2018
Vol.356
11

ステップアップ

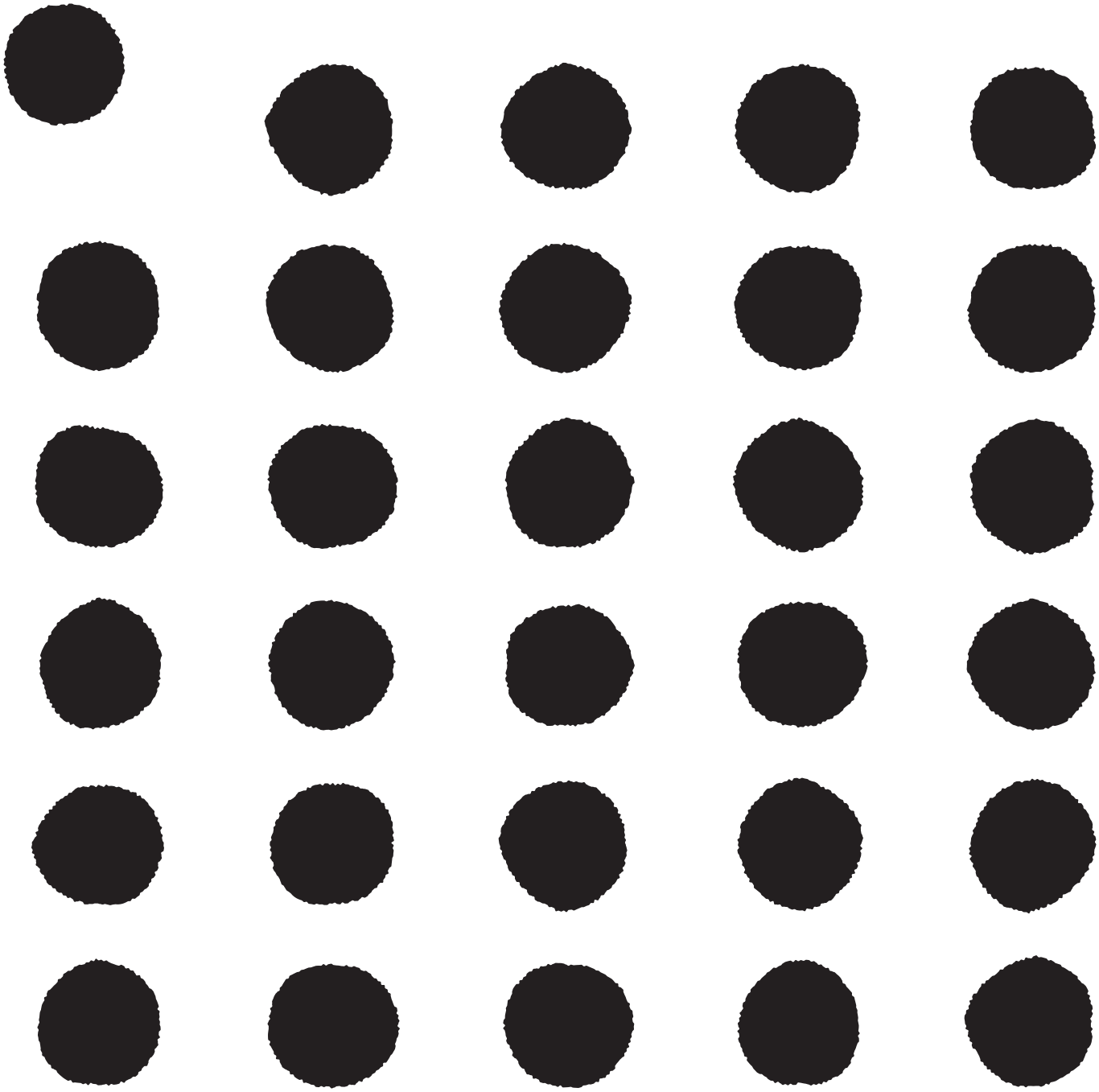
30th ZAIDAN

おかげさまで創立30周年を迎えることができました

函館市文化・スポーツ振興財団創立30周年

財団ニュース〈STEP UP〉毎月1日発行　[H.P]http://www.zaidan-hakodate.com/
発行／公益財団法人函館市文化・スポーツ振興財団
★あなたの文化・スポーツ情報を掲載します。前月5日までに事務局にご連絡ください。

FMいるか「ラジオ・ステップアップ」放送中！
毎週水曜日午前10時15分



THEN AND NOW /
HAKODATE 30 YEARS

昨日、今日、あした。来週、来月、来年・・・。
何も変わらない毎日でも、振り返ってみればこの30年のあいだに函館は大きく変わりました。
これからの30年、わたしたちにはどれだけのステップアップが待っているのでしょうか。

表紙の言葉をご覧ください。(P9)

TALK

27

武山（たけやま）　佳洋（よしひろ）

今回お話をお聞きしたのは、市立函館病院救命救急センター長の武山佳洋さんです。武山さんは、２０１５年から運航を開始した道南ドクターヘリのフライトドクターも務められ、地域医療の最前線で活躍されています。

「救急」は医療の原点である

釧路で生まれ育ち、札幌医科大学に進学して医師になりました。どの専門になるかを選ぶ時に救急は倒れた人を真っ先に診療する医療の原点だという思いがあり、救急医を選びました。札医大救急部に入って様々な専門の先生と働いて治療や手術の経験を重ね、10年間は札幌市内の病院や消防学校で勤務しました。札幌では３次救急といって３段階ある救急のうち最も重症な患者が運ばれてくる現場に勤務していましたが、13年前から今の市立函館病院に勤務し、症状の程度が幅広い２次～３次救急の現場で働いています。２次救急は搬送される人数も多く、救急医としての総合力がより求められ、症状の見極めや入院が必要かどうかなどの判断力を日々培っていきました。

救急医療を支えるドクターヘリ

２００７年に救命救急センター長を引き継いだ頃、道内のドクターヘリは札幌に１機のみで、道南への導入の調査がありましたが、当時はまだ対応できないと答えました。しかし広大な北海道の救急医療を支えるドクターヘリの必要性を20年以上前から訴えていた恩師の思いを見つめ直す機会があり、その後旭川や釧路に導入された様子を学び、２０１２年頃から導入に向けた動きが本格化、２０１５年に道南ドクターヘリが運航を開始しました。ドクターヘリは運航担当２名とフライトドクター、ナース各１名が搭乗し、１１９番通報を受けた消防から要請を受けて出動します。要請は「重症で、医師の治療を早く開始する必要がある」との判断によるので、街中ではヘリより救急車のほうが早く搬送できる場合が多いため、病院の少ない遠方に出動する回数が多いです。長万部町やせたな町、奥尻島までカバーしていて、ヘリで治療を行いながら搬送したり、ヘリで現地に飛び、患者と救急車に乗って病院に向かうこともあります。ドクターヘリは様々な職業や組織の人々と連携しながら救命にあたるため、チームワークと判断力が強く求められます。怒ったり急かしたりは事故のもと、常に平常心を保つことと安全を第一に考えています。今年の９月は過去最多の出動回数となりましたが想定していた状況に近づき、ヘリが必要な人のところへほぼ出動できるようになってきました。導入から３年で想定ラインでの運用ができるようになったのは、以前から道南圏で消防と医療の信頼関係が構築されていたからだと感じています。

もっと活用される住民の財産に

ヘリは救急医療のツールの一つであり、地域全体の救急医療体制が向上することで、ヘリの運用にも良い効果が生まれると考えています。これからも住民の財産であるドクターヘリが活用され、その成果が地域に還元されていくように、チームワークを意識しながらオール道南で取り組んでいきたいと思っています。

財団管理・運営施設

http : //www.zaidan-hakodate.com

市民会館（耐震等改修工事のため休館中）‥☎57-3111
kaikan@zaidan-hakodate.com

芸術ホール‥‥‥‥‥ 五稜郭町37-8 ‥‥☎55-3521
geijyutu@zaidan-hakodate.com　FAX55-3586

函館アリーナ‥‥‥‥‥ 湯川町1-32-2 ‥‥☎57-3141
arena@zaidan-hakodate.com　FAX57-3142

市民プール‥‥‥‥‥ 千代台町22-25 ‥‥☎52-7452
pool@zaidan-hakodate.com　FAX52-7657

北方民族資料館‥‥‥ 末広町21-7‥‥‥☎22-4128
hoppominzoku@zaidan-hakodate.com　FAX22-8874

文　学　館‥‥‥‥‥ 末広町22-5‥‥‥☎22-9014
bungakukan@zaidan-hakodate.com　FAX22-9065

北洋資料館‥‥‥‥‥ 五稜郭町37-8 ‥‥☎55-3455
hokuyo@zaidan-hakodate.com　FAX55-3586

屋外スポーツ施設管理事務所‥千代台町22-24 ‥‥☎55-1900
okugai@zaidan-hakodate.com　FAX55-1117

・千代台公園野球場‥‥千代台町22-26 ‥‥☎53-3210
（オーシャンスタジアム）　FAX31-7460

・千代台公園陸上競技場‥千代台町22-24 ‥‥☎55-1900
FAX55-1117

・千代台公園庭球場‥‥ 千代台町27-2 ‥‥☎31-6993

・市民スケート場‥‥‥ 金堀町10-8‥‥‥☎54-5233
（12月～2月）　FAX54-5616

公民館‥‥‥‥‥‥‥ 青柳町12-17‥‥‥☎22-3320
kouminkan@zaidan-hakodate.com　FAX22-8196

亀田公民館‥‥‥‥‥ 富岡町1-18-3‥‥☎41-2445
FAX41-2445

財団事務局‥‥‥‥‥ 杉並町8-20‥‥‥☎57-9734
soumu@zaidan-hakodate.com　FAX57-3115

Contents

函館デザイン協議会「30」‥‥‥‥‥‥‥‥‥ P 1
TALK ‥‥‥‥‥‥‥‥‥‥‥‥‥‥‥‥‥‥ P 2
財団主催事業 ‥‥‥‥‥‥‥‥‥‥‥‥ P 3・4・5
市内ギャラリー情報 ‥‥‥‥‥‥‥‥‥‥ P 6
連載・海外コラム
「海とココナッツの国、ソロモン諸島」 ‥‥ P 7
北海道立函館美術館 ‥‥‥‥‥‥‥‥‥‥ P 8
私記「私を育ててくれた函館の街」 ‥‥‥‥ P 8
生涯学習情報 ‥‥‥‥‥‥‥‥‥‥‥‥‥ P 9
芸術ホール・ギャラリー案内 ‥‥‥‥‥‥ P 10・11
七飯町文化センター情報 ‥‥‥‥‥‥‥‥ P 12
北斗市総合文化センター情報 ‥‥‥‥‥‥‥ P 12
金森ホール案内 ‥‥‥‥‥‥‥‥‥‥‥‥ P 13
函館山ロープウェイ／ＦＭいるか案内 ‥‥‥ P 13
函館生活記・異国での日々 ‥‥‥‥‥‥‥‥ P 14
リレートーク ‥‥‥‥‥‥‥‥‥‥‥‥‥ P 14
市内文化情報 ‥‥‥‥‥‥‥‥‥‥‥‥‥ P 15
スポーツコラム ‥‥‥‥‥‥‥‥‥‥‥‥ P 16
市内スポーツ情報 ‥‥‥‥‥‥‥‥‥‥ P 16・17
明日に羽ばたく若きアスリートたち ‥‥‥‥ P 17
公民館 ‥‥‥‥‥‥‥‥‥‥‥‥‥‥‥‥ P 18
亀田公民館 ‥‥‥‥‥‥‥‥‥‥‥‥‥‥ P 18
北方民族資料館 ‥‥‥‥‥‥‥‥‥‥‥‥ P 18
文学館 ‥‥‥‥‥‥‥‥‥‥‥‥‥‥‥‥ P 18
市民プール ‥‥‥‥‥‥‥‥‥‥‥‥‥ P 18・19
屋外スポーツ施設 ‥‥‥‥‥‥‥‥‥‥‥ P 19
函館アリーナ ‥‥‥‥‥‥‥‥‥‥‥‥‥ P 19・20

※本文中の敬称は略させて頂いております。また、催し物は主催者の都合により変更されることがありますので、ご了承ください。

舞台部門

■華麗・錦秋の夕べ
～芸術へのいざない～

出演団体
・フラメンコ ロルカ
・シャンソンクラブ シャンテ
・梅后流かっぽれ梅房会
・函館の文学と音楽の会
・函館バレエアカデミー
・榊原舞踊静山流詩舞函館研究所
・大正琴サークル
　ゴールデンローズ
・ソシアルダンス
　ふるかわ&みやざき
・京都きもの専門学院
　和装専門教室セキグチ
・三国バレエ研究所
・函館地区吹奏楽連盟
・日本舞踊 花泉流

