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］

HAKORAKU 9

2018 SEP
No.113

函館新聞・函館新聞電子版購読者には戸別配布（一部除く） TAKE FREE



特集

函館近郊在住の外国人 お気に入りの料理店

ジュエリー&ブランドリサイクル 専門店

珠や

TAMA-YA

流行りの時期を逃さない市場調査　高価買取　絶対の自信あり

ブランド買取なら

ルイ・ヴィトン　シャネル　エルメス



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

&プラチナ&ダイヤモンド



査定無料　**その場で現金買取!!**

1点からでも大歓迎!どんなものでも買い取ります!

出張買取 受付中!!

七重浜店　0120-48-8850

タンスで眠っている着物

買取します

七重浜店限定

あなたの大切なお品を
一点ずつ査定いたします。



駐車場完備で、たくさんのお荷物でも安心♪

※珠や函館駅前店では買取を行っておりません。

※お売り頂く際には身分証(運転免許または健康保険証)が必要になります。

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

駐車場無料券進呈!



お車でも楽々安心!
ボーニパーキングなど周辺パーキング全てOK!!

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

駐車場完備(3台可能)



お車でも楽々安心!
七重浜店は駐車スペース3台完備!

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

auショップ 中道　auショップ 函館市役所前　auショップ 松前 プラスモバイル トライアル上磯 / イオン湯川　広告有効期限 2018年8月31日（金）まで

auケータイ デビュー割

他社から乗りかえで 対象のauケータイが

機種代金 一括 0円

KYF37・KYF36 の場合
（機種代金 32,400 円ー au ケータイデビュー割 32,400 円）

対象機種・割引金額



GRATINA KYF37
最大32,400円割引



かんたんケータイ KYF36
最大32,400円割引

その他割引対象機種

- AQUOS K SHF33 最大45,360円割引
- MARVERA KYF35
- AQUOS K SHF34 最大32,400円割引
- かんたんケータイ KYF38 最大27,000円割引

※機種によって割引額が異なります。

条件（右記①②を満たすこと）

①他社から乗りかえ（MNP）
②対象のauケータイを「au購入サポート★1でご購入時に「データ定額1～5（ケータイ）・ダブル定額Z（ケータイ）・ダブル定額（ケータイ）のいずれか」＋「2年契約（誰でも割）」★2にご加入

★1：12ヶ月以内に対象外のデータ定額サービスへの変更、解約・一時休止、機種購入を伴う機種変更を行った場合、解除料（最大12,500円）がかかります。★2：2年単位で自動更新となります。途中解約などの場合、契約解除料（9,500円）がかかります（更新期間を除く）。※毎月割は適用されません。※機種代金が割引額を下回る場合、割引額は機種代金が上限です。※KDDIが実施する他の施策とは併用できない場合があります。※別途契約にかかる費用は店頭にてご確認ください。※掲載機種は日本国内において3G通信はご利用いただけません。（KYF34除く）※時期により、条件や対象機種・割引額など変更または終了する場合があります。※店舗により在庫状況が異なります。在庫がなくなり次第、終了となります。※記載の内容は、2018年7月27日の情報です。◎「AQUOS/アクオス」及び「AQUOS」ロゴ、「AQUOS K」は、シャープ株式会社の登録商標です。

表記の金額は、特に記載のある場合を除き全て税込です　詳しくは、店頭スタッフまたはauホームページへ

auショップ 函館市役所前

函館市東雲町6-5
営業時間 10:00-19:00
毎月第2水曜定休
0800-700-1968

auショップ 中道

函館市中道2-11-2
営業時間 10:00-19:00
0800-700-1959

auショップ 松前

松前郡松前町建石52-8
営業時間 10:00-19:00
毎月第2木曜定休
0800-700-1988

プラスモバイル トライアル上磯店

北斗市七重浜7-14-1 トライアル上磯店内
営業時間 10:00-19:00
年中無休
0138-48-5757

プラスモバイル イオン湯川店

函館市湯川町3-4-5 イオン湯川店内 1F
営業時間 10:00-19:00
年中無休
0138-36-5111

UQ mobile

UQ家族割で月額1,480円（1年間）～

2台目以降（新規ご契約の場合）

通話もネットもコミコミ　通話 国内通話が何度でも5分かけ放題 ＋ データ容量 最大2GB/月

スマホの料金そのままでいいの？



家族4人でこんなにおトク

大手携帯電話会社
父 5,500円/月
母 5,500円/月
息子 7,000円/月
娘 7,000円/月
合計 25,000円/月

1年間月々16,580円も安くなる！

UQ mobile
合計 8,420円/月

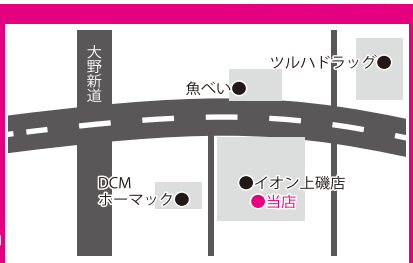
家族4人なら 2年間最大 約35万円 安くなる！

UQスポットイオン上磯店

0138-76-1512

■営業時間：9:00～20:00　■定休日：年中無休

〒049-0111
北海道北斗市七重浜 4-44-1 イオン上磯店内

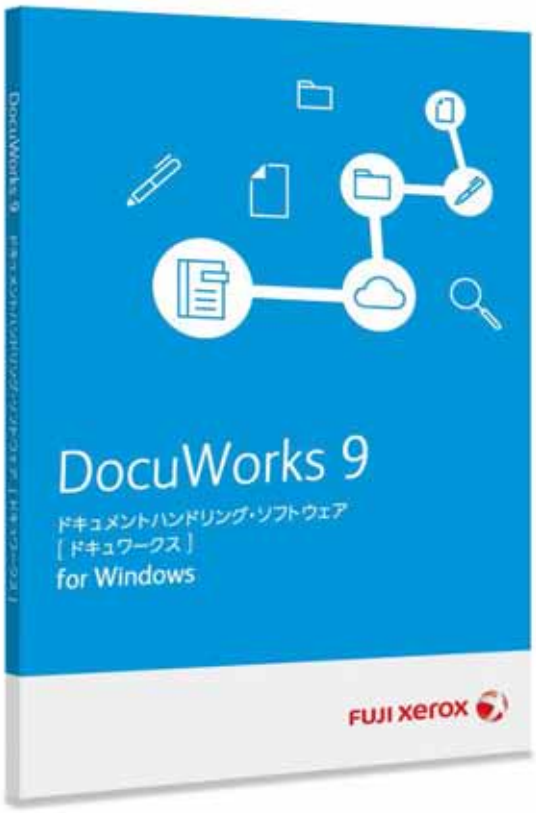


ご契約時に必要なもの

ご本人様確認書類①運転免許証②パスポート③身体障がい者手帳④精神障がい者保健福祉手帳⑤養育手帳⑥在留カード⑦住民基本台帳カード（顔写真付）⑧健康保険証＋補助書類（※1）
※1 現住所が記載された発行日から3ヶ月以内の住民票または公共料金（電気・ガス・水道）領収証※ご本人様確認書類は有効期限内、現住所が記載されているものに限ります。①～⑦のご本人様確認書類と併せて必ずクレジットカードもしくは金融機関キャッシュカードの原本をご持参ください。ご家族様名義のクレジットカード、口座からの振替を指定される場合はご契約者様とお支払者様の「ご家族様である証明書」が必要となります。新規契約（3,000円）の契約事務手数料が別途必要となります。別途ACアダプタが必要となる商品があります。

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 9

国内販売累計500万ライセンス達成

富士ゼロックス株式会社

Xerox、Xerox ロゴ、および Fuji Xerox ロゴは、米国ゼロックス社の登録商標または商標です。

www.fujixerox.co.jp

富士ゼロックス北海道株式会社　函館営業所　〒040-0063 函館市若松町7番15号　TEL 0138-24-4555

www.fujixerox.co.jp/hkx/

おたからや函館五稜郭店 おかげ様で 8周年!!

ハコラククーポン

残暑リフレッシュキャンペーン!

査定額 15%UP

おたからや 函館五稜郭店

■クーポン持参の方■お1人様1枚限り■他券併用不可■平成30年9月13日まで有効

※当店の判断により適用されない場合があり、他のサービスとの併用不可。「函館五稜郭店」のみのキャンペーンとなります。詳しくは気軽に店頭スタッフまで♪



これで 160,000円 になりました。

時計



ロレックス サブマリーナデイト 116613LB

1,100,000円 になりました!!

バッグ



ダミエ ネヴァーフルMM

107,000円 になりました!!

指輪・ネックレス



いらなくなった ジュエリー・金歯など

225,000円 になりました!!

金貨



天皇陛下御即位記念など 1万・5万・10万円各種金貨

強化買取中!!

その他いろいろ! まだまだ買います!!



ジッポ、デュポンなど



鉄道グッズ

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

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

その金額で売るのは ちょっと待った!!

お店によって買取価格が違います!
ぜひ一度、当店でも
査定させてください!



人情査定でやってます。

おたからやの買取品目 ▶▶▶



ダイヤモンド
ダイヤモンドの付いた製品
およびルース(石)



各種ブランド時計
ロレックス・オメガ・
カルティエなど



各種ブランドバッグ
ルイヴィトンや
シャネルなど

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



金券・各種商品券・ビール券・お米券など



大判・小判・古銭・勲章



カメラ
キズや故障、古いものでも
丁寧査定で買取ります



携帯電話・タブレット
捨ててしまうならお売りください



懐かしのおもちゃ
需要があるので高く買取ります



★年賀ハガキ
★切手
★レターパック

強化買取中!! 最大85%で買取り

ご遺品・財産整理承ります。

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



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

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

全国チェーン300店舗以上 貴金属・切手・ブランド 現金買取専門店



おたからや

北海道公安委員会第101280001508号

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

0120-154-068

営業時間／10:00～19:00

不定休

お車でもOK!契約P有り



予約制

都市間高速バス［高速乗合バス（路線バス）］高速はこだて号

予約・購入は2カ月前から受付!

好評につき今年も実施決定!!

夏休みは高速はこだて号で出かけよう



北海道中央バス　道南バス　北都交通

学割運賃値下げキャンペーン

キャンペーン期間
2018年
9月30日まで
ご予約はお早めに!

帰省に! 旅行に! ぜひご利用ください!

函館⇔札幌

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

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

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

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

※学生割引を利用の際は学生証を乗車券購入時と乗車時にご提示願います。

時刻表

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

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

函館・七飯町鳴川・森・八雲▼札幌

		湯の川温泉 東	湯の川温泉	湯の川温泉 北	**函館駅前ターミナル⑱のりば**	**函館フェリーターミナル**	五稜郭駅前	昭和4丁目	桔　梗	**七飯町鳴川**	**新函館北斗駅①のりば**	森　町	八　雲	**地下鉄大谷地駅**	**札幌駅前ターミナル**
乗車		7:00	7:02	7:05	**7:28**	—	7:36	7:40	7:45	7:59	8:09	8:42	9:17	12:27	13:00
乗車		8:30	8:32	8:35	**8:58**	—	9:06	9:10	9:15	9:29	9:39	10:12	10:47	13:57	14:30
乗車		10:00	10:02	10:05	**10:28**	—	10:36	10:40	10:45	10:59	11:09	直行便	直行便	15:22	15:55
乗車		12:50	12:52	12:55	**13:18**	—	13:26	13:30	13:35	13:49	13:59	14:32	15:07	18:17	18:50
乗車		14:20	14:22	14:25	**14:48**	—	14:56	15:00	15:05	15:19	15:29	直行便	直行便	19:42	20:15
乗車		15:50	15:52	15:55	**16:18**	—	16:26	16:30	16:35	16:49	16:59	17:32	18:07	21:17	21:50
乗車		17:50	17:52	17:55	**18:18**	—	18:26	18:30	18:35	18:49	18:59	19:32	20:07	23:17	23:50
乗車		22:55	22:57	23:00	**23:25**	23:40	23:51	23:55	24:00	24:10	24:20	—	—	翌朝5:05	翌朝5:35

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

札幌▼八雲・森・七飯町鳴川・函館

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

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

運賃

函館↔札幌

片道	一般	4,810円	回数券（4枚綴り）	15,890円
往復	一般	8,580円		とってもお得!1枚あたり3,973円

森町↔札幌

片道	一般	4,200円	回数券（4枚綴り）	13,880円
往復	一般	7,820円		とってもお得!1枚あたり3,470円

八雲↔札幌

片道	一般	3,680円	往復	一般 6,890円

※回数券をご利用の際は、窓口で乗車券とおとりかえ願います。

充実の車内装備

全便1人掛け3列シート車で運行!



Wi-Fi　※一部車両では提供していない場合があります。

話題作や人気作♪ 移動時間も快適♪

MOVIE ★映画上映★ ※一部車両では放送しない場合があります。

階段下にあるので周りが気にならない!

長時間でも安心! 全車トイレ付

★スリッパ付★ くつをぬいでリラックス

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

函館駅前に受付窓口があるから、初めてでも安心!

高速はこだて号のお問い合わせ、ご予約は

函館　北都交通函館駅前ターミナル（7:00～20:30）　☎0138-22-3265
札幌　中央バス予約センター（7:30～18:00）　☎0570-200-600
北海道中央バス・道南バス・北都交通 共同運行

詳しくはHPへ→　高速はこだて号　検索

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

インターネットからも簡単にご予約、ご購入できます。

2018年は北海道150年

CONTENTS



21 [特集] 函館近郊在住の外国人 お気に入りの料理店

9 HAKORAKUSELECT 1 仕事に邁進・輝く女性
11 HAKORAKUSELECT 2 レトロ散策 古建築カフェを訪ねて
13 HAKORAKUSELECT 3 未来を担う若き料理人
17 NEW OPEN
36 LUNCH GUIDE
37 社長のお昼ごはん
39 美食倶楽部 [企画広告]
46 今行きたい 旬な店
49 ちょい呑み、ほろ酔い 晩酌セット [企画広告]
68 夏のカラダに活力! 辛い&スタミナ料理 [企画広告]
74 女子におススメ!とっておきメニュー [企画広告]
81 半世紀を超え愛される店 老舗味めぐり
83 おやつの時間
84 ファッション、雑貨、インテリア 女性の心をくすぐる♪人気ショップ情報 [企画広告]
90 TOPICS
98 Salon Interview～癒しを手がける人～
102 男を磨く 楽しむ 遊ぶ メンズ特集 [企画広告]
108 まちの魅力探しに行こう ぶらり街角散歩
111 PRESENT
113 九星気学占い
114 次号予告

【今月の表紙】 ネパールインドレストラン ラーニキッチン港店



心を躍らせる異国情緒と豊潤なスパイスの香り。本場ネパール人が作る本格的メニューの数々は外国人をも魅了する。

文:岩佐 美華　写真:佐藤 史子







お売り下さい! たくさんのお客様にご来店いただいています! 見積無料

時計の電池交換 700円 ※一部取り扱えない時計もございます。



HERMÈS LOUIS VUITTON CHANEL GUCCI COACH など

ハコラク見たよ!で 買取り・見積りのお客様に粗品プレゼント! ※9月末まで

各種ブランド時計



増額買取中!

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

ブランド・ジュエリー現金買取

オルデックグループ北海道公安委員会 第112010001334号

RECYCLE SHOP ルピュア L.Pura 北斗店



北斗市七重浜7丁目14-1(トライアル上磯店マクドナルド向かい)
TEL (0138)49-2299 営業時間／AM10:00～PM7:00
http://oldec.net/ オルデック 検索

2018 Renewal Open

函館国際ホテル レストラン リニューアルオープン

9/1 sat



ゆったりと落ち着いた店内でシェフこだわりの料理を嗜む優雅なひととき

和食・洋食・中華料理と様々なシーンに合わせてご利用いただけます



東館1F
レストラン「アゼリア」



東館1F
ラウンジ「ル・アーヴル」



東館2F
日本料理「松前」





12月20日(木) オープン
本館13F 天然温泉展望大浴場

函館国際ホテル

〒040-0064 函館市大手町5番10号　TEL(0138)23-5151㈹　http://www.hakodate-kokusai.jp/

仕事に邁進・輝く女性

T・K Dog School
副代表 加藤 知宏（ちひろ）さん





飼い主と犬の幸せ願い 細やかに心配る



犬を飼うための心構えや基礎知識、正しい接し方を伝える「T・Kドッグスクール」は「飼い主が愛犬とともに楽しく穏やかに過ごせるように」と、基本的な訓練のほか、愛犬のためのクッキング教室や独自にまとめた家庭犬訓練試験などさまざまなイベントを手掛ける。

函館市内の病院で看護師として活躍していた加藤さんは、それまでの経験を生かし、預かっている犬たちの健康管理に注力。「問題行動のある子も時間を掛けてケアすれば治ります。悩み始めた時点ですぐに相談してほしい」と呼び掛ける。犬のケアには飼い主も一緒に取り組むのが同スクール流。飼い主の悩みに寄り添い、コミュニケーションを密に取り、犬の性格や飼い主のライフスタイルに合わせて、無理なく続けられるトレーニング計画を提案。「ケアして変わった愛犬を見て飼い主さんが喜んでくれた時、この仕事をやっていて良かったと本当に思います」と笑う。

触れ合いを通し人の心を癒すセラピードッグの派遣、一般家庭の飼い犬にセラピードッグとして活躍してもらうためのトレーニングを飼い主と一緒に積極的に取り組む。挑戦したいことはたくさんあり「夢は人と犬のワンダーランドを作ること。一緒に楽しめる愛情溢れる場を提供したい」。夢への実現に向けて一歩ずつ前へ進んでいる。

T・K Dog School
七飯町上藤城35-2
☎0138-87-0809
9:00～18:00（完全予約制）
木曜定休

文：岩佐 美華　　写真：佐藤 史子



癒しの空間が誕生

1F大浴場新設OPEN

癒し と食
IMAGINE HOTEL & RESORT HAKODATE



北海道を代表するブランド鮪

戸井マグロ



第10回



戸井産本生マグロを食す!

まぐろ祭り

平成30年 8/22 水

時間　18:15開場 18:30開演
会場　2階「イルマーレ」

戸井産生本マグロ解体ショーをご覧いただき、
新鮮なマグロを**寿司、漬け丼、刺身**のお料理で
お召し上がりくださいませ!!

ブッフェ＋ドリンク飲み放題
お一人様（サ・税込） 10,000円

生ビール、ウイスキー、
焼酎、日本酒、ワイン、
カクテル他
飲み放題! 全70種類

宿泊券や戸井漁協協賛の
新鮮な海産物が当たる!!
楽しい! 大抽選会を開催!

※ホームページ内の専用FAXお申込用紙をダウンロードしご利用下さい!

イルマーレ



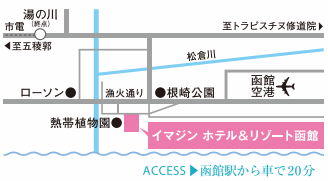
イマジン　ホテル＆リゾート函館

出会いと思い出をつむぐ、異国リゾート。

http://www.imgnjp.com/hrhakodate/ イマジンホテル&リゾート函館 検索

お問い合わせはお気軽に　予約 tel.0138-57-9161

宿泊予約はコチラから



ACCESS▶函館駅から車で20分

〒042-0932 北海道函館市湯川町3-1-17
URL http://www.imgnjp.com/

レトロ散策　古建築カフェを訪ねて

函館市大手町

cafe&dining LITT

リット



白とグレーのツートンカラーの土壁、大きく書かれた屋号の姿と重厚な窓が個性を主張しつつ融合し、不思議な味わいを醸し出す。西部地区の一角に隠れ家のようにひっそりと佇む店は、明治45（1912）年に建てられた海産物を取り扱う問屋の土蔵をリノベーション。函館の雰囲気に調和するようなモダンでレトロなデザインで、あたたかみのある木製のテーブルや椅子は、廃材を利用した手作りで店の雰囲気にもマッチしている。アジアとヨーロッパのテイストが絶妙に入り混じった雰囲気は、ゆったりと過ごせる心地良い空間として、地元や観光客に愛されている。

「cafe&dining　LITT」は、平成29年まで営業していた「ハルジョオン・ヒメジョオン」のスタッフだった紺野翔平代表が店舗を受け継ぎ、同年12月にオープンした。肉汁の旨味がご飯に染みる「牛ステーキと大葉の炒めごはん」（1,200円）など定番の“カフェ飯”、果実の栄養たっぷりの今月のおすすめ「キウイとバニラのフローズンスムージー」（630円）など、ジャンルにとらわれないメニューを提供。「“ハルヒメ”の良いところは変えぬまま自分の色も出していきたい」。紺野代表の意欲が込められた店は新たな魅力を放ち始めている。

懐かしさと新しさが融合した隠れ家カフェ





cafe&dining
LITT

函館市大手町3-8
☎0138-76-1403
11:30～22:00
（ランチは15:00まで）
日曜・祝日は21:00まで
（各1時間前L.O）
月曜定休
（祝日の場合は営業し、翌火曜休み）
P有り





文：岩佐　美華　　写真：佐藤　史子

提供実績18年以上 信頼と安心 マイカーリース発祥ブランド!

累計販売実績 25,000台突破!!

新車に乗れる!

月々定額で

もう車にお金をかけないで下さい

ご成約者様続出!!

スーパー乗るだけセット®

今話題の7年リース 国内全メーカー・全車種に対応

新しい車の買い方

7年間車検込み

車の維持費で
一番高い
車検代…



また今年も車検かぁー…
と、ため息をついていませんか?

当店のスーパー乗るだけセットなら



7年間、車検もコミコミ
なので家計にも優しく安心!

7年間車税込み **7年間タイヤ交換込み** **7年間オイル交換込み**

車検代や車税を気にせず
ラクラク!車の維持費が減って
家計のやりくり上手に!!

今ならスーパー乗るだけセット
ご成約のお客様へ

先着限定5台



当社規定カーナビをプレゼント!!

早い者勝ち この機会にぜひご来店下さい

お客様の声



「スーパー乗るだけセット」にご成約頂いたお客様より
続々と、感謝のお声を頂いております

最初から親切な対応で安心できました。
これから長いお付き合いになりますので宜しくお願い致します。2台目、3台目をお願いしたいと思います。
北斗市　U様

今回、初めてスーパー乗るだけセットを利用しました。どういった内容なのか全く知りませんでしたがタクコーポレーションさんでお話を聞きとても丁寧にわかりやすく話をしていただいたので、購入を決めてよかったです。
函館市　I様

SUZUKI
スズキ
ハスラーA(4WD)

展示場にて現車有り!!



JC08モード 25.6km/L
4WD 軽

オールカラーOK!!

なんと頭金0円

月々コミコミ 11,800円(税別)×84回

■月々:11,800円(税別)×84回
■ボーナス時:35,000円(税別)×14回
■頭金0円 ■7年リース
■車両本体価格:1,131,000円(税別)

7年間車検込 | 7年間車税込 | 7年間タイヤ・オイル交換込
諸費用込み | 新品冬ワイパー込み | 新品マット・バイザー込み
新品オーディオプレーヤー | 下廻りサビ止め込み | 新品スタッドレス・アルミ込み

わずらわしい点検予定も
当店が管理
メンテも管理も全て込み!



株式会社 タクコーポレーション
TAK CORPORATION

北海道北斗市七重浜8丁目6番4号 年中無休 営業時間／9:00～18:00

0120-546-459

e-mail／1st-stage@ncv.jp URL／https://takucorp.co.jp

まずはお電話を!!





陸運局認証工場

●燃料消費率は各車カタログでの値です。お客様の使用環境(気象・渋滞等)や運転方法(急発進・エアコン使用時)に応じて燃料消費率は異なります。●本広告のリース料は一例です。●グレードや装備オプション、メンテナンス内容などの条件は変更可能です。●掲載のリース料は2018年4月のものです。リース料は予告なく変更する場合があります。●エコカー減税率をはじめとした各種税率が変更された場合、自動車税・取得税等の金額が変わります。それに伴い掲載のリース料も変更になります。自賠責保険料や租税公課が変更された場合は、表示されているリース料も変更されます。●年間予定走行距離1万km以内でリース料を算出しております。●残価設定とは、リース満期時の車輌売却予想価格のことです。本広告の掲載価格はリース満了時に設定残価と車輌の差額を精算し、査定額が残価を下回った場合、差額はお客様のご負担となるオープンエンド方式を採用しております。●掲載のリース料には車輌本体価格・登録諸費用・自動車税(全期間)・取得税・重量税(全期間)自賠責保険料(全期間)メンテナンスパッケージ・装備オプション(フロアマット・サイドバイザー)が含まれています。

未来を担う若き料理人



突き詰め続ける焼き鳥で客の求める「あの味」へ

たちか屋
店長 坂常　弘亮さん

函館市本町の電車道路沿いにある居酒屋「たちか屋」の店内には、壁一面にずらりと酒瓶が並び、和気あいあいとしたスタッフが笑顔で迎えてくれる。「自家製生トバ」や「塩角煮」など酒にぴったりのメニューと共に特に力を入れているのが日本酒。週替わりで5～6品の新たな銘柄が登場し、隣接する姉妹店「酒KURE」と酒を共有することで、常に鮮度の良い品が出せるのが強みだ。

ここで焼き鳥を一筋に担ってきた坂常さん。ジューシーさを守るため大ぶりなカットにこだわる国産肉を備長炭ならではの直火と遠赤外線を意識した焼き方で外はカリッと香ばしく仕上げる。圧倒的リピート率を誇る「白レバー」は、まるで生のようなトロリとした食感と濃厚でクセのない味わいが口いっぱいに広がる。この味を支えるのが素材の旨味を引き出す徹底した下処理。肉の筋切りから骨を外すタイミングまで、細かい作業の積み重ねが味を大きく左右するため「突き詰められることが多過ぎて面白い」と話す。生産者が作る食材の良さを客に届けることも店に託された大切な仕事。日々向き合う食材の元の姿を知りたいと生きた鶏をさばく技術も身に付け“命”を意識することで無駄なく使い、少しでもおいしく食べて欲しいという思いが強まったという。「料理はいつまでも完成はしない」と坂常さん。“あの味が食べたい”と言われる焼き鳥を目指し、情熱はどこまでも絶えない。









たちか屋

函館市本町32-4
☎0138-53-6461
17:30～23:30L.O
（金・土曜、祝前日は24:30L.O）
水曜定休　カード可

文：多田　麻里江　　写真：佐藤　史子

PR

北斗市長×住宅金融支援機構北海道支店長

北斗市における移住施策、空き家対策

～住宅取得による子育て・移住への取り組み～

北斗市と住宅金融支援機構（東京）は5月17日、子育て支援や移住、空き家対策において相互に協力する協定を締結。今回、特別対談として、池田達雄市長と同機構北海道支店の小澤敏成支店長にそれぞれの取り組みや制度にかける思いをうかがった。



北斗市の地方創生、移住施策の取り組みについて話す池田市長と小澤支店長

北斗市と住宅金融支援機構との相互協力に関する協定締結

〈小澤支店長〉今回、締結させていただいた【フラット35】子育て支援型・地域活性化型は、国の「一億総活躍プラン」、「まち・ひと・しごと創生基本方針」などの一環として、「子育て支援」、「移住促進」、「空き家対策」などに積極的に取り組まれている自治体と連携し、自治体の補助金と合わせて、【フラット35】の金利を一定期間引き下げる制度です。

昨年5月に創設され、今年8月1日現在、道内では23の自治体と協定を締結しています。これまで私どもの住宅ローン商品は、省エネ性や耐久性などのハード面に着目した全国一律の制度が中心となっていましたが、本制度の導入により、自治体ごとの施策、地域の実情に着目した「ボトムアップ」的な制度設計もできるようになりました。

〈池田市長〉このたびの協定締結によって、本市の移住・定住施策が一層充実し、地方創生の取り組みが加速するものと思います。現在、全国の自治体がしのぎを削って地方創生に取り組んでいる中、渡島・檜山管内に先駆けて本市と協定締結していただきましたことは、大変意義があり、住宅金融支援機構さんからのご提案に感謝を申し上げます。

地方創生の取り組みの背景と経緯などについて

〈池田市長〉北斗市は古くから、漁業、農業、商工業がバランスよく発展してきたまちです。道南の中心都市である函館市に隣接しているという地理的条件から、昭和から平成初期にかけては、企業立地が進み、宅地造成が活発に行われ、人口は、増加傾向の状況が続いておりましたが、平成19年頃から人口の社会動態が減少傾向となり、加えて平成21年頃からは少子化の影響で出生数が死亡数を下回る、いわゆる自然動態も減少に転じてしまいました。この人口減少問題の解決に向けて、平成27年12月に「北斗市まち・ひと・しごと創生総合戦略」を策定し、「北斗市らしさを活かして人を呼び込み・呼び戻す」という基本目標を掲げて、都市部の子育て世代をターゲットとした移住・定住施策を展開しております。

〈小澤支店長〉国立社会保障・人口問題研究所が3月30日に公表した日本の地域別将来推計人口では、2045年には東京でわずかに増えるだけで、北海道は2015年の538万人から400万人まで減少するそうです。その中でも年少・生産年齢人口の減り方が一番激しい。今後、その若い世代が市に留まり、各まちが活性化していくよう、自治体、国、関係する機関が一体となって取り組んでいかなければならないと思います。

人口減少局面におけるまちづくりに対する想いや考え

〈池田市長〉私は、今の子どもたちが、将来、北斗市で生まれ育って良かったと思えるような、そんなまちづくりを進めていかなければならないと考えております。北斗市を離れて就職しても、いずれ北斗市に帰りたい、北斗市で子育てしたいといった、郷土愛の醸成や定住志向は、地方創生の原点であると考えております。本市は、高校卒業までの子ども医療費無料化や学校給食費の軽減など、手厚い子育て支援施策を実施しておりますし、今年度からは親子ふれあいブックスタート事業や子育て応援アプリの導入などにも取り組んでいるところです。文化やスポーツ活動では、保護者の負担軽減を図る「対外競技補助」を実施し、陸上競技や吹奏楽など様々な分野で、北斗の子どもたちが全道・全国の舞台で活躍してくれております。



親子ふれあいブックスタート事業





北斗市長
池田　達雄氏

昭和３５年上磯町（現・北斗市）生まれ。昭和５３年北海道立大野農業高等学校卒業後、有限会社高藤金物店入社。平成元年ジョイライフイケダ金物店創業。平成１０年上磯町議会議員、平成１８年北斗市議会議員、平成２３年北斗市議会議長。平成３０年北斗市長。



住宅金融支援機構北海道支店長
小澤　敏成氏

昭和３７年生まれ。昭和６１年、東京理科大学理工学部建築学科卒業後、同年、住宅金融公庫入庫。平成７年同公庫北海道支店調査役、国土交通省住宅局住宅総合整備課課長補佐、住宅金融支援機構北海道支店営業推進部門長、ＣＳ推進部長などを経て、平成２８年から北海道支店長。

北斗市の移住・定住促進施策

〈池田市長〉平成28年度に移住・定住プロモーション基本戦略を策定しており、メインターゲットを首都圏などの子育て世代とし、手厚い子育て支援策や充実した教育環境、さらには豊かな自然環境と便利な都市機能を併せ持つ「ちょうど良さ」をアピールし、移住プロモーションを展開しております。平成29年度からは、三大都市圏や札幌市からの転入者を対象とした「北斗市三大都市圏・札幌市ウェルカム移住支援事業補助金」と、空き家の解消と移住・定住の促進の二つを目的として「北斗市空き家バンク利活用事業補助金」をスタートしております。このたびの協定締結により、北斗市の移住支援制度の周知と利用促進に大変効果があるものと期待しているところです。

協定締結の北斗市ならではの特徴

〈小澤支店長〉１点目は北斗市との協定が道南圏初であること。２点目は、各自治体で空き家が大きな課題となっていますが、私どもが今年４月からメニューに加えた「空き家対策」が適用となったのは道内では北斗市が最初です。３点目は、市、金融機関、機構の３者連携。３者一丸となって取り組んでいきましょうという協定締結は道内では北斗市が初めてです。

市、金融機関、機構の３者が連携したメリット

〈小澤支店長〉【フラット35】は、あくまで住宅取得の一つのツールにしかすぎず、これだけで市の施策に貢献できる訳ではありません。これが呼び水となって様々な制度が充実し、結果として地域が盛り上がれば良いと考えています。そのためには私どもだけではなく、金融機関や不動産事業者を始めとする多くの関係者と手を取り合い、互いに知恵を出し合い、地域のお役に立てるかが大事だと考えています。

〈池田市長〉本市の地方創生の取り組みにおきまして、市民をはじめとした民間企業や関係団体などとの連携は、必要不可欠であると認識しております。また、まちの魅力の発信につきましても、今年度から新たに市民総ぐるみによるシティプロモーションを展開し、移住促進や企業誘致、観光振興などの個々の施策において北斗市が「選ばれる」ために重要な要素となる認知度と地域イメージのアップを図るため、各種のコンベンションやイベント等の誘致活動を通して、多くの人を外から呼び込み、来訪者に対するホスピタリティの充実に努めて、さらなる魅力の創出と発信につなげていきたいと考えております。

観光客に向けて

〈池田市長〉北海道新幹線の開業前から、特に観光には力を注いでおり、新駅に近い場所に函館山や大沼、駒ケ岳が一望できる「きじひき高原」があり、８月19日に、地元産黒毛和牛や海鮮バーベキューを堪能できる「きじひき高原まつり」を開催します。また、９月23日の八郎沼公園での「商工観光まつり」では、豊かな自然の中、地元特産品やステージイベントなどを楽しめます。そのほか、トラピスト修道院や茂辺地川の鮭の遡上など、市内には見どころが多く、11月３日は茂辺地川で「北斗市茂辺地さけまつり」も実施します。地域資源を巡り多くの方々に北斗市の魅力をご堪能いただければと思います。



日本最初のカトリック男子修道院「トラピスト修道院」

道南うみ街信用金庫、北洋銀行における空き家対策の取り組み

道南うみ街信用金庫、北洋銀行は、平成28年10月に北斗市と「地方創生に関する包括連携協定」を締結し、それぞれが持つノウハウやソリューション（資源）を駆使し、地方創生の推進や地域経済の活性化に連携・協力して取り組んでいます。そのような中、両金融機関は、北斗市が平成29年10月に策定した「北斗市空家等対策計画」に基づく空き家の利活用において連携し、融資商品を提供しています。



道南うみ街信用金庫

空き家等の事業利用に「空き家等対策ローン」
空き家解体に「うみしん無担保住宅ローン」

●コメント/北斗支店　小林一貴 支店長

営業エリアの空き住宅、空き店舗の増加による周辺環境への悪影響の排除、空き家を活用した新ビジネスの創出に伴う雇用の生み出しによる地域活性化を目的に「空き家等対策ローン」「うみしん無担保住宅ローン」を提供しております。

問い合わせ ■北斗支店 北斗市飯生2-4-24 ☎0138-73-2151

北洋銀行

空き家の解体に
「リビングローン（空き家解体優遇）」

●コメント/七重浜支店　二川裕一 支店長

『「住み替え」も「住み続け」も、住まいに関するご相談を承ります!』と題しまして地方自治体様が推進する「移住促進」「空き家対策事業」などの地方創生に取り組み、お客さまの多様なニーズにお応え致します。

問い合わせ ■七重浜支店 北斗市七重浜8-4-25 ☎0138-48-2511

●問い合わせ　北斗市の補助金について/北斗市総務部企画課企画係　☎0138-73-3111
【フラット３５】について/住宅金融支援機構北海道支店地域営業グループ　☎011-261-8306



限定 特別企画

函館活生酒場 いか次郎



函館活生酒場 いか次郎 IZAKAYA IKATARO GROUP
函館市本町32-11
☎0138-51-0070
17:00～24:30(24:00L.O) 不定休

90分飲み放題 料理6品 お一人様

3,000円

宴会コース

大人数でも少人数でもOK

飲み放題付!!

