上質な時間を楽しむ大人のライフスタイルマガジン

ハコラク

2016
FEB
No.82
2

TAKE FREE
函館新聞購読者には戸別配布（一部除く）



特集

私の行きつけ
“日本酒女子”
お薦めの料理店

珠や TAMA-YA

「えっ!?そんなに高く買ってもらえるの?」



専門店だから

ジュエリー&ブランドに特化して買い取りを行っているので
買取相場などが常に新鮮なため高査定が可能なんです。

販売ルートがたくさん

店頭販売はもちろんインターネットや催事イベントなど販売
ルートが確立されているため高く買い取る事ができるんです。



専門スタッフが勢揃い!!

ブランド品の知識が豊富なスタッフが日々新しい情報を
もとに安心査定。厳しい入会基準をクリアして
「日本流通自主管理協会」の会員になっています。



AACD 日本流通自主管理協会 会員番号 A-0085



※写真はイメージです。

ジュエリー&ブランド リサイクル **専門店** 次もここ!と思える安心感! だからできる **高価買取**

LOUIS VUITTON



買取実績 ネヴァーフル(ポーチ付) MMサイズ 未使用品 ¥93,000

買取実績 ポルトフォイユ・サラ(新型) 未使用品 ¥50,000

買取実績 ジッピー・ウォレット 未使用品 ¥57,000



はじめよう リサイクル♪

自分の使わなくなったものが誰かの宝物になるんですよ。素敵な事だと思いませんか?オークションやフリーマーケット… 売りたいけど面倒ですよね。みなさん「来てよかった」って言って下さいます。



売るのも買うのも珠やです

駅前店 ~買取・販売店~

きもの・和装小物 買取中!

珠や七重浜店ではジュエリー・ブランド品の他に着物・帯・和装小物の買取も行っております。あなたの大切なお品を1点ずつ査定致します。駐車場完備で、たくさんのお荷物でも安心♪

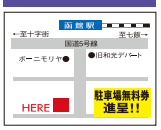


七重浜店 ~買取専門店~

※お売り頂く際には身分証(運転免許または健康保険証)が必要になります。

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

駐車場無料券進呈!



お車でも楽々安心!
ボーニパーキング
大和パーキングほか
契約駐車場あり!

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

駐車場完備(3台可能)



お車でも楽々安心!
七重浜店は
駐車スペース
3台完備!

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

auショップ中道 | auショップ函館十字街 | auショップ松前 | プラスモバイル トライアル上磯店

1月12日(火)～1月31日(日)

他社からお乗りかえをご検討中の方へ

在庫限り!お得です! iPhone6

他社から番号そのままauへお乗りかえで　家族4人ご契約で

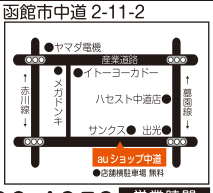
お一人様でも 最大 **6万円キャッシュバック!!**

衝撃 or **28万円キャッシュバック!!**

【内訳】（MNP 他社からの乗りかえで6万円、家族セットで1万円）×4人分

auショップ中道

WALLET 引換券
本券ご持参でお一人一回限り。
引換期間 2016年 1月12日～1月31日



0800-700-1959　営業時間 10:00-20:00

auショップ函館十字街

WALLET 引換券
本券ご持参でお一人一回限り。
引換期間 2016年 1月12日～1月31日



0800-700-1968　営業時間 10:00-19:00

auショップ松前

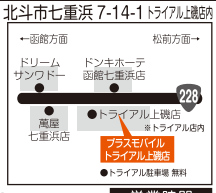
WALLET 引換券
本券ご持参でお一人一回限り。
引換期間 2016年 1月12日～1月31日



0800-700-1988　営業時間 10:00-19:00

プラスモバイル トライアル上磯店

WALLET 引換券
本券ご持参でお一人一回限り。
引換期間 2016年 1月12日～1月31日



0138-48-5757　営業時間 10:00-20:00

●本広告の内容は2015年12月25日時点の情報です。●本広告有効期限は2016年1月31日です。●掲載している画像は実際と異なる場合がございます。●本広告の内容は他の地域では実施していない場合があります。※新規契約・機種変更の契約事務手数料（3,000円税抜）およびACアダプターが別途必要です。（一部機種からの変更は2,000円税抜）

docomo／auからののりかえで 大人気のスマホプランLが

データ通信料 2倍に増量

通常7GB → 今なら 2年間 **14GB**

詳しくはお近くの販売員までお尋ねください。

×

月々の料金がなんとこの価格

月300回無料通話付（1回10分以内）

月額 **4,480円**

対象機種の場合

今なら更に10,000円キャッシュバック

スマホの学校 開校中

スマホデビューを応援する!!

ワイモバイル函館にて好評受付中！ ガラケー利用中の方限定

操作方法や今更聞けないことも！なんでもOK!

LINE@
@ymobile_hakodate
お友達になってね♪

新規・乗り換えでのご契約で
充電器などスマホアクセサリプレゼントキャンペーン中
本券をご持参ください。なくなり次第終了します。



ワイモバイル函館



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

●別途契約にかかる費用は店頭にてご確認ください。●本広告の内容は2015年12月25日時点の情報です。●本広告有効期限は2016年1月31日です。●本広告の内容は他の地域では実施していない場合があります。※本案内は予告なく変更される場合があります。詳しくは店頭スタッフまたはワイモバイルホームページまで

TEXAS AMUSEMENT PLAZA

ここに来れば間違いなし! 室内型アミューズメント 雪でもHOTなテキサスへ!!

サンシャインでLet's ボウリング!!

大人気! お得な! 団体予約プラン

宴会・親睦会・学年行事に最適!

ボウリング2ゲーム + 貸し靴込み + 参加賞付き

6名様からご利用可能。前日までお申し込みください。

大人 1,250円 / 大学・専門学生 1,100円

中・高生 900円 / 小学生以下 800円

10名様以上でメダル1枚サービス

詳しい内容はWEBサイト!! その他、お得な情報盛りだくさん

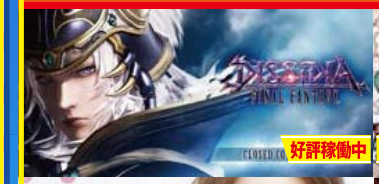
ボウルサンシャイン 検索

4F ボウリング ボウル・サンシャイン

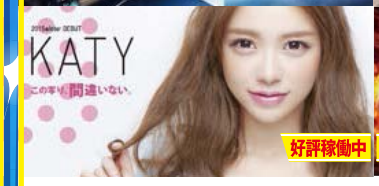
営業時間 10:00~翌3:00

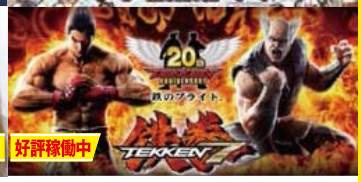
0138-53-8181

新アミューズメント好評稼働中!!









3F ゲームセンター ☆☆☆AMUSEMENT☆☆☆ BIG BANG

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

0138-54-7100

マッシュは週末も、値上げしません! 24時間営業中!!



ルーム料金(お1人様30分)

昼 8:00~17:59 50円~(税込)

夜 18:00~7:59 160円~(税込)



新年会3時間プラン

歌い放題(3時間) + オールドリンク飲み放題(全145種類) + オードブル 2,500円(税込)



※フード内容…フライドポテト・スパイシーポテト・枝豆・ザンギ チキンナゲット・エビチリ・浅漬け・ピラフ(全8品)

※+300円でプレミアムモルツ(生ビール)に変更可能です。

※ご予約は…4名様~ご利用日の2日前迄、10名様以上~ご利用日の3日前迄の予約が必要。

2時間プラン

2時間飲み歌い放題! + オードブル 2,300円~(税込)



パーティールームは30名様迄収容可能!

※料理写真はイメージです。 ※4名様からご予約可能

※ご利用日の3日前迄にご予約下さい。

※その他ご予算に応じて内容を検討致しますので、お気軽にご相談下さい!!

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

2F カラオケ Karaoke Mash マッシュ

営業時間 24時間・年中無休

0138-52-6700

広~くなって営業中!!

パパ、ママも安心してゆっくり食事ができる、キッズプレイスペースを完備!

すべり台などお子様が楽しめる遊具が充実!!

ママ会・女子会・誕生会など使い方は色々♪









2F 居酒屋 魚民

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

0138-31-3488



アイ・カフェ函館五稜郭店 料金表

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

※料金は自動で滞在時間に応じた最安値の料金に設定されます

※ナイトパックは21時から29時(朝5時)の受付です

※フラット席、VIP席の基本料金は+20円、パック料金は+200円となります

※土、日、祝日の基本料金は+10円、パック料金は+100円となります

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

営業時間 24時間・年中無休

0138-55-7771

もっと楽しくここちよく



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

1F パチンコ&スロット もっと楽しくここちよく RISING

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

24時間・年中無休で営業!

TEL.0138-52-2878

テキサス ホームページ

http://www.texas-hakodate.jp/



函館市梁川町9-3



全国チェーンの「おたからや」は函館には、函館五稜郭店だけ!

※類似店舗にご注意ください!

ハコラククーポン

ダイヤモンド 20%UP

金・プラチナ・ブランド時計・ブランド品 15%UP

おたからや 函館五稜郭店

■クーポン持参の方■お1人様1枚限り■他券併用不可■平成28年2月16日まで有効

※当店の判断により適用されない場合があり、他のサービスとの併用不可。詳しくは気軽に店頭スタッフまで♪

高価買取!!



時計 ロレックス エクスプローラーⅠ 350,000円になりました!!

バッグ ヴィトン ダミエ ネヴァーフルMM 107,000円になりました!!

メガネ 金のメガネフレーム ピン型ブローチ、耳かき 60,400円になりました!!

金貨 天皇陛下御即位記念10万円金貨 125,000円になりました!!

その他いろいろ! まだまだ買います!!



楽器(ピアノ・ギター・管楽器など) 懐かしのおもちゃ リファカラット

大判・小判／銀製品／勲章／絵画・掛軸／骨董品／宝飾品・珊瑚・真珠／ブランド香水・化粧品／ブランド食器／携帯電話／ノートパソコン／カメラ／鉄道模型・部品／テレホンカード／ベルシャ絨毯／ブランド万年筆／軍装品／武具／アンティークジュエリー…など

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



人情査定でやってます。

おたからやの買取品目 ▶▶▶



ダイヤモンド

ダイヤモンドの付いた製品およびルース(石)



各種ブランド時計

ロレックス・オメガ・カルティエなど



各種ブランドバッグ

ルイヴィトンやシャネルなど

金貨・メダル・コイン 記念1万円金貨のセットやプルーフ、オリンピック記念コインなど

金券・各種商品券・ビール券・お米券など

大判・小判・古銭・勲章

洋酒 未開封の洋酒・ブランデーなどまとめてお持ちください

携帯電話・タブレット 捨てしまうならお売りください。

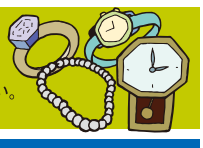
絵画 飽きた絵画などございませんか? ご自宅へお伺いも致します。

★年賀ハガキ
★切手
★レターパック

強化買取中!! 最大85%で買取り

ご遺品・財産整理承ります。

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



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

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

全国チェーン300店舗以上 貴金属・切手・ブランド 現金買取専門店

おたからや

北海道公安委員会第101280001508号

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

0120-154-068

営業時間／10:00～19:00

不定休

お車でもOK!契約P有り



「みどり」からはじまる うるおいのある生活。









青森産ヒバ材を使用



ガーデニング用品
各種取り揃えております。
まずは当社へご連絡下さい。





営業品目
- ウッドデッキ製造販売及び設計・施工
- 国産枕木・新品枕木製造・販売
- 公共工事（木柵、木橋、看板、ベンチ）等の製造・販売

※青森ヒバ、国産杉材・桧材、高耐久性防腐処理

青森木材防腐（株）

函館事務所 函館市港町1-17-8 TEL0138-42-2322
本社工場／青森県上北郡七戸町字原久保95-37 TEL0176-62-6464
青森事務所／青森県青森市東造道3-6-3 TEL017-736-2000
http://www.aobou.com/



19［特集］
私の行きつけ “日本酒女子”お薦めの料理店

9 働く女性
12 ハコラク料理人インタビュー —食を紡ぐ—
14 NEW OPEN
36 LUNCH GUIDE
38 美食倶楽部［企画広告］
44 できたての料理店
48 寿司屋で一献～ 旬の肴と名酒を堪能する［企画広告］
69 鍋＆煮込み料理 冬のご馳走を召し上がれ［企画広告］
75 しゃぶしゃぶ、すき焼き、焼肉、ジンギスカン スタミナたっぷり肉料理［企画広告］
82 カフェさんぽ
86 TOPICS
94 人ものがたり —美の達人—
104 ぶらり函館まち歩き
107 公共食堂
109 読者プレゼント
111 道南絶景
113 九星気学占い
114 次号予告





【今月の表紙】 とき田

梁川町の路地に立つ居酒屋。無駄な装飾のない店構えは一見だと緊張するが、気取らない雰囲気と接客に安心する。日本酒は常時40本程を置き、飲ん兵衛のツボを抑えた粋な肴が揃う。

文／佐藤 史子　写真／大槻 和央



お売り下さい！納得の高額買取!! 見積無料

HERMÈS
LOUIS VUITTON
CHANEL
GUCCI
COACH
など

新品はさらに高く買取いたします

LOUIS VUITTON 未使用品
ジッピーウォレット 63,000円で買取

ROLEX
増額買取中!

金・プラチナ
お売り下さる貴金属は一点一点、買取単価と重さをご説明します。
だから安心!

※保証書などの付属品があればご一緒にご持参下さい。

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

ブランド・ジュエリー現金買取
オルデックグループ 北海道公安委員会 旭東古 第123130000521号
RECYCLE SHOP ルピュア L.Pure 北斗店
北斗市七重浜7丁目14-1（トライアル上磯店マクドナルド向かい）
TEL（0138）49-2299　営業時間／AM10:00～PM8:00
http://oldec.net/ オルデック 検索
※買取一例の価格は、2015年12月現在の相場です。当日の相場に準じて買取価格は変動します。








brilliance touch
まず着けごこちがいいこと

着けた瞬間、ハッとするような質感を求めて磨きの工程に時間をかけたのがコラニーのリング。指通りと指になじむような指座りをも実現しています。




NEW コラニーの全商品、ブランドコンセプトを新しくなったホームページでご覧いただけます。
http://www.colany.co.jp/ コラニー 検索

WATANABE
Jewelry & Watch ワタナベ | 本店

函館市若松町17-9(棒二関り)
Tel.0138-23-4111
営業時間/9:45～18:45
定休日/毎週火曜日　P有り
棒二パーキングをご利用下さい。
無料駐車券を差し上げます。



WATANABE
Jewelry ワタナベ | 棒二森屋店

函館市若松町17-12
(棒二森屋 本館5階)
Tel.0138-22-7130(直通)
営業時間/10:00～19:00
棒二パーキングをご利用下さい。



●ブライダルブログ　http://ameblo.jp/watanabetokeitenbridal/



働く女性

ラビスタ函館ベイ
カフェ ラメール&
オリジナルショップ アスタラビスタ
担当
疋田　綾さん

「できる限りのことは何でもやりたい」あたたかな笑顔でゲストをもてなす

「お客様に喜んでいただけた時が、この仕事の喜びです」と語る笑顔がチャーミングな疋田さんは「ラビスタ函館ベイ」が開業した2008年に入社。フロント業務を経験後、2年程前からカフェ&ショップの担当になり、ドリンクやフードの提供とグッズ販売を含めた接客を行い、「気遣いがとても細やか。自発的に仕事に取り組んでいますね」と同僚からの信頼も厚い。地元客から国内外の旅行者まで客層は幅広く、世間話や地域の情報、商品説明など、一人ひとりに沿った会話とコミュニケーション力が求められる場所。「ほかのホテルからカフェに来ていただく観光の方にも、次はこのホテルに宿泊してもらいたいという気持ちで応対します」とフロントでの知識も生かしながら丁寧で明るい接客を心掛ける。

休日は2歳になる子どもや夫と過ごしリフレッシュ。「家族のことを一番に考えること」が社風であり、朝8時から時短で働けるなど、育児・主婦業と両立しながら安心して仕事に集中できる職場環境と家族の協力に感謝する。「今までで今が一番、仕事が楽しい」。キラキラ輝く瞳がその充実感を物語っている。









ラビスタ函館ベイ
カフェ ラメール&
オリジナルショップ アスタラビスタ

函館市豊川町12-6
ラビスタ函館ベイ1F
☎0138-23-6111（代表）
8:00～20:00
（カフェは18:30L.O、19:00まで）
無休　P有り

文/佐藤 史子　写真/大槻 和央

あっ!? 見えるって気持ちいい!

遠近両用 1Day

医療機器で
採用されている
素材をレンズに応用。



プロクリア® ワンデー マルチフォーカル

遠近両用 2Week

手元も景色も室内も、
もっとピントが
合いやすい、
オトナのための先進設計。



メダリスト® フレッシュフィット® コンフォートモイスト® 遠近両用



遠近両用も
色々と
選べます!!

まずは眼科へ
行こう♥

あなたに
ピッタリのレンズを
函館コンタクトで
見つけて
みませんか♥

遠近両用 2Week

プレシジョン・プロファイル・デザイン採用

手元から中間・遠方まで
自然で快適な
見え方を実現。

エア オプティクス® アクア 遠近両用

遠近両用 2Week

新素材ナチュラルウエッタブル採用

自然で快適な
見え方にこだわった
慣れやすい遠近両用。



バイオフィニティ® マルチフォーカル

※装用感には個人差があります。

色々なキャンペーンを
店頭にて実施中です

クーパービジョンのレンズを
初めてお使いの方、2箱以上ご購入で、
会計時に料金より1,000円引きで提供。 1/31まで
（レンズは全種類対象）

現在クーパービジョンレンズをお使いの方にも特典があります。

函館コンタクト

函館市日吉町3丁目43番24号（花園眼科隣り）

TEL／FAX
0138-55-5311



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

営業時間

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

各種クレジットカードOK!!

ハコラク限定クーポン
当店初めてご利用の方 コンタクトレンズ代金より 500円引き
（期間 平成28年2月16日まで）
お1人様1枚限り
他券併用不可

天然温泉大浴場付

スパ＆カーサ函館

グルメ＆スパキャンペーン

SPECIAL PLAN

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



日替わりランチバイキングも実施中!

11:30～14:00

大人（中学生以上）お一人様 1,204円（税別）
3歳～小学生 お一人様 694円（税別）

水曜日がお得
大人（中学生以上）お一人様 926円（税別）

月	麺 DAY	金	豪快！マグロ料理そろい踏み！ マグロの日
火	究極の食物連鎖頂上決戦！ ダイナマイト・ミートデー	土	中華の日
水	和・洋・中の丼ぶりが登場！ はら田の日	日	洋食の日
木	お好みのネタでセルフ寿司も！ 寿司の日		

夕食と温泉セット

おひとり様 7,000円（税別）

1泊無料宿泊付き

小学生まで おひとり様 4,000円（税別）

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

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

館内施設ご利用特典
レンタルルームタイムゾーン・喰いどころ「はら田」で
ご利用金額1,000円（税込）につき1枚温泉補助券を
進呈。10枚で温泉入浴が1回無料になります。
券の有効期限は発行日より1年間となります。



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

天然温泉 はこだて大森の湯

■営業時間／正午12:00～深夜2:00（深夜1:00受付終了）

●ご入浴一年会員
大人 500円（税別）
子供 300円（税別）※小学生

●一般ご入浴料金
大人 650円（税別）
子供 350円（税別）※小学生



《無料送迎巡回バス運行中》

■お問い合わせ　ホテルパコグループ

スパ&カーサ函館 TEL.0138-24-1185（いいぱこ）

QRコード

〒040-0034　函館市大森町25番7号（ホテルパコ函館となり）
URL　http://www.sc-hakodate.jp　駐車場210台完備





2階建の店内は掘りごたつ席の座敷や個室、20人が入る大部屋などさまざま。4年前にはバリアフリーに改装し、ゆったりとしたイス席の部屋も設えた。700円台のランチメニューから10,000円のコース料理、 宅配の御膳や弁当まで手掛け、幅広い用途に対応。宴会や接待におすすめのコース料理は4,320円から予算に応じて用意してくれる。

ハコラク料理人インタビュー
― 食を紡ぐ ―

旬暦 ひだか ［料理長］長谷部　克已さん

東山墓園線沿い、五稜郭公園の程近くに構える「旬暦ひだか」。和風料理店として平成3年に創業し今年5月で25年目。うなぎ、刺身、寿司を柱に豊富なメニューを用意。上品な店構えと和の落ち着いた設えから、一見すると敷居の高さを感じるが、気軽な食事処としてはもちろん、記念日や法事などの改まった席での利用まで多様なニーズに対応し、老若男女幅広い客層に親しまれている。

店の入り口正面にあるカウンター内に立ち、玄関を開けると一番に迎えてくれるのが料理長の長谷部さん。板長として刺身を中心に腕を振るう。出身は岐阜県岐阜市。高校1年の夏休みまで暮らしていたが、割烹旅館で料理長を務めていた父が、函館市内にあった実家の寿司店で働くため一緒に転居し、函館東高校（現：市立函館高校）に転校。当時は、教育大学へ進学し教師を目指す生徒がほとんどで、自身も3年生の途中までは大学受験の勉強に励んでいたが、ふと将来を考えた時「このまま教師になるより料理人になって手に職をつけたい」との思いに駆られ、先生達の反対を押し切り料理の道へ進むことを決心。「小さい頃から父親の後ろ姿を見続けてきたのが大きかった。父親からは直接言われなかったけれど、調理師になることをずっと喜んでいたみたいです」と当時を懐かしむ。

卒業後は父の紹介で静岡、名古屋、岐阜の割烹料理店で下積みと修業。特に静岡県のウナギの老舗「天峰」では、ウナギ料理を一からすべて勉強し、完全に自分のものとして習得。その後、名古屋ではひつまぶしを、岐阜ではカニ料理を覚え、「ウナギの本場、浜名湖近くにある店で修業したことが今の自分の基礎に。この3店舗での日々が現在の仕事を支えている」と語る。函館に戻ったのは32歳の時。父親の店を手伝いながら、開業時に誘われた湯元啄木亭・別亭飛天で3年ほど働き、35歳の時に「ひだか」の開店とともに料理長に就いた。

料理人みんなで意見を出し合いながら色々な献立を作成。最近は和食全般に加え、洋食にも力を入れバラエティー豊かに提供する。中でも看板のウナギ料理は割き方、焼き方、タレはもちろん、創業からこだわるのが大きさ。とろけるような食感を追求し、仕入れは1尾当り250g前後になる1kg4本もの一筋。一般的によく使われるという1kg5本ものより値段は張るが、太さがあり身が厚い分ふっくらと旨みが強く、理想的な蒲焼に仕上がるという。

「今、ひだかは少しずつ変わりつつあります。厨房で一緒に働く、社長の息子さんは洋食の名店で修業したこともあり、ビーフシチューやクリームコロッケも評判です。将来はオーナーシェフとしてこの店を継ぐ彼に、自分の持っている知識や技術を伝えていくことが、ひだかにとって将来きっとより良い方向に行くことだと願っています」と1歩2歩先の未来を見据える。この店の歴史とともに歩んできた長谷部さんの言葉には店への深い愛情とベテラン職人の重みをひしひしと感じた。





長谷部さんは「私自身は料理長ですがオーナーではありません。ゆえに社長に対する感謝、そしてお客様に対する感謝、その両者に対しての気持ちを絶対忘れない。その一言に尽きます」と、ベテランでありながら常に謙虚な姿勢で仕事に臨む。

文/佐藤 史子　写真/大槻 和央

感謝の気持ちを絶対に忘れず ひだかの将来のためにも 自分のできる限りの力を注ぐ



鹿児島県大隅産の活ウナギを熟練の技でさばく長谷部さん。経験を生かし、割き方は関西の腹開き、焼き方は関東の蒸し焼きと、二つの方法で作るのがひだか流。

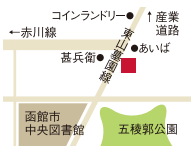




寿司５貫や天ぷらなど全７品の「すし天ランチ」（1，300円）。「お刺身点心」（2，200円）は本マグロや活アワビなど豪華ネタ９点が味わえる。※価格は各税別

旬暦 ひだか

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



「ひだか特製うなぎ遊膳」（4，000円・税別）は蒲焼きまたはうな重をメインに、刺身や前菜など７品が付く。艶やかなウナギは注文を受けてから蒸し１５分、タレ付け３回、焼き５分でフワッとした口当たりに。２５年継ぎ足しの甘辛いタレもファンの心を掴む。



NEW OPEN

新店舗・リニューアルなどの紹介



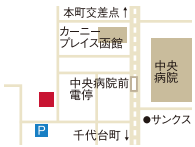
予算に合わせて楽しめる
すき焼き・しゃぶしゃぶの店

すきやき しゃぶしゃぶ 牛兵衛

「北海道産黒毛和牛ロースすき焼き・しゃぶしゃぶコース」（各2580円）など、3種の国産黒毛和牛コースが選べる。また「豚しゃぶしゃぶコース」（1280円）は、だしの風味を生かした専用のつけダレが豚肉とよく合いおすすめ。酒類は生ビールや日本酒、グラスワインなどの飲み放題1人1500円（90分・2人以上で注文可）のほか、ボトルワインも豊富。※価格は各税別



個室とカウンター、全席が掘りごたつ。カウンター席なら、スタッフが目の前ですき焼きを焼くサービスも。



函館市本町1-44
☎0138-56-8600
17:00～23:00
（22:00L.O）
日曜定休
P有り

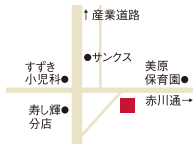
ネパール人スタッフが調理
本場の人気カレーが楽しめる

ネパールレストラン ヒマラヤダイニング

本場のネパールカレーが味わえる店。メニューは現地でも人気という「バラクパニル（ほうれん草と乳製品）」（850円）など12種類のカレーとセットが中心。ランチタイムには、選べるカレーとナン、タンドリーチキン、ドリンクなど計7品の「ランチスペシャルセット」（1100円）や、おまかせカレーにサフランライスとサラダの「Aセット」（650円）がおすすめ。



ネパールカレーの基本は辛くなく、客の好みの辛さで調理するので「家族揃ってどうぞ」と同店。



函館市富岡町3-39-19
☎0138-85-6882
11:00～15:00
17:00～22:00
（各30分前L.O）
無休　P有り







宴会は2時間飲み放題込みで1人4，000円（税込）から。3～8人まで対応し、貸し切りは20席。

もつ鍋、焼きとり、刺身…
女性ひとりでも気軽にどうぞ

てらだ屋

おすすめの「もつ鍋（醤油）」（1人前900円・注文は2人前以上）は韓国産の石鍋を使用。遠赤外線効果により短時間で具材に熱を伝達させるため、素材本来の旨みを引き出すという。ほか、精肉卸の経験を持つ店主が手間暇かける炭火焼きの串物（2本300円）や刺身、一品料理を提供。豊富な酒類の中でも日本酒と焼酎は厳選銘柄を揃える。※価格は各税別



函館市本町11-3
☎0138-84-6298
19:00～24:00
水曜定休





「素材の良さとボリューム感で、きっと満足していただけると思います」と同店。



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

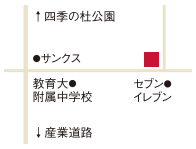
旬の海鮮創作料理が味わえる
“素材で勝負”の料理店

海鮮MATERIAL GAME
かいせんマテリアルゲーム

新鮮な魚介類などをアレンジして提供する、和洋創作レストラン。その日のおすすめ素材を使い、ランチタイムは「洋ランチ」（デザート・ドリンク付き1500円・税込）など洋風、和風のセットや丼を提供。夜はディナーコース（3500円、5000円など・税別）と、アラカルトの単品料理も充実しているので、酒とともに楽しむことができる。



店内は和風の造りとなっていて、カウンター席のほか、小上がりと掘りごたつの個室6テーブルを備える。



函館市美原5-16-14
☎0138-83-6171
11:00～15:00
17:30～22:00
※各30分前L.O
無休
P有り(11台)

人気スープカレーの函館2号店
道教育大附属中向かいにオープン

スープカリー
奥芝商店 美原店 道南でSHOW

美原店は「プリプリ海老餃子と小籠包カリー」（1280円）など、蒸した具材を入れたメニューに力を入れる。蒸すことで素材の旨味が引き立ちジューシー感も増すうえ、脂分も少なくなるのでヘルシーという。このほか「サクじゅわフルーツポークのメンチカツカリー」（1240円）も人気。「ゆっくりとくつろげる雰囲気づくりをしています。ぜひお越しください」と同店。





飲んだ後の締めにぴったり
ユズ香るさっぱりとしたかすうどん

かすうどん屋
ぼんくら

牛ホルモンの細切れを脂が抜けカリカリになるまで素揚げした油かすが乗った大阪発祥のかすうどんを味わえる。油かすは高タンパク、低脂肪でコラーゲンもたっぷり。コシのある讃岐麺を使い、ほんのりとユズが香る出汁はさっぱりとした味わい。「並」（650円）、「大盛」（750円）のほか、昆布の「おぼろ」や「岩海苔」（各100円）などトッピングも豊富。※価格は各税別



「飲んだ後の締めにおすすめです。今の時期にはぜひうどんで温まってください」と同店。



函館市梁川町19-9
MC第6ビル1F
☎0138-53-3988
20:00～翌6:00
火曜定休
P有り(2台)



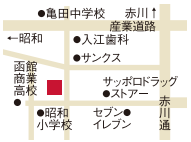
30種類ほどが並ぶアンテナショップ
道産小麦の豊かな香りが特徴

Véibre 富岡店
ヴィーブル

柏木町に構える本店で製造した道産小麦を用いたパン30種類ほどが並ぶ。特に「キタノカオリ」と「道春」をブレンドしモチモチとした食感が特徴の「食パン」（1斤280円）や12時間熟成させることによって旨味と香りがより感じられる「バゲット」（216円）がおすすめ。ほか、2〜4種類ほどを用意するキッシュは生地が厚くボリュームがあり人気だという。



淡いグリーンの棚を置いた温かみのある店内は、穏やかな雰囲気で訪れやすい。



函館市富岡町3-37-4
☎0138-44-2131
9:00〜16:00
月・隔週火曜定休
P有り

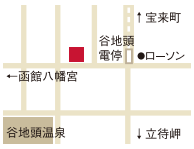
商店街の一角にある
お洒落でどこか懐かしい店

CAFE Classic
クラシック

商店街の一角にある古い建物を使用し、風合いを残しつつリノベーションしたカフェ。メニューは同市末広町にある「十字屋食料品店」の豆を使った「コーヒー」（ホット450円・アイス550円）と、手づくりの「カスタードプリン」「ガトーショコラ」（各450円）といったケーキが中心。また軽食に「クロックムッシュとスープ」（1000円）なども用意している。



夜はバー営業で、生ビールやウイスキーを中心にした酒と、軽くつまめる料理を提供する。



函館市谷地頭町25-20
☎080-5596-2291
11:00〜23:00
(22:30L.O)
不定休
P有り(2台)





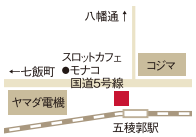


「施術時間を最低限に抑え、プロの技術者が自信を持って施術致します」と同店。

エキスパートが集結した
完全予約制サロンにリニューアル

チャレンジサロン プロ・ビジョンAoki

ヘアカットやヘアメイク、着付け、ブライダルなどそれぞれ専門の職種の技術者が得意な施術を行なうサロンに一新。完全予約制で早朝や遅い時間などライフスタイルに合わせて施術を受けられる。メニューは「カット」（3300円）、「スクールカット」（2500円）、「カラー」（4400円）、「メイク」（直前エステ付き5000円）など。

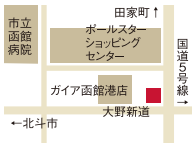


函館市亀田本町65-27
☎0138-42-3295
火曜のみ10:00〜22:00
ほか完全予約制のため
要予約
水曜定休
P有り





「早朝の着付けやヘアセット、夜遅くの予約にも対応しているので、まずはお気軽にどうぞ」と同店。



函館市港町1-14-3
NEXTⅢ1階右
☎0138-44-6001
10:00～
金曜は22:00まで
無休　P有り
http://hair-story-elmo.jimdo.com/

金曜日は夜10時まで営業
早朝の予約も随時受け付ける

hair story ELMO
ヘアー ストーリー エルモ

「カット」（小学生まで2000円、スクール2500円、男性2800円、女性3800円）や「パーマ」「カラー」「ストレート」（各カット込7800円～）などのメニューのほか、着付けやメイク、ヘアセットも受け付ける。施術をお得に受けられるオリジナルのサービスも多数用意。広告モデルも募集している。各日の営業時間など詳しくは同店まで。