日時　11月4日(日)午後2時
会場　函館市芸術ホール
料金　1500円
（小学生以上、全席自由）

展示部門

■清秋・函館市文団協芸術展

・函館の文学と音楽の会
・ぶんだんフレンズ
・道南歌人協会
・函館俳句協会
・赤光社美術協会
・匠展
・美染会
・函館書藝社
・函館華道連盟

会期　11月1日(木)～11月5日(月)
時間　午前10時～午後6時
（最終日は午後4時まで）
会場　函館市芸術ホール
ギャラリー

■ぶんだん秋の庵（茶席・喫茶去）

函館市茶道連盟
○（一社）表千家同門会函館支部
日程　11月1日(木)
○江戸千家不白会函館支部
日程　11月2日(金)
○大日本茶道学会函館支部
日程　11月3日(土)

函館煎茶道連盟
○煎茶道東阿部流函館支部
（玉露席）
日程　11月4日(日)
○(公財)煎茶道方円流函館支部
（煎茶席）
日程　11月5日(月)
時間　午前10時～午後3時30分
（受付は午後3時まで）
会場　函館市芸術ホール
リハーサル室
お茶券　400円
問合せ　☎54－7670
（函館市文化団体協議会）

平成30年度 函館市民文化祭

会場　函館市芸術ホール

会期　１１月１日(木)～１１月５日(月)／１１月１４日(水)～１１月１７日(土)
主催　函館市教育委員会、函館市文化団体協議会、(公財)函館市文化・スポーツ振興財団

舞台部門

■みんなで歌おう！
童謡100年コンサート

童謡が誕生して今年で100年。日本の四季の美しさ、故郷や家族への思いがあふれる童謡を、皆様の思い出とともに綴り、会場が一体となって歌うコンサートです。
公募にてお寄せいただいたエピソードをご紹介するほか、会場の皆様と一緒に歌うひとときもございます。次世代に伝えていきたい素晴らしい日本の宝物、童謡をぜひご家族でお楽しみください。

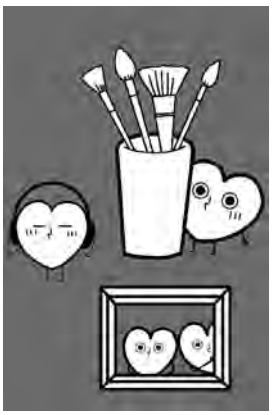
出演　函館少年少女合唱団
ともえ童謡の会　他
司会　金野正人（元ＮＨＫ函館放送局アナウンサー）

曲目
・かなりや
・青い目の人形
・あめふりくまのこ
・夕焼小焼
・ぼくのクレヨン　他

日時　11月17日(土)午後2時
会場　函館市芸術ホール
料金　一般　1000円
高校生以下　500円
ファミリー券（3名まで）2000円

展示部門

■函館アートフェスティバル
2018　テーマ「アイ♡」



出展者が自ら企画・運営を行う市民参加型の展覧会として開催されます。作品ジャンルは多岐にわたり、今年のテーマ「アイ♡」をそれぞれに表現した作品をぜひご覧ください。
※出展者の募集は終了しました。

会期　11月14日(水)～11月17日(土)
時間　午前10時～午後7時
（最終日は午後5時まで）
会場　函館市芸術ホール
ギャラリー
企画制作　函館アートフェスティバル実行委員会
問合せ　☎55－3521
（芸術ホール）

リサイタル・シリーズSPECIAL 外山啓介ピアノ・リサイタル

会場　函館市芸術ホール　**主催**　（公財）函館市文化・スポーツ振興財団、北海道新聞函館支社、ＨＢＣ函館放送局

札幌出身で２００４年第73回日本音楽コンクール第１位、２００７年にサントリーホール、札幌コンサートホールＫｉｔａｒａなどの大ホールを含む全国ツアー各地を満席にする鮮烈なデビューをした外山啓介の函館公演。

リサイタルに寄せて

このリサイタルは〈音が紡ぎ出す情景〉をテーマにお贈りします。前半は様々な作曲家の〝月の光〟を表現した作品をお聴きいただきます。没後１００年を迎えたドビュッシーの前奏曲より「月の光が降りそそぐテラス」、有名な「月の光」を含む『ベルガマスク組曲』、そしてベートーヴェンの「月光ソナタ」です。

後半はショパンの前奏曲より「雨だれ」、穏やかで雄大な景色が眼に浮かぶような「ノクターン第８番」に続けて、シューマンの「謝肉祭」を演奏します。「謝肉祭」はとても華やかで明るく、シューマン独自の詩的情緒にあふれた初期の傑作です。

今回のリサイタルのテーマと選曲は、「謝肉祭」の〝４つの音符による面白い情景〟という副題からインスピレーションを得ています。

４人の作曲家が表現しようとした様々な〈情景〉を楽しんでいただけたらと願っています。

外山啓介

曲目　ドビュッシー／月の光が降りそそぐテラス
ベルガマスク組曲
「プレリュード」「メヌエット」「月の光」「パスピエ」
喜びの島
ベートーヴェン／ピアノ・ソナタ第14番「月光」
ショパン／プレリュード 第15番「雨だれ」
ノクターン 第８番
シューマン／謝肉祭～４つの音符による面白い情景～

日時　12月22日㈯午後２時

料金　一般　４０００円
Ｕ25　２０００円
○「ざいだん友の会」会員の方
一般　３０００円
（１会員２枚まで、芸術ホールのみの取扱い）
（全席指定、当日５００円増）
※未就学児の入場はご遠慮ください。
※Ｕ25（25歳以下）券は芸術ホール、七飯町文化センター、北斗市総合文化センターのみの取扱。購入時に生年月日のわかる身分証明書をご提示ください。

問合せ　☎55－３５２１（芸術ホール）

文学館講演会「宇江佐真理を語る～没後３年に寄せて～」

没後３年に寄せて、追悼の意味合いを込めアマチュア作家の頃から助言・指導にあたった安東璋二さんを講師にお招きします。講演を通して、改めて宇江佐真理さんが函館在住の主婦作家としてどのように生き、どのような文学活動をされたのかを見つめたいと思います。

講　師　安東璋二（北海道教育大学名誉教授）
日　時　１１月１０日㈯午後１時３０分
会　場　函館市公民館　講堂
参加料　３００円（ざいだん友の会会員２４０円）
定　員　１２０名（申込順）
申込み　電話にて文学館へお申込みください。
問合せ　☎２２－９０１４（文学館）

星屑の町～完結篇

芸術ホール開館２０周年の最後を締めくくる舞台「星屑の町～完結篇」のチケットを１２月より発売します。函館を舞台に名優たちが綴る可笑しくも切ないものがたりにご期待ください。詳細は、ステップアップ１２月号にてご案内します。

日　時　平成３１年３月１５日㈮午後６時４５分
会　場　函館市芸術ホール
問合せ　☎５５－３５２１（芸術ホール）

HAKODATE WINTER JAZZ FESTIVAL

原田典招・治田七海 Quintet

「スウィングしなけりゃ意味がない！」をテーマに、ノリの良い楽曲を多数お送りします。冬のジャズを心ゆくまでお楽しみください。

出　演　Big Band Vest
（Special Guest ルイス・バジェ）
Le Lapis
原田典招・治田七海 Quintet
日　時　平成３１年１月２７日㈰午後２時
※「ざいだん友の会」会員の方は午後１時２０分から優先入場
会　場　函館市芸術ホール
料　金　一般券２,０００円、ペア券３,５００円、
Ｕ２５券（２５歳以下）１,０００円
○「ざいだん友の会」会員の方
一般券１,５００円（芸術ホールのみの取扱い）
（全席自由、当日各５００円増）
※チケットは芸術ホール、松柏堂プレイガイド、七飯町文化センター、北斗市総合文化センターにて取扱い。Ｕ２５券は購入時に生年月日のわかる身分証明書をご提示ください。
チケット発売　１０月２７日㈯
問合せ　☎５５－３５２１（芸術ホール）

財団創立30周年記念

第22回市民水泳記録会

公式大会さながらの環境で勝敗にこだわらず、気軽に参加できる記録会です。自由形・平泳ぎ・背泳ぎ・バタフライの4泳法に加え、トライアル種目としてフィン競技やビート板競技、決められた秒数を目指して泳ぐタイム競技もあります。

自身の記録を知り、より水泳に親しみをもっていただくことを目指して開催しますので、たくさんの参加をお待ちしております。

日時　12月9日(日)
午前8時40分受付

参加料　300円(保険料含む)

参加資格　小学生以上

申込み　11月26日(月)までに所定の申込書に記入のうえ、市民プール受付へ直接お申込みください。
(1名3種目まで)

問合せ　☎52－7452
(市民プール)

函館市民スケート場

函館市民スケート場は、市営競輪場内にある屋外スケート場です。

競輪バンク内の外周250mのスピードリンクとアイスホッケーやフィギュアスケートができる手すりのついたサブリンクがあります。初心者スペースもあり、小さなお子様連れのご家族も安心して楽しむことができます。

開場期間中には様々なイベントも開催いたしますので、ぜひご来場ください。

■営業のご案内

開設期間　12月15日(土)～平成31年2月17日(日)

※12月31日(月)、1月1日(火)は休場

営業時間

○平日　12時～午後7時

○土・日・祝日及び小中学校の冬休み期間(12月26日～1月20日)　午前10時～午後7時

※学校行事の特別使用は、冬休み終了後の火曜・木曜　午前10時～12時

◎4時からナイター割引！

午後4時以降に来場された方は通常の使用料の半額でご利用いただけます。(高齢者使用料を除く)

◎スタンプカードについて

・有料入場1回につきスタンプを1つ押します。

・スタンプ5つで入場1回無料となります(今年度シーズン中に限り有効)。

■使用料金について

1回券

一般	600円
高校生	300円
中学生	200円
小学生	150円
高齢者(65歳以上)	300円

※中学生・高校生は必ず学生証を提示してください。

※個人使用および団体使用において、函館市内に在住・在学の小中学生の使用料は無料となります。

回数券

(11枚)一般	6000円
高校生	3000円
中学生	2000円
小学生	1500円

ファミリー共通券　1500円
(1冊1650円分、貸靴にも利用できます。今年度シーズン中に限り有効)

シーズン券

一般	14400円
高校生	7200円
中学生	4800円
小学生	3600円

○団体20人以上

各個人使用料金の2割引の額

○学校行事および児童・生徒の健全育成団体の使用

各個人使用料金の3割引の額

※専用使用については、お問合せください。

■貸靴料　1足　300円
(サイズ16㎝～32㎝)

スケート教室のご案内

幼児と小学生を対象とした3つのスケート教室を開講します。各教室の詳しい案内はステップアップ12月号で紹介する他、11月下旬に市民スケート場ホームページに掲載予定です。

日程(3教室共通)
12月27日(木)、28日(金)、29日(土)

○幼児のためのフィギュアスケート教室

時間　午前9時15分～10時

定員　20名

対象　満5歳以上の未就学児

○小学生のための初級者フィギュアスケート教室

時間　Aコース　午前10時15分～11時15分
Bコース　午前11時30分～12時30分

定員　各コース30名

○小学生のためのステップアップフィギュアスケート教室

時間　午後1時30分～2時30分

定員　30名

受講料　各1800円(傷害保険料300円含む)

申込み　往復はがきの返信面に所定の申込書を貼付し、市民スケート場へお送りください。

申込締切　12月10日(月)午後5時まで必着

※開催要項および申込書は、11月下旬より当財団各施設にて配布する他、市民スケート場ホームページより入手できます。定員を超えた場合は抽選し、結果を郵送します。

問合せ　11月19日(月)まで55－1900
(屋外スポーツ施設管理事務所、19日は窓口対応のみ)
11月20日(火)以降54－5233
(函館市民スケート場)

市内ギャラリー Hakodate Citizens Gallery

旭ヶ岡の家画廊
旭岡町78 ☎50-2121

●佐々木慶一 風景画展
「partition」
パルティシオン―奏する譜面の追想は不壊(ふえ)の記号―
会期 11月4日(日)～12月2日(日)

アトリエfiore
元町17-4 ☎87-2523

●新作dogアクセサリー展示販売会
会期 11月2日(金)～11月8日(木)

いしい画廊
本町31-22 ☎51-1302

●杉浦左知と道南日本画研究会の仲間達展
会期 11月1日(木)～11月6日(火)
●「中村友子・金城公雄・三根範順」三人展
会期 11月15日(木)～11月20日(火)
●『覧古考新』
～Step by Step～
京友禅染「工房・彩夢」景澤富佐子
会期 11月29日(木)～12月4日(火)

NHK函館放送局 ギャラリー彩
千歳町13-1 ☎27-0111

●「和紙人形のひとりごと」作品発表会
会期 10月31日(水)～11月5日(月)
●20年目の函館展
会期 11月7日(水)～11月12日(月)
●四季おりおり第41回写友ゴダッペ写真展
会期 11月14日(水)～11月19日(月)
●第12回亀校会作品展示会
会期 11月21日(水)～11月26日(月)

