、 病気についての知識など、 健やかな生活のための 情報をお届けします。

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 画楽

### MEDICAL

### CONTENTS

ドクターコラム[1]...4P

ご家庭での血圧測定

医療法人 雄心会 函館新都市病院 循環器内科医長/長嶋 健一郎

ドクターコラム[2]..5P

内視鏡と聞くと、とても怖い検査と思っていませんか?

社会福祉法人 函館共愛会 共愛会病院 副院長/金子 登

ドクターコラム[3]...6P

重症男性不妊(無精子症)の場合における MD - TESE(顕微鏡下精巣内精子回収法)という治療法

医療法人社団 誠仁会 美馬産婦人科 院長/美馬 博史

ドクターコラム[4]..7P

白い歯にしたいんです

医療法人社団 吉田歯科口腔外科 歯科医師/寺崎 誠治

ドクターコラム[5]..8P

消化器がん化学療法の進歩

市立函館病院 消化器内科主任医長/畑中 一映

介護コラム…9P

冬だからこそデイサービス

デイサービスセンターベルエキップ 代表/工藤 晃士

ヘルストピックス…3P

 $\langle PR \rangle$ 

### 総合病院

共愛会病院…10P 函館新都市病院……11P

### 内科

やまだクリニック・・・11P ごとう内科胃腸科・・・12P

### 心療内科

五稜郭メンタルクリニック・・・11P

### 産科 婦人科

えんどう桔梗マタニティクリニック・・・14P 美馬産婦人科・・・14P

### 小児科

かみいそこどもクリニック・・・10P はるこどもクリニック・・・11P

### 百島때尮科

治 耳鼻咽喉科…10P

### 眼科

藤岡眼科病院…10P

### 歯科

吉田歯科口腔外科・・・12P 福井歯科医院・・・12P よじょう歯科医院・・・12P

### HEALTH TOPICS



### 治療用食品が充実 おいしく食べながら食事療法を

### 株式会社 アキヤマ営業本部 「ワールドグルメプラザ」

北斗市東前3-41 **25**0138-77-7491 http://www.akiyama-fs.co.jp/ 営業時間/月~金 8:30~17:30 土 8:30~12:00 定休日/日曜、祝日



業務用食材商社の株式会社アキヤマが展開する「ワールドグルメプラザ」では、治療用食品のコーナーが充実。腎臓・糖尿病等の食事療法向けに、タンパク質や糖分を調整した食品を揃える。ご飯や麺類、和洋中のレトルトおかず、調味料、菓子などバラエティーに富み、市販品と変わらない味付けでおいしく食べられるのも特徴。気軽に足を運んでみては。



### 「放射線治療」をテーマに 市民公開がん講座開催

### 市立函館病院

日時/3月15日(木)14:00~(概ね1時間程度で終了) 会場/市立函館病院講堂(2階) 問い合わせ/函館市病院局管理部庶務課(同病院内) ☎0138-43-2000(内線4205) がんに関する正確な情報を市民に提供する機会として、奇数月の第3木曜日に開催している講座。3月は同病院放射線治療科の喜多村圭科長が「放射線治療はコンピューターでがんを治します」をテーマに分かりやすく解説する。講演の後には、参加者からの質問も受け付ける。予約不要、受講無料。途中退席も可能なので気軽に受講してみませんか。



### 「更年期」への理解と支援を 3月7日に講座開催

### 『更年期の心』を理解する講座

日時/3月7日(水)18:30~20:00 場所・申込先/函館市女性センター(函館市東川町11-12 **☎**0138-23-4188) 対象・定員/函館市在住または在勤の男女40人(先着順) 託児無料(6カ月児~未就学児、要予約) ※駐車場が僅少のため、公共交通機関の利用を

個人差があり、自覚症状が中心で家族が気づかないまま症状が深刻になることもある「更年期」について知識を深める。家族の理解と支援が更年期の症状軽減に関わることから、講師を務める「かとうメンタルクリニック」の加藤知子副院長が本人や家族、これから更年期を迎える世代に向けて正しい情報を提供し、乗り越え方をアドバイスする。受講無料。



### ノロウイルスに効果 食品添加物で作られた除菌消臭剤

### ノロキラーS

価格/オープン価格 内容量/400ml 取扱店/全国のドラッグストア等 問い合わせ/インターコスメ株式会社 **25**03-3832-3003 アルコールでは死滅しないノロウイルスに効果のある除菌剤「ノロキラーS」が新登場。人体やペットにも安心な食品添加物からつくられた除菌・消臭剤で、食器やまな板、赤ちゃんのおもちゃなどに直接噴射して使用できる。臭いの元になる菌そのものを分解するので消臭効果も抜群。家庭はもちろん、人が集まる店舗や会場等の除菌・消臭にもおすすめ。

# 『ご家庭での血

た問題 内臓 間に世間一般に浸透しました。そ ゆる「メタボ」という言葉は、 も馴染みやすさの理由かもしれま の内容が高血圧・脂質代謝異常症 名」であるにもかかわらず、 肥満など我々の生活に密着し (生活習慣病) であること 瞬く 病

> が高血圧です。 節に特に注意していただきたいの せ

メタボリックシンドロー

厶

(1

わ

家庭血| 血 て せ 圧を指標にした治療をすること いるといわれております。 ませんが、 圧計が3500万台普及し 現在我が国では実に 家庭

ؠ これらの中で、 この冬の季

高血圧の診断には血圧計が欠か

された病態といえます。 家庭 ない これは朝の家庭血圧を測定してい て最近注目されている病態です。 特に後者は「仮面高血圧」といっ と見逃してしまいますので

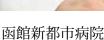
くことです。 がっている方」 ない方」や逆に 院では血圧が高いけど家では高く 有用性として挙げられるのが 減らす効果もあったとされてい 効果も上がり、 で患者さんの意識も高まり、 (特に朝) この家庭血圧測定ならでは けど病院に行くと下 などの存在を見抜 結果的に医療費を 「家では血圧が高 治 「病

血圧計の普及により明らかに この仮面

血

はより重要です。 量との関係が挙げられております 血圧の原因の一つとして食塩摂取 や心臓病の悪化 高血圧を見逃された場合、 に北国!) た対応が必要です。 ながるとされており、 で、食塩摂取量の多い我が国 において家庭血圧測 (臓器障害) そして仮面 きちんとし 腎臓 に

管理にお役立てください ださい。 イントは各医療機関等でご確認 |圧測定をこれからの季節 のか?などの具体的な測定の か?いつ、何回測定するのが どこの部位で測定するの 便利で有用なご家庭での がよ 0 健



平成9年、秋田大学医学部卒業。平成16年、北海道大学大学院卒業。北海道大学病院、 市立函館病院、日鋼記念病院、国立国際医療センター、国立循環器病センター、伊達赤 十字病院、国立病院機構函館病院を経て、平成20年から函館新都市病院に勤務。日本 内科学会認定内科医、日本循環器学会循環器専門医、日本心血管インターベンション治 療学会認定医



### 函館新都市病院

函館市石川町331-1 ☎0138-46-1321(代) http://www.yushinkai.jp/hakodate

診療科目/脳神経外科・脳神経内科 整形外科・循環器内科・内科 リハビリテーション科・歯科 診療時間/9:00~12:00:13:00~17:00 ※各科で異なる 休診日/日曜·祝日

# 。内視鏡と聞くと、とても怖い 検査と思っていませんか?』

ています。 見により手遅れになる前に治療を 毎年何十人もの胃がんが発見され することができます。当院でも、 は最上位を占めるがんで、 やはり、 開腹することなく、 そのうち何人かは早期 まだがんの中で 早期発 内

> 思っていませんか? ラと聞くと、とても怖い検査だと 須でありますが、 そのために、 鏡的にがんを切除していま 胃カメラの検査は 皆さんは胃カメ す。

苦しくなく検査ができる」と取り を鼻から入れる 最近ニュースなどで「胃カメラ (経鼻内視鏡)

うがありません。 射で(誰

胃がんは減少傾向にあり

ため、 せんから、 、れる経鼻内視鏡も選べますの ます。また、胃カメラを鼻から 鼻から入れると舌根に触れま

これ しさを感じることもありま る舌根が圧迫され、 胃カメラでは、 上げられているのをご存知 とオエッとなりますね)、 「オエッ」と吐きそうな、 います。 は、 咽頭反射と呼ばれる反 でも喉に指を突っ込む 従 来の 舌の 検査中何 付け根で から入れる 防ぎよ か す。 苦 度

当院の検査は鎮静剤を使用する 寝ている間に終わってしま 咽頭反射無く 楽に検

ます。 検査と思われている方は、ぜひご 大腸カメラと聞くと、とても怖い す。 ポリープも日常的に切除をしてい 見ることができます。 相談下さい。 かけないように行っています。 希望があれば鎮静で楽にできま がんは年々増加傾向にあります。 査が受けられ、 視鏡 できるだけ患者さんに負担を ですから、 大腸カメラについても、 ば、 胃 会話さえ可能です。 内視鏡検査は優し 十二指腸、 また、 大腸を 胃

しょうか? 早期発見で治療できる病気を、 度チェックしてみてはいかがで



### 登 副院長

平成6年、旭川医科大学卒業。湘南鎌倉総合病院、茅ヶ崎徳洲会総合病院の研修を経 て、沖永良部、奄美大島での離島医療に携わった後、湘南鎌倉総合病院に勤務。平成16 年から共愛会病院に勤め、現在は副院長。専門分野は総合内科、消化器内科、老人内 科。日本消化器内視鏡学会専門医、日本内科学会認定内科専門医、日本救急医学会専 門医、日本医師会認定産業医、死体解剖資格医、人間ドック学会認定医



### 共愛会病院

函館市中島町7-21 20138-51-2111 http://www.kyoaikai-hosp.com

内科·外科·小児科·産婦人科 歯科·歯科口腔外科 など全18科目

外来診療受付時間/ 8:30~11:30 13:00~16:00 17:00~18:30 ※科によって異なる場合有り

休 診 日/日曜、祝日

# 『重症男性不妊 D TESE (顕微鏡下精巣内精子回収法)という治療法 ( 舞子症) の場合における

間にお子さんを望むのはほぼ不可 こと)で精子を作る働きが低下し ているのが原因です。 機能障害といって、 症 あります。 (精液の中に精子が存在しない の 場 男性不妊の多くは造精 칕 以前はご主人との 精巣 特に無精子 (睾丸の

> 能で、 とは異なります。 はご夫婦間の人工授精で、 お に 頼るほかありませんでした。 軽 Α 症男性不妊が対象のA D(非配偶者間人工授 精 D

症の半数は男性側に原

因が

子 一点 も、 を回収する顕微授精によって しかし、 ご主人の精巣から直接精 現在では、 無精子症  $\mathcal{O}$ 

> らです。 子が見つかる確率が高くなる 全体をくまなく探すことで、 方法が注目されてい 観 ESE(テセ) って、 か 察し 巣内精子を回 でも、 ながら精子を回 顕 微鏡で精巣内を詳 MD-HESE لح 収する方法 、ます。 (1 (1 収 ま 精 す ط 巣 か 細 を

きます。 個 精を行い んなく、 精子 の 微授精で 精子 が 極 端 ます。 口 が は、 確 収できたら、 保できれば に いうとたった1 体 外 子 数 受 が 精 実施 顕 非 لح 微 違 (1 授

妊娠が可能になってきました。 する 精

常に

M D

T うになりました。 を授かる夢にチャレンジできるよ TESEの登場によって赤ちゃん れることが多いでしよう。 が難しい場合は顕微授精を勧 は さんを諦めていたご夫婦も、 そして、無精子症のためにお子 MD-TESEについては、 Α 1 あるいは、 Hを行い、 A

男性不妊の治療を行っている泌尿 して重症男性不妊の治療にあたっ (科に相談されるといいでしょう) いる不妊治療を専門とする産婦 泌尿器科と連 重 症



美馬產婦人科

### 博史院長

医学博士。東京慈恵会医科大学医学部卒業後、同大学産婦人科入局。同大学附属病院 産婦人科勤務を経て、美馬産婦人科院長就任。日本産科婦人科学会専門医。日本東洋 医学会専門医。日本生殖医学会会員。日本女性心身医学会会員。



### 美馬産婦人科

函館市柏木町15-2 **2**0138-51-0095 http://www.mima-hosp.com

診療科目/産婦人科・心療内科 月·木 9:00~12:00·14:00~17:00·17:30~19:00 火・金 9:00~12:00・14:00~17:00 水・土 9:00~12:00

※奇数月第1 土曜日午後は男性不妊治療相談 休診日/日曜·祝日

男性不妊かどうかを判断する第

歩は精液検査です。

軽症の場合

H で の

妊

め

み合わせが

強

()

人には残念な

# 『白い歯にしたいんです。』

み合わせた冠が良いですよ」。こ した会話です。 れは先日ある女性患者さんと交わ ないので、金属とセラミックを組 にしたいんです」「そうですね、 ○さんの場合、歯の高さがあまり  $\bigcirc$ 

日歯に冠を被せる場 合

チ

さを充分にとれない場合や、 保 を 問 す 大 方法が 険 選 題 る 抵 で 択 に の の なる は を希望されます。 方はこの女性の様に白く するかということです。 あり プラスチック冠を入れ の が、 ますが、 どの様な方法 土台の そこで 噛 高

ラリと見える場所であるために、 なく

先生、

銀 歯 は 嫌で す。 白

(1

歯

で丈 避けられません。 プラスチックの欠点は、 み 前 、夫さは増しますが、 合わせて作る事が で ゃ は

ら不向 という欠点があります。 スチックは安価で手軽 た冠が適します。 セラミックを焼き付け結合さ 刺し込む構造をした金属 やすいためです。 、なり、 擦り減りやすい すぐに割れ きで 次第に変色してくる す。 たり、 せ つ こういう時 ため、 また、 か なのです 外 く 入 れ ブラ たり 艷 の れ が 上

歯 の場合、保険でも 気になる時に 表面の きるの 金 属 IJ لح

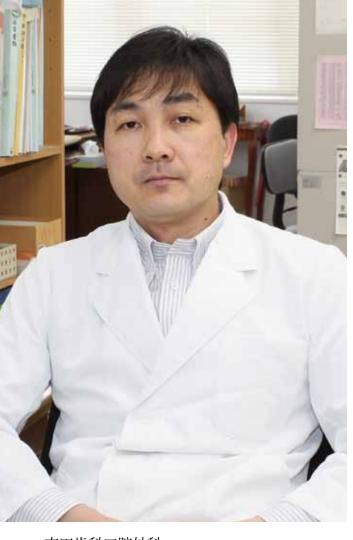
す。

らっしゃいます。 ラミック冠を選択 で、 は 作り そ れ 直さなけ を り 返 れ される方 す ば なら の が 嫌 な も で (1 セ

あります。 性 し な セラミック冠 ż りま お の 金 良 を さ、 歯 す 茎 か が لح け 耐 る価 久性 の 透 は 馴 明 保 を 染 値 感 険 考 が み の 外 え 充 ゃ あ 治 る 清 る 分 療

Ł 掃 美 に

すめします。 より方法は何通りか考えられ 者さんの口の中の条件や価値観に 「談した上で選択することをおす 同じ「白い歯」にするに より満足するためにも、 ŧ ま 患



吉田歯科口腔外科

### 寺崎 歯科医師

昭和59年、函館中部高校卒。平成2年に北海道大学歯学部を卒業後、札幌市内の歯科を 経て、平成17年から吉田歯科口腔外科に勤務。



### 吉田歯科口腔外科

函館市湯川町1-30-8 **2**0138-59-3918 http://www.ydos.com

診療科目/歯科・口腔外科・小児歯科 月 ~ 金 9:00~18:30 土·日·祝日 9:00~16:30 診療時間/月

5

# 消化器がん化学療法の進歩』

がんが大きくなるのを抑える治療 を使ってがん細胞を死滅させたり 物療法)」です。化学療法とは、 は保険適応の点から考えても 標的治療薬・ホルモン療法薬など) んに作用する薬 「放射線治療」「化学療法 (抗がん剤・分子 手 が

> 成 改訂されるなど、化学療法の治療 の で に す。 績向上が期待されています。 消化器がん治療ガイドラインが 新しい治療薬が承認され、 近 消化器がんでは次々 多く