ラストオーダーは30分前となります!

10名様以上のご利用で 幹事様1名無料
予約時のみの特権になります!

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

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



居酒屋 はこ民しか太郎
函館市本町4-15
☎0138-56-6222
17:00～24:30(24:00L.O) 不定休



居酒屋 いか太郎 総本店
函館市本町4-16
☎0138-55-5552
17:00～24:30(24:00L.O) 不定休

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

飲み放題のみも可
(2名様～)



居酒屋 いか太郎 本店
函館市若松町18-23
☎0138-27-2282
16:30～24:30(24:00L.O) 不定休



はこ民食堂
函館市若松町18-1
☎0138-23-0333
16:30～24:30(24:00L.O) 不定休



居酒屋 いか太郎 2号店
函館市松風町7-1
☎0138-83-5500
16:30～24:30(24:00L.O) 不定休



温泉玉子や天かす、うま味ラー油を加えて味の変化を堪能しながら、自分好みの味付けを探せるのも楽しい。

「蕎麦たくみや」と融合してリニューアル

函館麺や 一文字 花園店

2018 6.25 OPEN

通常のラーメンに加え「蕎麦 たくみや」のメニューも提供。自家製ラー油入りの秘伝のつけ汁に付けて食べるスタイルのそば「つけ蕎麦」は、「たくみや」の味を継承した一押しメニューで花園店だけで味わえる。コシの強い自家製麺に山盛りの味付け肉をたっぷり盛りつけたボリューム満点の「肉つけ蕎麦」（850円）は、肉好き、こってり好きにはたまらない一品。





函館市花園町23-1
☎0138-83-8809
11:00～21:00(20:30L.O)
水曜定休
P有り



夜は無国籍タパスとビールの飲み比べを合わせた「ビアフライトセット」(1,980円・税別）がおすすめ。「“自分の味のビール”を感性で選んで欲しい」と同店。

手仕事の魅力を発信するクラフトビアカフェ

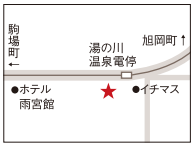
Endeavour 函館店

エンデバー

2018 6.1 OPEN

乙部町の水を使ったクラフトビール醸造所「函館湯川ブリュワリー」併設のビアカフェ。伝統的な製法に現代の技と解釈を加え、ビールが苦手な人にも楽しめるようなオリジナルビールを提供。ホテル出身のシェフが生産者から厳選する食材で、モーニングからビールに合う料理まで幅広く用意。手作り雑貨の販売も行うなど、手仕事ならではの魅力を伝えている。





函館市湯川町1-26-24
☎0138-84-6955
モーニング　9:00～11:30
ラ　ン　チ11:30～14:00L.O
ディナー17:00～20:30L.O
(ビールは12:00～14:30、17:00～21:00のみ提供)
水曜定休　P有り(5台)



「タピオカホイップ」はミルクティー、抹茶ミルク、いちごミルクの3種類で各480円（ホイップなし各350円)。「トルネードポテト」は1本350円。

タピオカドリンク片手に元町散策はいかが

元町八幡坂HAKODATE

2018 7.1 OPEN

港が丘通り沿いに開業したドリンク・フードのテイクアウト店。クリームたっぷりのタピオカドリンクやジャガイモ丸々1個使ったトルネードポテトなどインスタ映え商品をメインに提供し、話題のドリンクや季節商品も随時登場。店舗前にはイスとテーブルが置いてあるので散策中に一息つける。「地元の方もお気軽に」と同店。オープン記念で9月末まで全品50円引き中。





函館市元町14-4
☎080-5585-8799
10:00～17:00
不定休



ニボシを利かせた濃厚スープが特徴の「魚介系しょうゆ力Ｒｉｋｉにぼらーめん」（７５０円）、激辛の「Ｈｅａｖｅｎ-天国-」「Ｈｅｌｌ-地獄-」なども早くも人気。

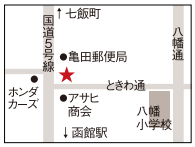
料理人歴30年の経験を注ぎ込んだ一杯を提供

麺物語 力 Riki

2018 6.16 OPEN

３種類のスープを使い分けたこだわりのラーメンを提供。「函館しおらーめん」（７００円）は、「地元の味や食材を大切にしたい」（中田力代表）と、函館市の根崎産の昆布をたっぷり使ったスープを考案。食べている間はあっさりとした味わいだが、じわりと後から染み出る独特の深みとコク、うま味が癖になる。紙エプロン（無料）を用意する心配りも。





函館市亀田町14-11
☎0138-83-1150
11:30～14:30
17:30～20:00
水曜定休
P有り



北海道産とフランス産のブレンド小麦を使ったフランスパンや手土産にもおすすめのチョコレート（１個１６２円）など久根別店限定商品もぜひ味わって。

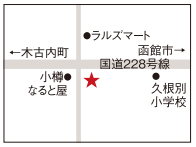
人気パン店が北斗市初出店 イートインコーナーもあり

パン エスポワール 久根別店

2018 6.30 OPEN

函館市内で3店舗を展開する「パン エスポワール」。濃厚な明太子バターがクセになる人気の「明太子フランス」（１９４円）をはじめ、定番から久根別店限定商品まで１００種類の焼きたてパンがずらり。パン５００円以上購入するとテイクアウトドリンク1杯サービスで、２杯目以降は５０円で提供。買ったパンをその場で楽しめるイートインコーナーもある。





北斗市東浜1-12-70
☎0138-85-6338
8:00～19:00
水曜定休
P有り



古着は6，０００円台から用意。オリジナルブランドの製作・販売も行うひろよ代表は「老若男女問わずファッションが好きな方に気軽に来て欲しい」と話す。

洋服がもっと好きになるセレクトショップ

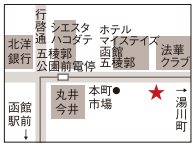
REAL ME.

リアルミー

2018 6.14 OPEN

東京の大手アパレル企業や古着店などで培ってきた経験を生かし「“本当の自分”に正直に、着たいものを身に着けて欲しい」と開業したアパレルセレクトショップ。メイン商品は若手のデザイナーズブランド。個性が光るややモード系のデザインでありながら日常使いしやすいものを取り揃え、魅力あるデザイナーのアイテムから選ぶことを大切にしている。





函館市本町30-22
☎0138-76-3308
11:00～18:00
火・水曜定休

料理やアルコールと一緒にスポーツ観戦が楽しめる



100インチモニターを完備し、メジャーからマイナーまでスポーツ観戦などが楽しめる。「お祝い事の集まりや結婚式の2次会などにも使ってもらえれば」と伏見代表。

BAR ルギス

2018 6.1 OPEN

伏見司代表が7年越しの夢をかなえて開いた店。スイーツから軽食、アルコールの肴まで幅広く揃え、ホウレン草を練り込んだパスタを使用したジェノベーゼ香る「カルボナーラ」といった4種類の「生パスタ」（各600円）がおすすめ。また、「チョコミント“スギル”パフェ」（880円）などのスイーツも女性客を中心に人気が高い。チャージ料金500円。





函館市本町2-15
☎0138-83-1601
20:00～翌3:00
無休

“好きな時に好きなだけ”24時間営業フィットネス



シャワールームや日焼けマシンも完備。希望に合わせたトレーニングメニュー製作も無料で対応する。「入会キャンペーン実施中。詳しくはお問い合わせ下さい」と同店。

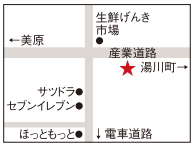
ANYTIME FITNESS 函館花園店

エニタイムフィットネス

2018 7.18 OPEN

世界4,000店舗、全国で350店舗以上展開する24時間年中無休のフィットネスジムが函館に初出店。月会費6,500円（税別）でいつでも何度でも利用可能で、追加料金無く国内外全ての店舗を使用できる。体のコンディションをより効果的に管理・調整するため設備はフィットネスマシンに特化し、函館初上陸のものを含むハイスペックなマシンを用意する。





函館市花園町19-1
☎0138-82-8010
（電話受付時間は11:00～20:00）
24時間営業
無休　P有り
https://www.anytimefitness.co.jp/hhanazono/

ブリーダー自ら販売する小動物ペットショップ



飼い主との対話を重視するため見学や販売は予約制。「ベビーの頃から見学できるのはブリーダーショップならでは。見て、触れて、育てる経験をして欲しい」と同店。

Noah’s Ark

ノアズアーク

2018 5.20 OPEN

ブリーダーが自宅で繁殖・育成した小動物を直接販売するペットショップ。育成するのは「フクロモモンガ」「ハリネズミ」「マメルリハ」「シロハラインコ」「コザクラインコ」の5種類で、ほか別ブリーダーからの取り寄せにも対応。飼い主の生活環境などを聞き取りながら生涯一緒に居られるパートナーを提案し、客とペット双方が幸せになれるサポートを行う。





七飯町本町3-17-31
☎070-4794-0828
13:00～18:00
※完全予約制
不定休
P有り（3台）

「みどり」からはじまる うるおいのある生活。











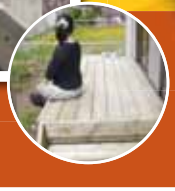












材料のみの
販売となります。
施工については
別途ご相談下さい。

営業品目

- ウッドデッキ材料販売
- 国産枕木・新品枕木製造・販売
- 公共工事（木柵、木橋、看板、ベンチ）等の製造・販売

※青森ヒバ、国産杉材・桧材、高耐久性防腐処理

青森木材防腐（株）

函館事務所 函館市港町1丁目17-8 TEL0138-42-2322

本社工場／青森県上北郡七戸町字原久保95-37 TEL0176-62-6464

http://www.aobou.com/



特集

函館近郊在住の外国人 お気に入りの料理店





祖国を離れ函館で仕事に趣味に打ち込む外国人たち
フレンチ、イタリアン、和食、本格カレー…
古くから世界各国の人が訪れる国際色豊かな街で彼らが見つけた
活力をくれるお気に入りの店を案内してもらう

文：岩佐　美華　　多田　麻里江　　写真：佐藤　史子

［Profile］
アメリカ
フレッド・ガーソンさん

Fred Gerson

ニューヨークで広告、マーケティング、コンサルティングのアナリストとして業界分析・企業分析の仕事を務め、平成２４年に来日、函館の地を踏む。日本には以前から興味があり独学で日本語を学んでいた。平成２７年 金融ファンド「株式会社 古道ホールディングス」を設立し、経験とノウハウを生かし企業の成長を総合的に応援する。友人や職場の人たちと食べ歩きを楽しむなど、函館の街を満喫。今年も市民創作函館野外劇「星の城、明日に輝け」にペリー提督役として出演した。週３回１０kmのランニングや水泳などスポーツが趣味。



気心の知れた友達と心ときめく本場の味を堪能

アメリカ 出身
フレッド・ガーソンさん
おすすめの店

ネパールインドレストラン ラーニキッチン港店



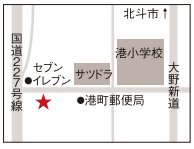
穏やかにメニューの詳細や、本日のおすすめを尋ねるフレッドさん。食欲旺盛で一度にたくさんの料理を味わい、辛味調味料「カライマサラ」を添えるのを忘れない。



調理スタッフもネパール人で、国の定番メニューを提供。店内は国旗やヒンドゥー教の神々の壁掛けなどが飾られ異国ムード漂う。







函館市港町1-20-19 メゾン日果里1F
☎0138-45-8788 11:00～22:00(21:30L.O)
※ランチは15:00(14:30L.O)まで 無休 P有り



ネパールのスタミナ家庭料理「ヒマラヤタリ」（1,500円）はナン「アルクルチャ」、カレー「エビバターマサラ&アルゴビ」「パニールブルジ」「シークケバブ&タンドリーチキン」「デザート&チャイ」が付いてボリューム満点。特製スパイスのタレで味わうギョーザ「モモ」（500円）、スパイシーな焼きそば「チキンチャウミン」（700円）などもおすすめ。





豊潤なスパイスの香りが漂い、流れている民族音楽や装飾が異国情緒を誘う「ネパールインドレストラン ラーニキッチン港店」。ネパール人シェフが作る本格ネパールカレーは、本場直輸入などのスパイス26種類を使い分け、油分を抑えたヘルシー志向。マトン、チキンなど13種類のカレー、6種類のナン、一品料理も充実している。

「ニューヨークは世界各国の特色ある料理が食べられる街で、みんなよく食べ歩きをします。私も個人経営や特色のある店が好きで、函館に来てから新規開拓したり、気に入っている店をローテーションで回ったりしています」。インターナショナルな料理を求めてアンテナを張り、好奇心の赴くまま食を楽しむフレッドさんが、この店を訪れたのは日本語教師に連れてきてもらったのがきっかけ。本場の味が気に入り定期的に訪れるようになった。「時折、とても食べたくなる」と“熱烈”といって良いほど気に入ってるのは、辛さを調節する調味料「カライマサラ」とカレーや一品料理とのハーモニー。ニンニク、スパイスなどの旨味が複雑に溶け込んだ「カライマサラ」は、ただ辛いだけではなく、さまざまな料理と絡み合い、さらに深みを与えてやみつきになるという。

この日は、友人・清水桃子さんと一緒にテーブルを囲み、雑談を交わす。はっきりとした味付けを好み、食を大切にするフレッドさんにとって、特色を色濃く映す料理を囲み友人との語らう時間は、生活を彩る大切なスパイスになっている。

［Profile］
フランス
パメラ・フォードメールさん

Paméla Faudemer

古典から近代まで日本文学への関心が強く、モンサンミシェルの教会の日本語ガイドが実施していた授業を受けるなどフランス在住時から日本語を勉強。新たな経験を求めてカナダへ移住し、そこで出会った日本人男性と結婚。夫の仕事をきっかけに５年前に来日し、現在は遺愛女子高等学校でフランス語と英語の教師として教鞭を執る。休日には趣味の読書を楽しみ、最近では上田秋成の「雨月物語」をフランス語翻訳版で読んでいる。冬には大沼でクロスカントリースキーをしに出掛けるという。



家庭のぬくもり感じる本物の故郷の味

フランスの北西部、ノルマンディー地方出身のパメラさん。海に面し酪農が盛んなことから“ミルクの街”と呼ばれることもある田舎町で「北海道に似ている」と話す。紹介してくれたのは、大門横丁内でひと際お洒落な雰囲気を持つフランス家庭料理の店「ブヴェット」。フランスの伝統的製法を守って手作りする防腐剤不使用のハムやソーセージなどを季節の野菜と共に楽しめ、店内中央に鎮座する大きなグリル付きのテーブルは、一人、また一人と集まる人たちでにぎわっていく。大きなソーセージを焼きながら皆で食卓を囲む様子には、常連も一見も関係なく同じ時間を共有できるムードがあり、パメラさんは「ここで知り合った友人も多く、いつ来ても新しい出会いがある」と、誰かに会いたくなるとこの店に足を運ぶという。

初来店したのはまだ日本に来たばかりの頃。キッシュや鴨肉など豊富なメニューの中に登場したパテは「子供の頃に食べた味そのもの。フランス以外でこんなにおいしいパテを食べたことが無い」と驚いた。レバーペーストを使ったしっとりクリーミーな「パテ・ド・フォア」が１番のお気に入りで、高級店で出されるパテとはひと味違う“フランスのお肉屋さん”でしか買えないような逸品は「本物の故郷の味」と思い入れもひとしおだ。

フランス料理というと、敷居が高いイメージを持たれがちだが「ここには本当のフランス家庭の味があるので多くの人に知って欲しい。皆がひとつになっていくようなあたたかさがあるお店ですよ」と微笑む。第二の故郷のようにくつろげるかけがえのない場所だ。

フランス　出身
パメラ・フォードメールさん
おすすめの店

フランス手造りウインナー・ハム・パテのお店
LA BUVETTE
ラ ブヴェット



店内を斜めに横断するように設置されたテーブルには１４席を用意。肩を寄せ合い食卓を囲めば、グループの垣根を越えて和気あいあいとしたひと時が楽しめ、自然と会話の輪も広がる。ほかではなかなか味わえないワインを求めて通うという常連客は「ここにはいつでも新しい人を迎える文化があるんだよ」と話してくれた。





「自家製ウィンナー盛り合わせ（４種８本）」（１,５００円）の中では、６種のハーブを自家ブレンドしたものとオリジナルスパイスを配合したカレー味がパメラさんの一押し。「ロース・ヒューメ　自家製スモーク生ハム」（８５０円）は、プリッとして厚みがあり肉の旨味が濃厚。「パテの盛り合わせ～おすすめ３種盛り～」（１,５００円）は、店自慢のパテやテリーヌが一堂に盛り付けられる。





パテやソーセージは小松栄子オーナーの夫でフランス人のジャンルック・ラビオンさんが作り上げたもの。店内のアットホームな雰囲気は、誰にでも親しみを込めて接してくれる小松オーナーの人柄が成せる業だろう。





函館市松風町7-5　函館ひかりの屋台 大門横丁内
☎0138-22-0058
18:00～23:00(22:30L.O)　不定休



ディナーメニュー「本日のお薦めコース」は、前菜の盛り合わせ、本日のスープ、肉か魚が選べるメイン、パン、コーヒー、デザートが付いて3，780円。この日のメイン「道産　牛こめかみ肉の赤ワイン煮」は道産素材を使ったマッシュポテトと合わせると一層コク深くクリーミーな味わいで、添えられた地元農家が作る野菜も甘みを感じる逸品。「本日のスープ」はジャガイモベースのドライポルチーニや干しシイタケを使ったキノコのスープ。グラスワインは５００円で、ボトルワインは３，０００円から用意する。

オーストラリア 出身

アダム・スミス さん

おすすめの店

BISTRO Bons amis

ビストロ　ボンザミ

店名の「ボンザミ」とはフランス語で“良い友達”という意味。店内には友人の家に招かれたようなアットホームな雰囲気があり、ゆっくりとくつろいで食事を楽しむことができる。アダムさんは高田屋嘉兵衛の銅像がすぐそばに見える窓際の席によく座るという。











［Profile］
オーストラリア
アダム・スミス さん
Adam Smith

平成１４年に来日。英会話講師などを務める中で教育に関心を持ち、平成２５年公立はこだて未来大学の准教授に就任。函館善意通訳会のアドバイザーも務め、今年４月には「おしま食・観光・海外戦略推進外国人アドバイザー」に就任し、外国人観光客の受け入れや海外向けの商品開発への助言を行い持続可能な道南の観光産業発展に尽力する。自転車ロードレースの北海道代表選手に選ばれた経験を持ち、国際大会にも２度出場。昨年開催の「第８回ニセコHANAZONOヒルクライム」ではエリートクラス優勝に輝いた。

来るたびにワクワクする料理と感動がある場所

当初は1年だけのつもりで来日したアダムさん。コンパクトな街並みと人々のフレンドリーさが過ごしやすく、気が付けば函館に住んで17年目になった。「ビストロ ボンザミ」を知ったのは友人の紹介がきっかけ。肩ひじ張らずカジュアルにフランス料理が楽しめ、心からの優しさを感じられるプロフェッショナルなサービスに「誰を連れて来ても皆が感動する場所」と太鼓判を押す。旅行経験が豊富でさまざまな地域の飲食店に足を運んできたが「函館のレストランはとてもレベルが高い。その中で長く続けられるのは本当に良い店」と感じており、季節感のある地元の新鮮食材を松本高志オーナーシェフが独自のスタイルでアレンジする料理がお気に入りだ。来るたびに変化する料理では思いもよらない食材の組み合わせが楽しめたり、デザートのような見た目の前菜が登場したこともあったりと、その発想力の豊かさに「今日はどんなものが出てくるだろう」と毎回楽しみにしている。この日の「前菜の盛り合わせ」ではフキノトウ味噌を使ったホヤのマリネやイタリア風ソイのカルパッチョなど、さまざまな技法を駆使した8品が並び「味、食感、一つひとつが全く違って、皿を1周するとまるで冒険したよう」と絶賛する。ソース作りから煮込みまで3日ほどという手間暇をかける「道産 牛こめかみ肉の赤ワイン煮」は、ナイフを肉の上に置くだけで切れてしまう極上のやわらかさの中からコク深いソースが染み出してくる。この味をリラックスして楽しませてくれる「ボンザミ」は、アダムさんにとって“ 完璧な時間 ”が過ごせる大切な場所だ。





函館市宝来町7-19
☎0138-27-4530
11:30～14:30
17:30～22:00（各30分前L.O）
水曜定休



松本オーナーシェフは「家庭では絶対に作らないような料理で驚かせ、喜んでもらいたい」とフレンチをベースにジャンルを問わずさまざまなメニューを考案する。

台湾 出身

柳 珍娜さん

リュウ・ジェンナ

おすすめの店

四季海鮮 旬花

しゅんか



[Profile]

台湾

柳 珍娜さん

結婚を機に平成７年来日、１１年ほど前から夫の実家である函館に。市役所に手続きに訪れた際に知ったＪＴＳ（函館日本語教育研究会）日本語クラス中・上級で熱心に日本語を学ぶ。市の依頼を受け観光案内などの通訳を務め、「おしま食・観光・海外戦略推進外国人アドバイザー」の委嘱を受けるなど街の活性化に一役買う。仕事や結婚などで函館に住んでいる外国人の友達と、国際色豊かな“女子会”を開き楽しく過ごすことも。「人と人とのつながりを大切にしていきたい」と、仕事も日常生活も選んだ道を前向きに進み明るく過ごす。高校生と中学生の娘の母。





ズワイガニを使用し風味濃厚な「かに釜飯」や鶏肉の旨みがぎゅっと凝縮した「炭焼き鶏五目」などの釜飯はセット（1，４８０円）と御膳（2,５８０円）で用意。バターや特製だれで途中味を変えても楽しめる。プリプリとした新鮮な刺身を堪能できる「季節のおまかせ刺身盛合せ」（２～３人向け３，９００円）、揚げ物と刺身でボリューム満点の「旬花御膳」（２，５８０円）など、豪華な顔ぶれが揃う。※価格は各税別



ふすまで仕切った個室のほか、パーティションで区切られたテーブル席、カウンターを設置。さまざまなシーンに対応する。





函館市五稜郭町43-9 五稜郭タワー2F
☎0138-30-6336
11:00～15:30（15:00L.O）
17:00～21:30（20:30L.O）
無休　夜のみP有り



通訳を務めさまざまな人と触れ合うリュウさんは話題も豊富。同店とは通訳の仕事でも縁がある。

故郷の人へ
自信を持って紹介
函館の幸を味わう

「台湾人は海鮮好きな人が多いのですが、みんなここの新鮮な刺身や料理に大喜びします」と、リュウさんが故郷の人に自信を持ってすすめるのが「四季海鮮　旬花」。「店で提供する食材は自分の目で確かめ選びたい」と、小林真実代表自ら早朝から函館卸売市場に通って競り落とし、その日の入荷に合わせたメニューを毎日組み立て、旬の味を振る舞う。市場直接仕入れならではの鮮度が楽しめる刺身、地元野菜、逸品素材などの揚げ物、和牛膳など山海の幸を使用した幅広いメニューを用意。地元食材にこだわった料理は、地元客だけではなく海外の人をも魅了する。

リュウさんが初めて来店したのはＪＴＳ（函館日本語教育研究会）日本語クラスでの懇親会。「有名なタワーの中に、こんな素敵な店があったなんて」と感動したリュウさんは、友人や弟が来日した時は必ずといって良いほど来店。「鮮度の良さ、味の良さ、器もきれいだし盛り付けも素晴らしい。居心地の良さにもみんな感動します」と手放しで絶賛し、創意工夫に満ちたメニューに舌鼓を打つ。「窓から外を眺めてゆっくりしたり、おしゃべりしたり、料理を堪能したりシェアしたり、楽しみ方もいろいろ」とにっこり。食材本来の旨味を引き出した料理の数々は「今度、来た時は何を食べようかなって楽しみになりますよね」と次回への余韻も生み出す。

「函館に来て食べられるものが増えました。なんの味付けをしなくても、素材の味そのものがとても美味。おいしいものを食べていると幸せですね」と箸を進めるリュウさんの笑顔は、幸せいっぱいだ。



ロシア 出身

デルカーチ・フョードルさん

おすすめの店

自家焙煎珈琲 Café TUTU（ツツ）

ベイエリアの裏道で心地良い音楽と特別な時間を愉しむ

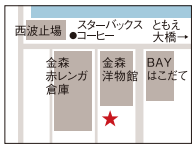




甘辛いライスの中にサンバルソースの後引く辛さが冴え、辛いもの好きというデルカーチさんも納得の「ナシゴレン」は、サラダ、スープ、コーヒー付きで1，２８０円。「自家製コーヒーブリュレとコーヒーゼリーのパフェ」（８８０円）のゼリーには「ＴＵＴＵブレンド＃２」（５６０円）と同じコーヒーが使われている。コーヒーまたは紅茶付きの「ケーキセット」（1，０８０円）は、カスタードプリンとその日ショーケースに並んだ手作りケーキから1つ選ぶことができる。







函館市末広町13-5 ☎0138-27-9199
11:30～22:00
（フード20:30L.O.ドリンク21:30L.O）
※日曜と連休最終日は各1時間繰り上げて閉店
木曜定休
P有り（詳細はスタッフに要確認）

金森赤レンガ倉庫群の裏手にひっそりと佇む「Café TUTU」。R&Bやソウルミュージックなど店内にはサックス奏者でもある井川隆利オーナーが選曲するBGMが心地良く流れる。音楽を聴くのが好きというデルカーチさんが初めてこの店を訪れたのは、平成9年に十字街にあった移転前の店舗で開催されたライブがきっかけで「いつも良い音楽が流れていて、音楽好きにうってつけの店」と話す。外で食事をする時には一緒に来た人と雰囲気を楽しめ気分を変えられるような場所を探すことが多く、ベイエリアの岸壁から裏道に入り込むようなこの場所に来ると、いつもとは違ったひと時に浸ることができ、1日の終わりにホッとできるのだという。

パスタからナシゴレンまで充実したフードメニューのほか、コーヒーに合うよう大人向けに作られたスイーツの数々は甘いものが苦手な人にも好評の味。自家焙煎コーヒーは通にも人気の逸品だが、ロシアでは空気のように紅茶に親しむ文化がありデルカーチさんはコーヒーがあまり得意では無かったという。けれどこの店のコーヒーはストレートだけで8種類、豊富な種類の中から好みに合わせて選ぶことができ、ニュートラルな味わいという「キリマンジャロ」と「ブラジル」をメインにコクと苦みを生かした「TUTUブレンド#2」がお気に入りで「ここのコーヒーはおいしい」と今ではコーヒーマニアの知人も連れてくるという。

「ベイエリアが好きならTUTUはおすすめ。行くこと自体が思い出になる」とデルカーチさん。日常を離れた特別な場所で料理、コーヒー、音楽を五感全てで愉しみたい。



井川オーナーとデルカーチさんは、店で開催された音楽ライブをきっかけに共通の友人の紹介で知り合った。一度音楽の話が始まれば思い出話にも花が咲く。



店内には不定期で音楽イベントを開催するためDJブースも完備。女性一人でも利用しやすいカウンター席があるほか、子供連れでも安心の個室空間も用意する。



[Profile]