函館国際ホテル ギャラリーカリヨン
大手町5-10 ☎23-8761

●青山弘志「函館慕情Ⅱ」
会期 10月16日(火)～11月4日(日)
●月村朝子「After image 9―私風景―」
会期 11月6日(火)～11月25日(日)

ギャラリー村岡
元町2-7 ☎27-2961

●高橋正明・飯坂真紀の油彩画
"盛岡の猫と建物たち"展

会期 11月1日(木)～11月13日(火)
●よろみ村収穫祭
会期 11月15日(木)～11月30日(金)

SUQ+
宝来町27-13 ☎22-6167

●あーときゃっと
―ワレワレハネコデアル。―
会期 11月3日(土)～11月20日(火)

テーオー
梁川町10-25 ☎32-0501

●ハンドメイドマルシェ
会期 11月9日(金)～11月11日(日)

●安井タカ子「油絵小品展」
会期 11月14日(水)～11月19日(月)

はこだて工芸舎
末広町8-8 ☎22-7706

●SETSUKO TORII
秋のニット展

会期 10月26日(金)～11月4日(日)
●チベタンラグのある暮らし展
会期 11月2日(金)～11月13日(火)
●原口良子 SINDの衣服
会期 11月16日(金)～11月27日(火)
●ZÜSのフェルト展

会期 11月23日(金)～12月4日(火)
●渡辺三重 陶展
会期 11月30日(金)～12月11日(火)

はこだてギャラリー
時任町22-7 ☎32-8831

●秋の日本画・掛軸展
会期 10月9日(火)～11月2日(金)
●油絵小品展
会期 11月5日(月)～11月30日(金)
※土・日・祝日休み

HakoBA函館
末広町23-9 ☎27-5858

●隅田信城作品展
「Acrylic Paintings」

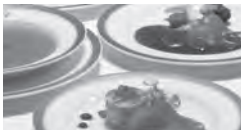
会期 11月5日(月)～6月27日(木)

元町画廊
元町23-6 ☎87-0250

●小原雅夫 油絵小品展
「メルヘンな風景たち」

会期 11月25日(日)～12月1日(土)

GOTOKEN HAKODATE since1879
創業1879年、函館の歴史と共に受け継がれる伝統の味。



第十四代目 総料理長 山本 庸子

創業 明治12年
五島軒
□五島軒本店 □レストラン雪河亭
□スイーツ&デリカショップAshibino
函館市末広町4-5 TEL. 0138-23-1106
[ホームページ] http://www.gotoken.hakodate.jp/ [フェイスブック] https://www.facebook.com/hakodate.gotouken.jp

【海外コラム vol.33】

海とココナッツの国、ソロモン諸島

①

万能のココナッツ

松原（まつばら） 花（はな）

JICA青年海外協力隊員
北海道大学水産学部出身
2015年4月～2017年6月（一財）北海道国際交流センター（HIF）にて勤務。日本語日本文化講座夏期セミナー担当としてホームステイや日本文化体験講座の補助を行う。
2017年10月よりJICA青年海外協力隊 水産開発隊員としてソロモン諸島に在住、首都ホニアラで漁業・海洋資源省に勤務。（旧姓：藤井）

青年海外協力隊員としてソロモン諸島に来て、あっという間に1年が経ちました。

風の冷たくなってきた函館から、気温30度のソロモンの首都ホニアラに到着し、しばらくはとまらない汗と陽射しとの戦いでした。見慣れない褐色の肌の人びとの表情からは何を考えているのか読み取るのが難しくて、やたらに怯えながら町を歩いた記憶があります。

あれから1年。インスタント麺をおかずに白米を食べることにも、待ち合わせから1時間半待つことにも、ピジン語（現地共通語）でのおしゃべりにも、だんだん慣れてきました。ソロモン諸島には9つの州、約1000もの島、言語も100以上あるとも言われていますので、一口に「ソロモンでは」という主語でお話しすることは難しいのですが、この6回のコラムを通じて、冬の函館に南の島の風を少しお届けできれば、と思っています。

連載のタイトルには、ソロモンでの暮らしの中で印象的な「海」と「ココナッツ」の2つを挙げました。海は私の仕事にも深く関わっていますので、後ほど改めて取り上げたく、今回はココナッツについてお話しします。

ココナッツは、本当に万能だなと感心しきりです。ヤングココナッツを割ると中に入っているココナッツウォーターを飲むことができ、暑い日の水分補給に最適です。ホニアラの市場では3～5ソロモンドル（約45円～75円）で売られています。ココナッツウォーターを飲み終わった後は、殻を割って中の白いつるりとした果実を食べます。賛否が分かれますが、協力隊員の中では「わさび醤油で食べると刺身っぽい」という評判もあります。アボカドをわさび醤油で食べるのと近いイメージかと思います。

ホニアラの中央市場で
ココナッツを売る女性

水分が抜けて茶色くなったオールドココナッツを割り、硬くなった果実を削って絞るとココナッツミルクになります。お米をココナッツミルクで炊いたり、魚やバナナをココナッツミルクで煮るほか、すりおろした芋と混ぜて蒸し焼きにしたお餅のような料理にすることもあります。プディングと呼ばれるこの料理が私はとても好きで、市場の屋台でときどき購入するのを楽しみにしています。

ココナッツミルクをゆっくり加熱して油を分離させたものが、ココナッツオイルです。ココナッツオイルは料理、整髪、怪我の治療と万能で、ココナッツオイルで作られた石鹸も、ソロモンのご当地ブランドで売られています。

現在は都市部には水道が通っており、雨水を貯める大きなタンクもありますが、きっと以前は日照りが続く日や船旅の最中は、ココナッツがソロモンの人びとの喉を潤していたのでしょう。村落部に出張で出向いたとき「喉が渇いた」と呟いたら、村の男の子が5mはありそうな木に軽々と登ってココナッツを落としてくれました。

函館のイカやじゃがいもが美味しいように、ソロモンでは鈴なりになっているココナッツが身体に美味しい、と感じます。海とココナッツの国ソロモン諸島での暮らしを、引き続き楽しく体感していきたいと思っています。

過去も未来も変わらないものがある。
30年分の想い出と感謝のきもち。

初代・渡邉熊四郎は明治2年（1869年）に洋品店を開業。
その後、明治20年（1887年）に倉庫業を開始し、ちょうど一世紀の時を経て今から30年前の昭和63年（1988年）に現在のような総合複合施設に生まれ変わりました。
人々の思いを詰め込んだ倉庫から、もっとたくさんの人々の想い出を創り出す魔法の宝箱へ。
The Place of Emotion. ～笑顔と感動を～
これからも金森赤レンガ倉庫は、新たな函館との出会いと楽しさをお届けいたします。

12月1日よりクリスマスイベントSTART！ぜひ遊びに来てください

金森赤レンガ倉庫
函館市末広町14番12号 TEL.(0138)27-5530　駐車場あり 1,000円以上お買上げの方 2時間無料
■クリスマスイベント情報はHPにて随時公開 https://hakodate-kanemori.com

北海道立函館美術館

〒040-0001 函館市五稜郭町37-6 ☎56-6311

歌川広重 二つの東海道五拾三次

江戸っ子たちの旅ログ!?

歌川広重
《東海道五拾三次 江尻宿》(丸清版)

江戸時代の浮世絵師・歌川広重の代表作《東海道五拾三次》。本展では、広重が手がけた多数の「東海道」のシリーズから、最初に制作した「保永堂版」と、その15年後に刊行した「丸清版」を同時にご覧いただきます。同じ宿場町でも、二つの版で異なる情景が描かれ、また、宿場町を撮影した現代の写真もあわせてご紹介します。過去と現代の風景を見比べながら広重の作品をお楽しみください。

会期 10月5日(金)～11月25日(日)
休館日 月曜日(11月5日は開館)
開館時間 午前9時30分～午後5時(入場は午後4時30分まで)
観覧料 一般 920円(720円)
高大生 610円(410円)
小中生 300円(200円)
＊( )内はリピーター割引および10名以上の団体料金

●芸術週間のご案内
芸術週間(11月1日～7日)は、常設展の「ミュージアム・コレクション秋～冬 たべもの×アート=おいしい関係」を無料でご覧いただけます。食欲の秋、美術館で視覚を通じて、味覚を刺激してみてはいかがでしょうか。
また、今年も、「図録・雑誌等(古本)プレゼント」を行います。好きな作家の図録等を探してみませんか。(お一人様一冊まで、なくなり次第終了。)

●美術映画会「世界の名画ゴッホ・青く揺らめく炎」
日時 11月10日(土)午後2時
会場 講堂(入場無料)

●ギャラリー・ツアー
講師 当館学芸員
日時 11月17日(土)、24日(土)いずれも午後2時
会場 特別展示室(要観覧券)

【同時開催】
■ミュージアム・コレクション 秋～冬 たべもの×アート=おいしい関係

250

郷土にエールを贈る
私を育ててくれた
函館の街

日本画家・デザイナー
柴田香代子(しばたかよこ)

函館の歴史を絵にする・摩周丸からの眺め

3歳から小学校卒業まで、函館で育ちました。外で走り回るのは苦手で、小学校ではいつも窓から函館山と海を見ていました。小学校を卒業し、本州にきてから60年近くたちます。
何年か前のある日、函館の幼稚園時代の幼なじみが、私に願ってもない素敵な仕事を持ちかけてくれました。それは、摩周丸「はこだてロマンティック・ビュー」にちなみ、函館の歴史風景を絵にして10点のエッチングプレートを制作する仕事です。
函館港に繋留されている摩周丸の船上からは函館山と港が手に取るように見えます。港をはさんで正面に八幡坂、山麓の少し上には、旧函館区公会堂や教会群の屋根と塔が続いています。また、ここから見渡せる岸壁には、かつて北洋漁業に出港する何百もの独航船が並びました。この摩周丸からの眺めには函館の歴史が詰まっていて、まさしく「ロマンティック・ビュー」です。

この歴史を絵にするのが仕事です。大変やりがいを感じましたが、難しそうな仕事でした。先ずは歴史を勉強することから始めました。函館市史を読み、図書館に通い、インターネット検索もしました。青函連絡船の元船長さんや関係の方々から貴重なお話を伺い、アドバイスをたくさんいただきました。
北洋資料館では、独航船乗船体験もしてみました。この体験はどのくらい作画の役に立ったのか疑問ですが、調べている間、横道にそれてしまう事が度々ありました。その中で特におもしろいと思ったのは函館中央図書館にある、幕末のペリー来航時に函館の名主が著した「亜墨利加一条写」で、何度も見ました。そこにはペリー艦隊艦船の外観はもちろんのこと、ペリー一行が函館市中で買った花瓶や塗り物の重箱、士官の階級による服装の違い、ボタンの模様など、細かく絵付きで書き留めてあります。この本は広い意味での古文書ですから、字は読めないのですが、絵のお陰でなんとなく分かるのです。改めて絵の力を感じました。
故郷函館の歴史を学ぶのは楽しいものでした。独特の文化を育んだ地形、幕末の開港、昆布やスルメの交易で賑わった港、北洋漁業、日本の経済発展に貢献した連絡船、青函トンネルの建設を推し進めることになった洞爺丸台風、形を変えながら発展してきた函館港、そして、外国とどう係わってきたかという歴史。これ等の歴史をどんな絵にすればよいのか、悩み迷いました。が、集めた資料の山を安心感の支えに、自分を信じて、ノロノロでしたが『とにかく描く』ことで進めてゆきました。
ようやく昨年、10点のプレートを揃えて摩周丸に展示することができました。本当に多くの方々のお陰で完成しました。
今、想い出と歴史がいっぱい詰まった摩周丸がこの港に在り続けて欲しいと願っています。

1948年札幌市生れ。3歳から函館で育つ。市立駒場小学校卒業。父親の転勤で中学から名古屋に転居。東京芸術大学日本画科卒業。日本画、銅版画作品を東京、大阪などの画廊やデパートで発表。又、CDや出版物の表紙絵、レイアウトなどを手がける。2007年函館駅2Fいるか文庫で水彩スケッチ展-Iを開催。摩周丸で展示されている函館歴史風景のプレートを制作。現在、埼玉県在住。

涯習報 生学情

博物館

月曜・祝日休館 ☎23－5480

■SPレコードを聴いてみよう
日時　11月17日(土)午後1時30分
参加料　無料
定員　15名
申込み　当日直接会場へ

■臨時開館日
○博物館本館・郷土資料館
11月3日(土)

■休館のお知らせ
○博物館本館
11月6日(火)～11月11日(日)・11月23日(金)・11月30日(金)
○郷土資料館
11月23日(金)・11月30日(金)