アンティーク調に統一された店内は落ち着いた雰囲気。「穏やかな時間を過ごして頂ければ」と同店。



函館市日吉町2-11-2　1F
☎0138-76-1526
9:00～18:00
（最終受付パーマ、カラー16:00、カット17:00）
※予約優先
火・第3月曜定休　P有り

オーガニックエキス配合のカラーなど
頭皮や髪に優しい施術

CREO hair
クレオ ヘアー

「カット」（大人3300円、高校生2800円）、「カット・カラー」（8000円）などのメニューが揃う。中でも髪の保湿、保護に優れたオーガニックエキスを配合し潤いとツヤがプラスされる「オーガニック系ハーブカラー」（7000円）や、毛穴の汚れを落とし血行促進の効果があるという「炭酸クレンジングスパ」（2200円）がおすすめ。※価格は各税別





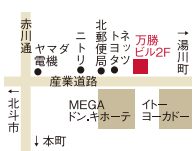
レーダー式弾道測定機を使いながら
ゴルファーを各種サポート

SKYGOLF
TRACKMAN STUDIO
スカイゴルフ トラックマンスタジオ

スイング改善から道具選び、リペアなど、ゴルファーへのさまざまなサービスを行う店。プロツアーでも使用される、レーダーで打球を追尾するシステム「トラックマン」を備え、打球の回転やクラブの角度など、目で捉えることが難しい動きを測定し、スイングの修正や体に合った道具選びをアドバイスする。そのほか個人レッスンの相談にも応じている。



「初心者・ジュニアから高齢の方まで、それぞれの目的に合ったサポートをさせていただきます」と同店。



函館市美原2-7-21
万勝ビル2F
☎0138-46-5600
9:00～18:00
不定休　P有り

COOP SAPPORO いしかわ文化教室

コープキッチンスタジオ

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

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

かわいく! アイシングクッキー バレンタインBOX

バレンタインのアイシングクッキーをつくったら、そのままドキドキと一緒に可愛くラッピングして、お持ち帰り! 定員5名



日 時 2/13(土)13:00～15:00
参加費 2,000円
講 師 佐橋 直美
JSAアイシングクッキー認定講師

大人のドリップコーヒー"アレンジ"

ドリップのコツで、いつもよりおいしく、さらに大人のためのアレンジで冬を愉しむ。 定員5名



日 時 2/1(月)13:00～15:00
受講料 1,400円 材料費 700円
講 師 明石 瞳
TAILORED COFFEE コーヒーマイスター

つまみにも。おかずにも。

早い、簡単、お店の味が家庭でも!! やきとり店主が教えるお酒に合う"おつまみ"今回は三品!! もちろん今晩のおかずの一品にも! 開講3名以上



日 時 2/6(土)10:30～12:00
受講料 1,080円 材料費 500円
講 師 前川 光廣 やきとり大勝 店主

♬いしかわ文化教室はもうすぐ3周年♪ ウインターフェスティバル

まもなく、**3周年**を迎える『**いしかわ文化教室**』。
日頃お世話になっている皆さんやまだ「知らなかった」という方々へ『**ウインターフェスティバル**』のお知らせです!! 講師の先生方の**作品の展示・販売・発表会**などなど、**体験会**も多数ご用意しています。
お楽しみにぃ～♬

入場無料 **2月21日㊐ 10:00～15:00**



木古内 秋山農園のフリーザーバッグで作る ちょこっと漬物教室 ～鮭と大根のはさみ漬け～

お家でかんたんに漬物はじめてみませんか? フリーザーバッグを使って少量で。場所をとらず、扱いやすい! 漬物で気軽に取り入れる「発酵食品」・「野菜不足解消」! 定員15名

日 時 2/27(土)10:00～12:00
受講料 1,080円 材料費 500円
講 師 西嶋 ひとみ 秋山農園

手作りパンの家 こすもす

バレンタイン企画
自分へのプレゼント"チョコレートケーキ"
バレンタインの季節、自分にもあげたい方、集まれー♪

日 時 2/10(水)～12(金) 10:00～12:00
参加費 2,160円(材料費込)
講 師 こすもす

紅茶教室tea lesson comtesse vandalへようこそ ちょっとだけめずらしい紅茶 キーマン・ネパールetc

季節ごとの紅茶を学びながら、毎回紅茶に合ったスウィーツもお楽しみいただけます。お帰りにはプチギフトもご用意。



日 時 2/17(水) 10:30～12:00
受講料 1,620円
講 師 小西 眞由美
紅茶・ハーブコーディネーター 空間コーディネーター

金額は全て税込表記です。

詳細はコープさっぽろ文化教室ホームページ、いしかわ文化教室のPOPをご覧ください。 コープさっぽろ文化教室 検索

プロのWi-Fiサポートで
あなたのお店のサービスを スマートに、効果的に

NTT東日本

サポート付き簡単オフィスWi-Fiサービス
ギガらくWi-Fi

お店に来た方にインターネット環境を提供したい

1台の装置でモバイル端末50台まで利用可能
来訪者向けにWi-Fiインターネットを提供する機能や、Wi-Fiに接続できる端末を制限できる機能をパック

店内どこでも安定してサクサクWi-Fiを使えるようにしたい

最新の無線規格IEEE802.11acに対応、ギガWi-Fiでサクサク※1

セッティングに時間をかけたくない・・・

現在のネットワークやシステムの設定変更は不要※2!
届いたWi-Fiアクセスポイント装置にLANケーブルを挿すだけですぐに使えます

つながらないなどトラブルの時の対応は?

Wi-Fiでインターネットに接続できないなどのトラブルもプロが遠隔で迅速に解決※3

さらに、別途お申し込みで

Facebookを活用したお店のPR

お店のFacebookにチェックインした来訪者にWi-Fiインターネットの使用を可能にする機能を追加できます。チェックインの表示によってお店のPRが可能です。

※1 ◎ご利用のモバイル端末がIEEE802.11ac対応で、最大通信速度1.3Gbps以上の場合です。◎最大通信速度はWi-Fiアクセスポイント装置ともモバイル端末間における技術規格上の最大値であり、実使用速度を示すものではありません。インターネットご利用時の速度は、ご利用環境(インターネット接続環境、端末機器の仕様等)や回線混雑状況等により大幅に低下する場合があります。◎お客さまの端末の仕様により通信速度が低下する場合があります。端末の仕様について、詳しくはメーカーなどにお問い合わせください。★Wi-Fiをご利用される際には、第三者による情報の改ざん・なりすましなどを防止するために、セキュリティ機能(通信の暗号化など)の設定を行ってください。★Wi-Fi区間に電波を通しにくい遮へい物がある場合、同じ無線周波数帯を使用する機器が存在する場合など、ご利用環境によって通信ができない、または通信速度が大幅に低下することがあります。
※2既設のLANで固定IPアドレスを利用している等、お客さまの既存の設定内容によっては、別途お客さまにて設定の変更が必要となる場合があります。※3 ◎メーカーの公式サポートが終了した端末のWi-Fi設定など、問い合わせ内容によっては、対応できない場合がございます。◎本サービスは、お客さまからのお問い合わせに遅延なく対応することを保証するものではありません。また、お客さまの問題・課題などの特定、解決方法の策定、解決または解決方法の説明を保証するものではありません。

お問い合わせお申し込みは
NTT東日本-北海道 北海道南支店 オフィス営業担当
受付時間 午前9:00～午後5:00(土・日・休日、年末年始を除く)
0120-438000
お気軽にご相談ください。

K15-2062【1601-1602】

【特集】

私の行きつけ〝日本酒女子〟お薦めの料理店

ほっと心休まる席で、華やかに香る一杯を最高の肴と共に楽しむ至福のひとときは日々仕事に勤しむ女性たちを癒し、明日からもまた輝かせてくれるのだろう



文/佐藤 史子　坂井 悠香　　写真/大槻 和央

素材の旨味を存分に生かしつつ

斬新な隠し味、組み合わせで美味を生む

和食居酒屋 醍醐

思いが込もったあたたかい味は同じ料理人としていつも勉強になる





本町の喧騒から少し離れた路地裏でのれんを揺らす「醍醐」。道南のみならず全国各地の厳選素材を大将の川嶋さんが巧みな技によって変身させた斬新な味わいに目からうろこが落ちる。輪島さんは友人との女子会で訪れて以来、料理や雰囲気が気に入り、以来夫と外で食事をとる際に利用しているという。「お料理がすごく凝っていて、



大将の川嶋さんはじめ、スタッフのきめ細かな接客も輪島さんお気に入りのポイント。新酒「鍋島」は喉越し爽やかな清涼感が特徴。香りが抑えられ料理を引き立てるシャープな辛さの純米吟醸超辛口「来福」。毎年11月末に出荷される限定酒「泉橋 雪だるま 粉雪にごり」は優しい口当たりでスルスルと飲みやすい。日本酒は一律グラス500円というのも嬉しい。





8席のカウンターのほか、座敷とテーブル席を備える個室も。ゆっくりと落ち着ける和の設え。宴会コースは8品、3,500円から用意する。



輪島さんが「お得で量もちょうど良い」と決まって注文する「カウンター限定大将のおまかせ小コース」（２，３００円）は前菜、お造り、料理２品、好きなドリンク１杯のコース。料理は日替わりでこの日は自家製ゴマ豆腐とタチ、ささがきしたゴボウに包んで揚げたエビなど川嶋さんの技が光る品々が並ぶ。

同じ料理人としてすごく勉強になります。この間はごっこ汁やちりめんジャコのチャーハンのコツを教えてもらい、自宅でも早速作ってみました」と川嶋さんと料理談議に花を咲かせる。

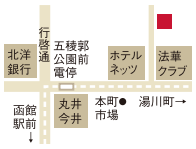
「自分の好みに偏ってしまいますね」と自身も大の日本酒好きだという川嶋さんが選り抜く日本酒は常時12本ほどが並び、それぞれ数本ずつのみしか仕入れないため、空き次第、ほかの銘柄に入れ替わる。「基本は辛口が好きだけど、お酒との出合いも楽しみたいのでお店のおすすめやラベルを見てかわいいなと思ったものを注文することもあります」と話す輪島さん。大切な人と分かち合いたくなる、ここにしかない美味、美酒が揃う店には今日も多くの食通が足を運ぶ。



「お客様が『なんだろう』と首をかしげたくなるような一風変わった味を提供します」と川嶋さん。料理のレシピなども快く教えてくれる。

函館市本町21-1　☎0138-54-3313
17:30～24:00（23:00L.O）　日曜定休







【紹介者】

THE LAND OF Dreaming
（ザ ランド オブ ドリーミング）

オーナー

輪島　美哉子さん



東京の調理師専門学校を卒業後、東京・赤坂プリンスホテルベーカリー部門に勤める。函館に戻り自宅で料理教室を始め、１９年前に大縄町の住宅街にカフェ「ドリーミング」をオープン。スイーツをはじめパスタやオムライス、カレーなども振る舞う。現在は店に立つ傍ら、清尚学院高校や北ガスクッキングスクールでの講師も務めている。

いつも気さくに迎えてくれ 唯一、一人で来られる店 ふらりと訪れたくなる



【紹介者】

株式会社 スローティ・ラテ

代表取締役

手塚　優子さん



外資系化粧品会社に勤め、２１歳という若さでスパを中心とした個人サロンをオープン。７年前に株式会社スローティ・ラテ及びオールハンドスパアカデミーＪＡＰＡＮを設立。将来エステティシャンとして独立を目指す人への指導も行う。現在は函館に２店舗、札幌に１店舗を構え、今年６月にはベトナムでの出店も控えるなど国内にとどまらず海外にも技術を伝えるべく日々奮闘している。



水泳やゴルフなどを趣味とするアクティブな大将が地元客を中心に賑わうカウンター席を盛り上げる。



アナゴの天ぷらや香ばしい焦げ目を付けたタチ、ハタハタなどが並ぶ「焼き物の盛り合わせ」は客の好みに合わせて振る舞う。１年中切らすことなく用意する「田酒」（一合９００円・税別）は純米大吟醸などの限定酒が入ることも。

鮮度抜群のネタと創作料理は 舌の肥えた地元客も納得の味

鮨 竹 亭

本町のランドマークの一つ行啓通りの時計台ビルに看板を掲げる「鮨竹亭」。手塚さんは４年ほど前に友人と初めて訪れた際、「営業時間外だったにも関わらず、嫌な顔一つ見せずあたたかくもてなしてくれた大将の優しさがすごく嬉しかったんです。それからもいつも気さくに迎えてくれます」と、スタッフとの食事の席や宴会の前に顔を見せるなど重宝している。刺身や焼き魚などをつまみ、締めに握りを注文、アルコールはビールに始まり、料理に合わせて辛口を中心とした日本酒をたしなむのが常だという。

その日使い切れる分しか仕入れないため、ケースには鮮度の良いネタがきれいに並ぶほか、趣向を凝らした一品料理も豊富に用意。「楽しく食事をしてもらえれば」と大将の竹田さんは話し、塩ウニとチーズで固めたおこげご飯などを盛り合わせた「焼き物の盛り合わせ」など、その時々で客の嗜好に合わせ提供してくれる。のれんをくぐればいつも変わらぬ笑顔で迎えてくれる大将への安心感があるからこそ、敷居が高いと思われがちな寿司店に女性一人でも気軽に足が運べるのだろう。





刺身の盛り合わせは３，０００円から用意。さっぱりとした口当たりで女性におすすめだという「金目鯛の煮つけ」（3,000円）。手塚さんがいつも決まって注文するという大振りのシャコ。この日は小樽から仕入れたもの。日本酒は「亀吉」（1合７００円）や「獺祭」（同９００円）が店の定番として並ぶ。※価格は各税別





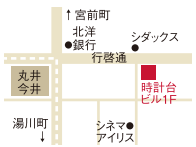
７席のカウンターのほか、掘りごたつの座敷も備え宴会などにも対応する。

カウンターで大将と言葉を交わしながら楽しむのが好きだという手塚さん。「私にとって休日にお昼からお酒を飲むのが１番の息抜き。そんな時にも訪れますね」と笑顔を見せる。





函館市本町17-1
時計台ビル1F
☎0138-32-5588
11:30～14:00
17:00～23:00
（金・土曜は24:00まで）
日曜定休　契約P有り





生の身とすり身の２種類のエビを使い食感と旨みを引き立てた「えび春巻き」（５００円）。「ホッキもと焼き」（９００円）は甘みを加えた自家製マヨネーズが味の決め手。板谷さんも大好物という旬の「真ダラのタチ」（８００円）は天ぷら、刺身、ポン酢、揚げ出しから調理法を選べる。※価格は各税別





ひと手間加えた肴に出合える
地元客に愛される隠れ家風居酒屋

とき田



店主おすすめの３本。新潟県の「景虎 純米酒」は県内人気No.１という安定した旨さが売りの辛口で、山形県の生酒「出羽桜桜花吟醸酒（本生）」はフルーティで華やかな中辛。福井県の銘酒「白岳仙 純米吟醸 奥越五百万石中取り」は心地良い酸味とやさしい飲み口が肴に合う。各一合６００円（税別）。



きちんと手が掛けられた おいしいものを食べたい時はここ 程良い賑やかさにも会話が弾む



【紹介者】

Riforma（リフォルマ）

スタイリスト

板谷　麻友美さん



函館市内で人気の4サロンが共同でプロデュースする美容室「Riforma」の店長。プロとして髪の知識からライフスタイルまであらゆる情報を発信するため、常にアンテナを張り巡らせ勉強は欠かさない努力家で、美容そして仕事に熱く向き合う。1月よりヘッドスパメニューをリニューアルし、ケアとリラクゼーションの面をさらに充実させるという。



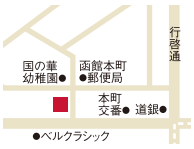
カウンター内に立ち、刺身を中心に腕を振るう時田店主は北斗市出身。ほとんどの野菜を北斗市産でまかない、この時期に珍しいウドなど地場の新物にいち早く出合えるのもこの店ならでは。

梁川町の小路沿いで、店名だけ書かれた味のある看板が潔く、3階建ての建物ながらどこか隠れ家風情も漂わせる「とき田」。市内の居酒屋で修業した時田善道店主が独立開業し今年で10年目になる。「開店当初からいまだに来ていただいている常連さんは、本当にありがたいですね」と話すように、席を埋めるのは地元客がほとんど。品書きには旬の刺身をメインに、貝のもと焼きやカニ新丈など素材本来の味を生かしつつ手を加えた特製の揚げ物や焼き物も豊富に並ぶ。

休日の前日に友人と一緒に食事を楽しむことが多い板谷さん。「ここは、おいしいお酒を選んでくれて、それに合うお料理を出してくれるのが良いですね。うるさすぎず静かすぎない雰囲気なので会話もしやすいです」とにっこり。40本程を常備する日本酒の中でも、初来店の際にすすめられた「上善如水」のさらっと飲みやすくすっきりとした口当たりのとりこに。魚介類の種類が多く、鮮度の良さとほかにはあまりない珍しい魚に出合えることも好ポイントで、「食べ歩きが大好き」な板谷さんのハートをしっかりキャッチしている。

函館市梁川町18-14　☎0138-55-2212
17:00～24:00　日曜不定休







1階はカウンターとテーブル席、2階は掘りごたつの個室、3階は40～50人が座れる宴会場と幅広いニーズに対応する店造り。宴会は4人から受け付け、2時間飲み放題付き4,000円から（税別）。

仕事帰りや女子会に一日頑張った自分へのご褒美

職人の技が光る旬の逸品に舌鼓
遠くても通いたい住宅街の名店

居酒屋 かまだ



神奈川県泉橋酒造の「恵 海老名耕地」（グラス７００円）は自社田栽培１００％の山田錦を原料米とする辛口純米酒。なめらかな口当たりとピュアな切れ味で、燗上がりも楽しめる。無着色のベーコンを軽く燻煙した「燻香クジラベーコン」（６８０円）と甘辛さが絶妙な「タラカブト煮付」（５８０円）、大葉がアクセントの「新レンコン明太はさみ揚」（４８０円）は本日のおすすめ。



「新しい店を開拓するより、美味しい所に通うことが多いです」と村上さん。「お腹をいっぱいにして帰宅し、ゆっくりお風呂に浸かって、眠るのが幸せ」とにっこり。落ち着いた和の雰囲気も気に入っている。







【紹介者】



ネイルサロン Lecheri（ルシェリ）

ネイリスト

村上　智美さん

東京のエステ・メーキャップスクールで基礎と技術を学び、化粧品メーカーや美容室のエステ・メイク・ネイル部門を経験後、２０１４年に独立。完全予約制のプライベートサロンで、一人ひとりに合ったデザインとケアを提案し、爪が傷まず変色がないというジェルネイル「パラジェル」が人気。ネイリスト1級やジェルネイル技能検定上級の資格を持つ。



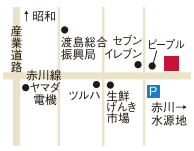
人気のカウンター席と掘りごたつになった小上がりは、どちらもかなりゆったりとした造り。宴会なら２０人まで対応できる。



店の味が表れる煮付けは注文を受けてから調理するため身がふっくら。カウンターなら鎌田店主の手さばきを眺めながら食事ができる。



函館市赤川1-16-18
☎0138-47-7144
17:00～23:00(22:30L.O)
日曜定休
（予約次第で日曜営業可）
P有り





この日は幻のカレイと言われる「活〆松川カレイ刺」（７３０円）が登場。上質な白身はかむほどに旨みが広がる。高知県南酒造場の「南 特別純米」（グラス７００円）は年間生産量約５００石の小さな蔵元が丁寧につくる希少酒。程良い吟香があり、ジューシーな旨みとコシのある酒質で、切れ味抜群の辛口が通好み。

閑静な赤川通の一角で、赤提灯と縄のれんが居酒屋然とした雰囲気を醸す「かまだ」。玄関を開けると「いらっしゃいませ」と迎えてくれる元気な声と笑顔に一見でもほっとする。「どこの居酒屋にもある〝定番〟をきちんとつくることが店の根幹」と鎌田篤則店主。和食の基本をしっかり守りながら、素材一つひとつの特徴を見極め丁寧に調理する料理は同業からの評判も高く、地域の住民に加え、足繁く通う遠方からの客で賑わうのもうなずける。

日本酒は「まだまだ勉強中」と言い、辛口から甘口まで色々な銘柄にチャレンジ中の村上さんも〝かまだファン〟の一人。担当する客から薦められたのがきっかけで来店、今は自身のサロンから自宅までの通り道にあるため、仕事帰りに立ち寄ることが多い。大好きな刺身とチーズ料理を必ず注文し、焼物、揚げ物、一品料理とその日の気分に合わせて選ぶのが定番。「何でもおいしい」と目を輝かせ、本日のおすすめ含め約50種類以上という多彩なメニューにも心が躍る。村上さんにとって美味と美酒を心ゆくまで愉しむ時間が、一日頑張った自分への何よりのご褒美になる。





「一博　純米生酒」（一合７００円）は程良い旨味とキレの良さが絶妙なバランス。無ろ過の原酒であるため酒本来の素朴な味わいが特徴の「大治郎　純米大吟醸酒」（一合８００円）。この日の「季節の日本酒」は「篠峯　純米生原酒　うすにごり」（一合７００円～）。※価格は各税別





ママの最高の笑顔と すっきりとした甘口に 肩の力がふっと抜ける

海の幸をふんだんに用いた手料理を囲み 一見も常連も肩を寄せ合い賑わう

居酒屋 たちばな



【紹介者】

まつげエクステ専門　Cil d ‘or
シルドール

代表

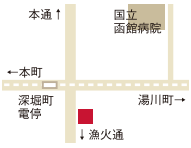
玉木　ディディさん



東京都出身。大学卒業後、美容学校に通いながら母が経営していたまつげエクステサロンで働き始める。１０年前に代表を引き継ぎ、国内にとどまらず海外の映画祭などで出席者に施術を行うなど幅広く活動。昨年２月に東京に次ぐ２号店を函館にオープンし、自らもサロンに立ち技術を施す。「まだまつげエクステを知らない方々にその魅力を伝えていきたい」と意気込みを見せる。

函館市駒場町7-5　エイビー企画ビル1F
☎0138-55-5571
17:30～22:00　月曜定休　P有り





会話をしながら手際よく調理する橘さんは「仕入れ先があってこそこの味が提供できる」と謙虚に話す。一見でもすぐになじむことができ肩肘張らずに楽しめるのは、橘さんが明るい笑顔で店全体を盛り上げてくれるから。





「たちぽん」や「あん肝ポン酢」（各８００円・税別）など季節の味わいも多く用意。「タコ白子」などほかではお目にかかれないような希少な素材が並ぶことも。



活イカから作るという「手造り塩辛」（５００円）。「シンプルな味付けなのに美味しい」と玉木さんお気に入りの「カニサラダ」（８５０円）は身を大きくほぐしたタラバガニがたっぷり。自家製のドレッシングで味わう。「生本マグロ」（８００円）は目を見張るほどの厚切りで。※価格は各税別

深堀町電停の程近くに佇む「たちばな」は客の賑わう声が外まで聞こえそうなほど、連夜多くの客が笑顔でカウンターに腰掛ける。「なによりもママの人柄が一番の魅力」と話す玉木さんもその一人。同僚から紹介されて以来、料理はもちろん、気さくで親しみやすい店主・橘さんを中心として盛り上がる雰囲気にすっかりとりこになり、最近では月に１度、多い時では２度ほど顔を見せる常連に。オープン当初から信頼を寄せる鮮魚店から仕入れているという鮮度抜群の海の幸をぜいたくに用いた料理も和食好きの玉木さんの心をしっかりと掴んでいる。

酒はもっぱら日本酒、という玉木さんは自ら酒屋を巡り目当てのものを探すほど大の日本酒好き。「手頃でありながらもよそでは飲めないもの」を基本に８種類が並ぶほか、うすにごりや生原酒など時期によって入れ替わる「季節の日本酒」を揃えるここでは、甘口のしつこくない口当たりのものを料理に合わせて愉しんでいる。ママの笑顔が花咲くカウンター席に腰を落ち着かせ、大好物の日本酒でほろ酔う至福のひとときが今宵も過ぎていく。



【紹介者】



美容室 favorite, 9

オーナー

村上　祐香さん

函館市内の美容室で10年ほど腕を磨き、2014年12月に「フェイバリットナイン」をオープン。挽きたてのコーヒーを提供するなど、カフェ感覚でゆっくりとくつろげる美容室をコンセプトとし、こだわりの空間でもてなす。洗髪からカットまですべてを自身で行い客の好みや髪質などをしっかりと把握するスタイルで人気を呼んでいる。仕事終わりにはジムに通い体を動かしリフレッシュするのが日課。



手間と時間をかけじっくりと醸し出す山廃仕込みによる濃醇な旨味がありながらも喉越しはスッキリとした「山廃」（一合500円）、淡麗な口当たりとなめらかな喉越しが調和した「純米」（一合600円）、華やかな香りと雅やかな味わいを誇る「大吟醸」（一合1,400円）など6種を用意。※価格は各税別

心まで満たされる料理たちを会話も忘れじっくりと味わいたい



しっとりとやわらかい乾燥前の「生からすみ」（500円）はさっぱりと味わえる大根と共に。具材がたっぷりの「湯豆腐」（580円）は寒い季節におすすめ。「海老」（350円）や「イカ」（200円）など1本から注文できる「串天ぷら」は淡い味わいの自家製天つゆで。大阪難波のうどん屋が発祥という「肉すい」（600円）は村上さんもお気に入りの一品でカツオと昆布の出汁が利いた汁は飲んだ後の体に染み渡り締めにもぴったり。※価格は各税別

基本に忠実にしっかりと手を尽くす
和食にとどまらず幅広い味を提供

酒肴菜友 じょっぱり

杉並町の路地裏に隠れ家のようにひっそりと佇む「じょっぱり」は、いろりで旬魚や若鶏にじっくりと火を通す炭焼きをはじめ和食にとどまらずグラタンやピザなどの洋食も豊富に並び、多彩な味で多くの食通を魅了している。2年前に初めて訪れて以来、お気に入りだという村上さんはコースで愉しむことが多く「毎回どんなメニューが並んでも、一品一品丁寧に調理されているのが伝わってきます。会話が無くなるほど集中して味わいたい料理たちばかりで、食べたあとはすごく満たされた気分になります」と絶賛。

日本酒は店名にも冠している通り青森県の淡麗辛口「じょっぱり」のみを置くこだわり。最近日本酒の美味しさに目覚めたばかりという村上さんは料理に合わせてスタッフのおすすめに耳を傾けながらセレクト。「本当に料理にもお酒にも外れが無いです」と笑みがこぼれる。「奇をてらったことをせず、基本の仕事に徹しているだけ」と話す店長の森田さんはまさに青森の方言で「頑固者」を意味する店名を体現しているかのように真摯な姿勢で料理に向き合う。そんな森田さんによって生み出された絶品の数々に村上さんをはじめとする多くの客が惚れ込んでいる。



関西出身の森田店長が軽快なトークで店内の雰囲気を和ませてくれる。１人で調理を行いながら細かな部分にも気を配る様子を、同じく１人で経営している村上さんは自身の美容室に置き換え「１人でこの完成度はすごい。混み合っていても森田さんをはじめスタッフの方１人ひとりがいつもしっかりとしたおもてなしをしてくれてプロだなと感心します」と話す。





函館市杉並町20-1
☎0138-32-8555
17:30～23:30
火曜定休
P有り







やさしい味にほっこり

野菜×お酒のヘルシーなバー

やさいばーみるや



カウンターとテーブルのみのこぢんまりとした空間は、ひとり客同士がすぐに打ち解け合う、アットホームな雰囲気が心地良い。

苦手食材も大好物に 野菜料理と美酒で 心と体を元気にする

野菜ソムリエをはじめ食と健康に関する資格を持つ後藤るみ子店主が手掛ける野菜が主役のバー「やさいばーみるや」。健康的で伝統的な日本の食生活に必要とされる、まめ・ごま・わかめ・やさい・さかな・しいたけ・いもを指す「まごわやさしい」をベースに、地元農家から仕入れる無農薬・低農薬野菜を自家製しょう油・味噌、塩麹など自家製調味料でアレンジ。ヘルシーながら酒が進むつまみを目当てに女性客が夜な夜な集う。

友人らと「日本酒女子会」を立ち上げ、毎月さまざまな店で楽しむほど日本酒好きの髙橋さん。みるやは数年前に母親と来店し、野菜料理の美味しさに衝撃を受け足繁く通うように。特に手づくりのこんにゃくは、「市販のものとはまったく別物。このこんにゃくだけは食べられる」と刺身や唐揚げを必ず注文。「珍しいお酒に出合えるのも魅力」と言い、せたな町「吟子物語」や倶知安町「二世古」など北海道産米が原料の銘柄を主にしたセレクトは日本酒通もうならせる。社長として主婦として休みなく頑張る髙橋さん。家事を済ませた後に訪れ、ここで心と体をリセットした明日への活力にする。



野菜ソムリエのほか、シニアファスティングコンシェルジュやベジフルビューティーアドバイザー、食生活アドバイザー、日本酒ナビゲーターと多彩な資格を持ち、料理教室や講演なども行う後藤店主。明るく気さくな接客にファンも多く、髙橋さんも野菜や食生活、美容・健康まで豊富な知識を持つ後藤さんとの会話も楽しみの一つという。



【紹介者】

株式会社リード不動産

代表取締役

髙橋　恭子さん



２０１４年に社長就任。宅地建物取引士とエクステリアプランナー２級という認定資格を持つ。不動産業のほか、ガーデンエクステリア部門では庭のデザイン・施工も手掛け、「地域に喜ばれ、生活に役立つための行動」を基本に、今後は家庭菜園や循環エネルギーなどを含めたライフスタイルの提案を目指す。夢は「エコビレッジ」の創生。



「おからこんにゃく刺身」（５００円）。そのままでも酒のつまみになるほど風味豊かなしょう油麹は角がなく芳醇な味わいで、どんな素材の味も引き立てる。







味がしっかり染み込んだ「おからこんにゃくから揚げ」（５５０円）はヘルシーでいて肉を食べたような満足感を得られる。せたな町のオーガニック米を使用した日本酒「吟子物語」（グラス７００円）は現地の酒屋から直接仕入れる希少な酒。フルーティーで飲みやすい。この日のお通し（５００円）の「おからサラダ」は自然農法のせたな町産大豆を使用。こんにゃくは七飯町の松本農園が生産するこんにゃく芋から手間暇かけて完成させる後藤さんお手製。どの料理も自家製の発酵調味料が味の決め手となる。





函館市豊川町22-5
☎0138-26-2688
12:00～14:30（水・木曜）
18:00～22:00（月～土曜）
日曜・祝日定休
P有り（1台）





6席が並ぶカウンターはまるで家族で囲む食卓のような居心地の良さ。ほかテーブルを2卓備える。



【紹介者】



甘味処・生活骨董 きんぎょ茶屋

店長

伊藤　らんさん

テーオースイミングスクールでのインストラクターや市内のホテル勤務、ニセコ町での仲居の経験を経て2年前、末広町で古民家を利用したカフェ「きんぎょ茶屋」オープン時に店長に。甘味やオリジナルのランチプレートに加え、アンティーク食器の販売も行う。「まだお店を知らない方が多いので、訪れやすい雰囲気作りを心掛けもっと多くの方に足を運んでもらえるお店になれば」との思いを胸に店に立つ。







この日のメニューはホロホロと身がほぐれる「カスベの煮付け」や口に運ぶとふんわりと香りが広がる京フキの煮物、自家製の味噌で味わうパプリカとイカ、南高梅と長イモの和え物など1品350円で提供する。日本酒は「春鹿 純米 超辛口」が一合550円のほか「八海山」や「国稀」「立山」などは一合500円。※価格は各税別。

弁天町の電車通り沿いから少し入った路地にひっそりと看板を掲げる「村かみ」はカウンターにおばんざいをずらりと並べ迎えてくれる。旬の魚や野菜を中心に、どれもが体に良さそうなものばかり。「特に凝ったものはない家庭の味だよ」と微笑む店主の村上さんが毎日訪れる客のためにほとんどを日替わりでもてなす。伊藤さんは2年前から自身が勤める店と近いことから岐阜県に構える本店のオーナーが来函する度、月に1度ほど顔を見せ、現在では村上さんと「お



7品ほどのおばんざいが大皿で置かれ、つい目移りしてしまう。目の前の料理以外にも「これもあるよ」「これ食べるかい」と村上さんが尋ねてくれる。「好きな物が並んでいればラッキーと思います。ヘルシーなメニューばかりなので、女性の味方ですね」と伊藤さん。