ロシア

デルカーチ・フョードル さん

ДЕРКАЧ ФЕДОР

学生時代に芸術系の学校に通う中で、浮世絵や水墨画など東洋独特の“線”の捉え方に魅力を感じたのをきっかけに日本文化に関心を持つ。極東国立総合大学東洋学部日本語学科卒業後、平成7年に来日。鳥取県総務部国際課国際交流員として勤務後、平成9年にロシア極東連邦総合大学函館校に着任した。現在はロシア語やロシア文化史の授業を主に担当し、同校の副校長を務めている。日本語通訳資格を有し、学校のための教材執筆なども手掛ける。

ナターシャさんが「オーナーが私のことをいつも気遣ってくれるのがうれしい」と惚れ込み通う「ビアンキ」は、一軒家が立ち並ぶ閑静な住宅街に溶け込むように佇む。一歩足を踏み入れると、ピッツァが焼き上がる香ばしい香りが鼻をくすぐり、料理への期待が高まっていく。厨房に立つのは石窯で焼いたピッツァに魅せられた小甲和久オーナー。生地作りから具材選び、焼き方までほぼ独学で身に付け腕を振るう。イースト菌を最小限に抑え、水と小麦粉は冷たい状態からこね、ゆっくりと発酵させたピッツァは小麦粉のおいしさがダイレクトに伝わってくる。

ナターシャさんが店に初めて訪れたのは、学校の同僚との食事会。落ち着いた店の雰囲気と本格的な味わいに魅せられお気に入りの店のひとつとなった。「ひとりでゆっくり静かにも、また、友達とにぎやかにも食事ができる」とまめに店へ足を運び、仕事などで忙しい時はテイクアウトメニューを家でも楽しんでいた。が、ある日、ナターシャさんに小麦粉アレルギーが判明した。お気に入りのメニューが食べられないのはつらいと、小甲オーナーに相談したところ、小麦粉の代わりに米粉で代用したピッツァを作ってくれるようになった。「日数も手間も普通より掛かりますが、試行錯誤を繰り返して最近はOKをもらえるようになりました」とリクエストに応えられた小甲オーナーもほほ笑む。

「気持ちをリフレッシュするために、おいしいものを食べて時間を過ごしたい」。仕事に趣味に全力投球のナターシャさんの活力の源がここにある。



陽気なナターシャさんのまわりは笑い声が絶えず、小甲オーナーやスタッフにも笑顔を連れて来る。

ジャマイカ 出身

ナターシャ・ニコール・ウォーカーさん

おすすめの店

Pizza and…BIANCHI

ビアンキ



オーナーの優しい気配り
心も体も元気にする源



木の風合いを大切にした店内は、控えめの照明が優しい雰囲気を醸し出し、ゆっくりと食事とアルコールを楽しめる。



[Profile]
ジャマイカ
ナターシャ・ニコール・ウォーカーさん
Natasha Nicole Walker

ジャマイカの大学で日本語とスペイン語を専攻、その語学力を買われ日本大使館の依頼で日本の文化を紹介し日本とジャマイカの橋渡しをする仕事に従事する傍ら、新聞社でアルバイト。平成12年に来日、平成16年に来函し函館白百合学園中学高等学校の英語教師として赴任。写真を使った前衛的なアート作品制作も手掛け、市内の店舗に飾られている作品もある。函館の好きな場所は歴史を感じさせるベイエリアなど。料理が趣味でおいしくできた時は、写真に撮って友達に送りレシピを交換。「趣味を長く楽しむコツは義務にしないこと」がモットー。

打ち粉をしっかり落とし、些細な点まで気を配り約500℃で焼き上げた香ばしいピッツァが自慢。シラスたっぷりの「チチニエリ」(1,400円)、アンチョビの塩気とケイパーの酸味が癖になる「シチリアーノ」(1,300円)などが顔を揃え、季節の野菜たっぷりの「グリーンサラダ」(780円)、本日のおすすめのカブのソースを添えた「ヒラメのソテー」(1,200円)と、アラカルトも充実。ピッツァのテイクアウトも可能で箱代として別途120円掛かる。写真は米粉のピッツァで、厳密ではないがアレルギーの代替食材メニューのもの。通常は対応していないが、小麦粉アレルギーで食べられない人はオーナーに相談を(用意できるかどうかと、掛かる日数、価格については要相談)。







函館市石川町316-4　☎0138-47-0077
11:30～15:30、18:00～22:00(各1時間前L.O)
月・第1火曜定休(月曜祝日の場合は営業し、翌火曜休み)
P有り







人懐こい笑顔を見せるキムさんと楽しく会話を弾ませる丈志代表。冗談を飛ばし合えるほど仲が良い。

韓国 出身

金 鉄洙さん
キム・チャルス

おすすめの店

中華 桃園
とうえん

函館蔦屋書店などで開いている韓国料理教室や韓国語教室を通して、積極的に韓国と日本の文化の懸け橋を築いているキムさんおすすめの「中華　桃園」は昭和47年、函館市美原で創業。平成12年に現在の場所に移転し、松代丈志(たけし)代表、覚(さとし)副代表の兄弟が、父のレシピを守りつつ新しいものも少しずつ取り入れ、家族で力を合わせ店を盛り立てている。

清潔でアットホームな店の雰囲気と素材の旨味を引き出す上品な味付けが常連らを惹きつけ、昼夜問わずにぎわいを見せる。キムさんも「視覚は器や盛り付けの美しさ、味覚はもちろんおいしい料理、触覚は食感、良い香りが嗅覚を刺激、スタッフとの会話や店のざわめきが聴覚と五感全てを満たしてくれる店です」と大絶賛し、毎月足を運ぶ。「唐揚げ定食」や「えびチャーハン」「角煮あんかけやきそば」を始め、メニューはどれもがお気に入り、店でじっくり味わう時間がない時は、テイクアウトや月替わり「中華弁当」を頼むこともあるほどだ。

キムさんが店の人たちと親密に交流を持ち始めたのは8年ほど前の冬。近所に住むキムさんが「大変そう」だと店の駐車場の雪かきを手伝ったことがきっかけで、以来「お互いに助け合う間柄になった」と快活に笑う。丈志代表や店のスタッフと親しく言葉を交わし、食事するひと時は、お腹も心もあたたかく満たされる大切な時間、精力的に活動を続けるキムさんにとって、心休まる場所なのだろう。

[Profile]

韓国

金 鉄洙さん

김철수

北海道大学留学を機に来日し、平成28年永住権を取得。自らの経験と知識を活用することを意味する造語「宝の持ち“活かせ！”」をモットーに函館で韓国語や韓国料理を教えながら、地元機関と協力し食品開発などに楽しく取り組んでいる。活発な活動を通じ、函館で暮らす外国人などにも顔が広い。探求心が強く、文化や習慣の違いを受け入れ、違いについてじっくりと考え、行動にうつすことが好きだという。函館の魅力は「都会的でもあり、少し足を延ばせば自然豊かなのどかな景色もあるところ。人や街に流れるテンポが心地良い」と語る。



「唐揚げ定食」（ご飯、スープ、サラダ、シューマイ、漬物付き、1,130円）の下味は塩とコショウでシンプル、2度揚げで外はカラッと中はジューシーで飽きがこない。ケチャップなどを付けても美味。

あたたかな気持ちが行き届く五感を満たす店





パラッとした食感の「えびチャーハン」（スープ、ザーサイ付き880円）、とろりとした角煮が癖になる「角煮あんかけやきそば」（スープ付き、1,050円）は油で揚げて蒸すなどひと手間掛かっている。スープ麺以外は持ち帰りも可能（容器1個につき+50円）で、電話予約が必要。夜は約20種類の中から2品選んでお得に味わえる「桃園セット」（1,500円）もある。





函館市西桔梗町852-4
☎0138-48-9131
11:00～14:20L.O
17:00～20:20L.O
水、第2木曜定休
P有り

小上がり、テーブル、カウンターを備え一人客から家族連れでにぎわう。店内は中休みごとに丁寧に掃除しており、清潔感に溢れている。



LUNCH GUIDE

おいしいひとときが幸せ気分を運ぶ 【ランチガイド】

モチモチ生パスタランチ

（サラダ・ドリンク付きセットは800円）500円



種類豊富な本格生パスタのワンコインランチがスタート。「エビとほうれん草のトマトクリーム」など12種類から選べる生パスタを、通常メニューのクオリティーを守りつつ価格を抑えて提供。自家製レモネードなどのドリンクやサラダとセットで味わうのもおすすめ。





Dining EN

ダイニング エン

函館市本町32-11 2F ☎0138-32-2770
11:30～15:00（14:30L.O）、
18:00～翌1:00（フード24:00L.O、ドリンク24:30L.O）
※金・土曜・祝前日は翌1:30まで、
フード24:00L.O、ドリンク1:00L.O 水曜定休

ホールとまとオムライス風セット

（自家製サラダ、スープ付き）1,100円（税別）



トロトロのスクランブルエッグを中に詰め込んだトマトを自分で崩しながら、下に敷いてあるチキンライスと混ぜ合わせて食べる楽しい一品。ランチはドリンク1杯サービス。食後のデザートには「ベビーリーフのジェラート」（300円・税別）がおすすめ。





畑のレストラン Huis～ゆい～

北斗市市渡1-3-11 ☎0138-83-1241
11:00～18:00（17:00L.O）
ランチタイム11:00～15:00（14:30L.O）
木曜定休 P有り（10台）

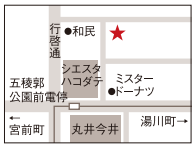
本日の特上日替わり

（小鉢、ご飯、味噌汁付き）1,200円



新鮮な刺身と焼き魚2点が付き旬の海の幸が味わえるランチ。この日はシマアジ、マグロ、メバルなどの刺身5点と、ふんわり焼いたホッケの味噌漬け、シャケのハラスの焼き魚を用意。パリパリッとした食感のイナゴの佃煮など珍しいものも付く。





郷土風味 魚来亭

函館市本町22-11 グリーンエステートビル1F
☎0138-53-7755
11:30～14:00、17:00～22:00L.O
日曜定休

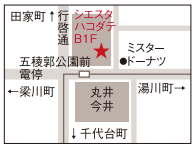
ランチセット

1,480円



パスタ、パフェ、ドリンクを1品ずつ選び、スープ、パン、ビュッフェスタイルのサラダが味わえるセットが新登場。新鮮な旬の野菜を常時10種類ほど用意し、調味料はドレッシング、オリーブオイル、塩など豊富に揃える。サラダバー（500円、テイクアウト可）も用意。





フレッシュチーズのお店 「OCCO

ロッコ

函館市本町24-1 シエスタハコダテB1F
☎0138-83-7009 フリーコール0800-300-6005
10:00～15:00、17:00～21:30（各30分前L.O）
※ランチは11:00～ ※定休日は館の休みに準ずる
P有り（施設利用で契約駐車場90分無料）

社長のお昼ごはん

有限会社おもと薬局
代表取締役 **宮崎 あけみ**さん おすすめ

五稜郭 THE 代志川（よしかわ）の「やさい・ミニコース」



［Profile］函館市出身。昭和薬科大学卒業後、東京都の病院で薬剤師として勤務。昭和57年に有限会社おもと薬局を創業し、代表取締役に就任した。病院で直接薬を処方するのが主流だった時代に函館市内で先駆けて調剤薬局を展開。現在市内7店舗、札幌市に1店舗を構える。医師に話しづらいことでも気軽に相談できる身近で安心な薬局を目指し職員一丸となって尽力する。

思わず声が出る感動の味 自家栽培野菜たっぷりのヘルシーで満腹なコース

五稜郭緑地を眺める閑静な住宅地にひっそりと佇む「代志川」。カツオや昆布のダシを生かした和洋折衷の料理を提供して43年目になる。15年ほど前からは完全無農薬野菜を自家栽培し、朝採れ野菜などを使った料理の数々で女性客を中心にファンを増やしてきた。

40年来通うという宮崎社長もこの店の味に魅了された一人。誰を連れてきても一様においしいと口を揃えるため安心して利用できる大切な場所だという。魚介の旨味溢れる「カニクリームコロッケ」や夜に登場する「タンシチュー」など思い入れのある味は多いが、来るたびに楽しみにするのがコースの最初に登場する「お野菜の大皿」。普段は野菜が得意ではないが、この店の野菜には「思わず声が出るほど感動した」という。和風ダシをベースに葛のとろみを利かせた2種類のドレッシングが鮮やかな野菜たちを一層引き立てる。手間暇惜しまぬ和の御膳に滑らかな手作り卵豆腐など、この店ならではの美しいコースは、ヘルシーなのに食べ終える頃には満腹のボリュームなのも魅力。「皆さんに知って欲しいお店だけれど、混むと困るな」と微笑む宮崎社長。秘密にしたくなる特別な味が、ここにはいつも待っている。

「やさい・ミニコース」
（カニクリームコロッケ・デザート・紅茶付き）
2,000円（税別）

五稜郭 THE 代志川
函館市五稜郭町10-12　☎0138-32-3201
11:30～14:00（13:30L.O）
17:30～※材料が無くなり次第終了
14:00～16:30は「甘味とお茶の時間」として11月上旬まで営業
月・火曜定休（定休日も予約があれば夜のみ営業）　P有り







文：多田　麻里江　　写真：佐藤　史子

ご家族でのお食事、仲間との飲み会や女子会、お仕事の接待など、全席個室なので様々なシーンでご活用できます！

炭火焼きと海鮮料理

すいしょうの宴会プラン！

好評予約受付中♪

すいしょうは、
炭火焼きと海鮮料理のお店に
生まれ変わりました。

［ご予約不要］
お気軽プラン
2,800円～（税込）
すいしょう人気メニュー20種類の中から！
選べる4種のお食事
［2時間飲み放題付（L.O.30分前）］
＋500円で もう一品！「本日のお刺身」を追加できます！

ご好評につき続行中！
宴会コース 4,000円～ 要予約
~~2時間飲み放題付~~ ▶ 3時間飲み放題付！

飲み放題のみ［2時間］1,500円が 1時間延長！
料金据え置きで 3時間に！

宴会コース、各種ご用意しておりますのでお気軽にお問い合わせください。

マスターのぶた
ホールにおります。

全120席 店内全席掘りごたつ個室！ 宴会利用時2～60名様まで個室収容可能。
◎人数に合わせた個室をご用意致します。※人数、ご予算、ご要望にお応えいたします。

炭火焼きと海鮮料理 すいしょう

席予約、お食事のみのご利用も可！

ご予約・お問い合わせ
TEL.0138-86-7777

函館市美原1丁目20-11 カワシロビル2F
（炭火焼肉酒家 牛角 函館美原店 2F）
〈営業時間〉17:00～24:00（L.O.23:30）〈定休日〉無休

すいしょう 公式アプリ配信中

特典！盛りだくさん♪



駐車場（共用）60台

掘りごたつ完備 カラオケルーム無料 駐車場60台

元祖本格炭火焼バイキング

焼肉番長

年中無休

夏 焼肉宴会!!

団体（大人料金）10名様以上で
ディナー通常90分が120分に!
お一人様 2,300円（税込）
※他の割引との併用は出来ません。

お一人様プラス1,200円（税別）で
飲み放題も
通常90分が120分に!
平日限定で
790円（税別）のコースもあります
※団体プランの飲み放題のみ税込です。

オトク! 延長料金＋消費税分

もっとお得な学生団体プランもご用意!
各店にお問い合わせください。

シニア料金変わりました！

ランチ
●大人 1,300円
●60代～ 1,080円
●70代～ 900円

ディナー
●大人 2,300円
●60代～ 1,580円
●70代～ 1,480円

ホリデー
●大人 1,780円
●60代～ 1,280円
●70代～ 1,180円

シニア感謝デー
ディナーバイキング
毎月15日は65歳以上の方
1,280円で提供。

※年齢を証明できるものをご持参下さい。※他の割引、クーポンとの併用不可。（各税別）

8月末まで！
プレモルコース
1,200円のところ（税別）
1,000円!!!



番長は美味しいものがいっぱいです！

店内ゆったり180席
亀田港店
函館市亀田港町58-1
☎0138-85-6390

超ビッグに284席
花園店
函館市花園町9-12
☎0138-83-2229

料金等詳しくは各店へお問い合わせ下さい。

焼肉番長2店共通クーポン券
ソフトドリンクバー
1グループ2名様無料
・注文時に係員にお渡しください・他の割引併用不可
平成30年9月13日まで

美食倶楽部






和食・洋食・中華…ハコラクお薦めの
旨い店をジャンル別でご紹介

寿　司

こだわりの酒と
こだわりの料理で夏の贅を感じる

寿司料理 谷ふじ

季節の食材を、より美味しく仕上げることにこだわりをもつ同店。写真の「鮑のウニ隠し」（２,３００円）は互いの素材の美味しさが生かされた逸品。また、宴会プランも人気で、全7品が付いた「雪コース」（1人5,０００円）は素材本来の旨さを堪能できる内容となっている。「月コース」（全6品、同4,０００円）や「花コース」（全8品、同6,０００円）も好評。プラス1,５００円で2時間飲み放題コースも用意。※価格は各税別



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



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






日本３大和牛のほか、手頃に味わえるニュージーランド産リブアイロールステーキ（１，７５０円～・税別）も人気。店内には個室もあるので会合や家族連れにもおすすめ。





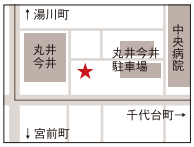
和　食

職場の会議や手みやげ、自宅用に「松阪牛弁当」の予約受け付け中

神戸牛 遊膳

こうべぎゅう ゆうぜん

会議や会合、自宅でのもてなしなどにテイクアウトの「松阪牛弁当」はいかが？松阪牛は注文を受けてからスライスし、一つひとつ手作り。ブラックペッパーステーキ味またはすき焼き味から選べる。松阪牛は仕入れによって神戸牛や近江牛になる場合もあり。値段はサラダ付き・容器代込み２，１６０円（税込）で要予約。松阪牛プラス神戸牛ステーキ入りなど弁当のグレードアップにも対応する。ほか、会議用弁当も予算に応じて用意してくれるので気軽に相談を。



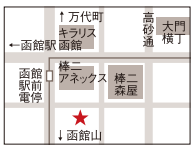
函館市本町32-9 1F
☎0138-76-9459
※日中は090-5472-9977（高橋さん）
18:00～（閉店時間は電話で確認を）
月曜定休ほか不定休

居酒屋

落ち着いた大人の空間で新鮮な海鮮料理が彩る宴を

活魚料理 いか清 大門

臨場感溢れ活気に満ちた1階と、木目を基調とした柔らかな色使いが特徴の2階部屋が好評の同店。人気の宴会コースには旬の素材を用いた料理やその日獲れた新鮮な魚を使った刺身盛りや握り、看板メニューの「活イカ」などが提供される。さらに生ウニやカニ料理などを盛り込んだコースも用意。２時間飲み放題付きで5,０００円から（２人～・前日までの要予約）用意。宴会料理のみも3,５００円から対応。また、予算や料理内容なども相談可能。



函館市若松町6-10
☎0138-27-1506
17:00～24:00
（日曜は16:00～23:00）
※各30分前L.O
無休　P有り



２階にはゆったりとした配置のテーブル席や少人数向けの個室、最大４６人まで収容できる宴会場など充実。接待や家族連れなど用途に合わせて使い分け可能。現在調理師スタッフ募集中。







1階の２８人まで収容できる仕切り戸を設けたテーブル席を始め、２階には２人から利用できる個室や、間仕切りを外すと最大２８人まで対応の宴会場を２部屋用意。





居酒屋

シーンに合わせた席が人気の店内で鮮度にこだわった海鮮料理を愉しむ

海鮮処 函館山

新鮮な活イカや刺身などの海の幸や旬の食材を下準備から丁寧に仕上げる料理が地元客を中心に好評の同店。宴会料理は市場でその日一番良い食材を吟味し、仕入れ状況により献立を考え、一手間加えた彩り豊かな料理を提供。宴会コースは料理のみで１人３,０００円から（４人～・前日までの要予約）用意し、+１,０００円で２時間飲み放題付きも可能。さらに、料理内容の変更や遅い時間からの宴会も気軽に相談できる。



函館市松風町10-15
☎0138-22-7747
17:00～翌1:00(24:30L.O)
月曜定休
P有り
http://robata-hakodateyama.com

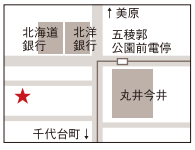
居酒屋

鮮度が命の厳選活食材を職人が丁寧に調理した品々を堪能

旬酒肴 兎月

うつき

今回オススメする月替わりメニューは、毎回職人が厳選して仕入れる「活鮑料理」。「活鮑の水貝」「活鮑の刺身」「活鮑のクリーム煮」「活鮑のバター焼き」「活鮑の酒蒸し」の全５品で各２,１００円。８月３１日まで味わえるので、アワビ好きの人は足を運んでみては。また、多彩な創作料理が魅力の宴会コースは「新月」（５,４００円）、「満月」（６,４８０円）、「兎月」（７,５６０円）が好評。



函館市本町5-18 2F
☎0138-51-8881
17:00～23:00L.O
日曜定休
（月曜が祝日の場合は営業し、翌月曜休み）
契約P有り



四季折々の食材を使い料理長が創作する、月替わりのコースも愉しめるので、通い詰めても飽きのこない名店。地酒なども豊富に用意しているので、まだの人はぜひ。







写真はお通しの「刺身盛り合わせ」。宴会プランは４,000円から受け付け中！（2時間飲み放題付き、料理は仕入れにより変更有り）※価格は各税別





居酒屋

ふらっと立ち寄れる気軽さが魅力 リーズナブルな酒の肴が盛りだくさん!!

立ち飲み大衆酒場 じゆん太郎

中央病院前電停から徒歩1分。同店では、店主が毎朝自ら仕入れるお通しの、「刺身盛り合わせ」が５００円（写真は1人前）、「手羽中唐揚げ」、「バッファローチキンウィング」が1本４９円（1人10本限定）など、非常にリーズナブルな価格設定でオープン以来すでにリピーターが多数。人気のカキ食べ放題は９０分飲み放題付きで1人3,９８０円で提供（3人～・前日までの要予約）。※価格は各税別



函館市本町2-15
☎0138-55-3888
17:00～23:00（22:30L.O）
日曜定休

居酒屋

鮮度抜群の海産物を 板前の技が光る宴会料理で堪能

活魚料理 いか清 本店

店内にある水槽から新鮮なイカなどの魚介類を気軽に注文できる同店。人気の宴会コースは2時間飲み放題付きで5,000円から用意（前日までの要予約）。内容もその日獲れた鮮魚を使った刺身盛りや「活イカ」がセットに。また、活イカの入荷がない場合も必ずイカ料理が提供される。宴会料理のみも３,５００円から対応し、予算や料理内容なども相談できる。６０人が一度に収容できる大部屋や個室も１２室とシーンに合わせて使い分けできる。



函館市本町2-14
☎0138-54-1919
月～土17:00～24:00（23:30L.O）
日　16:00～23:00（22:30L.O）
無休
契約P有り



看板メニューのイカを使用した「活イカ」を始め、握り、いかゴロ陶板焼、ルイベ、自家製いか塩辛などイカ料理が人気。ほかにも本マグロ刺、活アワビなど海の幸も豊富。





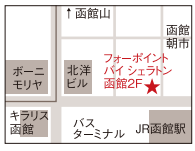


ホテル

〝8月のマンスリーランチ3種〟北海道産牛使用のプレミアムバーガー登場

メインダイニング フォーポイント

「プレミアムバーガー」は香ばしく焼いたパンに北海道産牛肉のパティをサンド。粗挽きと細挽きの2種類のひき肉を使い、肉の食感をしっかり感じながらもジューシーで滑らかに仕上げている。チェダーチーズ、ベーコン、トマト、アボカドと、ボリュームのある見た目と自家製バーベキューソースが食欲をそそる。冷製スープ、ポテト、デザート&ドリンクが付いて1,800円。ほか、本マグロ、炙りホタテ、ボタンエビを贅沢に使った握り寿司に天ぷら盛合せ、自家製の十割蕎麦など和の調理人が手がける寿司御膳と、じっくり4時間かけて牛テールを煮込み、あっさりした中に旨味を感じるスープに仕立て道産牛をたっぷり乗せた冷たいヌードルは、全て夏限定メニュー。



函館市若松町14-10
フォーポイントバイシェラトン函館2F
☎0138-27-8220
ラ ン チ 11:30～14:30(14:00L.O)
ディナー 17:30～21:00(20:30L.O)
無休　P有り(レストラン利用2時間無料)







「寿司御膳」(1,800円) と「牛テールスープのヌードル」(1,500円)。すべてのランチにデザート&ドリンクがセットに。



「USハラミ焼き肉サラダ」はライスとスープが、「USハラミステーキ」・「Rangiriビーフハンバーグ」にはライス、サラダ、スープが付く。お腹も心も満たされること間違いナシ！



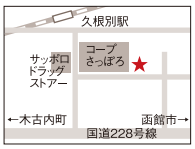


洋　食

新商品は9月13日までの期間限定 なくなり次第終了なのでお早めに!

キッチン やまぐち

脂の程良い甘みと、クセが少なく食べやすい牛ハラミを使った新メニューが登場。甘めのタレを絡めたやわらかい肉に、ピリッと辛いペッパーがアクセントの「USハラミ焼き肉サラダ」（1，000円）、香ばしさにメンテルバターのコクが絶品の「USハラミステーキ」（1，500円）。細切りにした牛肉を使用し、肉本来の味と食感を残したステーキのようなハンバーグ「Rangiriビーフハンバーグ」（1，300円）もおすすめ！



北斗市久根別2-20-8
☎0138-73-3640
11:30～14:00（13:30L.O）
17:00～21:00（20:00L.O）
水曜定休
P有り

洋　食

昼から宴会プランが利用可能 お洒落にママ会などを楽しめる♪

RESTAURANT＆BAR Ratna

ラトナ

通常ディナータイムに提供している宴会コースをママ会など夜間、外出が難しい人などに便利なランチタイムでも利用できるようになった。内容は前菜盛り合わせ（3品）、サラダ、一品料理（2品）、ピザ、パスタ、デザートなどボリューム満点の料理が1人2,000円（全7品）。ほかにも2,500円（全8品）、3,000円（全9品）、4，000円（全9品）の4コースを用意（4人～・2日前までの要予約）。要望に応じて料理内容の変更も可能。



函館市本町17-2　ヴィルヌーブ五稜郭2F
☎0138-31-0530
17:00～翌1:00（24:30L.O）
※金・土曜・祝前日は翌2:00（1:30L.O）まで
※ランチタイム12:00～15:00（14:30L.O）



プラス2，000円の2時間30分飲み放題も好評。ほかにも2次会プランやRatnaプラン、女子会プラン、仕事帰りのワイワイプランなど予約無しで楽しめるコースも用意。







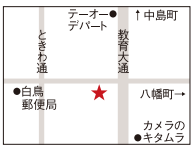
洋食

夏の再会スペシャル好評につき延長
ハコラク読者は50％オフ

レストラン イリュージョン

９月３０日から来年３月１日までの５カ月間は、海外出張にあたり“お客様還元”として、好評の「夏の再会スペシャルメニュー」（６,０００円）を９月１３日まで延長し、ハコラク読者限定で昼夜５０％ｏｆｆの３,０００円で提供。「オードブル５種盛り合わせ」「スッポンのプチスープ」「オマール海老と海の幸のリゾット」とメインの「香ばしい白ごまステーキ」にデザート「シャンパンゼリーと桃のクープ」、パン２種とコーヒーのコース。ワンランク上の「シェフおまかせメニュー」（１０,０００円）もハコラク読者限定で５,０００円に。オードブル３種、プチスープ、魚・肉料理、スペシャルデザート、パン、コーヒーが並ぶ。※価格は各税別

「ハコラクを見た」で予約すると、「夏の再会スペシャルメニュー」と「シェフおまかせメニュー」を通常価格の50％Offで提供。
■1回で1グループ利用可■他サービス併用不可■平成30年9月13日まで



函館市白鳥町17-14
☎0138-40-3703
FAX 050-3737-3759
11:00～14:00、17:00～22:00
水曜定休（祝日の場合は営業）
P有り　e-mail illusiondecor@yahoo.co.jp





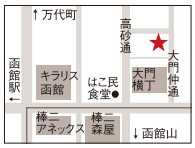


「シェフおまかせメニュー」の一例、写真上は「オマール海老の水浴風」、写真下はオードブル「エゾアワビの冷製グリビッシュソース」と「アボカドとズワイ蟹のドーム仕立て」。

アジアンムードいっぱいの店で心躍る料理と異国情緒を満喫



Asian Kitchen TRY
アジアンキッチン　トライ



函館市松風町7-12
☎0138-68-1438
17:00～24:00(23:30L.O)
火曜定休

多彩なアジア料理を紹介したいと今年5月にオープンした「アジアンキッチン トライ」。ちょっと食べたい時も、しっかり味わいたい時も、どちらの気分も満たせる韓国料理やタイ料理、創作メニューを揃える。幅広い食材、バリエーション豊かな味付けのアジア料理の魅力にひかれた同店オーナーがアジア各地に直接足を運び、現地の味や食材を自分の舌と目で確認。本場の味に近付けつつ日本人の口にも合うよう、スタッフと共にレシピを考案、アレンジしている。

看板メニューの「チーズダッカルビ」（注文は2人前1500円～）は、韓国産トッポギ、鶏肉、ニラなどの具材をトロリとしたダブルチーズと特製味噌ダレに絡めていただく一品。チーズは食材に絡めた時にタレの味付けを邪魔しない無塩のものをメインに使用し、上質なラクレットチーズのミルキーさをアクセントに全体をまろやかな風味に仕上げる。少し焦げてカリカリになったチーズも美味。本場のチヂミ粉を使い〝カリッフワッモチッ〟とした生地の「チヂミ」（650円）はイカ、エビ、アサリの旨味がじっくり染み込み、韓国では定番のから揚げ「ヤンニョムチキン」（700円）はオリジナルの甘辛ソースが癖になる。多国籍料理のお供には純生マッコリ「天地水」（グラス450円、ボトル750ml1500円）がおすすめで、もちろんビール「クラシック〈樽生〉」（中550円）、「ハイボール」（各500円）もぴったり。

落ち着いた照明もかわいらしい店内は、アジアンテイストな雑貨やタペストリーですっきりとまとまり異国ムード満載。パーティションで仕切った掘りごたつやテーブル席、友人同士や家族と周りを気にせず会話を楽しみ、しっかりとした味付けの料理をゆっくりと味わい、函館に居ながらにして、グローバル気分に浸りたい。

文：岩佐　美華　　写真：佐藤　史子












天地水
マッコリ
純生

海鮮&しゃぶコース 2,500円
しゃぶしゃぶコース 豚 牛 ラム 1,980円
海鮮コース 2,300円
（カニ盛り、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・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 個室有り
五稜郭タワー ラッキーピエロ 道立函館美術館 北海道新聞社



活いか刺 950円～
宴会プラン お一人様 3,800（税込）円～
2時間飲み放題付 料理8品
飲み放題には地酒や芋・麦焼酎なども含まれます。内容は予約時にご確認下さい。
◆相談に応じて料理の変更ができます。◆
■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
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
21:30～の宴会に限り各コース1人500円引き
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／17:30~24:00 日曜定休
海鮮炉ばた焼 大漁旗（だいりょうばた）
函館市若松町7-17
TEL.27-2622
※函館駅前電車通り、ホテルリソル向かい
営業時間／17:00~24:00（L.O23:30）
日曜定休 P有り
HPアドレス http://yanshu-jiro.info/

あじと 炭火焼鳥 海鮮
NEW OPEN!!
120分飲み放題 〈焼鳥・刺身盛合せ付〉 4,000円～
（3,500円～のコースもご用意しております）
NEW OPENキャンペーン!
8月15日（水）～8月25日（土）まで
「ハコラク見たよ!」で2名様以上でご来店の方に
牛すじの煮込みサービス
炭火焼鳥・海鮮 あじと
（旧冨紗家宮前店）
函館市宮前町25番8号
TEL0138-76-6028
営業時間 17:00~24:00（23:30L.O）
日曜定休 P有 カード払いOK
亀田八幡宮 八幡通 ほっともっと 当店 セイコーマート ←国道5号線 本町→

炭火焼鳥 TERU坊
宴会コース 3名様～
串盛の他「チーズタッカルビ」や「ガーリックシュリンプ」などが入った宴会料理
豪華刺身盛付 宴会コース お1人様 5,000円 120分飲み放題付 全10品
お1人様 3,500円 90分飲み放題付 全8品
お1人様 4,000円 120分飲み放題付 全9品
刺身盛付 宴会コース お1人様 4,500円 120分飲み放題付 全10品
2階の掘りごたつ席は最大50名様までOK
※食材の入荷状況により一部変更する場合もございます。料理内容・ご予算などお気軽にご相談下さい。
函館市本町10-12
☎0138-51-8989
営業時間／17:30~24:00（23:00L.O）
定休日／不定休
P有り（2台）
セイコーマート 高砂通 道新 ホテルグランティア 行啓通

ちょい呑み、ほろ酔い 晩酌セット



敷居が高かった本物の味を身近に 季節を感じる料理を堪能

大将おまかせ小コース
2,500円

和食居酒屋から「料理屋醍醐」に改めた同店では心地良い時間と繊細な旬の料理を提供。常連客が注文する「大将おまかせ小コース」は好きな飲み物が一杯付き、前菜から始まり四季を感じさせる品々が全4品。ほか、おすすめの「本日のうまいもん」は、料理内容を週替わりで一新。記憶に残る和食を堪能できるのが嬉しい。



大将の心を込めた品書きには定番メニューをほぼ作らない。品揃えに定評がある日本酒は季節や料理によってさまざまな種類が味わえる。



料理屋 醍醐（だいご）
函館市本町21-1
☎0138-54-3313
17:30～24:00(23:00L.O)
日、月曜(祝日の場合)定休



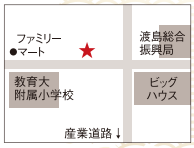
ちょい呑み！ほろ酔い… 夏の夜は冷えたグラスを傾けて

ちょい呑みセット
1,000円

連日にぎわう「居酒屋 山あり谷あり」の晩酌セットは種類豊富なドリンクの中から1杯選べ、日替わりの焼き鳥3種盛りと小鉢2品に枝豆が付く。自慢のやきとりは注文を受けてから焼き上げ、表面はカリッと中はジューシー！開店以来継ぎ足しながら使うタレはほんのり甘く、アルコールを一層美味しくしてくれる。ほろ酔い気分に浸ってみては。



「店の味を知ってもらうにはちょい呑みセットがおすすめ！」と同店。ひとり飲みで1日の疲れを吹き飛ばして！



居酒屋 山あり谷あり
函館市美原5-18-22
☎0138-87-0899
17:30～24:00(23:30L.O)
日曜定休　P有り

北海道産〝満点きらり〟使用の

北海道発!! 熟成韃靼そば

熟成によりケルセチンを豊富に含有。噛むほどにコク深い香りや甘味で、もっちりツルツルしたそばに仕上がりました。

（北海道立工業技術センターと共同研究を約17年間続けており、平成13年度には北海道知事より奨励賞を受賞）

冷凍生麺 100g×4 自家製タレ300mℓ×1

店頭にて1,100円(税別)で販売中!!
お食事された方は1,000円(税別)にて販売♪
～手作りのため数に限りがございます。予約して頂くと確実です。～



フードセンター ブンテン江差店 でも販売中!
(江差町字伏木戸町560)
オープン価格

"満点きらり"は北海道で誕生した韃靼そばの新しい品種です

ふでむらの 熟成韃靼そば成分表

水分	63.0g/100g	食物繊維	1.5g/100g
たんぱく質	4.9g/100g	エネルギー	148kcal/100g
脂質	0.9g/100g	ナトリウム	検出せず
灰分	0.3g/100g	食塩相当量	検出せず
炭水化物	30.9g/100g	ケルセチン	140mg/100g
糖質	29.4g/100g	ルチン	27mg/100g

※(一財)日本食品分析センター調べ

飲食店様へ韃靼そばの卸業もしております。
興味がございます店主様はお気軽にお問合せ下さい。

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
月～水/11:00～14:00　木～日/11:00～20:00(19:40L.O) 不定休

今年の残暑は冷えた冷麺で乗り切る!