青少年研修センター（ふるる函館）

月曜休館 ☎23－5961

■地球まるごとシリーズ
○フランス語講座
日時　11月14日(水)午後7時
○イタリア語講座
日時　11月16日(金)午後7時
○タイ語講座
日時　11月17日(土)午後2時
○中国語講座
日時　11月18日(日)午後2時
○韓国語講座
日時　11月21日(水)午後7時
●共通事項
受講料　1000円
対象　高校生以上（保護者同伴で小・中学生可能）
定員　20名
申込み　随時受付

■ふるる函館わくわくキャンプ
○博物館を知ろう（日帰り）
日時　11月25日(日)午後1時～4時
参加料　500円
対象　小学1～6年生
定員　50名（保護者同伴可）
申込み　11月4日(日)午前8時45分から（申込順）
○クリスマスキャンプ（1泊2日）
日時　12月8日(土)午後1時30分～9日(日)午前11時30分
参加料　2500円
対象　小学3～6年生
定員　50名
申込み　11月18日(日)午前8時45分から（申込順）

亀田青少年会館（子どもセンター）

☎41－4383

■手芸教室（ビーズを使った小物）
日時　11月11日(日)午前10時
参加料　1人300円
対象　小学生
定員　8名
申込み　11月3日(土)までに窓口へ（定員超過時抽選）

■子どもの広場（体育室で遊ぼう）
日時　11月22日(木)午前10時
参加料　無料
対象　未就学児童と保護者
申込み　当日直接会場へ

■もちつき大会
日時　12月1日(土)午前10時
参加料　1人200円
対象　小学生と保護者
定員　50名
申込み　センター事務室へ

青年センター

水曜休館 ☎51－3390

■夜活！体幹トレーニング
日時　11月10日(土)・24日(土)午後7時15分
参加料　各回500円
定員　各回20名（申込順）
申込み　電話・窓口申込

■漁師直伝！浜の母さん料理教室
日時　11月17日(土)午前10時
参加料　1800円（材料費込）
対象　16歳以上
定員　12名（申込順）
申込み　電話・窓口申込

箱館奉行所

☎51－2864

■「奉行に変身・記念撮影」
奉行所大広間で裃（かみしも）や女性用打掛等の衣装を着用して写真をお撮りできます。
日時　11月24日(土)午前9時～午後4時
参加料　入館料のみ
申込み　当日直接会場へ

中央図書館

水曜休館 ☎35－5500

■秋の読書週間イベント
○第47回野間読書推進賞受賞記念「古典の日朗読会『樋口一葉　まことにわれは女なりけるものを』」
講師　安東璋二（北海道教育大学名誉教授・函館文学学校校長）
朗読　函館朗読奉仕会会員
日時　11月1日(木)午後1時30分
定員　150名
申込み　当日直接会場へ
問合せ　☎55－5316（函館朗読奉仕会・末永）
○講演会「物語の役割・小説の力」
講師　佐々木譲（作家）
日時　11月10日(土)午後2時
定員　150名
申込み　当日直接会場へ

縄文文化交流センター

月曜休館 ☎25－2030

■縄文体験講座「秋の縄文染め」
身近にある秋の植物で布を染めてみませんか。
日時　11月4日(日)午後1時
参加料　700円
定員　20名（申込順）
申込み　電話・FAX（25－2033）・Eメール（jomon-center@hjcc.jp）にて

■休館のお知らせ
日時　11月1日(木)・11月30日(金)

表紙のことば／制作趣意

表紙デザイン：函館デザイン協議会
佐賀 吉憲

今年度は、函館市文化・スポーツ振興財団創立30周年を記念し、函館デザイン協議会が函館の中の"30"をテーマに会員のリレーで表紙を飾ります。はたしてどんな"30"が出てくるか、どんな表現になるのか。今後もどうぞお楽しみに。

第7回目は函館の日常と変化を抽象的に表現しました。整然と並ぶ30個の黒丸に、1つだけ軸をずらした黒丸を加えることで、ダイナミックな配置よりも「動き」が見えてくることがあります。いつもの日常も30年積み重ねれば大きな変化になりますし、ちょっとした刺激が何かのきっかけになることも。継続は力なりでしょうか。

函館を愛しすぎて
ホームきかく子一家が
函館市内・近郊を
駆け巡ります。

道南地元企業のホーム企画は、
2018年35周年、36年目を迎えました。

函館　ホーム企画　検索
www.home-kikaku.co.jp
hakodate@home-kikaku.co.jp
株式会社ホーム企画
お問い合せはお気軽に　フリーダイヤル
0120-54-1230
〒040-0001 函館市五稜郭町35番1号 ホーム企画ビル6階
TEL.0138-54-1230（代）FAX.0138-55-1233

11月 芸術ホール ハーモニー五稜郭

TEL 55－3521　FAX 55－3586

日	曜	催し物等	主催者等	開始	終了	備考
4	日	平成３０年度　函館市民文化祭 「華麗・錦秋の夕べ～芸術へのいざない～」	函館市文化団体協議会 ☎ 54-7670	14:00	16:30	入場料　1,500円 （小学生以上）
7	水	宇崎竜童弾き語りＬＩＶＥ２０１８	はこだて音楽鑑賞協会 ☎ 32-1773	18:30	20:50	入会金　1,000円 月会費　2,000円 （高校生以下共に半額）
10	土	函館大妻高等学校　第６回家政科学習報告会	函館大妻高等学校 ☎ 52-1890	13:30	15:30	関係者のみ
11	日	函館市芸術ホール バックステージツアー２０１８	（公財）函館市文化・スポーツ振興財団 ☎ 55-3521（芸術ホール）	14:00	15:30	参加受付は 終了しました
12	月	グループる・ばる『蜜柑とユウウツ』 ー茨木のり子異聞ー	函館演劇鑑賞会 ☎ 51-7376	18:30	20:50	会員のみ （当日受付可）
15	木	成道会	函館市仏教会 ☎ 090-5233-0873（佐々木）	13:30	15:10	関係者のみ
17	土	平成３０年度　函館市民文化祭 「みんなで歌おう！童謡１００年コンサート」	（公財）函館市文化・スポーツ振興財団 ☎ 55-3521（芸術ホール）	14:00	16:00	入場料 一般 1,000円 高校生以下 500円 ファミリー券（3名まで） 2,000円
18	日	ＨＢＣこども音楽コンクール函館地区大会	ＨＢＣ北海道放送 ☎ 011-232-5851（平日10時～17時）	10:00	16:00	入場無料
23	金	第３５回北海道教育大学函館校 モダンダンスクラブ発表会	北海道教育大学函館校モダンダンスクラブ ☎ 090-6623-6546（佐藤）	18:30	20:30	入場料　1,000円
24	土	第３２回ＰＬ北海道第三ＭＢＡバトン発表会	ＰＬ北海道第三ＭＢＡ ☎ 26-9195	13:30	15:30	入場無料
25	日	平成３０年度函館音楽協会 秋季定期演奏会「音の収穫祭vol.２」	函館音楽協会 ☎ 080-6859-8462（コンサート専用）	14:30	16:30	入場料 一般 1,000円 大学生以下 500円
26	月	平成３０年分　年末調整説明会	函館税務署 ☎ 31-5834	14:00	16:00	源泉徴収義務者
28	水	函館市亀田老人大学・高齢者大学湯川校 合同卒業式	（公財）函館市文化・スポーツ振興財団 ☎ 22-3320（函館市公民館）	10:30	11:30	関係者のみ
30	金	日蓮聖人降誕８００年慶讃 北海道南部管区大会	日蓮宗　北海道　南部宗務所 ☎ 22-6756	12:30	16:00	入場料　2,000円

●平成31年11月・12月の芸術ホールの状況
平成31年11月12日㈫は器材点検日等のため使用できません。
平成31年12月11日㈬は器材点検日等のため使用できません。

●平成31年11月分の貸館受付は11月1日㈭午前9時30分から行います。
●ホール、ギャラリー等の催し物は、主催者の都合で変更されることがあります。
●今月の13日㈫は器材点検日等のため使用できません。

●器材点検日以外にも使用出来ないことがございますので、お問い合せください。

SAILOR

インク工房

インクブレンダー石丸治氏が
あなただけのオリジナルインクをブレンドいたします。
1本50ml　2,160円（税込）

12月8日㈯10:00～18:00
12月9日㈰10:00～17:00
休憩12:00～13:00（状況により前後する場合がございます）

あなたを輝かせる文具があります。
豊富な品揃え、文具・事務用品の専門店
石田文具

本　　社／函館市鍛治1丁目39番11号
小 売 部／北斗市七重浜2丁目45番5号
TEL（0138）49-3171（代）・FAX（0138）49-3271
営業時間／平日・午前8:30～午後8:30
土曜・午前8:30～午後8:00
日・祝 午前9:00～午後8:00
http://www.ishidabungu.co.jp/

KIRIN

苦みを
抑えた、
うまみ。

北海道キリンビバレッジ株式会社　NAMACHA.jp　まる搾り生茶葉抽出物 加熱処理　のんだあとはリサイクル。

芸術ホール　リハーサル室（フリールーム）

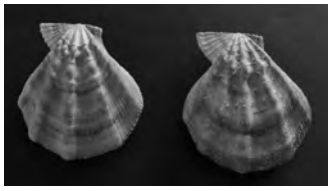
期日	催し物等	主催者等	開始	終了	備考
1㈭～5㈪	平成３０年度　函館市民文化祭　ぶんだん秋の庵	函館市文化団体協議会 ☎ 54-7670	10:00	15:30 (15時受付終了)	お茶券　400円
7㈬	AKIRAコンサート	大湯 ☎ 090-6211-5942	18:00	20:30	入場料 一般 3,500円 大学生以下 2,500円
8㈭・9㈮	函館大谷高等学校芸術文化展　実演・演奏会	函館大谷高等学校 ☎ 52-1834	13:00	8日17:00 9日16:00	入場無料
11㈰	第３８回メモリアル友の会 ピアノ演奏会・茶話会	メモリアル友の会 ☎ 51-0312(大越)	13:00	16:00	入場無料
23㈮	吉見ピアノ教室発表会	吉見ピアノ教室 ☎ 51-1067	13:30	15:00	入場無料
24㈯	道南・生と死を考える会　メモリアルコンサート	道南・生と死を考える会 ☎ 090-1380-6903(五十嵐)	14:00	16:00	入場無料 (茶話会参加者500円)
	嶋田弦楽合奏団　Tribute Concert	嶋田弦楽合奏団 ☎ 080-1874-0738	18:15	20:15	入場無料
25㈰	ピアノ・エレクトーン発表会	jetピアノ・エレクトーン教室 ☎ 090-2695-3307(佐々木)	13:30	16:00	入場無料

芸術ホール　ギャラリー

期日	催し物等	主催者等	開始	終了	備考
1㈭～5㈪	平成３０年度　函館市民文化祭 清秋・函館市文団協芸術展	函館市文化団体協議会 ☎ 54-7670	10:00	18:00 5日16:00	入場無料
8㈭～10㈯	函館大谷高等学校芸術文化展	函館大谷高等学校 ☎ 52-1834	8日13:00 9:00	17:00 10日11:00	入場無料
10㈯	みすず調剤薬局健康セミナー in 函館 『がんと向き合うあなたへ　いま伝えたいこと』	有限会社みすず調剤薬局 ☎ 54-3800	14:00	16:00	入場無料 (要事前申込)
14㈬～17㈯	平成３０年度　函館市民文化祭 函館アートフェスティバル２０１８	(公財)函館市文化・スポーツ振興財団 ☎ 55-3521(芸術ホール)	10:00	19:00 17日17:00	入場無料
22㈭～25㈰	第６５回写真道展函館巡回展	北海道新聞函館支社 北海道写真協会函館支部 ☎ 32-5130(北海道新聞函館支社・事業)	10:00	18:00 25日16:00	入場無料

財団創立３０周年記念

函館市北洋資料館特別展
貴重な北洋の貝
～高川コレクション～



エゾキンチャク

オーロラニシキガイ

北の貝類の集大成ともいうべき「高川コレクション」は、北洋漁業流し網船の通信士だった高川金次氏が、昭和３０年代に収集したものです。当時は南洋海産貝類の研究が主流であった中で、この高川コレクションは状況を一変させ、北の貝類研究に絶大なる影響を与えました。今回財団創立３０周年を記念して、鮮やかな美しい色や珍しい種類の貝を約２０種３７点展示していますので、この機会に是非ご覧ください。

会　期　１０月１１日㈭～１１月３０日㈮
午前９時～午後５時
(最終日は午後３時終了)
会　場　函館市北洋資料館
料　金　入館料のみ
(一般１００円、学生・生徒・児童５０円)
問合せ　☎５５－３４５５(北洋資料館)

ピアノコンサート・フォー・ユー
出演者募集

昨年まで好評をいただいてきた「メモリアル・コンサート・フォー・ユー」は、今年から「ピアノコンサート・フォー・ユー」と名前を新たに開催します。芸術ホールのステージで、グランドピアノを弾いてみませんか？日頃の練習の成果を発揮したい方やホールの豊かな響きの中で演奏したい方を募集します。

