



Foundation for Culture and Sport Promotion in Hakodate

Jul.2019 Vol.364

# ステップアップ

www.zaidan-hakodate.com

財団ニュース(STEP UP)毎月1日発行

発行/公益財団法人函館市文化・スポーツ振興財団

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)

★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。

P2 人気・実力ともに日本を代表するピアニスト  
**リサイタル・シリーズ**  
小山実稚恵ピアノ・リサイタル

P3・4 夏休みの自由研究にもぴったり  
**体験しよう!**  
夏～秋の講座・教室をご紹介します!





# 第24回 ざいだん フェスティバル



2019 **7.21** **SUN**

**入場無料**

**千代台公園陸上競技場**

開催時間/午前10時～午後3時《小雨決行》

**来場者プレゼント①** 午前10時～  
プレゼント内容はお楽しみに!《先着200名様》

**来場者プレゼント②** 12時～  
《新鮮野菜詰め合わせ》《先着100名様》

プレゼントはいずれも無くなり次第、終了とさせていただきます。

**ON AIR** FMいるか 中継生放送!

- 障がい者支援製品販売
- 競輪選手による体験アトラクション
- 昔のあそびコーナー
- 北方民族資料館出前講座

午前10時[オープニング]

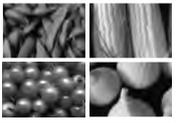
イベントの幕開けは  
迫力の和太鼓演奏!

**巴太鼓ジュニア**



午前10時～ 出店:四稜郭ファーム坂爪農園

**新鮮野菜  
産直市**



午前10時～

毎年恒例のイベント。  
掘り出し物、見つけよう!

**フリーマーケット**



午前10時～

かき氷/焼きそば/たこ焼き/やきとり  
クレープ/コーヒー/ビールなど

**納涼縁日**



午前10時～

グリーンパーク  
みんなであそぼ!

**芝生で遊ぼう**



午後2時30分～【応募受付/午前11時30分～】

誰でも参加できます!!  
豪華景品ご用意!

**大抽選会**



**フリーマーケット出店者募集! 詳しくはP4** 駐車場の台数に限りがありますので、ご来場の際は電車・バスをご利用ください。芝生エリアは運動靴等でご利用ください。

問合せ Tel.0138-57-9739(実行委員会事務局) ※当日お問合せ《TEL.0138-55-1900》

**同時開催**



はこだて国際  
**科学祭**  
www.sciencefestival.jp

せいしょうねん  
青少年のための  
かがく  
科学の祭典 函館大会



はこだてこうせん  
函館高専  
メカニズムフェスティバル



# リサイタル・シリーズ

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

◆加羽沢美濃&奥村 愛&山田姉妹  
3組を一度に聴ける豪華なリサイタルです。やさしい音楽で心豊かな時間をお過ごしください。今月号では、6月12日に日本テレビ「今夜くらべてみました」に出演したソプラノデュオの山田姉妹をご紹介します。  
【ソプラノデュオ】  
山田姉妹(山田華・山田麗)



二卵性の双子ソプラノデュオ。共に音楽大学声楽科卒業。二期会オペラ研修所マスタークラス修了時、共に優秀賞受賞。2017年メジャーデビュー。NHK「うたコン」 「思い出のメロデー」、テレビ朝日「関ジャニ∞のTheモーツァルト音楽王No.1決定戦」等、テレビやラジオにも数多く出演する他、全国各地で公演を行っています。  
姉の華は、東京藝術大学声楽科卒業。NHK大河ファンタジー「精霊の守り人」最終章の挿入歌を担当。2011年度ミス鎌倉。  
妹の麗は、国立音楽大学声楽科、及びオペラ・ソリストコースを首席卒業。NHK大河ファンタジー「精霊の守り人」悲しき破壊神の挿入歌を担当。女優としてTBS「3年B組金八先生」第8シリーズ等に出演。

加羽沢美濃「ピアノ・作曲家」



奥村 愛「ヴァイオリン」



日時

8月30日(金)午後6時45分  
エルガー/愛の挨拶  
バッハ/G線上のアリア  
モンテヴェルディ  
チャルダッシュ  
カッチーニ  
アヴェ・マリア  
加羽沢美濃/やさしい風  
プッチーニ/歌劇「ジャンニ・スキッキ」より  
「私のお父さん」  
モーツァルト/  
歌劇「魔笛」より「夜の女王のアリア」  
岡野貞一/故郷  
いずみたく/見上げてごらん夜の星を 他

料金

一般 4000円  
U25 2000円  
O「さいだん友の会」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)

◆小山実稚恵「ピアノ・リサイタル」



人気・実力ともに日本を代表するピアニスト。チャイコフスキ国際コンクール、シヨパン国際ピアノコンクールの二大コンクールに入賞以来、今日に至るまで、コンチエルト、リサイタル、室内楽と、常に第一線で活躍し続けている。  
日時 11月21日(木)午後6時45分  
料金 一般 4000円  
U25 2000円

日時

8月3日(土)午前9時~9日(金)午後1時から  
優待価格 一般3000円  
※先行発売は200枚限定、優待価格は1会員2枚まで、いずれも芸術ホールのみの取扱い。  
※電話受付は3日(土)午後1時から  
Oチケット一般発売  
8月10日(土)午前9時から

※全席指定・当日券各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い。購入時に生年月日のわかる身分証明書を提示ください。  
問合せ ☎55-3521 (芸術ホール)

# 大相撲函館場所

日時 8月16日(金)午前8時~(打ち出し予定 午後3時) 会場 函館アリーナ



料金  
砂かぶり席 15000円  
タマリス席 13000円  
タマリA席 12000円  
ペア桝席 22000円

※右記4券種は、記念座布団付き(座布団は当日引き渡し)  
1階椅子席 8000円  
2階指定席 4000円  
2階指定席 2000円 (小中学生)

弁当・相撲お土産セット券 5400円(入場券別売)  
※券種により売切れの場合があります  
※車椅子席は函館アリーナのみ取り扱い  
※保護者同伴の未就学児はひざ上無料

お弁当販売のお知らせ  
当日は選りすぐりの地元お食事処がお弁当を販売いたします。

- ◎出店予定
- 函館海鮮居酒屋 魚まさ
- 四季海鮮 旬花
- 甚兵衛
- しげよし 函館本店
- 海まち中華かりんとう
- フォーポイントバイシエラト 函館

主催 北海道新聞社  
UHB北海道文化放送  
道新スポーツ  
エフエム北海道

(公財) 函館市文化・スポーツ振興財団  
道新文化事業社  
問合せ ☎57-3141 (函館アリーナ)

勧進元  
問合せ ☎57-3141 (函館アリーナ)

## 第2期テニス教室 受講者募集

初めての方から経験者まで、様々なレベルに対応する教室です。たくさんのお申し込みをお待ちしております。

### ○昼コース(火・木曜/全10回)

日 程 9月3日・5日・12日・17日・19日・24日・26日、10月1日・3日・8日

予 備 日 10月10日・15日・17日

時 間 午前10時～12時

### ○夜コース(火・木曜/全10回)

日 程 9月3日・5日・10日・12日・17日・19日・24日・26日、10月1日・3日

予 備 日 10月8日・10日・15日

時 間 午後7時～9時

### ○両コース共通

場 所 千代台庭球場

対 象 一般(18歳以上)の初・中級者

定 員 昼コース30名、夜コース50名

受 講 料 5,400円(傷害保険料400円含む)

申 込 方 法 往復はがきの往信面に、郵便番号・住所・氏名(ふりがな)・生年月日・年齢・電話番号・希望のコース(昼または夜)をご記入の上、陸上競技場へお送りください。

送 付 先 〒040-0013

函館市千代台町22-24 陸上競技場

申 込 締 切 8月13日(火)(当日必着)

問 合 せ ☎55-1900

(屋外スポーツ施設管理事務所)

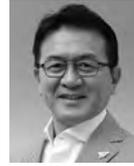
## 2019 函館マラソン

7月7日(日)ハーフ午前9時・フル午前9時10分スタート

7月7日(日)に開催される函館マラソンは、今年も全国から8千人のランナーが参加し、七夕の日にそれぞれの夢を叶えるため、函館の街を駆け抜けます。

今大会の見所は、9月15日(日)に開催される2020年東京オリンピックのマラソン代表選考会である、マラソングランドチャンピオンシップ(MGC)の出場資格を有するファイナリストが男子選手6名、女子選手は富士加代子選手(ワコール)ら9名も集結することです。是非この機会に国内屈指のランナーの走りを間近で感じてください。また昨年に引き続き、2人のゲストが大会を盛り上げてくれます。

スタート・フィニッシュ地点となる、千代台公園陸上競技場やコース沿道各所での、皆さまの温かいご声援をよろしくお願いいたします。



特別ゲスト  
瀬古利彦



ゲストランナー  
福島和可菜



出場選手  
富士加代子選手

大会公式ホームページ <https://hakodate-marathon.jp>  
問 合 せ ☎21-3576

(函館マラソン大会実行委員会事務局)