毎年好評の

冷麺フェア開催中

8月31日(金)まで

期間限定 **3種類新登場!**

焼肉物語 牛若

皆様の人生と云う物語に最高の焼肉を…





✓におすすめあっさり冷麺
あっさり柚子塩冷麺

バジルたっぷり洋風冷麺
汁なしトマトバジル冷麺



ピリっと辛い中華風冷麺
ピリ辛 胡麻タンタン冷麺

各980円
ハーフサイズ 各630円

他にも
- ●盛岡冷麺 880円 ハーフサイズ530円
- ●肉味噌冷麺
- ●ねぎワサビ冷麺
- ●スパイスカレー冷麺
- ●さっぱり梅シソ冷麺
- ●汁なし胡麻ダレビビン冷麺

各980円 ハーフサイズ各630円

函館市本町10番9号 藤ビル1階
☎0138-56-5454 17:00～翌3:00
無休　最寄のパーキング2時間400円分当店負担
http://www5.hp-ez.com/hp/ushiwaka/



団体様のご宴会歓迎!

完全個室ご用意しております。

掘りごたつ席とソファ席で、イタリアンベースの居酒屋料理を楽しんで下さい。



120分飲み放題
通常1,280円
690円
日～木曜日限定プラン
【御一人様1品以上のご注文の方に限る】
※金・土・祝前日は980円

しゃぶしゃぶコースもご用意しております。

宴会コース

- **7品 3,000円** 飲み放題付き +300円で「生ビール」
  「本日の前菜2種」、「シーザーサラダ玉手箱style」、「焦がしチーズのニョッキ」、「本日の肉風船焼き」、「炙りサーモンからしマヨネーズ」、「海鮮パラチラシ寿司」、「デザートorおつまみ」
- **8品 3,200円** 飲み放題付き +300円で「生ビール」
  「本日の前菜2種」、「シーザーサラダ玉手箱style」、「焦がしチーズのニョッキ」、「海老すり身春巻き」、「炙りサーモンからしマヨネーズ」、「本日の肉風船焼き」、「海鮮パラチラシ寿司」、「デザートorおつまみ」
- **9品 4,000円** 飲み放題付き 「生ビール」を含む
  「本日の前菜2種」、「シーザーサラダ玉手箱style」、「焦がしチーズのニョッキ」、「本日の肉風船焼き」、「海老すり身春巻き」、「炙りサーモンからしマヨネーズ」、「ハンキングテンダーステーキ」、「海鮮パラチラシ寿司」、「本日のデザート」

※上記コースに関しては内容は変更になる場合がございます。
※コースのデザートは記念用ボールケーキに変更可(詳細はスタッフまで)



居酒屋 ぼーの 函館店【年中無休】
北海道函館市本町32番13号 第4LC館3F
【ご予約のお問い合わせはこちらまで】
☎0138-84-1066
営業時間／月～木　17:30～翌2:00(L.O 1:00)
金土祝前日　17:30～翌4:00(L.O 3:00)
日曜日、祝日　17:30～24:00(L.O 23:00)



Hotel Hokke Club Hakodate レストラン「ローズ」のご案内

ランチバイキング
【毎週火曜～日曜日開催】

◎ご利用時間◎
AM11:30～PM2:30
【PM2:00迄のご来店】
団体のご予約も承ります。

90分 食べ放題!
- ■大　人……1,500円
- ■小学生……800円
- ■幼　児(3歳以上)……500円

Free Drink
ソフトドリンク飲み放題付き
- ●コーヒー ●紅茶 ●オレンジジュース
- ●コーラ ●ウーロン茶 ●ジンジャーエール
- ●メロンソーダ ●アップルジュース

パンコーナー 豊富な種類の中よりお好きなパンをお楽しみ下さい。

ウィークエンドバイキング
【毎週末 金・土・日曜日開催】

◎ご利用時間◎
PM5:30～PM9:00
PM8:00迄のご来店/【PM8:30オーダーストップ】
1名様よりご予約可能です。
お気軽にご利用ください。
曜日により予約時間に制約がある場合もございます。

寿司・ステーキも食べ放題!!

120分 食べ放題!
- ■大　人……2,500円
- ■シニア……2,000円
- ■小学生……1,500円
- ■幼　児……500円

※シニア(65歳以上/証明する物をご持参ください)
※幼児(3歳以上)

120分 飲み放題!
フリードリンク……1,500円
- ●ザ・プレミアムモルツ ●ウイスキー
- ●カクテル ●焼酎 ●日本酒 ●グラスワイン
- ●ソフトドリンク

ソフトドリンク…… 500円





HOTEL HOKKE CLUB GROUP ホテル法華クラブ函館
函館市本町27番1号 P駐車場有
TEL.(0138)52-3121

28周年記念・感謝セール!!

8/25(土)・26(日) 10:00～17:00



店内全品8%引き!
さらに 来店ポイント2倍!!

- 無農薬野菜の販売
- あめ玉つかみ取り1回100円
  京都の大文字あめ使用
- 輪投げ(3個) 1回100円
- 上煎茶つめ放題 1回1,000円
  超お得!自然農法栽培茶葉使用

売り切れ御免!
商品がなくなり次第終了!!

当店イチオシ!!



- ミネラルシュガー 1kg 510円→469円
  さとうきびに含まれる亜鉛やカリウム等の微量成分を大切に生かし作りました。
- 海つ子(塩) 600g 200円→184円
  カルシウム・マグネシウム・カリウムを多く含んでいます。
- 瑞雲しょうゆ 1L 1,157円→1,064円
  国産の自然農法栽培の原材料を使用。

基礎調味料、肉、卵、魚介類や加工食品、日用品まで取り揃え!
化学合成農薬や化学合成肥料を使用しない農産物、無添加食品や無農薬野菜などを販売し、皆様の生活習慣の改善に役立てるお店を目指します!

グリーンマーケット MOA函館店
函館市山の手1-1-1 TEL0138-54-6400
営業時間／10:00～17:00 定休日／毎週月曜日
函館市内全域・木古内町・森町方面の配達も承っております





疲れた身体を
源泉100%の温泉で
癒して下さい。

朝食朝イカバイキング

夕食時 60分 飲み放題
◎生ビール◎日本酒
◎焼酎
◎フリードリンク

無料送迎付!

残暑お見舞プラン

大人【お一人様/1泊2食付】 9,000円 ジャスト! 税込

小人【お一人様/1泊2食付】※小学生 5,000円 ジャスト! 税込

※一室3名～4名様でご利用【一室2名様の場合500円増】
【期間限定】2018年8月15日(水)～9月15日(土)迄開催
※天候により入荷されない場合もございますので、予めご了承ください。

1日限定3組のみ
お早めのご予約を!!

※価格はお一人様[税込]価格となります。※詳しくはお気軽にお問い合わせ下さい。

HOTEL 恵尻 ホテルケイプ
水無海浜温泉郷 温泉宿泊施設
ご予約・お問い合わせ ☎(0138)86-2121
北海道函館市恵山岬町61番地2
http://www.todohokke.jp

送迎付ご宿泊宴会ご予算に合わせてご相談・ご予約承り中。



酒専門店!
お酒のご用命・ご相談 いつでもお気軽にどうぞ

函館奉行 函館巴桜 奥尻 好評販売中!



秋出し一番酒「ひやおろし」

お待たせしております!9月頃より随時入荷



①	②	③	④	⑤	⑥	⑦
720ml	500ml	720ml	1.8ℓ	1.8ℓ	1.8ℓ	1.8ℓ

①一ノ蔵 特別純米酒ひやおろし(宮 城) ②御前酒 9(岡 山)
③七冠馬 純米ひやおろし (島 根) ④越の誉 雪の中にて寝かせたお酒(新 潟)
⑤千代寿 大辛口ひやおろし大虎(山 形) ⑥奥の松 純米吟醸ひやおろし(福 島)
⑦春 鹿 純米吟醸ひやおろし(奈 良)

イチマス 本店

函館市湯川町1-26-29
☎0138-57-3251
営業時間／9:00～21:00
無休 P有り



夏のカラダに活力! 辛い&スタミナ料理



辛い

やわらかチキンレッグカレー

930円

写真のトッピング
NEW 海老のダシ(110円)・骨付きフランクソーセージ(140円)
ウィンナー(3本入り、110円)・味付けたまご(110円)
辛さレベル10スーパーKATSUMI(270円)

刺激とスパイシーな旨味が超絶
辛さMAXの最大レベルに挑戦

ほろほろとやわらかくジューシーなチキンがまるごと一本入った創業当時からの人気メニュー。20種類以上の豊富なトッピングから自分好みをチョイスして何通りものスープカレーを堪能出来る。辛さは0～10番まで用意。夏にオススメするのは、辛さ最大10の「スーパーKATSUMI」。一口スープをすするだけで汗が噴き出す激辛レベルで、辛党マニアにも人気。強烈な刺激の奥から溢れ出る独自のスパイシーな旨味とコクを存分に味わって。







スープカリー喰堂 吉田商店
函館市新川町24-1 ☎0138-27-1270
11:30～14:30L.O、17:30～21:30L.O
不定休 ※8月の休み 21日(火)、27日(月)、28日(火)
9月の休み 4日(火)、10日(月)、11日(火)
P有り　http://yoshidashowten.com



辛い

旭流酸辣湯麺（スーラータン）

900円

酸味、辛味、旨味の三位一体
気合入魂の一杯!!

夏の暑さを乗り切る一杯は、コレだ!食欲を刺激する酸味豊かなスープの旨味、ピリッとくる辛さが絶妙で、女性客を中心にリピーター客を魅了。爽快な酸味と辛さがクセになる暑い夏にオススメの一品。ほか、発売以来、不動の人気メニュー「究極の担々麺」(820円)は、濃厚なゴマの風味と、辛みが見事に融合した究極の味わい。両メニューとも、辛さの調節が可能。激辛も注文できるので辛い物好きにはたまらない!個性が光る店主こだわりの一杯をぜひ。

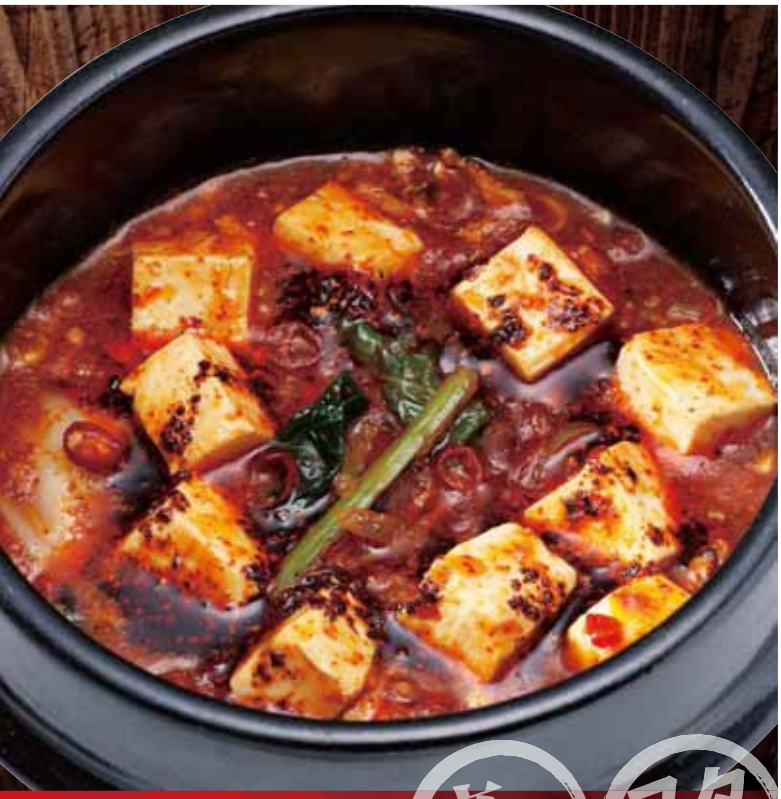






らーめん 旭
函館市昭和2-29-2 ☎0138-45-3505
11:00～15:00L.O、17:30～22:00L.O
月曜定休(祝日の場合は営業)　P有り(20台)

「ハコラクを見た」でラーメン全品100円引き
■1回で1グループ利用可■他サービス併用不可
■平成30年8月31日まで



辛い　スタミナ

ハコラク限定セット
（炎の野菜麻婆＆スタミナ豚丼）
1,000円

ハコラク限定！夏のカラダに効く!!
今回だけの特別セット!!!

スタミナには肉を！辛さには唐辛子を！！王将の人気メニューの中から、今回の企画に合った２品が特別セットとして登場。通常は「炎の野菜麻婆」６９０円、「スタミナ豚丼」６８０円のところお得なセットで驚きの価格1,000円で提供。ボリュームたっぷりの豚肉でパワー注入、唐辛子の辛さで汗を流し意識覚醒！夏を乗りきる王将メニューは意外とあなどれない。餃子のセット1,250円は更にお得。９月１３日までの限定セット。※価格は各税込





大阪王将

【函館桔梗店】
函館市桔梗4-34-18
☎0138-76-8664
11:00～23:00（22:30L.O）
P有り（28台）

【函館TEXAS店】
函館市梁川町9-3 1F
☎0138-76-6867
11:00～23:00（22:30L.O）
P有り（店舗裏共有）



辛い

常夏バイキング
60分食べ放題

ランチ：大人 1,000円　子供（小学生まで）600円
ディナー：大人 1,200円　子供（小学生まで）650円

開店５周年！感謝を込めて
８月31日より食べ放題実施！

本場直輸入のスパイスを使ったネパールカレー店が「ランチ・ディナーバイキング60分食べ放題」を実施。ランチは11～15時、ディナーは17～22時まで。チーズナン、サフランライスなどのラストオーダーは各10分前まで。自慢のヘルシーなカレーは香辛料の香りやニンニク、ショウガを利かせコクを引き出し、自家製窯でフワッと香ばしく焼いたナンは甘みが口の中に広がる。ほか、ランチ限定「おすすめセット」（1,100円）は13種のカレーから2種選べる。







ネパールインドレストラン
ラーニキッチン

函館市港町1-20-19　メゾン日果里1F
☎0138-45-8788
11:00～22:00（21:30L.O）
※ランチは15:00（14:30L.O）まで
無休　P有り



スタミナ

三種の手羽先

1本140円

安価に飲める大衆居酒屋
驚きのコスパとボリュームに大満足

30種類の串揚げが全品100円！！リーズナブルな価格設定で種類豊富なメニューとボリュームで人気の同店。人気の串揚げや名物の「牛モツ煮込み」（390円）のほか、食べやすく骨を抜いてある「三種の手羽先」が、表面はパリッとした香ばしい皮で、身も肉厚で食べ応えも満点で大好評！！食べ放題プランは90分、1,500円。そのほか、「知内産牡蛎」（1個250円）、「刺身5点盛り」（1,000円）や、こだわりの一品料理なども用意。宴会コースは1人3,500円から。個室も多数完備しており、会社帰りも気軽に立ち寄りやすい。ファミリー層にもオススメ！





串カツ食べ放題と煮込みの大衆酒場 マルケン酒場

［本店］
函館市本町4-22
☎0138-83-8989
16:00～翌1:30（1:00L.O）
不定休

［桔梗店］
函館市桔梗3-25-1
☎0138-85-8445
16:00～24:00（23:30L.O）
月曜定休　P有り(10台)



スタミナ

がっつり トンテキ定食

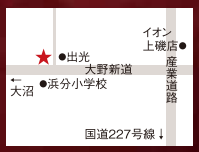
200g　通常1,180円→1,000円
300g　通常1,380円→1,200円

ハコラク読者が得をする♪
がっつりスタミナ系の新メニュー

今回、紹介するのは“スタミナ”満点の新メニュー。厳選した国産豚肩ロースを、油を使い8時間以上低温でやわらかくなるまでじっくり煮込み、焼き上げる逸品。タレは、姉妹店「とんき」で使用している特製ソースにしょう油やニンニクなどを合わせて作るオリジナル。フライドガーリックもまぶしてあるため、最後の一切れまでご飯がすすむ（ライス1回おかわり無料）。8月16日から9月13日まではハコラク読者限定で割り引きが適用されるので、注文時には「ハコラクを見た」を忘れずに。







カフェごはん がっつり

北斗市追分2-14-10 ☎0138-49-3998
11:00～21:30（21:00L.O）
無休　P有り







「しおワンタンタンめん」（８５０円）はツルンッとした食感がクセになる旨さ。地元野菜を３００g、7種類以上使用！アットホームな雰囲気の店内でゆっくりと、野菜エキスたっぷりの一杯を。

店主渾身！3種類の新作ラーメン 七飯町特産素材使用の創作の一杯

大沼牛すじ煮込み正油らーめん

1,050円

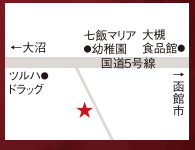
日々にぎわいを見せる七飯町の住宅街に佇む同店より地元七飯町産の素材をふんだんに使った新メニュー「大沼牛すじ煮込み正油らーめん」「みそチーズらーめん」「しおワンタンタンめん」が登場。夏バテ気味の体に効くスタミナ抜群の牛すじラーメンはコクまろやかなトンコツスープがメインの「武蔵」自慢のスープはそのまま。圧力鍋で煮込んだ肉はホロホロ食感と程良いコリコリ食感のダブルで楽しめ、たっぷりトッピングされた牛すじと自家製スープ、具材のバランスを重視し、旨味の相乗効果を出している。リピーターになること間違いなし？！ほか、季節限定の手作り「うめしそぎょうざ」（４００円）も七飯町産の梅しそがたっぷり。

【こちらもおすすめもう一品】



みそチーズらーめん 950円

大沼町の牧場で伸び伸びと育てられた牛達の、濃厚な牛乳から作られたチーズと、地元大豆の自家製味噌を使った一杯。和と洋の共演は話題になること間違いなし！



らーめん函館 武蔵

七飯町鳴川3-16-3 ☎0138-64-4840
11:00～15:00 17:00～21:00（ランチタイムは14:00まで）
月曜定休 P有り



スタミナ

外国産特選牛＋国産豚肉しゃぶしゃぶ食べ放題コース（90分）

1人 2,500円

冷房が効いた店内で味わう しゃぶしゃぶやすき焼きは格別

人気の特選牛肉と国産豚肉が両方味わえる通常2 ,850円のコースを割引価格で提供。牛肉や豚肉のほか、野菜盛り合わせなど7品食べ放題にデザート付きと満足の内容。プラス210円ですき焼きに変更可能、6人以上ならしゃぶしゃぶ・すき焼き両方も可能（鍋は各1台ずつ）。また、このコースの利用客にはオールドリンク飲み放題（105分）通常1,300円を650円で提供。さらに、ソフトドリンク飲み放題（90分）も通常530円を300円で用意。







わいわい亭 函館店

函館市本町32-13 第4LC館4F
☎0138-32-7877
17:00～23:00(22:30L.O)
不定休 契約P有り



スタミナ

石窯焼き ハラミステーキ（数量限定）

1,380円（税別）

〝肉食系居酒屋〟が肉専用石窯を使った肉バル店にリニューアル

函館市本町で人気の「ステーキ居酒家笑う門」が肉専用石窯を使った肉バル店として梁川町に移転リニューアル。おすすめの「石窯焼きハラミステーキ」は脂肪が少なくヘルシーな赤身肉を使用し鉄板焼きとはひと味違う独特な焼き上がりで、肉汁滴るジューシーな味わいが楽しめる。また、個室・貸切宴会は3～20人までの予約制で、石窯焼き肉料理をメインに料理10品とプレミアムモルツを含めた2時間飲み放題付き宴会コースを3,980円から用意。







いし窯 笑う門

函館市梁川町8-18 2F ☎0138-76-7422
11:30～14:00入店ラスト、17:00～20:00入店ラスト
日曜夜、月曜定休 P有り(5台)
※定休日、営業時間外も宴会予約がある場合営業



スタミナ

厚切りステーキを完食！ワイルドに夏を乗り切るスタミナメニュー!!

リブロースステーキ

300g/2,070円　400g/2,760円
（g/6.9円）

　オーダーカットで好きな分だけ厚切りステーキを楽しめる同店。イチオシは脂身と赤身のバランスが絶妙なリブロース。オススメの食べ方は300g以上を注文する事。300g以下なら、リブロースのおいしい部分といわれるトップリブ（g/7.3円）または、脂身多めでコクのあるミドルリブ（g/6.6円）を選択して、厚切りで食べるのがオススメ。特製オリジナルステーキソース、甘口のいきなりソース、塩、胡椒、醤油、わさび、マスタード、おろしニンニク、タバスコと多彩な味が揃っているので、お好みの味で堪能できる。脂身が無くスッキリしていながら肉の旨味が満点のヒレ（g/9円）も人気。ゴールドカードになるとソフトドリンクが無料など、特典豊富な「肉マイレージカード」のサービスも話題。





全国展開する人気ステーキ店が、道南エリア函館の街に出店し約３カ月が経過。ますます勢いが増す同店で、美味い肉と共に活力となるエネルギーもいただこう！

【こちらもおすすめもう一品】



ワイルドステーキ

200g/1,130円・300g/1,390円・400g/1,850円

　ランチタイムで人気の「ワイルドステーキ」は表面だけ焼いてあるので、お好みの焼き加減まで鉄板の上で転がして焼いて召し上がれ。ランチにはライス、スープ、サラダ付きでお得。



いきなり!ステーキ フレスポ函館戸倉店

函館市戸倉町143-4　フレスポ函館戸倉内
☎0138-83-8229
11:00～23:00（22:45L.O）※平日限定ランチメニューは15:00まで
無休　P有り

女子におススメ！
とっておきメニュー

おしゃれなカフェめし、お得な女子会プラン、かわいいスイーツ…
おひとり様からいつものランチ、仲間とワイワイ楽しめる食事会まで
女子のワガママを叶えてくれるとっておきのメニューを集めました







函館市五稜郭町35-1　ホーム企画ビル1F
☎0138-31-6222
11:00～20:30L.O（ランチタイムは14:00L.O）
水曜定休　P有り
「ハコラクを見た」で女子会プランの予約で飲み放題にスパークリングワインとノンアルコールビール追加、デザートは盛り合わせに変更
■1回で1グループ利用可■他サービス併用不可
■平成30年9月13日まで

caferest axis
カフェレスト　アクシス

ゆったりした時間が流れる空間で女子会プランを堪能

ゆったり過ごせる店内と季節の食材で作るカラダに優しいイタリアンが好評の同店では女子会プランがおすすめ。こだわりの自家製生地を使ったもっちりとした食感が人気のピッツァを始め、前菜、自家製パン、パスタ、デザートに2時間飲み放題が付いて4000円から。メイン料理付きはプラス500円。4人から受け付け、15人以上だと店内貸し切りも可能。また、PA（音響）システム、プロジェクター、ピアノも無料でレンタルでき、マジシャンの手配（要相談）も可能。







cafe aKira
カフェ　アキラ

開放感のあるガーデンテラスで本格洋食とスイーツを

東京でフランス料理をメインに本格的な基礎を学んだ経験豊富なシェフが提供する「ハンバーグセット」（サラダ、デザート、ドリンク、スープ付き1000円）は、11～18時まで提供。フワッとしたやわらかい肉質、甘みと酸味が絶妙な本格デミグラスソースが絶品で、180gのボリュームも嬉しい。ほか、日替わりランチも1000円で提供（11～15時まで）。デザート類も豊富で、オリジナルの「コーヒーパフェ」（480円）も人気。同店では毎月、音楽ライブや食のイベントを開催。9月2日、函館西部地区バル街にも初出店する。









函館市大手町12-11
☎0138-27-2474
10:30～18:30
不定休
P有り（近隣に第2駐車場も有り）

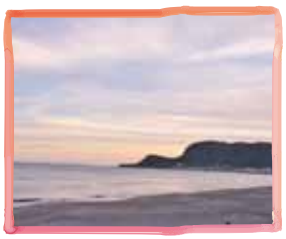


Pizzeria AMORINO
ピッツェリア　アモリーノ

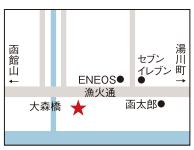
女子会ならにぎやかに思う存分楽しむ食べ放題ピッツァ

平日・土曜のディナーと日曜・祝日終日提供の「ピッツァオーダーバイキング」（1980円）はグレードの高いピッツァ23種が90分食べ放題のほか、16種あるハーフパスタ、本日のおすすめ料理＆サラダバー、スープ＆ドリンクバー、ドルチェ3種類付き。また、平日・土曜のランチタイムにはピッツァ20種にハーフパスタ、サラダバー、スープ＆ドリンクバー、ドルチェなどが付いた「ピッツァ食べ放題ランチ」（1570円・90分）も用意。※価格は各税別









函館市宇賀浦町6-10
☎0138-51-3338
11:00～22:00（21:30L.O）
※ランチメニューは14:00までの入店
無休　P有り（50台）
http://www.hk-r.jp/shop/amorino/



欧風居酒屋 海の雫
おうふういざかや　うみのしずく

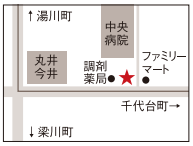
オシャレでおいしい料理を楽しく味わいながら乾杯♪

今回紹介するのはグルメな女子に嬉しい「海の雫女子会コース」（4000円・2人～）。内容は、オリジナルホワイトクリーム、チーズ、玉子、ハム、シーフードをオーブンで焼き上げた〝クロックマダムマフィン〟を加えた豪華7品の「オードブル」に、やわらかい肉質と特製ダレが食欲をそそる「ラムの香草パン粉焼き」、強い甘味が特徴の「インカのめざめ」、しっとりと旨味溢れる「ローストビーフ」「冷製スープ」「アイス」と、2時間の飲み放題が付く。









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



odéon
オデオン

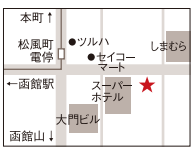
女子会に活躍しそうなお洒落でお得な宴会メニュー

おつまみ4種盛りから始まり、本日のパスタ、メインまでを味わえるお得な「飲み放題コース」（平日1人3980円・税別）が登場。休日でも1人4480円（税別）で同内容が楽しめる。日替わりでメニューが変わるので、宴会や女子会など、あらゆるシーンで活用したい。また、ランチメニューには色合い豊かな「ワンプレートランチ」（1280円・税込）と肉の旨みが凝縮された「焦がしバター香るローストポーク丼」（1080円・税込）を用意。※飲み放題コースは前日までの要予約。









函館市松風町1-14
☎0138-84-8416
12:00～14:30（13:30L.O）
18:00～22:00（21:00L.O）
水曜定休、ほか不定休有り