日　　時　平成３１年１月１４日㈪午後１時
演奏時間　１組５分程度(使用ピアノ:スタインウェイ)
参 加 料　１組３,０００円
応募方法　ハガキに住所・氏名・年齢（学年）・電話番号・曲目・作曲者名と応募の理由（５０字以内）をご記入のうえ、下記の宛先へお送りください。芸術ホールホームページにて印刷用書式を公開しています。
応 募 先　〒０４０－０００１函館市五稜郭町３７番８号
函館市芸術ホール「ピアノコンサート・フォー・ユー」係
応募期間　１１月１日㈭～３０日㈮
問 合 せ　☎５５－３５２１(芸術ホール)

七飯町文化センター情報

TEL 66－2066　FAX 66－2070　URL：http://www.town.nanae.hokkaido.jp/education/category/378.html

日	曜	催し物等	主催者	会場	開始	終了	備考
10	土	みどり社交ダンスパーティー	みどり社交ダンス ☎ 22-9802（滝澤）	小ホール	13：15	15：15	入場料　1,000円
11	日	カレフォン　七飯公演	七飯町文化協会 ☎ 66-2068	大ホール	18：00	21：00	入場料　6,500円（全席指定、当日500円増）

舞台 カレフォン 七飯公演

出　演　廣瀬智紀、川栄李奈、戸塚純貴、柳美稀、山崎樹範
日　時　１１月１１日㈰午後６時
会　場　七飯町文化センター パイオニアホール
料　金　６,５００円（文化協会会員６,０００円）（全席指定、当日５００円増）

※お帰りの無料バス乗車希望の方はチケット購入後、１１月２日㈮までに文化協会へお申込みください。
降車場所は函館バス停留所に限らせていただきます。
※未就学児のご入場はご遠慮願います。
※車イス席をご希望の方は、事前に文化協会にお申し出ください。

問合せ　☎６６－２０６６（七飯町文化協会）

平成３０年度 七飯町文化協会 会員募集！

七飯町文化協会では、平成３０年度の会員を募集しております。会員の方々にはチケットの先行販売や主催事業の１,０００円割引券（２枚）配布、会報の送付など様々な特典があります。

年会費　○賛助会員（個人）３,０００円
○特別会員（企業商店）１口１０,０００円
○協会員（町内の団体）３,０００円

入会方法　下記施設の窓口にて直接お問合せください。
○七飯町文化センター（七飯町文化協会）
○大中山コモン
○大沼婦人会館

問合せ　☎６６－２０６６（七飯町文化協会）

北斗市総合文化センター情報

TEL 74－2000　FAX 74－2074　https://www.city.hokuto.hokkaido.jp/machi/bunka/kanaderuevent/

日	曜	催し物等	主催者	会場	開始	終了	備考
18	日	翠川会舞踊歌謡ショー	翠川会 ☎ 45-0107（川村）	大ホール	12：00	16：00	入場料　2,000円
18	日	ダンスパーティー	北斗ソシアルダンス愛好会 ☎ 73-8469（小田）	大会議室	18：00	20：40	入場料　1,000円
23	金	渡島青少年読書感想文コンクール表彰式	渡島学校図書館協議会 ☎ 0139-45-2022（岩井）	大会議室	10：00	12：00	入場無料
24	土	第４６回函館地区小学校管楽器演奏会	北斗市立上磯小学校 ☎ 73-2062（古川）	大ホール	13：00	16：30	入場料　800円
25	日	ピアノ発表会	ちゅうりっぷの会 ☎ 73-4024（浜谷）	小ホール	15：00	18：30	入場無料

第１２回北斗市音楽祭

吹奏楽・合唱・太鼓・大正琴など、北斗市内の音楽団体１８団体が出演予定です。

日　時　１１月１１日㈰午前１０時～午後２時
会　場　北斗市総合文化センター　かなで～る
料　金　無料（要整理券、当日配布あり）
整理券配布場所　北斗市総合文化センター、北斗市公民館、七重浜支所、茂辺地支所　他
主　催　北斗市教育委員会、北斗市音楽祭実行委員会
問合せ　☎７４－２０００（北斗市教育委員会社会教育課）

※上記の催し物は主催者の都合により変更されることがあります。また、上記以外新たに追加される場合もありますので、ご了承ください

NHK函館放送局キャンペーン

あなたの町に津波は何分でやってくる？

地震・津波から命を守るための情報を
NHK函館放送局のホームページでお伝えしています。

今すぐアクセス！

http://www.nhk.or.jp/hakodate/tsunami/

ＮＨＫ函館放送局 ＞「すぐ来る津波」特設HP

NHK 函館放送局（函館市千歳町13-1） 0138-27-0111（代表） 平日／午前9時30分～午後6時

函館山ロープウェイ
FMいるか

●特別番組放送
番 組 名　「防災ラジオ８０７～災害と情報～」
放送日時　１０月３０日㈫午後７時～９時＜生放送＞
　　１１月　４日㈰午後５時～７時＜再放送＞

ＦＭいるかでは「平成３０年北海道胆振東部地震」とそれに伴う全域停電を受けて、４日間で６９時間３０分におよぶ緊急災害放送を実施しました。停電によりラジオが唯一の情報源となる中、多数の情報提供や激励メッセージが寄せられました。

一方で、今回の放送を通じてどのような情報が必要だったのか、またリスナーはどのような情報を求め、ラジオに何を期待しているのか検証を行い、防災を考える特別番組を放送します。

●２０１８函館山ロープウェイ市民感謝デー
日　　程　１１月１８日㈰

函館山ロープウェイ６０周年記念市民感謝デー（終日ロープウェイ搭乗無料）に合わせて、ＦＭいるかでは函館山ロープウェイ施設内だけで聞くことができる館内特別放送を実施します。施設内のＳＮＳ映えするスポットで写真を撮って拡散していただいた方にはグッズのプレゼントも！ぜひご家族・ご友人お誘い合わせの上、函館山ロープウェイに遊びに来てください。

なお、当日は駐車場が大変混雑します。お越しの際はなるべく公共の交通機関をご利用ください。

もっとハッピーなこと、しよう。
Do More Happy! FMいるか

●ＦＭいるか下期番組担当変更のご案内

ＦＭいるかは１０月に番組改編を実施し、番組担当者を一部変更して放送しています。引き続きＦＭいるかの番組でお楽しみください。

■おはようさわやかさん

㈪㈫濱多大介
㈬伍楼康広
㈭㈮中野由貴

■CHARGE UP!

㈯伍楼康広
㈰下唐湊祐莉

■いるか号中継レポーター
㈫山下健人　㈬㈭㈰石井千紘　㈮佐々木紫
㈯下唐湊祐莉

〒０４０－００５４　函館市元町１９－７
ＴＥＬ　２７－３７００　ＦＡＸ　２３－３１００
Ｅメール　８０７@fmiruka.co.jp
ＵＲＬ　http://www.fmiruka.co.jp

金　森　ホ　ー　ル
TEL 23-0338

11/1㈭~2㈮　第9回　分子アーキテクトニクス研究会 研究発表会
時　間　午前９時３０分
料　金　関係者のみ
問合せ　分子アーキテクトニクス研究会

11/3㈯　小笠原ピアノ教室　ピアノ発表会
料　金　関係者のみ

11/9㈮　みのや雅彦リアルライブツアー２０１８『いつか涙で笑い合いたい』
時　間　午後６時３０分
料　金　４,５００円(全席自由)
問合せ　☎０１１－６１４－９９９９(ウエス)

11/10㈯　カナリア会　ピアノ発表会
料　金　関係者のみ

11/11㈰　音夢の会　ピアノ発表会
料　金　関係者のみ

11/16㈮　平成３０年度　不動産実務セミナー
時　間　午後１時
料　金　関係者のみ
問合せ　☎０３－６８２０－８８６５
　　(不動産実務セミナー受付事務局)

11/18㈰　ヤマハ　ワガママライブ２０１８
時　間　午後３時
料　金　７００円
問合せ　☎５２－２９８２(ヤマハ五稜郭センター)

11/20㈫　HAKODATE HAIR COLLECTION 2018
時　間　午後７時
料　金　前売３,０００円、当日３,５００円
問合せ　☎２３－６４０３(函館美容業協同組合)

11/24㈯　中島直美門下生　ピアノ演奏会
時　間　午後２時
料　金　入場無料

11/25㈰　読み語りの会「花音」創立5周年記念公演 遠野昔語りの会
時　間　午後１時３０分
料　金　一般１,０００円、小中学生５００円
問合せ　☎０９０－３１１５－９８３０
　　(読み語りの会「花音」／犬堂)

函館生活記
異国での日々

「函館の生活について」 295

ダオ ジン チン
（ベトナム）
日本国際語学アカデミー函館校

私は去年の10月に日本に来ました。私は中学のころ、日本のマンガやアニメを見て、日本が好きになりました。大学のとき、インターネットで日本人の友達ができたことがきっかけで、日本語に興味を持つようになりました。今、日本国際語学アカデミー函館校という日本語学校の学生です。函館に来たとき、秋でした。すずしくて、天気もよく、紅葉もすごくきれいでした。函館の冬は思ったより寒かったです。ベトナムは雪が降らないので、私は初めて雪が降るのを見ました。最初は雪が降るのを見るのが楽しかったですが、毎日降っていたので、アルバイト先へ行くのが大変でした。春は桜がきれいでした。学校のお花見で、五稜郭公園へ行きました。タワーに上ったり、公園でみんなでゲームをしたりしました。楽しかったです。函館の夏はあまり暑くなかったです。みなと祭りを見に行きました。大きいお祭りだと思いました。一緒に行った人がいろいろ教えてくれて、お祭りに参加することができました。

初めの頃は、日本語があまり話せなくて、学校でも、アルバイト先でも、大変でした。生活に慣れるのにも時間がかかりました。日本語も少し話せるようになりました。学校では、勉強だけでなく、いろいろなことを助けてくれました。私は病気のときに病院へ連れて行ってもらいました。私は家族と離れてさびしくて元気が出ない時も、先生たちは励ましてくれて、元気になりました。私は日本語学校を卒業したら、国へ帰って、日本語関係の仕事をしようと思っています。また、友達や家族に日本の料理や文化を紹介したいと思っています。ベトナムの友達が日本に興味をもったら、ぜひ、日本へ留学するよう、勧めようと思います。

RELAY TALK-MY FAVORITE THING

［道が拓ける魔法の言葉］

307

高野（たかの） 祐輔（ゆうすけ）
（クライミングジムHOMIE代表）

クライミングジムHOMIEの壁にて

「ガンバ、ガンバ!!」

大人と子供が入り混じり、一様に魔法の言葉を唱える。その先には息を荒げ壁にしがみつく男の姿。直後に歓声と拍手が響き渡り、満面の笑みを浮かべながら降りてきた男が呪文を唱えていた皆とグータッチ。これがボルダリングの最も達成感に満ち溢れた瞬間である。

2020年東京オリンピックの種目となっているスポーツクライミング（リード・ボルダリング・スピードの複合競技）。中でも4メートル程度の壁を道具を使わずに登るボルダリングを始める人が増えている。人気の秘密はその手軽さと奥深さ。特別な道具を必要としないボルダリングはそのシンプルさ故に、［身のこなし］が重要で僅か数十秒の間に知力、体力、精神力を総動員し立ちはだかる壁を登るスポーツだ。

時には無謀に思える難解な壁に挑む事もある。指の先しか掛からない僅かな突起を頼りに幾度も失敗を繰り返しながら、ひたすらに上を目指す。その様はまさに［人生において立ちはだかる壁を登るが如く］。あまりの難しさで絶望感に苛まれた時、周囲から自然と湧き上がる「ガンバ!!」（頑張れ!!）。これが不可能が可能になる魔法の言葉の正体である。声援に後押しされ渾身の力を振り絞り、無我夢中で壁を乗り越えた時、得られるものや見えてくるものは人それぞれ。実はその過程こそが一番の醍醐味なのだ。険しい道を行けばこそ、その先には輝かしい未来が拡がっている。

困難の少ない道など退屈なだけだ。クライミングも人生も冒険の連続である。

次回は、義肢装具士の喜多岳史さんにバトンタッチします。

プロフィール…函館生まれ函館育ち。高校卒業後、上京しTVカメラマンとして報道の仕事に携わる。30代でUターン後、趣味であったクライミングを函館で伝えるべくクライミングジムHOMIEをオープン。

ウィークエンドディナーバイキング
Dinner
PM5:30~PM9:00
PM8:00迄のご来店
PM8:30オーダーストップ
毎週末金・土日曜日開催
月曜日～木曜日（祝日含む）は開催いたしておりません。開催日が変更になる場合がございます。
和洋中30種類以上！デザートだって食べ放題！
1名様よりご予約可能です。お気軽にご利用ください。
120分食べ放題！
大人 ¥2,500
シニア ¥2,000
小学生 ¥1,500
幼児 ¥500
120分飲み放題！
フリードリンク ¥1,500
●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
●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
※曜日により予約時間に制約がある場合もございます。※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） ※各税込