## 市民プール

☎52-7452

### ○水泳教室受講生募集

教室名	定員	実施日(全10回)	曜日	時間	受講料	申込期間	対象
第3回市民水泳教室 午前の部	40名	7/5(金)～8/27(火)	火・金	10:30～12:00	4,800円	6/21(金)～7/2(火)	18歳以上
第3回市民水泳教室 午後の部	25名	7/5(金)～8/27(火)	火・金	18:30～20:00	4,800円	6/21(金)～7/2(火)	18歳以上
第3回市民水泳プラス教室	25名	7/5(金)～8/27(火)	火・金	12:00～13:30	4,800円	6/21(金)～7/2(火)	18歳以上
第3回ウォータビクス教室	30名	7/5(金)～8/27(火)	火・金	13:30～14:30	5,800円	6/21(金)～7/2(火)	18歳以上
第2回きっちり4泳法ナイトコース	15名	7/10(水)～9/25(水)	水	18:30～20:00	4,800円	6/12(水)～7/3(水)	18歳以上
第2回ウォータビクスナイト教室	40名	7/10(水)～9/25(水)	水	20:00～20:40	4,500円	6/12(水)～7/3(水)	18歳以上
第2回水中ウォーキング教室 夜の部	20名	7/11(木)～9/19(木)	木	18:30～19:45	4,800円	6/6(木)～7/4(木)	18歳以上
第3回水中ウォーキング教室 昼の部	50名	7/18(木)～8/29(木)	月・木	12:00～13:15	4,800円	6/27(木)～7/8(月)	18歳以上
第3回ゆっくりゆっくり水泳教室	20名	7/18(木)～8/29(木)	月・木	13:30～14:30	4,800円	6/27(木)～7/8(月)	18歳以上
第3回きっちり4泳法マスターコース	30名	7/22(月)～8/28(水)	月・水	10:30～12:00	4,800円	6/24(月)～7/8(月)	18歳以上
第2回ゆっくり4泳法マスターコース	20名	7/24(水)～10/2(水)	水	12:00～13:30	4,800円	6/12(水)～7/10(水)	18歳以上

・各教室開講は7名以上、先着順の受付、受講料は保険料込みです。・「まなびと広場」選択科目対象講座です。

・受付時間は午前9時から午後8時までです。・お電話でのお申込みはできません。

### ○使用制限のお知らせ

・高体連全道大会のため

	7月12日(金)	7月13日(土)	7月14日(日)
全館	終日使用不可	終日使用不可	午後5時まで使用不可 午後6時より一般開放予定

・中体連全道大会のため

	7月26日(金)	7月27日(土)	7月28日(日)
全館	終日使用不可	終日使用不可	午後6時まで使用不可 午後7時より一般開放予定

PILOT

# ペンクリニック



こんな万年筆  
ありませんか?

- 書き方がしっくりこない、書き味に不満のある万年筆
- 気に入っていたのに書けなくなってしまった万年筆
- 引き出しの奥で眠っている万年筆

注意  
事項

調整はお一人様2本までとさせていただきます。部品交換には実費を頂戴いたします。  
国産・舶来メーカーは問いません。但しモンブランの修理につきましてはメーカー対応となりますので筆記具売り場までご相談下さい。

10/26(日)10:00～18:00

27(日)10:00～16:00

会場:1階 筆記具売場

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/函館市鍛冶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/午前9:00～午後8:30  
<http://www.ishidabungu.co.jp/>



文学館

☎22-9014

◎企画展「啄木と外国語・外国文学」

会期 10月1日(火)まで

◎中庭テラス読み聞かせ会

読み聞かせ 函館朗読奉仕会

日時 7月3日(水)午後3時

参加料 無料

対象 幼児、小学生

定員 20名(申込順)

申込み 電話で文学館へ

◎夏休み自由研究「クイズ・石川啄木と函館」

期間 7月13日(土)～8月25日(日)

参加料 無料

対象 小学生

定員 60名

申込み 期間中、直接文学館へ

◎函館・盛岡啄木交流かるた大会

日時 7月27日(土)午後1時

会場 函館アリーナ(武道館)

参加料 無料

対象 函館市内在住または在学の小学生

定員 10チーム30名(1チーム3名)

申込み 電話またはFAX(22-9065)で文学館へ

◎特別企画「谷村志穂自著を読む6」

講師 谷村志穂(作家)

日時 8月10日(土)午後2時

参加料 500円

定員 50名(申込順)

申込み 電話で文学館へ



函館市公民館 ☎22-3320

▽交流会、講座の申込みは電話で公民館へ

◎異世代音楽交流会

講師 高橋理沙

日時 8月9日(金)午後2時

受講料 無料

対象 小学生～大人

定員 20名(申込順)

申込み 7月23日(火)まで

◎函館市公民館講座

○ストリートダンス講座(全7回)

講師 JUNIOR(Funky Worm Culture Studio)代表

日時 9月1日～10月27日の日曜日午後1時

受講料 無料

対象 市内在住の小学4年生～中学生

定員 15名(申込順)

申込み 7月5日(金)～8月20日(火)

◎親子陶芸教室(全3回)

講師 高橋貴紀

日時 9月14日～10月5日の土曜日午前10時

受講料 無料(教材費1人1500円)

対象 市内在住の親子(子どもは高校生まで)

定員 5組(申込順)

申込み 7月9日(火)～8月21日(水)

亀田公民館 ☎41-2445

▽講座の申込みは電話で亀田公民館へ

◎亀田公民館講座

○お花のハーバリウム

講師 HIRIA(ヒーリア)

日時 8月4日(日)午前10時

受講料 無料(教材費1000円)

対象 市内在住・在学の小学生

定員 15名(申込順)

申込み 7月5日(金)～7月26日(金)

◎リーダーバンク講座

◎本場の餃子作り体験

講師 李磊(リ・ライ)

日時 7月21日(日)午前10時

受講料 無料(教材費1000円)

対象 市内在住・在勤の成人

定員 10名(申込順)

申込み 6月30日(日)～7月14日(日)

北方民族資料館 ☎22-4128

◎夏休み自由研究「親子で、北方民族文様の切り紙細工をしよう」

日時 7月28日(日)午後1時30分

料金 無料

対象 小学生および保護者

定員 20名(申込順)

申込み 6月28日(金)午前9時より電話で北方民族資料館へ

◎アイヌ文様木彫り教室(2日間連続講座)

アイヌ民族に古くから伝わる伝統的な木彫りの文様と技法を学ぶ事により、アイヌ民族の歴史や文化への理解を深めます。

日時 8月31日(土)午後1時

9月1日(日)午前10時

料金 材料費のみ

対象 一般

定員 20名(申込順)

申込み 7月31日(水)午前9時より電話で北方民族資料館へ

※まなびつと広場選択科目、道民カレッジ連携講座

ざいだん フォレストイバル フリーマーケット 出店者募集!!

日時 7月21日(日) 午前10時～午後2時30分

会場 千代台公園陸上競技場

出店数 A区画20店

(奥行き3m×幅3.5m)

B区画40店

(奥行き3m×幅1.75m)

A区画 1500円

B区画 1000円

出店料

応募方法 左記内容を記入のうえ往復はがきでご応募ください

往信面 住所、代表者氏名(ふりがな)、年齢、電話番号、参加人数、主な販売品目(食品類・生体不可)、ご希望の区画(A区画またはB区画)

返信面 郵便番号、住所、氏名

※応募多数時に抽選となる場合は、一家庭または一団体につき一枚のみ抽選対象とさせていただきます。

応募先 〒04010013

函館市千代台町22番24号

千代台公園陸上競技場内

ざいだんフォレストイバル

フリーマーケット係

応募締切 7月4日(木)当日必着

出店手続

結果は返信はがきにて7月8日(月)に発送いたします。当選通知が届いた方は7月15日(月)までに陸上競技場にて出店料をお支払いください。

問合せ ☎55-11900

(屋外スポーツ施設管理事務所)

ミュシャ展

Alfons Mucha's Women 運命の女たち

8月25日(日)まで

休館日:月曜日(7月15日、8月12日を除く)、7月16日(火)、8月13日(火) 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1,200(1,000)円、高大生700(500)円、中学生400(300)円、小学生以下無料(要保護者同伴) \* ( )内は10人以上の団体料金。

好評開催中!