優しい笑顔で客のリクエストにも応えてくれる村上さん。調理の手際の良さはつい目が釘付けになるほど。

日本酒にぴったりのおかずとお母さんの人柄に癒される

旬の素材を用いた煮物や和え物は どこかほっとするおふくろの味

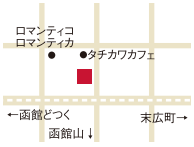
お食事処 おばんざい 村かみ

母さん」「らんちゃん」と呼び合うほどの仲に。材料があれば焼き魚や肉料理などのリクエストにも気軽に応じてくれるあたたかさがそう呼ばせるのだろう。

伊藤さんは八海山や国稀などが並ぶ日本酒の中から料理に合わせて愉しむほか、カウンター席で隣り合った常連客おすすめの一杯をいただくことも。初対面の客とも会話が弾むアットホームな空気感も好きなところだという。村上さんが醸し出すほっとする雰囲気の中で味わうおふくろの味は胃袋と共に心までしっかりと満たしてくれる。



函館市弁天町15-21
☎0138-26-5144
11:30～14:00L.O
17:30～23:30L.O
日曜定休
P有り



LUNCH GUIDE

今日のランチはどこにしますか？



辛醤油らーめん 850円

スープは鶏ガラ出汁が利きコクがありながらもあっさりとした味わい。ラーメンに合うようにあえて薄めに味付けたチャーシューに加え、豚バラ肉のスライスやひき肉、モヤシやタマネギなどの具材がたっぷりと入っている。平日14時まで小ライス無料、大ライスは50円。「土日は猫も出勤しています」と同店。





麺屋 絆 KIZUNA

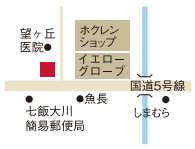
北斗市東浜2-17-29　☎0138-73-6205
11:30～15:00、17:00～20:30（各15分前L.O）
月曜夜定休　P有り



塩ラーメン 500円

あっさりとしていながらもしっかりとした味付けで老若男女問わず人気の「塩ラーメン」。肉厚なチャーシューは3時間以上煮込んだトロトロ食感。ラーメンを注文するとギョーザ（5個・330円）を300円、半チャーハン（300円）を280円で味わえるサービスも。





ラーメン ら。む～

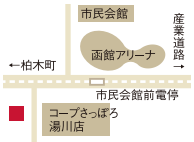
七飯町大川3-5-3　☎0138-64-7317
11:30～15:00、17:00～20:00（各30分前L.O）
火曜定休（祝日の場合は営業、翌日休み）　P有り



贅沢ランチ 2,000円（税別）

カニめし・天ぷら・刺身・小鉢・土瓶蒸し・茶碗蒸し・サラダと多様な料理に、コーヒーとデザートが付く盛りだくさんのセット。ほか、人気の「海鮮丼セット」（1,000円・税別）など、豊富なランチメニューが揃う。カフェ風のお洒落な店で、ベテラン和食料理人の店主が作る本格和ランチがいただける。





和食処 寿蘭
じゅらん

函館市湯川町1-41-9　☎0138-57-7766
10:00～22:00（21:40L.O）
火、第2・4月曜定休　P有り



鶏モツそば 880円

レバーやハツ、キンカン、砂肝など、丁寧に下ごしらえしてかけ汁で煮込んだ鶏モツの温かいそば。モツの部位によって一つひとつ違った食感と味が楽しめる。乙部町産玄そば（ソバの実）がこの時期持つ味の良さを、無駄なく生かすために少量ずつゆっくり自家製粉。自慢の十割そばの、さらに際立つ風味をぜひ堪能して。





板そば池田や 序葉久
じょはきゅう

七飯町大川1-10-4　☎0138-64-2211
11:30～15:00、17:00～20:00（各30分前L.O）
無休（月曜は昼のみ営業）　P有り

一人でも入りやすい落ち着いた雰囲気
大好物のエビと麺類を同時に味わえる幸せ

おととし6月の本店オープンに続き、昨年9月に開店したばかりの「海老麺総本家　地元家　五稜郭店」。本店の店長森さんと親交があったことから店に足を運ぶようになった小澤さんは、どのラーメン店でも迷わず「海老麺塩」をチョイス。テーブルに運ばれると同時に漂うエビの豊かな香りに、「この香りが良いですよね。エビと麺類どちらも好物なので、この組み合わせは最高です」と笑みがこぼれる。

1日に20kgものエビの頭を使うというスープはエビと豚骨を絶妙に掛け合わせた出汁がクセになる。味わいに深みが出るよう2種類の甘エビをブレンドし、甲殻類独特の臭みが出ないよう下処理にしっかりと手を掛ける。仕上げにエビの香りが染み込んだ油をたっぷりとかけることにより、一層香りが立ち、さらに表面の油膜でスープが冷めにくく、時間が経っても熱々を味わえるのも嬉しい。

「落ち着いた雰囲気の中で味わえるのも好きなところです」と話すように白い無垢材が使われすっきりとした印象の店内は清潔感が漂い女性客の姿も多いという。気軽に足を運びやすい明るい内装も人気の理由の一つなのだろう。



「海老麺塩」830円

海老麺総本家 地元家 五稜郭店

函館市本町6-15
☎0138-31-5454
11:30～14:00L.O
18:00～翌3:00L.O
（金・土曜、祝前日は翌4:00まで）
※日曜はランチ営業のみ
（祝前日除く）



アベイル 桔梗店
スタッフ
小澤　亜矢子さん

文/坂井 悠香　写真/大槻 和央





和食・洋食・中華…

美食倶楽部

ハコラクお薦めの旨い店をジャンル別でご紹介





洋食

美味しいカキの食べ放題と多彩なクラフトビールで乾杯

CRAFTBEER BAR JUN
クラフトビア・バル　ジュン

「旬の生牡蠣とガンガン焼き等90分食べ放題プラン（牡蠣飯付き）」（1人3,980円・税別）は、3人からの受け付けで2人の場合は1人500円の追加料金で利用可能。カキを缶の中に入れ酒蒸しする「ガンガン焼き」は熱を加え旨味をギュッと閉じ込め身がトロトロ食感に。「今年のカキは濃厚でプリプリの肉厚です」と同店。また、全国各地から取り寄せる多彩なクラフトビールが味わえるのもうれしい。毎日、市場で仕入れる為、3日前までの予約制。



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





冷たいグラスに注がれるクラフトビールと良く合う、ボリューム満点の「牛ブロックステーキ」（1,500円）も好評。



洋食





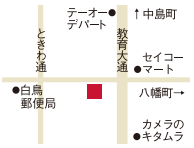


「ズワイガニと帆立貝のサラダ　ボレロ風」(左)と「オマール海老と海の幸のリゾット」(右)。「シェフおまかせメニュー」も半額の5,000円（税別）。

50%オフのお正月スペシャルを好評につき2月19日まで延長

レストラン イリュージョン

「1月11日から1月20日と、2月20日から3月2日まで海外出張でご迷惑をお掛けします」と同店。好評だった「お正月スペシャルメニュー」を延長し、“お客様還元”として、1月21日から2月19日まで50%offの3,000円（税別）で提供。ボレロ風サラダ、スッポンのコンソメスープ、海の幸のリゾット、サーロインステーキ粒入りマスタードソース、デザートが並ぶコース。海外出張中の予約はメールまたはFAX（050-3737-3759）で。



函館市白鳥町17-14
☎0138-40-3703
11:00～14:00、17:00～22:00
水曜定休（祝日の場合は営業）
※1月20日（水）まで休み
P有り
e-mail illusiondecor@yahoo.co.jp





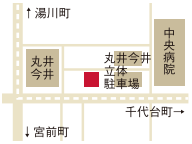


地場の野菜にこだわり、ショーケースには色彩豊かな商品がズラリと並ぶ。人数や予算に応じたオードブルも好評。弁当の注文も受け付けているのでぜひ問い合わせを。

食卓がパッと明るくなる目で楽しむ冬を自宅で…

洋食デリ リベルタ

地場産の食材をふんだんに使ったイタリアンベースの洋食惣菜店。「レストランで提供される料理をぜひご自宅で」という想いは多くのリピーターを呼んでいる。看板メニューの9種類の惣菜を詰め込んだ「アンティパストミスト」（1,100円）のほか、「本日のお肉料理盛合せ」（800円）は3種の肉料理が楽しめ、問い合わせが増えているという。家飲み、女子会、ランチ、パーティーなど、いろいろなシチュエーションでぜひ利用してほしい。



函館市本町32-35 第3五洋ビル1F
☎0138-87-2390
11:00～19:00
日曜・祝日定休
ツイッター「洋食デリ リベルタ」
フェイスブック「デリ リベルタ」
で検索

夜にフラッと立ち寄れるのが魅力 食事の後のデザートにパフェ♪

蕎麦カフェ ひら木

「お客様の要望が多かった為、夜の営業も始めました」という人気のそば店。いつでもリーズナブルな料金で楽しめるようにと新メニュー「天巻きセット」（８５０円）を用意。１５㎝以上の大きいエビ天にイカ天、日替わりの天ぷらを使った３種の天巻きに、もりそばが付くボリューム満点のセット！単品注文は「天巻き３本」５８０円、「もりそば」５００円。おすすめのセットメニューは２３０円もお得に味わえる！



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





「抹茶白玉パフェ」（４８０円）が人気を呼んでいる。とにかくボリューム満点で、定番のチョコレートパフェから、甘酸っぱいベリーパフェなど種類も豊富。



一度食べたら、また食べたくなる 旨い焼き鳥ここにあり

やきとり 和家
わや

おすすめの「豚（精肉）」には店主が厳選したあっさりした味わいのホエー豚を使用。良質な脂と肉のバランスが良く食べ飽きしないと評判。素材の味を最大限に引き出すように下処理から串打ちまで１本１本丁寧に手刺ししており、火力の強い備長炭で外はカリッと中はふんわりジューシーに、旨味を閉じ込めるように絶妙な火加減で仕上げる。早い時間に来店すると好きなドリンクが１杯無料になるイベントも予定。仕事帰りに軽く１杯寄ってみては。

「ハコラクを見た」で料理一品サービス
■1回で1グループ利用可 ■他サービス併用不可 ■平成28年2月16日まで



函館市本町9-5
せいかんビル1F
☎0138-32-3217
18:00～翌3:00
日曜定休





カウンター席と小上がり席があり、宴会コースも２時間飲み放題付きで１人４，０００円（税込・４人以上）から用意。予算や料理内容など気軽に相談できる。



居酒屋









冬の一品料理としてソテーした大根の上にバター焼きにした鮮度抜群の真ダチを乗せた「真だちバター焼き」（６００円・税別）もおすすめ。表面の香ばしさと中のプリプリ感が楽しめると人気の一皿。



函館市本町1-40
☎0138-84-8406
月～木 18:00～翌2:00（1:30L.O）
金・土 18:00～翌3:00（2:30L.O）
日曜定休

真冬に味わいたい料理と日本酒で心も体も温まろう

蕎麦･蕎麦前 やまな

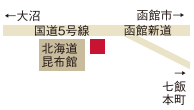
この時期は真冬の寒さから体を温める料理を多数用意。おすすめは、カキと豆腐をじっくり煮込み、豆腐にたっぷりとカキのエキスを染み込ませ、ショウガとユズコショウを利かせた「カキ豆腐」（６００円）や、旬の真ダラと白子に昆布やユズなど数種類の出汁の餡を掛け、ほんのりユズの香りが楽しめる「真だらと白子の柚子香蒸し」（６５０円）。また、料理を引き立たせる酒は燗酒にしても美味しい日本酒など用意。期間限定の「大七純米生もとＣＬＡＳＳＩＣ」や「卯兵衛」、「千代むすび」と豊富。さらに「パーフェクトクラシックが飲める店」の認定を受けたサッポロクラシックも味わってほしい。※価格は各税別

お待たせしました!!!
復活!エビを凝縮した一杯

らーめん 武蔵坊 弁慶



エビをたっぷり使って出汁をとり、エビの旨みを最大限に引き出したスープと弁慶オリジナルスープをブレンドした濃厚ラーメン「えびそば」（８５０円）。トッピングはトロトロのチャーシューに煮玉子、メンマ、きくらげなど。シャキシャキの水菜をアクセントに、風味の決め手はエビ油とエビの頭のみを炒める事で香ばしさを出している。麺はスープがよく絡む、コシのある特注の中太ストレート麺。写真の味噌味のほか、エビの香りを一層楽しめる塩味（８５０円）も人気。



七飯町峠下13-3
☎0138-64-8670
11:00～15:00、17:00～21:00
火曜定休
P有り



「福包みぎょうざ」（５個３５０円～）。採れたての野菜を使った餡を新鮮なまま味わえる冷凍のテイクアウトが好評。ほか、「大沼牛もつラーメン」（９００円）もオススメ。



今年も出ました、冬といえば“カキ”!!
とんきの熱々カキフライで旬の味を楽しむ

函館とんき



冬期限定「牡蠣フライ定食」（1,２００円・単品６００円）は同店冬の一押しメニュー。毎朝市場から直送される新鮮な生ガキを使用。口にするとサックリとした衣と熱々でトロリとしたカキの食感が楽しめ、自家製の特製タルタルソースが絡み絶妙な逸品に。ほか、「海老フライ・牡蠣フライ盛り合せ定食」「ヒレカツ・牡蠣フライ盛り合せ定食」（各1,３００円）など定番メニューとセットになった定食もオススメ。冬の味覚を堪能あれ。

〈大　門　店〉函館市松風町5-13（グリーンベルト沿い）
☎0120-22-3998 11:00～21:30L.O 無休 P有り
〈五稜郭店〉函館市五稜郭町42-12
（五稜郭公園向かい、ときわ通り沿い）
☎0138-32-3378 11:00～21:30L.O 無休 P有り
〈棒二森屋店〉函館市若松町17-12（棒二森屋B1F）
☎0138-23-3378 10:00～18:00L.O 無休



カキフライはとんき全店にて取り扱い、テイクアウトも可能。季節限定メニューのほか、ランチセット、金曜日の「とんかつフライデー」などお得なセットやイベントも同店人気の理由。



ラーメン・揚げ物



温泉利用者以外にも大人気!
熱々メニューで心も体もあたたまる

パフェとお食事の店

パーラー花車（花園温泉内）

常連客に「花車といえばこれ！」と言わしめる不動の一番人気メニュー「みそラーメン」（800円）。秘伝の自家製味噌だれは濃厚でありながら後味はすっきり。旬野菜とのバランスが絶妙で圧倒的な人気を誇る理由がわかる一杯。チャーシュー丼ハーフとセットはお得な1,150円。ほか、サラミ・エビ・ハムなどたっぷりの具を包みこむチーズに30%モッツァレラチーズが入った「ミックスピザ」（コーラ付き1,050円）は持ち帰りも可能でオススメ。

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



大粒のイチゴをふんだんに使った「いちごプリンパフェ」、旬の果物がてんこ盛りの「フルーツプリンパフェ」は自家製カスタードプリンが美味しさをさらに引き立てる。（各750円）。



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



手作り料理を安価で提供し
お腹いっぱいにしてくれる人気店

函館青果市場食堂 十字軒

安価でボリューミーな食堂より、今回紹介するのは「手羽先ギョーザ定食」（600円、ご飯・味噌汁おかわり自由）。パリッパリの皮はフライドチキンの味付けで、ジューシーな餡と相性が良くご飯がすすむ絶品。テイクアウトもできるので、晩酌ビールのお供にどうぞ。ほか、寒い季節にピッタリの「牛すじラーメン」（730円・小ライス or サラダ付）も人気で、トロトロの牛スジから出る濃厚ダシとニラやシャキシャキのモヤシなど、大満足の内容なので、ぜひ。



朝から賑わいをみせる同店では、常時、料理人を募集中。「興味のある人は、いつでも気軽に問い合わせをして欲しい」と、料理長。





函館市西桔梗町589-25
（函館青果市場内2F）
☎0138-48-1520
7:00〜14:00（13:30L.O）
日曜・祝日・市場休業日定休
P有り

本場釧路の味を函館に
タレにくぐらせた熱々のザンギは
一度味わうと病みつきに



昨年4月、本町にオープンした「千舌（せんべろ）」の姉妹店として同じく「串揚本舗」の看板を掲げる。

できたての料理店

串揚本舗
安布里加家
あふりかや

電車通り沿いから少し入った路地、白く大きな看板に煌々と照明を輝かせる「安布里加家」。「女性が入りやすい雰囲気」をコンセプトとした店内は明るくすっきりとした印象で所々にキリンやヒョウなどの置物が飾られ、店名を想起させる。

「本場釧路の味はタレが決め手」と語る釧路市出身のオーナー宮木さんが手掛ける釧路町発祥のザンギをメインとしたメニューが並ぶ居酒屋。味わう直前に客自身がタレにつけて食べる「ザンギ」と揚げた直後にオリジナルのタレにくぐらせテーブルに運ぶ「ザンタレ」の2種類の味付けを用意。「ザンギ」はそのままのさっぱりとした味わいで楽しむのもおすすめだが、しょう油ベースのコショウが利いたタレを絡めるとよりアルコールが進む味わいに。揚げたてに酢じょう油のようなタレを絡めるため香りが良く立ち、テーブルに運ばれた途端に食欲がそそられる「ザンタレ」は酢が利いたさっぱりとした口当たりのため、くどさがなくどんどん箸が進む。どちらも180℃の油で3度揚げすることによりガリっとした歯応えのある衣に仕上がり、口に運ぶと肉汁が溢れだすほどのジューシーさ。カウンター前のケースにずらりと具材が並ぶ、もう1つの看板メニュー「串揚げ」は細かなパン粉を用い素材が見えるほどに衣をうっすらとつけるため重さを感じず、ウスターソースをベースにした自家製ソースもサラリとしており、飽きがこない。「お客様の喜ぶ顔が見たい」という一心で「ザンギ」一皿580円、「串揚げ」は一本80円からとフードメニューからドリンクまで手頃な価格帯でもてなす。函館ではまだなじみのない本格派の熱々ザンギを心行くまでお腹いっぱい頬張りたい。





注文が入ってから揚げるザンギや串揚げは店長の松本さんが油の温度管理やタレの味わいなど細かな部分までしっかりとチェックし絶品に仕上げる。

文/坂井 悠香　写真/大槻 和央





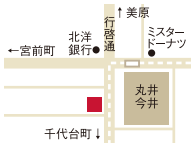


「ザンギ」は骨なしと骨が付いたレッグを用意。１本から注文できるのも嬉しい「串揚げ」は１本８０円からバラエティー豊かな３０種類を用意する。生ビール（３００円）、生ビール込みの飲み放題（２時間１人１，２００円）などドリンクも手頃に提供。※価格は各税別

赤と緑の壁紙に黒いイスがシックな印象。カウンター７席に加え、テーブル３卓、半個室も一つ備えている。



函館市本町5-16
第6KHビル1F
☎0138-52-0775
18:00～23:00（22:45L.O）
日曜定休




※イメージ写真
食べ飲み放題!
ご宴会プラン
ご予約承り中!
120分
飲み放題付
当店おすすめ
お一人様
5,200円コース
食べ放題
北の美味牛(国産)・黒豚(国産)・ラム肉
野菜盛り合わせ・ウインナー・ミートボール・俵おむすび
麺2種類(讃岐うどん・ラーメン)・漬物
さらに
こだわりの一品・枝豆・茹でたてズワイガニ皿盛り・手作りデザートor
アイス・うまみたっぷりおじや(ご希望のお客様に限り)
飲み放題
生ビール(サントリープレミアムモルツ)、ワイン2種、
酎ハイ6種、カクテル&果実酒31種、サワー9種、日本酒、
ウイスキー3種、ソフトドリンク10種
その他のコース [すべて飲み放題付]
105分 お1人様 3,500円コース
牛肉(外国産)もしくは
さっぱり豚肉(国産)の食べ放題 他
105分 お1人様 3,800円コース
牛肉(外国産)・さっぱり豚肉(国産)
食べ放題 他
105分 お1人様 4,500円コース
特選牛(外国産)・さっぱり豚肉(国産)・
ラム肉食べ放題
本日の一品・枝豆・アイス 他
120分 お1人様 6,000円コース
特上牛(国産)・黒豚(国産)・ラム肉食べ放題
茹でたてズワイガニ桶盛り・こだわりの一品・
枝豆・手作りデザート or アイス 他
6名様以上のご予約で、しゃぶしゃぶ・すき焼き両方可能
(お鍋は1台ずつとなります)
※ご予約時にお伝え下さい。
宴会コースは、しゃぶしゃぶもすき焼きも同じ料金です
すき焼きには、ウインナー・ミートボール・ラーメンは付きません
定休日はホームページをご確認下さい
ホールスタッフ募集中!
わいわい亭
函館市本町32番13号
ビア21ビル4F
☎0138-32-7877
営業時間/PM5:00~PM11:00
(L.O.PM10:30)
◎最大40名様迄可能 ◎座敷有
◎契約立体駐車場有り(120分)
契約P
ミスタードーナツ
丸井今井
当店
毎月更新するHPをチェック! http://www.waiwaitei.com/


海鮮&しゃぶコース 2,500円
しゃぶしゃぶコース 1,980円
豚 牛 ラム
海鮮コース 2,300円
(カニ盛り,マグロ中落刺し,焼ガキ,天ぷら盛り合わせ,etc...)
さらに! 全コースで居酒屋メニュー
全60品も食べ放題♪
全コース2名よりOK!
あれも♪これも♪食べ放題!!!
3,680円
予約での利用で90分→150分
アワビ・寿司(ウニ・イクラ付)・
しゃぶしゃぶ・カニ・海鮮焼き・
生ラムジンギスカン・マグロ中落ち・
アツアツ天ぷらetc.
このコースに限り、飲み放題利用の方は
地酒10種も飲み放題!!!!!
プラス980円~で90分飲み放題付き!!
予約でのご利用で時間延長
酒・そば処 五稜郭ふでむら
函館市五稜郭町36-1 ☎0138-32-5014
営業時間/11:00~22:00 不定休 P有り
五稜郭タワー
道立函館美術館
ラッキーピエロ
北海道新聞社


元祖本格炭火焼バイキング
焼肉番長
番長の新年会はとってもお得!
事前予約
団体(大人料金)10名様以上で
ディナーお一人様2,100円が
団体がお得
通常90分が120分に!
2,000円
団体(大人料金)10名様以上で
飲み放題にすると
つまり!!
120分でお一人様あたり
3,100円
ビール・サワー・カクテルなど
32種類 飲み放題
1,100円(税別)!!
(90分 お1人様の料金)
個別注文もOK!
※ラストオーダー20分前迄の受付
※飲み残しは別途料金をいただきます
店内ゆったり180席
超ビッグに284席
亀田港店 函館市亀田港町58-1 ☎0138-85-6390
花園店 函館市花園町9-12 ☎0138-83-2229
料金等詳しくは各店へお問い合わせ下さい。
焼肉番長2店共通クーポン券
ソフトドリンクバー
サービス券
1グループで1枚、お1人様1枚のみ利用可とさせていただきます。
・ご注文時に係員にお渡しください
・他の割引は併用不可
平成28年2月16日まで

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



安くて旨い新年会は
いか太郎
グループで!!

少人数でもOK!!

宴会コース 2時間飲み放題付!!
[2名様～]

7品 2時間半 **3,800円**
11品 3時間 **5,500円**

鍋 or 焼き物 選べます!

10品 3時間 **4,500円**
11品 3時間 **6,500円**

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

飲み放題のみも可
（2名様～）

夜10時以降のご宴会のお客様に限り
5名様以上で1名様無料!

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

いか太郎 若松店	はこ民 いか太郎 本町店	はこ民食堂 若松店	函館活生酒場 いか次郎	函館活生酒場 いかさぶろう
函館市若松町18-23	函館市本町4-15	函館市若松町18-1	函館市本町32-11	函館市本町4-16
☎0138-27-2282	☎0138-56-6222	☎0138-23-0333	☎0138-51-0070	☎0138-55-5552
16:30～ラスト 無休	17:30～ラスト 不定休	16:30～ラスト 不定休	17:30～ラスト 不定休	17:30～ラスト 不定休

◎寿司屋で一献～

旬の肴と名酒を堪能する【鮨処 木はら】







旬の素材一つひとつの旨みをさらに引き出す薬味や味付けにもこだわったごちそう寿司

湯の川温泉地に店を構える「鮨処木はら」。旧南茅部町で漁師の息子として生まれた大将は幼いころから魚を身近に見て育ってきた。寿司職人として40年間、たゆむことなく培ってきた〝目利き〟で新鮮で上質なネタを提供し、さらに素材の旨味を引き出すひと手間が、多くの地元客や観光客に愛され続けている。大将こだわりの旬の食材でもてなす「おまかせコース」は「月」（6000円）、「花」（8000円）、「風」（10000円）の3コースあり、上の写真の「花コース」は旬の魚介類を贅沢に味わえる。ネタと薬味の絶妙なバランスで愉しませてくれるのも魅力。中でも紫色が目を引く辛味大根は活イカの甘みと旨みをより一層引き立ててくれる。至福の時をぜひ堪能して欲しい。※価格は各税別



鮨処　木はら
大将 木原　茂信

カウンター15席のほか、個室や窓側個室など全46席。「ゆったりとくつろぎながら旬の寿司を堪能してほしい」という大将の思いが伝わってくる。

◎北の錦　北斗随想　木はら



夕張郡栗山町の小林酒造「北の錦」の限定酒。希少価値が極めて高い純米吟醸で大将推薦の1本。旬の地魚によく合う辛口。



鮨処 木はら

函館市湯川町2-1-2
☎0138-57-8825
11:30～22:00（21:00L.O）
水曜定休
P有り（10台）





◎寿司屋で一献～

旬の肴と名酒を堪能する【鮨 島うた】







大将の温厚な人柄が握りに伝わる ゆったり味わえる極上の寿司

行啓通りから五稜郭時計台通りを少し入ったところにある寿司店「島うた」。「いらっしゃいませ」とにこやかに出迎えてくれる大将の気さくな掛け声に、緊張もやわらぐ。ぜひ味わってほしいのが握りの「極上島うた」（1人前9貫3300円）。旬の素材はもちろん、大将の技が光るものばかりが並ぶ。ほか、一品料理は、その日の仕入れによりメニューにないものも多数用意している。握りを味わう前に料理と酒を愉しむひとときも格別。安心して寿司コースを堪能できる前菜3点盛りやお椀、特上寿司3人前に飲み物が付いた「お得な2人で10000円コース」なども用意。どこかアットホームな店の雰囲気に若い客も多く、幅広い年齢層に親しまれている。



鮨 島うた
大将 新谷 重美

深夜に立ち寄っても客の笑い声が飛び交う同店。新鮮な食材はもちろん気さくなスタッフの対応も人気の秘訣。人情味のある大将の人柄が人を引き付けるようだ。

◎奥尻（北海道）特別純米酒

製造元は北海道栗山町の小林酒造。奥尻町産の米と水を100%使用し辛口ですっきりとした飲み口は寿司料理に合うこと間違いなし。





鮨 島うた

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





PR

◎寿司屋で一献～

旬の肴と名酒を堪能する【寿し翔】







大人の舌を魅了する食材と丁寧なもてなし 上質な空間で極上の寿司と酒を愉しむ…

四季折々の料理をリーズナブルに提供する同店。オススメは、アワビ、カニ、数の子など、新鮮なネタが全10貫の「特上寿司」（3500円）。移動できるネタケースには、旬の魚介類が豊富に並び、どの席からも鮮度抜群のネタを間近で見る事が出来る。昼メニューは「握り寿司ランチ」（1500円）など3種を用意。茶碗蒸し、デザート、ドリンクも付いて大満足。また、この時期のアワビ料理は、安価な料金設定が魅力で「あわびの唐揚げ」（2500円）が絶品。日々、注文客の舌をうならせている。店内は最大30人程収容可能で、大小宴会にも対応する。カウンターや半個室のテーブル席もあるので色々な場面にも重宝しそう。※価格は各税別



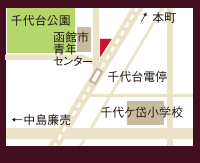
寿し翔
店長 岩谷 一和

市場より毎日仕入れる函館近海産の鮮魚を、熟練の職人技で提供。人情味溢れる対応で、多くの客をとりこにし、最高級のもてなしを心掛けている。

◎出羽桜 桜花吟醸酒（本生）



生酒らしい華やかな香りと味わいで、新鮮食材との相性が抜群。一般の日本酒よりも珍しい物を用意しているのも同店の魅力。



寿し翔
函館市千代台町29-17
☎0138-76-4141
11:00～14:00、17:00～23:00
月曜定休





◎寿司屋で一献～

旬の肴と名酒を堪能する【寿司料理 谷ふじ】







寿司から一品料理まで多彩 近海産の旬の恵みを巧みに握る

五稜郭の繁華街にありながら、どこか凛とした落ち着きを保つ同店は、創業40年という老舗店として舌の肥えた地元客や全国からの旅行者をもてなしてきた。近海産本マグロやイカをはじめ地場の上質なネタを中心に仕入れ、魚本来の旨さを楽しんでもらうことを重視して握る「本日の10貫」（1人前2500円）や「刺身盛り合わせ」（1200円～）、「蒸しあわび」（1800円～）など絶品料理が豊富だ。冬季限定で、下関直送の「ふぐコース」（3980円～）もオススメ。また、人気の宴会プランは全7品が付いた「雪コース」1人5000円から用意。飲み放題はプラス1500円で2時間飲み放題。※価格は各税別。



寿司料理 谷ふじ
二代目 **谷藤 圭太**

高級感がありながら堅苦しさを感じさせず新鮮な食材で、客人を魅了する技術・伝統を受け継いだ二代目大将。

◎特別純米 凌駕



新潟県の松乃井酒蔵場製造。辛口ですっきりとした味わいは海鮮料理によく合う。ほか、数種類の酒が用意されている。



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





PR

新年会・クラス会大募集!!

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

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

地酒は含みませんが普通酒は入ります!
3,500円(税込)コース

ご宴会については気軽にお電話でお問い合わせ下さい。

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

フリーでのご来店も大歓迎! メニューの一部をご紹介

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

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

居酒屋 小料理 花鳥風月

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



新年会ご予約承り中!