ランチバイキング
Lunch
AM11:30~PM2:30
PM2:00迄のご来店
毎週火～日曜日開催
月曜日は開催いたしておりません。月曜日が祝日の場合は火曜日がお休みとなります。
毎日好評開催中！気軽にランチバイキング！
90分食べ放題！
大人 ¥1,500
小学生 ¥800
幼児 ¥500
※幼児（3歳以上） ※各税込
Free Drink ソフトドリンク飲み放題付
ソフトドリンク
●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
団体のご予約も承ります。 ※10名様以上より12時迄の受付となります。

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
URL http://www.hokke.co.jp
法華クラブ 検索

あうん堂ホール
松風町8－6 ☎22－6360

●Live Complex vol.114
出演 The☆SHOT、あまのじゃく他
日時 11月11日(日)午後7時30分
料金 (前)1000円(当)1500円
●NORRIE Live
日時 11月17日(土)午後7時30分
料金 (前)1000円(当)1500円(予定)
●Acoustic Night Live vol.108
出演 船橋拓也、moka他
日時 11月18日(日)午後7時30分
料金 (前)1000円(当)1500円
●HakodateART to ART
参加 mukuhandmade Hakodate、安田祐子、かわむらてるあき、川崎志世、SUQ＋他
日時 11月23日(金)～25日(日)
①午後1時～5時②午後7時～0時
料金 要1drオーダー

カフェレスト・アクシス
五稜郭町35－1 ☎31－6222

●アクシス・セレクティブライブVol.75
アクシス今宵、フレンチにVol.2
出演 大澤理江(Vo)、猪俣美津子(Pf)
日時 11月6日(火)午後6時30分
料金 4000円(1dr、ワンプレート付)
問合せ 54－1230(高田)

函館市女性センター
東川町11－12 ☎23－4188

●土曜ぷちサロン
○絵本の読みきかせ等
日時 12月1日(土)、15日(土)午前10時30分
対象 市内在住または在勤の保護者と未就学児
当日会場へ
申込み
○親子リズム遊び
日時 12月8日(土)午前10時30分
対象 市内在住または在勤の保護者と満1才～3才までの幼児10組20名(抽選)
申込み 電話または窓口受付で
○ベビーマッサージ
日時 12月22日(土)午前10時30分
料金 200円
対象 市内在住または在勤の保護者と2ヶ月～1才未満児10組20名(抽選)
申込み 電話または窓口受付で
●かざり巻き体験教室(連続2回)
日時 12月4日(火)、11日(火)午後1時30分
材料費 800円
対象 市内在住または在勤の男女24名(抽選)
申込み 11月6日(火)午前10時から電話または窓口受付で
●年末年始を健やかに 経絡ヨガ体験教室
日時 12月7日(金)、21日(金)午後6時30分
受講料 無料
対象 市内在住または在勤の男女各20名(抽選)
申込み 11月8日(木)午前10時から電話または窓口受付で
●一人暮らしの男性のための お料理ビギナー教室②
日時 12月8日(土)午後2時30分
材料費 1000円
対象 市内在住または在勤の男性24名(抽選)
申込み 11月9日(金)午前10時から電話または窓口受付で
●同じ悩みを持つ者同士の心を開く時間「ホッとたいむ」
日時 12月10日(月)午後1時30分
参加料 無料
対象 市内在住または在勤の女性10名(先着順)
申込み 11月12日(月)午前10時から電話または窓口受付で
●月に一度の昼食会 東川リビング
日時 12月13日(木)午前10時30分
材料費 1人300円
対象 市内在住または在勤の男女・親子30名(抽選)
申込み 11月8日(木)午前10時から電話または窓口受付で
※先着順以外の講座は抽選の場合あり

函館YWCA
松陰町1－12 ☎51－5262

●きものリフォーム
講師 恒本信子
日時 11月6日(火)、20日(火)午前10時
参加費 1回800円
●チェンバロで巡るバロック音楽の旅 第2回ドイツ
講師 森洋子
日時 11月8日(木)午後2時
受講料 1300円(お茶付)
●おから味噌講座
講師 高村亨(おから再活プロデューサー)
日時 11月10日(午前10時
受講料 2800円(材料費等含む)
●歌いつづけて
講師 寺田麗子
日時 11月14日(水)、21日(水)午前10時30分
参加費 1回600円
●親子でサイエンス「地震のしくみとゆらゆらのフシギ」
講師 井上千加子
日時 11月21日(水)午後4時
参加費 1500円(材料費別途)
対象 年長児～小学2年の子どもと保護者
●クリスマスバザー
日時 11月23日(金)午前11時
●げんきdeストレッチ
講師 水谷眞貴子(健康運動実践指導者)
日時 11月29日(木)午後1時30分
参加費 600円

地域交流まちづくりセンター
末広町4－19 ☎22－9700

■助成金活用&組織評価&事務力 NPOの組織基盤強化を本気で考える2日間！
①「本気で助成金活用を考える！～今必要な"組織評価"～」
講師 山田泰久(NPO法人CANPANセンター代表理事)
②「本気で取り組むNPO事務力UP&NPO事務力検定」
日時 ①11月6日(火)午後1時
②11月7日(水)午前9時30分
参加料 2日間4000円(1日参加可)
定員 30名(要申込み)
問合せ 011－200－0973(北海道NPOサポートセンター)
■突然死ゼロを目指して～救命講習会
講師 田中正博(救命のリレー普及会理事長)
日時 11月9日(金)午後1時30分
参加料 無料
定員 20名程度(要申込み)
問合せ 22－9700(まちづくりセンター)

函館市公民館
青柳町12－17 ☎22－3320

■函館クリスマス会
出演 本多依子、マイケル・ウイリアムズ、櫻井沙織、本多祐基、ハンドベルリンガーズ他(※手話通訳あり)
日時 11月17日(土)午後2時
料金 500円(未就学児無料)
問合せ 080－3291－7054(佐々木)
■高橋竹山 没後二十年 ドキュメンタリー映画「津軽のカマリ」上映会
大西功一監督が来場します。
日時 11月18日(日)①午前11時②午後1時③午後4時④午後6時30分
料金 (前)1300円(当)1800円
問合せ 090－9154－0244(オオニシ)
■第47回のぞみ会音楽発表会
出演 コーラス木曜会、コーラスせせらぎ
ゲスト 金木彩子(S)、武井佳子(Pf)
日時 11月24日(土)午後1時30分
料金 無料
問合せ 041－094(新濱)
■アコール室内合奏団第3回演奏会
出演 安孫子芽依・陶山義斗(vn)、佐藤亮・鈴木雅敏(vn、va)、佐藤直(va)、山上十和(vc)
日時 12月2日(日)午後2時
料金 500円、中学生以下無料
問合せ accord.chamber.music@gmail.com

シネマアイリス
本町22－11 ☎31－6761

○泣き虫しょったんの奇跡
11月3日(土)～上映
○寝ても覚めても
11月3日(土)～上映
○あの頃、君を追いかけた
11月3日(土)～上映
○クワイエット・プレイス
11月10日(土)～上映
○ガチ星
11月10日(土)～上映
○悲しみに、こんにちは
11月17日(土)～上映
○日日是好日
11月23日(金)～上映

シネマ太陽函館
松風町2－8 ☎22－2021

○ヴェノム
11月2日(金)～ロードショー
○スマホを落としただけなのに
11月2日(金)～ロードショー
○ガールズ&パンツァー 第63回戦車道全国高校生大会 総集編
11月2日(金)～上映
○走れ！T校バスケット部
11月3日(土)～ロードショー
○ボヘミアン・ラプソディ
11月9日(金)～ロードショー
○銃
11月17日(土)～ロードショー
○ファンタスティック・ビーストと黒い魔法使いの誕生
11月23日(金)～ロードショー
○ニート・ニート・ニート
11月23日(金)～ロードショー
○くるみ割り人形と秘密の王国
11月30日(金)～ロードショー

■ハンドメイド マリーマート「マリーで秋冬♪ハンドメイドコレクション」
日時 11月3日(土)、4日(日)午前10時
会場 ポールスターショッピングセンター(港町1－2－1)
問合せ 090－6264－7874(竹澤)
■リコーダーとバイオリンとチェンバロのタベ その1
出演 岡部浩美・家永智沙子(Rec)、高橋葉子(Vn)、水田真木子(Cemb)
日時 11月10日(土)午後6時コーヒータイム 午後7時コンサート
会場 喫茶 茶楽居(松陰町20－15)
料金 2000円(1dr付)、高大生1000円、小中生500円
定員 25名(要予約)
問合せ 090－2872－8228(岡部)
■Masahiro Fujioka Quartet Live in函館！
出演 藤陵雅裕(Sax)、福田重男(Pf)、安藤正則(Ds)、高瀬裕(B)
日時 11月11日(日)午後6時
会場 想苑(青柳町3－15)
料金 (前)3500円(当)4000円(1dr付)
問合せ 23－3763(同店)
■ともえ童謡の会～なつかしい童謡をみなさん歌い継ぎましょう～
～仲良く楽しくたくさん歌いましょう～
講師 斉藤八寿子
日時 11月13日(火)午後1時30分
会場 青年センター(千代台町27－5)
参加費 500円
問合せ 31－3537(大原)

■医療法人社団函館脳神経外科2018年市民公開講座「脳卒中最前線～敵を知り己を知れば百戦危うからず～」
日時 11月17日(土)午後1時30分
会場 ホテル法華クラブ函館(本町27－1)
料金 無料
問合せ 53－6111(函館脳神経外科病院)
■プラネタリウム上映会「秋の星空」
屋外での観望会も行いますので、気温に合わせた服装でお越しください。
日時 11月17日(土)午後7時
会場 函館プラネタリウム館(亀田中野62－2)
料金 無料
定員 30名
申込み 函館プラネタリウムの会ホームページからお申し込みください。
問合せ 47－3163(みはら歯科矯正クリニック内)
■NPO函館レクリエーション協会「げんき塾」～船上気分で洋上スポーツ～シャフルボード大会
日時 11月24日(土)午前9時30分
会場 ふるる函館(谷地頭町5－14)
料金 3000円(年会費1800円)
※保護者同伴の中学生以下無料
問合せ 090－8898－0092(野澤)
■アドヴェント・オルガンコンサート
出演 石﨑理
日時 11月25日(日)午後1時30分
会場 函館千歳教会(松陰町9－6)
料金 無料
問合せ 51－9573(同教会)
■左信悟ギター演奏会
日時 11月25日(日)午後2時
会場 四季の杜公園(亀田中野町199)
問合せ 52－4514(函館ギタースクール)
■教育音楽ぐるーぷどるちぇ主催 はこだて童謡の会～皆さん御一緒になつかしい童謡・唱歌を楽しくうたいましょう～
講師 細谷悦子(日本演奏連盟会員)
日時 11月27日(火)午後1時30分
会場 青年センター(千代台町27－5)
参加費 500円
問合せ 27－3403(藤野)
■ヨハネ教会ミニバザー
－クリスマスへむけて－
日時 12月2日(日)午後1時
会場 函館聖ヨハネ教会(元町3－23)
問合せ 23－5584(同教会)
■2018年度 国際ソロプチミスト函館 クリスマスチャリティーディナーパーティ LE VELVETS～ヴェルヴェットなボイス 煌めくクリスマス
日時 12月19日(水)午後6時30分
会場 函館国際ホテル(大手町5－10)
チケット 13000円(全席指定)
販売期間 12月10日(月)まで(なくなり次第終了)
問合せ 59－6660(スナップルス高丘店)

池見先生のスポーツコラム 第２回

『生活習慣病』と『運動』もっと動きましょう♪歩きましょう♪

総合型地域スポーツクラブ
スポーツプログラマー・健康運動指導士
池見眞澄（いけみ ますみ）

茅部郡森町出身（函館市在住）。１９６９年生。遺愛女子高等学校卒業。函館市に設立し３年目になる「総合型地域スポーツクラブミスポはこだて」クラブマネジャー。グリーンピア大沼スキースクールにて、スキースクール副校長（冬季）。

生涯を通じた「快適なスポーツライフ」を幼児から高齢者へと、地域のすべての皆様へ推進している。

ＪＳＰＯ公益財団法人日本体育協会公認スポーツ指導者・スポーツプログラマー

ＳＡＪ公益財団法人全日本スキー連盟スキー指導員

『生活習慣病』という言葉をよく聞きますが、皆さんはどんな病気かご存知でしょうか？過食・運動不足・休養不足・喫煙・飲酒などの生活習慣が原因で発症する疾患群です。では生活習慣病と言われている疾患として、どんなものがあるでしょう。