主催:北海道立函館美術館、北海道新聞社、ミュシャ展函館展実行委員会 展覧会公式ホームページ <http://event.hokkaido-np.co.jp/mucha/>

北海道立函館美術館 函館市五稜郭町37-6 TEL. 0138-56-6311



# 芸術ホール 7月の催し

## 第31回道南口説節全国大会

予選会 7月20日(土)午前10時開演 ホール  
 決戦会 7月21日(日)午前9時30分開演 ホール

料 金 1,500円(2日間共通券)

問合せ ☎53-1096

(道南口説節全国大会実行委員会)

### ホール

- ◇令和元年度函館市亀田老人大学・高齢者大学湯川校合同入学式  
2日(火)10:30▽関係者のみ▽(公財)函館市文化・スポーツ振興財団(☎22-3320・公民館)
- ◇函館市老人福祉センター 合同芸能発表会  
3日(水)10:00▽入場無料▽セントラル警備株式会社(☎31-8171)
- ◇ロシア極東連邦総合大学函館校開校25周年 函館日口親善協会設立30周年記念コンサート『極東の窓』から  
4日(木)18:30▽入場無料(要招待券)▽ロシア極東連邦総合大学函館校(☎26-6523・同大学事務局)
- ◇ピアノがつなぐひととき vol.5  
6日(土)16:00▽一般2,000円、学生1,000円▽ピアノがつなぐひととき実行委員会(☎51-7288)
- ◇北海道大学水産学部交響楽団 第71回定期演奏会  
7日(日)15:00▽500円、中学生以下無料▽北海道大学水産学部交響楽団(☎080-5831-4736)
- ◇北海道函館西高等学校つゝじヶ丘祭2019(学校祭)合唱コンクール他  
8日(月)10:00▽関係者のみ▽北海道函館西高等学校(☎23-8415)
- ◇函館新人演奏会～音楽の新しい風～  
14日(日)14:00▽一般1,000円、学生500円、中学生以下無料▽(公財)函館市文化・スポーツ振興財団(☎55-3521・芸術ホール)
- ◇第58回カナリア会 ピアノ発表会  
15日(月)13:15▽入場無料▽カナリア会(☎56-2233・堀内)
- ◇PMFヨーロッパアンサンブル  
16日(火)18:30▽一般4,000円、学生1,000円▽はこだて音楽鑑賞協会(☎32-1773)
- ◇令和元年木村流大正琴函館支部 大正琴演奏会  
17日(水)13:30▽入場無料(要整理券)▽木村流大正琴函館支部(☎080-5552-9331)
- ◇第27回市民のつどい  
18日(木)13:00▽入場無料▽函館地区保護司会 市民のつどい実施委員会(☎090-1523-7017・岩村)
- ◇ステージ発表会  
22日(月)13:20▽関係者のみ▽清尚学院高等学校(☎41-6584)
- ◇函館シルバー混声合唱団 第28回定期演奏会  
25日(木)18:30▽入場無料(要整理券)▽函館シルバー混声合唱団(☎45-6144)
- ◇函館子ども歌舞伎 第12回公演  
28日(日)13:00▽2,000円▽函館子ども歌舞伎を育てる会事務局(☎080-4040-0728)
- ◇第55回カワイ音楽教室 函館地区こども音楽会(ピアノコース)  
29日(月)・30日(火)①10:00②13:30③17:00▽入場無料▽カワイ音楽教室函館事務所(☎52-2468)
- ◇函館南無の会25周年記念講演会(講師 養老孟司)  
31日(水)14:00▽1,000円(当日500円増)▽函館南無の会(☎51-2412)

### リハーサル室

- ◇ピアノ発表会  
7日(日)13:00▽入場無料▽山下(☎51-7277)
- ◇老丹(Laodan)Live in 函館 Nova Loko vol.13(ゲスト 大矢内愛史)

# 2019年度 函館新人演奏会 ～音楽の新しい風～

函館市(近郊)出身者、または当市にゆかりのあるクラシック音楽等を学ばれてきた若手演奏家4組が出演します。また、昨年度芸術奨励賞受賞者もゲストとして出演し、1年ぶりに演奏を披露します。

ぜひともご来場いただき、これからの函館の音楽界を担う若き演奏家たちを応援してください。



鈴木素子 金木桜子 阿部淳穂 佐々木由美子 近藤聖也

- 出 演** 鈴木素子[フルート]・高橋セリカ[ピアノ]  
 ライネッケ/フルートソナタ「ウンディーネ」  
 金木桜子[ソプラノ]・飯田佳代子[ピアノ]  
 モーツァルト/  
 オペラ「ドン・ジョヴァンニ」より  
 “恋人よ、さあこの薬で”  
 アルディーティ/くちづけ  
 阿部淳穂[フルート]・高橋セリカ[ピアノ]  
 ガンヌ/アンダンテとスケルツォ  
 佐々木由美子[ピアノ]  
 ショパン/タランテラ 変イ長調作品43  
 ノクターン第13番  
 ハ短調作品48-1  
 ポロネーズ第1番  
 嬰ハ短調作品26-1

- 特別出演** ～昨年度芸術奨励賞受賞者～  
 近藤聖也[コントラバス]・類家唯[ピアノ]  
 ハウタアホ/ジャズ ソナタ  
 デザンクロ/アリアとロンド

**日 時** 7月14日(日)午後2時  
 ○「ざいだん友の会」会員の方は、午後1時20分より優先入場

**会 場** 函館市芸術ホール

**料 金** 一般1,000円、学生500円  
 中学生以下無料(全席自由)

※未就学児の入場はご遠慮ください。

**問 合 せ** ☎55-3521(芸術ホール)

7日(日)19:00▽1,800円(当日200円増)▽Armageddon Nova(☎090-2872-6163)

◇読み語りの会「花音」ミニ発表会  
 13日(土)13:30▽入場無料▽読み語りの会「花音」(☎56-4565)

◇折り鶴うたごえ喫茶 ピアパーティー  
 26日(金)18:30▽参加の方は事前に主催者へ▽函館トロイカ合唱団(☎090-1529-4340・宮腰)

◇函館YWCA・さくらんぼ会 ピアノ発表会  
 27日(土)14:00▽入場無料▽函館YWCA・さくらんぼ会(☎32-9389・下中)

◇楽器あそび  
 28日(日)14:00▽参加申込みは主催者へ▽小川文子(☎090-1387-8343)

### ギャラリー

◇函館こども劇場第263回例会 幼児例会  
 人形劇団のはな ちいちにんにん  
 17日(水)18:30▽入会金200円、月会費1,000円(当日受付可)▽函館こども劇場(☎55-3782)

◇第25回 函館の「海と港」児童絵画展  
 27日(土)～31日(水)10:00▽入場無料▽(公財)函館市文化・スポーツ振興財団(☎55-3455・北洋資料館)

# 青函ツインシティ提携30周年記念 函館ジュニア・ドリーム・オーケストラ 第20回定期演奏会

9月29日(日) 午後1時30分開演 芸術ホール

市内および近郊の小学生から高校生が在籍するジュニアオーケストラの記念すべき20回目の定期演奏会です。



**友情出演** 青森ジュニアオーケストラ  
北美原ドリームオーケストラ  
函館少年少女合唱団

**曲目** ドヴォルザーク／  
交響曲第9番「新世界より」 他

**料金** 一般500円、中・高生300円、  
小学生以下無料(全席自由)

**チケット発売** 7月14日(日)

## ◎定期演奏会イベント

函館市民オーケストラの協力のもと、当オーケストラ指導者によるミニコンサートを行います。

**日時** 8月24日(土)午後2時  
**会場** 函館蔦屋書店2階イベントスペース  
**料金** 入場無料  
**問合せ** ☎55-3521(芸術ホール)

# 第25回 函館の「海と港」児童絵画展



函館が発展する原動力となってきた「海と港」をテーマにし、函館市内在住および在学の小学生が描いた作品を展示します。

**会期** 7月27日(土)～7月31日(水)  
**時間** 午前10時～午後6時(最終日は午後4時まで)  
**表彰式** 7月28日(日)午前10時  
事前の審査で選出された各学年の最優秀賞・優秀賞受賞者を表彰します。

**会場** 函館市芸術ホール ギャラリー  
**入場料** 無料  
**問合せ** ☎55-3455(北洋資料館)

初夏が訪れたにも関わらず、ベイエリアにまた雨が降りました。この地域の気候は四季というよりも雨季・乾季の2つに分かれており、この時期に雨が降ったのは、私のアメリカ人生史上初めての出来事です。

葡萄畑では小さな白い花がいくつも咲いて散り、葡萄の実をつけはじめてきます。そんな初夏が、ワインのボトリングシーズンになります。今年は、仕事の休みをとって、ワイナリーのボトリング作業を手伝う機会に恵まれました。瓶詰め用の機械は高価で、清掃やメンテナンスが大変です。しかも、一年に一度、多くても数回しか使いません。生産数が少ないワイナリーではあえて機械を所持せず、ナパ地方周辺を巡っているボト



【海外コラム vol.34】

## 葡萄畑でHelloWorld

### ②不確かすぎる“また明日”について



おおしま たかこ  
大島 孝子

昭和62年函館生まれ。人生最初の一人暮らしがサンフランシスコとなり、現在はシリコンバレーで働いている。深掘中学校、函館中部高等学校、公立はこだて未来大学を経て、2012年に日系企業の米国駐在員として渡米、その後転職して現地採用となり現在に至る。高校時代にコンピュータ系のコンテストで多数の賞を受賞しており、アメリカでも2014年にIoTハッカソンで全米1位を獲得。趣味は、ワインとサイクリング。