※写真は4,300円(税込)コースのイメージです

宴会プラン

お一人様 3,800円(税込)～

2時間飲み放題付 料理8品
鍋orセイロ蒸しも選べます
飲み放題には地酒や芋・麦焼酎なども含まれます。内容は予約時にご確認下さい。

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

■宴会は5～90名までOK
■日曜の宴会も承りますので、ご相談下さい

◆相談に応じて料理の変更ができます。◆

活魚炭焼 居酒屋 次郎

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





宴会 ご予約承り中です

お得な宴会プラン ●30名様位まで対応
スーパードライ・焼酎・サワーなど
飲み放題付き 3,500円～
ほか 4,000円 4,500円 5,000円
コースもございます

料理のみのコースは2,500円・3,000円・3,500円

うまい串・旨えもん ごん蔵



函館市本町9-11 ☎0138-31-2788
[18:00までは転送電話となります]
ご予算、お料理の内容は、お気軽にご連絡ください!
◆宴会の開始時間はご要望にお応えします◆



お得な新年会プラン

ご予約承り中

◆宴会コース お1人様 ¥4,000より
◆にぎりメインの宴会コース
お1人様 ¥7,000
◆高級食材の特別コース 限定コース
お1人様 ¥10,000
＋¥1,500で飲み放題付き

※価格は各税別

100キロUP!
近海マグロ入荷中

ご予約のみのプランです

[個室有り最大24名可]
掘りごたつ・和式高座椅子席完備



すし蔵 SUSHI KURA

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





鍋&煮込み料理

冬のご馳走を召し上がれ

立ち上る湯気が食欲を誘い
素材の旨みが溶け込んだ熱々の汁に感嘆
体が芯から温まる冬の大定番
この時期だけの幸せを召し上がれ



赤&白2つのスープを味わう これぞ〝鍋〟の新星！

火鍋セット（野菜付）

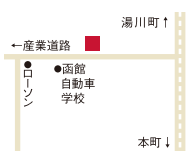
（1人前）980円～

２層式鍋は１つの鍋で２つのスープが味わえる。赤いスープは山椒の利いた旨辛スープ、白いスープは濃厚豚骨スープが楽しめる。コラーゲンがたっぷりで健康志向の女性必見！そのほか、１つの鍋でしゃぶしゃぶやすき焼きが楽しめる２色鍋など、メニューになくても食べたい鍋があれば事前に相談も可能。





「すき焼きセット・野菜付」の豚・牛肉は1,180円、和牛は2,980円で用意。熱々の肉を卵によく絡め食べてほしい。



居酒屋レストラン いちい

函館市深堀町13-7　☎0138-56-1122
11:30～15:00（14:00L.O）、17:30～23:00（22:30L.O）
月曜定休（月曜祝日の場合は営業、翌日休み）
P有り（24台）

トロトロ食感がたまらない♪
オシャレな料理で今宵も乾杯

牛筋味噌ワインラグー

700円

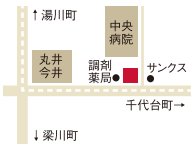
今回の推奨メニューは、赤味噌をベースにした味付けで、ワインを使いじっくり牛スジを煮込んだシェフ自慢の料理。ひと口食べると、甘味のあるコクとワインの風味がトロトロ食感とマッチし、舌をうならせる一皿。肉々しさも感じられボリュームもあるのでシェアして楽しむのもオススメ。また、宴会は4人より利用でき、飲み放題付きで4,000円から。





女性に人気のオシャレなメニューが豊富。赤・白ワインも常備されているので、カップルや女子会など、用途に合わせて通ってみては。





欧風居酒屋 海の雫
おうふういざかや　うみのしずく

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

今年も旨い鍋を味わうなら
鍋まつりへ行っちゃおう♪

選べる鍋まつりセット

（1人前）1,980円

※3人からの利用で、3日前までの要予約
1/15～3/10まで　平日限定プラン　全5品

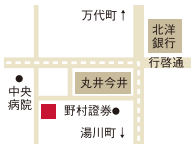
今年も「鍋まつり」開催!! 毎年人気の選べる鍋セットは「つくね鍋」「ブタしゃぶ鍋」の2種類。自家製のダシ汁で仕上げる逸品鍋に、先付、串焼き（3本）、ミニサラダ、ご飯や麺など各鍋シメの一品も付き、さらに飲み放題が90分1,000円で楽しめるのは驚き。また、2,500円からの通常各種コースは、全てプラス1,500円で2時間飲み放題を付けられる。







平日限定だから実現した安さが自慢の鍋プラン。体温まる鍋料理で今宵も誰かと乾杯してみては。



串焼き かいもり

函館市本町31-3-102　☎0138-51-2812
17:30～23:30（23:00LO）
月曜定休

和食の職人が作り出す「和だし」を利かせた絶品鍋！

牛もつ鍋

1人前 780円（税別）

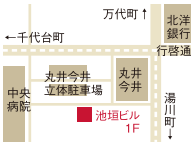
昨年から登場し、早くも評判を呼んでいるのが「牛もつ鍋」。カツオを利かせた和だしベースのしょう油味特製スープは、幅広い客層から人気を呼んでいる。また、オススメは3月31日まで限定の「ふぐコース」。飲み放題込みで1人前7,000円（税込）。「より多くの人に召し上がっていただきたいと思い手の出しやすい価格設定にしました」と料理長。







大部屋のほか、個室やカウンター席など幅広いニーズに対応する同店。新年会は2時間飲み放題付き4,800円（税別）から受け付けている。



肴料理とお酒 旬味 鹿六
しゅんみ かろく

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

旬の味覚を割烹の技で仕上げたひとり用の鍋が登場！

寄せ鍋

（1人前）1,200円

鍋が美味しい季節になり「会食や接待、色々な鍋を味わいたい」という声に応えて3種類の1人用鍋を用意。中でも、カツオを利かせたしょう油ベースの出汁に地元で獲れる今が旬のタラやタチなどの魚介類や鹿児島産「さつま赤鶏」のつみれやモモ肉を入れ、具材の旨味が溶け込んだ「寄せ鍋」がおすすめ。







寄せ鍋以外にも鍋は2種類有り。仕入れ状況により「鴨鍋」や「活あわびしゃぶ」など用意しているので「その日のおすすめ」で確認を。



炭火割烹 菊川

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

旨み凝縮！タイの名物鍋で
冬だってアツアツ南国気分♪

タイスキ鍋コース

（1人）**4,500円**（注文は4人～）

渡り蟹などのシーフードと肉、野菜を鶏ガラスープに入れ、特製ダレでいただくタイの人気鍋。コースは2時間飲み放題付きで、前菜、ヤリイカのジンジャーサラダ、タイ海老トースト、ガイヤーン（スパイシーチキングリル）、締めのライス麺など人気メニューが並び、宴会にもオススメ。単品は1人前2,300円で2人前から注文OK。前日までの要予約。







魚介たっぷり「トムヤムクン鍋コース」は1人4,000円、単品1,800円。ほか、150分飲み放題付き「女子会コース」（4,000円）も人気。



ASIAN DINING&BAR
Shamballa
アジアンダイニング&バー　シャンバラ
函館市本町34-7 第2錦ビル1F　☎0138-83-6239
17:30～24:00（23:00L.O）
※土曜のみ翌2:00（1:00L.O）まで　日曜不定休



鍋の季節がやってきた!!
極旨もつ鍋で楽しく飲もう！

特製醤油もつ鍋

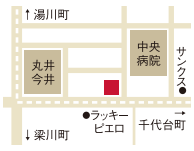
（1人前）**1,200円**（税別）

脂の旨味が凝縮した道産のヘルシーなモツを使用した、コラーゲンとビタミンたっぷりの一品。スープは数種類の中から好みで選べるので、何度でも味わって欲しい。また、鍋のほか特製ぎょうざや付き出しなども味わえる「もつ鍋&ぎょうざセット」（1人前男性3,500円・女性3,000円、各税込）は、2～6人で利用でき、飲み放題付きとお得。





この季節、毎年人気の「もつ鍋」が含まれる上記セットは、予約なしでも楽しめるので、気軽に食べに行っちゃおう♪



活力充電酒場 **たっこ爺**
たっこや
函館市本町32-1　☎0138-56-1144
17:30～24:00（23:00L.O）
不定休
※都合により早く終わる場合もございますのでご了承下さい。

旨い〝鴨だし〟を堪能したいなら一度は立ち寄って欲しい名店

かも鍋

（1人前）1,200円（税別）

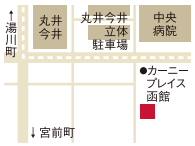
旨くて安価で普段使いできると評判の“そば居酒屋”より、人気の鍋を紹介。しょう油ベースの特製カツオ出汁で煮込み、鴨肉と野菜から旨みを抽出した絶品。残ったスープは、そばやうどんとの相性も抜群。また、鴨肉には力を入れており、「かもしゃぶ」「かもすき」なども美味。ほか、飲み放題は2人より90分1,500円。※価格は各税別







そば屋のイメージが強い同店だが、“居酒屋”として豊富な酒類と新鮮食材を使った「刺盛り」や「串物」で日々賑わいを見せている。



そば居酒屋 ふでむら 神山分店

函館市本町3-7 かでる37ビル1F
☎0138-55-2522
18:00～翌3:00（2:30L.O）
日曜定休

本場のもつ鍋をじっくり堪能 宴会はもちろん1人鍋だってOK

もつ鍋

1人前1,250円（税別）

1月8日、もつ将の2号店となる「函館店」がオープン。看板メニューの「もつ鍋」はあっさりとした味わいの鶏がらスープに「もつ」をたっぷり入れ仕上げる。そのアツアツに煮込まれたもつを甘味のある酢じょう油につけて味わう絶品鍋！ほか、90分飲み放題付き宴会プランも。4,500円（税込）コースから用意し、4人からの受け付けで2日前までの要予約。







自慢の料理にも合う多彩な酒は店主がこだわり取り揃えたもの。旨い酒もじっくり堪能できる。



もつ鍋専門店 博多もつ将 函館店

函館市本町5-18 ☎0138-83-6969
18:00～23:30（23:00L.O）
金・土曜・祝前日 18:00～翌2:30（2:00L.O）
不定休





皆様のご愛顧のおかげでオープンして1年を
迎えることが出来ました!! 日頃の感謝を込めて!!

開店1周年フェア開催

1/15（金）〜2/15（月）

期間中Ratnaセレクトのフランス産ワイン（赤・白）のボトルを
スペシャル価格で提供

週替わりでスタッフがセレクトしたフードメニューが半額
対象の料理は来店してからのお楽しみ♥

Ratna 1周年記念スペシャルディナーコースを用意
1人 5,000円（税込・2名様〜）
バレンタイン プレゼントにいかが♥



カールスバーグ
Perfect Serve
Ambassadorの
認定を受けました



今話題の
プレミアムビールが
登場
ザ・プレミアム・モルツ
マスターズドリーム
680円（税込）



大好評 ケーキ フリードリンク付き バイキング開催中！
土・日 限定 12:00〜15:00 時間無制限
〔大人〕1,480円（税込）
〔中・高校生〕1,280円（税込）
〔小学生〕740円（税込）
未就学児は無料
パスタや唐揚げ、ピザ等、軽食も食べ放題！

新年会ご予約承ります

パーティープランのサラダやピザなどのお料理を
数種類からチョイス

お客様だけのパーティープランを作りませんか
2,000円コース 料理7品
2,500円コース 料理8品
3,000円コース 料理9品

NEW 4,000円コース 料理9品
前菜10品盛合せやパエリアもビーフを追加しチョイス出来る
幅が広がります

パスタかリゾットもチョイスOK（パエリアコースは除く）
※ご予約は2日前の午後6時まで
各コース 4名様〜

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



NEW
みんなでワイワイ
パエリア
コース
4,000円
5名様〜 料理9品
前菜5品盛合せやパエリアと
ピザorパスタをチョイス
デザートも選べますよ

レギュラー新メニュー続々登場！



アツアツ！
エビのパングラタン
950円（税込）



スペイン風チキンの
チーズinトマト煮込み
950円（税込）



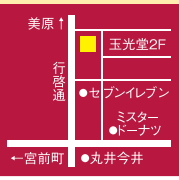
ブルックリン
ハンバーガー
1,000円（税込）



アサリの
クリームパスタ
1,000円（税込）

Ratna
RESTAURANT & BAR

函館市本町17-2 ヴィルヌーブ五稜郭2F 玉光堂さま上
TEL・FAX0138-31-0530 年中無休
営業時間／17:00〜翌1:00（L.O24:30） 金・土・祝前日〜翌2:00（L.O1:30）
ケーキバイキング 土・日 12:00〜15:00
HP http://www.ratna.jp f https://www.facebook.com/ratna.hakodate LINE @ratna



しゃぶしゃぶ、すき焼き、焼肉、ジンギスカン

スタミナたっぷり肉料理



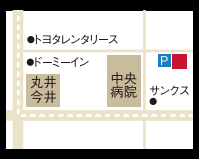




「フレンチ」と「すき焼き」を全室個室の贅沢な空間で味わう

塩すき焼き鍋 1人前 3,500円～(税別)

肉の甘みと旨みをシンプルな塩味で引き立たせた「塩すき焼き鍋」コースは、美容と健康を考え多くの野菜が摂れる逸品。90分1,500円、120分2,000円（各税別）の飲み放題もあり、宴会コースは予算にも応じてくれる。「中札内産ひな鶏半身揚げ」（1,100円・税込）と「手羽先」（6本650円・税込）は予約するとテイクアウトも可能。



レストラン ラ ロテュス
函館市本町36-20　☎0138-86-8666
11:30～14:00L.O、17:00～20:30L.O
要予約　日曜定休　P有り
「ハコラクを見た」で5人以上の宴会予約の場合、フランス産ルネマニュエルシャブリフルボトルを1本サービス
■1回で1グループ利用可■他サービス併用不可
■平成28年2月末日まで



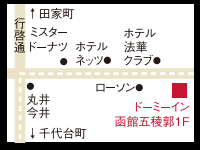




道南食材たっぷりの贅沢なコースで今宵は乾杯♪

椿〈つばき〉 2人前 7,300円(税別)

オーナーが厳選し、こだわりを見せる“おぐに牛”や“ひこま豚”などが同時に味わえ、スープは、がごめ昆布を使ったオリジナルの「昆布だし」、魚介の出汁とトマトを合わせた「香味トマトだし」、まろやかさが自慢の「豆乳味噌だし」から選べる贅沢なコース。また、ランチタイムは「ひこま豚の蒸ししゃぶ」（1,300円）が人気で、メニューは670円から用意。※価格は各税別



旬菜しゃぶしゃぶ 葉な彩 はないろ
函館市本町29-26　ドーミーイン函館五稜郭1F
☎0138-84-1711
11:30～14:00、17:30～22:00　※各30分前L.O
日曜定休







厳選された上質な素材を使い
プロの味付けで“和”を堪能する

北海道北斗和牛すき焼き
5,000円

北海道産の食材をテーマに、高級北斗和牛（A4～A5ランク）を使用した秀逸な肉の味わいは、優れた血統の和牛ならでは。ほか、鹿児島黒毛和牛（A5ランク）を6 ,500円で用意。また、最上階から函館港が一望できるメインホールや大小個室が最大5部屋あり、5～40人まで利用できる。両家顔合わせや接待など、さまざまなシーンに対応。予約は気軽に問い合わせを。



函館国際ホテル 日本料理 松前

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



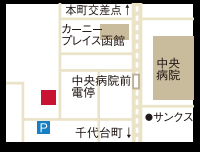




ブランド肉の甘い脂が絶品♪
すき焼き好きにたまらない味わい

北海道産黒毛和牛ロース
1人前 2,580円

すき焼きを目の前で焼いてサービスする同店では、国産黒毛和牛から出る脂を使ったタレにコクがあり素材本来の味を生かし提供している。また「豚しゃぶしゃぶコース」（1,280円）は、南茅部地区産昆布などのダシが利いた専用のつけダレが豚肉とよく合いオススメ。飲み放題は1人プラス1,500円（90分・2人以上）。※価格は各税別。



すきやき しゃぶしゃぶ 牛兵衛

函館市本町1-44　☎0138-56-8600
17:00～23:00（22:00L.O）
日曜定休　カード可
P有り







その日の厳選カルビ数種を贅沢に
A5ランク「ふらの和牛」を堪能する

愛のカルビ盛り合わせ

1人前 2,580円（写真は2人前）

A5ランクの黒毛和牛「ふらの和牛」のカルビ数種類を一度に味わえるお得で贅沢な盛り合わせ。その日のカルビの中でも最も良い部分を厳選、バラ肉を1頭買いしているから希少部位に出会えることも。ふらの和牛のカルビを含む14品に2時間飲み放題付き1人4，500円のコース（3人～）もおすすめ。ぜひ、やわらかな肉質と脂の甘みを堪能してほしい。



函館炭火焼肉 ホルモン市場 愛

函館市花園町1-13 ☎0138-53-5188
17:00～23:30
水曜定休 P有り







気の置けない仲間たちとわいわい
ジンギスカンと酒で至福の時間を

生ラムジンギスカンセット

（焼野菜・ライス付）1人前 1,300円（税別）

自家製のタレでいただくラム肉は、口当たりが良くさっぱりとしていて、最後まで飽きずに楽しめる。ほか、「北海道産生ラム肉」（1500円）は、ラム本来の肉の旨味が味わえる。また、さっぱりとした味付けの「仔羊肉のたたき」（980円）は、酒との相性もバッチリ！宴会コースは3，500円から用意し、飲み放題は1人プラス1，500円（90分）。※価格は各税別



ジンギスカン テムジン

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







牛一頭からわずかしか取れない
希少部位を心ゆくまで味わえる

ヒレシャトーブリアン

1人前 3,980円（数量限定）

おすすめの「ヒレシャトーブリアン」は牛一頭から、わずか８００gしか取れないヒレの中心部だけを厳選。きれいな赤身にバランスよくサシが入り、肉の旨味が堪能できる。また、脂がしつこくなく、口の中でとろけるおいしさで評判の「大トロ極上厚切り牛タン」（1人前2,480円）も人気。予算や要望などに合わせた宴会にも対応している。

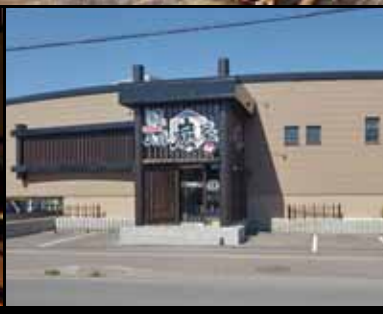


焼肉物語 牛若

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





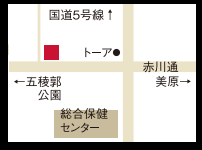


肉の鮮度、肉の銘柄、価格。
吟味を重ねた国産牛を味わえる

銘柄和牛の3種盛り

1人前 3,280円（税別）

全国から銘柄和牛を厳選仕入れ、青森牛、松阪牛、神戸牛、米沢牛をはじめとした銘柄を用意し、仕入れにより珍しい部位が味わえる。吟味した部位だけを盛り合わせ、どの銘柄が並ぶかはその日のお楽しみ。ほか「熟成黒毛和牛大とろタン塩」（1,680円・税別）も味わい、香り、食感とも申し分のない旨さなのでこの機会にご賞味あれ。



肉焼き処 函館炭家本陣

函館市田家町7-24　☎0138-83-7273
17:30～23:30（22:30L.O）
※土・日曜、祝日は17:00～
無休　P有り　カード利用可









全て手作りにこだわり
手間暇を惜しまない絶品ホルモン

ホルモン焼き 1人前 390円(税別)

創業から５０年以上、親子３代伝統の味を守り続ける同店。新鮮な道内産ホルモンを臭みがなくなるまで丁寧に下処理し、秘伝のタレも全て手作り。地元からも遠方の客からも愛されるホルモンは、店主いわく1人５人前は食べられるという人気振り。ほか、「はみだせ！！丸亀ステーキ」（2，２８０円）は、道産和牛を中心に厳選した肉を鉄板からはみ出しそうなくらい豪快にスライス。見た目、味、ボリュームどれをとっても圧巻で注文客を驚かせている。

自慢のもう一品

ホルモン鍋
1人前 580円(税別)

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





焼肉・ホルモン丸亀

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



㊐田中商店 田中さん
美味しい塩辛食べに来てください♪

お車で来ても安心!!

※各店舗で無料駐車券を発行いたします。

60分無料駐車場
（ホテルニューオーテ専用駐車場）
えきに市場向かい
ごゆっくりお買い物、お食事を楽しんで頂けますよう駐車スペースをご用意!

えきに市場でのお食事、お買い物は無料駐車場をご利用下さい

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



㊐嶋本商店 嶋本さん・泉さん
えきにで待ってます!

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

はこだて自由市場



北海道産の毛ガニだよ!!
※高橋鮮魚店 福島店主



創業60周年を迎えました!
(有)水戸部商店 水戸部社長・キヨさん



コーヒーでホット一息♪
COFFEEマルシェ マスター

市電1日乗車券
ご利用の方限定
自由市場でお買物すると
100円キャッシュバック!!
引換受付時間 7:00~16:00まで
さらに! 各店舗でサービスあり!
※お買物時の店舗の印鑑が必要です。

毎月8日・18日は「自由市場の日」
※日曜日の場合は前日に行います。

函館市新川町1-2 ☎0138-27-2200
日曜定休 6:00頃から17:30前後まで営業
はこだて自由市場 検索

お急ぎください!! 20日前迄にご予約のお客様だけに 早割プラン

燻コース KUN コース
お食事8点 120分飲み放題
¥4,800を ▶ お一人様 ¥4,000（税込）で
楽しめちゃいます!!

25名様以上のご予約で貸切可能です。
カラオケ完備しております。
※カラオケは貸切営業時のみとさせていただきます。

煙コース EN コース
お食事7品
120分飲み放題

・自家製燻製3点盛り・自家製ベーコンサラダ・明太子パスタ・燻製カキ&タラ鍋・雑炊・唐揚げ ポテト・コールドストーンパフェ

お一人様 ¥3,800（税込）

燻コース KUN コース
お食事8品
120分飲み放題

・自家製燻製4点盛り・温野菜と角煮ベーコンのサラダ・たらばガニのトマトクリームパスタ・八雲牛スモーク・EN特製海鮮鍋・雑炊・白身魚のエスカベッシュ・コールドストーンパフェ

お一人様 ¥4,800（税込）

女性のためのお得なプランをご用意いたしました。

ご褒美女子会

料理6品
・自家製燻製4点盛り・サラダ・パスタ
・肉料理・冷製料理・デザート
特典
ウェルカムドリンク
スパークリングワイン
飲み放題
3時間 お一人様 ¥3,800（税込）

※ 4名様よりご予約可能です。苦手な食材などご要望がございましたら、ご予約時にお気軽にお伝えください。

燻製料理とお酒のお店 Smoke Bar EN
〒040-0011 北海道函館市本町32-11 2F
tel 0138-32-2770
www.smoke-en.com



平日	祝前日・金・土
18:00~2:00	18:00~3:00
(FOOD L.O. 0:30／DRINK L.O. 1:30)	(FOOD L.O. 1:30／DRINK L.O. 2:30)


木の間餅（このまもち）
道内産大豆黄名粉をまぶした素朴な餅。
1個/125円
松ぼくり最中
小倉あん・抹茶 / 各135円
松ぼっくりをイメージした求肥入りのかわいい最中。
お茶受けやご進物などに最適
土方歳三 尚武最中
小倉あん・ゴマあん/各135円
刀のつばをイメージした最中。
酒々まんじゅう
十勝小豆を自社製餡した「こしあん」を使用。
1個/120円
菓子舗 喜多良
若松町菓寮
函館市若松町28-14
TEL0138-27-2221
定休日／火曜日
駐車場完備
七飯本店
七飯町本町4-5-20
TEL0138-65-3571
定休日／不定休


長期甕貯蔵芋焼酎
黄金の冬眠
25%
●焼酎/乙類 ●原料/さつまいも・米麹（道産米）
●アルコール度数/25度 ●容量/720ml
お酒は二十歳を過ぎてから、適時に適量を、妊娠中や授乳期の飲酒は、胎児・乳児の発育に悪影響を与えるおそれがあります。
飲酒運転は法律で禁じられています。
札幌酒精工業株式会社
厚沢部工場 桧山郡厚沢部町字鶉383番地 ☎(0139)65-2500
函館営業所 函館市五稜郭町35番1号 ホーム企画ビル3F ☎(0138)84-5762
●本 社／札幌市西区発寒10条1丁目1番1号 TEL(011)661-1211
http://www.sapporo-shusei.jp/


どら焼き
●カスタードクリーム ¥150
●小倉クリーム ¥150
●黒ゴマ&クルミ ¥180
●あずき ¥150
●栗あずき ¥180
●プリン&純生クリーム ¥220
●和栗&モンブランクリーム ¥250
●ブルーベリー&純生クリーム ¥180
●リンゴのコンフィチュール ¥180
●かぼちゃあん ¥150
●レーズンバター ¥150
生キャラ入り濃厚どら焼き
●あずき ¥180
●純生クリーム ¥180
●いちご&生クリーム ¥210
●生チョコビター ¥210
●生チョコホワイト ¥210
●マスカルポーネチーズ&生クリーム ¥210
●抹茶&生クリーム ¥180
●かぼちゃ&生クリーム ¥180
●生チョコ&純生クリーム ¥220
プリン
●濃厚カスタードプリン ¥280
●小倉牛乳プリン ¥150
※この価格には消費税は含まれておりません。
Sweets KEYAKI スウィーツけやき
生キャラメルとあずき
生キャラメルと純生クリーム
すてきな出合いで驚くおいしさ♪
あずき
十勝産のあずきを100%使用し、風味を損なわないよう丁寧に手作りで仕上げた、とても美味しい餡です。
生地
北海道産の小麦粉・卵・砂糖で焼き上げる生地は一枚一枚しっとりふっくらと焼き上げるタイミングを大切にし、手焼きにこだわっております。だからこそしっとりとした美味しい生地が出来ます。
その他、「函館牛乳」や「スズキのタマゴ」などこだわりのブランドを使用しております。美味しいどら焼きを、ぜひ食べてみて下さい。
贅沢どら
●あずき ●こしあん ●抹茶 ●黒ごま ●チョコ ●ハスカップ
各1個 ¥210
※贅沢どらは当店の登録商標です
この他にもKEYAKIオリジナル商品多数ご用意しております
慶弔ギフトも、いかようにもおつくり致します。（1,000円～）
どら焼きのお店
スウィーツけやき
住 所 函館市北美原2丁目24-13
TEL 0138-47-4561
定休日 月曜・火曜日
営業時間 水～日 10:00～17:00
http://sweets-keyaki.meisanichiba.jp
サンクス
ローソン
床屋
ツルハドラッグ
セブンイレブン
ローソン
赤川通
免許試験場
亀田川
小北学校
サンクス
トイザらス
赤川交番
←至七重浜
産業道路
至湯川→

カフェさんぽ

Sweets Box 千雪桜

せぼん





線路近くの袋小路に構える。たい焼き機を備えた店内には種類豊富なたい焼きがきれいに並んでいる。入口で迎えてくれる看板犬「千雪桜（せぼん）」はすでに多くの客に親しまれている人気者。

道南にいながら全国の逸品に出合える
気取らない雰囲気が親しみやすく
こぢんまりとした空間が心地良い一軒家カフェ

北斗市の住宅街の片隅にぽつりとピンクののぼりをはためかせ看板を掲げる「千雪桜（せぼん）」は神戸市に本社を構えるオーナーが函館好きという縁から昨年9月にオープン。全国各地のデパートなどの催事で各地の名産を販売しているノウハウを生かし、京都から生地を仕入れて作る「デニッシュたいやき」やお茶や和菓子、「神戸珈琲」など全国の美味が楽しめるカフェ、ショップとして話題を集めている。

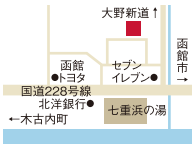
看板メニューの「デニッシュたいやき」は一般的なクロワッサンよりもバターの層が多く重なっているという外はサクサク、中はもっちりとした食感で約15種類から選べる豊富な具材も楽しい。あんやカスタードなど定番10種に加え、4～5種類が毎月入れ替わり、半分にカットした大福がそのまま入った「大福」や道産のジャガイモを使ったジャーマンポテト、ピザウインナー、ちくわツナなどのオリジナルも。テイクアウトもでき、冷凍すると1カ月ほど日持ちし自然解凍後オーブントースターで2～3分ほど加熱することにより独特の食感が戻るため、お土産にもおすすめ。また、たい焼きをトッピングした「千雪桜パフェ」もイートインメニューの中で1位2位を争う人気のスイーツ。

ランチタイムにはバーナーで炙り香ばしい焼き目を付けたチーズと大きなハンバーグが乗った食べ応え抜群の「チーズハンバーグカレー」や「ロコモコ」「チキンソテー」などの洋食メニューをサラダ、ドリンク、デザートとセットで提供（各1080円）。デザートの一品、京都から仕入れた「ほうじ茶ソフト」は口に運ぶとお茶の豊かな香りがいっぱいに広がり、甘さ控えめのさっぱりとした口当たりのため食後にちょうど良い。新たに加わったスイーツメニュー「和スィーツセット」（650円）はゴマあんとヨモギから選べる串団子とイチゴ大福、抹茶のロールケーキの3種類をワンプレートに。ドリンクは長崎県の玉緑茶「嬉野茶」もしくは京都の宇治茶からチョイス。嬉野茶は苦味が強く、お茶好きな人におすすめの「薫風」と甘みが感じられる少し軽めの飲み口が特徴の「春風」の2種を用意。茶葉は販売もしているため、家庭でもその味を楽しめる。そのほかすっきりとしつつも深いコクがあり炭火焙煎の香り漂う「神戸珈琲」なども揃う。

神戸や長崎のポスターが貼られた店内はテーブル4卓と少なめの席数もプライベート感があり、周りに気兼ねなくお喋りできる落ち着いた雰囲気。ひっそりと佇む一軒の喫茶店は、こぢんまりとしたスペースながらもちょっとだけ全国へ旅した気分にさせてくれる。



北斗市七重浜8-2-81
☎0138-76-1812
11:00～17:00
火曜定休　P有り

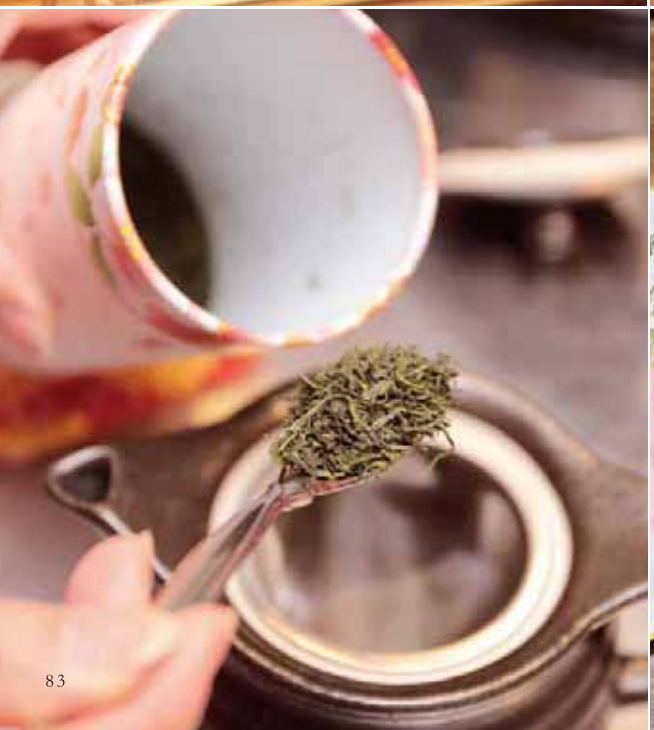


文/坂井 悠香　写真/大槻 和央










御銘茶

格安航空券

通常期　2/29(月)まで　★ご出発当日予約OK!

◎函館⇔東京(羽田) 片道
…· ANA ¥23,800~　JAL ¥24,300~
◎函館⇔名古屋 片道 …… ANA ¥26,000~
◎函館⇔大阪(伊丹) 片道 …… ANA ¥27,800~
◎函館⇔大阪(伊丹) 片道 …… JAL ¥28,300~

航空券代金は予告なく変更する場合がございます。

★ご出発7日前までのご予約で、2/29(月)までのご搭乗分

◎函館⇔東京(羽田) 片道 ANA JAL お問い合わせ下さい
◎函館⇔大阪(伊丹) 片道 …… ANA ¥22,800~
◎函館⇔大阪(伊丹) 片道 …… JAL ¥24,800~
◎函館⇔東京⇔大阪 片道
ANA ¥23,800~　JAL ¥25,800~
◎函館⇔東京⇔九州・四国・中国・山陰方面 片道
ANA ¥27,800~　JAL ¥29,800~

高価買取・格安販売

金券　ギフト券・商品券は最高96%でお買取!
ギフト券・商品券・印紙・旅行券・オレカ・クオカード・図書カード
ビール券・音楽ギフト・お米券・株主優待券・イカすカード・その他

切手・ハガキ
●普通切手(額面52円以上) シート80%~バラ70%~
●記念切手(額面50円以上) シート70%~バラ60%~
●レターパック(プラス・ライト) ●はがき

ANA、JAL、JR各社 その他 飲食関連株主優待券 高価買取中

スカイチケット　函館スカイチケット　検索
函館市駒場町7-5　営業時間／平日9:30~19:00、土曜・祝日9:30~16:00　定休日／日曜日
0138-52-1700 又は 0120-52-1702
※販売・買取価格は在庫状況及び相場変動により予告なく変更することがございます。
※当店は、skyticket.jp(株)アドベンチャーとは、一切関係有りません。



サンシャインで Let's ボウリング!!

大人気! お得な! 団体予約プラン

15名様以上で メダル1枚サービス

新年会 などに最適!

ボウリング 2ゲーム ＋ 貸し靴込み ＋ ドリンク付き ＋ 参加賞付き

大人 1,250円　大学・専門学生 1,100円
中・高校生 900円　小学生以下 800円

※6名様からご利用可能。前日までお申し込み下さい。

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

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



お買物　観光　ビジネス

JRで札幌に行こう!

キャンペーン

POINT 1 対象の旅行商品ご利用の方にチャンス! プレゼントキャンペーン
POINT 2 あなたにピッタリの旅行商品を見つけて札幌へGO! 旅行会社各社、素敵な特典付き!
POINT 3 JR北海道×札幌観光協会 コラボ企画 さっぽろグルメクーポンGET!

キャンペーン期間
平成27年 10月1日(木)出発~
平成28年 3月31日(木)帰着のお客様

キャンペーンのロゴマークがある旅行商品をお買い求めで、札幌・小樽・千歳市内にご宿泊されるお客様を対象にしたプレゼントキャンペーンを実施します。対象の旅行商品ご購入時に、販売店にてお渡しするキャンペーンハガキのアンケートに答えてご応募いただいた方の中から、抽選で宿泊券、旅行券、新幹線グッズ等をプレゼントいたします。詳しくはJR北海道ホームページ内のキャンペーンページをご覧ください。

旅行企画・実施 (社)日本旅行業協会正会員・観光庁長官登録旅行業第1043号
JR北海道 [本社]札幌市中央区北11条西15丁目1番1号 [函館支社]函館市若松町12番5号
お申し込み・お問い合わせ
ツインクルプラザ函館支店 函館駅内
0138-23-4436 年中無休 営業時間 10:00~18:00
当社ホームページで商品パンフレット情報がご覧いただけます。
詳しくは◎http://jr.hakodate.jp/ ※一部ご覧いただけないパンフレットもございます。
JR函館支社 検索

道内各地の列車とホテルがセットでお得!! JRレール&ホテルパック

往復JR(指定席)※一部区間を除く ＋ ホテル(1泊につき1朝食付)※一部ホテルを除く

例えば 札幌 JRイン札幌なら【函館・五稜郭駅発着旅行代金】1泊2日(大人お1人様)
2名1室 19,400~円　1名1室 25,200円

●出発日／2016年3月31日(木)出発分まで ※ホテルにより設定除外日がございます。※JRイン札幌は朝食付きではありませんが、ホテル提供の無料軽食があります。
■最少催行人員／1名様より ■宿泊のみプランもございます。詳しくは係員にお問い合わせください。





1名様から受付OK!