Grilled Curry & Smoothie SEAK
シーク

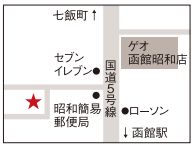
キャラメル&グラノーラ ハコラク限定のパンケーキ

「ハコラクを見た」で楽しめるカフェタイム限定の「キャラメルグラノーラパンケーキ」（880円）が新登場。20分かけてスキレット鍋で焼き上げるふわっと熱々のスフレパンケーキに甘〜いキャラメルソースが染み込み、フルーツグラノーラの食感がアクセントに。ソフトドリンクセットは＋150円。9月13日まで提供する。ほか、チーズ3倍増量の「チーズフォンデュ焼きカレー」（1280円）や「スムージー」（各600円）も女子のハートをキャッチ。









函館市昭和4-32-14
☎0138-44-2070
11:00〜21:00（20:30L.O）
※カフェタイムは14:00〜17:00
火曜定休（祝日の場合は営業し、翌日休み）
P有り（4台）

SHIKINA函館ダイニング
シキナ

心躍る多彩な料理とドリンク 女子会プランがリニューアル

3時間飲み放題付き「女子会プラン」（1人4500円）は、新鮮刺身のカルパッチョ、洋風ネギトロ、魚介たっぷりアヒージョ、北斗市産野菜のバーニャカウダ、函館産鹿肉のデミグラスソース煮込み、ピザ、パスタ、デザートのブラウニーまで全8品。ジャンルにとらわれない洋風創作料理がたっぷり楽しめ、フルーツカクテルの飲み放題もうれしい。3人から受け付け、前日までの要予約。深夜3時までの営業なので仕事帰りもゆっくり過ごせる。









函館市梁川町18-14
☎0138-55-9009
18:00〜翌3:00　日曜、祝日定休
女子会プラン予約時「ハコラクを見た」で飲み放題を30分延長
■1回で1グループ利用可■他サービス併用不可
■平成30年9月13日まで







函館市梁川町10-25
テーオーデパート2F
☎0138-87-6839
11:00～18:00(17:30L.O)
水曜定休
P有り

Cafe Speciale
カフェスペチアーレ

移転リニューアルOPEN!!
至福のカフェタイムを愉しんで

大手町からテーオーデパート2階に移転し、リニューアルした同店。フードメニューやランチメニューも増やし、新たに「ピラフ・ハンバーグセット」（ドリンク付き、1000円）などのセットメニューも登場。人気の「スフレパンケーキ」（シングル700円、ダブル900円）は14時より提供。焼きたてを提供するため出来上がりに20分ほどかかる。見た目もボリューミーでフワフワの食感が自慢の絶品パンケーキ♡まだ味わった事がない人には、ぜひ一度食べてほしい一品。











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

ジンギスカン テムジン

ジンギスカン鍋を囲んで
女友達と楽しいひと時を♪

炭火七輪で焼く「女子会ジンギスカンコース」（1人2500円）は、同店人気ナンバーワンの生ラムガングロ、稀少部位の極上ヒレ肉、羊タン、焼き野菜、海鮮チヂミ、白菜キムチ、サラダ、アイスクリームの全8品とボリューム満点。特に海鮮チヂミは、表面がパリパリ中はモチッとした食感で好評の一品で満足すること間違いなし。飲み放題は90分1人プラス1500円。要予約で2人より利用できる。ぜひこの機会に足を運んでみては。
※価格は各税別







RESTAURANT Pino
レストラン ピノ

隠れ家的レストランで味わう気軽なディナーコース♪

おしゃれなログハウス造りの店内で、リーズナブルな価格で本格的なレストランの味を楽しめると評判の同店。人気の月替わりディナー「Pinoプティディナー」（1850円／要予約）は「シーフードのセルクル・サーモン飾り」「漁のウニ包みムース・イカスミパスタ添え」「牛肉のポワレ・きのことクリのソテー添え」に本日のスープ、デザート盛合せ、パン、コーヒーまたは紅茶が付いた全7品。華やかな本格的ディナーを肩ひじ張らずに楽しんで。









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



フレッシュチーズのお店 rocco
ロッコ

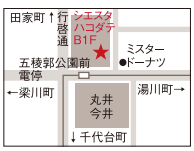
新鮮な野菜を好きなだけビュッフェスタイルで味わう

パスタ、パフェ、ドリンクを1品ずつ選び、スープと新鮮野菜のサラダをビュッフェスタイルで味わえる「ランチセット」（1480円）が女性客を中心に人気。ホワイトセロリやキュウリなど常時10種類ほどあるサラダビュッフェに使用する野菜は無農薬、水耕栽培で生産・販売している七飯町「アプレ」のものが中心。自家製ドレッシングのほか、レモンやマンダリンオレンジの香りがするオリーブオイルなど調味料も豊富。サラダのテイクアウト（500円）も可能。









函館市本町24-1 シエスタハコダテB1F
☎0138-83-7009
フリーコール0800-300-6005
10:00～15:00、17:00～21:30（各30分前L.O）
※ランチは11:00～
※定休日は館の休みに準ずる

はこだて自由市場



ショーケースの中の新鮮ネタで握ります！

函館すし雅
店主 坂東さん



生サーモンで好きな料理を作ってみては！

㈲川上鮮魚店
川上さん



長身のイケメン♡が接客します！

㈲高野鮮魚店
梅本さん

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

毎月8日・18日は「自由市場の日」
※日曜日の場合は前日に行います。

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

はこだて自由市場 検索

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

目玉商品！



500円丼!
♪その他、多数丼ぶりあります♪

えきに市場内で購入された商品は2階で調理OK!

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

元祖 いか釣り堀
イカの水しぶきを独り占め
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。

秋のおいしさ見つかるレッスン





メーカーコラボ
「納豆食べて発酵美人」
腸からキレイに!

社長自ら講師となり、納豆の知識や美味しさを伝授します。限定商品も試食できる、お土産付きレッスンです。

◉日時 9/12（水）10:30～12:00 定員20名
◉参加費 540円
◉講師 北海道はまなす食品株式会社 お土産付き

文化教室
陰ヨガベーシック

静かな動きで呼吸を深くし、気の巡りや心と身体の柔軟性を高め内側から潤う東洋医学ベースの奥深いヨガ。
初心者から経験者まで。
◉日時 9/3・10、10/1・15・22・29（月）各日10:00～11:00
◉参加費 9,000円（全6回）
◉講師 児玉 典子 全米ヨガアライアンスRYT200 認定ヨガティーチャー・ヴィクターチャン陰ヨガTT修了

やさしい おいしい 中華料理
青椒肉絲（チンジャオロース）
中華の基本を、やさしく、たのしく学びましょう。家庭で人気のメニューを学びます。
◉日時 9/21（金）18:30～20:30
◉参加費 2,500円～
◉講師 又井 圭子 チャイニーズデリ 花琳
夜学び

管理栄養士が教える ヘルシーバランス料理
食物繊維たっぷり 腸内環境を整えるメニュー
ランチ皿を使ってバランス抜群の料理作り!
◉日時 9/18（火）18:30～20:30
◉参加費 2,080円
◉講師 和田 徳子 管理栄養士
夜学び 定員15名

こすもすパン教室
リンゴづくしのパイ&パン
季節のリンゴを使ったおいしさ間違いなしのパイやパンを作ります!
◉日時 9/10（月）～15（土）10:30～12:00
◉参加費 各2,160円
◉講師 手づくりパンの家 こすもす
本校レッスン

始める! そば打ち体験教室
新そば
そば好きには堪らない、旬の新そばを扱います。
◉日時 9/20（木）10:00～13:00
◉参加費 1,580円～
◉講師 齋藤 誠 手打ちそばぐる～ぷ 函館白花

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
豆漬け
◉日時 9/18（火）10:00～11:30
◉参加費 1,580円
◉講師 西嶋 ひとみ 木古内・秋山農園

やさいのアトリエ
野菜のペースト2種
かけ算で生まれる野菜の美味しさに圧倒されてみませんか?夜の楽しい料理レッスン。
◉日時 9/11（火）18:30～20:30
◉参加費 3,000円
◉講師 ヤシマ ミカ pippin0138
夜学び pippin 0138

キッズクッキング
手作りピザ
人気のピザをみんなでつくろう!
◉日時 9/29（土）10:30～13:00
◉参加費 1,080円
◉講師 文化教室スタッフ
こども

COOP SAPPORO つなぐ
いしかわ文化教室 コープキッチンスタジオ
詳細はコープさっぽろ文化教室ホームページ、いしかわ文化教室のブログをご覧ください。
コープさっぽろ文化教室 検索
お問合せ・お申込みは (0138)84-8440
函館市石川町457番1 石川中央ショッピングタウン内
受付時間／（月～金）10:00～17:00、（土）10:00～13:00、（日・祝日）休み
※各クラス、エプロン・布きん・手ふき・スリッパは持参してください。また、各クラスは、定員になり次第締め切りとなります。あらかじめご了承ください。※掲載写真の一部はイメージとなります。 金額は全て税込表記です。

半世紀を超え愛される店

老舗味めぐり

●函館市湯川町 ラーメンのりんさん













夫婦二人三脚で守る〝あの味〟がある場所

「ラーメン（塩）」（600円）をベースとする「五香麺（ウーシャンメン）」（800円）は、シャキシャキとしたセロリが香る台湾風ラーメン。香辛料を利かせた甘辛い挽肉を混ぜながら味わえば、自慢のスープが深い琥珀色へと変化し、ひと味違う一杯へと変貌するのも面白い。

昭和23年、大門地区の菊水小路で創業した「ラーメンのりんさん」。台湾出身で満州鉄道に勤めていた林昭寿さんが、戦後のシベリア抑留から帰還した地・函館で開業。平成11年に湯川町に移転し、現在は娘の公恵さんと聖さん夫妻が二代目として暖簾（のれん）を守る。

毎朝5時半から店に立ち仕込みを始める聖さん。前日に血抜きを済ませた豚骨や鶏ガラ、銭亀町の漁師から直接仕入れる昆布などを使い、6時間以上かけダシの旨味が詰まった黄金色のスープを仕上げる。函館ラーメンの伝統を受け継ぐ「塩ラーメン」には余計な雑味を加えないよう精製塩のみを使用。ほか、台湾の屋台料理の味をヒントに夫婦二人三脚で作るオリジナルの一杯も人気が高い。調味料から水の量までグラム単位で管理し〝いつ来ても変わらぬ味〟を守ってきた。否が応でも変化するものが多い世の中で「うちの味はこう」という一杯を貫く強いこだわりが、世代を超えて愛され続ける秘訣だろう。

函館市湯川町1-9-13
☎0138-57-7756
11:30～19:00（18:30L.O）
※スープが無くなり次第終了
金曜定休
P有り



文：多田　麻里江　　写真：佐藤　史子

暑い夏に食べたい

ひんやりスイーツ

夏、真夏ひんやり冷たいスイーツがうれしい季節。名産市場のとっておきの冷温スイーツをご紹介

■スウィーツけやき



ソフトアイスどら バニラ

〈1個〉 ¥240

■嘉福堂キッチン



送料込み

雪んこギフトセット

〈12個〉味が選べる ¥4,000

■昭和製菓株式会社



北海道 飲むメロンゼリー

〈155g〉 ¥291

■嘉福堂キッチン



はこだて雪んこ プレーン

〈6個入〉 ¥1,250

■昭和製菓株式会社



農家の トマトゼリー

〈2個入〉 ¥388

■スウィーツけやき



ソフトアイスどら チョコバニラ

〈1個〉 ¥310

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

https://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

食べて美味しく、贈って喜ばれる

菓子舗 喜多良



木の間餅 ブルーベリー

木の間餅 紅玉リンゴ

各1個/170円(税込)

地元の果実を使った和菓子を揃えました



七飯アップルチョコレート

1個/216円(税込)

3個入り/700円(税込)

(箱代込み)

道の駅ななえろ・ななえでも販売しております

七飯本店 七飯町本町4-5-20(七重小学校向い)

TEL0138-65-3571 定休日/不定休

北海道～沖縄まで全国 130 店舗、実績と信頼のハリカにおまかせください

ハリカの出産内祝

LINE@

@iup4685i

お得な情報・イベント・キャンペーンなどの最新情報をお届けします。

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



お電話一本でカタログと資料を無料でお送りいたします♪



「お中元カタログ」



おひとつから作成します

お品物にはベビーカードを無料でお付けいたします。ぜひカワイイ赤ちゃんの画像をお持ちください。

大切なお子様の名前が入った「短冊」は専用フィルムケースに入れます。



新サービス

税込 10,000 円以上お買上げで「オリジナルスタイ」をおひとつプレゼントいたします。



新サービス

さらに、お買上げ金額に応じてハリカから嬉しいプレゼント

洗うたびに、ふんわり、ふっくら育ちます

育てるタオル

不思議なタオル「育てるタオル」は、洗うたびに膨らんでいきます。

タオルが育つようすを、見た目にも感じられます。その秘密は是非、当店で確かめてください♪

お祝い事やプレゼントで売れてる人気の新商品です。



税別1,500円から



ハリカ新函館店 検索

内祝 快気祝 全快祝 結婚祝 新築祝 御祝 御礼 御挨拶 粗品

ハリカ 新函館店

函館市本通2丁目54－16 (明治パーラー様向かい)

TEL0138-84-6939 営業 10:00～19:00 (日・祝日は 18 時ﾏﾃﾞ)

出産祝 御見舞 還暦祝 入学祝 進学祝 御中元 御歳暮 御年賀 法事/法要

出産内祝用クーポン

HAKO RAKU ハリカ

800円割引券

お客様名 /

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

■有効期限2018年9月30日

医食同源の
フローズンヨーグルト（隔週で店頭販売）

おやつの時間

1個／350円（カップ・コーン）



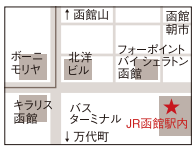




爽やかな酸味にすっきりとした後味
食べる人の体を考えた健康志向スイーツ

「おいしいは、健康な暮らしの合い言葉」をコンセプトにさまざまな味を創造している「医食同源」。夏おすすめスイーツ「フローズンヨーグルト」は、ヨーグルトのおいしさをそのままに、ソフトクリームのような滑らかな口当たりと爽やかな酸味、さっぱりとした後味が特徴。トッピングのジャムは「ハスカップ」「ベリーベリー」「イチゴ」「リンゴ」の4種類の中から選べ、ヨーグルトとの相性抜群で、それぞれ味わいたくなる。免疫力を高める植物性乳酸菌「ラブレ菌」入りで健康にも配慮している。店頭での提供はレアチーズケーキのような風味の「酢フトクリーム」（380円〜）と週替わりになるので、食べ比べに通う楽しみも。ほか、フルーツビネガーを炭酸で割ったドリンク「酢カッシュ」も好評で、夏の疲れを体の中から癒すのにぴったりだ。





医食同源

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

文：岩佐　美華　　写真：佐藤　史子

ファッション、雑貨、インテリア

女性の心をくすぐる♪人気ショップ情報

流行のファッションやアクセサリー、おしゃれな生活雑貨やインテリア、
最旬アイテムをセレクトした女性に人気のショップでお気に入りを見つけて





SPLASH N°5
スプラッシュ　ナンバーファイブ

この夏、挑戦したい夏コーデ 素材感のある優秀アイテム♡

夏にピッタリの涼しげな麻素材、きちんと感が出る“ トロみ素材 ”をはじめ、程良くフィットするリブ素材のセットアップなど、シルエットをキレイに見せてくれる夏オススメのアイテムが続々入荷中。絶妙な丈感の美ラインパンツ、マキシ丈の夏ワンピなど、洗練された大人の女性を表現したアイテムが勢揃い。爽やかさもありつつ、上品で女性らしさを意識した装いで、この夏オシャレを楽しんでみて。

SPLASH N°5





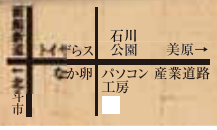




［取扱いブランド］
Mila Owen　TODAYFUL
RIM.ARK　AGNOS.I
rienda　RESEXY

函館市昭和3-30-43
☎0138-83-5299
営業時間/11:00～20:00
無休　P有り





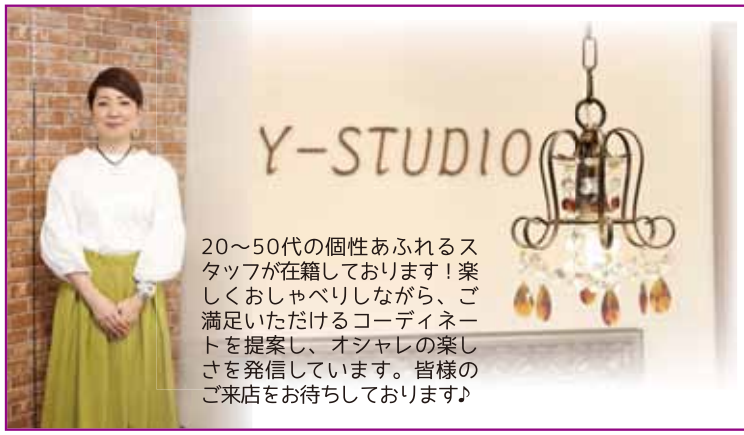
オトナ女子のおしゃれをトータルコーディネート♪





Y-STUDIO 函館テーオー店

昨年3月に3階へ移転し、レンガの壁とシャンデリアが目を引く大人の空間へと生まれ変わった同店は、この秋38周年を迎える。トレンド商品からナチュラルテイストまで取り揃え、さまざまなシーンでのファッションを提案。20～70代までの幅広い年代にマッチする10以上ものブランドを展開し、親子での来店も多いという。洋服・靴・雑貨など全てが揃う同店で秋に向けてのおしゃれを楽しんでみては？



Follow me

Y-STUDIO Instagram

インスタグラムはじめました!!

ystudio_to

スマホでY-STUDIOの情報が楽しめる!?

Y-STUDIO 函館市梁川町10-25（テーオーデパート3F）
営業時間 10:00～19:00 TEL0138-32-0001（代）

女性のための目にも心にも〝映える〟雑貨





インテリア雑貨 Mi·Casa ミ·カーサ

個性的な雑貨から時計、アクセサリーなどが揃う幅広い年齢層に人気の同店。種類豊富な店内は時間を忘れてしまうほど。おすすめの大人かわいい「オイルランプ」はちょっとした自分へのご褒美に！素敵な部屋の灯りのアクセントとなる「ボトルライト」はワインボトルの中から光を放つ。部屋のイメージチェンジを検討している人はスタッフに相談しながら最適なグッズをさがしてみては。



ANA（全日空）

格安航空券

JAL（日本航空）

【8/31(金)まで ご出発当日予約OK】

★函館⇔東　京(羽田) 正規片道運賃37,890円 ⇒ 24,500円～
★函館⇔大　阪(伊丹) 正規片道運賃46,100円 ⇒ 28,500円～
★函館⇔名古屋(中部) 正規片道運賃42,210円 ⇒ 26,700円～

【さらにご出発の7日前までのご予約で】

★函館⇔東京(羽田) ANA JAL お問い合わせ下さい
★函館⇔大阪(伊丹) ANA JAL 23,800円～
★函館⇔東京経由⇔全国各地 25,800円～

エアドゥ及び LCC(バニラエア) 東京(成田)線もお取り扱いしております。

航空券に関するお問い合わせはお電話にて承ります

高価買取商品

●ANA(全日空)、JAL(日本航空)その他各種株主優待券高価買取中
●ギフト券・商品券　額面の95%(額面総額300,000円以上96%)
●ビール券784円⇔730円～・ビール券494円⇔455円～
●普通切手額面62円以上(シート83%・バラ73%)
●記念切手額面50円以上(シート73%・バラ60%)
●普通切手・記念切手問わず額面50円未満は40%

函館⇔札幌 高速バス
[高速はこだて号]回数券
1枚3,850円、2枚以上3,700円(1枚)で販売中!!

スカイチケット 函館スカイチケット 検索

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

函館市駒場町7-5　定休日／日曜日
営業時間／
平　日9:30～19:00
土曜・祝日9:30～16:00
0138-52-1700
※販売・買取価格は在庫状況及び相場変動により予告なく変更することがございます。

←本町 本通 湯川町→
深堀町電停
↓競輪場

LED

街の安全を照らすLED

新しいあかりの常識

●一般住宅・会社に設置できるの?
●製品を導入する際のコストは?
●使用中にかかるランニングコストは?

コストシュミレーションとお見積を無料で行っております。
お気軽にお問い合わせください。

企業の皆様にご提案。
お客様の疑問に一つひとつ丁寧にお答えいたします!

http://www.kadoc.jp

LEDなら最大90%の節電!!

LEDは、一般電球の約40倍の長寿命!

Kadoc 株式会社 カドック

本　社／函館市西桔梗町589番地257 キョーツーFK7 2F TEL0138-48-1122
札幌支店／札幌市中央区北5条西12丁目2番23号 Asia512ビル2F TEL011-210-1010

往復新幹線 (A-FACTORY500円クーポン付き) でお値段なんと

青森日帰り

■旅行代金(函館駅発着・大人お1人様)

6,980円



最大で約14時間滞在可能!!

列車限定　2名様より申込OK
2日前までにお申込みください

A-FACTORY(エーファクトリー)▶青森県産のリンゴを使用したシードルを製造・販売するほか、青森県の特産品や話題のグルメを集めた市場。また、館内には地元食材を使用したレストランやショップもあります。

往路	函館駅	普通・快速列車 自由	新函館北斗駅	北海道新幹線(列車限定) 指定	新青森駅	普通・快速列車 自由	青森駅	各自青森観光をお楽しみください。最大で約14時間滞在可能

ご利用可能な限定列車

◎新函館北斗 → 新青森

往路 列車名＼駅名	新函館北斗発	新青森着
はやぶさ10号	6:35	7:41
はやぶさ12号	7:34	8:35
はやぶさ16号	9:31	10:37

◎新青森 → 新函館北斗

復路 列車名＼駅名	新青森発	新函館北斗着
はやぶさ23号	16:45	17:51
はやぶさ25号	17:31	18:32
はやぶさ27号	18:45	19:50
はやぶさ33号	20:42	21:48
はやぶさ37号	22:32	23:33

得割青森日帰りパック

■出発日／2018年9月30日(日)まで
※設定除外日／8月2日(木)～16日(木)

■最少催行人員／2名様 ■お申し込み／出発日の2日前まで ■添乗員は同行いたしません。
■列車限定のご利用となります。■新函館北斗発着の設定もございます。
■復路は往路の逆順となります。■詳細につきましては専用パンフレットをご覧ください。

ご旅行の条件 お申込みの際に、詳しい旅行条件を係員がご説明します。旅行条件は旅行条件書並びに当社旅行業約款によります。詳しくは専用パンフレットをご参照ください。

■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 北海道旅客鉄道株式会社
[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

お申込みはお近くの駅・ツインクルプラザへ

新幹線駅で旅行商品のお申込みは出来ません。

お申込みは 電話申込
ご予約はご出発の5日前まで承ります(航空機利用コースを除く)

ツインクルデスク[9:30～19:00]
お問い合せ (011) 219-5489(ごよやく)

北海道には、
“最も美しい庭”十勝千年の森があります。









カーボンオフセットから始まった森作り

十勝千年の森の母体である十勝毎日新聞社は、新聞の発行により毎日大量の紙を消費しています。環境貢献活動「カーボン・オフセット」の理念から始まった森作りはいつしか広大な庭作りとなり、年月をかけ成熟してきました。1000 年後までも遺し伝える大切な財産、それが「十勝千年の森」です。

自然と調和する「最も美しい庭」

植栽は「ナチュラリスティック・プランティング」（自然植生に着想を得た手法）を取り入れ、北海道の自然と調和したスタイルを独自に発展させてきました。自然と深呼吸をしてしまうような、どこか懐かしくて新しい風景があり、四季折々の草花は天候により違う顔を見せます。最も美しい庭にぜひ遊びにきてください。

◆[AAPME 賞 2018] Outstanding Award 最優秀賞受賞

国際ランドスケープアーキテクト連盟（IFLA）が主催するアフリカ・アジア太平洋・中東地区の大会において「自然の多様性や生態系と共存する環境の創出」部門（Wildlife, Biodiversity, Habitat Enhancement or Creation Category）で、自然共生型の景観デザインが評価され、最優秀賞を受賞しました。

これまでにも、SGD（英国ガーデンデザイナーズ協会）が卓越したデザインの庭園とガーデンデザイナーに与える賞で大賞、国際賞に選ばれるなど世界から高い評価を得ています。

十勝千年の森
TOKACHI MILLENNIUM FOREST

入場料 ● 大人1000円、小中学生500円

〒089-0356 北海道清水町羽帯南10線

TEL:0156-63-3000 http://www.tmf.jp



ここには百年の小さな森と

あなたを癒やす温泉と

静かな時間があります。



Hokkaido Hotel

SPA RESORT IN THE FOREST

HOKKAIDO

HOTEL



人気のモール温泉露天風呂付客室

7月に増室オープン

「フォレストスパツイン」

2名様1室/お1人様　2食付プラン

8月　30,000円(税込)

9月　28,000円(税込)

10月　25,000円(税込)

※休前日はお一人様¥2,000アップ

※3名1室利用も可能、料金は要問合せ











Hokkaido Hotel 森のスパリゾート 北海道ホテル

ご予約
お問い合わせ

TEL 0155-21-0001

(受付時間 9:00～21:00)

〒080-8511 帯広市西7条南19丁目1

NEW https://www.hokkaidohotel.co.jp





お取り寄せグルメの最高峰
十勝素材のチーズケーキ

濃厚な味わいがクセになる、トテッポ工房のチーズケーキ。
チーズ素材のどっしりした生地とクッキー生地の香ばしさ。
十勝の素材をぎゅっとつめこんで凍った状態でお届けします。
ゆっくり1時間常温で解凍。甘い香りが漂ってきたら食べごろ。

十勝トテッポ工房
tokachi toteppo factory

十勝をたくさん
詰め込んだスイーツ
贈りものにもオススメ

〒080-0016 帯広市西6条南17丁目3-1　TEL／0155-21-0101　FAX／0155-24-0707
営業時間／10:00～18:00　定休日／不定　http://www.toteppo-factory.com

オンラインショップも 全国へ発送
http://www.green-story.jp/

← 見ているだけで幸福度がアップする!?甘～いFacebookとinstagramもチェック!







Gourmet

皮はパリッと、中はジューシー 好評の若鶏定食をランチでお得に

創業66年の老舗「若鶏時代なると本店」の3代目が暖簾分けで独立した店。添加物、合成保存料は一切使わず、伝統の味を堅実に守り続けている。国産若鶏のみ使用し揚げる手前まで本社で一括製造、全店で同じ味を提供。看板メニュー「若鶏定食」（ご飯、みそ汁、サラダ、漬物付き1,200円）、「ざんぎ定食」（同880円）など人気メニューを100～200円引きでお得に食べられるランチタイムが好評。また、毎月15日は「ざんぎの日」として「ざんぎ1人前」（通常5個650円）が100円引き、30日の「とりの日」は「若鶏半身揚げ（単品）」（通常980円）が200円引きになる。「注文を受けてから揚げるので10～20分程掛かります」と同店。テイクアウトの電話予約も受け付ける。

小樽なると屋

宇賀浦店/函館市宇賀浦町13-12　☎0138-30-1129
ポールスター函館店/函館市港町1-2-1 ポールスター1F Cフロア ☎0138-43-2911
久根別店/北斗市東浜1-12-86　☎0138-83-6147
11:00～21:00（20:30L.O）※ランチは11:00～14:00（土・日曜、祝日除く）
無休　P有り

Gourmet

煮干しの香り広がる “喜多方ラーメン”味わって



「らぁめん　めんきち」は、ポールスターショッピングセンターの月替わりラーメン企画で好評だった“喜多方ラーメン”を、客の要望に応え、「めんきちスタイル喜多方らぁめん（函館しお）」（800円）として提供している。喜多方ラーメンの特徴である独特の縮れのある平打ち麺と、豚骨の清湯スープ、煮干しダシを使用し、南茅部地区産昆布を使った専用の塩だれなどで独自にアレンジした渾身の一杯。繊細な塩の味と旨みを感じるスープをすると煮干しの香りが鼻に抜ける。「喜多方市に出向いてラーメン店の団体“喜多方老麺会”の了承をもらい、このメニューを出させてもらいました。函館では珍しい味を楽しんでほしい」と佐藤裕治店主。

らぁめん めんきち

函館市日吉町3-44-13（花園商店街内）☎0138-55-8400
11:30～14:30、17:00～23:00（日曜は通し営業）
月曜定休　P有り

Gourmet

夏にぴったりのひんやりスイーツ “グラスの中の南国”が今年も登場



「パフェとお食事の店　パーラー花車」が今年も暑さを吹き飛ばすスイーツをスタートした。夏を彩る5種類のフレッシュフルーツが乗る「ハワイアンパフェ」（750円）は、山川牛乳ソフトクリームをベースに、ココナッツアイスと生クリームがさっぱりと味わえる期間限定品（9月末まで）。ブルーハワイとマンゴーソースの色鮮やかなコントラストが涼やかな気分にさせてくれる。また、自家製プリンにソフトクリーム、フルーツをカラフルに盛り付けた「デラックス氷」（700円）などもおすすめ。ほかにも夏気分を盛り上げてくれるメニューが豊富に揃う。「季節に合わせた新メニューも続々と登場するので、ぜひ食べに来て」と同店。

パフェとお食事の店 パーラー花車（花園温泉内）

函館市花園町40-34　☎0138-55-8607
平日15:00～22:00、日曜・祝日12:00～22:00（食事21:00L.O）
月曜定休　P有り

Event

体験型イベント目白押し 親子で自然に親しもう



より多くの市民に自然と緑に触れ合ってもらおうと、毎年恒例の「公園フェスティバル」を開催する。屋外でお絵かきコースターづくりなどの「クラフト体験会」、「ゲーム体験コーナー」「野菜の重さあてゲーム」「どさんこ乗馬体験」（小学生以下、先着150人）、フードコーナー、地物野菜販売など親子で楽しめるイベントが盛りだくさん。これに先立ち9月30日まで「函館公園」や「市民の森」など市内5公園を対象に「公園スタンプラリー」を実施中。期間中に公園を回ってスタンプを押しクイズに答え、フェスティバルで行う抽選会に参加すると、スタンプの数と正解数に応じて素敵な賞品をゲットできる（数量限定）。

公園フェスティバル

日時/9月30日（日）10:00～14:00　会場/北海道立道南四季の杜公園 はらっぱ
※雨天の場合は丘の家で公園スタンプラリー抽選会、ソフトクリーム巻き体験のみ実施
問い合わせ/北海道立道南四季の杜公園
☎0138-34-3888 イベント開催当日は☎090-6448-0596

Event

9月9日「有機農産物マルシェ」 有機野菜の直売やコラボランチも



道南地域（渡島・檜山）の有機農法・自然農法の生産者で構成される「道南有機農業ネットワーク」が、有機農業や有機食材の魅力をより多くの人に伝えることを目的に函館蔦屋書店でイベントを開催。もぎたて新鮮な有機野菜などを直売し、試食も実施予定。今年で4回目を迎える。また、同店2階の美容と健康をコンセプトとしている「レストランFUSU」では、旬の有機野菜をふんだんに用いた「期間限定のコラボランチ」を9月3日から9月9日まで提供する。コラボランチは午前11時～午後3時（同2時半L.O）、平日1日30食、土・日曜40食（予定）の限定販売で無くなり次第終了する。

道南有機農業ネットワーク

日時/平成30年9月9日（日）11:00～15:00（なくなり次第終了）
場所/函館蔦屋書店（函館市石川町85-1）1階暖炉スペース
問い合わせ/渡島総合振興局産業振興部農務課　☎0138-47-9497

Cinema

笑って泣いて熱くなる 天下無敵のエンターテインメント



「銀魂」史上最も熱い「真選組動乱篇」、隠れ人気キャラの“将ちゃん”が登場する「将軍接待篇」を融合して実写化。金欠で家賃も払えない万事屋3人はついにバイトを決意するが、行く先々のバイト先でなんと天下の将軍様と遭遇する羽目に…。同じ頃「真選組」は内紛劇により、近藤たちは危機に迫られていた。やがて将軍をも巻き込む陰謀につながり、江戸中で大騒動が勃発。この最大の危機に万事屋は、どう立ち向かうのか。敵と味方を超えた絆、超破格のスケールで繰り広げられる怒濤のアクション、普段は敵対する真選組でも腐れ縁の彼らのためにいざという時には一肌脱ぐ“真のヒーロー”坂田銀時の男気の魅力をご覧あれ。

銀魂2　掟は破るためにこそある

8月17日公開　シネマ太陽函館　☎0138-22-2021
■脚本・監督／福田雄一　■原作／空知英秋
■出演／小栗　旬、菅田将暉、橋本環奈、柳楽優弥、吉沢　亮、中村勘九郎 ほか

Gourmet

“肉と牡蠣”料理にぴったりの スパークリングワインが登場



独特の甘みと食感が楽しめる知内町産直送のカキ料理や「1ポンドステーキ」などこだわりのメニューで人気の同店が、自慢の料理に合わせて考案した「ストロベリースパークリング」（650円）の提供をスタートした。イチゴを惜しみなく詰め込んだグラスの中を本場イタリアのモンテルヴィーニ社で取り扱う樽生スパークリングワインで満たした一杯で、見た目の華やかさに思わず写真を撮る客が多いという。グラスの中に果実が残っていればスパークリングワインのみプラス300円でお代わり可能。肉3種を一度に楽しめる新メニューも登場しているのでこのワインと一緒に味わってみては。※価格は各税別

肉と牡蠣

函館市本町32-6（函館丸井今井近く）　☎0138-54-3535
17:30～翌2:30（2:00L.O）　不定休



ラジコン専門店
RC IRUKA サーキット
お気軽にお問い合わせください
〒041-1243
北斗市中山109-3
☎0138-77-1223
営業時間／
平　日13:00～23:00
土・曜10:00～23:00
日・祝10:00～21:00
定休日／月・水曜日
※祝日の場合は営業


レンタル
ラジコンも
あるので
手ぶらでOK！
20分
500円（税込）
レンタルラジコン一覧
・ツーリングカー・ビッグタイヤ・ドリフトカー



あなたの自由時間をプロデュースします！

プラモデル 9月末まで
在庫品に限り
※一部除外品もございます。
20%OFF!!