本におけるがん治療の三本柱

さ れ が 大きく変わった点として消 たことが挙げられるでし んで分子標 的 治療薬が · 承認 化

質

80

子やたんぱく質などの特定の分 ました。 す。 ん細胞の増殖や進行に関わる遺 ではスーテントが次々と承認され ネクサバール、膵臓がんではタル ではハーセプチン、肝臓がんでは (が上がることが示されて 働きを抑えることにより、 進 !がん剤と併用することで効 !行を抑える治療薬で、 一方でこれまでの抗 消化管間質腫瘍 分子標的治療薬とは、 (G - S T) が · ん 剤 多 (1 が ま が < h

として、大腸がんではアービタッ クス、ベクティビックス、胃が バスチンが承認されたのを初 2 0 7 年4月に大腸がんで 治 慎重な対応が必要です。 も لح 法

が 最 に複雑: うる多様 が、 るよう薬剤 ム医療も充実させていきます。 ず、 分 野 の 細 が 療法選択が可 ۲ ど の 高く安全な治療を提 も有 の か あ 化 分 子 数年で消化器がん な指 りま は大きく前進 患者さん したがん治療に対応し、 効か な 師 標 す。 導 有 を判 害事象 的 ŧ 能となり 看護師との 治 重要です。 抗 んにどの 療で 断し が に対 h てい も 剤 供で 起こ まし の 治 様 化 く必 高 み 療 Þ 学 な 法 度 き

ら 要

市立函館病院

函館中部高校卒業。北海道大学医学部及び同大学院修了、国立がんセンター研究所分子 腫瘍学部リサーチレジデント終了、博士(医学)。北海道医学会賞(2003年)、第48回日本癌 治療学会優秀演題賞(2010年)受賞。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、日本がん治療認定医機構認定医・暫定教育医。



### 市立函館病院

函館市港町1-10-1 ☎0138-43-2000(代) http://www.hospital.hakodate.hokkaido.jp/

診療科目/消化器内科·呼吸器内科 循環器内科·消化器外科 心臓血管外科·精神神経科 など全28科目

外来診療受付時間/ 8:30~11:30 13:00~15:00

休診日/土·日曜·祝日

は

異

な

る有害

事

象

( 副

作

用

めら

使

角に

あ

たって

は

# 『冬だからこそ デイサービス

\_ \_ \_ \_ けです。 るかが大きなポイントとなるわ 者の場合、この冬をどう乗り切 いますね。 ことができません。ですが高齢 道 冬の寒さや雪は避けて通る スが毎日のように流れ 各地 北海道で生活する上 で大雪や寒 波 の

の ま に 外 気 低下を招きます。 を す 出ること」を 等 閉じこもりが による路面 知らず知らず 考えるとつい 温 そうし しにより体 の 低 ) た 日 下 避 状 きに .. 力 常 況 のうちに け つい そ ゃ 生 て の し なり 活 悪 筋 外 T 化 力 の ま 積

が関与していると言われてい 患にも閉じこもりがちな生活 症 ゃ ま 進 最近では認知 うつ病等の )精神疾 症 の 発 体 センターで体操をしたり、

.. 九

筋力の低下を予防。

したりと適度に体を動かし

り、 す。 うわけです。 刺激を受けることが重要とい て大きな問題となってい 適 す。 度に外出する機会をつく と呼ば 心身ともに良い意味での まずは冬期間においても これらは ħ 高齢者にとっ 「生活不活

機会をつくり、デイサービス サ ŧ 自 せ て 外に出ても転倒し、 定 力での いる中で安心して外出する ービス」なんです。 大きくなります。 な方であれ とはいえ、 h<sub>o</sub> しまっては元も子もありま そういう時こそ「デイ 外出は転倒 歩 ば、 行状態 この真冬に けがをし せっかく 介助者 の危険 が不安

身

ともに受けることにより、

そうして適度な刺激を

話を楽しむこともできます。 ご利用者様やスタッフとの会 ションにも取り組み、 ングメニュー て (1 ろんな ゃ 脳 レクリエ の 1 ほかの . | |

ビス」です。 言葉は「冬だからこそデイサー でご利用いただけます。 せるというわけです デイサー ビスは介護保険

ご自宅でも元気で毎日を過



有限会社ハーブ・ゼーリヒカイテン取締役 デイサービスセンターベルエキップ 代表工藤 晃士さん デイサービスセンターながだい



-ビスセンター ベルエキップ 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 20138-87-0939

利用日/月曜~土曜 8:30~17:30 利用定員/1日10人













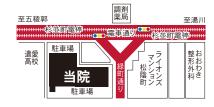
FAX (0138) 31-7772 URL http://www.goryokaku-mc.gr.jp

入院施設付

訪問看護ステーション ジョイナス TEL0138-31-7775(訪問看護直通)

デイケアセンター **ふれんす** 

TEL0138-31-7776(デイケア直通)



良質かつ適正な医療を最良の環境で 提供できる病院を目指して

救急病院 24時間救急対応

TEL0138-59-5800 FAX0138-59-5801

セブン

漁火通

ホテル ● 平成館

函館空港→

### 医療法人雄心会

脳神経外科·脳神経内科·整形外科·循環器内科·内科· リハビリテーション科・麻酔科 (小林 康夫)・放射線科・歯科

理事長 伊藤 丈雄 院長青野 允

函館市石川町331番地1 **5** (0138) **46 - 1321** / FAX **47 - 3420** 

http://www.yushinkai.jp/hakodate

### 関連施設

- ■新都市砂原病院
- ■江差脳神経外科クリニック
- ■介護老人保健施設 いなほ
- ■函館おおてまちクリニック



診療科目 小児科

### はる こどもクリニック

院長高柳 滋治

診療時間	月	火	水	木	金	土
9:00~12:00	$\bigcirc$	$\bigcirc$	0	0	0	
14:30~18:00	$\bigcirc$	16:00	$\bigcirc$		0	~15:00
		19:00				

※火曜午後は16時~19時までとなります。※土曜の診療時間は15時までとなります。 ※日曜・祝日は休診となります。※乳児健診は毎週火曜14:00より、予約制。※予防接種随時、前日まで予約。





〒041-1111 七飯町本町6丁目7番42号 **Ⅲ** 0138-**65-0500** 

お気軽にお問い合わせ下さい。

当院ホームページアドレス

http://haru-kodomo.com

携帯電話やインターネットにて順番予約ができます。 http://paa.jp/t/193701/

クリニック横)病児保育所 はるつき









血圧が高めの方に。 ライオンのトクホ飲料「トマト酢生活」。

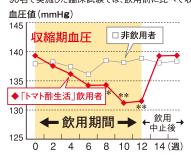
### トマト酢15,000mgで しつかり取り組む血圧対策。

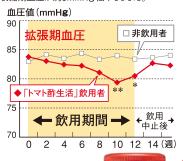
おいしい、新しい。「新発想の血圧対策」をはじめよう!

血圧が高めな女性は40歳代では約20%、ところが50歳代になると約50%に\*! 男性だけでなく、女性も血圧に気をつけたい悩ましい年代。身体に良いこと、今日からはじめてみませんか。

飲みはじめて10週間、ゆっくり、おだやかに血圧が低下。

90名で実施した臨床試験では、飲用前に比べて収縮期血圧が約8mmHg低下しました。





(「薬理と治療、34(6)、723-735、2006」より)

トマトから生まれたトクホ飲料「トマト酢生活」! 毎日の健康にうれしい魅力がいっぱい。

トマト由来のミネラル・ビタミンが含まれています

	カリウム	アスパラギン酸	グルタミン酸	γ-アミノ酪酸 (GABA)
トマト酢	190	49.4	109	46.2
リンゴ酢	31	6.4	1.4	0.3
米酢	27	2.9	4.0	0.3
穀物酢	8	3.4	3.5	0.3
玄米酢	66	31.5	44.8	4.3
玄米黒酢	82	31.0	45.0	4.5

((株)エスアールエル 食品衛生検査センター調べ)

(mg/100g)

カリウム:ナトリウムとのバランスで血圧に関与するミネラル。

アスパラギン酸:サトウキビにも多く含まれるアミノ酸。

グルタミン酸:旨味成分として有名。

γ-アミノ酪酸 (GABA):機能性を有するアミノ酸。

血圧が高めの方に

### 斤発 売

通常お届け品 30本入り(約1ヶ月分) 5,040 円 送料無料

栄養成分表示 1本(100g)あたり

\_\_\_\_\_ 熱量12kcal、たんぱく質0g、脂質0g、炭水化物4.4g、 ナトリウム2.6mg、(関与成分)酢酸750mg

食生活は、主食、主菜、副菜を基本に、食事のバランスを。



まずは10日間 お試しください。

「トマト酢生活」トライアルセット10本入り(約10日分) 通常 1.680円(税込)が

送料無料



1日わずか 98常!

受付時間 9:00~20:00 土日祝日も承ります。(年末年始を除く) 特設ダイヤル利用期間:4月15日まで



-915-66

お申し込み番号

●ご注文受付後、10日前後でお届けします。上記2商品を同時注文の場合、お届けが異なりますのでご注意下さい。●送料無料●お支払い方法はクレジットカード・コンビニ決済、郵便振替・代金引換をご利用いただけ **LION ウェルネス***ダイレクト* ■CLA、A ID JACK I DATE IN TO SOLE ALL CHARGE COPPIED X V V Man A ORBIT / PRO TO SOLE A DATE IN THE SOLE

ライオン株式会社 通販事業部 〒130-8544 東京都墨田区横網1-2-22 特定不妊治療指定医療機関 医療法人:誠仁会

院長/美馬 博史 医師/森 文恵

〒042-0942 函館市柏木町15番2号 TEL0138-51-0095

■ホームページ http://www.mima-hosp.com

### 診療科目

産婦人科·心療内科



不妊症·男性不妊·更年期 思春期・卵巣若返り・肥満

= 日・祝は休診 ==

午前9:00 ~12:00	午後14:00 ~17:00	夜間17:30 ~19:00
0	0	0
0	0	
0		
0	0	0
0	0	
0		
	年前9:00 ~12:00 〇 〇 〇 〇 〇 〇	午前9:00 ~12:00     午後14:00 ~17:00       〇     〇

※奇数月第1土曜日午後は男性不妊治療のみご相談を承ります



携帯電話・パソコンから24時間、事前受付も承ります

初診の方でもご予約可(予約なしでの来院も可)

函館市桔梗5丁目7番15号 (桔梗駅前通り中の沢小学校前)

2 52台(第2駐車場あり)

交通 函館バス 35-2 機関 めぐみ幼稚園停留所下車

http://www.endo-kikyo.or.jp/





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。

お申込み先



0120-8540-4

受付時間/AM9:00~PM4:00

一函館新聞社 函館市港町1丁目17番8号 TEL0138-43-2121 FAX0138-43-3131

## 妊娠したい!

と思ったらすぐ読む本

最新不妊治療を詳細解説。 生活法、栄養補助療法も! あなたもきっとママになれる!



大好評

〈定価〉1,500円(稅込)

### 著者・美馬院長からのメッセージ

1日でも早い妊娠を望む方は、1日でも早く「妊娠の仕組み」と「妊娠しにくい原因」について勉強しましょう。次に、不妊原因を調べる検査を受け、原因に適応した治療を受けることです。できれば、体外受精・顕微授精・凍結胚移植などの生殖補助医療を駆使し、原因不明不妊、男性不妊にも対応できる病院が良いでしょう。合わせて、治療効果を高めるために、生殖機能のアンチエイジング療法や食事療法など、「妊娠できる体づくり」を重視する病院が理想的と考えます。

美馬産婦人科 院長・医学博士 美馬博史 (みま ひろふみ)

東京慈恵会医科大学医学部卒業後、同大学産婦人科学教室入局。 1975年不妊治療の研究によって医学博士号を取得。 1985年美馬産婦人科院長。日本産科婦人科学会専門医。日本東洋医学会専門医。



お求めはお近くの書店まで

### HAKO-RAKU 画楽 別冊 MEDICAL

2012. MAR 3 No. 35

2012年2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 函楽編集部·広告営業部 ☎0138-40-5151

# 日常を忘れ気の向くままに過ごしたい喧噪から離れた古民家カフェ

### $LAMP_{(7)}$



年11月、 がら、無駄な装飾を省き家具をゆっ ほどシンプル。店内もガラス戸や 看板がなければ店とはわからない 年営業した「ダイアナズ・カフェ たり配置。テーブルやイスなどモ 扉、床板などをそのまま活かしな の竹本大さんが半年間かけて自ら が店名も新たに古民家カフェとし にひっそりと佇む「LAMP」。 てリニューアルオープンした。 に入ったところに、隠れ家のよう 築80年という古い一軒家を店主 外観はほとんど手を加えず 函館市中道と本通で約5

> てでも溶け込みやすく、常連客の ように馴染める。 いレトロ感が醸し出され、

七飯町の赤松街道沿いから小路

当ての主婦層から、仕事帰り 客層は幅広い。 ひとり客、 ピザなどを提供。 昼は2種類の週替わりラン はライスプレー のほかアルコー ・感覚でも利用でき、食 以前からの常連ま コーヒーや紅 ル類も揃え、 **|** ゃ ・パスタ、 事目

1

くつろげる。 時間の感覚を忘れるほど心から 店にしたい」と竹本さん。街 「みんなが笑顔で元気になれる 噪が届かないこの場所では、

ダンなインテリアを置くことで程



七飯町鳴川1-5-3 **25**0138-83-6157 11:30~14:30 17:00~21:00 月曜定休 P有り





ランチはパスタかご飯ものの2種で、ドリンクとミニ

サラダ付き800円。夜はハンバーグや煮込み料理

などしっかりお腹を満たすメニューのほか、酒のつ

まみになるような一品料理も置く。コーヒー、紅茶は

各450円。この時期は部屋の中央にある薪ストーブ

のぬくもりに癒される。





### 苫小牧駅より徒歩2分、心安らぐさわやか空間。

苫小牧へお越しの際は、ぜひご利用ください。



〒053-0022 苫小牧市表町5丁目7-1 FAX(0144)33-0222

TEL(0144)33-0333

ネットからのご予約で更にお得!

●全室バス・トイレ・洗面所別、ドライヤー完備

●施設内容/1F:レストラン 2F:ホール

http://tnshotel.jp

特別企画

歓送迎会シーズン、 会合、宴会で使いたい

## お薦めの料理店

感謝を込めた送別会、新しい仲間のための歓迎会 旨い酒と料理で愉しい宴を…























ご利用いただけます





























**20138-31-2229** 

(土・日・祝日は休み)

ランチ12:00~14:00

ディナー 17:00~24:00

年中無休 P有り

# 大好評! 女 3名様 以上

通常お1人様 4,000円~の

# 料理7品+デザートをお好きなだけ

- ◆3種類(やわらかホルモンとたっぷりお野菜のモツ鍋、 鶏肉と魚介のチーズトマト鍋、コラーゲン入り豚バラ肉と お野菜の豆乳鍋)の鍋から をチョイス
- (女子に人気のカクテルなど100種類以上のドリンクから)
- ◆お好きなデザートをお好きなだけ(何個でもOK)

お客様のご予算やご希望に対応させて頂きますのでお気軽にご相談下さい。

お1人様

プラス1,500円で 120分飲み放題付き

# 料理9品+デザートをお好きなだけ

# ここがポイント

- ◆参加者全員で撮影した記念写真を全員にプレゼント
- せ書き用色紙をプレゼント
- ◆3種類(やわらかホルモンとたっぷりお野菜のモツ鍋、 鶏肉と魚介のチーズトマト鍋、コラーゲン入り豚バラ肉と お野菜の豆乳鍋)の鍋からお好きな鍋をチョイス
- をお好きなだけどうぞ(何個でもOK)
- ◆飲み放題を通常120分から**150分**に延長 (ドリンクはカクテルなど100種類以上用意)
- ◆歓送迎会特別 トサービス(中身は見てのお楽しみ)
- ◆割引プランも用意 4人以上で合計金額から1 8人以上で合計金額から2 10人以上で幹事機1名分無

# HAPPY HOUR TIME開催中(18:00~20:00) ドリンクALL 300円



函館市本町32-9 tel.0138-56-9900 営業時間/11:30~翌4:00 定休日/木曜日



文:国仙 知佳子 写真:工藤 貴志

# アットホームな温泉宿で湯を堪能 家族経営のぬくもりが心地よい

利 温 足 と は 口 源 1用も多 を 料 泉 紹 泉 運 わ は 理 郷 介 か ず ž が す 60 に は、 IJ 自 か る 本 田 ピ 慢 10 以 퀿 5 1 で 室 温 上 風景 夕 札 0) 泉 あ 軒 ると 1 小さな 旅 0) 幌 が広がる 館 宿 客 が点在 Þ 函 Ŋ 宴会 館 う。 宿。 央 から 濁 荘 湯 今 0 L Ш