列車限定×ホテルでお得! 観光ならコチラ! 札幌・小樽旅物語

往復JR(列車限定・指定席)※一部区間を除く ＋ ホテル(1泊1朝食付)※一部ホテルを除く

例えば 札幌 ホテル京阪札幌なら【函館・五稜郭駅発着旅行代金】1泊2日(大人お1人様)
3名1室 14,600~円　2名1室 22,100円

●出発日／2016年2月29日(月)出発分まで ※ホテルにより設定除外日がございます。
■最少催行人員／2名様より ■小樽の宿泊施設をご利用の場合は札幌～小樽間は普通・快速列車普通車自由席をご利用いただけます。





2名様から受付OK!

共通 往路 函館 特急列車／指定席 札幌 各自 ホテル
札幌・小樽旅物語は列車限定です。

※復路は往路の逆順となります。 ■旅行代金に含まれるもの／①往復のJR代金(旅行商品用割引代金適用) ②宿泊代金(1泊につき1朝食付)※一部ホテルを除く ③消費税等諸税(ただし、追加飲食には別途諸税がかかります。)
ご旅行の条件 お申し込みの際に詳しい旅行条件を係員がご説明いたします。旅行条件は旅行条件書並びに当社の旅行業約款によります。

お申し込みは
電話申込 ツインクルデスク 営業時間 9:30~20:00 (ご予約はご出発の5日前まで承ります(一部コース除く)) お問い合わせ (011)219-5489 20:00まで営業 北海道札幌市中央区北3条西2丁目8番地 総合旅行業務取扱管理者 内山 恒司
JR北海道の旅行約サイト JR北海道 旅行約 検索 https://www3.jrhokkaido.co.jp/jr-mpack/ インターネット申込への掲載、ご予約については、航空機利用コース・宿泊のみコースなど、一部対象外のコースがございます。

お受け取りは
① お受け取りは最寄りの駅・旅行センターにて※一部の駅を除く ご来店いただく店舗をあらかじめご指定ください。
② クーポン券をご自宅・お勤め先でお受け取り 列車ご利用商品であれば、北海道内送料無料! その他商品、遠外への送料については係員にお尋ねください。 ※予約期限がある商品、ご入金確認が必要な場合がございます。
お支払い クレジットカード または 銀行振り込み



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



物語がはじまる、北海道新幹線。

HOKKAIDO SHINKANSEN
北海道新幹線 2016年3月26日開業

3.26 2016

花巻温泉郷に泊まって
お得に花巻まちめぐり









ようこそ花巻へ！



ご宿泊は
花巻温泉郷で





個性的な温泉が揃う花巻温泉郷。その数は実に12ヶ所。昔ながらの温泉街の情緒が残る台温泉、バラ園で知られる花巻温泉、宮沢賢治ゆかりの大沢温泉など、目的や好みに応じてお選びいただけます。

レトロジャンボタクシー

午前コース、午後コースともに1人1,000円
一日コース　1人2,000円

いま花巻では、花巻温泉郷から発着するジャンボタクシーでめぐるツアーがアツい！クラシカルで可愛らしいデザインのタクシーに乗って、地元の雄である宮沢賢治に関する施設、ワイン工場や南部杜氏の伝承館など花巻の見どころスポットにご案内します。料金は半日コースでひとり1,000円ととってもお得！温泉に泊まりながら、ゆっくりまちめぐりはいかがですか。

●花巻の観光に関するお問い合わせ

一般社団法人 花巻観光協会
TEL.0198-29-4522 http://www.kanko-hanamaki.ne.jp

●ご予約・レトロジャンボタクシーに関するお問い合わせ

文化タクシー
TEL.0198-23-3181 http://www.bunkataxi.com

EVENT

連日約2000発が夜空を彩る 函館の冬の風物詩が今年も開催



5日間合計10,000発の花火が海上から打ち上がる冬の花火大会。主観覧エリアは朝市・摩周丸エリア～函館国際ホテル、金森倉庫群エリア、八幡坂周辺、函館山山頂ほか。澄み切った真冬の夜空に大輪の花が色とりどりに浮かび上がる、この時期ならではの美しさは必見。主観覧エリアにはフードブースも登場予定。

函館海上冬花火2016

日時／2月6日(土)～10日(水)各日19:40～(約25分程度)
※天候によって変更の可能性あり
打ち上げ場所／函館港豊川埠頭沖
問い合わせ／函館海上冬花火実行委員会
☎0138-23-6100(函館国際ホテル内)

GOURMET

日替わりのランチバイキングが好評 毎週水曜は大人1000円にランチ女子会にもいかが





毎日開催するランチバイキングが大人気。料理からフルーツ・デザートまで約30品が食べ放題で、ソフトドリンクも飲み放題。メインメニューが日替わりなのが魅力で、1月は火曜が「肉の日」、木曜が「寿司の日」、金曜が「マグロの日」、土曜が「中華の日」など毎日利用しても飽きないのがうれしい。また、キウイやミカンなど生果実で作る自家製のフルーツ酢も11種類用意。「健康に良いお酢をおいしく楽しんでもらえれば」と同店。料金は大人1人1,300円、子ども（3歳～小学生）同750円で、水曜の「はら田の日」は大人1,000円、子ども500円。



スパ&カーサ函館「喰いどころ はら田」

函館市大森町25-7
スパ&カーサ函館1F(ホテルパコ函館隣り)
☎0138-24-1180
11:30～14:00
無休　P有り

GOURMET

4周年の感謝を込めて 伝統のカレーも人気メニューも 2月8日(月)限定20%OFF





函館市本町で30年間余り営業していた老舗「ラージモリタ」の継承店として人気を集めるカフェスタイルのカレー店「ラムズイヤー」が4周年を記念し2月8日、1日限りの全品20%引きサービスを実施。この時期イチオシの熱々「焼きチーズカレー」やボリューム満点「グリルチキンGARDENライス」（各通常1,100円・税別）をはじめ、本格派インドカレー、サイドメニュー、ドリンクまですべてお得に楽しめる。「これからも感謝の気持ちを大切に営業していきたいと思います。また、今までの税込み価格が、1月より税別となりました」と同店。



インディアンカレー&ガーデンカフェ
LAMB'S EAR
ラムズイヤー

函館市中島町38-11 ☎0138-76-6612
11:00～15:00(14:30L.O)、17:30～22:00(21:30L.O)
月曜定休(2月8日は営業)　P有り

CINEMA

平和な国を築くことができるのか 遂に迎える運命の本能寺の変―



「織田信長が実は現代からタイムスリップした高校生だったら?」という奇想天外な着想とポップな世界観により大ヒットした原作コミックスを映画化。安土城の完成と天下統一を目前にしたサブローは、ふと手にした教科書で織田信長は間もなく死ぬ運命にあることを知る。戸惑い苦悩するが、帰蝶や家臣たちの支えのもと運命に抗いこの時代で生き抜くことを誓う。

「信長協奏曲 NOBUNAGA CONCERTO」

1月23日から公開　シネマ太陽函館　☎0138-22-2021
■原作／石井あゆみ　■監督／松山博昭
■出演／小栗　旬、柴咲コウ、向井　理、山田孝之 ほか

EVENT

郷土の味覚、創作料理がずらり 約30種類の熱々鍋料理が大集合



「江差たば風の祭典」のメイン行事として2日間行われる毎年人気のイベント。ゴッコ汁に三平汁、ホッケのすり身汁、クジラ汁など道南伝統の鍋と檜山のご当地グルメ30種類以上が振る舞われる。ほか、郷土芸能やイモの詰め放題、お汁粉サービスなども用意。寒さの厳しい季節、熱々の冬の味覚で体の芯から温まろう。

第16回 冬江差“美味百彩”なべまつり

日時／2月13日(土)16:00～19:00
2月14日(日)11:00～14:00
会場／旧江差町生涯学習センター体育館(江差町本町271)
問い合わせ／江差観光コンベンション協会　☎0139-52-4815

GOURMET

2月末までランチコースに 熱々「パイ包みスープ」をサービス 数種類の新作スープも登場





「寒い冬は熱々のスープで温まってほしい」というシェフの思いから、2月末まで1,800円以上のランチコースを注文で、通常のスープを「本日のパイ包みスープ」に変更できるサービスを実施中。1日15個限定で予約優先。ほか、この季節におすすめのスープメニューが充実。今年のペリーズバーのテーマは“昆布”。老舗昆布店の協力を得て、上質な昆布をベースにした数種類のスープをはじめ、フレンチに和テイストを加えた料理で楽しませてくれる。新年会の予約も受け付け中。各料理プランは相談に応じてくれるので、気軽に問い合わせを。



カフェ・レストラン ペリーズバー

函館市松陰町1-7　☎0138-83-6008
11:30～14:00、17:30～21:00(L.Oは各15分前入店)
第1・3月曜定休(祝日の場合は営業し翌日休み)
P有り

LA CARTE

今年一年の幸運と繁栄を招く 「男山立春朝搾り」予約受付中 フレッシュな味わいを楽しんで





二十四節気の正月節「春」が始まる日「立春」の2月4日朝に搾りあげる特別限定酒「男山立春朝搾り」の注文を受け付け中。蔵元がこの日に合わせ丹精込めて仕込み瓶詰した酒に、当日酒屋が自らラベルを貼り、神主さんのお祓いを受けその日のうちに販売する貴重な縁起酒。2月4日発売で価格は720mℓ1,500円。注文は1月27日まで受け付け、数量限定のため、なくなり次第終了する。ほか、毎冬好評のホットワイン「グリューワイン」(1ℓ1,400円)にノンアルコールの「グリュープンシュ」(同1,000円)も登場した。※価格は各税別



地酒・ワイン屋 みのや

函館市昭和1-26-23(桐花通沿い)
☎0138-43-0020
10:00～20:00　水曜定休
P有り

MUSIC

パーソナルな部分をさらけ出した 約2年半ぶりのオリジナルアルバム



親友の渡辺直美のMV出演が話題を集めた最新シングル「フォエバ」で友人、仲間、恋人、家族に向けた「絆ソング」という新機軸を打ち出したBENI。今作は「着飾らない」を意味するタイトル通りパーソナルな部分をさらけ出す内容となっている。彼女ならではの個性的な楽曲やフィーチャリング・ゲストを迎えた楽曲を収録。

「Undress」

■BENI■EMI Records■3,240円
［情報提供／玉光堂 五稜郭店］


やわらかい温かみを
感じてください
薪ストーブ&ペレットストーブ
～販売・施工～
FIRE WORLD
ファイヤーワールド函館
函館市吉川町8-21 フリーアクセス 0800-800-7016
営業時間／13:00～18:00　毎週火曜定休　P有


包丁コーナー
通常価格より
30~20% OFF!
新年は包丁の切れ味見直しませんか
包丁研ぎも3日で仕上がります
永年愛用した包丁、ハサミなど
刃物類を資源回収して
11月に関市で行われる
包丁供養祭にまとめて送り、
再生に協力しています
お気軽にお持ち下さい。
年中回収
BOX設置
同時開催
まな板各種
通常価格より
50%OFF～
ご不要の干支の置物を回収し愛知県瀬戸市の
薬師神社にて供養いたします。
食器・名入れ・厨房用品、機器・飲食店用家具
日本陶芸チェーン
函館店
株式会社かんだ
函館市亀田本町61-14
☎(代)(0138)43-5000
FAX(0138)43-5008
営業時間／AM9:30～PM6:00
駐車場完備
HPアドレス http://www.kanda-touki.jp
E-mail info@kanda-touki.jp
五稜郭駅
国道5号線
魚長
当店
NTTビル
ローソン
八幡通り
消防署
キングベーク


販売価格
[土地販売価格]
490.77万円～694.43万円
■土地面積 171.37㎡(51.84坪)～208.72㎡(63.13坪)■
建築条件なし
残り22区画
ありがとうございます
ユートピア北斗追分
●所在地／北斗市追分4丁目42-10他●交通／JR江差線「東久根別」駅徒歩約14分
●地目／宅地●用途地域／工業地域
●特別用途地区／特別工業地区
●建ぺい率／60%●容積率／200%
●設備／北斗市上下水道・北海道電力・LPガス（戸別）●道路／幅員8.0m公道
●学校区／浜分小学校、浜分中学校
●開発面積／23,978.99㎡●総区画数／79区画
●販売区画／22区画（平成27年12月17日現在）
●区画面積／171.37㎡～208.72㎡
●販売価格／4,907,700円～6,944,300円
●最多価格／550万円台（9区画）
●開発行為許可番号／平成26年9月8日第26-5号
●引渡／即日●取引態様／売主
広告有効期限／平成28年1月31日まで
Century21
[売主]（公社）北海道宅地建物取引業協会会員 北海道知事 渡島(4)第992号
センチュリー21リード不動産
〒040-0033
函館市千歳町27番8号 ☎(0138)26-5533

札幌通運
LOGINET JAPAN CO.,LTD. GROUP

引越の札幌通運がお送りする
新しい引越のカタチ

札通

さくらスマイル引越隊



引越の見積・お問合せ

携帯・PHSもOK!

ひっこしは　さ　く　ら

0120-158-396

さくらスマイル引越センター（札幌市北区新川西３条1丁目1番1号）

その他配送のお問合せ

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

パソコン トラブルサポート

パソコンのあらゆる
トラブルに対応！
ご相談下さい！

安心と実績の
当社におまかせあれ！

パソコントラブルサポート
PC99
ピーシー キューキュー



パソコンの
ことなら何でも
ご相談ください!!

- パソコンの動きが遅い
- ネットワーク障害
  （インターネットが見れない!）
- 無線LANの設定がわからない
- パソコンから異音が…
- 動かないパソコンからデータを取り出したい
- パソコンの初期設定をして欲しい
- ウイルス、スパイウエアに感染した!

☆当店に持ち込みの場合は無料にて診断致します☆
（修理、設定等が発生する場合は別途費用がかかります）

パソコンのあらゆる
トラブルに対応!!

出張サポート

30分 出張費コミ!
5,000(税込)円~
完全予約制
（函館市内・近郊）

■お問い合わせ・ご予約(10:00~18:00)

0120-921-666

※電話でのトラブルサポートは受付しておりませんのでご了承ください

HP http://pc-99.net

株式会社 ネットワークス 函館市西桔梗町 589-55 2F
TEL/0138-76-2787　FAX/0138-76-4827



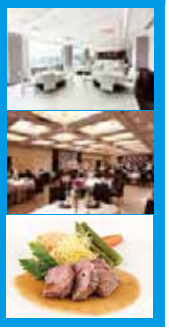
Bridal Fair

海の見えるチャペルで
叶える憧れのウエディング



2/21(日) 10:00-18:00 参加無料／予約優先

・会場見学　・ブライダルアイテム展示　・相談会



婚礼料理フルコース試食会

11:00~14:00［要予約］

美しく鮮やかに彩られたイマジン ホテル&リゾート函館の
婚礼料理をフルコースで是非この機会にご賞味下さい。



5th Anniversary Plan

おかげさまで5周年!

IMAGINE WEDDING

挙式・パーティー、ドレス…ブライダルに必要なすべてが
セットになったスペシャルプランです。

ご両家ご負担金 29.8(税別)万円



プランに含まれる内容

Dress & Dressing
◆衣裳50万円分まで（※グラン・クチュールの衣裳のみ）◆ヘアメイク ◆着付け ◆小物 ◆前撮りお支度 ◆ヘアメイクリハーサル

Celemony（人前式）
◆チャペル使用料 ◆オルガン奏者 ◆結婚誓約書

Other
◆ブライズルーム ◆ブライズマザー ◆ご両家控室 ◆ご両家アテンダー ◆パーティー司会者

さらに選べるオプションプレゼント

A ドレス2着 タキシード1着 金額上限無し

B スナップ写真（6万円分） DVD撮影（6万円分） 会場装花グレードアップ

Option Plan オプションプラン

Carina カリーナ
☆衣裳代プラス20万円分ご利用できます
10(税別)万円

Angelina アンジェリーナ
☆衣裳代プラス30万円分ご利用できます
20(税別)万円

Forte フォルテ
☆衣裳代プラス50万円分ご利用できます
30(税別)万円

※2016年8月末までに会費15,000円以上、50名様以上のご披露宴実施のお客様が対象です。
※既にお申し込みのお客様は対象外とさせて頂きます。　※他の特典との併用はできません。

イマジン ホテル&リゾート函館
出会いと思い出をつむぐ、異国リゾート。

婚礼予約課 〈10:00~18:00受付〉 tel.0138-59-1555

〒042-0932　北海道函館市湯川町3-1-17

イマジンウエディング函館　検索　imagine-wedding.jp

MAIL resortwedding@imgnjp.com

イマジンウエディング facebook

NINGYOU NO KYOUGIKU

ひな人形

可隣な微笑みと伝統美の輝きを雛人形がお伝えいたします

吉徳

～節句人形専門店～

創業29年 道南随一の品揃え 全国送料無料

社団法人日本人形協会会員加盟店

人形の京菊

〒041-0808 函館市桔梗2丁目19番6号（国道5号線沿い）
TEL0138-46-0031



http://www.kyougiku.com 人形の京菊 検索

●10回払いまで手数料無料はショッピングクレジットご利用の方とさせて頂きます。
※印刷の都合上実際の色と異なる場合がございます。※季節商品のため品切れになる場合がございます。

今年で創業121周年

新作

ひな人形



伝統的な商品からスワロフスキーをあしらった個性派まで、多彩なデザインのひな人形を取り揃えております。

しめ飾り、ひな人形、五月人形、花火、祭用品を承っております。

創業明治28年

宮田商店

函館市若松町30番20号 ☎0138-26-1000



www.miyatasyouten.com

きつけ生徒募集中!!



選べる2つのコース!!

きもの・帯レンタル無料

お試し3回コース

きつけを習いたいんだけど…
迷っているあなたにピッタリのコース
授業料がなんと
3回 1,080円で
受講できます。



じっくりしっかり学べるコース

普段着から礼服まで24回（月3回）コース
■入学金2,160円
■授業料~~4,320円~~
■維持費1,080円／月
今なら 4ケ月分の 12回分 授業料 無料!!

入学日

2月2日（火）
4日（木）
5日（金）

朝 10:00～12:00
昼 14:00～16:00
夜 18:30～20:30

曜日等のご希望があればご相談ください。

※当学院を受講された方は、再受講制度がございます。お申し込み・お問い合わせ、詳しくは下記事務局までお電話にてお問い合わせください。

見学も可能ですので事前にお電話ください。

金額はすべて税込です。

KOBAYASHI TOYOKO KIMONO GAKUIN

小林豊子きもの学院 函館事務局

お申し込み・お問い合わせは TEL(0138)51-1045 FAX(0138)56-2083

〒040-0011 函館市本町26-15（ライオンズMS2階） 小林豊子きもの学院 検索

ホームページ http://www.kimono-japan.co.jp/ フェイスブック http://www.facebook.com/kobayashitoyoko

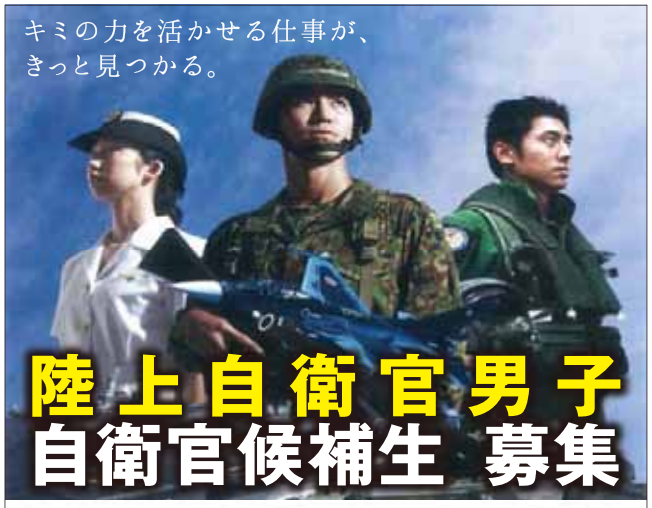
手工芸教室同時募集

組ひも	水曜日【昼】
和　裁	土曜日【昼】

※曜日、時間等、詳しくはお電話ください。

貸教室もございます。

詳しくは左記事務局までお電話にてお問い合わせ下さい。



陸上自衛官男子
自衛官候補生 募集

[試験期日] ◇平成28年1月24日(日)、25日(月)
2月13日(土)、14日(日)
3月 6日(日)、 7日(月)

[応募資格] 18歳以上27歳未満

[受付期日] 随時受付

お気軽にお問い合わせ下さい
自衛隊函館地方協力本部

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

手もみのさとう



メニュー
- ◎初回料 ¥500
- ◎手もみ 60分 ¥3,500
- ◎手もみ 90分 ¥5,250
- ◎アイケアコース ¥4,000

※出張は料金が異なりますので、お気軽にお問い合わせください。
※初回に限り施術料に別途初回料をいただきます。

ハコラク見た!で初回料500円サービスいたします!

病気じゃないのに身体が辛い方、必見!!
そのイヤな頭痛・コリ・疲れ・痛み・むくみおまかせください!

手もみのさとうの良いところ
- ●リーズナブルな料金設定（1時間3,500円～）
- ●お客様のニーズに応えた各種コースあり。お問い合わせください。
- ●お好みの強さで施術致します。男性はもちろん、女性や高齢者まで安心!
- ●出張もOK!（平日のみ）
- ●男女スタッフ在籍
- ●待ち時間なしの完全予約制



☎0138-40-8761 函館市大川町4-4 営業時間／10:00～19:00

MAINICHI 新聞日 × 毎日小学生新聞

毎日ファミリーセット

毎日新聞 月極め定価 3,093円 ＋ 毎日小学生新聞 月極め定価 1,580円 ＝ 通常4,673円↓
セット価格 4,173円

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



他紙より安い!

ニュースと学習記事が満載 読み解く力・考える力がつく

毎日小学生新聞

タブロイド版 定価1ヶ月1,580円 1部60円



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

池上彰さんも登場！
毎週金曜日掲載の「教えて！池上さん」
イマイチわかりにくい日頃のニュースや法律を池上さんが解りやすく解説してくれます。

オトナの言葉は難しい!

ご購読・試読の申し込みは（毎日新聞・スポニチも！）
ヨムハ マイニチ
0120-468-012

急な出費やショッピング
毎日の暮らしのサポーター

函館生まれの便利なカード



全国のセブン銀行ATM、全道のコンビニでご利用可能 夜9時まで

テーオーカードローン

●返済方法/元利定額残高スライド方式リボルビング払い 又は一括払い(一回)
●金利/実質年率18.0%※審査によりご希望に添えない場合がございます。
※結果の如何にかかわらず、審査内容については回答致しかねます。
※審査には身分証明書が必要になります。

限度額最大 50万円

審査スピーディー・簡単お手続き
まずはお電話下さい
初めてのあなたに
審査は最短15分で
即日カード発行!!
お電話でもお申込みOK!
ご利用は1万円から
1万円ご利用の場合1日の
お利息は約5円



HEART TO HEART
テーオー
函館本店 函館市梁川町10-25
TEL 0138-32-0001(代) 営業時間 10:00~19:00

ホームページをリニューアルしました
http://www.to-dept.com
0120-11-1010
■カードセンター直通 0138-32-0707
貸金業登録番号 北海道知事(3)渡第00878号

福祉のお仕事出張相談

福祉の職場・仕事に関する疑問や
質問にお答えします!!



◇福祉の職場とは…
どのような職場?
どのような人達が働いているの?
◇福祉の職場に興味・関心はあるけど、
資格などわからない事が多すぎて…etc

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

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

社会福祉法人 函館市社会福祉協議会
函館市福祉人材バンク
〒040-0063 函館市若松町33番6号 あいよる21 3階
TEL(0138)23-8546 FAX(0138)23-2224

厚生労働省委託事業
実践型地域雇用創造事業

函館地域 合同企業説明会

入場無料
履歴書不要
入退場自由

対象 地域求職者
※ 在職者含む。今年度卒業者は除く。

参加企業 函館地域の求人企業(40社予定)

特典
◆来場者のみ
参加企業小冊子をプレゼント
◆キャリアカウンセラーによる
就労相談もあります。
※ 受付時に係員へお申し出下さい。
(先着優先 お一人様30分程度)

あなたの働きたい企業に出会えるかも。



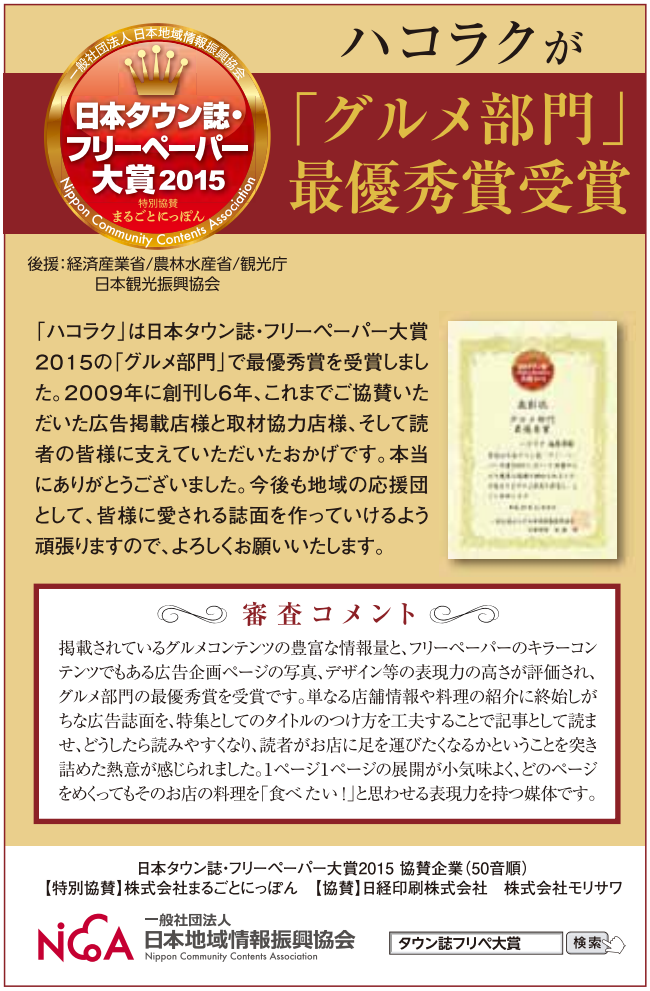
開催日 平成28年1月29日(金) 13:30～17:00
※ 入場16:00まで

会場 ロワジールホテル函館(函館市若松町14番10号)

お問合せ はこだて雇用創造推進協議会
〒040-8666 函館市東雲町4番13号(函館市経済部労働課内【3F】)
TEL (0138)22-6080
URL http://hakodatekoyo.jp/

主催 はこだて雇用創造推進協議会 後援 公益財団法人函館法人会/一般社団法人北海道中小企業家同友会函館支部/ハローワーク函館


■昭和製菓株式会社
北海道
生チョコクッキー
〈8個入〉
¥486
■レストラン トウイ
チョッコラータ
（チョコレートケーキ）
〈1ホール〉
¥3,200
■スウィーツけやき
どら焼きチョコあん&
純生クリーム（生キャラメル入り）
〈1個〉
¥220
St. Valentine's Day 2016
バレンタイン特集
名産市場でしか買えないとっておきの
チョコレート&スイーツが盛りだくさん！
■レストラン トウイ
おとなの濃厚プリン
チョコレート
〈6個セット〉
¥2,520
■スウィーツけやき
生チョコビター
どら焼き
〈1個〉
¥220
■昭和製菓株式会社
生ショコラ
「ミルク」
〈5個入〉
¥540
インターネットショッピングモール
名産市場
MEISAN ICHIBA
名産市場
検索
http://www.meisanichiba.jp
※「名産市場」はインターネットのみの販売となります。※電話でのご注文、カタログ請求等はお受け致しかねます。
函館新聞社 広告局 デジタルメディア部 函館市港町1-17-8 TEL0138-40-5151 FAX0138-40-6161


一般社団法人 日本地域情報振興協会
日本タウン誌・フリーペーパー大賞2015
特別協賛 まるごとにっぽん
Nippon Community Contents Association
ハコラクが
「グルメ部門」
最優秀賞受賞
後援：経済産業省/農林水産省/観光庁
日本観光振興協会
「ハコラク」は日本タウン誌・フリーペーパー大賞2015の「グルメ部門」で最優秀賞を受賞しました。2009年に創刊し6年、これまでご協賛いただいた広告掲載店様と取材協力店様、そして読者の皆様に支えていただいたおかげです。本当にありがとうございました。今後も地域の応援団として、皆様に愛される誌面を作っていけるよう頑張りますので、よろしくお願いいたします。
審査コメント
掲載されているグルメコンテンツの豊富な情報量と、フリーペーパーのキラーコンテンツでもある広告企画ページの写真、デザイン等の表現力の高さが評価され、グルメ部門の最優秀賞を受賞です。単なる店舗情報や料理の紹介に終始しがちな広告誌面を、特集としてのタイトルのつけ方を工夫することで記事として読ませ、どうしたら読みやすくなり、読者がお店に足を運びたくなるかということを突き詰めた熱意が感じられました。1ページ1ページの展開が小気味よく、どのページをめくってもそのお店の料理を「食べたい！」と思わせる表現力を持つ媒体です。
日本タウン誌・フリーペーパー大賞2015 協賛企業（50音順）
【特別協賛】株式会社まるごとにっぽん 【協賛】日経印刷株式会社 株式会社モリサワ
NCA 一般社団法人 日本地域情報振興協会 Nippon Community Contents Association
タウン誌フリペ大賞
検索


読売KODOMO新聞
よみうりこどもしんぶん
大人が読んでも面白い！
おかげさまで20万部！
創刊100号突破!!
おしえて！コナン 時事ワード
アニメ「名探偵コナン」の登場人物と学ぶ時事用語コーナー。おなじみのキャラクターがワードの理解をぐーんと深めます。中学入試の時事問題対策もバッチリ!
中学受験対策も万全
中学入試過去問に挑戦
とけるかな?
わかったぞ!
大手進学塾「四谷大塚」が勉強のツボを楽しく教えてくれます。
四谷大塚
一週間のニュースから
政治・経済が
社会・国際が
わかりやすい!!
エンタメ情報も豊富で、親子で読んでも楽しめる内容が満載の「よみうり KODOMO 新聞」は、お子様の好奇心を育み、可能性を広げます。
楽しく学べる ポケモンABC
©2013 Pokémon.
©1995-2013 Nintendo/Creatures Inc./GAME FREAK inc.
「ポケモンABC」でクロスワードや迷路などを解いて、ポケモンの特徴を表す英単語を一緒に覚えよう!
好評!週替わり企画
AKB48 NEWS 日記 など
●タブロイド判 20ページ／オールカラー
※一部地域は配達日が異なります。
家計にやさしいワンコイン!!
月ぎめ 500円
よみサポ
よみうり購読サポート
親元を離れて暮らすお子さんに読売新聞を
なかなか会えないお孫さんにはKODOMO新聞を
購読される方に代わって購読料をお支払いいただくと、ご指定先に新聞をお届けします。
離れて暮らすあの人に、新聞購読をプレゼント！
◎よみサポによる購読期間は6ヵ月以上となります。購読料は、クレジットカード決済、銀行口座振替、コンビニエンスストア・ゆうちょでの払い込みのいずれかをお選びください。なお、一部配達のできない地域や、配達日が遅れる場合があります。ご了承ください。
「よみサポ」のお申し込み・お問い合わせは
フリーコール 0120-941-441
（受付：月～金曜日の午前10時～午後5時）
http://www.yomisapo.com/
手続き簡単!
申し込みと購読料の支払い
よみサポ
最寄りの読売新聞販売店から新聞をお届け
お申し込みは、最寄りのYC（読売センター）または、0120-4343-81へ



［スタイリスト］

代表 横山　知行 さん

Distortion DRESS
ディストーション ドレス

これからも現役でハサミを握っていくために
現状に満足することなく常に学びの姿勢を忘れない

国道沿いにぽつりと佇む美容室「ディストーション」。昨年2月に店内を改装し一新、あえてラフに塗ったクリーム色の壁に白のレンガを張りナチュラルな空間を演出し、落ち着いた雰囲気に包まれている。代表である横山さんは「何かを一から学びたい」という思いで高校卒業後、札幌の美容専門学校に入学、卒業後も札幌に留まり腕を磨いた。「30歳までには独立したい」という目標に向かい28歳の頃に地元に戻り念願の独立。現在は2店舗目となる昭和店もオープンし予約の合間を縫っては足を運ぶという多忙な日々を送っている。

札幌で過ごしたアシスタント時代、少しでも多くカットの経験を積みたいと定休日には家庭の事情により施設に預けられた子どもたちにボランティアとしてカットを施していた。始めた頃はスタイリストになったら辞めようと考えていたが毎週欠かさず通ううちに、もっと上手くカットしてあげたいという気持ちがだんだんと増していき、スタイリストに昇格後も通い続け、帰函するまでの約7年間勤めあげた。「普段触れ合う機会のない子どもたちと過ごせる貴重な経験だった」と語り、その中でも毎回担当していた高校生が美容師を目指し専門学校に進学すると耳にした時の感動は現在でも横山さんの心に強く刻まれ、自身の糧となっている。

サロンに立ち始めてから誰にも負けないと特に力を入れて取り組んできたことの1つがシャンプー。「施術の入り口であるシャンプーが気持ち良ければ、その後も安心して任せてもらえる」と話し、深爪ギリギリのところまで切られている爪がなによりもその情熱を物語っている。練習と研究を積み重ね努力した結果、心地良さが気に入られ指名してくれる客もいたという。現在でも横山さんに洗髪をお願いしたいという客は少なくなく、その技術をしっかりと引き継いでほしいとスタッフにも熱く指導する。

店を束ねる代表としてスタッフとのコミュニケーションもマメに取り、気持ち良く働けるよう意見があればすぐに話し合いの場を持つことを心掛けている。代表だからといって偉ぶった態度は一切見せず対等に接し些細な声にもしっかりと耳を傾け向き合う。そのため互いにしっかりと信頼関係を築くことができ、店内はその仲の良さが表れているかのようにアットホームな雰囲気が漂い居心地が良い。

寿命が短いといわれる美容師の世界。「お客様がだんだんとオシャレになっていく姿を見守るのがなによりの喜び。まだまだ現役でサロンに立ち続けたい」と常に最先端の技術を取り入れ学ぼうと努力する姿勢やスタッフにも気を遣わせない気さくな振る舞いで多くの客、スタッフに慕われてきた。現状に満足すること無く、常に向上心を燃やし、これからも函館の美容業界の一端を担っていってくれるのだろう。











Distortion DRESS
ディストーション ドレス

北斗市七重浜2-1-8　☎0138-49-3769
10:00～22:00（21:00最終受付）
木曜定休　P有り





文／坂井 悠香　　写真／大槻 和央

冬こそ綺麗にお手入れしませんか？
気になっていたあなたのお悩み解消

期間：2016年1月31日（日）まで

男性のヒゲの悩み解消！毎日快適に
【レーザー治療】（医療脱毛）

顔面通常1回~~45,000円~~のところ
初めての方、1回限定 **29,800円**

女性のデリケートゾーンケアに
【V・I・Oライン】（医療脱毛）

通常1回~~30,000円~~のところ
初めての方、1回限定 **20,000円**

上記施術の初診料（5,400円）は掛かりません　ただし、消費税は別途掛かります

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ック
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



～Hair Menu～

- カット……2,500円
- パーマ（カット込）……5,500円
- カラー＋カット……5,000円
- 縮毛矯正（カット込）……7,000円～

～Nail Menu～



ジェルメニュー（甘皮のお手入れ込み）

Hand & Foot

- クリア・ラメグラデーション・ワンカラー 各2,900円
- アート付け放題（hand）6,900円
- アート付け放題（foot）4,900円



リタッチジェル
伸びた部分をカバーします！



10本 2,000円

初回の方に限り
ネイルメニュー1,000円OFF

「ハコラクを見た」で上記の金額で適用

美容室 Second セカンド



美容室専用受付 ☎0138-56-2228
営業時間/9:30～17:00（日曜・祝日は16:00まで）
ネイル専用受付 ☎080-6078-0500
受付時間/9:30～完全予約制
ブログは 函館ネイルサロンSecond 検索
LINE ID second920

予約優先



定休日/月曜日　P有り　カード不可
函館市梁川町21-14



大好評！

高気圧・高酸素カプセル



美容・肩こり・腰痛・
疲労回復・全身に!!