メタボリックシンドローム、肥満（肥満症）、高血圧、高脂血症、脂質異常症、糖尿病、心疾患、ロコモティブシンドローム、変形性膝関節症、呼吸器系疾患、癌、認知症などこんなにたくさんあります。生活習慣により、小さな子どもにも生活習慣病予備軍が増えているというとても心配な現状です。早急に生活習慣の改善が必要であり、運動や生活活動を増やしていかなければなりません。

では、生活習慣病の予防と改善のための運動の話をします。様々な運動プログラムがありますが、目的に応じて少しずつ違いがあります。基本的な運動としては有酸素運動、ストレッチ、レクリエーション運動などから２～３種類を組み合わせて行うのが効果的です。なかでも安全に、誰にでも気軽に出来る運動が有酸素運動です。あまり激しくないウォーキングやジョギングといった有酸素運動は日常生活の基本動作なので、運動として始めやすいでしょう。有酸素運動を行うことで脂肪や糖質を燃焼させ、善玉コレステロールを増やし、筋肉量の増加に伴い基礎代謝量も上がり、筋肉や脳の老化防止、ストレス解消にも大きく効果を見せます。つまり生活習慣病と呼ばれている疾病に幅広く有効なのです。

では簡単に出来るウォーキングはどのくらい行えば良いのか。１㎞８～15分程度の速度で、運動量としては、青壮年では60～90分、高齢者では30～60分程度の時間で行うのが良いでしょう。頻度は週３～４回位を目標に。そのほかに気軽に出来る有酸素運動として、踏み台昇降をお勧めします。ステップ台、なければ階段のような10㎝位の段差のあるところで出来ます。４秒かけてゆっくりと台の上に片脚ずつ上がり、また４秒かけてゆっくりと台から降りる。という動作を５～10分続けます。有酸素運動なので酸素をたくさん取り入れ心肺機能を高める効果もあります。

膝や腰に痛みがある場合は、椅子に座ったままで脚の上げ下げ運動をするだけでも効果はあります。運動は楽から少しきつい程度がニコニコペースで長く続けられる秘訣です。

市内スポーツ情報

函館アリーナ武道館
湯川町１－32－２☎57－3141

○道新杯弓道大会
日程　11月11日(日)

○高体連秋季柔道大会
日程　11月16日(金)

○平成30年度函館市スポーツ少年団柔道交歓会兼全道予選
日程　11月18日(日)

○第10回函館支部高等学校空手道選抜大会兼第36回北海道高等学校空手道選抜大会函館支部予選大会
日程　11月25日(日)

千代台公園陸上競技場
千代台町22－24☎55－1900

○全国地域サッカーチャンピオンズリーグ２０１８
日程　11月９日(金)～11日(日)

千代台公園テニスコート
千代台町27－２☎31－6993

【テニス】

○納会大会
日程　11月３日(土)

サン・リフレ函館
大森２－14☎23－2556

○道南秋季加盟団卓球大会
日程　11月11日(日)

サン・スポーツクラブ
SSC
11月上旬募集スタート！
スキー&スノーボードスクール
冬の短期教室！
3日間集中コース
水泳　運動能力アップ　体操　サッカー
スクール生と一緒に週1回を3週間体験
水泳　体操　サッカー
早割1,620円～
お試し体験
11月度募集中！！
2019年・春
石川町に移転オープン！
3世代型スポーツクラブへ
函館 サンスポ　検索
千代台町13-17☎(0138)54-4541 受付時間10時～20時

明日に羽ばたく若きアスリートたち

141

男子陸上競技
第49回ジュニアオリンピック陸上競技大会 男子A200m4位入賞／男子ABC共通4×100mR 3位

大越隆聖（おおこし りゅうせい）
北海道教育大学附属函館中学校３年

ジュニアオリンピック上位入賞、おめでとうございます！

ありがとうございます。全国大会ではこれまで入賞しても下の方の順位だったので、中学最後の大会で上位の入賞は嬉しいです。今回の大会で個人では１種目しか選択できなかったのですが、好きな２００ｍで出場して結果が残せて良かったです。

ジュニアオリンピックの雰囲気はどうでしたか？

会場は横浜の日産スタジアムだったのですが環境としても走りやすかったですし、雰囲気もとても良かったです。観客席からの拍手や歓声が大きくて、それが凄く力になったというか、モチベーションを上げてくれる大会でした。

４×１００ｍリレーも３位という素晴らしい結果でしたね。

実は予選の時にバトンパスを失敗してしまいもの凄く焦ったんですが、逆にそれが皆の気合いに変わって、準決勝、決勝とどんどんタイムも縮まり良い結果につながりました。個々のレースではライバルである皆と北海道代表として出場して、アンカーは凄くプレッシャーでしたが、北海道勢は皆仲が良いのでいい走りができたと思います。

練習はどのくらいしますか？

週に２～３回、１回２時間くらいです。中学での大会は全て終わりましたが、身体が鈍らないように今も自分のペースでやっています。

陸上を始めたきっかけは？

友達と遊んでいる時に皆より走るのが速いと思ったのが始めたきっかけだったと思います。色々なスポーツをやった中で陸上が一番適していると感じて、それから真剣に取り組んで続けるようになりました。

普段の生活で気をつけていることはありますか？

特にありませんが、レースの前にはとにかくご飯を食べます。そして競技の30分前には必ずおにぎりを食べます。中身の具にこだわりはありませんが、予選・準決勝・決勝とにかくすべて30分前に食べています。

それは以前からですか？

昨年怪我が多く、脚をつる癖もあって、その改善で見つけたのが「しっかりご飯を食べる」ことだったんです。単純ですけど今年はとにかく怪我をしないことを目標にしたので、ご飯をたくさん食べることで、今年は１度も怪我なくレースに臨めることができました。

レースの前は緊張しますか？

緊張はあまりしないですが、集中は切らさないようにしています。落ちたら後がないので、とにかく決勝に残ることを目標に他の選手を見ないで集中して、そのかわり決勝はとにかく楽しもうと考えてリラックスして走ることが出来たと思います。

順位とタイムではどちらに重きを置いていますか？

前回の中体連全国大会の時は自己ベストを意識しましたが、それは自分に甘えていると思えて、ジュニアオリンピックでは「勝負する！」と勝ち負けにこだわってレースに挑みました。

憧れの選手や尊敬する人はいますか？

同じ短距離走選手の山縣亮太さんです。

将来の夢を聞かせてください。

高校でも陸上を続けて、国体・U－18を通過点としてちゃんとクリアして、最終的にはオリンピックで活躍することが夢です。

これからも大越君の活躍を応援しています！

財団創立３０周年記念

JTB BADMINTON S／J LEAGUE 2018 函館大会

１２月２３日(日)　開場午前９時　公開練習１０時　試合開始１２時３０分

バドミントンの国内トップチームによるＳ／Ｊリーグ

Ｓ／Ｊリーグはチーム対抗によるリーグ戦で、ダブルスが２試合、シングルスの１試合が行われます。今回は北斗市出身の佐々木翔さんが監督を務める北都銀行をはじめ、男子と女子の各２チームの試合を開催します。

国内最高峰のチームが戦うＳ／Ｊリーグの試合にどうぞご期待ください。

会　場　函館アリーナ　メインアリーナ
カード　**男子**　トナミ運輸 － ＪＲ北海道　**女子**　北都銀行 － 再春館製薬所
料　金　１階フロア席　前売2,５００円、当日3,０００円
２階席　前売1,５００円、当日2,０００円
※未就学児は入場無料
チケット取扱所　函館アリーナ、イタバラケットショップ、函館地区バドミントン協会
◎開催日当日の駐車場は大変混み合うことが予想されますので、最寄りの公共交通機関をご利用ください。
主　催　公益財団法人日本バドミントン協会、バドミントンＳ／Ｊリーグ運営委員会
共　催　(公財)函館市文化・スポーツ振興財団
問合せ　☎５７－３１４１(函館アリーナ)

函館アーチェリー協会　☎23－1847

○インドア記録会（レンジ平川）
日程　11月11日(日)

○11月・インドア月例会（レンジ平川）
日程　11月25日(日)

ざいだんインフォメーション

函館市公民館 ☎22－3320
休館日　毎週月曜日・祝日

◎公民館講座
○書き初め会
講師　若狭唯子、書道金曜会
日時　平成31年1月5日(土)
　午後1時30分
受講料　無料
　(教材費1名500円)
対象　市内在住・在学の小学生
定員　10名(申込順)
申込み　11月2日(金)～12月22日(土)に電話で公民館へ

亀田公民館 ☎41－2445
休館日　毎週月曜日・祝日

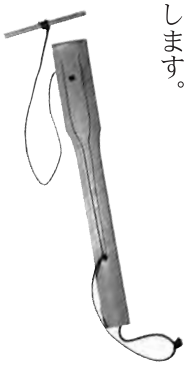
◎亀田公民館講座
○手打ち蕎麦体験講座
講師　名古屋貞俊
日時　12月2日(日)午前10時
受講料　無料
　(材料費1000円)
対象　市内在住または在勤の成人
定員　10名(申込順)
申込み　11月2日(金)～11月22日(木)に電話で亀田公民館へ

◎公民館リーダーバンク講座
○羊毛フェルト制作体験
講師　二本柳久恵
日時　11月24日(土)午前10時
受講料　無料
　(材料費1名300円)
対象　市内在住または在勤の成人および親子（子どもは小学生以上）
定員　10名(申込順)
申込み　10月26日(金)～11月16日(金)に電話で亀田公民館へ

◎異世代フラダンス交流会「ハワイアンクリスマスを楽しもう」
講師　ハーラウ オーラパクーイカライ
日時　12月9日(日)午前10時
参加費　500円
対象　市内在住の小学生以上
定員　20名(申込順)
申込み　11月2日(金)～12月2日(日)に電話で亀田公民館へ

北方民族資料館 ☎22－4128

◎北方民族資料館講座
冬休み自由研究
「親子でムックリをつくろう」
　アイヌ民族の伝統的な楽器「ムックリ」を親子で彫刻刀を使い製作し、完成後に演奏を体験します。



日時　12月22日(土)午後1時30分～午後3時30分(予定)
料金　1名250円(材料費)
対象　小学生（4年生以上）とその保護者
定員　20名(申込順)
申込み　11月1日(木)午前9時から電話で北方民族資料館へ

文学館 ☎22－9014
館内整理日　11月12日(月)～17日(土)

◎石川啄木直筆資料展「明治41年6月から8月の書簡より」
　明治41年4月、啄木が文学で身を立てるために、家族を函館に残して単身上京した後の、6月8日から8月4日までの書簡8通を展示します。
　函館にいる宮崎大四郎と岩崎正に宛てた書簡で、暑い東京で死物狂いで小説を書いていると伝える手紙、自分の家族のことで心配をかけている宮崎に感謝する手紙など、明治41年夏の東京での啄木の暮らしぶりなどがうかがわれます。
会期　10月6日(土)～平成31年4月3日(水)

◎企画コーナー「宇江佐真理～没後3年に寄せて～」
　函館市に生まれた宇江佐真理は、平成7年「幻の声」で第75回オール讀物新人賞を受賞しデビュー。以来、亡くなるまで函館に住み、人情味あふれる市井物を中心に幅広く時代小説を手がけ、多くの著作を遺しました。没後3年に寄せて、ご遺族の協力を得て、デビュー前の作品や愛用品等の常設展示にはない資料を展示しています。
会期　11月11日(日)まで

◎連続講座「函館・文学の散歩道」第3回「藤村の妻"冬子"のこと」
　島崎藤村の名作『破戒』は、妻冬子の実家函館の網問屋秦慶治の資金援助で誕生した。藤村の名が高まる一方で、一家の生活は厳しく、妻子は耐乏生活の中で次々と犠牲になっていった。冬子の献身的な生き方を通して、改めて作家藤村像を見つめてみたい。
講師　櫻井健治（日本近代文学会会員）
日時　11月24日(土)午後2時
参加料　300円
定員　50名(申込順)
申込み　電話で文学館へ

市民プール ☎52－7452
器材点検日　11月13日(火)・14日(水)

■50mプール棟閉鎖のお知らせ
　10月22日(月)～11月22日(木)の期間、機械室設備の改修工事に伴い50mプール棟（50mプール・幼児プール・15mプール）を閉鎖いたします（工事の進捗により、期間が変更となる場合がございます）。
　25mプールおよび採暖室は、通常通りご利用いただけます。ご不便、ご迷惑をおかけしますが、ご理解とご協力をよろしくお願いいたします。

◎第4回サタディナイトコース
日時　12月1日～2月9日の土曜日(全10回)
　午後7時30分～8時40分
受講料　4800円(保険料含む)
対象　18歳以上
定員　30名(申込順)
申込み　10月27日(土)～11月24日(土)

◎第6回市民水泳教室
（午前の部・午後の部）
日時　12月4日～1月11日の火・金曜日(全10回)
　午前の部　午前10時30分～12時
　午後の部　午後6時30分～8時
受講料　4800円(保険料含む)
対象　18歳以上
定員　午前の部　40名(申込順)
　午後の部　20名(申込順)
申込み　11月20日(火)～11月30日(金)