る 3 た温泉をパ 7 いるため宿全体はあたたかい。 自 浴室は男女別に内湯が1つず 家源泉 湯 つの 温 また自家源泉から引湯し タン が イプで館内に巡らせて 高 0) クで温 V 湯 ため は 1 度調整を行 宿 0 0) 0 裏 % 手に 掛 け 0 つ あ 流

> が 運 うだろう。 度 徴 色 酸 0 と 湯が注 水素 イプ あるとい 動器障害、 良 で、 0) シンプ 湯 湯加減に 塩・ 湯 が は 冷 サ が 設 . う。 め ź ħ 泉質はナトリウム -置 塩化物泉でリウマ な 慢 L っとした肌 7 さ 造 にく れ 性 つ i V り。 る。 湿疹などに効 い長湯して いと評 毎 浴 ほ 分 触  $\lambda$ 1 0) 判。 ŋ 0) 7 中 しま が ŋ 0 心 炭 能 丁 特 緑  $\ell$ 13

使 焼 で 用 沈き風 食事は 意さ ったしゃぶしゃぶ 採 れ たも れ、 宿 鶏 鍋 旬 泊 0) Þ 0) を 部 野 地 堪 屋 元産の 菜や とは 能 かなど、 できる。 魚 别 無菌 など近 0) 到 部 着 豚 す 屋 時 を き

レ 11

スを洗い流したい。

時間に癒されながら日々

0)

スト

静寂が広がる一軒宿で何もし

隣 に K マトピューレを使ったピザも好 0 好きな方を選 ほ か、 八雲町↑ 森町で栽培しているト 択 できるの

b

# 温泉旅館 中央荘

茅部郡森町字濁川75-8 ☎01374-7-3010

- ■浴場/内風呂
- 宿泊/1泊2食付き7,350円~ (税・入湯税・サ込)
- 日帰り入浴/ 大人(中学生以上)300円 小学生150円 幼児無料
- ■営業時間/8:00~21:00
- ■定休日/無休



# 湯めぐり、味めぐり

温泉ホテルお すめ。プラン

あたたかい温泉にゆったり浸かり、 海・山の幸を堪能する贅沢なひととき…。 たまには温泉ホテルで のんびり過ごしませんか? この時期ならではの 温泉ホテルおすすめプランを ご紹介します。

# 函館発着バスでらくらく楽しめちゃう!!あの、まほろばイリュージョンが



まほろば自慢の大浴場。 B2Fの露天風呂は日本最 大級。硫黄泉をはじめ、泉 質は4種類あり、男女合わ せて31の湯殿で湯めぐり が楽しめる。

イリュージョンのあとは 自慢の温泉でリラックス。 「まほろばイリュージョン 華」は3月31日まで連日 開催中。



ホテルおすすめプラン

[日付限定] 函館発着 送迎バス付 イリュージョン鑑賞プラン

ご出発日: 2月26日(日)・27日(月) 28日(火)・29日(水) 3月 4日(日)・5日(月)・6日(火) 11日(日)・12日(月)・13日(火) ※諸事情により、中止となる場合がございます。ご了承ください。

※諸事情により、中正となる場合がこざいます。こ了承ください 発着場所:平成館 海羊亭・函館駅・昆布館

1泊3食付・朝食・夕食ともバイキング

大人おひとり様 13,500円 (1室3~4名様) 15,500円 大人おひとり様 15,500円

■往路(お弁当付)

■復姶

ホテルまほろば 9:40 **昆布館** 15:05頃

■ 昆布館 15:05頃 ■ 函館駅 15:55頃 ■ 16:15比 16:15比

※送迎バスをご利用されない方には、 「鑑賞券付ご宿泊プラン(1泊2食付)」もございます

※価格にはサービス料・消費税・入湯税込

る人気の「変面」は必見だ。まが変わる「変衣装」も披露すきが変わる「変衣装」も披露すりティの高い楽器演奏、思わずいティの高い楽器演奏、思わずいティの高い楽器演奏、思わずいティの高い楽器演奏、思わずいか

西館発着の往復送迎バス(出 西館発着の往復送迎バス(出 方二や熱々ステーキ食べ放題な ガニや熱々ステーキ食べ放題な だ自慢の夕食バイキングを含む とってもおトク。少し足を 延ばして、登別温泉の名湯と、 延ばして、登別温泉の名湯と、 延ばして、登別温泉の名湯と、 がだい体感してみませんか?

W e b で1 リゾート札幌予約センターまで。 がついて、 ンを用意。 泊客には、 お問い合わせは、下記トー ホームページも要チェック。 た、 人10300円~ 限 定特別プランもあるの マイカ 1 鑑賞券付宿 1 室4~5 泊2食に鑑賞 やJRでの (税込)。 名 泊プラ 利 十十ウ 用 宿



リュージョン

萐

の函館発着送迎っている。

玉

雑技団のショー

去2年で延べ4万人が鑑賞した中

登別温泉ホテルまほろばに、

過

食事は幅広い年代に人気を得る約60種の和・洋・中バイキングを用意。





# 生まれ変わります。 今年4月1日 ホテル&リゾート函館」に

# 湯の川グランドホテルは



# ホテルおすすめプラン

さよなら湯の川グランドホテル・ こんにちはイマジンホテル& リゾート函館プラン

# 期間:3月1日(木)~4月26日(木)[平日限定]

1泊2食付 (1室3名~)

大人お一人様 5,980円

※2名1室の場合1,000円増 ※部屋のタイプ・眺望は指定不可 価格にはサービス料・消費税込・入湯税別

# 湯の川グランド セレブ泊

# 期間:3月31日(土)まで

1泊2食付 (1室2~5名)

大人お一人様 10,000円

部屋はワンランク上の和楽館モダンルーム海側限定 ※和楽館はツインベッドの為、大人2名利用のみ、 大人数の場合はさざなみ館(和室)になります。

※2名1室・休前日でも追加料金なし ※戸井漁港からのお土産付き 価格にはサービス料・消費税込・入湯税込

リゾート函館」としてグランド が行えるチャペルや落ち着きのあ ホテル名も「イマジン ホテル& バンケットルームなどを新設し、 ンケットホール、白を基調とした る色調でコーディネートされたバ るオーシャンビューウエディング 今年4月1日に、 開放感溢れ

の相談も受け付けている。 付いた1泊2食付プラン。好評 ざいバイキングの夕食と朝食が よなら湯の川グランドホテル プランを用意。 山の幸などを中心としたおばん 南近海で獲れる新鮮な魚介類や こんにちはイマジン ホテル&リ オープン。これを記念して ゾート函館」プランを企画。 「セレブ泊」など多彩な宿泊 またブライダル

大浴場、 館内では「縁日広場」や「ピン 温泉は湯量も豊富で露天風呂や 露天風呂から眺める景色は絶 に地上30mの最上階にある展望 源泉による温泉が自慢の宿。 を一望する景観と3本の自家 無色透明な源泉かけ流しの れた客が絶賛する、 足湯なども楽しめる。 津軽



蟹食べ放題も人気の夕食「おばんざいバイキ

ima@ine





も充実。

ポン道場」、「ファミコン道場.

など無料で利用できる館内施設



# クチコミサイトで道内1位 「常を忘れ、極上のひと時を:

フロン

(国情:

緒漂う函館



夕暮れ時の最上階にある露天風呂。美しい眺望となめらかな湯で、極上のひと時を。おすすめの「1泊2食プラン」は「レストランノルテ」か、「海鮮中華 海風楼」で特別コース メニューを。心もお腹も満足して、ゆったり眠りについて・・・。

# ホテルおすすめプラン

Travelers Choice 2012 全国6位御礼 地元還元1泊2食プラン

期間:3月31日(土)迄

大人お一人様

(消費税・サービス料・入湯税込) 〈2名様〉 スタンダードツインルーム ■お部屋 〈3名様〉 デラックスツインルーム or 和洋室

■夕 食 海鮮中華コース、洋食コースより選択

※休前日1,500円アップ ※眺望、階数指定はできかねます ※ご予約は3日前迄承ります

# 姉妹ホテル「ラビスタ大雪山」

~雄大な自然を堪能する滞在型リゾートホテル~

非日常!極寒体験♪氷結バーでドリンク付プラン

期間:3月31日(土)迄

1泊2食 大人お一人様

(消費税・サービス料・入湯税込) ※札幌・旭川からの無料送迎バスを運行中(予約制) 好み海鮮丼」など新鮮な北海道 料理にも力を入れており、

ションが、 めてく の名にふさわしい絶好のロケー らの湯めぐりは、 わ 離さない。 らか この上ない開放感。 に分類され、 れる。 な茶褐色の湯 宿泊客の心をつかんで 最上階の展望大浴場 絶景を楽しみなが 体を芯から温 まさに至福の は 肌 が触りや 療養

別な日 ひれデ レを存れ 趣向をこらしたさまざまなイベン 的にも有名。 内の人気中国料理店 フン4周年記念企画 旬 コラーゲンたっぷりのフカヒ を味 テレビなどで紹介され全 分に愉しめる わえる朝食バイキン ーコース」 ぜひ大切な人と堪 また、今年4月はオー 現在は、 を用意。 『を計 「海鮮 同ホテル 海風楼. 画 ぶふか 中 特

012 にて道内1位(全国6位) ラーズチョイスホテルアワード2 リップアドバイザー」 が選ぶホテルランキング 「ラビスタ函館ベイ」。 |大級のクチコミサイト 赤レンガ倉庫群に の 今 <sup>®</sup>トラベ 年、 建つ

にランクイン。「ラビスタ (眺望).



「海鮮ふかひれディナーコース」(1人前 10.000円)は3/31次の期間限定特別 コース。「干し貝柱のフカヒレの姿煮込 み」など6品から構成する。

















通常相場 49万円 H18年式 ムーヴ カスタムX 4.7万km



買取相場一覧表(平成24年1月作成)

	車名	23年	22年	21年	20年	18年		
	ランクル	高価買取中!!						
	ハリアー	高価買取中!!						
トヨタ	ヴィッツ	100	85	66	50	43		
	ラクティス	130	115	92	83	60		
	ウィッシュ	160	155	140	122	110		
	シエンタ	135	110	100	95	80		
	アイシス	160	150	135	130	90		
	ヴェルファイア	高価買取中!!						
	ノア・ヴォクシー	高価買取中!!						
日産	エルグランド	310	300	250	200	140		
産	エクストレイル	200	180	155	145	100		

半有	23年	224	214	204	104
_ キューブ	110	100	90	70	40
日	90	75	60	50	35
性セレナ	220	200	180	170	140
マデミオ	85	80	70	65	40
ッMPV	220	210	180	150	85
ダインサイト	135	130	100	-	-
ホ フィット	90	80	75	65	50
<u>ン</u> フリード	170	160	150	145	-
ダステップワゴン	210	190	160	155	95
三コルト	85	70	60	50	35
菱 デリカD:5	250	240	220	215	-

	車名	23年	22年	21年	20年	18年	
	ekワゴン	70	60	50	45	30	
	パジェロミニ	110	100	85	75	50	
	ゼスト	80	68	60	48	45	
	ライフ	85	70	60	52	40	
軽	ワゴンR	80	73	60	53	40	
軽自動車	スティングレー	高価買取中!!					
	ジムニー	高価買取中!!					
	アルトラパン	90	85	75	68	55	
	タント	98	80	78	72	60	
	タントカスタム	高価買取中!!					
	アトレーワゴン	125	110	103	98	85	

○買取金額はグレード・装備・色・時期により異なりますのであくまでも目安としてご覧下さい。 ■上記以外の乗用車・商用車等何でも買取致します」 ■日車・過走行車・ティーゼル車等で相談下さい! ■ワンオーナー車・禁煙車・低走行車・オプション多数等のお車はブラス査定!

(単位:万円)

# 無料查定実施中

http://www.carlink.jp/

無料ネット査定中!!

Goo カーリンク函館美原店 検索



■新車・中古車販売

■車検整備 ■板金整備

愛車広場 カーリンク 函館美原店



函館市石川町15-1 営業時間/(平日)10:00~20:00 (日祝)10:00~19:00 定休日/火曜日 P 有り



# こんどう桔梗 アタニティクリ <sup>館市桔梗5-7-15</sup>

LED販売代理店を 募集しております。

○お問い合わせ先

現在、函館市内でも 設置施設が 増えています!!

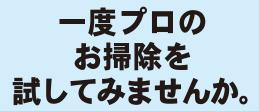
照明器具の保証、取付後のメンテナンスも しっかりと対応しております。

株式会社 カドック http://www.kadoc.jp

社/函館市赤川町199番地7 2F

TEL0138-47-3311 札幌支店/札幌市中央区北5条西12丁目2番23号Asia512ビル2F TEL011-210-1010





台所のレンジフードや、水廻り、トイレだけでも お気軽にご相談下さい。



清掃·警備·機械警備·建物·

マンション支援センター 会員

代表取締役会長 小 林 金次郎

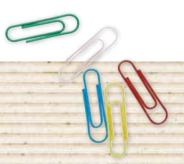
代表取締役社長 小 林 樹

マンション管理士 橋第0006010009号 橋 場 真

函館市本通1丁目5番13号

TEL (0138) 53-6037 FAX (0138) 53-4839





# 新しい自分を 発見しよう!

# School&Culture

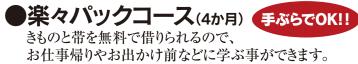
スクール&カルチ

趣味の幅を広げたい、習い事を始めてみたい、健康のために体を動かしたい、 確かな技術を身につけプロとして活躍したい・・・ そんなあなたにピッタリのスクール&カルチャー情報をお届けします。



新しい年、きつけにチャレンジしてみませんか

今なら入学頂いた方全員に 「教本きもの」(定価7,350円)をプレゼント!!



スタンダードコース(8か月) ご自分のきもので、きつけを習いたいという方の為の スタンダードなコースです。資格も取得できます。

要項

月3回、1回2時間 入学日/ 3月5日(月)-8日(木) 9日(金)・11日(日)

授業時間/■朝10:00~12:00

■昼14:00~16:00 ■夜18:30~20:30

# 手工芸も同時募集中!!

■健康組ひも 心を静めて紐を組むことはとても健康に良いです。 ■和裁教室 午後1時~5時までいつ来ていつ帰っても大丈夫。

琴 初めての人もすぐ弾けます。

**■ ワックスフラワー** 紙とロウで、季節ごとの美しいお花を作ってみませんか。

選子さもの学院 事務局



函館市本町26-15 ライオンズマンション五稜郭2階 **2** (0138) 51-1045 http://www.kimono-japan.co.jp

田家 ホテル 法華 ネッツ● ●クラフ

# 個別だから一人ひとりに合った指導が可能。 小・中・高 新年度入塾生 募集中!

一 入塾説明 無料体験授業 随時受付 一

一人ひとり、みんな違う。



# 30人30通りの授業。

オーダーメイドカリキュラムなので部活動や 習い事との両立も可能です。 ご希望の曜日と時間をお申し出下さい。

# === 授業料例 ===

- ◆小学6年生 週1回50分 6,410円~
- ◆中学1年生 週1回80分 9,430円~
- | ◆中学3年生 週1回80分10,400円~
- ◆高校受験対策5科講座もあります!

# 成績の伸ばし方診断テスト

頑張っているのに成績がのびない…そんな人は勉強方法が間違っているのかも!自分に合った勉強法が分かれば勉強がもっと楽になるよ。誰でも無料で受けられる診断テストを是非!人はそれぞれ、自分に合った勉強方法が違うんです!!

- ■昭和タウンプラザ校 43-1166
- 函館市昭和1丁目29-6
- ■函館五稜郭校 51-0555
- 函館市本町29-10

# 🛂 ITTO個別指導学院

お申し込み・お問い合わせは お気軽にお電話で! 電話受付時間[月~土]14:00~20:00 (塾講師も募集中)

詳しくはコチラ! http://www.aotajuku.net

志望校合格への準備は早目に動こう。

# 新入塾生·春期講習生 好評受付中

小1~高3、浪人生まで親身に指導

# 浪人生受験指導、 現役生大学受験、 進学指導等充実の内容

(特進コース、自衛隊受験コース、大検受験コース)

実績を重ねて43年!マンツーマン指導で 解りやすい!1クラス10人の少人数制!