リング作業用の設備を積んだトラックに来てもらい、設備を借りてボトリングしていきます。

作業がはじまると、ポンプがワイン樽に満たされた液体を汲み上げ、ボトルまで流し込んでいきます。このとき、周囲の空気がふわりとワインの香りで包まれて、思わず微笑んでしまいます。収穫したばかりの葡萄は発酵しはじめるときに芳醇な香りがするのですが、ボトリングのときは葡萄と樽の香りがよく混ざり合っていて、確かにワインの香りがしていました。

そんな休暇をとっているとき、アメリカは働き方が自由で楽しそう、と言われることもありますが、厳しい側面は、アットウィル雇用という

即日解雇も退職もできる形態が浸透しており、いつ誰が会社を去ってもおかしくありません。そのため、給料日も2週間に1度のペースでやってくる。実際に突然同僚が会社からいなくなることもあって、それにもだんだん慣れてきました。私が「私は明日もここで働けるのだろうか？」とぼんやり不安になることもありません。そんなときは、同僚が仕事の帰り際に「See you tomorrow, Take it easy. (また明日。気楽に行こうね)」と気さくに声をかけてくれて、嬉しかったりします。金曜日になると「Happy Friday!」と、週末直前であることを喜んだり、むしろ木曜日から「Happy almost Friday (だいたい金曜日だね)」なんて言い出したり。同僚達との他愛もないポジティブな言葉のやり取りと拭いきれない雇用の不安さは、案外丁度よいバランスになっている気がします。

明日には大好きな同僚が会社を去って、世界のどこかへ行ってしまうかもしれない。ひよっとすると私も会社を辞めているかもしれない。そんな不確かすぎる日々だけれども、毎日「また明日」を言い合えたらいいな。そんなことを考え、ワイン片手に激動的な環境を頑張っています。

それでは、来月もまたお会いしましょう。

食でつながる暮らし

いづみ かな  
泉 花奈

(函館YWCA幹事補/メーカー)

315



かんかん森で落語会。子どもも大人も大笑い

函館Uターン前に暮らしていたのは、東京・日暮里にある日本初の多世代型コレクティブハウス「かんかん森」。スウェーデン発祥のコレクティブハウスは“現代の長屋”ともいわれ、かんかん森ではファミリー、シングルといった独立した居室がありながら、キッチンや菜園、ライブラリー等を共有し、赤ちゃんから80代まで多世代かつ多国籍の四十数名がゆるやかにつながって暮らしています。

週に2、3度開かれるごはん会をはじめ、みんなで味噌を仕込んだり菜園で芋掘りしたり。道産子有志によるくじら汁や毛がにの会も大好評でした。共同キッチンでだれかがパンを焼く香りに癒され、ダイニングにつまみを持ち寄っての飲み会やちょっとした時間でのお茶タイムも日常的。

食でつながるそんな暮らしを通して感じたのは、他者と適度な距離感を持ちながらも必要に応じていつでもだれかを頼っていいと感じられることの大切さです。同じ屋根の下で子どもに目配りする大人がいつもいて、シングルであってもお帰りといってもらえる人がいる。互いの体調を少し気かけ、時にドアノブに差し入れがぶら下がっている。洗濯機やキッチン道具等シェアできるものが多いからモノは少なく軽やかに。ケーキづくりが好きな人、野菜づくりに長けた人、イベント企画のアイデアが豊富な人、ITに強い人等、それぞれの個性を持ち寄ればたいがいそれは前進します。“函館版コレクティブハウス”、ぜひ一緒につくりませんか。(ご関心のある方は、Eメール:izumi@taruoke.comまで)

next→

アトリエアクリエイト代表の菊地優さんにバトンタッチします。

アルフォンス・ミュシャ(1860-1939)は、チエコ出身で、芸術運動アール・ヌーヴォーを代表する画家です。本展では、初恋や、名声を極めたパリ時代、そして晩年に至るまで、作品を彩る女性たちに焦点をあてて、ポスター、油彩画、素描など約150点の作品によりミュシャ芸術をご紹介します。



アルフォンス・ミュシャ  
《装飾皿「ビザンティン風の頭部:プロント」》  
1898年 チマル・コレクション

ミュシャ展 運命の女たち

函館市五稜郭町37-6 ☎56-6311

北海道立函館美術館

※会期中のイベントについては、美術館に直接お問合せいただくか、ホームページをご覧ください。

会期 6月29日(土)〜8月25日(日)  
休館日 月曜日(7月15日は開館)、7月16日(火)

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 1200円(1000円)円  
高校生 700円(500円)円  
小中生 400円(300円)円  
\*(一)内は前売り、リピーター割引、どうなんアトリリンク、10名以上の団体料金

北斗市総合文化センター

☎74-2000

◆キエフ・クラシック・バレエ  
チャイコフスキー夢の3大バレエ

日時 8月9日(金)午後2時  
会場 北斗市総合文化センター  
かなでくる 大ホール

入場料 4000円(全席指定)  
主催 インプレサリオ東京  
共催 北斗市かなでくる協会  
問合せ ☎74-2000  
(北斗市かなでくる協会)

◆東海大学付属札幌高等学校吹奏楽部  
北斗市特別演奏会

日時 8月18日(日)午後2時  
会場 北斗市総合文化センター  
かなでくる 大ホール

入場料 一般1200円  
中学生以下800円  
(全席指定)  
主催 北斗市  
上磯ライオンズクラブ  
北斗市特別演奏会実行委

共催 北斗市かなでくる協会  
北斗市吹奏楽連絡協議会  
問合せ ☎74-2000  
(北斗市かなでくる協会)

七飯町文化センター

☎66-2066

◆NHKのご自慢出場者・観覧者募集

日時 8月18日(日)12時15分〜午後1時(生放送)

会場 七飯町文化センター  
入場料 無料 要申込み  
※出場・観覧の申込み方法など、詳しくはNHK函館放送局のホームページまで

※前日の予選会は自由にご覧いただけます。  
主催 NHK函館放送局、七飯町、七飯町教育委員会  
問合せ ☎23-6690  
(NHK函館放送局)  
☎66-2066  
(七飯町教育委員会)

◆宝くじおしゃべり音楽館  
〜想い出のスクリーンミュージック〜

小原孝さんのピアノ、島田歌穂さんの歌、おしゃべり音楽館ポップスオーケストラ(指揮・藤野浩一さん)の演奏と春風亭小朝さんの愉快なお話を交えながら映画音楽の名曲をお楽しみいただくコンサートです。

七飯町内のコーラスグループとの共演もあります。

日時 8月24日(土)午後2時  
会場 七飯町文化センター  
パイオニアホール

料金 一般 2500円  
高校生以下 1500円  
(全席指定、当日各500円増)

※宝くじの助成による特別料金  
※4歳以上のお子様からご入場できます。  
主催 七飯町・七飯町教育委員会  
(一財)自治総合センター  
問合せ ☎66-2068  
(七飯町文化センター)

# 生涯学習情報

## 博物館

月曜・西休館  
〒235-8580

企画展 展示解説セミナー「箱館戦争終結一五〇年」7月21日(日)午後1時30分▽要入館料▽当日直接会場へ

夏休み自由研究

日本画でうちわづくり▽7月27日(土)午後1時▽材料費800円▽小学4年生以上保護者同伴可▽10名(先着順)▽申込み7月11日(木)午前9時から電話受付

博物館子供探検隊▽7月31日(水)午後1時30分▽無料▽小学生とその保護者▽10名(先着順)▽申込み7月10日(水)午前9時から電話受付

黒曜石で矢じりを作ろう▽8月2日(金)午後1時30分▽材料費500円▽小学4〜6年生とその保護者▽15名(先着順)▽申込み7月17日(水)午前9時から電話受付

大森浜の貝で標本箱を作ろう▽8月7日(水)午後1時30分▽函館博物館・大森浜▽無料▽小学生とその保護者▽15名(先着順)▽申込み7月25日(金)午前9時から電話受付

函館公園活用講座▽7月28日(日)午前10時▽博物館で動物はく製を見た後、函館公園で実際の動物を見学し、クラフト体験にも挑戦します。▽材料費1000円程度▽小学生20名(先着順)▽申込み6月28日(水)午前8時45分から西部公園事務所へ電話(22-6789)または窓口で受付

箱館戦争資料を見て触れろ①②

①8月6日(火)午後1時30分▽無料▽小学生10名(先着順)▽申込み7月24日(水)午前9時から電話受付

②8月13日(火)午後1時30分▽無料▽小学生10名(先着順)▽申込み7月31日(水)午前9時から電話受付

臨時開館▽博物館本館・郷土資料館7月15日(日)

休館日▽博物館本館7月16日(火)▽郷土資料館7月16日(火)、7月26日(金)