◎第6回市民水泳プラス教室
日時　12月4日～1月11日の火・金曜日(全10回)
　12時～午後1時30分
受講料　4800円(保険料含む)
対象　18歳以上
定員　25名(申込順)
申込み　11月20日(火)～11月30日(金)

◎第6回ウォータビクス教室
日時　12月4日～1月11日の火・金曜日(全10回)
　午後1時30分～2時30分
受講料　5800円(保険料含む)
対象　18歳以上
定員　30名(申込順)
申込み　11月20日(火)～11月30日(金)

◎第4回専科コース
（平泳ぎ・バタフライ）
日時　12月8日～2月16日の土曜日(全10回)
　12時～午後1時30分

受講料　4800円（保険料含む）
対象　18歳以上
定員　30名（申込順）
申込み　11月10日(土)～12月1日(土)

◎第6回きっちり4泳法
マスターコース
日時　12月10日～1月28日の月・水曜日（全10回）
午前10時30分～12時
受講料　4800円（保険料含む）
対象　18歳以上
定員　30名（申込順）
申込み　11月21日(水)～12月3日(月)

◎第6回水中ウォーキング教室
（昼の部・夜の部）
日時　12月13日～2月4日の月・木曜日（全10回）
昼の部　12時～午後1時15分
夜の部　午後6時30分～7時45分
受講料　4800円（保険料含む）
対象　18歳以上
定員　昼の部　50名（申込順）
夜の部　20名（申込順）
申込み　11月26日(月)～12月6日(木)

◎第6回ゆっくりゆっくり
水泳教室
日時　12月13日～2月4日の月・木曜日（全10回）
午後1時30分～2時30分
受講料　4800円（保険料含む）
対象　18歳以上
定員　20名（申込順）
申込み　11月26日(月)～12月6日(木)

◎第4回バラエティコース
日時　12月21日～3月22日の金曜日（全10回）
午前10時30分～12時
受講料　4800円（保険料含む）
対象　18歳以上
定員　30名（申込順）
申込み　11月23日(金)～12月14日(金)

◎第4回ゆっくり4泳法
マスターコース
日時　1月9日～3月20日の水曜日（全10回）
12時～午後1時30分
受講料　4800円（保険料含む）
対象　18歳以上
定員　20名（申込順）
申込み　11月28日(水)～12月26日(水)

◎第4回きっちり4泳法
ナイトコース
日時　1月9日～3月20日の水曜日（全10回）
午後6時30分～8時
受講料　4800円（保険料含む）
対象　18歳以上
定員　15名（申込順）
申込み　11月28日(水)～12月26日(水)

◎第4回ウォータビクス
ナイト教室
日時　1月9日～3月20日の水曜日（全10回）
午後8時～8時40分
受講料　4500円（保険料含む）
対象　18歳以上
定員　40名（申込順）
申込み　11月28日(水)～12月26日(水)

◎第6回少年少女わんぱく水泳
教室（第1部・第2部）
日時　1月12日～2月16日の土・日曜日（全10回）
第1部　午後1時30分～2時30分
第2部　午後2時30分～3時30分
受講料　3000円（保険料含む）
対象　小学生
定員　各50名（申込順）
申込み　11月11日(日)～12月1日(土)

※「まなびっと広場」選択科目対象講座です。

※各教室、開講は7名以上です。
※受付時間は午前9時から午後8時までです。
※電話での申込みはできません。

■器材点検日以外の使用制限

○青函スイミングクラブ交歓水泳大会のため
・50mプール
日時　11月25日(日)午後3時まで（一般開放予定　午後4時）

屋外スポーツ施設 ☎55－1900

■冬季休業について

○千代台公園野球場
10月31日(水)をもちまして、今年度の営業は終了しました。

○千代台公園陸上競技場
○千代台公園庭球場
今年度の営業は、11月11日(日)までとなっております。
なお、陸上競技場は改修工事にともない、雨天走路のみの利用となります。
問合せ　11月19日(月)まで55－1900（屋外スポーツ施設管理事務所、19日は窓口対応のみ）
11月20日(火)以降54－5233（函館市民スケート場）
※庭球場へのお問合せは、11月11日(日)までは電話31－6993へお願いいたします。

函館アリーナ ☎57－3141

器材点検日　11月19日(月)・20日(火)

◎アリーナの種目設定変更
11月1日より3月31日までのアリーナの種目設定が変わります。

	午前・午後			夜間		
	A面	B面	C面	A面	B面	C面
月	卓球	バドミントン	ニュースポーツ	卓球、バドミントン、ソフトテニス		
火	卓球	バドミントン	ニュースポーツ	卓球、バドミントン、硬式テニス		
水	卓球	バドミントン	ニュースポーツ	卓球、バドミントン、ニュースポーツ		
木	卓球	バドミントン	ニュースポーツ	卓球、バドミントン、フットサル		
金	卓球	バドミントン	ニュースポーツ	卓球、バドミントン、バレーボール		
土	卓球	バドミントン	ニュースポーツ	卓球、バドミントン、フットサル		
日	卓球	バドミントン	ニュースポーツ	卓球、バドミントン		

※大会等のため、利用できない日がございますので、予めご了承ください。
※貸館の状況によって、種目設定および設置面数に変動がありますので、その都度ご確認ください。

今日の個人利用種目設定はこちらからも確認していただけます。

自然のめぐみを世界から
ISO14001/2004　ISO22000/2005
大槻食材
JFSA（日本外食流通サービス協会）
函館市東雲町7番11号　TEL：0138-26-5131

業務用食材のオンラインショップ
大槻食品館Yahoo!店
大槻食品館ヤフー店
https://store.shopping.yahoo.co.jp/ootuki

平成30年11月1日発行　発行所／公益財団法人函館市文化・スポーツ振興財団　住所／〒040-0004　函館市杉並町8番20号　電話／57-9739　無料　印刷／㈱プリントハウス

11月 函館アリーナ

TEL 57－3141　FAX 57－3142

※下記の事項については、原稿締め切り日までの部分について記載されているもので、その後の大会等の申込についてはアリーナの受付等に掲示してお知らせ致します。また、当アリーナおよび主催者の都合により変更される場合があります。
※「ランニングコース」の○印はメイン・サブ両方がご利用可能です。Mはメインのみ。Sはサブのみがご利用可能です。

※休館日…19日㈪・20日㈫（器材点検日）

日	曜	メインアリーナ									ランニングコース			サブアリーナ					
		午前（9：00～12：00）			午後（13：00～16：30）			夜間（17：30～22：00）			午前	午後	夜間	午前		午後		夜間	
		A	B	C	A	B	C	A	B	C				A	B	A	B	A	B
1	木	卓球	バドミントン	ニュースポーツ	卓球	バドミントン	ニュースポーツ	卓球 バドミントン	フットサル	×	○	M	○	バスケ		バスケ 15:45まで		バスケ	
2	金	卓球	バドミントン	ニュースポーツ	卓球	バドミントン	ニュースポーツ	卓球 バドミントン	バレーボール	×	M	M	○	NPO法人函館レクリエーション協会 精神保健ふれあい交流事業スポーツ大会				バスケ	
3	土	第３５回　道南中学生新人バドミントン大会									×	×	S	北海道新聞　函館支社 「スミセイ ウエルネスセミナー」in 函館				バド	バスケ
4	日	第３５回　道南中学生新人バドミントン大会						コパ・カナリア フットサル大会	×	×	×	×	S	平成３０年度函館市スポーツ少年団 卓球交流大会				バド	バスケ
5	月	卓球	バドミントン	ニュースポーツ	卓球	バドミントン	ニュースポーツ 15:30まで	卓球 バドミントン	ソフトテニス	×	M	M	○	×	バスケ	×		バスケ	
6	火	卓球	バドミントン	×	卓球	バドミントン	ニュースポーツ 15:45まで	卓球 バドミントン	硬式テニス	×	M	M	○	函館市社会体育振興会　卓球部会 さわやか卓球大会				バスケ	
7	水	卓球	バドミントン	ニュースポーツ	卓球	バドミントン	ニュースポーツ	卓球 バドミントン	ニュースポーツ	×	M	M	M	×		×	×	×	
8	木	卓球	バドミントン	×	卓球	バドミントン	ニュースポーツ	卓球 バドミントン	フットサル	×	○	M	○	バスケ		バスケ 15:45まで		バスケ	
9	金	卓球 バドミントン	×		卓球 バドミントン	×		卓球 バドミントン	バレーボール	×	×	×	○	×		バスケ 15:45まで		バスケ	
10	土	親と子のスポーツ体験						ものみの塔　聖書講演会（準備）			×	×	×	日本こどもフィットネス協会 全国こどもチャレンジ北海道大会					
11	日	ものみの塔　聖書講演会									×	×	×	北海道フットサルリーグ道南ブロック					
12	月	卓球	バドミントン	ニュースポーツ	卓球	バドミントン	ニュースポーツ 15:30まで	卓球 バドミントン	ソフトテニス	×	M	M	○	×	バスケ	×		バスケ	
13	火	卓球	バドミントン	×	卓球	バドミントン	ニュースポーツ 15:45まで	卓球 バドミントン	硬式テニス	×	M	M	○	函教互親睦ダンスパーティー				バスケ	
14	水	卓球	バドミントン	ニュースポーツ	卓球	バドミントン	ニュースポーツ	卓球 バドミントン	ニュースポーツ	×	M	M	M	×		×	バスケ	×	
15	木	卓球	バドミントン	×	卓球	バドミントン	ニュースポーツ	卓球 バドミントン	フットサル	×	M	M	M	×		バスケ 15:45まで		函館市スポーツ推進委員会定例会兼研修会	
16	金	卓球	バドミントン	×	卓球	バドミントン	×	卓球 バドミントン	バレーボール	×	M	M	M	平成３０年度救急技術向上訓練					
17	土	高体連函館支部秋季ハンドボール選手権大会									×	×	×	平成３０年度高体連函館支部秋季卓球大会					
18	日	高体連函館支部秋季ハンドボール選手権大会									×	×	×	平成30年度高体連函館支部秋季卓球大会					
19	月	器材点検日																	
20	火	器材点検日																	
21	水	卓球	バドミントン	ニュースポーツ	卓球	バドミントン	ニュースポーツ 15:30まで	卓球 バドミントン	ニュースポーツ	×	M	M	M	×		×	×	×	
22	木	卓球	バドミントン	×	卓球	バドミントン	ニュースポーツ	卓球 バドミントン	フットサル	×	M	M	○	×		×		バスケ	
23	金	函館市スポーツ少年団　体力テスト						コパ・カナリア フットサル大会	×	×	×	×	×	道南中学新人戦卓球大会 兼 選抜卓球大会地区予選会					
24	土	第２１回函館市民スポーツフェスティバル　綱引き大会						×			×	×	×	道南中学新人戦卓球大会 兼 選抜卓球大会地区予選会					
25	日	第３０回全道ユース（U－１８）フットサル函館予選大会						卓球	バドミントン	×	×	×	○	道南卓球強化チーム道南卓球 TMC強化リーグ卓球大会				バスケ	
26	月	卓球	バドミントン	×	卓球	バドミントン	×	卓球 バドミントン	ソフトテニス	×	M	M	○	×	バスケ	×		バスケ	
27	火	卓球	バドミントン	ニュースポーツ	卓球	バドミントン	ニュースポーツ 15:45まで	卓球 バドミントン	硬式テニス	×	○	M	○	バスケ		バスケ 15:45まで		バスケ	
28	水	第７０回北海道高等学校新人バドミントン大会　函館支部予選会									×	×	×	第７０回北海道高等学校新人バドミントン大会 函館支部予選会					
29	木	第７０回北海道高等学校新人バドミントン大会　函館支部予選会									×	×	×	第３４回ゼオライト研究発表会					
30	金	第70回北海道高等学校新人バドミントン大会　函館支部予選会						卓球 バドミントン	バレーボール	×	S	S	○	卓球	バド	卓球	バド	バスケ	

◎メインアリーナおよびサブアリーナでは各面に利用可能な種目を設定しております。
◎中・高校生の利用の際は、身分証明書を窓口に提示してください。なお、小中学生の夜間利用は、保護者の同伴が必要です。
◎館内は土足を禁じておりますので、必ず床面に傷や色の跡が残らない運動靴をご用意ください。
◎アリーナの一部をスポーツ教室等で専用使用するときは、マイク、CD等を使用する場合がありますので予めご了承ください。

HAKODATE 街角ラジオ
FMいるか
JOZZ1AA-FM 80.7MHz

函館の地域情報満載のコミュニティFMラジオ

http://www.fmiruka.co.jp/

FMいるか　フォロー&いいね！

そのほか、詳しくはホームページまたは季刊「いるかプレス」をご覧下さい。

〒040-0054　函館市元町19-7　TEL0138-27-3700

© 函館山ロープウェイ