# 《受験綜合プランナー》

生徒の適性にかなった大学紹介など、他塾にはない細やかな対応をしています。

基礎を大切に 親切な指導 \_\_\_\_\_\_**\*\*\*\***\_\_\_\_**\*\*\*** 

受験綜合プランナー・代表 當 麻 浩 平

お気軽にお問い合わせ下さい。

TEL 0138-**54-6604** 

函館市本通2丁目13番1号 (函バス「工業高校裏」停留所そば・さんばち隣) FAX 0138-54-6604





# 「勉強を得意にしたいな」と思ったらm KUMONにお任せ下さい!

苦手だと思っている教科も、「できるところ」 から学習をやり直せば大丈夫

# KUMONなら見つかる「できるところ」

# ★豊富でスモールステップなカリキュラム★

公文式教材は、幼児から大学課程まで各学年200枚~400枚の 教材で構成されていて、小刻み(スモールステップ)に問題の内容、 レベルが上がっていきます。だから、「できるところ」が必ず見つかります。

# ★体験学習で「できる!」を実感しませんか?★

学習は、すらすら解ける教材から始めます。「できる!」という喜びと 自信を感じながら学力がつき、苦手を克服していくことができます。 また、指導者は学力の定着を確認しながら、いつも子どもの力に 合った教材を準備します。

# 2月無料体験学習受付中

期間:2月16日(木)~29日(水)の学習日4回 教科:算数·数学、英語、国語

**教科·**异数·数字、央語、国語

お問い合わせ:お申じ込みは お近くの教室 \*\*\*\* フリーダイヤル みんなに 100点

函0120-372-100

日本公文教育研究会 函館事務局

函館市若松町6-7 三井生命函館若松町ビル3F

# ランクアップは こんな悩みを解決できる 学習塾です!



- ✓ どこから手を付けたら 良いのかわからない
- ✓ 勉強する習慣が なかなか身に付かない
- ・中間テスト・期末テストの 成績が上がらない

# 亀田中 赤川中 桔梗中

私たちランクアップは成績UPのお手伝いができます。 まずは、お電話で体験授業のご予約を!

# 小学生中学生学習塾



函館市赤川1丁目16-21 山建ビル3F 20138-83-2405

こりがで				
山建 ビル3F	●平野歯科			
セブン● イレブン	赤川通			
渡島総合 ●振興局	●ツルハ			
交番●	ヤマダ ●電機			
産業道路	↓本町			













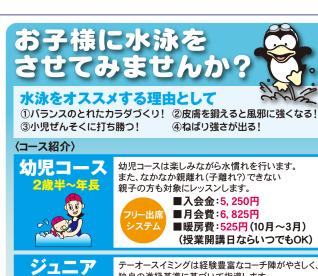












幼児コースは楽しみながら水慣れを行います。 また、なかなか親離れ(子離れ?)できない 親子の方も対象にレッスンします。

■入会金:5,250円

■暖房費:525円(10月~3月)

(授業開講日ならいつでもOK)

独自の進級基準に基づいて指導します。 さらに、休まないで通い続けると皆勤賞をもらえます。

■入会金:5,250円 ■進級管理費:2,100円 ■月会費:週1回6,825円 週2回8,925円

週3回9,975円

■暖房費:525円(10月~3月)

テーオースイミングスクールの3つの指導理念

1.頑張ればできるという信念を抱かせる指導 1. 笑顔あふれる楽しい指導

1.指導者の安全水泳研修と資格の所有

無料体験レッスン

無料スクールバス 運行中

オーアスクティックク

函館市海岸町10-17 77 41-4100

函館市本通3-1-11 77 53-1300

☑ info@toswimming.com http://www.toswimming.com

# 3月1~4日は1周年記念セールで 10,500円以上の購入で粗品進呈

Fashion

plein de vie (プランドヴィー)

働く女性の通勤着からカジュアルスタイルまで、美しいシルエットと洗練されたデザインが人気のブランドが函館に登場して1周年。3月1日~4日まで感謝セールを開催し、季節を先取りした春物を半額で提供。「函楽を見た」で除外品10%OFFになるのでさらにお得!掘り出し物を見つけては。



函館市梁川町10-25 テーオーデバート2F婦人服フロア 20138-32-0001(代) 10:00~19:00 無休 P有り

# 京仕込みの店主による やわらかシカ料理はいかが?

Gourme

居酒屋 こいさん

京都で20年以上居酒屋を営んでいた店主の自信作!上質なエゾシカ肉をしょう油ベースのタレに漬け込み蒸した「エゾシカロース」(600円)は、しっかり味がしみクセも少ないので、そのまま食べても十分な美味しさ。好みで辛子しょう油を付けると、また違った味わいに。酒のお供にぴったりな逸品。







# 鶏本来のおいしさを凝縮 福島県伊達鶏の炭火焼き鳥を味わって

Gourme

鳥焼 とり辰(とりしん)

鶏肉専門の焼き鳥店として昨年8月に開店した同店では、くせがなく食べやすい福島県産ブランド鶏「伊達鶏」のみを使用した炭火焼き鳥(1本130円~)が好評。毎日産地から届く新鮮な鶏を店でさばくため、背肝(腎臓)や腰軟骨など珍しい部位も提供。鶏を使った本来の焼き鳥の旨さを味わって。

函館市湯川町1-29-4 **25**0138-83-7202 17:00~23:00(材料がなくなり次第閉店) 月曜・第3日曜定休 P有り



# 3月3日は「桃の節句」 健やかな成長と幸せを願って・・・

Event

社団法人 日本人形協会会員加盟店 人形の京菊

創業25周年を記念して、 衣裳着親王飾り(間口80× 奥行45×高さ41cm)を2セット限定で特別販売する。オプションとして毛せん、オルゴール付き写真たて、つるし飾り、お被布、お手入れセットをつけて価格は50,000円。女の子の幸せに願いを込めて、自宅にお迎えしませんか?

函館市桔梗2-19-6 **20**0120-444-753 9:30~19:00 P有り http://www.kyougiku.com





# オードブル三段重&蕎麦シフォン 「花ごよみ ひなまつりセット」発売

Gourmet

酒・そば処 五稜郭ふでむら

桃の節句のお祝いを華やかに演出する「花ごよみひなまつりセット」(4人前4,000円)の予約を3月1日まで受付中。和洋25品の豪華オードブル・海鮮ちらし・天ざる蕎麦の三段重に蕎麦粉の自家製シフォンケーキが付いたお得なセット。次回使える1,000円割引券も進呈。旧市内・近郊は配達可。

函館市五稜郭町36-1 25018-32-5014 11:00~22:00 無休 ※予約・受け渡しは「そば・さけふでのすけ」でも可(北斗市七重浜4-1-28 25038-49-5526 11:00~20:00)





# メニュー一新 寿司カウンター新設 雅な気分を味わって

Gourmet

函館海鮮 鮨処 赤絵浜弓(あかえはまきゅう)

かっぽう料理から熟練の板前が上質なネタで作る寿司をメインとした海鮮料理にシフトチェンジ。価格も以前より抑え、気軽さアップ!コース(要予約)では、刺身や寿司、揚物など盛りだくさんの女性限定「淑女お鮨会席コース」(3,000円)がおすすめ。美しい和庭園を眺めながら、ちょっと大人の女子会はいかが?

函館市本町1-5 20138-31-7188 17:00~翌2:00(1:45L.O) 日曜定休





# バラとイチゴがモチーフのお店 オープン5周年記念プレゼントも

A la carte

フレンチ雑貨とリサイクルの店 ちえりー べりー

人気の黒猫グッズや「ラガディ・アン&アンディ」グッズ、ガーデンマスコットなど、乙女心をくすぐる可愛い雑貨がいっぱい!プレゼント探しにもおすすめな店。今なら「函楽を見た」で日本製の綿100%のカントリーふきんを先着15人にプレゼント!子ども服・婦人服などのリサイクル委託販売も随時受付中。

函館市戸倉町281-24 **25**/FAX0138-57-7850 10:00~18:00 水曜、第2・4日曜定休 P有り http://hakopita.jp/cherryberry/





# 店内をリニューアル ドコモの事なら、湯川店へ

A la carte

# ドコモショップ 湯川店

ドコモショップ湯川店にスマートフォンコーナーが登場!! 今までなかった、ゆっくりとスマートフォンを体験できるブースなので、これを機会にぜひ試してみませんか?また、「春のドコモ キャッシュバックキャンペーン」も開催中。特別価格商品もあり、他社からの乗り換えも、とってもおトク!

函館市湯川町2-18-11 **20** 0120-980-270 9:30~19:30(土・日曜、祝日10:00開店) 無格のでは、現内では、祝日10:00開店) 中有り





# 松永式健康痩身の会 松永先生による講習会開催

Beauty

# パリッシュサークル

松永式健康痩身法で知られる鍼灸師・松永みち子先生を迎えての体験講習会。「骨盤クッション枕ダイエット」など本の中で紹介されているダイエット法を詳しく紹介。直接指導を受けられ、質問もOK。また、同サークルではメリディアンカードセラピー、PEOセラピー講座の受講生も随時募集中。



日時/3月1日(木)18:30~(約1時間半) 会場/亀田福祉センター 参加費/1,500円 定員/20人(定員になり次第締め切り) 申込締切/2月末日 予約・問い合わせ/松永式健康痩身の会北海道支部

四0138-40-8522 (からだハウス 藤~ウィステリア~)

# ポイントためてTシャツゲット! いつでも生ビール1杯サービス

A la carte

## 焼肉 ホルモン 丸亀

創業48年の同店では、ポイントカードサービスを実施中。 1枚15ポイント(1,000円ごとに1ポイント)のポイントカードを3枚集めると、オリジナルTシャツをプレゼント。このTシャツを着て来店すると、いつでも生ビール1杯が無料に!お得に美味しく自家製ホルモンを楽しもう!

北斗市七重浜3-15-30 **25**0138-49-2718 16:30~23:00 月曜定休 P有り





# 車のことならおまかせ 車検成約でお得なプレゼント

A la carte

BEST CAR SHOP J-1one (ジェイワン)

オープン企画として、車検成約でオイル交換券(4回分)とタイヤ交換券(2シーズン分)をプレゼント。さらに「函楽を見た」と言うとワイパーブレードもプレゼントとかなりお得。料金は3コースから選べて、法定費用・車検整備費用・消費税・24カ月点検がコミコミで軽自動車49,990円~。

北斗市七重浜8-12-10 20138-48-5672 9:30~19:00 日曜・祝日定休 P右り





# 地肌から毛先まで同時にケア うるおいたっぷり"ヘアエステ"

Beauty

## 美容室 GEMINI

昨年7月にオープンした美容室「ジェミニ」では"ヘアエステ"(2,500円)が好評。保湿効果の高い"コラーゲンホイップ"を使ったヘッドスパとトリートメント+ホームケアの5ステップで地肌からみずみずしくうるおいを与え、毛先までやわらかな仕上がり。癒されながら輝く美しい髪を叶えてくれる。

函館市白鳥町20-10 20138-84-1333 ※予約優先 10:00~18:30(日曜・祝日は17:30まで) 火曜・第3月曜定休 P右り





ゲーム占い・ヒマつぶし占いはもう卒業! **女子力重視**の本格鑑定

# 本気の恋占い



すぐにでも 両想いに なりたい!

# 片想い



# 例えば…

本格的な相性占いをしてほしい! 気になるあの人の気持ちを知りたい! 少しでも想いを叶えるチャンスが欲しい… どんなテクニックで両想いになれる?

, つきあって いても、 不安…。

# 両想い



# 例えば…

カレは浮気してる?していない? 本当に私だけを愛してくれてる? 何か隠し事をしているみたいで不安… 今よりもっと心の絆を深めるには?

だれにも ナイショの 恋してる。

# 秘密恋



# 例えば…

友人の彼を好きになってしまった…。 いつまでこの想いを秘めていればいいの? 私の気持ちはむくわれる? 彼の一番になりたい…どうしたらいい?

ほんとうに 別れる 運命なの?

# 復縁希望



# 例えば…

今、あの人は私をどう思ってる…? 2人は別れる運命なの? どうやったら相思相愛に戻れるの? 2人をジャマしている何かとはいったい…

どうして 出会いが 無いの?

# 恋したい。



# 例えば…

なかなか好きになれる人が現れない。 どうしたら?いつ?運命の人に会える? いつごろ結婚相手にめぐりあう? 今、私は誰かに想われてる?

無料 **恋**の スピリチュアル・ヒーリング http://ey.geg.jp



03-4330-5927[受付時間]月~金曜:10~18時 ◆バケット料金は別途かかります。◆利用規約をお読みください。



# 笑顔の絶えないサロンにしたい ス 年、 お 1

明る

ぞれの います。 うに心掛けています。 自 L 0 ヘアス 仕事 分がされてイヤな事 様 することの難しさはあります 信 タイリストになって3 0) 頼さ 元 0) 個 タイルに正解はなく、 魅 魅力です 力を 性を生かせるところがこ 一人ひとりの気持ちを理 気 よく。 れる美容師を目 最大限 ね。 をモッ 生 ″明るく、 かせる はしな **|** 指 1 それ して 美容 が、 に、 楽

笑

/顔の絶えないサロンにしていきた

じて函館を盛り上げていければ・・・

度ご来店ください。

シュしたいと思っている方はぜひ いですね。気分を変えたい、リフレッ

取り入れています。 添加の安心・安全な薬液を積極的に をコンセプトに、ノンシリコンや無 囲気です。 サ 傷みにくく取れにくいクリー 人気のエアウェーブや低温熱で髪 は男女問わず20代~60代まで幅広 何気ない会話も気軽にできる雰 ロン内はアットホー 人と地球に優しい美容室 おすすめメニュ -ムで、 お客

サロン内は白を基調に、空間をゆったり使用。キッズ スペースもあり、子ども連れも気兼ねなく利用できる。 ネイルコーナーも備え、お得なキャンペーンなども 行っている。

これからは美容師という仕事を 僕自身はショー やメンズスタ トからボ

ノキ が得意ですね。 ユート系スタイル

イ 0)

ル

プロフィール

balm

hair

1983年、函館市出身。札幌ベルエポック美容専門学校 を卒業後、函館市内の美容室3店舗で勤務し、昨年田家 町から中道に移転した「balm hair」に入店。明るく店を 盛り上げる存在で「お客様と長くお付き合いできるような 取り組みや技術を身につけるため日々頑張っています ね」と工藤オーナーからの期待も大きい。



函館市中道2-24-15 ☎ 0138-32-8288 9:30~19:00 (日・祝日は18:00まで) ※予約優先 木曜·第3水曜定休 P有り

取材・写真:佐藤 史子















ECOLOGY *Sustainable* ORGANIC

美しく艶やかな髪。 それは、すべての女性の憧れ。 美しく艶やかな髪を M3Dシステムで手に入れる。

芸能人のブログ等でも取り上げている注目の M3D。ナノより細かいピコ粒子を髪の芯まで浸 透させ栄養分を補い傷んだ部分を補修。繰り返 す度にツヤがUP!女度UP!!

詳しくはHPへ⇒ http://m3djapan.com/



+M3Dカラートリートメント

M3Dの艶に、やわらかさ・ しなやかさ・おさまりがプラス!! ¥9,450

■M3Dカラー (通常質格)¥8,400→¥6,300 ■M3Dカラートリートメント 「通常領格]¥8,400→ ¥6,300

■M3Dカラートリートメントダブル (海電報)¥13,500→ ¥9,450

МЗDシリコン除去 мз 

# ・ポン持参で下記特別料金で提供

# うねり、広がり、ふくらみ…。思い通りにならない髪に イライラの毎日を送っているあなたのために

クセによるうねり、広がりが気になる方にオススメ! Straight ストレート 神髪シリーズ

首都圏では15,000円くらいの相場ですが、 当店では半額以下の金額で施術できます ぜひ1度お試し下さい!!