酸素パワー！

60分 ~~3,500円~~→ **2,200円**

90分 ~~5,000円~~→ **3,150円**

新規ご利用の方に**粗品進呈** ぜひご利用下さい（2月末迄）

営業時間 9:00~24:00（22:00受付終了）

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

Nail Salon ～ルシェリ～
Lecheri



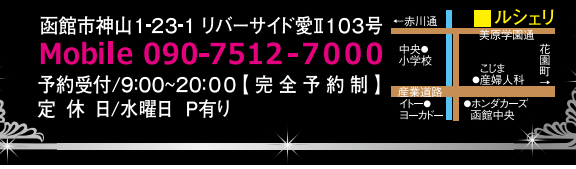
爪を削らないジェルネイル
～パラジェル～

自爪を削らずにすむため、
爪の健康を保ちながら約１カ月間
ジェルネイルを楽しむことができます。
これまでのジェルネイルで
爪が弱くなった方にもおススメです。

ジェルネイル MENU

- ♥クリアジェル……¥2,000
- ♥ワンカラー……¥2,500
- ♥ラメグラデーション…¥3,000
- ♥カラーグラデーション…¥3,500
- ♥フレンチ……¥4,000
- ♥フットジェル……¥4,000
- ♥スカルプ……¥5,500～

函館市神山1-23-1 リバーサイド愛Ⅱ103号
Mobile 090-7512-7000
予約受付/9:00~20:00【完全予約制】
定休 日/水曜日 P有り



謹賀新年

本年もIN TOKYOは元気に営業致します！

冬こそ皮脂がたまった頭皮に
頭皮クレンジング

選べる3タイプ

- **クールオレンジ**
  リフレッシュ&涼しく爽快に頭皮洗浄!
- **ホットザクロ**
  血行促進&やんわり温か頭皮洗浄!
- **ビオーブ**
  上質頭皮洗浄&ニオイも防ぐ頭皮パック

¥324~¥540



白髪ボカシ



毛髪が傷みにくい!
お時間10分程度で
若々しく!
染めた感じがなく
自然な仕上がり!

クーポン
ご利用で
¥1,620→ **¥864**

1/31まで期間限定！
数量限定 発売中 福袋

理容メニュー料金（価格は全て税込です。）

- ◆Aコース（カットのみ）……**¥1,404**（60歳以上¥1,296）
- ◆Bコース（カット+シェービング）……**¥1,620**（60歳以上¥1,404）
- ◆Cコース（カット+シェービング+シャンプー）……**¥1,944**（60歳以上¥1,728）
- ◆Dコース（カット+シャンプー）……**¥1,836**（60歳以上¥1,620）

＊当店の理容室は、予約制ではなくご来店された方から順番にご案内致します。



スタッフ募集中!!

詳しくは、お問い合わせください。

イン東京

TOTAL GRAND SALON
IN TOKYO

函館市港町1丁目11-18 函館港町ビル101号
営業時間/[月~土]9:00~19:00 [日・祝]8:30~18:30 P有り
TEL(0138)45-4535 年中無休



クーポン券付き

平日限定！
カットのみ… 当店通常価格 ¥1,404のところ **¥972**
INTOKYO 当店でのみ使用可能。他の割引と併用不可。【理容のみ】
[使用期限/2016年2月15日(月)迄]1枚につき、おひとり様のみ有効

C・Dコース利用の方のみ
白髪ボカシ 当店通常価格 ¥1,620のところ **¥864**
INTOKYO 当店でのみ使用可能。他の割引と併用不可。【理容のみ】
[使用期限/2016年2月15日(月)迄]1枚につき、おひとり様のみ有効

C・Dコース利用の方のみ
白髪染め 当店通常価格 ¥2,700のところ **¥2,160**
INTOKYO 当店でのみ使用可能。他の割引と併用不可。【理容のみ】
[使用期限/2016年2月15日(月)迄]1枚につき、おひとり様のみ有効

男なら内臓脂肪知らずの、カッコイイカラダを作れ!

当サロン満足度No.1



体験者 KS-カンパニー
代表取締役 小林 秀樹さん

私はお酒の席も多くお腹回りが気になっていました。サロンのスタッフの技術と楽しい会話に大変満足しました!
是非、またお願いしますね!

思わず触りたくなる大人の男のマッチョBodyコース

皮膚の引き締め サーモシェイプ + 脂肪の減少 キャビテーション

初回限定90分

通常価格30,000円→ 9,800円

くがメディカルオーナー&KS-カンパニー小林社長 メンズエステ対談



くがオーナー:エステは初体験とのことですが施術してみて率直なご感想をお願いします!
小林社長:エステは女性というイメージがありましたが、男性目線の固定概念でしたね(笑)
くがオーナー:メンズエステ未経験の人に伝えたい事はどんな所ですか?
小林社長:個室があり、カウンセリング後に男性用の施術着が用意されていて、終わった後には爽快感と自信がついてきますね。
くがオーナー:また、「メンズエステ」を利用してみたいと感じましたか?
小林社長:実際に一回のエステでサイズダウンを目の前で体感した以上、足を運ぶの間違いなしですね!

パワープレート

さらに!コースご成約にてパワープレートコース回数券プレゼント!

★皮膚にハリを
★メタボリックシンドロームを回避
★筋力アップ・基礎代謝を促進
★10~15分程度のトレーニングで、ジムでの1時間分の運動と同じ効果が期待できる



Kuga Medical Clinic
Skin Care Salon
~くがメディカルクリニック スキンケアサロン~

函館市桔梗4-1-5
Tel 0138-34-3800
AM9:00~PM9:00
当日受付/PM6:00まで





PUAMANA Packege menu人気NO.1

RELAX AROMA (120min) ¥10,000
フットソーク→アロマボディ→アロマフェイシャル
体調に合わせオリジナルのオイルを選んで頂き、オールハンドでゆっくりじっくりリトリートメント。施術後は身体が軽くなりお肌はぷるぷる&つやつやに♡

新しくパッケージメニューできました!!!アビアンガ+シロダーラ
ハーブスチームスパーアビアンガーシロダーラ→ハーブボール Dari Ajna (180min) ¥16,000
インド古来の予防医学アーユルヴェーダプログラムのスペシャルコース。第3の目(Ajnaチャクラ)にオイルを垂らし直接ほぐすことで中枢神経をリラックスさせ一種の瞑想状態をもたらします。頭痛眩暈・肩凝・不眠・ストレスなど心と身体のバランスを整えながら疲れを癒します。深いリラックスを体感してください。スチームに入りながら『ピュアリッチ酵素』を飲んで頂きデトックス効果UP↑↑
終わった後は身体温まるジンジャーティーを☆

【BODY TREATMENT】
- ○アロマセラピートリートメント(60min~) ¥6,000~
- ○ホットストーンボディ(70min) ¥7,000
- ○アビアンガ(70min) ¥7,000
- ○バリニーズボディ(70min~) ¥7,000~

【FACIAL TREATMENT】
- ○リフティングフェイシャル(60min) ¥6,000
- ○マジカルフェイシャル(60min) ¥7,000
- ○フィジオピーリングトリートメント ¥12,000
- ○マイクロセルトリートメント ¥12,000

※その他メニューもご用意しております。

Bridal Esthetique
あなたの大切な一日を輝かせるために一人一人に合わせたご予算、日数、ご希望にそえてカウンセリングいたします。
ブライダルエステお試し〔60min〕 ¥3,000
※挙式まで1か月以上の方に限ります。
ブライダルエステ無料カウンセリング受付中!

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

掲載価格は全て税抜き表示です。

DAY SPA PUAMANA
〈デイ スパ プアマナ 大手町店〉
函館市大手町6-7
tel/fax: 0138-83-2121
営業時間●11:00~20:00 定休日●水曜日

〈デイ スパ プアマナ 函館テーオー店〉
函館市梁川町10-25 6F
tel/fax: 0138-84-6113
営業時間●10:00~19:00(最終受付18:00)

両店当日予約OK!

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

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

ホットヨガ体験レッスン2回セット ¥500

まずは体験レッスンからスタート!!

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

持ち物
ウェア(レンタルあり)
着替えの下着
お水(店頭販売あり)



5種類の中から選べる体験レッスン

アロマの香りで癒される当店人気NO.1レッスン
アロマリラックスヨガ

ヨガの基本ポーズを組み合わせたスタンダードなクラス
ビギナー60

下半身太りの原因となる骨盤の歪みを改善
骨盤調整ヨガ

デスクワークが多い方、肩こり・頭痛にお悩みの方に
肩こりリラックスヨガ

リンパトリートメント+ヨガで老廃物をすっきり
リンパデトックスヨガ セルライトアプローチ

今なら新規ご入会で
月会費 初月¥0、翌月半額



ご予約はこちらから

BELBE 函館店
tel.050-3784-7170 (直通)
平日 10:00~22:00(木曜日除く)
土・日・祝10:00~17:00

インターネットからのご予約は ベルベ函館 Q検索

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

季節労働者の皆さんの通年雇用を応援します!

厚生労働省委託事業

通年雇用促進支援事業



市町村や経済団体等が組織する協議会において、季節労働者の方々の通年雇用を支援する事業を実施し、地域に於ける季節労働者の通年雇用化を促進することを目的としています。

◆函館市在住の季節労働者の皆様が対象です。
◆開催日程／1月～3月 先着順に受付致します。
◆各講習の詳細、お申し込み方法については、事務局までお問い合わせ下さい。

参加費無料

A 通年雇用支援研修事業

●介護職員初任者研修(定員5人)
●パソコン講習(定員10人)

B 資格取得講習事業・通年コース

●玉掛け技能講習(定員40人)
●小型移動式クレーン運転技能講習(定員40人)
●高所作業車運転技能講習(定員30人)

C 資格取得講習事業・冬期コース

●車両系建設機械(整地等)運転技能講習(定員30人)
●フォークリフト運転技能講習(定員20人)
●2級小型船舶操縦士講習(定員10人)
●ガス溶接技能講習(定員15人)

D 人材育成事業

●地山掘削及び土止め支保工作業主任者(定員15人)
●足場の組立等作業主任者(定員15人)
●アーク溶接特別教育(定員15人)

全事業を受講できますが、A・B・C・D事業区分毎にお1人さま1講座の受講が可能です。

募集中 お早めにお申し込み下さい。

函館季節労働者通年雇用促進支援協議会
〒040-8666 北海道函館市東雲町4番13号
函館市役所3F 経済部 労働課内
TEL・FAX 0138-22-5400

【構成団体】函館市、北海道渡島総合振興局、函館商工会議所、連合北海道函館地区連合会

詳細はホームページをご覧下さい。http://www.hakodate-kisetsu.com

函館　通年雇用　検索

クルマのことなら何でも
お気軽にご相談ください！

OIL オイル
バッテリー
タイヤ
点検・修理
車　検
鈑金・塗装

函館自動車工業(株)

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

☎ 0138-22-1171

年　中　無　休

営業時間／8:30～18:00

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

〒040－0064 函館市大手町３-15
FAX 0138-27-5162

もっとクルマの話、しませんか。　Answer. for you. TOYOPET



走りの楽しさ、
芯からレベルアップ。
圧倒的な低燃費と高い質感を存分に味わえる乗り心地。

NEW PRIUS

■新型プリウス A"ツーリングセレクション"(FF) 車両本体価格／2,945,160円
■車両本体価格帯／2,452,778円～3,412,505円　Photo:A"ツーリングセレクション",ボディカラーのエモーショナルレッド(3T7)はメーカーオプション(54,000円)。

福祉活動に積極的に協力します

函館トヨペット株式会社

本社／函館市石川町169番地35　☎0138-46-2111　■定休日／火曜日
■営業時間／9:00～17:30　お客様相談テレフォン フリーコール 0120-46-2141
●ホームページ　www.hakodate-toyopet.jp
※車両本体価格はパンク修理キット、タイヤ交換用工具付の価格です。※税金（消費税を除く）・保険料・登録等に伴う諸費用は別途申し受けます。※リサイクル料金が別途必要となります。

あなたの愛車きっと見つかるはず!!



新車、中古車販売も
当社におまかせあれ！

ハイブリット　プラグインハイブリット
HV・PHVの
車検もOK!!

このステッカーは
早めのご予約を!
普通車も軽自動車も!
28 2
28 3
28 4

お見積り無料!!
女性お1人でも安心です!

車検入庫時は忘れずに!
○車検証○自動車納税証明書○自賠責保険証
※13年経過車は重量税が変わります。

キョーツーグループ (株)函館自動車整備センター
北海道運輸局指定自動車整備事業　北海道運輸局認証自動車分解整備事業
北海道北斗市七重浜8丁目9－1 TEL0138-49-5650

VINTAGE STYLE

CB750レストア中

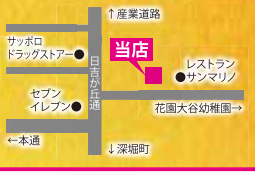






ホームページ　http://vintagestyle-mc.com/

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



NISSAN
Innovation that excites
函館日産

Zero Emission
NEW
LEAF

充電スポット拡大中!
全国 15,000※ 基以上

日産の販売店以外にも、コンビニエンスストア、高速道路、道の駅など、充電スポットは急激に拡大しています。

※急速充電器6,002基と普通充電器9,349基の合算(2015年9月末ゼンリン調べ)。

さらに進化。
時代はもう、電気自動車。

新型リーフ登場。



リーフS (30kWh駆動用バッテリー搭載車)
車両本体価格 3,140,640円
(消費税抜き価格 2,908,000円)
特別金利 3.9%
エコカー 免税対象車
Photo:S　BodyColor:タンジェリンオレンジ(PM)／スーパーブラック2トーン (特別塗装色)
※左記価格には特別塗装色代、オプション代は含まれておりません
※左記価格は、運転席・助手席SRSサイドエアバッグシステムおよびSRSカーテンエアバッグシステム非装着車となります。

〈参考〉
国の補助金を最大限活用した場合
【例／日産リーフSの場合】

メーカー希望小売価格(消費税込) 314.064万円 − 国の補助金 クリーンエネルギー自動車等導入促進対策費補助金※ 最大51万円 = 参考価格(消費税込) 263.064万円

※●上記補助金額は、上記メーカー希望小売価格で、自家用に「日産リーフ S」を購入した場合の金額となります。●補助金額は購入価格に応じて変動します。●自家用乗用車の場合、補助金を受給するには対象車両を4年間保有する義務があります。●2016年2月29日までに初度登録(または届出)かつ支払いが完了した車両が対象です。●登録後1ヶ月以内(消印有効)に補助金交付申請書を次世代自動車振興センターへ提出することが必須となります。●申請期限は2016年3月7日(必着)となります。●本補助金制度は予算がなくなり次第終了の予定となります。●詳しくは各販売会社のカーライフアドバイザーにお問い合わせください。
【地方自治体の補助金】各自治体独自に補助金を設定している場合がございますので、各自治体のホームページ等でご確認ください。

グーーーンと伸びた!

新開発30kWh駆動用バッテリー搭載により、フル充電からの航続距離は280kmへと進化。
バッテリーの寿命性能も向上し、「8年160,000km」*2の容量保証が可能になりました。

JC08モード 一充電走行距離 280km*1
NEW 30kWh駆動用バッテリー搭載車

JC08モード 一充電走行距離 228km*1
24kWh駆動用バッテリー搭載車

航続距離 52km UP

ヒヤリの時も安心!

前方の車両や歩行者との衝突の危険性を検知。ブザーなどでドライバーに注意喚起するとともに、自動的に緊急ブレーキを作動させて衝突を回避、または衝突時の被害や傷害を軽減します。

自動ブレーキ全車標準装備 (エマージェンシーブレーキ)

クルマや歩行者を検知して作動



※画像はイメージです。

＊1／JC08モード 一充電走行距離(国土交通省審査値)について
一充電走行距離は定められた試験条件での値です。お客さまの使用環境(気象、渋滞等)や運転方法(急発進、エアコン使用等)、整備状況(タイヤの空気圧等)に応じて値は異なります。電気自動車は、走り方や使い方、使用環境等によって航続可能距離が大きく異なります。

＊2／本保証は「30kWh駆動用バッテリー搭載車」の場合。正常な使用条件下において新車登録から8年間または走行距離160,000kmまでのどちらか早い方において、ツインデジタルメーターのリチウムイオンバッテリー容量計が9セグメントを割り込んだ(=8セグメントになった)場合に、修理や部品交換を行い9セグメント以上へ復帰することを保証しています。「24kWh駆動用バッテリー搭載車」の場合は、5年間または走行距離100,000kmまでのどちらか早い方の保証となります。

NISSAN　函館日産

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

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

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

お客さまが日々、どんなことで困り、どんな不安を感じているか。
その一つひとつに、社員一人ひとりが想いを巡らせながら、
お客さまのことをイチバンに考えて、しっかりとお応えしていきます。
この国で、最も信頼される保険会社であるために。
私たちのこれからの取り組みに、どうぞご期待ください。

安心のために できることのすべてを

損保ジャパン日本興亜

「損害保険ジャパン日本興亜株式会社」は、
損保ジャパンと日本興亜損保が2014年9月1日に合併して誕生した会社です。

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

---

お見積無料

こちらから取りに伺います!!
全国150店舗
許可・認可を受け、車のリサイクルを
知り尽くした専門店

くるマック clemac 函館店

要らなくなったお車、安心買取りします。

格安で廃車手続き致します
面倒な車税の手続き、還付手続きも対応致します

高価買取中!



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

☎0138-49-5488
48-2188

函館市西桔梗町818-17 リサイクル券取扱店

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

※お客様の個人情報等を厳密に管理しています。

オートボーイの画期的なカーリースシステム!!

とってもお得!! かりちゃおうかな!

\毎月定額/ ワンコインリース

なんとワンコイン!

1日あたり500円から

1ヶ月で15,000円程度の格安リースです。



フラット500 リース車輌例

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



1日あたり500円



毎月定額 フラット500

「フラット500」はこんな方にオススメです!

仕事で1ヶ月だけ車が必要!
車検費用・税金などの出費を抑えたい!
とにかく安い中古車に乗りたい!
安い中古車を買って壊れるのが心配!

車買取専門店のオートボーイだからできる!

おすすめポイント1 厳選優良中古車を格安で!

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

おすすめポイント2 安心のサポート&メリット

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

おすすめポイント3 約3ヶ月～2年の短期リース

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

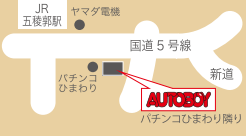
※ご利用には納車、登録などの初期費用が別途必要となります。

車買取り&販売情報ネットワーク
AUTOBOY
オートボーイ函館店

あなたの愛車、高価買取り致します。

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

☎0138-42-7333
函館市昭和2丁目13番6号　営業時間/10:00～19:00　年中無休
詳しくはホームページへ・・・　http://car-autoboy.com



スピードは控えめに。エコドライブで環境にやさしく。

三菱コンパクトカー初のハイブリッド車誕生!!

あそびゴコロ全開プチバン!
THE BOYS'DELICA!
DELICA D:2

ご成約でオプション
5万円分プレゼント!!





ご成約でオプション
5万円分プレゼント!!

もうひとつの世界が躍動する。
DELICA D:2 CUSTOM

メーカー希望小売価格
1,787,400円～(税込)

駆動方式	燃費	燃料消費率		
2WD	27.8km/L	(国土交通省審査値) JC08モード	80% 75%	エコカー減税対象車
4WD	23.8km/L	(国土交通省審査値) JC08モード	60% 50%	エコカー減税対象車

○掲載の車両本体価格はすべて消費税込み価格です。○車両本体価格にはスペアタイヤまたはパンクタイヤ応急修理キット、標準工具一式が含まれます。販売会社でセットする付属品は別途扱いとなります。○保険料、税金(除く消費税)、登録等に伴う費用は別途申し受けます。○リサイクル料金が別途必要となります。○エコカー減税による、自動車取得税・自動車重量税の減税は、グレード、オプション等により対象とならない場合や減税率が変わる場合があります。○詳しくは営業スタッフにお問い合わせください。

函館中央三菱自動車販売(株)

Drive@earth

大野新道店 北斗市清水川142-20 ☎(0138)77-1111
函館中央店 函館市石川町15-1 ☎(0138)46-3111
八雲店 二海郡八雲町東雲町106-1 ☎(0137)62-3111
江差店 桧山郡江差町字伏木戸町571 ☎(0139)53-6111

MITSUBISHI MOTORS

特別仕様車

Spacia G LIMITED

デュアルカメラブレーキサポート搭載
スペーシアGリミテッド、誕生。



- 衝突被害軽減システム「デュアルカメラブレーキサポート」搭載!
- ワンタッチでドアが開く「ワンアクションパワースライドドア」搭載!
- 特別なボディーカラーと、上質なインテリアのコンビネーション!

S-エネチャージで、クラストップレベル の低燃費
燃料消費率(国土交通省審査値) JC08モード 32.0 2WD車 km/L
※1クラス・全高1,700mm以上の軽自動車。JC08モード走行燃費(国土交通省審査値)に基づく。

Photo:全方位モニター付メモリーナビゲーション装着車 ボディーカラーはムーンライトバイオレットパールメタリック(ZVJ)

■メーカー希望小売価格

2WD・CVT	1,398,600円★ [消費税抜き 1,295,000円]	4WD・CVT	1,519,560円★ [消費税抜き 1,407,000円]
▲全方位モニター付メモリーナビゲーション装着車			
2WD・CVT	1,526,040円★ [消費税抜き 1,413,000円]	4WD・CVT	1,647,000円★ [消費税抜き 1,525,000円]

●ムーンライトバイオレットパールメタリック・スチールシルバーメタリック・クリスタルホワイトパール塗装車は21,600円高(消費税込み)
▲はメーカーオプションです。メーカーオプションはご注文時に申し受けます。ご注文後はお受けできませんのでご了承ください。

新型車 特別仕様車 ぞくぞく登場!!

特別仕様車

WAGON R FX limited

S-エネチャージ搭載
ワゴンR FXリミテッド、誕生。



S-エネチャージで、軽ワゴントップレベル の低燃費
燃料消費率(国土交通省審査値) JC08モード 33.0 2WD・CVT車 km/L
※軽ワゴン・全高1,550mm以上の軽自動車。JC08モード走行燃費(国土交通省審査値)に基づく。

Photo:レーダーブレーキサポート装着車
ボディーカラーは左からフィズブルーパールメタリック(ZJH)/クリスタルホワイトパール(ZVH)/アーバンブラウンパールメタリック(ZSF)/フレンチミントパールメタリック(ZWB)/フェニックスレッドパール(ZLB)/シフォンアイボリーメタリック(ZVG)/ブルーイッシュブラックパール3(ZJ3)/スチールシルバーメタリック(ZVC)

■メーカー希望小売価格

2WD・CVT	1,215,000円★ [消費税抜き 1,125,000円]	4WD・CVT	1,335,960円★ [消費税抜き 1,237,000円]
▲レーダーブレーキ搭載車			
2WD・CVT	1,258,200円★ [消費税抜き 1,165,000円]	4WD・CVT	1,379,160円★ [消費税抜き 1,277,000円]

●スチールシルバーメタリック・クリスタルホワイトパール塗装車は21,600円高(消費税込み)
▲はメーカーオプションです。メーカーオプションはご注文時に申し受けます。ご注文後はお受けできませんのでご了承ください。

いま、マニュアルに乗る。WORKS ALTO



新型 アルトワークス Debut!



コックピット



レカロシート(フロント)

メーカー希望小売価格
■2WD・5MT 1,509,840円[消費税抜き1,398,000円]
■4WD・5MT 1,617,840円[消費税抜き1,498,000円]

*燃料消費率は定められた試験条件での値です。お客様の使用環境(気象、渋滞等)や運転方法(急発進、エアコン使用等)に応じて燃料消費率は異なります。

※1 「減税」とは、新車ご購入時における「環境対応車普及促進税制」および「グリーン税制」による減税措置です。自動車取得税の減税は、平成29年3月31日新車届出まで。自動車重量税の減税は、平成29年4月30日新車登録まで。自動車税については、平成27年度自動車税制(グリーン税制)による控除。新車ご購入の翌年度の自動車税について減税措置が受けられます(平成28年3月31日までの新車登録・届出車を対象)。グレードやメーカーオプション、販売会社装着アクセサリー(別売)等の装着により減税額が異なる場合や対象外となる場合があります。詳しくは販売会社にお問い合わせください。

●リサイクル料金が別途必要となります。車両本体価格はタイヤパンク応急修理セット又はスペアタイヤ・ジャッキ付で、保険料、税金(除く消費税)、届出等に伴う費用および付属品価格は含みません。
※消費税について:表示価格は現行税率(8%)に基づき表示しております。

★記載のメーカー希望小売価格は消費税率8%に基づいています。メーカー希望小売価格はタイヤパンク応急修理セット・ジャッキ付で、保険料・税金(除く消費税)・届出等に伴う費用および付属品価格は含みません。メーカー希望小売価格は参考価格です。価格は販売会社が独自に定めていますので、詳しくは各販売会社にお問い合わせください。リサイクル料金は別途必要となります。

道南スズキ販売株式会社 SUZUKI スズキアリーナ

大野新道 北斗市清水川142-20 ☎0138-77-1155
石川 函館市石川町2-20 ☎0138-46-3115

ぶらり函館まち歩き

堀川町

北風が吹きつけ寒さが身にしみるこの頃
昔ながらの味を伝える老舗や名店、
楽しい驚きがある新店を巡り歩いた





1 **cat cafe Prince キャットカフェプリンス**／30分500円、60分800円。蓋つきのドリンクは持ち込み可能。●函館市堀川町30-13　☎0138-54-7911　11：00～19：00　最終受付18：00　完全予約制　木曜、第2・3金曜定休　P有り







文・写真／坂井 悠香

堀川広路から一本奥の通りに看板を掲げる「プリンス」は東京で猫カフェを営んでいた佐藤店主が4年ほど前に地元に戻り再び開業。現在カフェスペースは休業中だが10畳のスペースで18匹ほどと触れ合うことができる猫好きにはたまらない空間に。マンチカンやロシアンブルー、折れた耳が特徴のスコティッシュフォールドなど柄や大きさもさまざま。膝に登ってきたり、すりよってきたりと人懐っこく、猫じゃらしなどのおもちゃもあり、めいっぱい戯れてそのかわいさに癒された。

砂山通り沿いではためく「手打ちそば」と書かれた黄色いのぼりが目印の「喜の家」へ。毎朝打つという打ち立ての麺は北海道産と信州産のそば粉をブレンド。しっかりとしたコシがありかむほどに甘みが口いっぱいに広がる。塩と大豆のみで製造しているしょう油をベースに調合したかえしはコクがありマイルドな味わいが特徴で麺との相性も抜群。大きくジューシーなアナゴの天ぷらはカリッとかための食感に仕上げた衣が油っこくなく軽いため、ぺろりと完食できる。食後のそば湯までしっかりといただきすっかり満足した。

そのまま砂山通りを高盛町方面へ進んだ角に佇む「田村煎餅店」は現在でも手作りで仕上げる昔ながらのせんべい店。1枚22～68円（税別）と財布に優しい。現在2代目として技術を引き継ぐ田村店主は、この道一筋50年の腕前で変わらぬ味を守り続けている。3段階の堅さから選べるせんべいは強火でさっと仕上げるのがコツだという。店内で煎るゴマやピーナッツのほか、チョコレートと水あめが入った変わりダネも。一枚一枚丁寧に焼き上げられたせんべいはお土産にも喜ばれるはず。





3 **田村煎餅店**／「ゴマ」（22円）、「中厚焼ゴマ」（30円）などせんべいは1枚ずつ購入できる。※価格は各税別●函館市堀川町25-1　☎0138-51-5044　9：00～20：00　第1・2・3日曜定休、P有り



2 **そば匠 喜の家（きのや）**／そばとミニ穴子天丼が味わえる「穴子天丼セット」（1,150円）はプラス260円で大盛りにもできる。●函館市堀川町17-12　☎0138-51-8181　11：30～14：30（麺が無くなり次第終了）　水、第3木曜定休　P有り















4 **ポケットミュージック!**／「コーヒー」（350円）のほか、材料があればフードメニューのリクエストにも応じてくれる。●函館市堀川町1-7 ☎0138-76-8023・090-6540-2577　11：30〜22：00頃　月曜定休　P有り









5 **大黒餅**／添加物を一切使用していないため、堅くなりやすく、購入後すぐに味わうのがおすすめ。●函館市堀川町7-1　☎0138-51-7405　7:00〜無くなり次第終了　不定休　P有り

マックスバリュの横の通りを川沿いに行くと、昨年10月にオープンしたばかりの喫茶店「ポケットミュージック!」を見つけた。薪ストーブがパチパチと音を立て店中を温めてくれている。元々コーヒーと音楽が好きだったという水口店主が豆を挽いて淹れてくれる昔ながらのあっさりとした軽い飲み口のコーヒー。音楽はジャンルにとらわれずロックンロールから昭和歌謡、ポップスなどを奏で、店内には昔の歌手のポスターやレコードのジャケット、アンティーク雑貨がそこかしこに置かれている。タイムスリップしたかのようなレトロな雰囲気ながらどこか落ち着く空間が広がっていた。

電車通り沿いの「大黒餅」でガラスケースに入った和菓子に目を奪われちょっと寄り道。表面がツヤツヤとした「べこ餅」や黒糖を用いた「くじら餅」など懐かしい味わいがずらり。先代から変わらぬ調理法で作られる和菓子は七飯町産のもち米と道産の小豆を使い無添加にこだわった優しい味わいが特徴で「この味じゃないとだめ」と長年通い続ける地元客を中心に親しまれている。お土産は木の香り漂う昔ながらの包装紙「経木（きょうぎ）」に包んでくれた。

電車通りを千代台町方面へ行くと「WAR IS OVER!」のポスターが目に入り「プラスワンAD」をのぞいてみることに。壁一面にレコードが張られた迫力ある店内には中古のLP盤がびっしり。店頭には15000枚が並び在庫を合わせると10万枚にのぼるという。一番多く並ぶジャズからロック、クラシックなどジャンルは多岐に渡る。昔ながらのジャケットはデザインもかわいく眺めているだけでも楽しかった。

住宅街に隠れた味わいある店に出合いこの町が好きになった







6 **PLUS 1 A. D.（プラスワンエーディー）**／レコードは1枚300〜1，000円前後。●函館市堀川町19-10　☎0138-86-70141　0:00〜19:00（日曜は18:00まで）　水曜定休　P有り



朝日新聞 × 就職四季報

2016年2月開催！ 参加者募集中

就活直前対策！ 大学生のための就職フェア

無料

2016.2.9（火）17:00～20:00（OPEN16:30）

［会場］国際ホール（札幌市中央区北4条西4丁目 札幌国際ビル8階 さっぽろ駅8番出口）

第1部 『就職四季報』編集長が特別出演！

企業を判断する物差しを持とう

会社選びのポイント＆就職四季報 徹底活用法



東洋経済新報社『就職四季報』編集長
森 智彦

「ブラック企業だったらどうしよう」「あそこは大手だから大丈夫」…イメージだけで就活に臨もうとしていませんか?