地球まるごとシリース

韓国語講座▽7月18日(水)午後7時

タイ語講座▽7月20日(金)午後2時

英語講座▽7月26日(金)午後7時

フィリピン語講座▽7月27日(土)午前11時

台湾語講座▽7月28日(日)午前11時

青年研修センター(ふるまの国) 月曜・西休館  
〒235-8580

共通事項▽1000円▽高校生以上(保護者同伴で小学生可能20名)▽随時受付

夏休み・ふるまの国館寺子屋教室(全4日間)

日帰り▽7月25日(水)▽28日(土)午前9時30分〜12時▽1000円▽小学1〜3年生15名(申込み順)▽申込み6月30日(日)午前8時45分から

ふるまの国館わくわくキャンプ

ふるまの国館わくわくキャンプ

ふるまの国館わくわくキャンプ

子ども朝活(ラジオ体操・朝食・レクレーション・学習)▽7月26日(金)▽7月31日(水)午前6時20分▽1組1000円▽小学生と保護者10組▽申込み7月13日(土)までに窓口へ(定員超過時抽選)

亀田川(のいきもの)をさがそう▽8月3日(土)午前9時▽子ども1人3000円▽小学生と保護者20組▽申込み7月20日(土)までに窓口へ(定員超過時抽選)

美ホビイGET!パレトン▽7月2日(火)・9日(火)・16日(火)・23日(火)・30日(火)午後7時15分▽各回500円▽各回25名(申込み順)

ひめトレ&やさしいヨガ▽7月5日(金)・19日(金)午後2時▽各回500円▽市内在住・在勤の女性▽各回16名(申込み順)

夜活!体幹トレーニング▽7月13日(土)・20日(土)午後7時15分▽各回500円▽各回20名(申込み順)

朝活ランニング▽7月14日(日)午前9時30分▽500円▽15名(申込み順)

野菜ソムリエの料理教室▽特別編▽初期離乳食▽7月20日(土)午後2時▽1200円(材料費込)▽12名(申込み順)

有名店の料理人が教える!おうちで簡単本格中華▽7月22日(日)午後7時▽1800円(材料費込)▽12名(申込み順)

\*申込みは電話または窓口にて受付

# 各種文化・スポーツ情報

第59回市民芸術作品募集▽募集期間7月1日(日)〜9月30日(日)(当日消印有効)▽募集部門 小説・文芸評論・ノンフィクション・随筆・詩・短歌・俳句・川柳▽応募方法 郵送(五稜郭町26-1中央図書館市民芸術作品係)またはメール(hakodate-city.jp)

夏休み子ども図書館員募集▽7月29日(日)・30日(火)午前9時▽市内の小学5・6年生▽各日12名(先着順)▽申込み7月1日(日)〜15日(日)午前9時30分から電話または窓口にて

縄文文化交流センター 月曜・西休館  
〒251-2630

縄文体験講座「縄文かごづくり体験」▽7月7日(日)午後1時〜3時▽350円▽小学生(一般)▽10名(先着順)▽当日直接会場へ

箱館奉行所 月曜・西休館  
〒511-2664

土方歳三ARV毎日 開館時間内▽入館料のみ▽当日直接会場へ

開館記念事業▽7月29日(日)▽瓦版屋がチラシを配布。スタッフが浴衣姿でお出迎えします。▽折紙教室 午前10時〜12時▽民謡 午後1時30分▽入館料のみ▽当日直接会場へ

市内文化情報

あうん堂ホール 松島町8-6  
〒221-6660

ナイト・オブ・ザ・マジック・パード Vol.5 マジシャンDAIGO(函館)▽7月5日(金)午後5時(マジックタイム午後8時)チャージ5000円(要1drオーダー)

かんばやしまふ コンサート2019 函館かんばやしまふ▽7月7日(日)午後5時30分▽2500円▽3000円

山北のりひこ 山北のりひこ(パーカッション)▽7月8日(日)午後7時▽2000円▽2500円(1dr付)

パーバラ村田公演「かたわれ Doppel ganger」▽パーバラ村田(バンド)マイミスト、パフォーマー▽7月11日(水)午後7時▽2000円(要1drオーダー)

浜崎貴司 弾き語りツアー「終わりにきむと」▽7月14日(日)午後7時▽4600円(要1drオーダー)

アコースティック・ナイト・ライヴ Vol.116 ヴァデイ鈴木DJ DEEP SOUL, kari, キムケン、A▽7月15日(日)午後7時▽1000円(要1500円)

コンプレックス・ライヴ Vol.120 active A, 失物, 他▽7月21日(土)午後7時▽1000円(要1500円)

カフェレスト・アフニス 五稜郭町31-1  
〒311-6222

創立25周年記念 星はきらめき七夕の日 に▽田代裕貴(分スト・VJ)、畑中一映、柴瑞穂・養田なつき・高橋セリカ・高実希子(PI)、アンサンブル・モジエ(cho)、千田彩(sop)、矢戸良子(perc)▽7月7日(日)ランチョンコンサート12時30分② ティーコンサート午後3時▽3000円(1dr、1プレート付)②20000円(1dr付)▽各40名▽0800-3262-4314(カフェアシオン事務局)

アコースティック・セレクティブライヴ Vol.82 夏はラピスとピア・パティエール・ラピス▽7月28日(日)午後6時▽3000円(1dr付、フード別)▽54-1230(高田)

函館市女性センター 東山町11-12  
〒231-4188

土曜ぶちサロン

絵本の読みかかせ等▽8月3日(土)、17日(土)午前10時30分▽市内在住・在勤の保護者と未就学児▽当日直接会場へ

親子リズム遊び▽8月10日(土)午前10時30分▽市内在住・在勤の保護者と満1才〜3才までの幼児10組20名(抽選)▽電話または窓口で受付

ベビーマッサージ▽8月24日(土)午前10時30分▽2000円▽市内在住・在勤の保護者と2才〜1才未満児10組20名(抽選)▽電話または窓口で受付

同じ悩みを持つ者同士の心を開く時間「ホッとたいむ」▽8月5日(日)午後1時30分▽無料▽市内在住・在勤の女性10名(先着順)▽申込み7月8日(日)午前10時から

怒りと上手に付き合うトレーニング アンガーマネジメント講座①②

真子6月28日(金)から

ビル・エヴァンス&タイム・リメンバード

男女36名(抽選)▽無料▽申込み7月5日(日)午前10時から

②8月10日(土)午後1時30分▽市内在住・在勤の保護者と小学生18組36名(抽選)▽2000円▽申込み7月5日(日)午前10時から

月に一度の昼食会東川リビング▽8月8日(水)午前10時30分▽1人3000円▽市内在住・在勤の男女、親子15名(抽選)▽申込み7月11日(日)午前10時から

写真で見る函館山の植物 函館山の草花を知ろう②▽8月16日(日)午後6時▽無料▽市内在住・在勤の男女36名(抽選)▽申込み7月9日(日)午前10時から

楽しく簡単、おうちでお菓子 四季のスイーツ教室②▽8月24日(土)午後1時30分▽800円▽市内在住・在勤の男女24名(抽選)▽申込み7月18日(日)午前10時から

\*申込みは電話または窓口にて受付

\*先着順以外の講座は抽選の場合あり

函館YWCA 松島町11-12  
〒511-5662

CAPおとなワークショップ公開DAY!▽7月5日(金)午後6時30分▽無料

ククムのお豆と季節の野菜料理講座▽石田絹子(ククム店主)▽7月9日(火)午前10時▽2100円(材料費込)

歌いつづけて▽寺田麗子▽7月10日(水)17日(水)午前10時30分▽1回6000円

あみものカフェ▽7月10日(水)24日(水)午後1時▽初回のみ8000円、2回目以降6000円(お茶付)

平和と憲法をめぐるトークシリース第27回「被爆体験を語り継ぐ 永遠の会」による朗読会▽朗読 大塚久子・黒板美由紀▽7月13日(土)午前10時▽無料▽申込み不要

函館YWCA サマーフェスティバル▽7月26日(日)午後5時

子ども実験教室「望遠鏡を作ろう!」▽観察してみよう!親子で自由研究▽井上千加子▽7月31日(火)午後1時30分▽12000円(材料費別途7000円)▽小学1〜4年(保護者同伴)未就学児要相談▽12名(先着順)▽申込み7月2日(日)午前10時から

夏のてしごと講座「染め物講座」▽藍・茜・カリヤス▽加納栄利子(工房てしごと)▽8月3日(土)午前10時▽参加費13000円▽材料費ストール13000円(一人1点染めたいものを持込み可)・染料代別途

シネマアイリス 本町22-11  
〒311-5661

真子6月28日(金)から

ビル・エヴァンス&タイム・リメンバード

6月29日(出)から  
○映画賭ケルイ6月29日(出)から  
○さよならちびる7月6日(出)から  
○居眠り音響7月13日(出)から  
○ソローキンの見た桜7月13日(出)から  
○愛がなんだ7月13日(出)から  
○長いお別れ7月20日(出)から