<sup>‡ラッテ</sup>ᇶ縮毛矯正 カット・シャンプー・ブロー別

●輝髪デジタルパーマ [通常価格]¥13,650→ ¥**8,400** ◆輝髪縮毛矯正+毛先ソフトカール [通常価格]¥13,650→ ¥8,400

◆POINT輝髪縮毛(1POINT) [通常価格]¥5,250→ ¥3,150 ◆フロントサイド(2POINT) [通常価格]¥6,300→ ¥**4,200** 

 $\spadesuit$ フロントサイドネープ (3POINT)  ${}_{\scriptscriptstyle{(4866)}}$ ¥7,350 ${}_{\scriptscriptstyle{(47566)}}$ 





若々しい女性らしい素敵なショート・ポプスタイルを手に入れたい方へ。 トップのベタン!!悩んでいませんか?? トップのふんわり感でシルエットを華やかにするカットサポートシステム

IFUME ארברע

ふわっとPOINTパ-

カット+ [通常価格] ¥1,575 \*#風メニューは、 ございません。

詳しくはHPへ⇒http://www.milbon.co.jp/products/lifume/index.html



トップ・スタイリストカット
※指名率が高く、NATURAL8の技術指導に携わるスタイリスト スクールカット 通常料金×2.575 ¥2,100 ジュニアハイスクール カット 通常料金×2.520 ¥1,995 前髪カット 通常料金¥1,365▶ ¥840 カット 通常料金¥2,100▶ ¥1,680



Hair studio **NATURAL** 

函館市日吉町1丁目29-5

受付ホットライン (ご予約優先) **TEL.0138-56-0333** 

※ご希望のお時間、お日にちをご指定される方は2,3日前のご予約をおすすめします。 ※他各種カード取扱いOK ②スタイリストランク別技術料金制 ②単品メニューに限りブロー料金 (¥1,050)が別途かかります。

◎25種類のドリンクバー (エスプレッソ、ハーブティー、 他ソフトドリンク)

□ ○セット面15面 ○待合10席 ○全席禁煙 ②オートシャンブー ◎個室(要予約・TVあり・DVDソフト持込可) ◎ドッグバーキング有 ◎床暖房完備(足下ぼかぼか) 価 ◎無線LAN(パソコン持込可・DSインターネット可)

定休日 2月16日(木)

WSA Masson



店舗前専用駐車場有(全25台完備) 



各メニュー特別価格で提供 [新規お客様限定]カット+カラー及びワンプラ (新規お客様のみご提供価格 ■クーポン持参でご利用の方■お1人様1枚限り ■他券併用不可■平成24年3月31日まで有効



携帯電話予約メールは休日も受け付けております ■ 〒バイルサイトからのご予約なら時間外、 休日のご予約もOKです!QRコードを読み 取れない場合は下記つい

http://www.natural-8.jp





ユアン・スパヘようこそ

優しいほほえみに 安らぎを感じて

時を忘れて、心を解き放つセラピストに身を委ね カラダの芯からくつろげる癒しの世界へ

# デトックススリムボディトリートメン

女性らしく、美しく…そんなあなたのお手伝いいたします。

全身をスッキリデトックス&

痩せたい方は・・・

まずは、バルネオテラビー(入浴療法)で体全体の毛穴を開きます。 その後魔法のシートに入り、プラスイオン化している体の細胞をマイナスイオン化し一時間で痩せやすい体を作ります。締めくくりは、"超 ゴッドハンド"によるからだの奥にあるセルライトまで届く施術で20分 後には自分の体の変化に気がつけるくらい効果の高い施術で 全身を引き締めていきます。

# 特 別

诵常 ¥12,600の ところ

バルネオテラピ--20分

岩盤+赤外線マット40分

デトックストリートメント60分

※このコースが始めてのお客様に限り上記コース 3回まで特別プライスにて提供。



とにかく効果が話題のデトスリ!函館ではスローティ ラテだけの特殊な手技でセルライトに働きかけるトリート メントの効果はもちろん、通常苦しくなりがちな岩盤浴 も魔法のシートだと、お顔が出るから息苦しさも全くあり ません!!手技取得セラビストが限られているためご予約 はお早めに・・・まずは効果を実感してください・・・。

# ベビードールアイラッシュ ジェービーエス認定校

まつ毛エクステ エクステ両目つけ放題 通常価格 ¥10,800のところ ¥5,800 エクステ両目30本づつ

通常価格 ¥5,200のところ ¥4,800

ベビードールのような仕上がりた安心してセレブカールを体験でディプロマ付のスクールも開催し ●しみない●痛くない●自然●とれにくい

ごわつかない



※当サロンのグルーは無臭で刺激物を含まないので 目にしみず痛みもありません。

# モテ肌 パーフェクトフェイシャル

お顔全体の老魔物を排出することで、手穴、ニキビがすっきり、デコルテからリンパを流していくことで たるみを引き上げ、小顔効果も期待できます。

仕上がりはもちろんのことファンデーションののりまで完璧に! NEW 引き上げ・美白コース 通常料金×11,600のところ 90% ¥4.800

人気! 毛穴・ニキビコース 通常料金 $\pm 12,600$ のところ 90  $\pm 4.8()()$ ※このコースが初めての方に限り、3回まで特別プライスで

湯川町→

コープ

ユアンスパ美原 OPENキャンペーン

ッドスパ & ボディリンパドレナージュ または 引き上げフェイシャル パの流れを整えながら、頭皮のコリ、疲れを解消します。

¥12,600 → ¥

# Slowtea•ratte

スローティラテ 中道店 http://www.slowtea-ratte.com

皆ス

様口 1 K

届ラ

け

7

ま テ

す

いエ

テ お 1

は

ス

ょ

ŋ

B

美

容

健

康

**2**0138-56-8868

函館市中道2丁目12-9 営業時間/10:00-22:00 (最終受付19:00) 完全予約制 | 駐車場有

HERE ● ●すしまる

<u>w, Yu</u>an spa

**230138-84-1680** 営業時間/10:00 - 22:00 (最終受付19:00) 完全予約制 | 駐車場有

ヤマダ電機 瀬川+。 産業道路 添●サンクス MEGA ドン・ キホーテ

共通クーポン 各メニュー特別価格で 埋借の夕達りして 提供2名様以上で ご予約の方は

(ネイルは対象外) ■クーポン持参でご利用の方■お1人様1枚限り

※毛髪状況・スタイル等により個人差があります。 ②髪への負担が少なく、カラーヘアにもOK! ③ウェーブ再現力が高くて、お手入れが超カンタン!

(air waveカット込) **¥9,800** 新規限定

(クリーブバーマカット込) 通常¥9.000→ ¥7.000 新規限定

今まで他店でのかかりが悪かった方、 ぜひ一度当店のパーマをご体験ください 〈コテパーマ〉カット込 flOW 通常¥15,000 新規限定

→¥13,000~

■他券併用不可■平成24年3月31日まで有効

①ウェーブの持ちが1.5倍!

ジェル

さらに10%OFF

**balm** のみ

スローティラテは函館:札幌 全5店舗 函館 湯の川店(ホテル万巻1F)・札幌 PIVOT店 011-261-3456・札幌 全日空ホテル店 011-261-2246

ハセガワ ストア●

新規以外のお客様は、カラー・パーマ・縮毛矯正 通常価格より10%OFF! 又はトリートメント・ ヘッドスパを半額でご提供致します。 ポン持参で特別価格に! 2名

**C11七** カット(シャンプー・ブロー込)

Cutの縮毛矯正 カット+縮毛矯正

新規 通常¥11,500→¥8.500

Cut Color Perm +N-7 新規 通常¥13,100→ ¥9.800

CuttPerm カット+パーマ

職型 通常¥3,500→ ¥2,500 職型 通常¥8,300→ ¥5,980

Cut Color カット+カラー (おしゃれ染め、白髪染め) 關 通常¥8,300→¥5.980

Color 

Extention 

177-1

177-1

177-1

177-1

177-1

177-1

177-1

177-1

177-1

177-1

177-1

177-1

177-1

177-1

177-1

177-1

177-1

177-1

177-1

177-1

177-1

177-1

177-1

177-1

177-1

177-1

177-1

177-1

177-1

177-1

177-1

177-1

177-1

177-1

177-1

177-1

177-1

177-1

177-1

177-1

177-1

177-1

177-1

177-1

177-1

177-1

177-1

177-1

177-1

177-1

177-1

177-1

177-1

177-1

177-1

177-1

177-1

177-1

177-1

177-1

177-1

177-1

177-1

177-1

177-1

177-1

177-1

177-1

177-1

177-1

177-1

177-1

177-1

177-1

177-1

177-1

177-1

177-1

177-1

177-1

177-1

177-1

177-1

177-1

177-1

177-1

177-1

177-1

177-1

177-1

177-1

177-1

177-1

177-1

177-1

177-1

177-1

177-1

177-1

177-1

177-1

177-1

177-1

177-1

177-1

177-1

177-1

177-1

177-1

177-1

177-1

177-1

177-1

177-1

177-1

177-1

177-1

177-1

177-1

177-1

177-1

177-1

177-1

177-1

177-1

177-1

177-1

177-1

177-1

177-1

177-1

177-1

177-1

177-1

177-1

177-1

177-1

177-1

177-1

177-1

177-1

177-1

177-1

177-1

177-1

177-1

177-1

177-1

177-1

177-1

177-1

177-1

177-1

177-1

177-1

177-1

177-1

177-1

177-1

177-1

177-1

177-1

177-1

177-1

177-1

177-1

177-1

177-1

177-1

177-1

177-1

177-1

177-1

177-1

177-1

177-1

177-1

177-1

177-1

177-1

177-1

177-1

177-1

177-1

177-1

177-1

177-1

177-1

177-1

177-1

177-1

177-1

177-1

177-1

177-1

177-1

177-1

177-1

177-1

177-1

177-1

177-1

177-1

177-1

177-1

177-1

177-1

177-1

177-1

177-1

177-1

177-1

177-1

177-1

177-1

177-1

177-1

177-1

177-1

177-1

177-1

177-1

177-1

177-1

177-1

177-1

177-1

177-1

177-1

177-1

177-1

177-1

177-1

177-1

177-1

177-1

177-1

177-1

177-1

177-1

177-1

177-1

177-1

177-1

177-1

177-1

177-1

177-1

177-1

177-1

177-1

177-1

177-1

177-1

177-1

177-1

177-1

177-1

177-1

177-1

177-1

177-1

177-1

177-1

177-1

177-1

177-1

177-1

177-1

177-1

177-1

177-1

177-1

177-1

177-1

177-1

177-1

177-1

177-1

177-1

177-1

177-1

177-1

177-1

177-1

177-1

177-1

177-1

177-1

17 20~30本以内 人毛編み込み ¥13,000 通常¥27,800→ ¥13,000

新規以外の方でもOK! カット無料

毛量調整程度に限ります エクステ 20本 ¥8,000 のみ 30本 ¥10,000



メンズに自信がある スタイリスト 在籍しています

Cut ○ Cut ○ Cut ○ Cut ○ Cut ○ Perm — 新規の お客様 通常¥3,000→ ¥2,500 通常¥6,500→ ¥5,700 通常¥7,000→ ¥5,700 河川や海を浄化する作用がある、EMシャンプーを使用。

CONCEPT

「美」・「健康」・「環境」を お客様と共に創造します。

日 )9:30~19:00 祝 )9:30~18:00

人と地球に優しい美容室を目指しております。

薬液のこだわり 当店で使用している薬液などは、「無添加」「ノンシリコン」 などの材料を積極的に取り入れています。

※長さにより、ロング料金がかかる場合があります。また、スタイル、ダメージルベルにより料金が変わる場合がありますので、で相談の上で利用下さい



# 785E ess 10 受付 平日 Color Perm 18:00迄 Cut 19:00迄 日祝 Color Perm 17:00迄 Cut 18:00迄



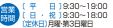
ゲアマイスター在籍 サービス● ・郵便局 響● ベガスベガス● 国道227号線 スパル● 7台駐車場完備 函館市北浜町2-20コスモビル1F HAIR MAKE **予約優先 0138.40.700** 

ネイル \*キャンペーン中\*

\ジェルつけ替えのお客様に限り/

ジェルOFF無料or 半リハンドトリートメント







受付平日 Color Perm 1 0:00之 時間日祝 Color Perm 17:00迄 Cut 18:00迄

# あなたの美様

話題の美容再生医療を!

# ・くぼみ・たるみなどに



気になるほうれい線に

# 負担の少ない岩辺別治療

首身の血液から 抽出した高濃度の 血小板に「成長因 子(グロースファク ター) |を加え、シワ の気になる箇所に 注入します。肌が内 側から再生し、クッ キリついた深いシ ワやくぼみも治療。

皮膚を切開せずに、加工した医療用糸を 皮下組織に通して、顔のたるみを引き上 げる治療法です。コグ(返し)と呼ばれる とげのようなものがついた形状の糸で、 しっかりと組織を

引き上げ、こめかみ の近くで固定しま す。糸は溶けるもの も選択可能です。



コグ(返し)のついた医療用糸

# 医療用糸によるたるみ治療

■片側10本ずつ(合計20本) ------ 56万円型

# 実感! 渔蛸。マシシ

もともと肌に存在 する成分・ヒアルロ ン酸を注入する方 法です。麻酔成分入 りで注入時の痛み も軽減されます。

# ヒアルロン酸 注入

■1部位1本 ····6.8万円~<sup>缀</sup>

太さ0.1mmの超極細絶縁 針を皮膚に挿入し、その先 端からRF(ラジオ波)を流 すことで、真皮層のみに効 率よく熱エネルギーを届 けます。コラーゲン生成を 促進し、ニキビ跡などあら ゆる肌トラブルに働きか けます。

# マシン治療

■顔全体(1回)

······25万円<sup>数</sup>

■1cc·················23万円<sup>税</sup>

自己血小板による皮膚再生療法

# しっかり

# 旨肪吸引

ジェット水流の力で、脂肪 細胞を分離させながら吸引 するため、筋肉・神経・血管 など、周辺組織へのダメー ジを最小限に。そのため術 後の早期回復や痛みの軽 減が可能です。

# 水圧を用いた脂肪吸引

·部位·······34万円<sup>氮</sup>

※手技料8万円を含む

# マシシを

部位の脂肪やセルライトに衝撃波を与えること 、脂肪細胞膜を破壊し、 サイズダウンへと導きます。脂肪細胞そのものを 減らすため、リバウンド のリスクも軽減。

# 超音波による痩身

■1部位(1回)

···········3.3万円~<sup>競</sup>

# ご自身の脂肪で バストアップ



太腿やお腹などから 吸引した脂肪と、その 脂肪の定着率を高め

るために抽出し た、ご自身の細胞 をバストに注入す

抽出した幹細胞濃縮液 る豊胸術です。

# **旨肪組織由来**

幹細胞による豊胸術

■両胸·······200万円<sup>数</sup>

# 切らずに

注入によってサイズア ップする豊胸術があり ます。粒子を大きくし て、持続期間をより長 くした専用のヒアルロ ン酸を注入します。

# ヒアルロン酸注入

■1cc····5,000円巻

※(例)片胸30ccずつの場合 両胸 300,000円(税込)

歯や骨を形成する成分 と同じ成分を、鼻・アゴ などに注入する次世代 の注入剤と言われてい ます。より繊細に形を整 えることが可能です。

# 輪郭形成用注入剤

■1本……10.8万円器

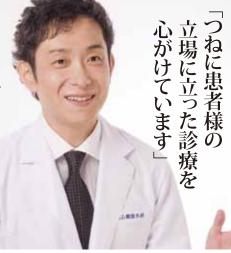
※公的保険は適用されません。治療費は標準的な費用になります。

# 聖心美容外科 札幌院 院長 前多一彦

医師·医学博士

国立旭川医科大学卒業後、北海道 大学医学部附属病院 形成外科入 局。医療法人鉄蕉会 亀田総合病 院にて形成・美容外科部長を歴任。 大手美容外科勤務、理事長・札-幌 ステス各外科動物、生事及、札幌院院長・診療部長を歴任し、聖心 美容外科に勤務となる。日本形成 外科学会認定形成外科専門医。





produced by 聖心美容外科

カラダの「内」から「外」からキレイになれる本気の美容情 報が満載♪ 賢くキレイになれるコツを専門家が指南!

http://www.kirei-daigaku.com/



# 聖心美容外科の安心システム

カウンセリング 無料

患者さまに安心して治療をお受けいただくため、無料カウ ンセリングを実施しています。納得するまで何度でも医師 との相談が可能です。

安心保証制度

術前のカウンセリングや医師の技術、アフターケアには万 全の体制を取っていますが、万が一の場合に備えて、施術 別の安心保証制度を設けています。

ISO9001: 2008取得

2005年に美容外科で初めて、品質マネジメ ントシステムの国際規格であるISO9001: 2000認証を取得。最新版ISO9001:2008 により、高品質医療を維持しています。



# 聖心美容外科 札幌院

まずはお電話でご相談ください〈携帯・PHS対応〉

●診療時間/10:00~19:00〈完全予約制〉 ●土・日・祝日も診療しています〈年中無休〉

夜間専用ダイヤル(20:00~23:00)

(4) 0120-773-566(※新規のご予約のみの受付となります) バソコンからはコチラ! www.biyougeka.com

全国8院 札幌·東京·横浜·熱海·名古屋·大阪·広島·福岡 海外 上海



〒060-0005 札幌市中央区北5条西2-5 JRタワーオフィスプラザさっぽろ 15F



この広告に関するお問い合わせは



# ボデイ〈足流〉 骨盤矯正付き

腰痛・肩こりでお悩みだった方から 喜びの声をいただいております。

60分 ¥5.()()() ¥7.500

120分 ${\pm}10,000$ 

お客様のご要望により新メニュー登場! お顔のゆがみ、たるみが気になる方におすすめ リフトアップ小顔コース

(ピーリング、フェイシャル、デコルテ、 骨格矯正、頭皮経絡、パック)

α-アルブチンの透白美白成分で美白 美白コース<sup>60分</sup>¥5.()()()

(ピーリング、美白フェイシャル、デコルテ、美白パック)

ヒアルロン酸など美容成分を肌の奥まで浸透させる 美容機器「リセルシュールMMT-09」とハンドによる施術

60分コース 通常¥10,000→ 初回限定 ¥5,000 全成して



函館市石川町314-4 登喜 壱番館201号室 **20138-46-3861** サロン営業時間/9:00~19:00 定休日/不定休 P有り

函館新道 市 出張施術有り



# 見て、試して、持ち帰って楽しめる

cosme de ias = zx r-172

見て 当店の 楽しみ方

店内を自由に見ながら お顔で試したり♪

試して お好きな 化粧品を手の甲や

お持ち帰り 

気になるものは サンプルで持ち帰り お試しする事ができます!