9000社を越える企業をウォッチしているプロの目で、会社選びに必要な「データ」と「切り口」を解説します。

［プロフィール］

1978年大阪府生まれ。2008年東洋経済新報社に入社。『会社四季報・未上場会社版』編集部などを経て、2014年『就職四季報』編集長に就任。趣味は旅行とトライアスロン。

第2部 新聞活用ワークショップ

就活スキルを高めよう

受かる志望理由・自己PR 徹底解説&内定獲得術



就職コンサルタント
坂本 直文

エントリーシートや面接で合否をわけるポイントを徹底解説します。アドバイスをもとに、第一志望の人気企業に受かった先輩を数多く見てきました。

忙しい就活生でもすぐに取り組める実践的な内容を厳選して紹介します。

［プロフィール］

証券、広告、新聞、教育業界にて実務経験を積む。自らの人事部長経験と、広告理論／プレゼン技術／心理学等を駆使した具体的アドバイスが特徴。『内定者はこう書いた!エントリーシート・履歴書完全版』『内定者はこう話した!面接完全版』等、著書は96冊。

就職フェア受講者の声（東京会場）

- ES選考・面接試験に受かるために必要なことがわかりました！情報収集や企業研究の大切さに気付くことができました。
- 時事問題対策や業界研究などの具体的なやり方を教えていただき、いま自分が何をすべきかがわかりました。
- モチベーションがあがりました!私も頑張ります!



ご応募はウェブサイトから

対象	就職活動を目前に控えた大学生、大学院生、短大生、専門学校生
定員	150人（応募多数の場合は抽選となります。ご当選者にはメールでご連絡いたします）
応募期限	2016年1月25日（月）23:59まで
応募方法	下記ウェブサイトからお申し込みください。 ※PCまたはスマートフォンからアクセスしてください。 afc アサヒ 検索 https://www.asahi-afc.jp/ ▶スマートフォン用

3大特典

①朝日新聞の就活応援BOOK……参加者全員にプレゼント

②模擬エントリーシートの添削……会場で朝日新聞または朝日新聞デジタルを新規に申し込まれた方が対象です。

③朝日新聞・朝日新聞デジタルのお試し読みサービス（5日間）

【個人情報の取り扱いについて】

○お預かりした個人情報は、就職フェアの案内と運営に利用するほか、朝日新聞グループ（当社、当社のグループ企業およびASAなど朝日新聞を取り扱う新聞販売所）において、以下の利用目的で共同利用します。共同利用についての公表事項および共同利用者の範囲に含まれるグループ企業の一覧は、以下の個人情報保護方針の記載をご覧ください。（1）商品・サービスの配送・提供　（2）商品・サービス・催し物の案内　（3）既存の商品・サービスの改善や、新しい商品・サービスの開発などのための調査　（4）提携企業等から提供された商品・サービス・催し物の案内及びプレゼントやアンケート類の送付

○朝日新聞グループはお客様の個人情報を、法令および個人情報保護方針（http://www.asahi.com/shimbun/reference/privacypolicy01.html）にしたがって安全かつ適切に取り扱います。

お問い合わせ
朝日新聞北海道支社販売チーム
TEL 011-281-2137（受付時間 平日 10:00～18:00） FAX 011-231-5571

公共食堂 vol.13

函館市中央図書館内 borjan ボルヤン

甘い焼き菓子と優しい味わいで読書の合間に心落ち着くひとときを





「ナンカレーセット」(620円)のサラダはナッツの香ばしさがアクセントのドレッシングで。バターが香るトーストと共に味わう「クラムチャウダー(トースト付)」(380円)。焼きたてのラスクやクッキー、マフィンなどの焼き菓子はきれいにラッピングし販売しているため、ちょっとしたプレゼントにもおすすめ。



10年前旧本館の老朽化に伴い、移転改称した「函館市中央図書館」。正面玄関を入り左へ進んだ先の飲食スペースに構える「ボルヤン」のドアを開くと店内で手作りしているクッキーやマフィンなど焼き菓子の甘い香りがいっぱいに広がり幸せな気分になる。館内で唯一お喋りができる木のぬくもりに溢れた空間は、緑を生けた小さな花瓶や四季を思わせる装飾があちこちに施され、かわいらしい印象。静かに響くボサノバのBGMがより心安らぐ雰囲気を醸し出している。

手頃で程良いボリュームが女性客を中心に人気を呼んでいる「クラムチャウダー」は、しっかりとアサリの出汁が利いた本格派。香ばしい焼き目が付いた小振りのナンが2枚添えられたワンプレートの「ナンカレーセット」は大きな牛肉が入ったビーフカレーで辛さ控えめのため子どもにもおすすめ。ランチタイムには「ハーブチキン」や「マリネ」など手作りの惣菜4種類から選んでおにぎりやサンドイッチとセットにできるメニューも。どの料理も体に染み渡るような優しい味付けが特徴。静かな図書館の独特の空気に包まれながら、窓の外から暖かな木漏れ日が降り注ぐ店内でくつろぎのひとときを過ごしたい。



函館市中央図書館内
borjan
ボルヤン

函館市五稜郭町26-1
☎0138-53-4024
10:00～18:00(17:30L.O)
※ランチは11:00～14:00
水曜定休　P有り(2時間無料)







カラフルなイスが店内をより明るい雰囲気に。月に一度替わるランチの惣菜メニューはスタッフによって考案されている。コーヒーや軽食を片手にゆっくりと読書を楽しむ客の姿も多く見られる。

文/坂井 悠香　写真/大槻 和央

おたから本舗
函館昭和店

古物商許可　北海道公安委員会　第112010001067号

新春初買取り!!

安心してください
今年も高く買いますよ







高額買取
象牙始めました!!

お家に眠っている象牙の品々
ぜひ、お譲り下さい。

環境省・経済産業省
特定国際種事業者
T-1-01-00572





ブランド時計

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



ブランドバッグ・小物・アクセサリー

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

買取品目

洋酒・古酒・切手・商品券・テレカ・中国切手・古銭古札・大判小判・新品家電・新品工具・ブランド香水、ブランド食器・貨幣セット・記念金貨・携帯電話・スマートホン・ゲーム機・ソフト・外国金貨銀貨・古コイン・記念金メダル・銀メダル・カメラ・レンズ・勲章・軍装品・骨董品・美術品・学習教材など。

ジャンルを問わず買い取りいたします。まずはお気軽にお問い合わせください。

出張買取
郵送買取
遺品整理

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

函館市昭和3丁目2-21タウンハイツ昭和１階
【昭和タウンプラザ(ユニクロ・ゼビオ側)出口向い
レモンイエローの建物１階です(桐花通沿い)】

営業時間 10:00 ▶ 19:00　不定休

0120-55-1723（ゴーゴーイーナニイサン）

ホームページ　http://otakarahonpo.biz



キリトリ

おたから本舗 お得クーポン
¥10,000以上の買取ご成約で
キャッシュバック
¥1,500
※金券類は対象外です
※1回につき1枚ご利用可
※有効期限/ハコラク2月号掲載日より3カ月有効

おたから本舗 お得クーポン
¥30,000以上の買取ご成約で
キャッシュバック
¥3,000
※金券類は対象外です
※1回につき1枚ご利用可
※有効期限/ハコラク2月号掲載日より3カ月有効

おたから本舗 お得クーポン
¥50,000以上の買取ご成約で
キャッシュバック
¥6,000
※金券類は対象外です
※1回につき1枚ご利用可
※有効期限/ハコラク2月号掲載日より3カ月有効

おたから本舗 お得クーポン
¥100,000以上の買取ご成約で
キャッシュバック
¥12,000
※金券類は対象外です
※1回につき1枚ご利用可
※有効期限/ハコラク2月号掲載日より3カ月有効

PRESENT

ハコラク読者プレゼント

塩辛､干しちゃった 新幹線パッケージ

4袋詰合せセット（各袋20g）

C 6名様



国産真イカの塩辛をフリーズドライ加工したお菓子感覚で楽しめる人気商品「塩辛、干しちゃった」のセットが北海道新幹線H５系車両型ボックスで販売中。かわいらしい箱の中は「塩辛」「塩辛ととうきび」「塩辛とえだまめ」「塩辛とチーズ」の４種類が詰め合わせになっています。

■提供／株式会社布目 ☎0138-43-9101
http://nunome.hakodate.jp/default.htm

じっくりコトコト 濃厚クラムチャウダー

5箱（1箱3袋入り）

B 5名様



本場のニューイングランドクラムチャウダーをイメージした､本格的なクラムチャウダー。この秋の刷新により、さらにクリーム感を強めて、濃厚クリーミーに。独自開発したフィッシュブイヨンとチキンブイヨン、特製クリームパウダーを使用した、ちょっと贅沢なスープです。

■提供／ポッカサッポロ北海道株式会社
http://www.pokkasapporo-fb.jp/hokkaido/

ブラックニッカ リッチブレンド

700ml

※応募は20歳以上の方限定

A 3名様



シェリー樽で熟成を重ねたモルトウイスキーと樽熟成したグレーンウイスキーを使用したブレンデッドウイスキー。スムースな口当たりと、飲みやすさの中にもコクがしっかりと感じられる味わいが特徴で、甘くやわらかい樽の香りと、フルーティーで華やかな香りが広がります。

■提供／アサヒビール株式会社北海道統括本部
0120-011-121（お客様相談室）

デオナチュレ ソフトストーン足指

7g

F 3名様



天然アルム石を使った制汗剤「デオナチュレ」シリーズから、冬の定番ファッション“ ブーツ ”のニオイ対策として使える「ソフトストーン足指」をプレゼント。直接肌にぬる「直ヌリ」タイプなので、朝ぬるだけで、足のムレやニオイに対し長時間効果が持続するという。

■提供／株式会社シービック
お客様相談室☎03-5414-0841
http://deonatulle.com

ビフェスタ つる落ちクレンジング クレイジェル

170g

E 5名様



メイク&毛穴汚れをしっかり落として、つるつるでなめらかな美肌へと整えるこんにゃく成分配合のクレンジングシリーズ。クレイジェルは沖縄の海泥由来天然クレイ配合で毛穴の黒ずみまでしっかり吸着。弾力あるジェルが肌をこすらずやさしくメイクを落とします。

■提供／株式会社マンダム お客さま相談室☎0120-37-3337
http://www.bifesta.jp

バランスターWZ

4粒入り2パック

D 10名様



普段の食事では不足しやすい亜鉛をはじめとするミネラル、ビタミン、アミノ酸といった４０種類の栄養素をバランス良く吸収されやすい形で含む栄養補助食品です。「おくすりやさん スーパーアークス港町店」が絶大な自信をもってお薦めする牡蠣肉エキスです。

■提供／おくすりやさん スーパーアークス港町店
☎0138-84-8655

プレゼント応募方法＆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 ハコラク編集部「ハコラク２月号プレゼント」係

ホームページ http://hako-raku.jp

■応募締切：平成28年2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つまらなかったコーナー、その理由を教えてください。

Q2 今後取り上げてほしいテーマはありますか。

Q3 本誌に対するご意見･ご感想を自由にお書きください。

LAWSON


京都 音羽山 清水寺
御祈祷海苔使用
神戸牛 焼肉巻
焼肉ベースに味付けた神戸牛を使用した太巻寿司です。
1本
880円（税込）


京都 音羽山 清水寺
御祈祷海苔使用
限数定量
極上海鮮 七具巻
七品目の厳選海鮮具材を贅沢に巻いた恵方巻です。
1本
980円（税込）

詳しくは店頭カタログをご覧下さい。


京都 音羽山 清水寺
御祈祷海苔使用
恵方巻
福がるくるく
2016年の恵方は南南東
海鮮恵方巻
1本 390円（税込）
3本入 1、080円（税込）
恵方巻
1本 390円（税込）
3本入 1、080円（税込）
ご予約承り中

函館新聞
函館新聞は目に優しい紙面

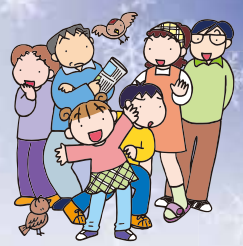
今までのテレビ欄

0	00字徹子　倍返しで名演技 滝藤賢一◇30字デ上沼
1	44字スクランプル　認知症 で不明の夫…妻の思い 1.05　緑の健やかタイム
2	15　韓ドラ・狂気の愛◇52 科捜研の女再 沢口靖子　内藤剛志ほか
3	2.52TEAM再　小澤征悦 田辺誠一　西村雅彦ほか 3.47デイチオシ！ 夏を満喫するテラス席

新しいテレビ欄

0	00多文徹子　大竹まこと… 青春秘話◇30文デ上沼
1	44文スクランプル　芸能界 相次ぐ薬物根絶の訴え 1.05　緑の健やかタイム
2	15　韓ドラ・狂気の愛◇52 刑事１１０キロ再 石塚英彦　中村俊介ほか
3	2.52　BORDER再 小栗旬　青木崇高ほか 3.47デイチオシ！ 潜入！老舗の製麺工場

とても読みやすい紙面です！



●函館新聞は家計にやさしい
購読料１ケ月［1部売り/120円（税込）］
2,300円（税込）

勿論、紙面全体の文字も見やすくクッキリ！



1週間の無料お試し期間もございます（この広告で現在ご購読中のお客様の割引はできません）

函館新聞を定期購読のみなさまには無料雑誌
フリーマガジン
「ハコラク」も毎月お届け！（一部地域と郵送分は除く）

購読のお申し込みは
函館新聞社 販売局
フリーダイヤル 0120-8540-46（ハコシン ヨム）
午後4時までお申し込みいただければ、翌朝から配達させていただきます。（一部対応できない地域もございます）

インターネットからの購読のお申し込み・写真の販売も承っております。函館新聞社 NEWS WEB 函館新聞 検索



道南絶景

冬景色の五稜郭公園

四季折々の魅力を持つ五稜郭公園の冬。降雪が続く中、一時顔を出した陽の光を受けて、雪や堀の氷が輝く。空が広い公園を歩けば、冬の太陽を思い切り感じることができる。また、２月末まで行われる夜のライトアップも美しい。

文・写真/大槻　和央

The Green Tara
P.S.
HAWAII & SEDONA

“dZi beads“

世の中で最古のお守り 秘石“天珠”

ザ・グリーンターラでは世界最古のお守りと言われる80種類以上の**秘石『天珠』**に

ハイクオリティな天然石、パールやゴールドをあしらったオリジナルアートパワージュエリーを中心に

世界屈指のパワースポット『ハワイ』や『セドナ』などでセレクトした直輸入雑貨やコスメも取り揃えております

数量限定

天珠 キーホルダー

¥10,000（税抜）

目に見え無い未来を見通し、災いを未然に防ぐとされる



三眼天珠 さんがんてんじゅ

延命長寿・金運獲得・幸運招来

＋ ガーネット・パール・ゴールド



羊眼板珠 ようがんばんじゅ

厄災除去・諸願成就・大吉大利

＋ オレンジムーンストーン etc



如意鈎天珠 にょいこうてんじゅ

満願成就・意思強固・福財到来

＋ アクアマリン・翡翠 ・ゴールド

オーダーメイドも承っております。お気軽にご相談ください



店内には、アクセサリーや天然石の他にも、ハワイ・セドナ・サンタフェなどの国内では入手困難な人気アイテムも数多く取り揃えております

プライスリスト

天然石ブレスレット ¥3,800～
天珠 ¥6,600～ 天然石 ¥1,500～
お香 ¥80～ ※全て税抜価格です

imported item

チマヨソープ ¥1,500（税抜）

息子の為に肌に優しいものをと両親が石けん作りを始めたのがきっかけとなり2012年から販売されています。ニューメキシコ州の水や自然の材料から作られているナチュラルソープです



オーガニックキャンドル ¥1,800（税抜）

カウアイ島で生まれた100%オーガニックの手作りキャンドル。ココナッツの実に包まれた優しいトロピカルな香りをお楽しみください



The Green Tara
ザ・グリーンターラ
www.greentara.jp

営業時間 10:00～21:00
TEL: 0138-40-8111
函館市港町1丁目2-1ポールスターショッピングセンター1F

「ハコラク見た!」で 天珠商品お買い上げの方（※1） 10% OFF
有効期限：2016/2/16までとなります

（※1）龍眼天珠、限定商品、スピリチュアルフェア商品は対象外です

九星気学占い

1カ月の運勢をチェック

1／15（金）↓2／16（火）の運勢

レディース占い専科〈運勢アドバイザー〉山﨑藍生先生
函館市宝来町11・7（サッポロドラッグストア宝来店向かい）
☎0138・23・0661 10時～15時（予約制・時間外は応相談）

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。

※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…1／15～1／31　後半…2／1～2／16

一白水星

昭和11.20.29.38.47.56
平成2.11.20年生まれ

愛情 ★☆☆	金運 ★★☆
仕事 ★★☆	健康 ★★☆

人間関係に恵まれる福徳運
心あたたまる出会いがありそう

予定を組んでスタートすればすべて快調。特に取引や交渉事には好機到来。筋を通し、かつ誠意を尽くす姿勢が周囲との信頼を深めそう。協調の心を大切に。

二黒土星

昭和19.28.37.46.55
平成1.10.19年生まれ

愛情 ★★☆	金運 ★★☆
仕事 ★★★	健康 ★★☆

一度立ち止まる時期。安請け合いしがちですが、分量をわきまえて

知識の蓄積や研究に向く時期。表面だけを見て全部を知ることはできず、猛進しても不協和音が生じるだけで損です。至急のことほど冷静沈着を心掛けて。

三碧木星

昭和18.27.36.45.54.63
平成9.18年生まれ

愛情 ★★☆	金運 ★★☆
仕事 ★★★	健康 ★★★

前向きな姿勢で取り組めば自然とツキに乗れ、周囲の信頼を得るとき

上司や実力者の引き立てを得られる幸運期。力量や才能を惜しみなく発揮し、信頼獲得の好機にしましょう。何事も、責任感と根気が大切です。

四緑木星

昭和17.26.35.44.53.62
平成8.17年生まれ

愛情 ★★★	金運 ★★☆
仕事 ★☆☆	健康 ★★☆

自らの行動と姿勢が運気を大きく左右。十分な準備を

十分に準備をすると成果が期待できるとき。自らの姿勢で運気が活性化するので、行動範囲と人脈を一気に拡大させて。恋愛運も◎。義理を重んじるまじめさが信頼アップ。

五黄土星

昭和16.25.34.43.52.61
平成7.16年生まれ

愛情 ★☆☆	金運 ★☆☆
仕事 ★★☆	健康 ★★☆

他人の厄介ごとに巻き込まれがち
中途半端が誤解を招きそう

背伸びや過剰な欲張りは厳禁。不本意な方向へ進みそう。安易な方向転換や派手な行動は困難を伴うだけ。無理せず周囲に協力を求め、厳しい忠告にも耳を傾けて。

六白金星

昭和15.24.33.42.51.60
平成6.15.24年生まれ

愛情 ★★★	金運 ★☆☆
仕事 ★☆☆	健康 ★☆☆

今までの努力が日の目を見るとき
得意分野を極めて吉

偶然のチャンスが巡りそう。実績や技量が運を招く源なので、自信があることはやってみること。言葉のあやに気を配り、さらなる向上を目指して自らを磨きましょう。

七赤金星

昭和14.23.32.41.50.59
平成5.14.23年生まれ

愛情 ★★☆	金運 ★★☆
仕事 ★★☆	健康 ★☆☆

運気も冬ごもり。自分を甘やかさず
部下や身内との信頼関係を大切に

見た目より内容の重たさを感じる停滞運。意地を張ると問題はさらに複雑に。積極策は禁物です。得意仕事や人間関係には細心の注意を払って。身内との信頼を大切に。

八白土星

昭和13.22.31.40.49.58
平成4.13.22年生まれ

愛情 ★★☆	金運 ★★☆
仕事 ★☆☆	健康 ★★☆

引き続き運気は低迷中。条件が
揃うまで安易に結論は出さないで

運気はなかなか回復せず、気持ちが焦るとますます良い結果は出ません。自信のあることも積極的に動けば思わぬ穴にはまりそう。何事も控えめに、話し上手より聞き上手で。

九紫火星

昭和12.21.30.39.48.57
平成3.12.21年生まれ

愛情 ★★★	金運 ★★☆
仕事 ★★☆	健康 ★★★

新しい発想と協力体制で取り組むと
活躍の場が広がりそう

好調運。何事も根回しを大切に。煩わしい雑事や悪しき慣習は思い切って捨て、新しい発想を大切に。不安な時は一人でなく複数の人に相談しましょう。過労注意。



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（ラストオーダー19:50）
水曜定休
※火曜日は11時～14時までの営業となります。

NEXT ISSUE

次号予告

［特集］

酒場めぐり

笑い声が響く店内、カウンターで肩を並べ酒を酌み交わす客、
店主とっておきの料理…
長年賑わってきた名店には変わらぬ味と常連が集い
あたたかい雰囲気が漂う
次号では、昭和の香り漂う居酒屋をハコラク編集部が巡り歩く

［企画特集］

心も体もHOTに 熱々旨辛メニュー

まだまだ寒さが残る2月3月、無性に欲するのが体を温める刺激的な料理
次号ではアツアツでスパイシー…寒い日こそ食べたい旨辛メニューを紹介する

次号3月号は、2月17日(水)発行予定です。

※内容は予告なく変更になる場合がございます。

ハコラク 2016 FEB No.82 2

編集人	工藤 貴志
編集部長	佐藤 史子
編集スタッフ	坂井 悠香 大槻 和央
クリエイティブディレクター	古谷 竜彦
ウェブディレクター	牧野 浩一
校正	渡部 貴子 上村 恵 西村 勇丞
広告	福田 康紀 畑 匠児 佐々木健太 鳥越 裕子 池田 由佳 松本 宏美 若松 成子 鈴木 真代 磯野 綾子 亀井 有沙

発　行／函館新聞社広告局
函館市港町1-17-8
☎0138-40-5151
配布エリア／渡島・桧山管内
発 行 日／2016年1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

●配布・設置場所

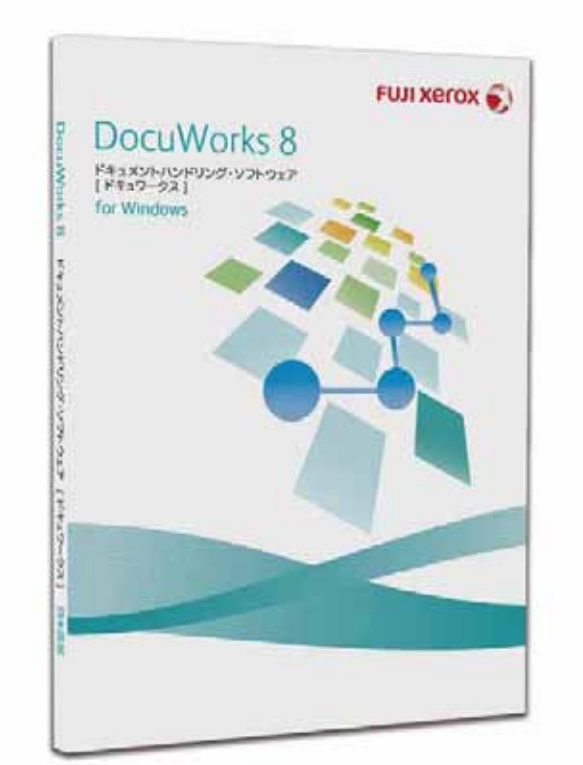
函館新聞購読者（一部除く）、ローソン各店、サンクス各店、スーパー魚長各店、セラーズ各店（一部除く）、函館市中央図書館、函館市地域交流まちづくりセンター、函館市青年センター、北海道銀行各支店、北洋銀行一部支店、函館信用金庫本・支店、渡島信用金庫本・支店、江差信用金庫本店・函館支店、青森銀行一部支店、北陸銀行各支店、ポールスターショッピングセンター、マックスバリュ各店（一部除く）、イエローグローブ各店、テーオーストア各店、テーオーデパート、ホクレンショップ各店、大文堂、加藤栄好堂全店、北文館、文教堂湯ノ川店・桔梗店、BOOKOFF各店（一部除く）、シネマ太陽函館、函館山ロープウェイ、本誌広告掲載店及び協力商社（ホテル、ディーラー、美容室、飲食店、生保会社、温泉保養施設ほか）約550店。

本誌内容をデジタルブックでご覧頂けます
［ハコラク WEB］
http://hako-raku.jp



FUJI Xerox

電子文書と紙文書を
一元管理。



ドキュメントハンドリング・ソフトウェア

DocuWorks 8

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

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

富士ゼロックス株式会社

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

富士ゼロックス北海道株式会社

上質な時間を楽しむ
大人のライフスタイルマガジン
ハコラク
2016 FEB No.82
2
2016年1月15日発行
発行／(株)函館新聞社 広告局 〒041-8540 北海道函館市港町1-17-8 ハコラク編集部・広告営業部 ☎0138-40-5151
http://hako-raku.jp
TAKE FREE

新型プリウス買うなら ネッツ道南へ！

PRIUS! IMPOSSIBLE
HV4WD E-Four DEBUT!

燃料消費率（国土交通省審査値） JC08モード
34.0 km/L ★

雪の日も心強い。



Photo：プリウスS"ツーリングセレクション"（E-Four）。
ボディカラーのエモーショナルレッド〈3T7〉はメーカーオプション。

ようやく！ ついに！
HV4WD（E-Four*）登場!!

日常使いにこだわったスマートなE-Four*にすることで、
抜群の燃費とゆとりあるパッケージングを実現し、雪道などの走りも安心！
行きたい時に、行きたい場所へ、もっと行けちゃうプリウスです!!

＊E-Fourは、機械式4WDとは機構および性能が異なります。様々な走行状態に応じてFF（前輪駆動）走行状態から4WD（4輪駆動）走行状態まで自動的に制御し、安定した操縦性・走行の安定性および燃費の向上に寄与するものです。

NEW PRIUS
プリウス S"ツーリングセレクション"（E-Four）
〈インパネシフト無段変速機〉

■車両本体価格 2,846,487円

得のりプラン（残価設定型割賦） 実質年率5.0%
月々11,600円

●車両本体価格	2,846,487円
●ご購入時お支払い額（頭金・下取車充当可）	646,487円
●初回お支払い額	12,068円
●月々お支払い額（×48回）	11,600円
●ボーナス月お支払い額（×10回）	100,000円
●最終月（60回目）お支払い額	1,053,200円
■お支払い総額（割賦販売価格）	3,268,555円

最終月（60回目）お支払い額
❶ネッツトヨタ道南の別の新車にお乗り換えの場合 ・・・0円
❷車両ご返却の場合 ・・・・・・・・・・ 0円
❸この車両を乗り続ける（お買い取り）・・・・・・・・1,053,200円

●価格は消費税込みの価格です。●プリウスの価格はタイヤパンク応急修理キット、タイヤ交換用工具付の価格です。●価格にはオプションの価格は含まれていません。●保険料、税金（除く消費税）、登録料などの諸費用は別途申し受けます。●自動車リサイクル法の施行により、リサイクル料金が別途必要となります。

★ 燃料消費率は定められた試験条件のもとでの値です。お客様の使用環境（気象、渋滞等）や運転方法（急発進、エアコン使用等）に応じて燃料消費率は異なります。

残価設定型クレジット 得のりプラン

あらかじめ設定した5年後の残価を
据え置いて、残りの金額を分割払いにするシステムで、月々ラクラクのお支払い。

お支払いいただく部分 5年後に3つの選択肢
月々のお支払い
最終月のお支払い（5年後の設定残価）

❶ 別の新車にお乗り換え 0円
❷ 車両をご返却 0円
❸ 乗り続ける（お買い取り）

●お支払い例は、ガンマファイナンスをご利用になり初回お支払い2月、ボーナス7月・12月で計算した一例。この他にも様々なお支払いプランを設定できます。詳しくは各店にお問い合せください。●①［ネッツトヨタ道南の新車にお乗り換えの場合］、及び②［車両ご返却の場合］は最終月のお支払いは不要ですが、その際の車両状態が事前に定めた規定外※である場合には別途差額をいただきます。また、①、②、③共にご購入いただいたネッツトヨタ道南でのお取り扱いとなります。●③再分割で［お買取いただく場合］の金利（実質年率）は、その時点での弊社の基準金利（実質年率）になります。●設定残価は、車両状態が事前に定められた状態の場合のみ保証いたします。詳しくは各店にお問い合せください。※車両返却時の規定事項 1,内外装基準 査定により、内外装の減点ポイントが70点以上の場合（1点1,000円で精算） 2,走行基準 年間12,000km×契約期間以上の場合（1,000km当たり5,000円で精算）

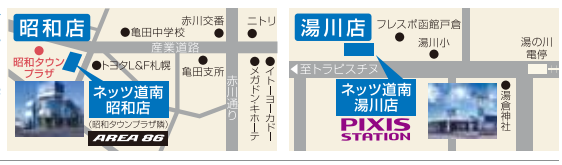
Netz the Creative.