### シネマ太陽函館

松尾町28  
22102021  
○スパイダーマン...スパイダーバース  
7月5日(金)から  
○機を逃げ 最高の最悪な日7月5日(金)から  
○ミューズの逆襲 EVOLUTION  
7月12日(金)から  
○トイ・ストーリー4 7月12日(金)から  
○天気の子7月19日(金)から  
○ベット2 7月26日(金)から  
○アルキメデスの大戦7月26日(金)から  
○ライブビューイング  
○アイドリッシュセブン 2nd LIVE  
「REUNION」7月6日(出)・7日(出)  
○ミュージカル「刀剣乱舞 髭切膝丸 双騎出陣」  
2019「SOGA」7月14日(出)

●ともえ童謡の会...つ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♪斉藤八寿子▽7月9日(火)午後1時30分▽青年センター(千代台町27-15)▽5000円▽31-3537(大原)

●第32回市民創作函館野外劇 戊辰戦争終結150周年記念公演星の城、明日に輝け  
五稜郭を舞台に函館地方の歴史をスベタクル▽7月12日(金)13日(出)19日(金)20日(出)26日(金)27日(出)8月9日(金)10日(出)午後7時30分▽午後8時40分(7月12日(金)はオーブニングセレモニー後公演開始)▽五稜郭公園一の橋広場▽大人1200円・高短専600円・小中生300円、大人1500円・高短専800円・小中生4000円▽販売所 松柏堂プレイガイド、五稜郭タワー、野外劇事務局▽56-8601(野外劇事務局)

●第3回道南ドッグフェスティバル7月14日(日)午前10時▽四季の杜公園(亀田中野町199)▽無料▽54-1230(事務局・榎ホーム企画高田)

●創立96周年函館北方マンドリンクラブ定期演奏会▽7月12日(日)午後1時▽函館市公民館(青柳町12)▽無料▽080-4680-2714(事務局・谷内)

●教育音楽ぐるーぷどるちえ主催はこだて童謡の会...皆さん一緒につつかしい童謡・唱歌を楽しく歌いましょう♪細谷悦子(日本演奏連盟会員)▽7月23日(火)午後1時30分▽青年センター(千代台町27-15)▽

5000円▽090-1523-7017(岩村)  
●NPO 函館レクリエーション協会「げんき塾」...脳を活性化しよう！(シナプソロジー)脳トレ体操▽7月27日(出)午前9時30分▽ふるる函館(谷地頭町5-14)▽3000円(年会費1800円)▽保護者同伴の中学生以下無料▽25名▽090-8898-092(野澤)

●はこだて 国際科学祭2019  
○プレイベント「カラフルなオリジナル時計を作ろう」液晶を改造だ！▽7月27日(出)午前10時▽青年センター(千代台町27-15)▽1組800円(材料費込)▽小学生と保護者▽16組(小学生16名まで・先着順)▽申込み7月4日(休)午前9時から▽51-3390(同センター)  
○プレイベント「サイエンストーク」(高校生によるサイエンスに関する公開研究発表会)▽7月31日(火)午前10時▽Gスクエア(本町24-1)▽無料▽大人向け▽50名(先着順・申込不要)▽34-6527(サイエンス・サポート函館事務局)

○プレイベント「算数・数学を楽しもう」北海道道創才セミナー▽8月11日(日)午前10時▽午後1時▽大沼国際セミナーハウス(大沼町127-1)▽無料▽小学生(小学3年以下は要保護者同伴)▽大人向け▽各140名(先着順)▽申込み7月1日(日)から専用メールフォームにて受付▽83-6088(北海道道創才教育推進会)  
○昆虫学習会▽8月18日(日)午前11時▽函館市熱帯植物園(湯川町3-1-15)▽無料▽子ども▽大人50名▽申込み7月8日(月)午前9時45分から電話で▽57-7833(同園)  
●弦楽合奏団アンサンブル・アダージョ 第28回定期演奏会▽指揮 遠藤幸男(元札幌交響楽団ヴァイオリン奏者)▽レナチエック 弦楽のための組曲(他)▽7月27日(出)午後2時▽函館市公民館(青柳町12)▽入場無料(要整理券)▽22-7824(函館認定こども園・松本)

●プラネタリウム上映会「夏の星空」▽7月27日(出)午後7時▽函館プラネタリウム館(亀田中野町62-2)▽無料▽30名▽申込み函館プラネタリウムの会のホームページから▽47-3163(みはら歯科矯正クリニック内)

●第33回「みんなで賛美歌を歌うつどい」古今の賛美歌の演奏を楽しみ、共に歌いましょう▽アンサンブル相生、キッズあおい、コールフロイデ、フェリーチェ、コーラスせせらぎ、コーラス木曜会、YWC.A歌いつつけて、他▽7月28日(日)午後1時▽函館相生教会(本町29-8)▽無料▽52-7035

## 市内スポーツ情報

### 函館アリーナ武道館

函館市中学校体育大会柔道大会  
▽7月2日(日)  
剣道一種審査会▽7月21日(日)  
2019函館マラソン▽7月7日(日)  
千代台公園陸上競技場  
千代台町22-1024  
551190024

### オーシャンスタジアム

千代台公園テニスコート  
千代台町12-31  
316993  
●函館市中学校体育大会  
▽7月3日(日)▽5日(日)  
●高円宮賜杯第39回全日本学童軟式大会マクドナルドトーナメント北海道予選大会  
▽7月13日(出)▽15日(日)  
●函館市スポーツ少年団新人戦野球交歓会  
▽7月21日(日)  
●夏季北海道軟式野球大会  
▽7月23日(火)▽28日(日)

### 千代台公園テニスコート

●硬式テニス  
●第19回WE LOVE SRIXON レディーステニストーナメント函館大会  
▽7月17日(水)  
●西堀杯チーム対抗戦▽7月21日(日)  
●函館市中学校体育大会  
▽7月1日(日)▽3日(日)  
●北海道地区高等学校体育大会  
▽7月6日(出)▽7日(日)  
●ダンロップジュニア初級大会▽7月15日(日)  
●北海道総合選手権大会▽7月28日(日)

### サン・リフレ函館

●函館市中学校体育大会卓球大会  
▽7月1日(日)・2日(火)  
●第16回函館オーブンファミリー杯卓球大会  
▽7月31日(水)

●函館アーチエリー協会  
23-1847  
●函館公認記録会(根崎)▽7月7日(日)  
●函館市中学校体育連盟  
46-3005  
●函館市中学校体育大会  
●函館市中学校体育大会  
○剣道▽7月1日(日)▽白尻中学校  
○野球▽7月1日(日)▽3日(水)  
▽根崎野球場、西栲野球場  
○バスケットボール▽7月1日(日)▽3日(水)  
○函館アリーナ  
○サッカー▽7月1日(日)▽3日(水)  
○函館フットボールパーク  
○バレーボール▽7月1日(日)・2日(火)  
○湯川中学校  
○ハンドボール▽7月1日(日)・2日(火)  
○巴中学校  
○バドミントン▽7月1日(日)▽3日(水)  
○白百合学園中学・高等学校、戸倉中学校

## 市内ギャラリー

### 旭ヶ岡の家画廊

●木もれ日の窓辺にて「ポタニカルアート作品展」▽7月4日(木)▽7月30日(火)  
●ふしぎな花俱樂部「押花類絵展」  
▽7月4日(木)▽7月30日(火)

### アトリエ fire

●INNOCENT & SAGUA 夏の洋服展▽7月15日(月)▽7月30日(火)  
※7月22日(月)・23日(火)休み  
●本町17-4  
871223

### いしい画廊

●第13回渡光会作品展  
▽7月11日(水)▽7月16日(火)  
●NHK函館放送局  
●ギャラリイ 千歳町13-11  
270111

### ギャラリイ 彩

●第53回人物素描展(鉛筆、コンテ、絵画)  
▽7月3日(水)▽7月8日(月)  
●「虹写真展」▽7月10日(水)▽7月15日(日)  
●第22回フットサール 写真夢写真展  
▽7月17日(日)▽7月22日(金)  
●第2回自由油彩・水彩画展  
▽7月24日(水)▽7月29日(月)  
●墨に遊ぶ▽7月31日(水)▽8月5日(日)

### ギャラリイ カリヨン

●高田 K.Y.K.N Family TAK ADA展▽6月25日(火)▽7月14日(日)  
●安濃光一 懐かし連絡船  
▽7月16日(火)▽8月4日(日)

●ギャラリイ 文林館  
本町31-33  
5210486  
●新道展函館支部展▽7月17日(水)▽7月22日(日)  
●ギャラリイ 村岡  
元町217  
2712661  
●藍工房かや野「空の色展」  
▽7月1日(日)▽7月16日(火)  
●Takumi Nishida 写真展「Takise Kaigan」  
▽7月18日(水)▽7月23日(火)  
●ウスタニ・ミホ「手描き手染めのTシャツ展」▽7月25日(水)▽7月31日(火)