### のご紹介です 月は

# 画楽ク=ボン持参の方。下記エステメ

- ●リラクゼーションコース (60分) **¥5,000** フェイシャル→デコルテ→ ハンドトリートメント
- ●セレブコース(60分)¥7,500 フェイシャル→デコルテ→ ハンドトリートメントケア
- ●プリンセスコース (<sub>75分)</sub>**¥10,000** フェイシャル→デコルテ→

ハンドトリートメントケア→ヘッドケア

完全予約制なのでお子様連れでも安心! ベッド完備)

ブログも更新中! http://ameblo.jp/s-ias/



1秒間に300万回の振動を与える事に より、肌にハリを与え引き締まった輪郭、 ツヤっと若々しいお肌を実感できます!

ゆったりとした個室で至福のひとときを・



上記エステメニュ **50%OFF** 

■クーポン持参でご利用の方 ■お1人様各コース1回限り ■他券併用不可 ■平成24年3月31日まで有効

当店のスタッフが豊富な知識で、お客様のキレイの お手伝いを致します!いつでもお気軽にお立ち寄り下さい。

らっしゃる方、今がチャンス!!

めていませんか?

棒二( 森屋 函館山

函館市松風町9-17 000120-23-5265 営業時間/11:00~19:00 月曜定

4年間で853名のお客様が痩せました!

# → 小顔 強化キャンペーン実施中! →



小顔矯正 45%

通常価格 6,825円



話題の骨盤矯正に O.X脚矯正をプラス! 骨盤美脚ダイエット 45% 通常価格 6.300円

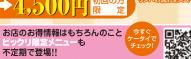
13.125円参



不定期で登場!!

【登録無料】 ホロニック函館

ドメイン指定受信をご利用の場合は https://ssl.form-mailer.jp/fms/7906389d140646 ドメイン [holonic.h@gmail.com] の指定受信設定を行ってください。



# 不安や疑問がある方は、無料カウン **セリング**で聞いてみてください! 無料カウンセリング予約窓口

落としたい脂肪だけしっかり落ちる。

まったのがすぐわかりますよ!

自分の体の現状をこの機会に把握し ※効果には個人差が てみることをオススメします!



[体験者]T.Nさん 3カ月で

体重 -12.Jkg ウエスト

あります

無理な勧誘は一切ありませんので、ご

「元気」と「キレイ」の発信サロン HOLONIC HAKODATE ホロニック函館

お問い 合わせは 函館市美原2-6-19 TEL(0138)85-6666 予約専用 11211-1135-1166

営業時間/10:00~20:00(土曜は18:00まで) 予 約 制 日曜・祝日定休 P有り









個人の感想であり、実際の効果を保証するものではありません

LEXIA 株式会社レクシア 〒550-0002 大阪府大阪市西区江戸堀1-19-10





# 小じわの改善・引き締め・タイトニング・小顔効果・ リンパ血流促進 等お悩み・症状に効果を発揮

ウルトラVリフトは美容鍼の効果を高めるために極細吸収 性の外科医療用糸を真皮、筋膜、筋肉に挿入(部位により 50本~100本)し、この刺激で皮膚や筋肉を引き上げ、皮 膚の下垂を改善。医療用成分で出来ているこの糸は髪 の毛よりも細く、6~8カ月で吸収されるPDO (Polydioxanone)であり、吸収される過程でコラーゲンの 合成を促します。

# 限定3名様

●施術無料(通常顔全体30万) ●写真撮影を了解して頂ける方限定

応募 封書に住所・氏名・生年月日・連絡先・改善したい症状・3カ月以内に撮影した ・実真を同封し「ウルトラソリフト希望」と記載の上当クリニック迄送ってください。 ※詳しくは、クリニック受付までお問い合わせください

各施術 無料 カウンセリング 詳しくは、クリニックまでお問い合わせ下さい。

お気軽にお問い合わせ下さい 美容外科·形成外科·皮膚科(保険医療機関)

# 五稜郭大村美容形成クリニ

院長 大村 勇二 日本形成外科学会形成外科専門医

₹040-0011

函館市本町8番18号 五稜郭本町ビル7階

☎0120-79-4843

TEL0138-35-4874 FAX0138-35-4374 ホームページ http://www.5biyou.com





▋❶❶名様 ご優待券プレゼント エステ&脱毛各コース 5,000円 ご優待券!! エステお試し各コース 1,000円 ご優待券!! 〈完全予約制〉 電話で郵送又は電話予約時にお申し付け下さい。

東洋ビューティクリーツク 5000 優待券 ネテロぞの他のコース新田・ホルレゼント 11111 「国の施術で (効果には (基が はります) ウエスト2~3cm ダウン! フンクール (10回) 42.000円 (10回) 42.000円 フォトフェイシャル シミ・ソノ(カス・シワ・クスミ・モバの間さ号を一気に改 着できる機能的ながのトリートメント ( 手が 上 語でお記みの方、お側の/リカ型になる方化もガライタ です。 2010年 1日 15.750円 1日 1,000円特別ご優待券 ●ハイバーサーミナ●フォトフェイシャル ●定額エステ(お好きなコース) 各60分コープ (MK/II-サーミナンスのか、グェボイトのDPS)(AMRESON RE)

# エステサロン脱毛 [1年プラン×2回で安心の5年間長期保証]

両ワキ脱毛1年プラン(通常料金5,250円)+ワンポイントプチ脱毛1ヶ所で!! 世界最新鋭のマシンと業界屈指の技術で、敏感肌の方も、お肌を傷めず、レベルの高い脱毛効果をお約束いたします。

# 両ワキ脱毛 1 年プラン

# ワンポイントプチ脱毛1ヶ所

- ★眉上 ★頬 ★アゴ ★モミアゲ ★鼻下 ★小鼻
- ★みけん★指先 ★こめかみ ★ロ下 ★ロ元

# 会員制定額エステ

ボディ&フェイシャルのお好きなエステ12コースを フィットネス感覚で毎月定額で受けられる会員制エステです。

あなたのライフスタイルに合わせて選べる4つのコース

リータイム会員 平日&土·日曜·祝日 11:00~20:00

24,800 P

平日(月~金曜日) 17:00~20:00

**№14,800** 

はイシャル or ボディ  $2,\!100$ 円で

平日(月~金曜日) 11:00~17:00 14,800<sup>m</sup>

土・日曜日 11:00~20:00 **№**14,800 €

ソフトピーリング  [1年/各5回]

無金利分割によるお支払いも可能です。

ナ事を心がけております。 スに自動的に移行となり、安心して御利用いただけます

# ハイパーサーミヤ

1回の施術で(効果には個人差があります)

限定20名様 スペシャルコ

ワンクール(60分・10回)

※別途ジェル代金が必要となります

お試し体験 痩せながらエイジングケア!!

高周波を使用し、体の深部温熱作用により、脂肪 代謝を活発にして脂肪を分解・燃焼させます。加 温効果でリンパの流れを促し、しっかり脂肪を燃焼 させていくのでリバウンドしにくいのが特徴です。





お客様の5割以上がお友達からのご紹介のお客様です。北海道内3万名様もの実績でわかる満足度!

完全予約制 駐車場完備 携帯・PHSか

STVテレビで紹介されました。 000120-85-9076 札幌中央店・札幌北24条店



# 肌に、「LHW\*」という新発見。

カルピス株式会社が独自の乳酸菌テクノロジーから生み出した、

肌のための新成分「LHW」は、乳酸菌由来の自然の恵み。

真のうるおいを考えたケアで、肌の底力をサポートしてくれます。

肌の代謝に着目し、しなやかで美しい本来のあなたへ。

30代女性のゆらぐ肌に、今こそ「LHW」のチカラを。





アナウンスに従い下記4桁の広告 コードをプッシュしてください。

キャンペーン番号をお伝えください。

キャンペーン期間:2012年4月15日まで

■ WEB 24時間受付 http://cgad.jp/lac/8



[商品のお届け] ご注文確認後、約7日以内にお手元にお届けいたします。(一部地域を除く)[お支払い方法]クレジット・代引き・郵便搬込・コンピニで、商品到着後7日以内にお願いいたします。[選品・交換]商品到着後、14日以内にお申し付けください。 (返送料は当社負担)[個人情報の取り扱いについて]ご整備いただいた個人情報は、商品・販促品の辨法はよび代金の忠支払い、アフターサービス、味の素グループ商品・サービス等に関するお知らセ、アンケートの佐順、商品・サービス等の開発・企画、ならびにその他関連する票据に利用いたします。おさ様の個人情報は味の素(後)およびジー(後)が共同利用させていただいており、両社が責任を持って管理いたします。歳、この目的の造成のため、機管保持契約を締結している業務委託先または実施機携する関係会社に対してお客様の個人情報を提供する場合がごいます。お客様の個人情報を提供する場合がごかいます。お客様で個人情報を提供する場合がごかいます。

東京都中央区京橋1-16-7 個人情報管理者 2000 0800-666-7777

全国送料無料

手数料無料



# Κ 0 D Α

# 大縄町・上新川町

大寒が過ぎ、立春を迎え 一段と冷え込みが厳しい2月も 暦の上ではもう春です 今回は、3つの大通りに囲まれたおだやかな町 大縄町と上新川町を訪ねました

# ラックスタイ

# 足圧サロン光 (そくあつサロン ひかり)

函館市上新川町8-1 山田ハイツ2F **3**0138-45-6711/080-3268-0628 10:00~20:00(予約受付9:00~17:00) 日曜、祝日定休 ※完全予約制、出張可能



この1月にオープン1周年を迎えたプライベートサロン。足の裏、側面、先を巧みに 使い分け、頭から足先まで全身をケアする「足圧法」は、筋肉をいためることなくコ リをほぐすため、もみかえしが少ないのが特徴。専任足圧師は、明るい笑顔がチャー ムポイントの佐々木真由美さん。足圧法に持たれがちな " 痛い・重い・怖い " とい うイメージも忘れて、安心して身を委ねられる。部分施術は10分500円からと利用し やすいので、疲れ目や肩こりなどちょっとした不調を感じたときにおすすめ。寒さで凝 り固まった体を癒してみては?



デラックス施術(60分3,000円,80分 4,000円)は、全身を丁寧にケアしてく れる。現在、「函楽を見た」で500円オフ (初回、60分、80分のみ)のサービス中。

季節感溢れる「上生菓子」は1個170円。水仙や梅、ウグイスなど、 2月の風物詩を職人技で表現する。午後のひととき、テーブルで 小さな春を感じてみては?素朴で懐かしい「みそぱん」(210円) は、"おふくろの味"として根強いファンが多い隠れた人気商品。



# ケーキも和菓子もおまかせ 大正時代から続く老舗菓子店

函館市大手町にて和菓子店として始 まり、平成2年に現在の場所に移転。 創業86年を迎える現在は、2代目店主・ 田中修司さんが暖簾を守る。看板商品 は、4日間手間暇かけて作る「はこだて 大納言」(1個150円)。羊羹風のなめ らか小豆あんと中に入ったぎゅうひ、表 にまぶしたザラメの食感が絶妙で、1カ 月ほど日持ちするため「贈答用にもおす すめ」と田中店主。戦後から登場したと いう洋菓子は、定番の苺ショートケーキ や、小豆や抹茶を使ったものなどを用意。 小さな子どもからおじいちゃんおばあちゃ んまで、皆に愛され続けている名店だ。

# 龍栄堂(りゅうえいどう)

函館市上新川町6-7 ☎0138-45-1872 9:00~19:00(日曜は18:00まで) 水曜定休 P有り



文·写真: 地本 梨乃





細かな装飾が施された里水牛印(15.800円)、おしゃれな柄が女性に 人気の印鑑ケース(640円)、落款用の高級朱肉(5.800円)。印鑑やゴ ム印、朱肉など印鑑まわりの商品のほか、各種表札も取り扱う。

函館市大縄町5-19 ☎0138-26-4011 9:00~17:00 土曜·日曜定休 P有り

創業35年、永澤孝房さんが営む印鑑の店。20歳でこの道に入り住み込みで手 彫り印の技術を習得、29歳の時に独立した。現在も長年使い込んだ印刀と呼ばれ る専用の道具を使い、一本一本手作業仕上げ。主な素材は黒水牛や象牙、ツゲ、 ラクト(プラスチック)で、使い道や使用頻度に最も適した印鑑を作ってもらえるのは 専門店ならでは。「以前は孫への贈り物として、祖父母が通帳と共に印鑑を用意す るケースも多かった」とご主人。実印・認印・銀行印の3点セットもオーダーできるので、 自分用はもちろん大切な人へのプレゼントとしてもおすすめ。

# 呑み食い処 ひろみ

函館市大縄町14-14 20138-41-1521 17:00~22:00(11:30~13:00は持ち帰りいなりのみ販売) 水曜定休 P有り



「いなり」と書かれた看板が目印の、昨年11月に オープンした家庭料理店。夫婦で営んでいた「ひ ろ寿司 | としての33年間の歴史を引き継ぎ、現在 は奥さんの橋本礼子さんが一人で店を切り盛りす る。店名はご主人の名前から命名。店内や箸袋、 寿司湯呑など寿司店当時の設えそのままに、"お 袋の味"を提供している。ここでは「晩酌セット」(寿 司5貫、刺身、日替わり小鉢、生ビールまたは日本 酒付き、1,000円)で一杯やった後、お好みで一 品料理を注文するのが通のやり方。つぎ足しの特製 タレで作る名物「いなり」(1個85円、8個セット640円) をはじめ、長年地元客に親しまれてきた一軒だ。

築80年以上の店舗は、礼子さんの父が建てた典型的な和洋折衷様式。 平成3年には「歴風文化賞」(残したい函館、函館の歴史風土を守る会選 定)にも選ばれている。ジャガイモ問屋、履物店、寿司店とそれぞれの時代 を見届けてきた建物で、函館らしい粋な夜を過ごしたい。



# 元主 愛の さ味 れを 受 け 61 理だ 店

# アレンジメントが自慢 家族4人と"犬2匹"で毎日営業中

# フラワーショップ ふじもと

函館市大縄町22-6 ☎0138-40-9782 9:00~17:00 無休 P有り

店内外を元気に走り回る、人懐っこい 看板犬ハナとミルクのコンビに思わずにっ こり。藤本泰好さんご夫婦と2人姉妹で 営む、創業35年以上の町のお花屋さん。 「花は生もの。新鮮さが命」と泰好さん。 最も良い状態で提供できるよう、花の管 理は細心の注意を払う。商品はアレンジ メントが中心で、個人用の小さなものから イベントで使う大きなものまで様々。記念 日や開店祝いなど、晴れの席を華やかに 彩る。まだまだ寒さが厳しい2月。部屋に 花を飾って、一足先に春を感じてみては?