ネッツトヨタ道南株式会社

■昭 和 店／函館市昭和1丁目28-12 TEL:0138-45-1331
■湯 川 店／函館市戸倉町149-3 TEL:0138-59-1341
■U-Carセンター／函館市石川町169-22（ニューロード21） TEL:0138-34-3021

ホームページアドレス http://netz-donan.jp
ネッツトヨタ道南 検索

会場ご案内



ネッツトヨタ道南（株）提携店舗 ■函館トヨタ自動車（株）八雲店 ／ 二海郡八雲町東雲町24-27 TEL:0137-62-3171 ■函館トヨタ自動車（株）江差店 ／ 桧山郡江差町柳崎町170 TEL:0139-53-6221

【取扱い車種】●シエンタ ●スペイド ●アクア ●プリウス ●プリウスα ●SAI ●86 ●IQ ●ヴェルファイア ●オーリス ●ヴィッツ ●bB ●イスト ●ヴォクシー ●ウィッシュ ●RAV-4 ●レジアスエースバン ●ライトエースバン ●ライトエーストラック ほか

ハコラク MEDICAL

2016 FEB No.82 2

ハコラク別冊医療マガジン

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。

MEDICAL
CONTENTS

3P　HEALTH　TOPICS

4P　ドクターコラム１『高血圧症のお話』
平野内科胃腸科　平野　一仁　院長

5P　ドクターコラム２『内科医から見た精神疾患治療～漢方の応用～』
医療法人社団　貴優会　くがメディカルクリニック　久我　貴　理事長

6P　ドクターコラム３『鼻や鼻の周囲のホクロ』
すどうスキンクリニック　須藤　聡　院長

7P　ドクターコラム４『病院歯科のいま』
社会福祉法人　函館厚生院　函館中央病院　歯科口腔外科　辻　司　科長

8P　医療の現場から『放射線治療はなぜ効くの?』
市立函館病院　看護局看護科　主任技師　がん放射線療法看護認定看護師　浅野　智子さん

9P　介護コラム『介護福祉士の仕事とは』
ケアプラザ新函館・たけだクリニック　介護福祉士　島田　知美さん

〈PR〉

[内科]
やまだクリニック…10P
飯田内科クリニックいしかわ…10P
佐藤内科小児科医院…10P
ききょう内科クリニック…10P

[眼科]
吉田眼科病院…11P

[耳鼻咽喉科]
治 耳鼻咽喉科…11P

[皮膚科]
すどうスキンクリニック…11P
みなとまち皮膚科菊地医院…11P

[小児科]
かみいそこどもクリニック…12P

[産科・婦人科]
えんどう桔梗マタニティクリニック…12P
さっぽろARTクリニック…12P

[歯科]
吉田歯科口腔外科…14P
エンゼル小児歯科クリニック…14P
福井歯科医院…14P
よじょう歯科医院…14P
かも歯科クリニック…15P

[整骨院]
おくやま整骨院…15P

[薬局]
くすりの元気…12P
おくすりやさん…15P

「誰でも気楽に、お話ししませんか？」認知症や介護がテーマの「もの忘れカフェ」



函館認知症の人を支える会

同会は、物忘れや認知症で困っている本人や周囲の人、また、関心があれば誰でも参加できる「もの忘れカフェ」を毎月第3土曜日（8月・12月を除く）13：30より開催中。介護の専門家のほか警察官に詐欺予防のコツを聞くなど、多岐にわたる講演や運動などの講座を行い、後半は参加者同士の茶話会を開く。講座は1月16日に「ふまねっと運動」、2月20日は「アロマセラピー」を予定し、無料で参加できる。また手伝いのボランティアも募集中。

会場／函館市若松町33-6　函館市総合福祉センター（あいよる21）
問い合わせ／☎0138-27-4060（木曜10:00～15:00、直接会場へも可）

冬の〝冷え〟からくる体調不良対策に「婦宝当帰膠（ふほうとうきこう）B」がおすすめ



くすりの元気

「冷え」や「のぼせ」、また冷えからくる「生理痛」は広い年代の女性に多い冬の悩み。その対策におすすめの漢方薬「婦宝当帰膠B」（600㎖・9,710円・税別）は「血は温めることを喜び、寒を嫌う」という漢方の考え方に基づいて、体を温めたり血の巡りを良くすると言われるセリ科の植物「トウキ」の根など9種類の生薬を配合し、つらい症状を緩和する。試飲もでき、漢方に関してわかりやすい説明も受けることができる。

函館市富岡町2-45-8　☎0138-41-1017
営業時間／9:00～19:00
定休日／日曜・祝日

「住み慣れた家で暮らし続けたい」に応える介護事業所が北斗市久根別にオープン



小規模多機能ホーム らしさ

通い・泊まり・訪問を柔軟に組み合わせながら利用できる「小規模多機能型居宅介護事業所」。利用は登録制で回数制限がなく、個々に合った組み立てでサービスを受けながら、可能な限り自立生活を送ることができる。自力だけでは日常生活が難しくなってきた人や、病院から居宅介護へ移行する場合など、さまざまなケースの相談を受け付ける。介護保険適用の人が利用でき、料金は要介護度によって決まる定額制。

北斗市久根別1-27-30（北斗市役所久根別住民センター近く）
☎0138-83-6207

デイサービスを改装オープン より広い空間で快適なサービス提供



テーオーケアサービス デイサービス ハートTOハート北浜

デイサービスルームを、よりゆったりとした空間に拡大し、マシントレーニングや歩行などの運動も、余裕あるスペースで行える。同施設は利用者自身のやりたいことを重視。大まかなタイムテーブルの中で、手芸やカラオケ、新たに設置したシアタールームでの映画鑑賞など、さまざまな過ごし方ができる。そのほか「二股ラジウム鉱石」を使用した浴室も好評という。「快適な環境と、元気なスタッフがお待ちしています」と同施設。

函館市北浜町5-12（国道227号線沿い、函館北浜郵便局近く）
☎0138-40-6111

ドクターコラム 1 ［内科］

「高血圧症のお話」



血圧には「収縮期血圧（上の血圧）」と「拡張期血圧（下の血圧）」の2種類があります。病院で上の血圧が140㎜Hg以上、または下の血圧が90㎜Hg以上のどちらか一方が当てはまると、高血圧症と診断されます。家庭で測った血圧を家庭血圧と言いますが、家庭血圧の高血圧症の基準は、病院で測った値より5㎜Hgずつ低い値です。最近では高血圧症治療の基準として、家庭血圧を重視する傾向があります。

高血圧が長期間続くと、動脈硬化が進行し、脳卒中や心筋梗塞が起こるリスクが高まります。また、心不全や慢性腎臓病も起こりやすくなるほか、高血圧が認知症のリスクを高めることもわかってきました。治療目標としては、病院では上の血圧が140㎜Hg未満、下の血圧が90㎜Hg未満で、糖尿病や慢性腎臓病の方はさらに10㎜Hgずつ低い値を目標値にします。高齢者では動脈硬化が進んでいるので、上の血圧をやや高めに調節します。家庭血圧の高血圧症の治療基準は病院のそれより、5㎜Hgずつ低い値です。

高血圧の治療は、まず生活習慣の改善です。具体的には減塩食、肥満の改善、禁煙です。塩分は、高血圧症患者では1日6g未満にします。また、肥満解消のためダイエットや、一日30分以上の散歩など有酸素運動を行うと良いです。そして喫煙は動脈硬化を進行させるので、禁煙しましょう。高血圧症の治療薬としては、カルシウム拮抗薬、ARB、ACE阻害剤、降圧利尿剤、α遮断薬、β遮断薬などがあり、患者さんの病気にあわせて、そのうちのいくつかを組み合わせて処方します。血圧の値が良くなったからと言って、勝手に薬を中断してはいけません。薬の力で血圧が適正な値になっていることが多いためです。医師の処方通り、きちんと服薬することが大事です。

平野内科胃腸科
平野　一仁
院長

［略歴］

函館市出身。平成7年、弘前大学大学院医学研究科卒業。弘前大学附属病院第一内科を始め、勤務医を経て、平成19年、平野内科胃腸科を開業。医学博士。日本内科学会、日本消化器病学会、日本消化器内視鏡学会、函館消化器病懇談会、函館糖尿病懇談会所属。日医認定産業医。



平野内科胃腸科
函館市湯川町1-40-15　☎0138-36-6611

診療科目／内科・消化器内科・循環器内科・呼吸器内科・糖尿病内科・アレルギー科
診療時間／月・火・木・金 9:00～12:00・14:00～17:30
　　水 ・ 土 9:00～12:00
休診日／日曜・祝日

ドクターコラム 2 [内科]

「内科医から見た精神疾患治療 ～漢方の応用～」



外来患者さんの8割は明らかな身体的異常で来院されますが、残りの2割の方に対しては、必要な検査を行っても異常がはっきりしない場合があります。この中には特殊な検査が必要なケースなど、専門病院でなければ診断できない疾患の方もおられますが、そのような方はごくわずかで、多くは、うつ病・不安障害・パニック障害といった精神科領域の患者さんであることが多いようです。また、外来で高血圧症・糖尿病などで治療中の方が、経過中に精神症状を伴ってくることもあります。このように考えると、内科を訪れる患者さんの中には、精神疾患を抱えている方がかなりいらっしゃることになります。

近年、新しいタイプの薬（SSRI・SNRI・NaSSAなど）が開発され、専門知識を持つ内科医であれば、そうした患者さんのうち軽症から中等症の方に対し、比較的安全な治療が可能になりました。こうした薬を単独ないし、何種類かの組み合わせで用いることで良好な効果が得られますが、ここに漢方薬を積極的に取り入れることも効果的です。

漢方薬というと、なんとなく曖昧で信用しがたいイメージを浮かべる方がいらっしゃいますが、されど漢方薬です。ここではあまり細かい説明は割愛させていただきますが、漢方の考え方に「気・血・水」というのがあります。健康な体には、この気血水が滞りなく循環していることが大切であるという考え方なのですが、精神疾患の多くは、この中でも気（血）が滞ったり、不足していたり、あるいは多すぎたりすることで起こる疾患だと考えられます。一方、漢方薬に含まれる生薬の多くがこの気（血）に強く働きかけることが知られているので、精神疾患に応用できる漢方薬がたくさんあります。新しい薬と漢方薬をバランスよく用いることで、症状改善に大いに役立つことが期待できます。

くがメディカルクリニック
久我　貴
理事長

［略歴］
平成元年、札幌医科大学内科、平成2年、埼玉県立がんセンター血液科、平成6年、旭川赤十字病院消化器内科勤務、平成16年、興部町国民健康保険病院院長を経て、平成18年にくがメディカルクリニックを開院。抗加齢学会会員。



くがメディカルクリニック
〈森院〉森町森川町278-85　☎01374-2-2039（訪問看護ステーション ☎01374-2-2250）
http://kuga-medical.com
診療科目／内科・小児科・消化器内科・循環器内科・精神科　休診日／水曜午後・土曜午後・日曜・祝日
〈桔梗院〉函館市桔梗4-1-5　☎0138-34-3800
診療科目／美容皮膚科・漢方内科・消化器内科・心療内科　※予約制

ドクターコラム 3 ［皮膚科］

「鼻や鼻の周囲のホクロ」



ホクロの手術法は、普通は紡錘（ぼうすい）形（木の葉のような形）に切除して縫合します。部位や大きさによって切除の方法は異なってきます。皮膚が厚い部位では、紡錘形よりも円形にくり抜いて縫合した方が、傷が短く済んで目立たないこともあります。

しかし、鼻や鼻の周囲のホクロの切除は、ちょっと特別です。小さいもの（3㎜以下）はくり抜いたり、焼いたりして、そのまま皮膚ができてくるのを待ちます。それより大きい物では切除して縫合します。そして、鼻は顔の中央にあり目立つ部位ですし、盛り上がった部位で立体的です。ですから、変形をしないような工夫が必要になります。鼻の部分は「鼻根部」（鼻の上部、目の間）、「鼻背部」（鼻筋）、「鼻尖部」（鼻の先端）、「鼻翼部」（小鼻）に分けられますが、それぞれの部分によって切除の仕方が異なります。「鼻根部」は皮膚が薄いので通常通り紡錘形や楕円形に切除して縫合します。「鼻背部」や「鼻尖部」は皮膚が厚いので、円形にくり抜いて縫合します。そのように処置する方が傷も短くなり、また傷の端の隆起もできにくいので、傷は目立ちにくくなります。「鼻翼部」は鼻の穴の縁にあたるので、鼻の変形を起こしやすかったりします。そこで、縫合の方向を変えたりして変形が起こりにくいようにします。このようにして、鼻のホクロとして最も多い3～6㎜の大きさのホクロを切除縫合できます。また、それ以上の大きさのものに関しては、「局所皮弁」といって周囲から皮膚を移動させたり、ほかの部分の皮膚を移植する「植皮」という処置を行う必要が出てきます。

すどうスキンクリニック
須藤　聡
院長

［略歴］

昭和６０年、昭和大学医学部卒業、昭和大学医学部形成外科入局。沼津市立病院、前橋赤十字病院、太田熱海病院などを経て平成７年から函館に移り、大村病院形成外科に勤務。平成１８年７月、五稜郭町にすどうスキンクリニックを開業。所属学会は形成外科学会、皮膚科学会、美容外科学会、褥瘡（じょくそう）学会会員。



すどうスキンクリニック
函館市五稜郭町34-16 2F　☎0138-33-0865（予約制）

診療科目／形成外科・皮膚科・美容外科
診療時間／月・水・金曜 10:00～14:00・15:30～19:30、木曜 10:00～14:00（往診） 15:30～19:30
土曜 10:00～14:00、日曜 13:00～17:00
休診日／火曜・祝日

ドクターコラム 4 ［歯科］

「病院歯科のいま」



函館中央病院
歯科口腔外科
辻　司
科長

［略歴］

昭和６３年、城西歯科大学歯学部卒業。同年、札幌医科大学医学部口腔外科学講座入局。平成４年より函館中央病院歯科口腔外科へ勤務し、平成１６年に同科科長就任。医学博士。日本口腔外科学会専門医・指導医、日本口腔診断学会認定医・指導医・評議員、日本口唇口蓋裂協会組織委員。第４回日本口腔外科学会学術奨励賞受賞。平成２０年より毎年、インドネシア共和国における口唇・口蓋裂治療のボランティア活動に参加している。

みなさんは、「病院歯科」についてどのようなイメージをお持ちでしょうか。大抵の方は「病院の中にある歯科」「入院患者さんの歯の治療を行うところ」などなど、一般歯科医院との違いについては、あまりよくわからないのではないでしょうか。確かにこれまでの病院歯科は特別な施設を除き、一般歯科医院との役割の違いにそれほど大きな差はありませんでした。しかし近年の少子・高齢化社会の到来に伴い、歯科の分野においても疾病構造の変化や国の政策によって、病院歯科の種類、役割がより一層明確になってきております。つまり現在の病院歯科を大まかに分けると①大学付属病院に代表されるような、３次医療の高次歯科医療を担う病院歯科のタイプ②地方都市の中核病院のような、２次医療を扱う病院歯科のタイプ③慢性期疾患を扱う、老健や特老施設に併設されている歯科のタイプに分けられます。従いまして、おのずとそれらの機能、役割にはそれぞれ異なった専門性、特異性があります。特に２次医療を扱う病院の歯科では、２次歯科医療の提供を原則として、かかりつけ歯科医院の後方支援など病診連携の役割や、医科歯科連携つまり歯科と医科の架け橋としての役割、さらに３次歯科医療機関との連携と、多岐にわたる役割があります。

それではもし、ご自身、ご家族が歯科を受診する場合は、どのような手順を踏めば良いのでしょうか。それには、まずかかりつけ歯科医を持つことが第一です。大半はそこで治療が完結すると考えられますが、さらに高次の歯科医療機関への受診が必要となった場合には、かかりつけ歯科医が作成した紹介状をもとに、上述の機能に応じた段階的な医療の流れに沿って、適切な医療が受けられると思われます。



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

診療科目／内科、消化器内科、循環器内科、小児科、外科、整形外科、形成外科、心臓血管外科、皮膚科、産婦人科、耳鼻咽喉科、歯科口腔外科など全22科目
受付時間／8:30～11:30・13:30～16:00※土曜は午前のみ。診療科や時間帯によっては要予約。
休診日／日曜・祝日・年末年始・開院記念日（6月第1水曜）

医療の現場から

「放射線治療はなぜ効くの？」



市立函館病院
看護局看護科　主任技師
がん放射線療法看護認定看護師
浅野　智子さん

最近、「なぜ、放射線治療は効くのか？」とご質問いただくことが多くなりました。どうしてそのように思うのかとお尋ねしたところ①「何も見えず感じないので、どこにどんな治療をしているのかわからないまま、あっと言う間に終わる」②「気がつかないうちに効果が出ていた」③「副作用を気にせず生活することができた」という返答を頂きました。また、「どのような治療だと思いますか？」の質問に対しては①「放射線が悪い腫瘍にとどまり、焼き溶かしている」②「急速に大量の放射線を当てるから効果がある」③「悪い腫瘍だけが放射線を吸収しているので副作用がでない」とイメージされているそうです。

実際、放射線は体にとどまらず通過します。腫瘍を焼いたり溶かしたりはしません。通過する際に細胞の遺伝子（ＤＮＡ）に傷をつけていきます。遺伝子が傷つくことによって、細胞が増殖機能を失い活動力が低下したり、死んでいく現象が起きます。この現象を促すことで腫瘍の縮小や消失効果がもたらされるのです。しかし、悪い細胞（腫瘍）の隣には正常な細胞もあり、一緒に放射線は当たります。「正常細胞も傷つくの？」と不安になってしまいますよね。実は、悪い細胞はダメージに弱いのですが、元気な正常細胞は多少傷ついても早く治ります。〝多少傷つくこと＝副作用〟と考えてください。治療中も正常細胞はその都度治ります。つまり、強い副作用がなく生活ができるのです。

数年前は「皮膚が溶け髪の毛が抜ける怖い治療」と、原爆や被ばくのイメージを重ねて恐怖感をお持ちの方がほとんどでしたが、今では放射線治療への認識や関心、期待が高まっているのではないかと感じ、うれしく思います。しかし、疑問や不安が全てなくなっているわけではありません。皆さんが治療に対する理解を深め、安心して治療が受けられるようにご支援する事が私の役割であると思っております。



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30科目
外来診療受付時間／ 8:30～11:30、午後は予約患者のみ※診療科によって異なるので詳しくは問い合わせを
休診日／土・日曜・祝日
患者情報室「フォンテ」開設時間／月・水～金曜 9:00～13:00 、火曜 9:30～12:00
なんでも相談コーナー開設時間／8:30～17:15（土・日曜・祝日を除く、内線4112）

介護
コラム

「介護福祉士の仕事とは」



ケアプラザ新函館・たけだクリニック
介護福祉士
島田　知美さん

介護福祉士の仕事は、高齢者や障がいのある人への介護をすることです。法律では「介護福祉士の名称を用いて、専門的知識及び技術をもって、身体上又は精神上の障害があることにより日常生活を営むのに支障がある者につき心身の状況に応じた介護を行い、並びにその者及び介護者に対して介護に関する指導を行うこと」と定義されています。そして、ただ食事や排せつ、入浴などの介護をするのにとどまるのではなく、その人の生活全般を捉える視点を持って、人権や自立を尊重し、その人らしい介護をすることも役割として求められています。

介護分野では「自立支援」という言葉がよく使われます。それは介護保険法の目的の一つが「自立支援」であると規定されているからです。一般に「自立」とは「ほかの援助を受けずに自分の力で身を立てること」を言いますが、介護分野では介護を必要としない身体的自立や、自分で収入を得て生計を立てる経済的自立だけをさすのではありません。自分の人生をどう送るかを自分自身で決めることが「自立」の根本概念だと言われており、自分の能力をもとに自ら選択・決定していくことが、日々の生活に納得でき、夢や希望を抱いて前向きな気持ちを続けていくことにつながります。

介護福祉士は、利用者様の日々の変化に気づき、心身の状態を適切に判断して臨機応変な介護をすることが大切です。そして利用者様はもちろん、ご家族の話にもしっかりと耳を傾け適切なアドバイスを行い、信頼関係を築いていくことも求められます。

私は介護福祉士の資格を取得して６年目ですが、利用者様一人ひとりとじっくり向き合い、持っている能力が十分に発揮出来るように心がけています。利用者様との関わりを通じてさまざまな経験を重ね、私自身も成長していきたいと思っています。



ケアプラザ新函館・たけだクリニック

函館市宮前町27-11
☎0138-62-3100

リハビリセンター利用時間／9:30～15:45
定休日／土・日曜・祝日

ききょう内科クリニック

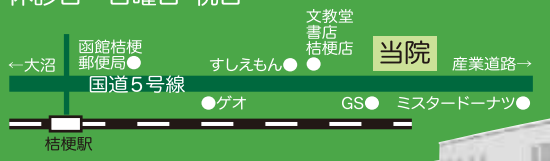
診療科目：内科・呼吸器内科・緩和ケア内科

院長　蓮沼　晶子

〈診療受付時間〉

	月	火	水	木	金	土
9:00～12:00	●	●	●	●	●	●
14:00～17:30	●	●		●	●	

休診日　日曜日・祝日





函館市桔梗3丁目30番7号
TEL0138-46-0709

医療法人社団

やまだクリニック
YAMADA CLINIC

泌尿器科・内科・人工透析　送迎有

院長　山田　裕一

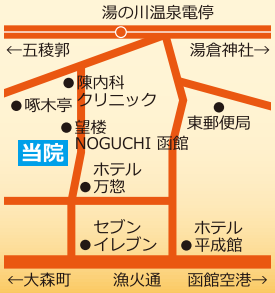
診療時間

	月	火	水	木	金	土	日
9:00～12:00	○	○	○	○	○	○	／
13:30～17:45	○	／	○	／	○	／	／

※火・木・土曜日の午後は検査・手術のため休診
※毎週日曜日・祝日休診



函館市湯川町1-17-27
TEL0138-59-5800
FAX0138-59-5801



医療法人社団 善智寿会

飯田内科クリニックいしかわ

院　長　伊達　基

診療科目

内科・血液内科・呼吸器内科・消化器内科・循環器内科・リハビリテーション科　往診応需

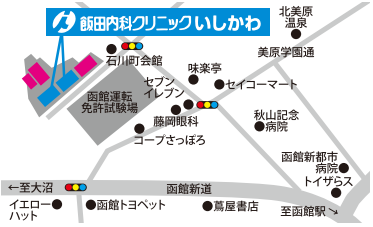
診療時間

	月	火	水	木	金	土
9:00~12:00	●	●	●	●	●	●
14:00~18:00	●	×	×	●	●	×

火・水 午後往診／訪問診療　土は午後休診　日・祝日 休診



函館市石川町464-1
メディカルスクエア
TEL(0138)34-3352(代)



http://www.iidanaikagroup.com/iida/

糖尿病・高血圧など生活習慣病に対応します

佐藤内科小児科医院

院　長　佐藤　武憲（内分泌代謝科専門医）
医　師　中里　諭美（日本内科学会認定内科医）

診療時間

◆月・火・木・金曜日 9:00～12:00、14:00～18:00
◆水　・　土曜日 9:00～12:00　〈午後休診〉
◆日曜日　・　祝日 休診

インフルエンザなど、各予防接種を実施中



函館市桔梗4丁目8-25（園田通り）
JR桔梗駅より徒歩にて5分

経鼻内視鏡胃カメラ検査随時受付しております。

☎(0138)46-1212

医療法人社団 玄心会

吉田眼科病院

診療時間
月・火・水・金
…… PM6：00まで受付
木・土
…… PM5：00まで受付

理事長 院長	吉田玄雄
副院長	目谷千聡
副院長	吉田紳一郎
医長	佐藤浩介
医師	松本佳浩
医師	石川功
医師	吉田登茂子
医師	長池陽子

無料シャトルバス 運行中 お気軽にご利用下さい。

月・水曜
- 亀田支所 循環コース
- 湯川町 循環コース
- フェリーターミナル 発着(要予約)

火・金曜
- 本町 循環コース
- 函館駅 発着

運行時間やルートなど、詳しくは病院へお問い合わせ、又はHPをご覧下さい。
ホームページ http://yoshidaganka.com

函館市本通2丁目31-8（本通農協前） TEL.53-8311 Fax.51-6265



【診療科目】耳鼻咽喉科・アレルギー科

治 耳鼻咽喉科

院長 山口 治浩

受付時間 月・火・木・金 9:00～12:00 / 14:00～18:30
水・土 9:00～12:30

休診日 日曜日・祝日

北斗市東浜2丁目14-14
TEL0138-74-4133
FAX0138-74-4136



みなとまち皮膚科 菊地医院

院長 菊地 誠一

日本皮膚科学会認定 皮膚科専門医

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

日・祝日/休診

函館市亀田港町39-7
（大野新道沿い）

駐車場完備



ミナト

(0138) 40-3710

SUDO Skin Clinic

すどうスキンクリニック

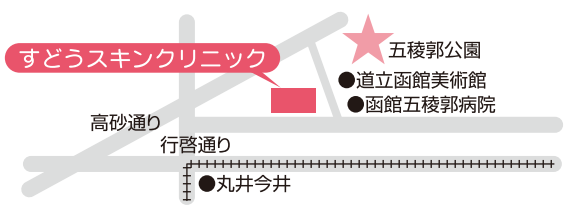
形成外科・皮膚科・美容外科

院長 須藤 聡

診療時間

月・水・金曜日	10：00～14：00 15：30～19：30
木曜日	10：00～14：00往診 15：30～19：30
土曜日	10：00～14：00
日曜日	13：00～17：00
休診日	火曜日・祝日

※予約制（来院前にお電話下さい。）



函館市五稜郭町34番16号 2F（函館五稜郭病院並び）

(0138) 33-0865

http://www.sudo-skinclinic.jp

医療法人社団　陵仁会

えんどう桔梗 マタニティクリニック

院長 遠藤　力　副院長 白戸 智洋　医師 新垣 加奈

産科・4D超音波・婦人科他（産前・産後の教室も充実しております）

診療受付時間	月	火	水	木	金	土	日(第2・4)
【午前】9:00～12:00	●	●	●	●	●	●	●
【午後】2:30～6:00	●	●	手術日	●	●	／	／

第1・3・5日曜・祝日休診　　産後1カ月検診は随時受付しております。

1/24（日）・2/14（日）午前診療受付いたします。

分娩室（LDR）・病室リニューアル!!

携帯電話・パソコンから24時間、外来事前受付・分娩希望受付可

初診の方でもご予約可（予約なしでの来院も可）

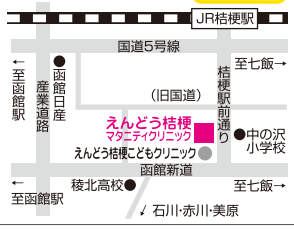
函館市桔梗5丁目7番15号
（桔梗駅前通り中の沢小学校前）

P 87台（第2駐車場あり）

交通機関　函館バス（35-2）めぐみ幼稚園停留所下車

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

☎0138-47-3001



KAMIISO KODOMO CLINIC

かみいそこどもクリニック

院長　渋谷　好孝

〒049-0162　北斗市中央2丁目4番3号

TEL.0138-74-2611　FAX.0138-74-3001

E-mail：shiburin@ms7.ncv.ne.jp

診療時間

月 火 金	午前9:00～正午 午後3:30～6:30
木	午前9:00～正午 午後4:30～6:30
水	午前9:00～午後0:30 午後　休診
土	午前9:00～午後1:00

休診日　日曜日・祝日

予防接種・健診

月 火 金	午後2:30～3:30
木	午後2:30～4:30



こちらのQRコードからでも診察受付ができます。

初めての方は、お気に入り（ブックマーク）に登録すると次回よりアクセスが簡単に行えます。

漢方薬

日本中医薬研究会会員店
中医師と相談ができる店

巡りあうのも運と縁

くすりの元気 風邪漢方

授乳中・妊婦さんも飲めます!!

胃弱

眠くならない

こじらせた風邪





体質・症状に合わせた風邪薬をお選びします

函館市富岡町2-45-8　TEL&FAX 0138-41-1017

平　日AM9:00～PM7:00
定休日／日曜日・祝日

くすりの元気　函館　検索

完全予約制

不妊治療に特化した
レディースクリニック



さっぽろARTクリニック

Assisted Reproductive Technology

完全予約制

JR札幌駅北口から徒歩1分



札幌市北区北7条西4丁目1番2号
KDX札幌ビル4階　TEL（011）700-5880

ホームページからのご予約 http://sapporoart.com

医療報道も充実！
地元紙ならではの情報量で
道南・函館の今を伝えます。



購読料 1カ月 **2,300円**〈税込〉

1部売／100円

お申込み先

0120 FreeDial **0120-8540-46**（ハコシンヨム）

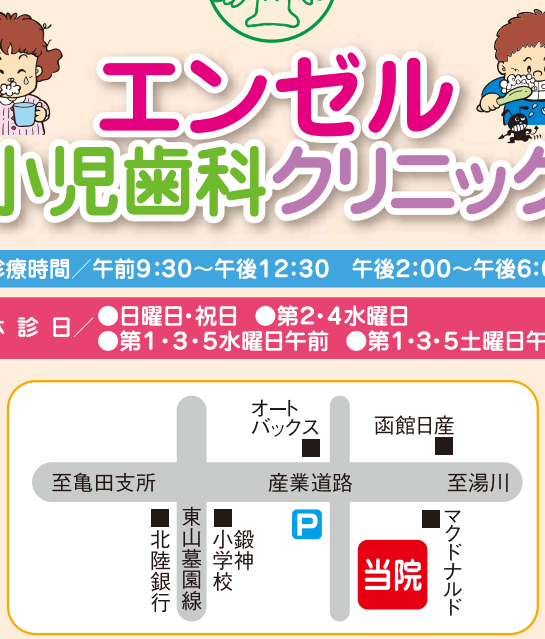
受付時間／AM9:00～PM4:00

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

エンゼル小児歯科クリニック

診療時間／午前9:30～午後12:30　午後2:00～午後6:00

休 診 日／●日曜日・祝日　●第2・4水曜日
●第1・3・5水曜日午前　●第1・3・5土曜日午後



函館市鍛治2丁目39-3　0120-461837

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

医療法人社団
吉田歯科口腔外科

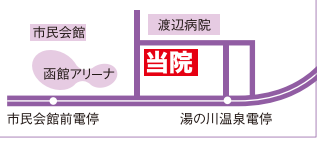
〈歯科医師〉
吉田　康仁（理事長）　村田　真介（院長）
寺崎　誠治　勝又　譲

インプラント治療（保険外治療）
標準治療費　250,000円（税別）/1歯
◆歯科用3次元CTスキャナー　手術室有り◆

日曜・祝日も診療
年中無休

診療時間
■月～金/9:00～18:30
■土・日・祝日/9:00～16:30

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



よじょう歯科医院

夜8時まで
○急患随時受付
○往診のことはお気軽にご相談ください。

〈診療時間〉
月曜日～金曜日／
午前9:30～午後1:00
午後3:30～午後8:00
土曜日／
午前9:30～午後2:00
休診日／日曜日・祝日

函館市田家町20-18　駐車場有り
☎(0138)41-4182



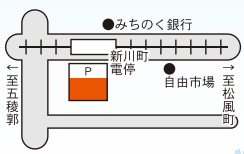
往診希望の方は、電話で御相談下さい。

福井歯科

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

随時受付
予約制ではありません

☎22-6203



函館市新川町1-24　R4TM新川町4F（新川町電停前）

函館市鍛治1丁目11-8
メゾンSaKuRa Ⅱ 103号
（東山墓園線） P有り
お問い合わせは
TEL/FAX 0138-83-7363





まごころを こめて

おくやま整骨院

受付時間	月	火	水	木	金	土	日・祝
8:30~12:00	○	○	○	○	○	○	お休み
15:00~19:00	○	○	○	○	○	／	

※初診の方は混み合う場合がございますので受付終了の1時間前にはご来院下さい。
※混雑時は早めに終了する場合があります。

交通事故・労災
各種保険取り扱い（骨折・脱臼は医師の同意が必要です）

ホームページもご覧ください。 おくやま整骨院 検索

かも歯科クリニック



院長
加茂 勝巳

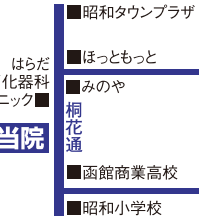
歯科
小児歯科
歯科口腔外科
予約制
急患随時受付

診療時間
月・火・木・金/9:30～13:30・15:00～19:00
水　・　土/9:30～13:30
休　診　日/日曜日・祝日

函館市昭和2丁目27-24
☎0138-44-4180
http://www.kamoshika-clinic.com

WEBから
簡単に予約できます!





リナグリーン ワタナベオイスター ショウキT-1 八味地黄丸 レオピンファイブ 正官庄 タビボNFD バランスターWZ

皆さんは、今までのドラッグストアや薬局で、満足していたでしょうか?

心と体の癒しと自然薬

不妊・子宝相談・眼の疲れ
冷え・うつ・視力・精力減退
不眠・耳なり・ひざ・腰の痛み

ぜひ、私（小野）に相談して下さい。



疲労感とります。
天然ミネラル・ビタミン・栄養素・亜鉛・ビタミンB12・アミノ酸のお話は、ぜひ私にお任せください。
最近どうも…という方

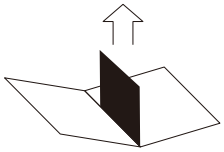


薬 おくすりやさん
SUPER ARCS スーパーアークス港町店
函館市港町1丁目2-1 スーパーアークス港町店1階
TEL 0138-84-8655 予約がなくてもお受けします。
おくすりやさん北海道 検索 営業時間/10:00~20:00



ササヘルス 田七人参 靈黄参 ルミンA シーアルパ 八味清心丸 コンクレバン ヒノキ肌粧品

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。

ハコラク 2016 No.02
MEDICAL
ハコラク別冊医療マガジン

2016年1月15日発行
発行／(株)函館新聞社広告局
〒041-8540 北海道函館市港町1-17-8
ハコラク編集部・広告営業部
☎0138-40-5151