●テオー  
●函館クラフト講師会作品展販売会  
▽6月28日(金)▽7月4日(日)  
●七々こどもゆり絵展▽7月6日(出)▽7月15日(日)  
●目指せ世界遺産登録！夏休み直前！縄文ロマン展▽7月17日(水)▽7月22日(日)  
●第10回モデルたちとの対話展▽7月24日(水)▽7月29日(日)

### はこだて工芸舎

●北海道を描く作品展  
▽6月10日(日)▽7月5日(日)  
●特選版画展▽7月8日(月)▽7月26日(金)  
●夏のアートパザール展  
▽7月29日(日)▽8月23日(金)

### はこだて工芸舎

●樹の音工房 作陶展  
▽6月28日(金)▽7月9日(火)  
●Afa・ライフアファ 初夏を楽しむ衣服展▽7月12日(金)▽7月23日(火)  
●田中麗子の世界展  
▽7月26日(金)▽8月6日(火)

### Gallery Under Stone

●2019武藤富子油絵展▽8月31日(出)まで  
「はこだてトリエンナーレ」道南いさりび鉄道沿線エリアを舞台に、地域とアートを結びつけようというコンセプトです。  
▽6月28日(金)▽7月21日(日)  
●出展作家と会場(一部)  
●工藤利恵&藤島貴彦 森下大輔▽ギャラリイ 三日月(弥生町23-1) 87-0787  
●安田祐子 大下茜▽HakobA函館 未広町23-9 27-5858  
●衣妻隆&ウリュウユウキ、さとうゆか、鈴木沙也果▽地域交流まちづくりセンター(末広町4-19) 22-97700  
※詳しくはホームページ参照

# 中田先生のスポーツコラム 第4回

## 暑さに負けず、勝利を掴もう



函館脳神経外科病院  
理学療法士  
なか 中 田 俊 博

平成7年 千歳リハビリテーション  
学院 卒業  
平成7年 大阪府堺市 パンジョス  
ポーツクリニックス  
平成10年 石川県小松市 やわたメ  
ディカルセンター  
平成13年 函館脳神経外科病院  
平成8年 全日本代表男子ハンドボ  
ールチーム 強化スタッフトレー  
ナー  
平成9年 U-16日本代表男子ハン  
ドボールチーム 台湾遠征帯同  
平成30年 全日本代表男子ハンドボ  
ールチーム ドイツ遠征帯同

練習を開始した時や大会のウ  
ォームアップをしている時に、  
「今日は身体のキレがあるな！」  
と感じる時と「何となく重い、動  
きが鈍い」と感じたことはあり  
ませんか？動きが鈍い時には、  
日頃の生活習慣を思い返してみ  
ましょう。夜更かしや偏食…。  
日々コツコツと積み上げてきた  
練習の成果を発揮するには、モ  
チベーションや勝つための作戦  
といったもの以外に体の内側の  
コンディショニングを整えておく必  
要があります。

今回は、夏季大会で力を発揮  
するために大切なポイントとな  
る「暑さ対策」についてお伝えし  
ます。気温が高くなると運動時  
に生じた体温の上昇に、熱を逃  
がす働きが追いつかなくなるこ  
とがあります。これが熱中症で  
す。熱中症は、「環境(場所)」「身  
体」「行動(運動)」の3つの組み  
合わせで引き起こされます。「環  
境(場所)」で気を付けなければ  
ならないのは、高温・多湿・風  
が弱い所です。大会会場に行っ  
たら、日頃練習している環境と  
の違いを確認してください。気  
温が高い時には、アンダーウエ  
アを通気性の良いものにするな  
ど工夫しましょう。次に「身体」  
ですが、気温は変えられませ  
んが、身体の体温は工夫するこ  
とで変えることができます。大事  
なポイントは体温を上げすぎな  
いことと、体重に占める水分の  
減少率を少なくすることです。  
体重に占める水分の減少率が、  
2%を超えると喉が渇き、3%

を超えるとイライラしたり疲労  
感が強くなります。試合で良い  
結果を出すには、相手よりも疲  
れづらく落ち着いてプレーする  
ことが大切です。体の内側が整  
っていないと、いつも通りのプ  
レーをしているつもりでも、動  
きの質が落ちてしまいます。3  
つめの「行動(運動)」で大切なこ  
とは、体温が上がり過ぎない範  
囲でウォームアップをして暑さ  
に慣れること。そして試合が始  
まったら、焦らずにペース配分  
に意識を向けることです。暑さ  
で体から水分が減少すると、筋  
肉や脳、肝臓、腎臓等に十分血液  
がいきわたらないため、筋肉が  
こむら返りを起こしたり、意識  
がぼーっとしてきます。試合が  
始まったら落ち着いてゲームを  
スタートさせることです。序盤  
で慌てなくても、身体の内側の  
コンディショニングが整っていれば  
後半に挽回するチャンスが回っ  
てきます。

サッカーの元日本代表チーム  
の岡田監督は、「勝利は細部に宿  
る」と言っています。スポーツの  
試合は、ちよつとした些細な部  
分で勝ち負けが決まることがあ  
ります。水を一口飲んでおけば、  
試合の後半にバテることなくプ  
レー出来るかもしれません。高  
校生の皆さんは、夏季にインタ  
ーハイの予選など大事な試合が  
多くあると思います。悔いを残  
さないよう、身体の内側を整え  
て試合に挑んでください。

### 函館山ロープウェイ FMいるか

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

●FMいるかのタイムテーブル付き季刊「いるかPRESS 2019夏号」が発行となりました。ぜひお手にとってご覧ください。

【発行日】2019年7月1日

＝夏号の主な記事＝

- ・2019年7月～9月 タイムテーブル(番組表)
- ・ダブルグッチー大解剖、キニナリ、特集記事等

部数 2万部

主な配布場所 函館市内近郊の公共施設、コンビニエンスストア協力店、飲食店・ショップ協力店、FMいるか他

●特別番組のご案内

○「ファンタジックサマーナイト2019」

【放送日】7月14日(日)

函館新聞社函館港花火大会の会場から公開生放送。函館の夏のスタートを飾る海の日に開催する花火大会。夜空を彩る花火の音を迫力満点にお伝えします。

○「北斗市夏祭り 公開生放送」

【放送日】7月28日(日)

上磯駅前エイド03をメイン会場に、朝から夜の花火大会までイベントの賑わいをお届けします。毎年恒例のキャラクターショーやステージショーも。

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」をご覧ください。

〒040-0054 函館市元町19-7 TEL0138-27-3700

©函館山ロープウェイ



# ざいだん掲示板 各施設からのお知らせ

## 市民会館(耐震等改修工事のため休館中)

☎57-3111 臨時窓口 午前9時～午後5時、土日祝休業  
topic 令和2年8月分の一斉申込みは、8月1日(木)午前9時30分より函館アリーナ多目的会議室Aにて開催します。

## 芸術ホール(五稜郭町37-8)

☎55-3521 FAX55-3586  
利用者懇談会<sup>注1</sup> 7月24日(水)午後6時30分  
器材点検日 7月9日(火)～10日(水)  
〈令和2年7月・8月の芸術ホールの状況〉  
令和2年7月7日(火)・8日(水)は器材点検日です。  
令和2年8月18日(火)・19日(水)は器材点検日です。  
令和2年7月分の貸館受付は7月1日(月)午前9時30分から開始します。  
topic 防音設備の整った練習室は個人での楽器や歌の練習にもお使いいただけます。興味のある方は芸術ホールへお問合せください。

## 函館アリーナ(湯川町1-32-2)

☎57-3141 FAX57-3142  
利用者懇談会<sup>注1</sup> 7月23日(火)午後6時30分  
器材点検日 7月24日(水)～25日(木)  
topic 7月27日(土)午前6時15分から第43回市民ラジオ体操会を開催いたします。参加料無料でどなたでも参加できます。申込みは不要ですので、直接市民会館側ともえひろばへお越しください。たくさんのご参加お待ちしております！

## 市民プール(千代台町22-25)

☎52-7452 FAX52-7657  
利用者懇談会<sup>注1</sup> 7月5日(金)午後6時30分  
器材点検日 7月7日(日)・17日(水)  
○器材点検日以外の使用制限はP3をご覧ください。  
topic 9月にロングスイム講習会を開催します。専門の外部講師を招き、長距離を泳ぐことをメインとした内容です。

## 北方民族資料館(末広町21-7)

☎22-4128 FAX22-8874  
開館時間 午前9時～午後7時(4～10月)  
入館料金<sup>注2</sup> 一般300円、学生・生徒・児童150円  
館内整理日 7月17日(水)～18日(木)  
topic 7月31日(水)午前9時より「アイヌ文様彫り教室」(8月31日(土)～9月1日(日)開催)の募集を開始します。

## 文学館(末広町22-5)

☎22-9014 FAX22-9065  
開館時間 午前9時～午後7時(4～10月)  
入館料金<sup>注2</sup> 一般300円、学生・生徒・児童150円  
topic 7月3日(水)～8月31日(土)まで文学館の中庭を一般開放いたします。初日には中庭テラスで本の読み聞かせ会を行います。