花束を作る二女の美希さ ん。予算や贈る相手の好 み、シチュエーションなどを 伝えれば、両親に習ったと であっと言う間に仕上げて くれる。もちろん、自宅用も

# **丁寧な手もみで疲れた体を癒しませんか?**

# 函館中央整体院 表

独自の整体であるバランス整体法は、 体がだるい・肩こり・腰痛・膝の痛み等さまざまな痛み、 筋肉疲労や緊張状態を重要視した施術ですので、 老若男女を問わず御利用頂けます。



【料金一回】(予約制)

60分

- ■15分……1.000円
- ■30分……1,800円
- ■80分……4,000円

# 出張施術 (出張料は無料) も受付中!!

〈臨時休業のお知らせ〉

2/29(水)~3/3(土)までお休みさせていただきます。

共通クーポン [60分コース]通常3,000円→2,500円にて提供

日本臨床整体学術会 会員

北海道整体師連絡協議会 会員 北斗市追分2-53-3

☎/FAX 0138-49-0299 営業時間/9:00~20:00 定休日/月曜日 駐車場有り





# 福祉のお仕事出張

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

時/毎月第2・第4水曜日 13:30~16:00

所/ハローワークはこだて1階 ■場

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













# CINEMA

# 全ての日本人が涙した 映画史上最も切ない愛の物語

# 「ひまわり」



# 2/18 上映予定 [シネマアイリス]

米ソ冷戦時代、欧米初のソ連大ロケを敢行して撮 影された愛の名作が復活。戦線に送られた夫・アン トニオの行方を追うためソ連に向かったジョバンナが 目にしたものは、美しいロシア娘と結婚した幸せそう な夫の姿。絶望と涙、気晴らしの恋愛…そんなある日、 突然アントニオが彼女の元を訪ねてくる。遂にジョバ ンナは運命の決断に身を任せる時が来た…

- ●監督/ビットリオ・デ・シーカ
- ●製作/カルロ・ポンティ●出演/ソフィア・ローレン、マルチェロ・マストロヤンニ ほか

# オアシスを探せば 東京の「いま」が見えてくる

# 「東京オアシス」



# 2/18 上映予定 [シネマアイリス]

風景が生きもののように交わる街、東京。そんな東京の どこかから、何かから逃げてきた女優のトウコは、同じよう に迷いさすらう人々と出会う。彼らとのそれぞれの時間によっ て再び歩き出した彼女の中には、新しい日常が光り始める。

- ●監督·脚本/松本佳奈、中村佳代
- ●脚本/白木朋子 ●出演/小林聡美、加瀬 亮、黒木 華、原田知世 ほか

# 世界的ベストセラー3部作 完全映画化

# 「ドラゴン・タトゥーの女 | (R-15+)



# 2/10 上映中 [シネマ太陽函館]

名誉毀損裁判で敗訴し、意気消沈の日々を送る敏 腕ジャーナリスト・ミカエルのもとに、1件の依頼が 舞い込む。それは、40年前に失踪した少女の捜索依 頼。なかなか手掛かりの掴めない彼は、天才的な資 料収集能力の持ち主の女を紹介される。拒食症患者 のように痩せ、龍の刺青が異彩を放つ彼女の名はリス ベット。二人が突き止めた身も凍る真実とは…。

- ■監督/デヴィッド・フィンチャー●脚色/スティーヴン・ザイリアン
- ●出演/ダニエル・クレイグ、ルーニー・マーラ、クリストファー・プラマーほか

# スピルバーグ監督が贈る 生きぬく勇気と希望の物語

# 「戦火の馬」



# 3/2 公開予定 [シネマ太陽函館]

舞台は第一次世界大戦、激動のヨーロッパ。故郷を遠く離れ、 戦火を必死に駆け抜いた一頭の馬は、やがて人々に「奇跡の馬」 と呼ばれるようになった…。トニー賞5部門受賞の栄誉に輝い た同名小説を、映画ならではのスペクタクルで描いた感動作。

- ●監督/スティーブン・スピルバーグ
- ●脚本/リー・ホール、リチャード・カーティス●出演/ジェレミー・アーヴァイン、ニエル・アレストリュプ、ピーター・ミュラン ほか

# DVDRENTAL

# 情熱の国を駆ける 壮大なサスペンスが幕を開ける

# 「アンダルシア 女神の報復」

- ●監督/西谷 弘 ●原作/真保裕一 ●出演/織田裕二、黒木メイサ、戸田恵梨香、福山雅治 伊藤英明 ほか



守るべきものは、誇りか、 愛か-。舞台は情熱の国・ス ペイン。"裏の顔を持つ外交官" 黒田は、テロ組織が絡む未曾 有の国際犯罪を追い、太陽に 愛された地アンダルシアへ。仕 組まれた罠、錯綜する情報、 隠された秘密…果たして何が彼 を待ち受けるのか!?

# 一大アクションエンターテインメント感動の大ケツ作

# 「映画クレヨンしんちゃん 嵐を呼ぶ黄金のスパイ大作戦」

- ●監督/増井壮一 ●原作/臼井儀人●声の出演/矢島晶子、ならはしみき、藤原啓治、愛河里花子 櫻井 智 ほか



突然現れた謎の少女レモン によって、"嵐を呼ぶスパイ園 児"になったしんのすけ。アク ション仮面の指令を受け、正 義のカプセルを取り戻す任務に 向かう2人だが、家族をも巻 き込む事態に発展して…今、し んのすけの最もおバカで最も 危険なミッションが始まる!

# シリーズ遂に完結 全ての謎が明かされる

# 「トランスフォーマー

## ダークサイド・ムーン

- ●監督/マイケル・ベイ
- ●製作総指揮/マイケル・ベイ、ブライアン・ゴールドナー、 スティーブン・スピルバーグ ほか
- ●出演/シャイア・ラブーフ、ジョシュ・デュアメル、ジョン・タトゥーロ ほか



かつて起きた事件が引き金 になり、大戦争勃発の危機に 直面する地球。遥か宇宙の彼 方からやってきた未知の金属 生命体「トランスフォーマー」 による侵略に、なす術もなく 追い詰められていく。果たし て人類は、世界を、地球を守 ることができるのか!?

# B O O K

## 未曾有の時代を生きる 究極のヒント

# 「下山の思想」

●五木寛之 ●幻冬舎新書 ●777円



敗戦から見事に登頂を果たした 今こそ、実り多き「下山」を思い 描くべきではないか?下山とは諦 めではなく、新たな山頂に登る前 のプロセス。鮮烈な世界観が、 展望なき現代に光を当てる。成長 神話の呪縛を捨て、人間と国の 新たな姿を示す画期的思想集。

# 不世出の指揮者 その煌めく魂に触れる

# 「小澤征爾さんと、 音楽について話をする」

●小澤征爾、村上春樹 ●新潮社 ●1,680円



「良き音楽」を求め耳を澄ま せる小説家に、マエストロは率 直に自らの言葉を語った。復活 のカーネギー・ホールのこと、 60年代の軌跡のこと…東京で、 世界の様々な場所で、時間を忘 れ自由に語り合った、1年に及 ぶ迫真のロングインタビュー。

# すべてを語った初めての自伝的人生論

# 「相性」

●三浦友和 ●小学館 ●1,470円



結婚30年、俳優40年、人 生60年。今年1月に還暦を迎 えた俳優・三浦友和が、初め て自らの半生を振り返る。少年 時代、忌野清志郎との交流、 山口百恵との結婚…全てにお いて真面目さを愚直に貫いてき た三浦流「人生哲学」とは何か。

# MUSIC



沖縄系ロックバンド 待望のメジャーデビューアルバム

# [JaaLBUM 01]

## ジャアバーボンズ

●アルバム ●ヤマハミュージックコミュニケーションズ ●DVD付初回限定盤2,800円 ●通常盤2,500円



まさかのセカンド へたれシングルが完成!

「僕らチェンジザワールド」

アニメ「NARUTO-ナルト-疾風伝」

忘れらんねえよ

2011 12 / 21 発売 ●シングル●バップ●1,050円



1/18 発売

オープニングテーマ曲

newsong e.p. ]

### tacica

●シングル ●SME ●1,300円

初のタイアップに挑んだシングル。普遍 的なメロディーと、ほかと一線を画す独自 の世界観は変わらぬまま、大きく、深く、 広くなったバンドtacicaを感じられる

沖縄の熱い風を背負った、パーティーロッ

ク6人組バンド。爽やかハイトーンボイスの

YASUと巨漢でゴツ可愛いTAKANOの.

ツインボーカルが奏でる優しいメロディーと

力強い歌を堪能してほしい。等身大の恋愛

汗と涙と借金まみれ。それでも、世界

を変えたいんだ-。業界で話題沸騰の

"ぽっと出"バンド。アニメ「キメゾーの

決まり文句じゃキマらねぇ Featuring

サブ男」テーマソング起用曲「サンキュー

アイラブユー世界」も収録。

と生き方をつづった全10曲を収録。

# 独自の世界観が昇華した コラボレーション作品

# 「mitaina∣

## たむらぱん



# 1/18発売

- ●アルバム
- ●日本コロムビア
- ●DVD付き初回限定盤3,675円
- ●诵常盤2.940円

作詞作曲はもちろん、 ジャケットやウェブページのアー

トワークまで手掛ける真のマルチアーティスト、田村歩

美のソロプロジェクト。パンクバンド・SNUFFや斎藤

ネコ、HALFBYなど様々なジャンルのミュージシャンと

コラボレーションした超意欲作。収録される12曲のう

ち、なんと11曲がCD初収録! "たむらぱん流POP"



一作。初回仕様限定盤にはNARUTO "尾獣"透明ステッカーを封入。

# EVENT

# 柴田アイリ「Earthy...」 発売記念インストアライブ



3/10(+)13:00開演

札幌を中心に活動する七 飯町出身のシンガーソングラ イター柴田アイリの1stミニ アルバム発売を記念したイ ンストアライブ。タイトル「E arthylの名の通り、少 し土臭い、ノスタルジック に仕上がったサウンドで彼 女の世界観を多くの人に届 けてくれる。代表曲は「地 球(ホシ)の踊り子」ほか。

- ●会場/玉光堂函館五稜郭店
- ●料金/無料
- ■問い合わせ/☎0138-32-8525(玉光堂函館五稜郭店)

# 春の洋蘭展示会 2012



9:30~17:00 (最終日は16:00まで)

- 3/9(金)~11(日)
- ●会場/亀田福祉センター
- ●入場無料
- ●問い合わせ/☎090-7050-3855(函館洋蘭倶楽部事務局)

も開設。

# 北海道歌旅座 ニッポン全国市町村公演



の一本筋が通ったアルバム。

2/24(金) 18:30開演

ソウルフルな歌で聴くも のを圧倒するJUNCO、L OOKのメンバーだったチー プ広石を中心とし、歌を「手 渡し」で届ける《北海道歌 旅座》。家族への愛情、命 の尊さ、人生の誇り・・・ 彼らの奏でる音楽は、感動、 郷愁と共に、明日を生きる 元気や勇気を与えてくれる。

- ●会場/北斗市総合文化センターかなで〜る 小ホール
- ●料金 / 1,000円,高校生以下無料
- ●問い合わせ/☎0138-74-2000(北斗市かなで~る協会)

# サンリオファミリーミュージカル ハローキティのラブリーステージ!



3/24(+) ①11:00開演 ②14:00開演

サンリオキャラクターた ちと楽しく遊ぶ第1部と キャラクターとダンサーた ちが夢のミュージカルを贈 る第2部からなる、ハロー キティを中心に、歌ったり、 踊ったり会場全体で楽しめ るバラエティーいっぱいの スペシャルステージ。

- ●会場/北斗市総合文化センターかなで~る 大ホール
- ●料金/2,000円
- ●問い合わせ/☎0138-74-2000(北斗市かなで~る協会)

# ステージラボ2011 レッツ!ワークショップ 一ア・ラ・カルト-受講生修了公演「Re:スタート」



3/18(日) 14:00開演

各分野のプロを講師に迎 えて開催したステージラボ のワークショップ(演技編、 声優編、演出編、照明デ ザイン編、舞台美術編、女 優編、ダンス編)に参加し た受講生たちが、自ら台本 を書き、演技を練習し、舞 台セットを考えて作り上げ た舞台を披露する。

会員43人が丹精込めて

育てた、コチョウランなど

大小さまざまなラン約200

以上の鉢をお披露目。期間

中、洋ランの苗をプレゼン

ト (限定100株)!即売会

や11日14:30から洋ラ

ン栽培講習会を開催する。

ほか、焼きたてパン研究会

による軽食・喫茶コーナー

- ●会場/函館市芸術ホ
- ●料金/500円(全席自由) ●問い合わせ/☎0138-55-3521(函館市芸術ホール)

# 2012スプリング・コンサート 函館男声合唱団コンサート ~故郷をうたい平安をいのる~



3/11(⊟) 13:30開場 14:00開演

2005年に結成した本 格的男声合唱団。年1回の 定期演奏会や各都市でボラ ンティア演奏を行い、昨年、 初の海外公演を行った。曲 目はC.F. グノー/第2ミサ 曲、浜頭瑛嗣(編曲)/北 海道賛歌メドレー(虹と雪 のバラード、宗谷岬、恋の 街札幌 他)、多田武彦/ 男声合唱組曲「富士山」。

- ●会場/函館市芸術ホール
- ●料金/一般2,000円、学生1,000円、中学生以下無料(要整理券) (全席自由・当日500円増)
- ●問い合わせ/☎0138-55-3521(函館市芸術ホール)

協力「MUSIC]玉光堂函館五稜郭店 ☎ 0138-32-8525





# $2/15 \times - 3/14 \times$

# 📙 棒二森屋

函館市若松町17-12 ☎0138-26-1211(代) 10:00~19:00 (本館地階食品館は20:00まで) 2/17(金)~2/21(火) ■レディス冬物ファイナルバーゲン

2/18(土) ~2/26(日) ■ 日本の伝統職人展

2/23(木)~2/29(水) ■アイデア商品バザール

■津軽工芸展

■萩原司作陶展

3/1(木)~3/6(火) ■春の皮革市

■レディスファッションバーゲン

3/8(木)~3/12(月) ■刑務作業製品展示即売会

■御徒町宝石問屋直販会

3/14(水)~3/21(水) ■春の全国うまいもの味めぐり

# ӎ 丸井今井

函館市本町32-15 ☎0138-32-1151(代) 10:00~19:00 無休

2/15(水)~2/20(月) ■ 英国有名トラディショナルブランドバーゲン

■生地のカナリヤバザール

2/22(水)~2/27(月) ■ 鈴乃屋きもの三都めぐり

■ 春のアクセサリーグランドバーゲン

■特選プレタバーゲン

2/29(水)~3/5(月) ■婦人・紳士・子供 春のスポーツバーゲン

■山形ニット製造元直売会

3/7(水)~3/12(月) ■春のトリンプ・ナイティバーゲン

■ 春のイビサフェア

■ 春のベビー・子供服バーゲン

# **⋘** テーオ−

函館市梁川町10-25 ☎0138-32-0001(代) 10:00~19:00(1·4Fは21:00まで) 無休

2/16(木)~2/19(日) ■ 紳士服イージーオーダー特別販売会

■ 絵画·版画展示即売会

2/23(木)~2/29(水) ■ アンティークきもの&手作り洋服フェア 3/1(木)~3/6(火) ■ きものリサイクル掘り出しフェア

3/9(金)~3/13(火) ■刑務所作業製品展示販売会

# 🏂 イトーヨー力堂

函館市美原1-3-1 ☎0138-42-6611(代) 9:00~21:00 無休

~2/29(水) ■入園入学用品コーナー開設中

2/22(水)~2/27(月) ■ 衣料品・住まいの品「理由ありセール」

 $2/22(水) \sim 3/14(水)$  「ホワイトデー|ギフトコーナー開設

2/29(水)~3/5(月) ■ 道南味めぐり

**~5/4(金)** ■ 「節句人形」展示販売会

2/18(土)・28(火)、3/8(木) ■ 毎月8の付く日はイトーヨーカ堂の「ハッピーデー」 セブンカード・IYカード・ナナコカード利用で5%割引(一部商品除く)