ホビーリサイクル
ラジコン コレクション！
ホビー高価買取します!!



プラモデル（組立済も可）・ミニカー・
鉄道模型・その他おもちゃ広く買取!!
売るも買うもイルカで！
物置にお宝
眠っていませんか？

出張買取・店頭買取・委託販売OK!! どなたでもお気軽にお越しください。

RC & HOBBY SHOP イルカ
IRUKA
☎0138-49-3080
☎090-9756-0506（石岡）
〒049-0111 北斗市七重浜1-10-40
営業時間／11:00～20:00
定休日／月曜日 ※祝日の場合は水曜日 P:有



縁日・イベントへの出張出店承ります！

3ゲームパックがお得です。



平日
一般 1,000円
大学生 900円
シニア・高校生以下 800円
土・日・祝日
一般／1,200円　大学生／1,100円　シニア・高校生以下／1,000円

5ゲームパックも人気！
平　日／一般1,200円、大学生1,100円
シニア・高校生以下1,000円
土・日・祝／一般1,400円、大学生1,300円
シニア・高校生以下1,200円

シニア健康ライフ応援
毎月第3水曜日開催中！
10:00から17:00まで受付
ボウリング2ゲーム 無料
シニア60歳以上の方、貸靴代別



【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



理想の暮らしを叶える住まいを。

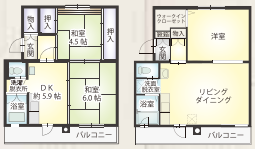


ユートピア川原
UTOPIA KAWAHARA

ご契約時の
連帯保証人不要
（保証会社利用を条件）

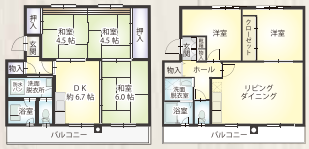
物件仕様

1号棟



■賃料：38,300 円～ 58,300 円
■専有面積：45.27 ㎡～ 45.70 ㎡

2・3号棟



■賃料：40,300 円～ 64,300 円
■専有面積：57.31 ㎡～ 57.73 ㎡

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

周辺環境

ユートピア川原 … 徒歩5分 … 函館市電「深堀町」停 … 5分 … 函館市電「五稜郭公園前」停 … 10分 … 函館駅前

■函館市電「深堀町」… 徒歩 5 分 (400m)
■国立函館病院 … 徒歩 3 分 (240m)
■柏野小学校 … 徒歩 16 分 (1,280m)
■深堀中学校 … 徒歩 10 分 (800m)



生活協力員（現地管理人）が
入居者様の生活をサポート



忙しい朝にも体に栄養を！
長岡式玄米酵素
朝食の提供
（1日限定 10 食）



DIYで自分らしいお部屋作り
（4・5 階の部屋限定）
退去時もそのままで OK！

忙しいビジネスマンの強い味方！
ルームクリーニングサービス（有料）

近くで便利
コインランドリー設置（有料）

ホームセキュリティで
安心・安全
（別途オプション契約）

広告有効期限／平成 30 年 9 月末日

Century 21 リード不動産

［貸主］(公社)北海道宅地建物取引業協会会員 北海道知事 渡島(4)第992号
センチュリー21リード不動産
センチュリー２１の加盟店は、全て独立・自営です。
リード不動産は NPO 法人はこだて出会いサポートセンター JUNOALL を応援しています。

TEL. 0138-26-5533
営業時間／9：00～18：00
〒040-0033
函館市千歳町27番8号
http://www.lead2103.com
mail@lead2103.com

第100回 全国高校野球選手権記念 北海道大会

高校野球写真展











高校別に全チームの写真を展示 ※1 ※2

写真総数30,000枚以上!! 1高校あたり平均150枚以上展示!!

(2017年実績)

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

入場無料

8/18・19

受付時間
10:00~18:00

●展示写真／南北海道大会・函館支部大会

函館蔦屋書店2階

各校選手の保護者の皆様へ **L判写真を2枚プレゼント!!**

写真展招待状のご案内

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

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

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

■招待状のお申し込み方法

下記専用サイトにアクセスし、必要事項をご入力の上、送信してください。

スマホから

PCから afcアサヒ 検索

https://www.asahi-afc.jp/eikan

専用バナーから

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

招待状の申し込みに関する応募要項

- ご応募はお一人様一回限りとさせていただきます。同一世帯で重複応募された場合は、代表の方一名に取りまとめさせていただきます。
- キャンペーン期間中に予告なく本規約及び本応募フォームの内容を変更する場合がございます。
- お預かりした個人情報は当キャンペーンのプレゼント発送に利用するほか、朝日新聞グループ(当社、当社のグループ企業および各新聞販売所・ASA)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、およびプレゼントやアンケート類の送付
なお、配送や各種案内、調査には、電子メール、アプリ等の通知機能、電話回線、郵送物、メール便を含む宅配便、係員による訪問など、お客様に直接間接に接触する手段を用います。

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

住まいのガーデン外構工事なら信頼と実績の当店へ!あなたの住まいを演出します。



熟練の職人が確かな技術でお客様のニーズに応えます!

外構・施工内容

砂利敷き・インターロッキング・土止め・アスファルト
駐車スペース・カーポート・門扉・門柱・フェンス
玄関フード・サンルーム・バルコニー・ベランダ
生け垣・ガーデニング

(記載されている以外の施工でも、お気軽にお問い合わせください)



株式会社
プラスター アラキ
〒041-0853 函館市中道1丁目21番16号
TEL (0138) 52-0201/FAX (0138) 52-7062



くもんの先生説明会

55歳までの女性の参加をお待ちしています。

会場	日程	時間帯(各回90分)
ホテル法華クラブ函館	9月7日(金)	10:30~
シエスタハコダテ(4階Gスクエア)	9月8日(土)	①10:30~ ②13:00~
公文教育研究会 函館事務局(函館駅前)	9月13日(木)	①10:30~ ②13:00~
	9月14日(金)	①10:30~ ②13:00~
シエスタハコダテ(4階Gスクエア)	9月15日(土)	10:30~
	9月20日(木)	①10:30~ ②13:00~

お気軽にご参加ください!

くもんの先生になりませんか。

まずはホームページをチェック! くもんの先生 検索

お問い合わせは フリーダイヤル **0120-834-414** 受付時間9:30~17:30 土・日・祝日を除きます

公文教育研究会 北海道エリア リクルート・育成チーム
〒060-0807札幌市北区北7条西4-5-1伊藤110ビル3階 KUMON

家族葬向け小規模ホール
セレモニーハウス桐花



こんな経験・疑問ございませんか? **家族葬Q&A**

Q 家族葬で会葬者が少なく、会場が広くて寂しかった。

A 当斎場は家族葬向けの小規模ホールなので、20~60名の御葬儀に最適な広さです。10名前後の場合は安置室(リビング)での御葬儀にも対応致します。



Q 葬儀費用の備えの為の積立制度はありますか?

A 弊社では積立制度はございません。葬儀会社に預けるよりも銀行等を御利用した方が何時でも出し入れできますし、安心で安全かと思われます。ですが、弊社には積立とは違う会員制度がございます。会員になられると御葬儀発生の際、祭壇等各種割引が適用になり御遺族の経済的負担を軽減する事が可能です(詳しくは右記桐花あんしんの会特徴をご参照下さい)。

Q 不要な物までパック料金に入っていて、費用がかかりすぎる事はありませんか?

A 弊社では不要な物まで含まれがちなパック料金を設定しておりません。祭壇・棺・香典返し等を自由に選択して頂き、無駄の無い御葬儀費用を算出致します。

Q 自宅に故人を安置するのが困難なのですが・・・

A 当斎場には御遺体を安置できるリビングに御遺体搬入が可能です。台所、洗面所も完備しているので御遺族も一緒に自宅のようにお過ごし頂けます。



Q 遠方から親戚が来るので、アクセスが容易な場所が良いのですが・・・

A セレモニーハウス桐花は函館駅から徒歩数分、国道5号線に面しておりますので交通アクセスも容易です。近隣にはホテル、飲食店も多数あるので便利です。

Q 故人らしさ溢れる演出がしたいのですが、対応してもらえますか?

A 御遺族の御要望にはできるだけお応えします。BGMを演歌にしたい。写真を沢山飾りたい。孫が演奏をして送り出したいなど・・・『携わるスタッフ全員が遺族の一員のつもりで取り組む』地元で100年以上御葬儀のお手伝いをさせて頂いてきた弊社の変わらぬテーマです。

いざという時に御家族の精神的不安や経済的不安を少しでも解消したい。
それが、『桐花あんしんの会』です。

桐花あんしんの会 特徴

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

弊社では御訪問しての強引な勧誘や営業活動はしておりません。
会員福特典などもございますので、斎場御見学やホームページを御参照頂きお申込み下さい。御要望があれば直接御訪問し説明させて頂きます。

ご相談・ご依頼・お見積り・
親切丁寧を心がけてご相談を承ります。



24時間お問合せ
ご相談/無料見学
詳しくはお問い合わせの上ご相談下さい。
お問合せ先 **0138-22-1684**

家族葬向け小規模ホール
セレモニーハウス桐花

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

小田桐葬儀社 函館 検索
http://www.odagirisougisya.com/

新函館新聞

配達アルバイト募集

■給　　与／月55,000円～
■配達時間／AM3:00～
　　2時間半位
※市内全域で募集中
　配達地域は電話にて御確認下さい
■車輌持込出来る方





委細面談
不在の場合は
留守電に
連絡先（TEL）を
残して下さい。

函館新聞専売所

函館市港町1-17-8
☎（0138）84-6590
（受付け時間は10時～17時となります）

今がチャンス！隊員が足りません！



陸・海・空 自衛官募集

受験種目	受付期間	採用試験日	応募資格
一般曹候補生（定年制）	7月1日～9月7日	1次：9月21日(金)～23日(日・祝) 2次：10月13日(土)～14日(日) （いずれか1日を指定します。）	18歳～26歳の男女（中卒可）
自衛官候補生（短期制）	年間を通じて行っています。	9月8日(土)、9日(日)、10日(月)、16日(日)、28日(金)、29日(土)、30日(日) （いずれか1日を選択可能、11月以降も実施します。）	
航空学生（パイロット）	7月1日～9月7日	1次：9月17日(月・祝) （2次以降は別示）	海：18歳～22歳の男女 空：18歳～20歳の男女 （高卒・見込を含む。高専は3年次修了者で見込みを含む。）

お気軽にお問い合わせ下さい
自衛隊函館地方協力本部

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

読売KODOMO新聞
よみうりこどもしんぶん

大人が読んでも面白い！

おかげさまで20万部！
創刊100号突破!!



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

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

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

好評！週替わり企画
AKB48 NEWS 日記 など

一週間のニュースから
政治・経済が
社会・国際が
わかりやすい!!

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

●タブロイド判　20ページ／オールカラー
※一部地域は配達日が異なります。

家計にやさしいワンコイン!!
月ぎめ 500円

よみサポ
よみうり購読サポート

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



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

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

離れて暮らすあの人に、新聞購読をプレゼント！

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

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

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

函館新聞 電子版
HAKODATE SHIMBUN DIGITAL

電子版ご利用者様からの声



会社員
20代男性

速報はリアルタイムで事件・事故がわかるのでマメにチェックしています。

朝の通勤時にバスの中で見ています。気になる記事はスクラップして時間のある昼休みや夜にまとめて見る事が出来るので時間の使い方も変わりました。



主婦
30代女性

電子版は掲載日を覚えていなくてもキーワードさえあれば、過去のニュースが表示されるので重宝しています。

会社員
30代男性



仕事のお取引もありますのでおくやみ欄は欠かさず見ています。前日の夜に見られるので出張中でも帰ってから慌てる事がなくなり安心です。

会社員
40代女性



子供が高校生で部活をやっています。細かく記事が載っているのと写真もカラーで見られてフォトサービスから簡単に購入出来るので便利です。



自営業
50代男性

会社でも、旅行中でも、ご自宅でも

函館新聞 電子版

個人・法人プラン

電子版コース

月額 1,580円

電子版のみをご利用いただく場合のコースです。

購読申し込み

お申し込み月は電子版の購読料無料（最大1ヵ月）

函館新聞　コース　検索

※お申し込み月は無料となりますが、お申し込み当月内に解約した場合は1カ月分の月額料金がかかります。

試読申し込み

函館新聞電子版を1週間だけ無料でご利用できます。

函館新聞　試読　検索

※1人に付き1回までとさせていただきます。

電子版コースをご購読の方は

函館新聞社発行のフリーマガジン

HAKORAKUを［ハコラク］

ご自宅・会社へ毎月お届け！



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

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

お申し込みについて

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

お支払方法

・クレジットカードでお支払いとなります。・法人会員は請求書発行の年払いも可能です。
※函館新聞本社よりご請求書を発行いたします。

函館新聞電子版がさらに見やすくなりました!!



函館新聞電子版スタッフ募集

広告局 システムエンジニアスタッフ【正社員】

◆募集人員／1名
◆内容／弊社が運営しているwebサービス、社内システムの運営、サーバー管理等の社内エンジニアとして業務に携わります。
◆資格／ホームページ作成(HTML、CSS、javascript、PHP)等の経験者、サーバー構築・管理経験があれば尚可、Uターン・Iターン歓迎
◆時間／10:00～18:30※早出・残業有
◆休日／月7日
◆給与／月167,000～258,000円
（年齢、経験を考慮の上決定、その他手当含む）
◆待遇／各社保完備、試用期間6カ月は契約社員雇用他 当社規定による
※正社員登用後は、昇給有、賞与年2回、企業年金制度有
◆応募締切／随時

広告局 デジタルメディア部アシスタント【パート】

◆募集人員／1名
◆内容／『函館新聞電子版』の顧客管理(データ入力)とPR活動などの運営補助業務。(事業部補助もあり)
◆資格／未経験者歓迎(パソコンの基本操作ができる方)
要普通自動車免許、車を業務に使用できる方
(ガソリン代は別途支給)
◆時間／10:00～18:30/基本週5日
◆休日／土日・祝日※業務により変動
◆給与／日給6,500円
◆待遇／車通勤可、交通費規定支給
◆応募締切／随時

応募方法 写真付履歴書及び職務経歴書を下記住所まで持参又は、郵送下さい。書類選考の上、追って面接日時を連絡致します。
函館新聞社 総務局 総務部　〒041-8540 函館市港町1丁目17番8号　電話(0138)40-7171

Salon Interview
～癒しを手がける人～



もみほぐしサロン イヤシンス

セラピストマネージャー

森田　麻奈美さん（27歳）





［Profile］函館市出身。北海道七飯高等学校卒業後、湯川町のホテルなどでリラクゼーションセラピストとして勤務。その後４年間の介護職経験を経て、もみほぐし店を全国展開する「りらくる」に入社。平成３０年に立ち上げメンバーの一人として「もみほぐしサロン　イヤシンス」をオープンさせた。休日にはさまざまな店の施術を体験したり、行きつけの酒場で癒されている。



もみほぐしサロン イヤシンス

函館市富岡町2-37-20　☎0138-87-0880
10:00～24:00（23:00最終受付）　予約優先
不定休　P有り
https://www.iyasince.com

「体だけでなく、心までほぐしたい」日々進化を続けより良い〝癒し〟へ

―今年4月にオープンした「もみほぐしサロン　イヤシンス」。バリ島のスパをイメージした店内で〝五感の全てから癒しを〟をモットーにオールハンドのもみほぐしで日々の疲れを癒すサービスを提供。斉藤浩二オーナーと共にこの店を作り上げてきた森田さんがセラピストを志したきっかけは。

学生時代から美容に興味があって進学か就職か迷っていた時に、アロマやエステを取り入れたリラクゼーション業界の求人を見て実際にやってみようと思ったのがきっかけです。一時はこの仕事を離れ介護職に就いていたのですが、そこで出会った年配の方には睡眠障害で悩む方が多く、足などをもみほぐしてあげるとリラックスして良く眠れるようになったんです。そこで改めて癒しの重要性を実感し、もう一度やってみたいと思うようになりました。

―この仕事の魅力は。

お客様から直接声を掛けてもらえることですね。「ここに来るのが楽しみで、仕事を頑張れる」と話してくれたり、施術を終えて「体が楽になった」と言ってもらえると、やった甲斐があったなと実感します。自分やオーナーの施術を絶賛してくれて、以前勤めていた店から週に2回ずっと休まず通い続けて下さっているお客様もいらっしゃいます。長く通ってもらえると体の変化が良くわかりますし、何よりお客様自身が一番施術の効果を実感できると思います。





―苦労する点は。

体に辛さや悩みを抱えて来店される方が多いので、セラピスト自身が常に学ぶことが必要です。痛みがある方には触ってはいけない所もあるため、筋肉の位置など正しい知識がないと自信を持って施術することができません。年配の方は骨がもろくなっていることもあり、力加減などコミュニケーションをしっかりととって相談しながら施術するよう気を付けています。普段からセラピスト同士でもみあい研修を繰り返し行い、一人ひとりのお客様に合った施術へと近づけるよう日々努めています。

―大事にすることは。

人それぞれ求める〝癒し〟は違います。施術に集中したい方、眠りたい方、話をしてストレス発散したい方もいます。ファーストコンタクトを大切に雰囲気や反応を見ながら対応することを心掛けています。体だけではなく心もほぐし、癒してあげたい。それが自分たちの仕事だと思っています。

―得意な施術は。

圧を掛けて筋肉をしっかりともみほぐすことと、老廃物を流すイメージのオイルを使った足つぼの施術が得意です。ただのむくみと思っていても、血液の流れが悪くなると体が不調になります。痛みが出た時にはもうそれは体からの危険信号。そこから回復するにはどうしても時間がかかるので、その前に日頃からメンテナンスをしっかりとしてあげることが大切です。

―おすすめのメニューは。

全身のもみほぐしとストレッチがセットになったコースで、特に腰が辛い方や体の硬い方におすすめです。ストレッチの施術では背中に当てて横になるだけで正しい姿勢へ導くコンディショニングマット「背すじピン」を使います。このマットには中央部分に溝があるので背骨を圧迫して緊張させることなく高いストレッチ効果を得られます。スポーツをする人にもおすすめで、今の時期だとゴルフをされる方に人気です。プレー前にこの施術を受けると姿勢が良くなってスイングが良くなると好評ですよ。

―今後の目標は。

お客様が求めるものに少しでも近づけていきたい。毎日お客様から学ぶことがあります。長く通い続けて下さっているお客様も多いので、同じことを続けていては飽きてしまう。新しい手技を覚え、コミュニケーションなどさまざまな面で成長し、進化し続けることで、より良いものを提供していきたいです。

―読者の方へメッセージをお願いします。

バリに来たかのような落ち着く空間で、非日常的な時間を過ごして頂きたいです。オールハンドのもみほぐしで心身共に癒されていただけたらと思います。施術を受けたことが無い方も、色々な店に行ったことがある方も、この店の雰囲気を感じに気軽に来ていただきたいです。



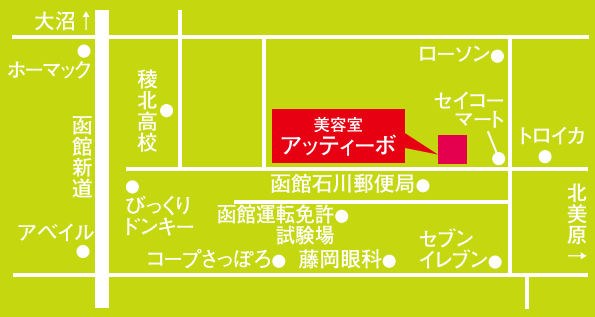
取材：多田　麻里江　　写真：佐藤　史子

美容室 アッティーボ

MENU

- ●カット(S/B込) ……¥3,240
- ●パーマ(カット込) ……¥8,640~
- ●カラー(カット込) ……¥7,560~
- ●ヘナ(カット込) ……¥8,640~
- ●縮毛矯正(カット込) ……¥12,960~

〈予約優先〉
☎0138-46-7788



*attivo

函館市石川町469-3
営業時間／9:30~19:00
(日曜・祝日は18:30まで)
火曜定休 P有り

DÉCO-FEMME

"自然な優しさ"をあなたに
新しい"ワタシ"は髪から始まる
いつまでもキレイでいたいから…



Cut(S・B込)
一般……¥3,240~
中・高校生……¥2,800~
小学生以下……¥2,200~

Perm(CUT別)
レギュラー……¥6,120~
ハード……¥9,396~

Straight(CUT別)
縮毛矯正……¥9,360~

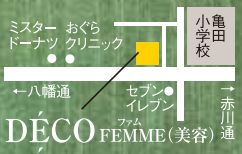
Color(CUT別)
カラー……¥5,040~
リタッチ……¥4,320~

ヘナ(CUT別)
全体染め……¥5,940~
リタッチ……¥4,940~

美容室 デコ・ファム

〒041-0813 函館市亀田本町1-19-1
営業時間／平 日AM9:30~PM7:00
日・祝AM9:30~PM6:30
定休日／毎週火曜日

パート募集(素人可)



予約優先
TEL0138-76-7778
(HPできました)

DÉCO FEMME(美容)
DÉCO HOMME(理容)

[お知らせ]当店のお客様に限り出張美容致します。詳しくはTELにて。

函館コンタクトであなたに最適なコンタクトを見つけよう

Quoカード500円分プレゼントキャンペーン

バイオトゥルー
ワンデーシリーズを2箱購入と
アンケートに回答された方!!

おトク!



まずは無料でお試し!!!

遠近両用のコンタクトレンズには
様々な種類があります。
当店では
無料でお試しする事ができるので
普段の生活の中の見え方を
確認してから購入ができます。

NEW



バイオトゥルー®
ワンデー トーリック



バイオトゥルー®
ワンデー



バイオトゥルー®
ワンデー マルチフォーカル
遠近両用

NEW



ロート
ワンデーフレッシュビュー®
リッチモイスト

※眼科での検査費用は別途必要となります。※装用感には個人差があります。

函館コンタクト

函館市日吉町3丁目43番24号(花園眼科隣り)
TEL FAX 0138-55-5311



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

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

各種クレジットカードOK!!

からだに、心に効く!!
「高酸素カプセル」
お試しキャンペーン!!

期待できる効果
美容・肉体疲労・
眼精疲労・
ケガの回復など

8/16~9/14まで 好評予約受付中!!

酸素パワー!

高気圧・高酸素カプセル

60分 3,500円→ 1,500円
90分 5,000円→ 2,000円

・カプセル営業時間＝9:00~24:00(22:00受付終了)
・新規ご利用の方に粗品進呈!ぜひご利用ください。

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

天然温泉100%かけ流し
ホテルかもめ館
函館市湯川町1丁目5番18号(P有り)
☎0138-59-2020



日帰り温泉650円
(5:30~9:30,13:00~24:00)
カプセルご利用者の
岩盤浴は800円です。
(温泉付)



非日常の空間で
極上のもみほぐしを



～五感の全てから癒しを～

バリ島のスパをイメージした店内とオールハンドのもみほぐしで日常の疲れを癒します。5台のベッドの中からお好みの空間をお選びいただけます。ぜひ一度ご来店下さい。

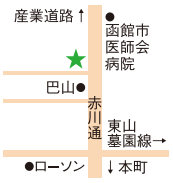
もみほぐし 60分 3,680円(税込み 3,970円)
●バリ風 足つぼ…… 30分 2,340円(税込み 2,520円)
●もみほぐし+バリ風足つぼ 60分 3,940円(税込み 4,250円)
●もみほぐし+ヘッド(頭)…. 60分 3,890円(税込み 4,200円)
●もみほぐし+ハンド(手)…. 60分 3,990円(税込み 4,300円)

健康なカラダづくりは正しい姿勢から
もみほぐし+ストレッチ「背すじピン!」
60分 3,990円(税込み 4,300円)
相模ゴム工業との提携で実現したコンディショニングマット「背すじピン!」を使用した新感覚ストレッチ





もみほぐしサロン
癒
イヤシンス
函館市富岡町2-37-20 ☎0138-87-0880
10:00~24:00(23:00最終受付) 予約優先
不定休 P有り https://www.iyasince.com



LAWSON

おさいふ Ponta



年会費無料



おさいふPontaとは?

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

会員情報登録すると…



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

チャージして
お買い物
ポイントがたまる



詳細は店内の申込書またはホームページで

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

男を磨く 楽しむ 遊ぶ
メンズ特集

ヘアサロン、メンズエステ、セレクトショップ…
男性ならではの美容や身だしなみ、
おしゃれを提案してくれるプロの手で
カッコ良くて新しい、
自分らしいスタイルを手に入れよう

顔剃りは男の身だしなみ!!
親子でカッコ良くなっちゃおう!

KKT かみきり隊





大野新道沿いに面し、幅広い年齢層が気軽に入れる同店では洗練された技術とリラクゼーションを兼ね備えた「男性限定メニュー顔剃り・シャンプー」（各５００円）が人気。施術後はスッキリとした満足顔で帰る客が多いという。カット料金は大人1 ,０００円、子供６５０円とリーズナブルな設定！親の膝の上で安心してキッズがカットするスタイルも人気！！店内にはキッズスペースも完備！スムーズにサービスできるよう電話での予約がおすすめと同店。※価格は各税別



得 60歳以上の男性限定!
敬老の日!早得割り!

8月17日～9月20日まで　平日のみの提供

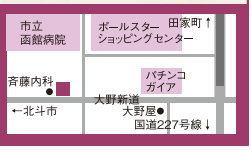
大人総合調髪 2,000円が…
（顔剃り･シャンプー、カット）

1,380円に!!!

サプライズ料金で男を磨いちゃおう(=ﾟωﾟ)ﾉ ※各税別

※抱っこでカットするお子様は大人料金となります。尚、お子様の様子を見てお断りさせて頂く場合もあります。また、小学生以下のお子様はカットのみの施術となります。

函館市亀田港町1-5
TEL080-8628-5585
営業時間／月～金 10:00～19:00
土・日 9:00～19:00
定休日／火曜日･第3水曜日



日焼けから歯のホワイトニングまで モテる男を目指すならこの店で!!

Deep Black
ディープ ブラック





上下着るだけでキマる優れもので、海でも街でもそのまま遊べ、ユニセックスに楽しめる「GORI’Z」をはじめ、「アンコキーヌスワロフスキー」（腕時計）など、派手目のファッションブランドを販売する人気ショップ。シューズやフォトTシャツなども豊富で、季節に合わせて品揃えが変わるので、何度足を運んでも楽しめる。また、年中人気の日焼けマシンはベッド型とフェイス型を設置し、気分で使い分けられる。ほか、歯の「セルフホワイトニング」も体験できるので、興味のある人は足を運んで欲しい。



今は男性も脱毛する時代♪ メンズ脱毛全メニューがお得!!

シェレーヌ エステティックサロン函館店



メンズ向けのメニューを開始してから着々と男性客を増やしている同店。人気の両脇脱毛が通常８，６４０円のところ初回お試し価格４,３２０円で利用できるなど、１０月末まで半額になるキャンペーンを実施。また、ぽっこりお腹やたるみで悩んでいる人には、お腹周りを集中的にトリートメントする「ウエストコース」がおすすめで、通常８，６４０円が初回お試し価格４，３２０円とお得。「完全個室なので恥ずかしがらずにご予約ください」と金濱店長。



I'm Professional.
LOTAS CLUB

クルマのことならロータスクラブへ

ロータスクラブは、全国1,600店の自動車整備ネットワークです。

道内店舗検索



月々定額 新車生活
ロータスレンタカー

人と地球と車にやさしい思いやり

カーセールス　整備・修理　車検　部品・用品　保険　ロードサービス　鈑金・塗装

【全日本ロータス同友会 函館支部】

- 函館自動車工業株式会社
- 有限会社石垣自動車商会
- 有限会社山崎自動車商会
- 有限会社函館カーサービス
- 有限会社ガレージサンディ
- 株式会社財津自工
- 有限会社足立電気自動車工業所
- 有限会社カーショップニシノ
- 函館タクシー株式会社

ロータス函館有限会社　TEL（0138）22-1171 函館市大手町3番15号（函館自動車工業㈱内）

ロータス入会受付中！　整備業者の皆様へ「ロータスで一緒に勉強しながら、これからの経営をしませんか？」

ロータスクラブ　ロータスクラブ

50TH ANNIVERSARY
HIACE

海へ、山へ、森へ、
そして新しいフィールドへ。

毎日がビッグデイ。



■新型ハイエース　特別仕様車スーパーGL"50TH ANNIVERSARY LIMITED"
（4WD・2800ディーゼル・標準ボディ）　車両本体価格／4,160,160円

Photo：特別仕様車スーパーGL"50TH ANNIVERSARY LIMITED"（FR・2800ディーゼル・標準ボディ）[ベース車両はスーパーGL（4WD・2800ディーゼル・標準ボディ）]。ボディカラーの特別設定色グラファイトメタリック（4X7）はメーカーオプション（32,400円）。

福祉活動に積極的に協力します

函館トヨペット株式会社

本社／函館市石川町169番地35　☎0138-46-2111　■定休日／第一月曜日・毎週火曜日
■営業時間／9:00~17:30　お客様相談テレフォン フリーコール 0120-46-2141
●ホームページ　www.hakodate-toyopet.jp
※車両本体価格はスペアタイヤ、タイヤ交換用工具等を含む価格です。※税金（消費税を除く）・保険料・登録等に伴う諸費用は別途申し受けます。※リサイクル料金が別途必要となります。

クルマと、つぎの楽しみを。 TOYOPET

MAINICHI 新聞日
×
毎日小学生新聞

毎日ファミリーセット

通常4,673円↓

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

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



他紙より安い！

ニュースと学習記事が満載　読み解く力・考える力がつく

毎日小学生新聞

タブロイド版　定価1ヶ月1,580円　1部60円



ニュースの教科書！

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

池上彰さんも登場！

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

オトナの言葉は難しい！

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

NISSAN
Innovation that excites

函館日産

NOTE e-POWER 4WD 誕生

2018年上半期
登録車販売台数
No.1※

※ノートとして。登録車とは軽自動車及び海外ブランドを除く普通乗用車を指します。2018年1月～2018年6月(自販連調べ)



電気のチカラを4輪すべてに。

新4WD!
新開発。電気のちからを4輪すべてに。

いつもの雪道も、突然の降雪も、
安心して走れる

NOTE
e-POWER



e-POWERの「パワフル」「スムース」「静か」「ワンペダル感覚」 ＋ 4WDの「走破性」「安定性」「安心感」!