## 北洋資料館(五稜郭町37-8)

☎55-3455 FAX55-3586  
開館時間 午前9時～午後7時(4～10月)  
入館料金<sup>注2</sup> 一般100円、学生・生徒・児童50円  
topic 函館の重要産業であった北洋漁業に関する資料を展示しています。荒波の中を独航船で進む体験ができる「独航船航海体験室」は特に人気です。

## 屋外スポーツ施設管理事務所(千代台町22-24)

千代台公園野球場(千代台町22-26)  
[オーシャンスタジアム]  
☎53-3210 FAX31-7460  
器材点検日 7月22日(月)  
千代台公園陸上競技場(千代台町22-24)  
☎55-1900 FAX55-1117  
器材点検日 7月22日(月)  
千代台公園庭球場(千代台町27-2)  
☎31-6993  
器材点検日 7月22日(月)  
市民スケート場(金堀町10-8)  
[営業期間12月～2月]  
☎54-5233 FAX54-5616  
○9月7日(土)千代台公園トライアスロンフェスティバル開催決定!! 詳細は、ステップアップ8月号にてお知らせいたします。  
topic 7月7日(日)函館マラソンが開催されます。前日受付・開催当日は、千代台公園内周辺を含め大変混雑します。当日は、野球場裏側の駐車場は一般利用できませんので、できるだけ、公共交通機関をご利用ください。

## 公民館(青柳町12-17)

☎22-3320 FAX22-8196  
利用者懇談会<sup>注1</sup> 7月19日(金)午後6時30分  
休館日 月曜・祝日  
topic 〈異世代音楽交流会〉年代の異なる市民の方々の交流を目的として8月9日(金)に開催します。さまざまな楽器に触れ、実際に音を出し、最後に皆で演奏し交流を深めましょう。

## 亀田公民館(富岡町1-18-3)

☎41-2445 FAX41-2445  
利用者懇談会<sup>注1</sup> 7月3日(水)午後6時30分  
休館日 月曜・祝日  
topic 8月4日(日)開催の小学生対象講座「お花のハーバリウム」では小瓶にドライフラワーなどを詰め、オイルで満たす人気のインテリアを作ります。男の子の参加もお待ちしております。

## 財団事務局(杉並町8-20)

☎57-9734 FAX57-3115

注1 財団管理施設利用者懇談会開催のお知らせ  
出席希望の方は、事前に各施設へご連絡ください。  
注2 函館市内に在住・在学の小中学生は入館無料、その他団体料金などの設定がございます。  
○器材点検日、休館日、館内整理日以外にも臨時休館となる場合がございます。  
○ご利用の詳細、ご不明な点は各施設までお問合せください。

情報処理・情報通信を通して地域社会の発展に貢献する

# SEC

SEC CORPORATION LTD.

# 株式会社 エスイーシー

〒040-8632

函館市末広町 22 番 1 号

URL : <http://www.hotweb.or.jp/sec/>

# 7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…24日(水)・25日(木)(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	月	函館市中学校体育大会バスケットボール大会									S	×	S	卓球	バド	×		卓球	バスケ			
2	火	函館市中学校体育大会バスケットボール大会									S	×	S	卓球	バド	卓球 15:30まで	バド 15:30まで	バド	バスケ			
3	水	函館市中学校体育大会バスケットボール大会									S	S	S	卓球	バド	卓球	バド	卓球	バスケ			
4	木	卓球	バド	バド	卓球	バド	バド	卓球	バド	バド	卓球	バド	バド	M	M	○	×		バスケ 15:45まで	バスケ		
5	金	卓球	バド	バド	卓球	バド	バド	卓球	バド	バド	卓球	バド	バド	○	M	M	バスケ		第55回北海道地区国立工業高等専門学校体育大会ハンドボール競技			
6	土	第17回北海道バドミントン選手権大会函館地区予選会									×	S	S	第55回北海道地区国立工業高等専門学校体育大会ハンドボール競技			卓球	バスケ	バド	バスケ		
7	日	第17回北海道バドミントン選手権大会函館地区予選会									卓球	バド	バド	S	S	○	卓球	バスケ	卓球	バスケ	バスケ	
8	月	卓球	バド	バド	卓球	バド	バド	卓球	バド	バド	卓球	バド	バド	M	M	○	×	バスケ	×		バスケ	
9	火	卓球	バド	バド	卓球	バド	バド	卓球	バド	バド	卓球	バド	バド	○	○	○	バスケ		バスケ		バスケ	
10	水	卓球	バド	バド	卓球	バド	バド	卓球	バド	バド	卓球	バド	バド	M	M	○	×	×	×	バスケ		
11	木	卓球	バド	バド	卓球	バド	バド	卓球	バド	バド	卓球	バド	バド	○	M	○	バスケ		バスケ 15:45まで		バスケ	
12	金	卓球	バド	バド	卓球	バド	バド	卓球	バド	バド	卓球	バド	バド	○	M	○	バスケ		バスケ 15:45まで		バスケ	
13	土	卓球	バド	バド	卓球	バド	バド	卓球	バド	バド	卓球	バド	バド	○	S	○	バスケ		卓球	バスケ	バスケ	
14	日	卓球	バド	バド	卓球	バド	バド	卓球	バド	バド	卓球	バド	バド	M	M	M	第47回全日本空手道選手権予選会兼第38回少年少女大会					
15	月	卓球	バド	バド	卓球	バド	バド	卓球	バド	バド	卓球	バド	バド	○	○	M	バスケ		バスケ		×	
16	火	卓球	バド	バド	卓球	バド	バド	卓球	バド	バド	卓球	バド	バド	○	○	○	バスケ		バスケ		バスケ	
17	水	市立函館病院高等看護学院学院祭(スポーツ大会)									卓球	バド	バド	×	×	○	×	×	×	バスケ		
18	木	も の み の 塔 聖 書 講 演 会									S	×	S	卓球	バド	卓球 15:45まで	バド 15:45まで	バド	バスケ			
19	金	も の み の 塔 聖 書 講 演 会									S	×	S	卓球	バド	卓球 15:45まで	バド 15:45まで	卓球	バスケ			
20	土	も の み の 塔 聖 書 講 演 会									×	×	×	道南卓球選手権カデットの部								
21	日	も の み の 塔 聖 書 講 演 会									×	×	×	道南卓球選手権カデットの部								
22	月	卓球	バド	バド	卓球	バド	バド	卓球	バド	バド	卓球	バド	バド	M	M	○	×	バスケ	×		バスケ	
23	火	卓球	バド	バド	卓球	バド	バド	卓球	バド	バド	卓球	バド	バド	○	M	○	バスケ		バスケ 15:45まで		バスケ	
24	水	器 材 点 検									日											
25	木	器 材 点 検									日											
26	金	卓球	バド	バド	卓球	バド	バド	卓球	バド	バド	卓球	バド	バド	○	×	S	バスケ		卓球 15:45まで	バド 15:45まで	卓球	バスケ
27	土	は こ だ て エ コ フ ェ ス タ 2 0 1 9 ( 準 備 )									×	×	×	ヨーク・ゼッタ・ニラド、狩野舞子氏によるバレーボール教室								
28	日	令和元年度ブロックフェスティバル函館大会 兼 道南地区ソフトバレーボール親善大会									×	×	×	プリンセス卓球大会全道予選会								
29	月	函館あおい幼稚園運動会									卓球	バド	バド	S	×	○	卓球	バド	×		バスケ	
30	火	卓球	バド	バド	卓球	バド	バド	卓球	バド	バド	卓球	バド	バド	○	M	○	バスケ		バスケ 15:45まで		バスケ	
31	水	卓球	バド	バド	卓球	バド	バド	卓球	バド	バド	卓球	バド	バド	M	○	○	×		バスケ		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て提示してください。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。

## 夏の短期教室! 募集中! 超早割! 6月28日(金)迄▶ 短期教室 3,500円~ サマーキャンプ 11,800円~

### 水泳 キッズ(2歳6か月~年中)・ジュニア(年長~中学生)

3日間コース: 7月25日(木)~27日(土)・8月2日(金)~4日(日)  
 4日間コース: 7月25日(木)~28日(日) <ジュニアのみ>

### 体操 幼児(4歳 年中以上)・小学生

3日間コース: 器械体操: 7月25日(木)~27日(土)  
 運動能力アップ: 8月 2日(金)~ 4日(日)

### サッカー 幼児(4歳 年中以上)・小学生

3日間コース: 8月 2日(金)~ 4日(日)  
 8月 7日(水)~ 9日(金)

### サマーキャンプ 幼児(4歳 年中以上)・中学生

Part 1: 7月29日(月)・30日(火)  
 Part 2: 8月 5日(月)・ 6日(火)

## サン・スポーツクラブ

函館市石川町167-39 ☎(0138)34-5880 **お申し込みは電話でOK!**  
 平日 10時~21時30分 土曜 9時30分~19時 日曜 9時30分~16時