# ダイエー上磯店

北斗市七重浜4-44-1 **2** 0138-49-8188 (毎週日曜と毎月1日は9:00開店) ~3/14(水) ■ ホワイトデーギフトコーナー開催中

~3/20(火) ■新一年生応援 ランドセル・学習机 全国無料配達実施中

~4/15(日) ■ ダイエーの新生活カタログ (対象商品合計5,000円以上お買い上げで全国無料配達)

3月中旬頃~ ■春の内祝ギフト

(内祝ギフトコーナー・カタログ掲載商品1品2,500円以上で全国無料配達)

2/16(木)・23(木)・3/8(木) ■毎週木曜日は「木曜の市」(98円均一・バラ売り・タイムバーゲン等)

3/1(木) ■毎月1日は「一の市」

# ポールスター ショッピングセンター

函館市港町1-2-1 20138-62-7300 A棟10:00~21:45 B棟10:00~21:00 C棟10:00~店舗により異なる 無休 2/19(日) ■ フリーマーケット(C棟2F·10時~13時)

2/23(木)~2/25(土) ■ 紳士服イージーオーダー催事販売(B棟イベントスペース・10時~19時)

2/26(日) ■ ちびっ子ビンゴ大会(ビンゴカード1枚200円、当日14時~販売)

(B棟イベントスペース・15時~)

3/4(日) **■** フリーマーケット(C棟2F·10時~13時)

# **MEGA** ドン・キホーテ 函館店

函館市美原1-7-1 **常**0138-45-3810(代) 9:00~24:00 無休

2/17(金)~2/23(木) ■ 春のワンダーランド

2/20(月) $\sim 2/22$ (水) $\cdot 2/27$ (月) $\sim 2/29$ (水) 3/5(月)~3/7(水)・3/12(月)~3/14(水) ■食品驚安!どえらい市

2/24(金)~2/29(水) ■4年に一度のうるう年スペシャル

3/2(金)~3/8(木) ■春の新入学・新生活応援特集

3/9(金)~3/15(木) ■ スプリングフェア

2/20(月) •27(月) •3/5(月) •12(月) ■毎週月曜は「月MEGAの日」 2/20(月)・25(土)・26(日)・27(月) ■ 月MEGAの日と毎月25・26日はカウンセリング化粧品

3/5(月)・12(月) 全品ポイントスタンプ3倍

~3/14(水) ■ 化粧品3割引(-部商品は除く)

※各店、催事及び催事名は都合により変更になる場合がございます。予めご了承下さい。







# 花王 アタック バイオジェルセット

容量: 本体1.0kg×1本、詰替え用0.9kg×4本

独自に開発した高活性バイオ酵素が繊維に素早く浸透・洗うたび、汚れやニオイを元から分解除去してくすみのない本来の白さに洗い上げます。





# 日清オイリオ べに花油&ヘルシー キャノーラ油セット

日清べに花油:400g×2本

日清ヘルシーキャノーラ油E:400g×2本

いま選びたいのは、カラダ思いのおいしさ。日清オイリオの「べに花油」と「ヘルシーキャノーラ油」を各2本セット(計4本)でご用意。日本製。





# ラクスター4 ワンタッチパン18& 20cmセット[IH対応]

箱サイズ:約227×230×120mm 材質:鍋/ステンレス銅(底の厚さ0.6mm)、蓋/ステンレス銅、 着脱ハンドル・つまみ/フェノール樹脂(備長炭・抗菌剤配合) 満水容量:鍋18cm 約2.4L/鍋29cm 約2.9L

商品重量: 1,110g 中国製

IH 対応の使いやすい鍋を二つセットでご用意。取手の部分が簡単に着脱できるので、使い終わったらすっきり収納できるすぐれモノです。

※商品のデザインや仕様が変更になる場合があります。あらかじめご了承ください。

# ご購読のお申し込みは、下記フリーダイヤルまで

朝日新聞函館PRセンター

函館市大川町2-5

- ●お試し読みは現在ご購読中の場合はご利用いただけません。
- お申し込みからお届けまで2、3日かかる場合があります。
- ●お試し読みはお一人様(1世帯)につき1回のみ有効です。
- あります。 ●新聞は最寄りのASA(朝日新聞販売所)からのお届けとなります。

住所·氏名·電話番号·現在ご購読の新聞名と、「<mark>函楽を見た」</mark>旨をお知らせください。

С

# セント・ハレット タティアラ ロゼ

**750ml** ※応募は20歳以上の方限定

3名様



日本人の繊細な味覚にあわせたオーストラリア ワイン。昨年発売の赤と白に続き、春に向けロゼが 登場。華やかな香りとさわやかな味わいの辛口に仕 上がっており、日本の食事にも良く合います。

●提供/メルシャン株式会社 ☎03-3231-3961

В

# サッポロ プレミアムアルコールフリー

350ml缶1ケース(24本入り) ※応募は20歳以上の方限定

3名様



好評の「サッポロ プレミアムアルコールフリー」 がリニューアル。麦芽100%麦汁のしっかりとした 麦の旨みはそのままに、原材料の配合バランスを 最適化することで「爽快な後味」を実現しました。

●提供/サッポロビール株式会社 道南支社 ☎0138-31-7171 Α

# ジネステ・グラーヴ・ルージュと ジネステ・グラーヴ・ブラン

各750mlのセット

※応募は20歳以上の方限定

3名様



品質にこだわり、数々の受賞歴を持つフランス・ジネステ社のボルドーワイン。まろやかな酸味でバランスの良い味わいの赤ときりりとした酸味とわずかな苦味が心地良い白のセットです。

●提供/アサヒビール株式会社北海道統括本部 ☎011-861-9737

F

# バーナフォン オリジナルバッグ

3名様



スイスの補聴器メーカー・バーナフォンから 「フィードバック抑制」機能でハウリングを起こさせない「CHRONOS ナノ ライト」発売を記念し、ノートPCが入るオリジナルバッグをプレゼント。

●提供/バーナフォン株式会社

Ε

# スリランカ産 フレッシュティー詰め合わせ 3名様



紅茶専門店ルフナからスリランカ産フレッシュティーの、キャンディとルフナのセットをプレゼント。 同店では茶葉をはじめ、ティーグッズの各種ギフト も販売しているので、プレゼントにいかがですか。

●提供/紅茶専門店ルフナ ☎0138-55-0443

D

# コカ・コーラまたは コカ・コーラ ゼロ "さっぽろ雪まつりオリジナルデザイン缶"

350ml缶1ケース(24本入り)

6名様





札幌市と北海道コカ・コーラボトリングがコラボした 「さっぱろ雪まつり」応援のデザイン缶。さっぱろテレ ビ塔や札幌市時計台を用いた可愛いデザインで、売 上げの一部をさっぱろ雪まつりの運営に寄付する。

●提供/北海道コカ・コーラボトリング株式会社 **☎**0120-308509

# 《応募方法&アンケート》

プレゼントにご応募される方は、右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 函楽編集部「函楽3月号プレゼント」係

《ホームページ》 http://hako-raku.jp

- ●応募締切:平成24年3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。

[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 本号でつまらなかったコーナーとその理由を教えてください。
- Q3 今後取り上げてほしいテーマはありますか。
- Q4 あなたのおすすめ、または気になるお店を教えてください。
- Q5 本誌に対するご意見・ご感想を自由にお書きください。

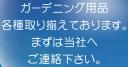














# 営業品目

- ・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)



みしい

からはじまる

うるおい

のある生





HAKO-RAKU BRAKU BR

HAKO-RAKU EI AKO TAKU EI AKO-RAKU EI AKO-R

HAKO-RAKU BRAKU BRAKO-RAKU BRAKO-RAKU BRAKU BRAK

HAKO-RAKU BRAKU BRAKO-RAKU BRAKU BRAK

HAKO-RAKU BE COUPON LEGAL PROPERTY PROP

HAKO-RAKU BRAKU BR

# 共通クーポン P113へ

広告内に上記マークがありましたら、 クーポン対象店となります。 共通クーポン券を切り取り 各店へご持参下さい。

共通クーポンは QRコード、函楽WEBからも ダウンロードできます



HAKO-RAKUWER http://hako-raku.jp

「函楽」がデジタルブックで ご覧頂けます。

# ◇九星気学占い

 $2/15_{(7k)} \rightarrow 3/14_{(7k)}$ 

〈運勢アドバイザー〉レディース 占い専科 山﨑 藍生 先生

# 一白水星

昭和11.20.29.38.47.56 平成2.11.20年生まれ

# 後半にかけて運気上昇。 新たな出会いも。

停滞気味の前半から後半にかけ、明るい兆しが。意欲も高まり、新たな出会いも期待できそう。とはいえ結果に結びつけるためには地道な努力が大切。

[愛情]★★ [金運]★★★ [仕事]★★ [健康]★★

# 二黒土星

昭和19.28.37.46.55 平成1.10.19年生まれ

# 実力発揮のとき。 行動力にも恵まれそう。

運気は上々、活気がみなぎるとき。特に後半は自分の力を思う存分 発揮できそう。思いつきの行動は忙 しいだけで利益が出ません。周りと 歩幅を合わせることも大切に。

[愛情]★★★ [金運]★★★ [仕事]★★★ [健康]★★★

# 三碧木星

昭和18 27 36 45 54 63 平成 9 18年 生ま

# トラブル多発のとき。急がば回れの精神で。

前半は好調ですが、後半はまさかと思うようなトラブルの暗示。 順調に見えても油断は禁物です。 結論を急がず慎重な態度で。詐 欺や盗難に注意。

[愛情]★★★ [金運]★★★ [仕事]★★★ [健康]★★★

# 四緑木星

昭和17.26.35.44.53.62 平成8.17年生まれ

# 一度立ち止まって、 これまでを振り返るとき。

運気は強いものの安定性を欠くとき。これまでのことに区切りをつけて。人間関係のこじれには持ち前の協調性で早めの対処を。 古病の再発、持病の悪化に注意。

[愛情]★★★ [金運]★★★ [仕事]★★★ [健康]★★★

# 五黄土星

昭和16.25.34.43.52.61 平成7.16年生まれ

# 目上との関係に亀裂の暗示。 謙虚に譲る気持ちで。

何事にも積極的になるとき。自 信過剰から実力以上の野望を抱 いたり、傲慢な態度になりそう。 気配りを忘れずに。目上との関係 にはとくに注意を。

[愛情]★★★ [金運]★★★ [仕事]★★★ [健康]★★★

# 六白金星

昭和15.24.33.42.51.60 平成6.15年生まれ

# 見通しが甘くなりがち。 ロの災いにも注意。

社交運が活発になるときです。 華やかな場への誘いも多く、楽し いときですが異性関係には注意 が必要。甘い話には裏があると 思って。偏食、過食に注意。

[愛情]★★★ [金運]★★★ [仕事]★★★ [健康]★★★

# 七赤金星

昭和14.23.32.41.50.59 平成5.14.23年生ま

# 変化が起きるとき。まずは受け身の姿勢で。

後半にかけて徐々に精神的に不 安定になりそう。その場の感情に任 せた行動は身を誤る危険が。感情 的にならず決めたことを実行して。 ローンの組み換えなどは要注意。

[愛情]★★★ [金運]★★★ [仕事]★★★ [健康]★★★

# 八白土星

昭和13 22 31 40 49 58 平成4 13 22年生まれ

# 好調運、自己PRのチャンス。 隠し事は厳禁。

思考が冴え、自分をアピールする力も高いときです。周囲に自分の考えを伝える良いチャンスでしょう。反面、秘密はばれやすいとき。信頼関係を大切に。

[愛情]★★★ [金運]★★★ [仕事]★★★ [健康]★★★

# 九紫火星

昭和12.21.30.39.48.57 平成3.12.21年生まれ

# 後半急降下。一人で抱え 込まずに周りに相談を。

前半は好調。有言実行を徹底して。後半は何事もはかどらなそう。 面倒事を押しつけられたり身内の 悩みを抱えやすいとき。一人で抱え ず周囲に協力を求めましょう。

[愛情]★★★ [金運]★★★ [仕事]★★★ [健康]★★★

※1/1~2/3までに生まれた人は、前年の九星になります。 ※前半…2/15~2/29 後半…3/1~3/14

九星気学とは? 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。

女性易占師による、女性専門の、女性のための占い

# レディース占い専科

一人口い寸什

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 10:00~18:00(予約制・時間外は応相談) 九星気学、五行易、四柱推命、姓名判断、数秘術、手相等で総合鑑定します。 些細なことでもお気軽に。

◆総合鑑定/個人 2,000円 相性3,000円
 ※学割 高校生 個人500円 大学・専門学生 個人1,000円 ※再来割引あり
 ◆事業鑑定/2,000円
 ◆家相・風水/2,000円
 ◆命名相談/2,000円

# **HAKO-RAKU**

# 運楽

2012  $M\,A\,R$ 

3

No.35

次号4月号は、 3月15日(木)発行予定です。

# 編集長

工藤貴志

副編集長

編集スタッフ

宮木佳奈美 地本梨乃

国仙知佳子

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

広告 阿部勝友

福田康紀

畑 房児

北村暢清 藤倉康次郎

校正

渡部貴子 上村 恵

池田 朱

撮影

工藤貴志 佐藤史子

国仙知佳子

# 発行

函館新聞社広告局 **2**0138-40-5151

配布エリア 渡島·桧山管内

発行日

2012年2月15日

印刷所 凸版印刷北海道事業部

本誌中の記事、写真、イラストの 無断転載を禁じます

# 特集

# 働く女性が選ぶ おすすめしたい 行きつけ店

生き生きと働き、はつらつと輝く そんな女性たちが疲れた体と心をほぐし 至福のひとときを過ごす お気に入りの店がある 次号では働く女性たちの行きつけ店を紹介する

# ▮企画特集

# 幹事必見 歓送迎会お薦め料理店

春、なくてはならない歓送迎会は場面にあった店選びが肝心 気の置けない仲間と賑やかに、大切な人へのもてなしに 別れと新しい出会いの1ページを飾る とっておきの料理店を紹介する

# 配布·設置場所

函館新聞購読者(一部除く)、ローソン各店、サンクス各店、スーパー魚長各店、セラーズ各店、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・支店、みちのく銀行一部支店、青森銀行一部支店、北陸銀行各支店、グルメシティ北海道各店、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、スーパーアークス港町店、イエローグローブ各店、テーオーストア各店、100円 ショップテーオーストア各店、テーオーデパート、コジマNEW函館店、スーパーアウトレットベスト函館店、ホクレンショップ各店、 大文堂、加藤栄好堂美原店・北斗店、北文館、文教堂湯ノ川店・桔梗店、BOOK OFF各店(一部除く)、アシーネダイエー上磯店、シ ネマ太陽函館、函館山ロープウェイ、ヤマト運輸各営業所、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、カラオケボックス、温泉保養施設ほか)約550店。



# 函館新聞を 定期ご購読の方には毎月

無料誌(フリーマガジン)

# HAKO-RAKU 画楽をお届けします。

※一部地域は除きます。

# 函館新聞を 読みませんか?

※函楽は、函館新聞のサービス誌です。

# 函館新聞ってこんな新聞

- ●道南の身近な情報満載(お悔やみ情報はもちろん、街の話題盛りだくさん)
- ●街の新店やイベント情報もご紹介
- ●全国ニュースも満載
- ●値段も1カ月2,300円とお手頃





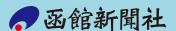
# 函館新聞の無料お試し期間もあります。

**受付時間** AM9:00 { PM4:00 お問い合わせ先



0120-8540-46

※現在ご購読いただいている方はご利用できません。割引券としてもご利用いただけません。 ※お申込みから配達迄は、2日程度掛かる場合がございます。







3この車両を乗り続ける (お買い取り)・・・・・・ 630,175円

自動車税標 250%減税 (登録要年度) 約17,000円減税 約216,600円 界No.1\*'の 低 燃き

トヨタFRスポ<del>ー</del>ツカ-

自動車重量税約22,500円減税 自動車取得税約77,100円減税

意のままに操れる「直感ハンドリングFR」を実現。 楽しさを実感する高い運動性能。

2012年春待望のデビュー!!



86 GT(6MT)

■ 車両本体価格 2,796,300円®

86 GT(6AT)

■ 車両本体価格 2,876,300円



車両本体価格帯 RC〈6MT〉1,990,000円 ~ GT "Limited"〈6AT〉3,056,300円





函館市石川町169-22

函館市戸倉町149-3

TEL:0138-59-1341 TEL:0138-34-3021

ネッツトヨタ道南 検索