ノート e-POWER X

4WD／5ドア／1200
車両本体価格　2,237,760円（消費税抜き価格　2,072,000円）

エコカー 免税対象車

1 4.5% 残価設定型クレジット
月々 1万,800円

【お支払い例：実質年率4.5%、5年（60回払い）、契約走行距離1,000km/月】■頭金（消費税相当額含みます）337,760円■所要資金1,900,000円■初回お支払い額106,133円×1回■月々お支払い額10,800円×49回（2回目以降）■ボーナス月お支払い額100,000円×9回■最終回お支払い額❶新車にお乗りかえ0円❷クルマをご返却0円❸クルマをお買取648,000円■お支払い合計（含む頭金）❶❷の場合1,535,333円❸の場合2,183,333円

Smooth Driving 1 滑りやすい交差点での発進・加速がスムース



Smooth Driving 2 坂道発進でもタイヤが空転しにくい



Smooth Driving 3 2WD→4WDが自動で切り替わる



Smooth Driving 4 下り坂での安定した減速





ノート e-POWER X FOUR シーギア

エコカー 免税対象車

4WD／5ドア／1200　車両本体価格　2,475,360円（消費税抜き価格　2,292,000円）



ノート e-POWER AUTECH FOUR

エコカー 免税対象車

4WD／5ドア／1200　車両本体価格　2,480,760円（消費税抜き価格　2,297,000円）

〈エコカー減税について〉【適用期間】自動車取得税：2019年3月末までの登録（届出）車、自動車重量税：2019年4月末までの登録（届出）車。車種・グレード・車両重量、オプション装着等によって減税措置の適用内容が異なります。〈自動車税・軽自動車税について〉【適用期間】自動車税：2019年3月末までの登録車、軽自動車税：2019年3月末までの届出車（それぞれ登録（届出）翌年度から1年間適用）。車種・グレード・排気量等によって減税措置の適用内容が異なります。詳しくはカーライフアドバイザーまでお問い合わせください。※税金（消費税は除く）・リサイクル料金・保険料・登録に伴う諸経費は別途申し受けます。　※比較対照価格はメーカー希望小売価格です。　※掲載車には付属品は含まれておりません。

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。

SOMPO ホールディングス | 保険の先へ、挑む。

損保ジャパン日本興亜

保険の
先へ、挑む。



損保ジャパン日本興亜はSOMPOホールディングスの一員です。

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

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。



快適なドライブはいかがですか

あなたの車をキレイに快適にリフレッシュ
車の事なら何でもおまかせ下さい

車内の隅々までプロが丁寧にお掃除、
窓ふき、洗車コミ
車内クリーニング
(ミラ・ワゴンRクラス) ¥1,500~



オイル汚れなど細かい箇所までクリーニング
エンジンルーム
クリーニング
※車種によって金額が異なります ¥2,000~



気になるシートの汚れもキレイに
クリーニング
シートクリーニング
1席 ¥5,000~



エアコンの調子はいかがですか?
車内の空気を快適に
エアコンフィルター
¥3,000~



ヘッドライトがキレイなだけで車の印象が変わります。
キレイにコーティングする事で、黄ばみ、白ボテを防ぎます
ヘッドライトプロテクト
軽四 ¥3,000 普通車 ¥4,000 大型・1BOX ¥5,000



気になる黄ばみやシミもキレイな仕上がり
天井の汚れ
SSサイズ ¥8,000~

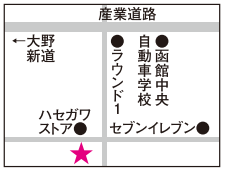


価格は各税別



有限会社
ウィンエンドレス
函館市西桔梗町852-3
営業時間/10:00~18:00　定休日/火曜日

お気軽にお電話下さい
☎48-0605



函館中央三菱・道南スズキ販売

8/25(土)・26(日)
AM9:30～PM5:00

大野新道店単独企画
体感試乗祭



※電話でのご予約はできません。会場にて乗車受付をお願いいたします。
※シートベルトを装着できない方(お子様も含みます)は乗車をご遠慮願います。

8/25(土)・26(日)両日開催

- ドリンクサービス
- ちびっ子プレゼント
- JAF子ども免許証
- 青空市
- たこ焼きコーナー
- かき氷コーナー
- サマータイヤ大特価
- ドライブレコーダー大特価
- 新車、中古車大特価

空クジなしの抽選会
フェア期間中にご来場の方にもれなく抽選でプレゼント！

※写真は現物と異なる場合がございます。

- **A賞** バルミューダトースター
- **B賞** 全国共通お食事券 ジェフグルメカード 5,000円分
- **C賞** 麒麟淡麗生 350ml 6缶
- **D賞** QUOカード 300円分
- **E賞** BOXティッシュ 1箱

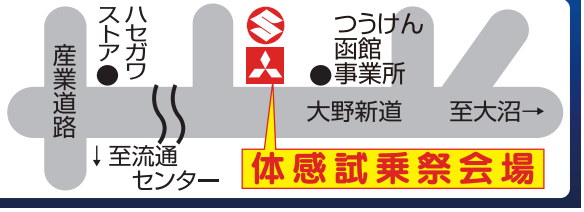
大試乗会
今ご試乗されるとトイレットペーパー12ロールプレゼント

ジムニー / ハスラー / スペーシア / クロスビー / ソリオ / スイフト / イグニス / エスクード

パジェロ / デリカD:5 / アウトランダーPHEV / エクリプス クロス / RVR / デリカD:2 / ekワゴン / ekスペース

8月25日(土)・26日(日) 体感試乗祭
会場はこちらです
8月25日(土)・26日(日)体感試乗祭は、大野新道店のみでの開催となります。

大野新道店
北斗市清水川142-20
☎(0138)77-1111(代)



函館中央三菱自動車販売(株)　道南スズキ販売(株)

まちの魅力探しに行こう

ぶらり街角散歩

函館市湯川町1丁目・2丁目

350年を越える古い歴史を持つ湯の川温泉郷
老舗温泉宿が立ち並ぶ漁火通エリアでは
間近に迫る海岸から潮の香りが漂い
温泉郷の中にある市民の生活が感じられる
きらめく太陽を浴びながら夏の湯川を訪ねた





温泉通から続く住宅地に立つ「**ティールーム　トニー&テディー**」。中島美浦子オーナーのおいで俳優の中島トニーさんの芸能プロダクションとしてスタートし、平成28年公開の映画「函館珈琲」へのトニーさん出演をきっかけに「映画の続きのような場所になれば」とオープンしたカフェ。定期的に音楽イベントやパーティーを企画するなど人との縁を大切にしながら営業してきた。庭を眺められるくつろぎの空間で味わえるのは美しい洋食器が彩りを添える特製カレーやスイーツ。アーモンドが香ばしい自家製「トスカケーキ」（400円）は、水を一切使わずしっとりと焼き上げた生地の濃厚でコクのある甘味が楽しめ、ベネチアングラスに盛り付ける「アイスクリーム」（500円）など、オーナーこだわりのブレンドコーヒー（550円〜）と供に味わえば特別なひと時に浸ることができる。





毎年花火の季節に合わせて登場する行灯

非日常を感じるカフェの心安らぐ時間と海辺の名湯に癒される

松倉川の河口で潮風に吹かれてから「**湯の浜ホテル**」へと歩を進める。創業から90年近い歴史を持つ老舗ホテルの日帰り温泉は、かつて土方歳三も入浴したと言われる湯の川温泉伝統の泉質を源泉かけ流しで楽しめるスポット。5つの浴槽を持つ開放的な「大浴場」の寝湯では、天井まで続くガラス窓から津軽海峡をゆっくりと眺められ、休業していたサウナは今年復活したばかり。日帰り入浴の営業時間中の「大浴場」は通常女湯が海側になっており、ここから着替えて移動する「しおさい漁火露天風呂」では〝番屋〟風のヒノキの浴槽から水平線はもちろん函館山まで見渡す海岸線を男女いつでも一望することができる。入浴料は大人1000円で、バスタオル（200円）やフェイスタオル（100円）のレンタル、アメニティの用意もあるので、手ぶらでカジュアルに絶景温泉を楽しみたい。







文・写真：多田　麻里江





昔ながらの店内でこだわりの茶そばに舌鼓
水槽で元気に泳ぐ活魚介に心が躍る

汗を流した後にさっぱりとしたものを食べたくなり「**茶そば　みのや　湯ノ川店**」の暖簾（のれん）をくぐる。函館市内では珍しい茶そば専門店として創業し、田家町にある姉妹店とともに親子2代で店の味を守り40年以上になる。「おいしいと言ってくれる常連さんや、通ってくれる仲間に支えられて今日まで頑張って来られた」と市島剛志大将。横津岳の湧水と蘭越町産のソバ粉を使って毎朝作る自家製麺には、香りが立つように店内で茶葉から粉末に仕上げる抹茶と京都の宇治抹茶をブレンド。コシのある麺をすすれば、南茅部地区産の昆布や小樽から仕入れるカツオ節からダシを取るつゆと抹茶の風味が合わさり独特の香りが鼻腔をくすぐる。揚げたての季節野菜やエビ天と味わう冷たいそば「天婦羅」（780円）で色鮮やかなこの店ならではのそばをじっくりと堪能したい。

漁火通に戻ると「**カネフト川村鮮魚**」の黒壁の外観が目を引く。平成27年に銭亀町から移転オープンした店舗には、毎朝スタッフ全員で仕入れる魚介がずらりと並び、巨大な水槽には赤貝からオマールエビまで活ものだけで50種類を超える。独自ルートで仕入れる活イカは年間を通してほぼ切らさずに用意し、泳ぎ回る様子は水族館に来たようなワクワク感がある。川村政人社長は「一つの店でこれだけ揃うのはなかなか無いよ」と話し、市内の寿司店など素材にこだわる業者からの信頼も厚い。その場で刺身にもしてくれ、地元客はもちろん観光客が宿泊先で食べたいと注文に来ることもしばしば。1度に30袋購入した人もいるという人気の「鮭トバ」（1袋1000円・税別）や、ホッケや活イカが登場する自家製一夜干しもおすすめで、今晩の食卓から酒のつまみまで相談したい。







1 **Tea Room** Tony&Teddy（ティールーム トニー&テディー）
函館市湯川町2-7-4　☎0138-57-5767
12:00～17:00　木曜定休　P有り

2 **函館・湯の川温泉 湯の浜ホテル**
函館市湯川町1-2-30　☎0138-59-2231
日帰り入浴:大浴場は13:00～　露天風呂は14:00～（各20:00最終受付）
無休　P有り

3 **茶そば みのや 湯ノ川店**
函館市湯川町1-12-1　☎0138-57-8321
11:00～19:30L.O　月曜定休　P有り

4 **株式会社カネフト川村鮮魚**
函館市湯川町1-1-7　☎0138-76-8363
10:00～18:00　水曜定休　P有り



金・プラチナ 貴金属

「どこよりも高く買い取る店」を目指し “地域密着”で頑張ります!!!

※他店のチラシ等をご持参ください。そのお店より高く買い取りさせて頂きます。



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



使わなくなった指輪



壊れた金縁メガネ

取れてしまった金歯

12.5万円以上で買取ました!!



天皇陛下御即位10万円金貨

※相場により金額は変わります。

新品だと更に査定額アップ!!



ブランドバッグ 財布・アクセサリー

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

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。

地域最高水準で 高価買い取りを目指します

※他店のチラシ等をご持参ください。
そのお店より高く買い取りさせて頂きます。



普通切手 記念切手・レターパック ハガキ・中国切手

切手は郵便局でも現金化することはできません。

整理 分け 整理 買取 買取

生前整理
形見分け
遺品整理
出張買取
郵送買取

買取価格アップ!!

テレホンカード



刀剣・象牙
鯨・一角・セイウチ



環境省・経済産業省特定国際種事業者
T-1-01-00572

新品



家電・工具・ストーブ
住設機器・発電機
その他ジャンル問いません。

※業者・一般を問わずご連絡ください。



酒類 飲まないお酒 ありませんか?

まずは お電話ください。

ジャンルを問わず買い取りいたします。



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

[貴金属・切手・ブランド品] 現金買取専門店

※身分証明書を必ずお持ちください。 駐車場あります

買い取り本舗 函館昭和店

古物商許可 北海道公安委員会 第112010001067号

函館市昭和3丁目2-21タウンハイツ昭和1階
【昭和タウンプラザ(GU・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（コーコーイーナイサン）



割増クーポン一切不要

その時々の相場で最も高いと思われる価格で買い取りさせて頂いております。
ご面倒でも最後にお立ち寄り下さい。

PRESENT

気になる商品をゲットしよう【プレゼント】

C 鍛高譚（たんたかたん）の炭酸割り「全力しっそー」

350ml缶　1ケース（24本入り）



3名様

※応募は20歳以上の方限定

華やかな香りが人気のしそ焼酎「鍛高譚」の炭酸割りが北海道限定・数量限定で登場。「鍛高譚」は北海道白糠町産の厳選された香り高い赤シソと大雪山系を望む旭川市の清らかな水を使用した爽やかな風味の焼酎。今年3月にリニューアルして約20倍に香りがアップしました。

■提供／オエノングループ 合同酒精株式会社
☎03-3575-2787

B サッポロ生ビール黒ラベル GLAY函館・緑の島LIVE缶

350ml缶　1ケース（24本入り）



3名様

※応募は20歳以上の方限定

8月25・26日、GLAYが地元函館・緑の島で開催する5年ぶり2度目の大型野外ライブを記念したオリジナルデザイン缶。今回のライブツアーのオリジナルロゴを缶体に大きく配置し、開催日程・開催場所の文字なども記載。サッポロビールは北海道で行われる音楽イベントを応援しています。

■提供／サッポロビール株式会社
0120-207-800（お客様センター）

A ブラックニッカ リッチブレンド

700ml



3名様

※応募は20歳以上の方限定

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

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

F 顆粒片栗粉「とろりんぱっ」

140g 4個セット



5名様

水溶き要らずで振りかけるだけ、容器からそのまま振りかけられる片栗粉。北海道産馬鈴しょでん粉100％使用。添加物が一切入っていないため、小さな赤ちゃんの離乳食などに、また、とろみがつくことで、高齢者にも食べやすい食事になり、介護食などにもおすすめです。

■提供／ホクレン農業協同組合連合会
☎011-232-6116

E ウィルキンソン タンサン エクストラ

490mlPET　1ケース（24本入り）



3名様

炭酸水の人気ブランドから9月4日発売される「ウィルキンソン　タンサン　エクストラ」は、食事から摂取した脂肪の吸収を抑える機能があるという難消化性デキストリン（食物繊維として）を配合した機能性表示食品。食事と一緒に炭酸水を楽しむスタイルを提案します。

■提供／アサヒ飲料株式会社北海道支社
☎011-200-6711

D 「い・ろ・は・す　天然水」北海道限定パッケージ

555mlPET　1ケース（24本入り）



3名様

北海道で販売されている「い・ろ・は・す」のラベル前面に「北海道の天然水」というメッセージをあしらった限定パッケージ。採水地は札幌市清田区清田。裏面は北海道命名150年事業のロゴマーク入りデザインで、150年事業を応援しています。

■提供／北海道コカ・コーラボトリング株式会社
☎011-888-2091

応募方法

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9月号プレゼント」係

ホームページ　http://hako-raku.jp

アンケート

Q1 本号で面白かったコーナーと、その理由を教えてください。

Q2 今後取り上げてほしいテーマはありますか。

Q3 本誌に対するご意見・ご感想を自由にお書きください。

■応募締切：平成30年9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。

強運の秘石『天珠』
てんじゅ

The Green Tara
P.S.
HAWAII & SEDONA

～天珠の生まれかた～

およそ2500年前より伝わる天珠の製法は非常に独特なものです。瑪瑙などの天然石に薬草等を混ぜ合わせたもので文様を染み込ませ、文様が綺麗に浸透した物のみを焼き上げます。割れずに残るものは非常に数が少ない為、運を味方につけた強い石だけが天珠として世に出てくるのです。パワーストーンという言葉では収まりがつかない神秘のお守りは、同じものが2つとありません。その神秘的な天珠の魅力により、太古の人々から現代に生きる私達まであらゆる人々にとっての大切な「お守り」として受け継がれています。



数量限定

恋愛成就・運勢も
大上昇すると言われている

日月天珠
にちげつてんじゅ

+プレナイト+シトリン+ルチルクォーツ+ゴールド

恋愛成就・陰陽調和・運勢向上

¥16,000(税抜)

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



オーダーメイドも承っております。お気軽にご相談ください。

プライスリスト
※全て税抜価格です。

天珠	¥6,600～	天然石	¥2,000～
天然石ブレスレット	¥3,800～	お香	¥80～

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。



オリジナル
天珠キーホルダー ¥900(税抜)

天珠の文様をカラフルに描いた織り布で作った、ザ・グリーンターラでしか入手できないオリジナルキーホルダーです。バッグのチャームやモバイルアクセサリーとしてもおすすめです！



The Green Tara
ザ・グリーンターラ

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

「ハコラク見た！」で
ホワイトセージプレゼント
先着30名様
天然石や空間の浄化に最適!!リラックスしたいときにもお使いください
有効期限：2018/10/14まで

www.greentara.jp

九星気学占い

8/16[木] → 9/13[木] 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(サツドラ宝来店向かい)
☎0138-23-0661 10時～15時 ※予約制・時間外は応相談

一白水星

忙しさから解放され、リラックスできそう。多忙でも愚痴は禁物。

見通しをつけたら積極的に動くべきとき。プライベートタイムを充実させれば公私ともに順調。ストレス解消に努めて。家族の体調管理の気配りも忘れずに。

●ラッキーカラー[ピンク]
●吉方[南東]

昭和11.20.29.38.47.56　平成2.11.20.29年生まれ

二黒土星

大きな変化を求める気持ちが高まりそう。現状維持を受け入れて。

焦りや不満を感じ、変化を求める気持ちが高まりますが、変化を求めるとかえって後悔を招きそう。不安を感じたらすぐに中止して安全を確保して。

●ラッキーカラー[紫]
●吉方[南東]

昭和19.28.37.46.55　平成1.10.19.28年生まれ

三碧木星

過去に結果が出なかったことに再トライすると良いかも。暴走注意。

運気は好調。過去に失敗したことでも再トライすると良い結果につながりそう。ただし好調だからと言って暴走すると見込み違いで失敗の恐れも。自己中心的な言動注意。

●ラッキーカラー[水色]
●吉方[西、北西]

昭和18.27.36.45.54.63　平成9.18.27年生まれ

四緑木星

低調運。期待通りの結果にはならなそう。内面の充実を図って。

気持ちもマイナス思考になりがちで、不安や迷いも強くなるとき。親しい人から誤解をされたり恋人のいる人は浮気問題が持ち上がるなど気苦労も多そう。受け流す強さを。

●ラッキーカラー[緑]
●吉方[北西]

昭和17.26.35.44.53.62　平成8.17.26年生まれ

五黄土星

明るい兆し。焦ると失敗のもと、着実に一歩一歩前進を。

緩やかに運気は上昇。一歩ずつ確実な前進が好調の波に乗るカギ。特に目上の人との関係が運気に大きな影響を与えそう。心配りを大切に。

●ラッキーカラー[ブラウン]
●吉方[東、南東]

昭和16.25.34.43.52.61　平成7.16.25年生まれ

六白金星

心も体も活力に満ち溢れるとき。トラブルもパワー全開で解決。

気力体力ともに充実、物事がスムーズに動き飛躍できるとき。ユニークなアイデアにも恵まれ行動範囲が広がって多面的な活躍ができそう。愛情運◎。誘惑注意。

●ラッキーカラー[水色]
●吉方[南東]

昭和15.24.33.42.51.60　平成6.15.24年生まれ

七赤金星

善は急げの福運期。知識より経験を生かすと成功。

運気は引き続き好調ですが、些細なことで周囲とトラブルを起こす兆しも。思いつきで行動しないよう、慎重な行動を。思いがけない臨時収入や運命の出会いもあるかも。

●ラッキーカラー[ネイビー]
●吉方[東、西]

昭和14.23.32.41.50.59　平成5.14.23年生まれ

八白土星

変化を求めてあれこれ迷う傾向。今は野心は持たぬが吉。

運勢はピーク。過去の歩みが表面化して明暗が分かれる分岐点。選択肢がいくつも出てきて迷いそう。常に冷静で慎重な対応を。話すより聞くことが重要なときです。

●ラッキーカラー[ベージュ]
●吉方[東、東南]

昭和13.22.31.40.49.58　平成4.13.22年生まれ

九紫火星

多忙なわりには成果が得られないとき。周囲への心配りを忘れずに。

運気は緩やかに下降。今まで順調に進んでいたことも突然行き詰まったり挫折する恐れも。自信を持つと自信過剰と映り、反感を買うかも。過労からの体調不良に注意。

●ラッキーカラー[ピンク]
●吉方[北東]

昭和12.21.30.39.48.57　平成3.12.21年生まれ

※前半…8/16～8/31　後半…9/1～9/13
※1/1～2/3までに生まれた人は、前年の九星になります。

九星気学(きゅうせいきがく)とは? 古代中国から伝わった占術で、宇宙の気（エネルギー）を九つに分類したものと、さらに「木」「火」「土」「金」「水」の五行の相性を組合わせた占術。



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
月～水／11:00～14:00
木～日／11:00～20:00(19:40L.O)
不定休　※8月22日はお休みさせて頂きます。



カツ重 & おろし納豆そば 1,000円(税別)［エビ天付 1,200円(税別)］

HAKORAKU
9
2018 SEP
No.113

編集人 工藤 貴志
編集部長 佐藤 史子
編集スタッフ 岩佐 美華
多田麻里江
制作 古谷 竜彦
牧野 浩一
近藤ひとみ
校正 渡部 貴子
上村 恵
西村 勇丞
広告 佐藤 純
福田 康紀
畑 匠児
岸 竜一
鳥越 裕子
池田 由佳
松本 宏美
若松 成子
高谷 美紀
鈴木 美奈

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/2018年8月16日
印刷所/凸版印刷北海道事業部

※本誌に掲載している写真、図版、記事などを無断で転載することを禁じます。
価格などは2018年8月16日現在のものです。
※取材及び撮影にご協力いただいた関係者の皆様に厚く御礼申し上げます。

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

次号10月号予告

9月14日(金)発行予定

特集

青森・岩手・宮城…秋を愉しむ東北旅へ

暑さも落ち着き、心地良い秋風が旅情を誘うベストシーズン
函館から少し足を延ばして、いつもとは一味違った秋を満喫しませんか
鮮やかな紅葉や絶景温泉、郷土料理…今行きたい東北のスポットを紹介する

企画特集

この一品で決まり!当店人気No.1メニュー

今日は何を食べよう?席に着いたら、メニューに迷ったら…
気になるのがその店の人気メニューや看板料理
各店に自慢の味とその人気の秘密を教えてもらう

※内容は予告なく変更になる場合がございます。

配布・設置場所

■函館新聞購読者(一部除く)
■函館新聞電子版購読者
■ローソン各店
■サンクス各店
■ファミリーマート各店(一部除く)
■セラーズ各店(一部除く)
■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
■道南うみ街信用金庫本・支店(一部除く)
■渡島信用金庫本・支店
■青森銀行一部支店
■北陸銀行各支店
■函館商工信用組合各支店
■函館市中央図書館
■スーパー魚長各店
■ポールスターショッピングセンター
■マックスバリュ各店(一部除く)
■イエローグローブ各店
■テーオーデパート
■ホクレンショップ
■北文館
■文教堂湯ノ川店
■スーパーブックス桔梗店
■シネマ太陽函館
■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650店

名産市場 今月の逸品

みなみ青果
アサヒメロン2玉
赤肉のアサヒメロンは、糖度14度以上の出荷制限と季節にあった品種が食べられる美味しいメロン。
高い糖度の反面、しつこくなくスッキリとして食べやすい。
冷蔵庫で冷やしてから召し上がれ。



内容量/2玉(送料無料)
販売価格 4,980円(税込)
インターネットショッピングモール 名産市場 MEISAN ICHIBA
名産市場 検索
https://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

新函館新聞館
HAKODATE SHIMBUN

函館新聞は
さらに目に優しい紙面に変わりました



今までより文字が少し濃くなり
より見やすく！

●函館新聞は家計にやさしい

購読料1ヶ月［1部売り/120円（税込）］

2,480円（税込）



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

HAKORAKU［ハコラク］も

毎月お届け！

（一部地域と郵送分は除く）



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）

購読のお申し込みと無料お試しは

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）

チラシ折込を御検討のお客様は

1 売り上げUPに函館新聞

函館新聞にチラシを折り込みませんか



2 道南圏でチラシ折込可能数 約16,000部



新規のお客様獲得に函館新聞を利用しませんか？

3 チラシの事なら函新チラシセンターへ

チラシは売り上げアップに最適手段!!
一度、函館新聞にチラシを折り込んでみて下さい!!



函新チラシセンター

函館市港町1丁目17-8　函館新聞社販売局内

詳しくは函新チラシセンターまで

☎ (0138) 40-4141

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 電子版 函館新聞 検索

上質な時間を楽しむ大人のライフスタイルマガジン
HAKORAKU［ハコラク］
9
2018 SEP No.113
2018年8月16日発行
発行／㈱函館新聞社 広告局 〒041-8540 北海道函館市港町1-17-8
ハコラク編集部・広告営業部 ☎0138-40-5151
http://hako-raku.jp
TAKE FREE

Netz Donan Lineup

Vitz "Amie" 特別仕様車

Toyota Safety Sense 衝突回避支援パッケージ



PHOTO：ヴィッツ特別仕様車 1.3F"Amie"（4WD）。ボディカラーはダークレッドマイカメタリック〈3Q3〉特別設定色。



■ メーターリング（カッパー加飾）



■ アウトサイドドアハンドル（メッキ加飾）



■ 専用シート表皮（メイン：スエード調／サイド：合成皮革）

SPECIAL EQUIPMENT 特別装備

■ Toyota Safety Sense ■ センターレジスターモール＆ノブ（カッパー加飾）
■ サイドレジスターベゼル（カッパー加飾） ■ インパネアッパーモール（カッパー加飾）
■ フロントドアスピーカーリング（カッパー加飾） ■ スタンダードフロントシート（分離式ヘッドレスト）
■ 専用ステッチ（ブラウン［前席のみ］） ■ 専用ドアトリムオーナメント（ブラック）
■ インサイドドアハンドル（メッキ加飾） ■ インパネオーナメント（ブラックストライプ）
■ フロントパワーウインドゥスイッチベース（ブラックマイカ塗装）
■ シフトレバーベゼル（ブラックマイカ塗装） ■ オートエアコン
■ スマートエントリー＆スタートシステム／イルミネーテッドエントリーシステム（パワーまたはエンジンスイッチ）

ヴィッツ特別仕様車 1.3F"Amie" 4WD
〈Super CVT-i〉
■ 車両本体価格 1,856,520円

VOXY 煌

特別仕様車 ZS"煌" HYBRID ZS"煌"

前席にも後席にもひとつ上の心地良さをもたらす、いくつもの快適装備。特別なVOXY"煌"へ。



PHOTO：ヴォクシー 特別仕様車 ZS"煌"（7人乗り・4WD）。ボディカラーはブラック〈202〉。

ヴォクシー特別仕様車 ZS"煌"［7人乗り・4WD］
〈Super CVT-i〉
■ 車両本体価格 3,086,640円

SPECIAL EQUIPMENT 主な特別装備

■フードモール［中央：メッキ、上：ブラック、下：メッキ］
■Bi-Beam LEDヘッドランプ（オートレベリング機能付）［レンズカバー：ブラック］
■LEDクリアランスランプ［メッキエクステンション］
■バックドアガーニッシュ［車名ロゴ：ダークスモーク塗装］
■ワンタッチスイッチ付デュアルパワースライドドア
（デュアルイージークローザー＋挟み込み防止機能付*1）
*1.挟まれる物の形状や挟まれ方によっては、挟み込みを検知できない場合があります。開閉時は十分にご注意ください。
■スーパーUVカット機能（フロントドア・スライドドア・リヤクォーター）&IRカット機能付ガラス（フロントドア） ほか



PHOTO：タンク X 4WD。ボディカラーはマゼンタベリーマイカメタリック〈R72〉。

TANK

こだわる家族に、こだわりのスモールを。

タンク X 4WD
〈CVT〉
■ 車両本体価格 1,659,960円

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

ネッツトヨタ道南株式会社

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

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

会場ご案内





Netz Another story

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

【取扱い車種】●カムリ ●C-HR ●タンク ●シエンタ ●スペイド ●アクア ●プリウス ●プリウスα ●86 ●ヴェルファイア ●ヴィッツ ●ヴォクシー ●ピクシスシリーズ ●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

HAKORAKU 9 2018 SEP No.113

MEDICAL

［ハコラク別冊医療マガジン・メディカル］

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

函館新聞 電子版
HAKODATE SHIMBUN DIGITAL

函館新聞電子版でもメディカル情報がご覧いただけます



・福祉・医療関連の掲載も充実
・休日当番医情報は前日から掲載
・福祉・医療に関する
イベント情報も掲載



※画面・端末はイメージです。

個人・法人プラン

電子版コース

月額1,580円

電子版のみをご利用いただく場合のコースです。

初めてお申し込みの方は お申し込み月は**電子版の購読料無料（最大1ヵ月）**

※お申し込み月は無料となりますが、お申し込み当月内に解約した場合は1カ月分の月額料金がかかります。

函館新聞電子版は
会社でもご自宅でも
場所と時間を選ばずに

まずはアクセス！

函館新聞 検索

https://digital.hakoshin.jp/

お申し込み、お問い合わせは電話からも可能です
☎0138-40-5151（広告局デジタルメディア部）
（受付／月～金10:00～17:00） メールdigital@hakoshin.jp

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

お支払方法
・クレジットカードでお支払いとなります。・法人会員は請求書発行の年払いも可能です。
※函館新聞本社よりご請求書を発行いたします。

MEDICAL
［ハコラク別冊医療マガジン・メディカル］

CONTENTS

4 HEALTH TOPICS ヘルストピックス

5 [Doctor Column 1] NASH(非アルコール性脂肪肝炎)と肝がんのリスク
医療法人社団 平田博巳内科クリニック 平田 博巳 理事長・院長

6 [Doctor Column 2] 甲状腺がんとその治療に関して
社会福祉法人 函館厚生院 函館中央病院 耳鼻咽喉科 蠣崎(かきざき) 文彦(ともひこ) 科長

7 [Doctor Column 3] 不妊治療と多胎
医療法人社団RHC 産婦人科 ほんどおりクリニック 工藤 隆之 院長

8 [Doctor Column 4] ホワイトニングとセルフホワイトニング
シュンデンタルクリニック 鎌田 俊 院長

9 [医療の現場から] 安心で安全なお産をめざして
市立函館病院 助産師 中里 恵 さん

10 [介護コラム] 「頑張らない」介護
ケアプランセンターよしずみ 管理者(ケアマネージャー) 沖本 寿 さん

－PR－

[内科] ききょう内科クリニック……11P
ごとう内科胃腸科……11P
[心療内科] 五稜郭メンタルクリニック……11P
[眼科] 吉田眼科病院……11P
[小児科] かみいそこどもクリニック……12P
はるこどもクリニック……12P
[産科・婦人科] さっぽろARTクリニック……12P
秋山記念病院……13P
産婦人科ほんどおりクリニック……13P
[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
よじょう歯科医院……14P
福井歯科医院……14P
かも歯科クリニック……15P
函館こんの歯科・矯正歯科……15P
シュンデンタルクリニック……15P
[デイサービス] デイサービスふれあい……15P
[薬局] くすりの厚生会……12P
レインボー薬局……13P

HEALTH TOPICS
ヘルストピックス

函館中央病院

がんに負けずに自分らしく生きる

函館中央病院は9月4日に「アピアランスケア相談会」を開く。アピアランスケアとは、治療に伴う容姿や外見の変化が気になるがん患者を自分らしく生活できるように支援することで、同院では不定期に相談会を開催している。ウィッグの試着や乳がん患者向け専用下着の展示・試着、メイク、ハンドトリートメントが体験できる。また、便利グッズなどの紹介も。相談無料、事前申し込み不要。



会場/函館中央病院（函館市本町33-2）
日時/9月4日（火）13:00～16:00
問い合わせ/同院がん相談支援センター　☎0138-52-1231（代）

佐々木病院

体制一新、従来通り地域医療に尽力

前院長の勇退に伴い今年6月から安東直之新理事長の元、経営体制を一新。今後は医療機器等を刷新し、病棟療養環境の充実に努めていく。入院病棟は222床（105床は休止中）で、将来的には病棟の建て替えも検討中だという。「従来通り一般病棟及び医療療養病棟を有する病院として地域医療に携わり、尽力してまいります」と同院。科目は内科中心で、入院は医療相談室で随時対応。



函館市亀田本町36-1　☎0138-42-0171
診療時間/9:00～12:00、13:00～17:00（土曜は午後休診）
休診日/日曜・祝日

小規模多機能ホーム アニーサテライト

なじみやすい空間作りを意識した介護事業所開業

函館市内で居宅介護支援事業所やヘルパーステーションなどを運営する「ケアマネジメントオフィス・アニー」が「小規模多機能ホーム　アニー」の利用者増加に伴い隣接して新施設をオープン。通所や宿泊での施設利用から訪問サービスまで地域密着型の支援を提供。午前7時から午後8時の間で一人ひとりの生活スタイルに合わせて利用できるのが特徴。「“2番目の家”として利用して欲しい」と渡部良仁社長。



函館市神山3-16-8（函館市立神山小学校近く）
☎0138-84-8256（問い合わせ時間は8:30～17:30）

mogu 摂食指導学習会

障がい児の食事指導に取り組む自主学習会

障がい児の摂食指導について自主的に研修する会「ｍｏｇｕ」が主催する学習会を今年も開催。摂食嚥下（えんげ）の専門医が実際に食べる場面を診ながらアドバイスする様子が見学できるほか、2日目には「みんなで育てる食べる力～発達を促すために大切なこと（事例や実技を交えて）」をテーマに北海道大学歯学部の大島昇平講師が中心となって講演を行う。函館市近郊の障がい者にかかわる支援者・保護者が対象。



日時/9月1日（土）9:30～16:30、2日（日）9:00～12:30
講演会は2日のみ10:00～12:30（9:45より受け付け）
会場/北海道函館養護学校（函館市旭岡町2）　参加費/2,000円（保護者は1,500円）
問い合わせ・申し込み/北海道函館養護学校（担当は田中さん、庄田さん）
☎0138-50-3311 ※受付時間16:00～17:30

Doctor Column 1
内科

NASH（非アルコール性脂肪肝炎）と肝がんのリスク



平田博巳内科クリニック
平田　博巳 理事長・院長

略歴

昭和５６年、札幌医科大学卒業。札幌医科大学附属病院第一内科、札幌慈啓会病院、函館五稜郭病院消化器内科、医療法人社団官尾医院勤務を経て、平成１７年、平田博巳内科クリニック開業。日本内科学会総合内科専門医、日本消化器病学会消化器病専門医、日本消化器内視鏡学会消化器内視鏡専門医。平成３年、第４回日本内科学会奨励賞受賞。

最近、テレビや新聞でもよく取り上げられる話題の疾患のひとつにＮＡＳＨ（非アルコール性脂肪肝炎）があります。アルコールを摂取していなくても脂肪肝を呈し、進行すると肝硬変、さらには肝がんにまで進展するというもので、最近はＮＡＳＨによる肝がんの症例が多く見受けられるようになってきています。食生活の変化、運動不足などに伴う肥満の増加が大きな原因なのですが、肥満により発症する単純な脂肪肝が、脂肪肝炎（ＮＡＳＨ）を呈し、肝硬変、肝がんへと進展するには、肝臓の線維化が重要なポイントであることが分かってきました。そして、その線維化には、いくつかの要因が関係しているのですが、その中でも糖尿病に伴う高血糖状態が大きく関与していることも分かってきています。つまり、糖尿病を合併した肥満の人は、単純な脂肪肝から、ＮＡＳＨ、さらには肝硬変、肝がんへと進展するリスクがとても高いのです。

初期の脂肪肝は、軽度の肝機能異常、例えばＡＳＴ（ＧＯＴ）、ＡＬＴ（ＧＰＴ）、γＧＴＰの上昇を示すことで疑われる症例が多いのですが、画像診断（腹部エコー、ＣＴスキャン）で容易に診断することができます。一方、ＮＡＳＨの診断は難しく、肝生検での病理診断が必要なのですが、肝生検をしなくても、高度の脂肪肝を呈し、肝の線維化マーカーが高いことや病歴、病状からＮＡＳＨと診断できる症例が多くなってきています。肝の線維化マーカーにはＦｉｂ－４インデックス、Ｍ２ＢＰなど、有用な指標が使用できるようになり、肝硬変、肝がんへ進展するリスクの高い人が、ある程度予測できるようにもなっており、早期の対応が可能となっています。

肝機能異常を伴う糖尿病（高血糖）の患者さんは、ＮＡＳＨの可能性も考慮し、掛かり付け医に相談されることをお勧めします。



平田博巳内科クリニック
北斗市七重浜4-27-40　☎0138-48-2200

■診療科目／内科・消化器内科・アレルギー科・リウマチ科
■診療時間／月・水・金　9:00～12:00、15:00～18:00　火・木 9:00～12:00、午後は検査・往診
土　9:00～12:00、午後休診
■休診日／日曜・祝日

Doctor Column 2
耳鼻咽喉科

甲状腺がんとその治療に関して

甲状腺は頸部の真ん中の下方、男性でいうと喉ぼとけの下のほうにある蝶々のような形をした臓器で、そこにできるがんが甲状腺がんです。頻度は、全がん症例の1％程度です。女性に多く、男性の約3倍で、年齢では50代に多いとされています。

病理組織は大きく分けると5つあり、乳頭がん（90％程度）、濾胞がん（3％）、と髄様がん、低分化がん、未分化がんといった種類があります。乳頭がんと濾胞がんは分化がんと呼ばれています。甲状腺のしこりや頸部リンパ節腫脹を健康診断などで指摘されたり、声がすれで受診される患者さんが多いです。甲状腺がんの診断には触診、超音波検査、穿刺吸引細胞診、CT検査などが必要となります。血液検査による甲状腺がんの診断は髄様がんのみで可能です。甲状腺がんの治療はまず手術です。手術は病巣の範囲によって葉峡切除術と甲状腺（亜）全摘出術があります。さらに頸部リンパ節転移がある場合には、頸部郭清術を同時に行います。全摘術後は、甲状腺ホルモン剤を一生服用しなければならなくなります。

分化がんは非常におとなしいがんであり、穏やかな経過をたどることが多いのですが、放置した場合、筋肉、気管、食道、反回神経（声を出す神経）などへ浸潤したり、同側の頸部リンパ節あるいは反対側の頸部リンパ節へ、さらには血行性に肺や骨へ転移する場合があります。血行性転移が起こる前に病巣を完全に摘出できた時には、ほとんどが治癒し、進行した症例を含めても、その治療成績は10年生存率90％以上です。低分化がんの悪性度は分化がんより高く、未分化がんよりは低い位置づけとなります。

そのほかの治療として手術で取り除けなかった微量の甲状腺組織の破壊を目的としたり、再発または遠隔転移の治療には放射性ヨードの内用療法があり、また、切除不能な甲状腺がんの治療には分子標的薬が適応となったため治療の幅が広がっています。



函館中央病院
耳鼻咽喉科
蠣崎（かきざき）　文彦（ともひこ） 科長

略歴

平成17年、札幌医科大学医学部医学科卒業後、天使病院、北海道大学病院、北海道がんセンター、手稲渓仁会病院、函館中央病院、砂川市立病院、国立がん研究センター研究所、市立旭川病院を経て、平成30年、函館中央病院耳鼻咽喉科科長就任、現在に至る。日本耳鼻咽喉科学会耳鼻咽喉科専門医。



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

■診療科目／内科、消化器内科、腫瘍内科、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24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

Doctor Column 3
産婦人科

不妊治療と多胎



産婦人科　ほんどおりクリニック
工藤　隆之 院長

略歴

平成元年、北海道大学医学部卒業後、北大病院（不妊症グループ）および関連病院出向。平成10年、同大学院医学研究科修了、ヒト排卵機構の研究で博士（医学）の学位取得。平成11年、函館中央病院産婦人科医長、平成20年、同科長、平成25年、産婦人科ほんどおりクリニック開院。専門分野は不妊症、生殖内分泌。日本産科婦人科学会認定産婦人科専門医。

不妊治療後は多胎妊娠が多いというイメージを持たれている方は多いと思います。私が大学病院で体外受精に携わっていた1990年代中盤、子宮に戻す受精卵の数は3個が基本でしたので、条件が良ければ一定の確率で品胎（三つ子）妊娠が成立していました。しかしその後、中央病院の周産期医療では品胎にほとんど遭遇しなくなりました。これは受精卵の体外培養技術が進歩し初期胚（受精後2～3日目）移植から胚盤胞（受精後5～6日目）移植が主流になり、1個の胚移植で満足できる妊娠率が出せるようになったためです。平成20年には学会からも単一胚盤胞移植を基本とする指針が示されこの流れは定着しました。

問題は子宮内の受精卵数をコントロールできない一般不妊治療の場合ですが実際のところどうなんでしょう？最近の当院妊娠例データから多胎率を調べてみました。全妊娠例中では6.8％、全て双胎（ふたご）妊娠で品胎以上の多胎妊娠はありません。不妊治療の有無では受診時すでに妊娠の方が2.1％に対し治療後の方が9.0％と高率でした。自然の双胎妊娠率は1％強とされていますので高いですね。治療法別ではタイミング法0％、排卵誘発20.0％、人工授精（AIH）14.3％、提携施設での体外受精（IVF）12.0％でした。IVFを除いた一般不妊治療群を排卵誘発の有無で分けると、あり20.0％に対しなし0％で、治療後多胎妊娠の原因は排卵誘発といえます。その目的には①排卵しないので排卵させる②排卵数を増やし妊娠率を上げる、の2つがあります。そこでこの群の多胎率を排卵障害の有無で分けると、あり30.0％に対しなし8.0％と差が出ました。排卵障害のある方はほかの不妊要因が乏しい分妊娠につながりやすく注意が必要です。なお多胎妊娠はそれだけでハイリスク妊娠になりますので、総合周産期センター（道南では函館中央病院）での管理をお勧めします。



産婦人科 ほんどおりクリニック
函館市本通1-44-10（旧五稜郭ウィメンズクリニック）　☎0138-31-5855

■診療科目／産科・婦人科
■診療時間／月～木10:00～12:30、14:00～17:30、金・土・第2、4水10:00～12:30　※第5水曜は16:30受付終了
■休診日／日曜・祝日

Doctor Column 4
歯科

ホワイトニングとセルフホワイトニング

夏が近づくとホワイトニングを希望する方が増えてきます。ホワイトニングには歯科医院で行うもの、サロンで行うもの、市販の歯磨き粉までさまざまな種類があります。

そもそもホワイトニングとはどのようなものなのでしょうか?歴史を調べると1990年頃から実用化が始まり、歯の内部に付いた着色を分解し漂白するものをホワイトニングと呼ぶようになりました。それ以前は歯の内部に付いた色を取り除くことができず、歯の表面の汚れを取る方法しかありませんでしたが、薬を使った漂白方法が開発され急激に広まりました。

本来の意味でのホワイトニングに使用する薬の成分は、過酸化水素や過酸化尿素という薬剤で漂白力の正確な高濃度薬剤は歯科医院でしか扱えません。しかし、最近では歯科医師の在籍しないホワイトニングサロンも増えてきました。それぞれどのような特徴があるのでしょうか?

歯科医院で行うものには、①歯科衛生士が歯の表面の汚れをクリーニングし施術する過酸化水素を主成分とした「オフィスホワイトニング」②歯科衛生士が歯の表面の汚れをクリーニングした後、患者自身で行う過酸化尿素を主成分とした「ホームホワイトニング」③オフィスホワイトニングとホームホワイトニングを併用した「デュアルホワイトニング」があります。

一方、ホワイトニングサロンでは、歯科医師や歯科衛生士以外は、口の内を触れる事ができないため自身で行います。「セルフホワイトニング」といって漂白をしないホワイトニングが主体で歯の内部に付着した着色には不向きですが、歯の表面の汚れを浮かして取る方法で安く短時間で済みます。

ご自身に合ったホワイトニング方法をお選びいただければと思います。しかし、ホワイトニングの前にやらなければならない事があります。虫歯や歯周病があってはホワイトニングをしても健康的とはいえません。まずは歯科医院で口の中の点検をしてもらってみてはいかがでしょうか。



シュンデンタルクリニック
鎌田　俊 院長

略歴

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



シュンデンタルクリニック

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

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

医療の現場から

安心で安全なお産をめざして



市立函館病院
助産師 中里 恵 さん

産科とは、妊娠・分娩・産褥（さんじょく）において母子を健康・安全に管理する診療科です。安心で安全なお産をめざして日々看護サービスの充実を心掛けています。妊婦健診では、お腹の赤ちゃんの様子を立体的に、なおかつリアルタイムの動画で見ることができる超音波検査で胎児スクリーニングを行い、異常の早期発見や個別の保健指導を行っています。また、妊婦さんやご家族がどのようなお産をしたいのか、バースプランを確認し、できるだけ希望に添えるよう支援しています。

順調な妊娠・分娩の経過であっても、出生時は予想外のトラブルが発生することがあります。異常分娩・緊急時には小児科医師もお産に立ち会います。母体搬送などの緊急時を想定し、病棟、救急外来、手術棟の医師、スタッフ間でシミュレーションを重ね、安全かつ速やかに対応できるよう努めています。

お産に異常がなければ母児同室になりますが、お産の疲れが残っている時や、夜間の頻回授乳で体調不良の時には、一時的に赤ちゃんを預かり、休めるよう配慮しています。入院中は助産師が抱っこの仕方、授乳の仕方、沐浴方法など、育児全般について指導を行います。母乳で育てたい、混合栄養にしたいなど、お母さんの希望を優先し、退院後も不安なく育児ができるよう、個別に支援、指導を行っています。産後はホルモンなど体の内部の変化や、慣れない育児の疲れなどが原因で、心身のバランスが崩れやすくなっています。辛いことを一人で抱え込まず、身近な人や助産師に相談しましょう。

笑顔で退院する時や、健診などで来院した際に成長したお子さんを連れて会いに来てくれた時が私達の励みとなり、喜びです。これからもより良い看護を提供できるよう、頑張っていきます。



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 9:00～13:00　火 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）



ケアプランセンター よしずみ
管理者（ケアマネージャー）
沖本　寿 さん

「頑張らない」介護

自分の親や家族が在宅で介護が必要となった場合、最初のうちは親や家族だからと昼夜もいとわず一生懸命介護することもできるかもしれません。しかし、それが何年にもなると、介護している側も人間ですから、不安や不満がたまって恨みたくなってしまうことも出てくると思います。最初は頑張って介護していたけれど、「介護疲れで共倒れ」や「ストレスからの虐待」といったことにもなるかもしれません。介護する人にとって先の見えない介護は心身ともにとても大変なものです。

「頑張らない」というのは決して「介護しない」ということではなく「自分だけで頑張らない」「家族だけで頑張らない」ということです。そのためには、親戚や友人に相談したり介護保険を上手に使い、ケアマネージャーなどに相談したりすることが大切になってきます。介護される方の元気は介護する人の元気に比例するといっても過言ではありませんので、使えるもの（介護保険や地域サービスなど）を上手に使い介護する人の心身の負担を軽くすることがとても重要になります。

「子供には迷惑を掛けられない」「私が頑張らなきゃ」と思うために頑張りすぎて、「過労で共倒れ」なんてことや「ストレスで虐待を行う」ことがあっては、全く意味が無くなってしまいます。介護される方の人生はもちろん、介護する人の人生だってとても大切です。家族や親戚、友人、介護保険や地域サービスを上手に使い、介護する人の負担を軽くすることで、長く続けられる介護を目指しましょう。「使えるものをうまく活用する」ということも、立派な介護の手法のひとつなのです。

まずは、家族や親戚・友人・居宅介護事業所（ケアマネージャー）など、誰でも良いので「気軽に相談する」ことから始めてみませんか。



ケアプランセンター よしずみ
函館市白鳥町16－1
☎0138－62－1000

■提供時間／9:00～17:00
■定休日／土・日曜、祝日
※24時間電話対応可能で夜間・休日は☎080－8290－1762へ

心療内科・精神科・神経内科

医療法人社団

五稜郭メンタルクリニック

院長　多田　直人

診療時間[要予約]

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

〒040-0004　函館市杉並町23-15
TEL（0138）31-7771
FAX（0138）31-7772
URL　http://www.goryokaku-mc.gr.jp

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

デイケアセンター　ふれんず
TEL0138-31-7776（デイケア直通）



医療法人 友晶会

ききょう内科クリニック

診療科目：内科・呼吸器内科・緩和ケア内科

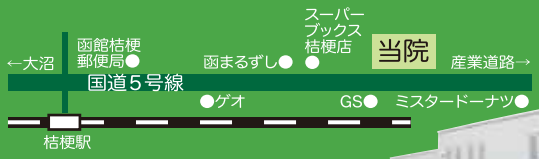
院長　蓮沼　晶子

〈診療時間〉

	月	火	水	木	金	土
8:30～12:00	●	●	▲	●	●	●
14:00～17:30	●	●		●	●	

休診日　日曜日・祝日

▲第1、第3水曜日午前往診（検査予約のみ受付）
受付時間は各診療時間終了の30分前です



函館市桔梗3丁目30番7号
TEL0138-46-0709



医療法人社団 玄心会

吉田眼科病院

月 | 水 | 金



無料送迎
シャトルバス運行中

※詳しくはホームページもしくは病院へお尋ね下さい。

▶函館駅発着コース　▶湯川町コース
▶五稜郭発着コース　▶美原コース

運行時間やルート等詳しくは当病院へお問い合わせ頂くかホームページをご覧ください。

〒041-0851函館市本通2丁目31-8
tel.0138-53-8311　fax.0138-51-6265

診療時間

月・火・水・金曜日▶PM6:00迄受付
木・土曜日▶PM5:00迄受付

コンタクトを初めて希望される患者様は検査等に時間を要するため、受付終了の30分前迄にご来院ください。

http://yoshidaganka.com

医療法人社団

ごとう内科胃腸科

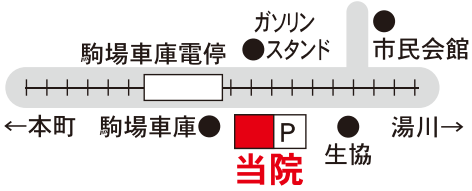
■内科　■胃腸科　■循環器科　■呼吸器科

院長　後藤　琢

診療時間

平　日／午前8時30分～午後5時30分
土曜日／午前8時30分～正午
※日曜・祝日休診

■往診応需



函館市駒場町16-14
駒場車庫電停前
（駐車場有り）

☎51-7389（代）

HPアドレス　http://www.gotonaika.com

診療科目　小児科

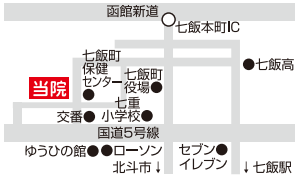
はる こどもクリニック

院長 高柳 滋治

診察受付時間	月	火	水	木	金	土
8:50～12:00	○	○	○	○	○	○ ～13:00
15:00～18:00	○	○ 14:00～16:00 乳幼児健診 16:00	予約診療	／	予約診療	

※火曜午後は16時～18時までとなります。※土曜の診療時間は13時までとなります。
※日曜・祝日は休診となります。※乳幼児健診は毎週火曜14:00受付（要予約）





〒041-1111 七飯町本町6丁目7番42号

TEL 0138-65-0500 お気軽にお問い合わせ下さい。

当院ホームページアドレス http://haru-kodomo.com
携帯電話やインターネットにて順番予約ができます。 http://paa.jp/t/193701/

病児保育所 はるっこ 併設 TEL 0138-65-1500

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

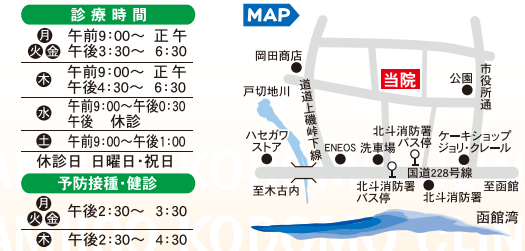
診療時間

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

MAP



「アイチケットアプリ」を左記からインストールしていただくと、簡単に診療予約が出来ます。
臨時休診などの連絡も受け取れます。
ぜひご活用ください♪

子宝でお悩みの方へ

～あきらめないでお電話ください～

近年、「不妊症の方が増えている」という話をテレビやニュースでも頻繁に取り上げられています。

「何を食べたら子宝に良い」であったり、「○○な治療は妊娠しやすい」などインターネット上では数多くの情報もありますが私どもは不妊治療専門クリニックの先生から直接ご指導を受け、子宝でお悩みの方のお役に立てる情報をお伝えしている薬局です。



お一人お一人に合ったカウンセリングをさせて頂きます。

一般社団法人子宝カウンセラーの会「北海道・東北理事」の子宝カウンセラーです。

くすりの厚生会

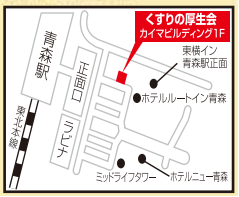
青森市青柳1丁目3-3 カイマビルディング1F

完全予約制
落ち着いてご相談できる日時をご案内いたします。必ずお電話でのご予約をお願いいたします。

不妊あおもり.com 検索
https://kusurinokouseikai.com/
ご予約・お問い合わせは 予約制

【営業時間】
■平日／午前10時～午後6時半
■日曜祝日／午前10時～午後4時
【定休日】不定休

☎017(722)4421



不妊治療に特化したレディースクリニック



さっぽろARTクリニック

Assisted Reproductive Technology

完全予約制

JR札幌駅北口から徒歩1分

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

ホームページからのご予約 http://sapporoart.com

Reproductive Health Care
妊活のお手伝い

ほんどおりクリニック

産婦人科

院長　工藤　隆之

お知らせ　8月19日（日）は日曜当番医のため午前中診療致します。
8月25日（土）は手稲渓仁会病院の和田部長が診療致します。

診療（受付）時間	月	火	水	木	金	土	日
10:00〜12:30	●	●	●	●	●	●	
14:00〜17:30	●	●	●（手術）	●	手術日		

◆毎月第２・４水曜日の午後は手術日、第５水曜日は16：30受付終了です。
休診日/日曜・祝日

不妊・避妊相談　妊婦健診　子宮がん検診　更年期相談

●提携医療機関／函館中央病院（検査・手術・分娩）
手稲渓仁会病院（高度生殖医療）
※旧五稜郭ウィメンズクリニックの患者さまは
継続治療を受けていただけます



※函館バス停留所「本通小学校裏」徒歩2分

函館市本通1-44-10（旧五稜郭ウィメンズクリニック）
TEL0138-31-5855

医療法人社団　正寿会
秋山記念病院

●産科　●婦人科　●乳腺外科　●麻酔科（野納 邦昭）

名誉院長 野納 邦昭　理事長・院長 秋山 實男　副院長 槇本　深

診療時間

産科・婦人科（受付は17:45までです）		乳腺外科（予約制）	
月・火・木・金	9:00〜12:00 15:00〜18:00	月・火・木	9:00〜11:40 14:00〜16:40
水	9:00〜12:00		
土	9:00〜14:00		
日・祝	9:30〜12:00	水・金	9:00〜11:40

日・祝日診療
（産科・婦人科）



函館市石川町 41-9

不明な点は電話にてお問い合わせください。　(0138) 46-6660（代）

WEB 予約もご利用下さい
http://akiyama.hakodate.jp/

リナマックスシリーズ「スピルリナ」は　ハワイ島の海洋深層水で培養した食用藍藻が原料

リナマックス　らんちゃん　栄養補助食品



お子様からお年寄りまで、家族の元気をサポート

うちの子、好き嫌いが多くて…　このところ美容が気になる…
おばあちゃん、最近食が細くなって…　ビタミン・ミネラルが不足しがち…
食事だけでは緑黄色野菜が足りない…

2,500粒 13,830円・750粒 5,230円

栄養バランスにすぐれた「スピルリナ」に、体の中からキレイになる「乳酸菌」をプラス。
カルシウムの吸収率を高める「ビタミンD_3」、記憶力や集中力をアップさせる
レシチンなども強化。育ち盛りのお子様から、幅広い年代にリナマックスらんちゃんが応えます！

1日30粒を目安に水またはお湯とともにお召し上がり下さい。

道南地区で取扱があるのは、レインボー薬局だけです。
お気軽に右記店舗にお問い合わせ下さい

株式会社 レインボー薬局　道南地区 店舗一覧

美原店	函館市美原5丁目19番2号	TEL0138-46-8110
戸井店	函館市浜町355番地6	TEL0138-82-3611
港店	函館市亀田港町39番1号	TEL0138-41-8100
か店	函館市鍛治1丁目14番2号	TEL0138-35-3381
大中店	函館市大川町12番21号	TEL0138-62-3381
川店	函館市梁川町16番4号	TEL0138-30-7000
宮前店	函館市宮前町20番2号	TEL0138-45-4003
恵山店	函館市日ノ浜町22番地2	TEL0138-85-3515
上磯店	北斗市久根別1丁目26番8号	TEL0138-73-8311
大野店	北斗市本町2丁目7番1号	TEL0138-77-5001
当別店	北斗市当別697番地128	TEL0138-75-5000
知内店	上磯郡知内町重内31番地148	TEL01392-5-7701
森店	茅部郡森町字森川町278番地130	TEL01374-2-2333

エンゼル 歯科 小児歯科クリニック

小児歯科



大人の方も、診療致します

診療時間 / 午前9:30～午後12:30
午後2:00～午後6:00

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



函館市鍛治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　川村　兼央

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

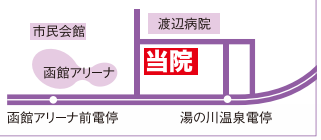
◆歯科用3次元CTスキャナー　手術室有り◆

◆訪問診療 実施しております◆

日曜・祝日も診療
年中無休

診療時間
■月～金 /9:00～18:00
■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

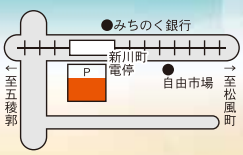


往診希望の方は、電話で御相談下さい。

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）

よじょう歯科医院

夜8時まで

○急患随時受付
○往診のことはお気軽にご相談ください。



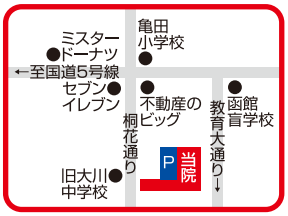
診療時間
月曜日～金曜日／
午前9:30～午後1:00
午後3:30～午後8:00
土曜日／
午前9:30～午後1:00
休診日／日曜日・祝日





函館市田家町20-18 駐車場有り

☎(0138)41-4182



函館こんの歯科・矯正歯科

HAKODATE KONNO DENTAL&ORTHODONTIC CLINIC



院　長 今野　正裕　副院長 今野　萌

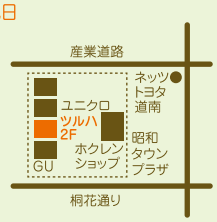
診療科目

歯　　科
矯正歯科
小児歯科

診療受付時間	月	火	水	木	金	土	日・祝
9:30～12:30	○	○	○	○	○	○	/
14:00～19:30	○	○	/	○	○	※	/

※土曜日の午後診療は14:00～18:00までとなります。
休診日:水曜日午後・日曜日・祝日

TEL0138-62-2880
函館市昭和1-29-7
昭和タウンプラザB棟2F（ツルハ2F）
http://www.hakodate-konno.com/
函館こんの歯科　検索



かも歯科クリニック



口臭で
お悩みの方は
1人で悩まず、
まずは
ご相談ください

歯科
小児歯科
歯科口腔外科
予約制
急患随時受付

院長
加茂 勝巳

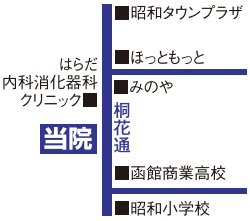
診療時間

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

ホームページもご覧ください
かも歯科　検索

WEBから24時間
簡単に予約できます!





パワーリハビリしませんか？機能訓練重視のデイサービス!!

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

訪問マッサージ ご自宅や介護施設に訪問して鍼灸やマッサージも行います。医師の同意による医療保険適用

免荷式リフト・免荷式歩行器 POPO　導入!

パワーリハビリ&鍼灸マッサージ
デイサービス ふれあい

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



シュン デンタルクリニック



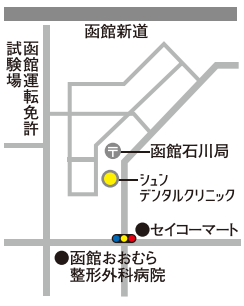
［院長］ 鎌田　俊

［診療科目］ 歯科　歯科口腔外科　小児歯科　矯正歯科

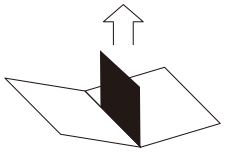
診療時間	月	火	水	木	金	土	日
9:00~18:00	●	●	◐	●	●	◐	–

お昼休憩なし　水・土曜は14時まで
休診日　日曜・祝日

函館市石川町461-38
TEL 0138-47-3737
FAX 0138-47-3767
http://shundc.jp



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。

HAKORAKU 9 2018 SEP No.113

MEDICAL

［ハコラク別冊医療マガジン・メディカル］

2018年8月16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