

街ing ラジオFMいるか



いるかPRESS

2026年冬タイムテーブル

Take Free!

自由にお持ちください。



特集「この人、この技、この道具」
ATELIER SAKURA 佐々木明子さん

高断熱・高コストパフォーマンスの家

■函館市昭和2丁目



2,998 万円

月々
73,698 円

40年返済例
固定金利3年0.85%



■所在地/函館市昭和2-10 ■土地面積/165.79㎡(50.15坪) ■建物面積/110.13㎡(33.31坪) ■構造/木造2階建 ■完成年月/2025年7月 ■交通/函館バス「函館記念病院前」駅徒歩4分 ■取引態様/売主

■函館市中道2丁目



2,980 万円

月々
73,256 円

40年返済例
固定金利3年0.85%



■所在地/函館市中道2 ■土地面積/155.96㎡(47.17坪) ■建物面積/110.13㎡(33.31坪) ■構造/木造2階建 ■完成年月/2025年6月 ■交通/函館バス「鍛冶二丁目」駅徒歩7分 ■取引態様/売主

■久根別2丁目



2,780 万円

月々
68,339 円

40年返済例
固定金利3年0.85%



■所在地/北斗市久根別2丁目5 ■土地面積/166.82㎡(50.46坪) ■建物面積/110.13㎡(33.31坪) ■構造/木造2階建 ■完成年月/2025年10月 ■交通/函館バス「久根別小前」駅徒歩4分 ■取引態様/売主

■函館市神山町 (No.14)



2,598 万円

月々
63,865 円

40年返済例
固定金利3年0.85%



■所在地/函館市神山町233 ■土地面積/180.00㎡(54.45坪) ■建物面積/98.53㎡(29.8坪) ■構造/木造2階建 ■完成年月/2025年6月 ■交通/函館バス「神山児童館前」駅徒歩3分 ■取引態様/売主

■北斗市追分4丁目



2,498 万円

月々
61,407 円

40年返済例
固定金利3年0.85%



■所在地/北斗市追分4丁目 ■土地面積/138.25㎡(41.82坪) ■建物面積/98.53㎡(29.8坪) ■構造/木造2階建 ■完成年月/2023年12月 ■交通/函館バス「七重浜8丁目」駅徒歩11分 ■取引態様/売主

■函館市東山3丁目



2,255 万円

月々
55,433 円

40年返済例
固定金利3年0.85%



■所在地/函館市東山3丁目12 ■土地面積/134.66㎡(40.73坪) ■建物面積/86.94㎡(26.29坪) ■構造/木造2階建 ■完成年月/2024年9月 ■交通/函館バス「東山公園裏」駅徒歩3分 ■取引態様/売主

設計・施工一級建築士事務所/国土交通大臣許可(特・24)第24864号 宅地建物取引業 国土交通大臣(3)第8578号

小倉工務店

0120-16-1613

<http://www.ogurakoumuten.com/>

新築・中古住宅賃貸情報満載! [小倉工務店](#) [検索](#)



モデルハウスを動画で公開!

YouTube
小倉不動産住宅部



モデルフォト
情報配信中!

Instagram
フォロ-はここから



フォロー
募集中!

Facebook
フォロ-はここから



1コーナーpickup!/ FUN TEACHER

FMいるか PRESS
 発行 日：2026年1月1日
 企画・発行：函館山ローブウェイ㈱FMいるか
 〒040-0054 函館市元町19-7
 取材協力・印刷：㈱プリントハウス
 表紙撮影場所：ATELIER SAKURA



公立はこだて未来大学の教授陣をスタジオに迎え、IT・AIから生物物理学・心理学など、さまざまな最先端の「知」に触れる時間をお届け！
 進行役は、山下家店主で公立はこだて未来大学卒業生でもある山下健人です。
 かつてお世話になった先生との「再会」もこのコーナーの醍醐味。
 恩師と教え子が生み出す、ここだけのトークと距離感をお楽しみください♪

山下家
スーパー満腹バラエティ 山下家
(毎週金曜日14時より生放送)
『FUN TEACHER』は
毎月第4金曜日14時30分放送!

番組コーナーは
Podcastでも配信!!

イベント・職場ランチのお弁当の予約も承ります!



〒040-0083 北海道函館市八幡町9-11
 TEL・FAX 0138-83-1660
 【営業時間】11:00～14:00 【定休日】土・日・祝



「おかわり～」が合い言葉!

はこだて べいこく

函館米穀株式会社
 函館市万代町20-28
 TEL 0138-42-7021
<http://hakodate-beikoku.co.jp>



北海道がはじめて
出会った珈琲。

MISUZU COFFEE

美鈴商事株式会社
 函館市上湯川町1-1
 0138-57-2233
www.misuzucoffee.com

北海道初の珈琲屋

昭和7年開業

受講無料

ハロートレーニング

— 再就職への近道 —

職業訓練

受講生募集

施設見学会・体験会
毎月2回開催!

※詳しい日程は、パンフレットをご確認ください

ポリテクセンター函館

〒041-0841 函館市日吉町3丁目23番1号
 TEL.0138-52-0323 FAX.0138-52-0324
 URL <https://www3.jeet.go.jp/hakodate/poly/>

訓練科名

- 溶接クラフト科
- 電気システム科
- 住宅リフォーム科
- 設備管理科
- ビジネスワーク科

詳しくはこちらから

“この日にアメを食べると風邪を引かない”と伝えられている伝統行事

大館アメッコ市

「大館アメッコ市」が「おおまちハチ公通り」にて2月に開催されます。
 会場には枝アメをはじめ 様々なアメを販売する露店が立ち並び他、
 神様がアメを買いにやってくるという言い伝えを再現した「白ひげ大神巡行」や
 「秋田犬パレード」を始めとした様々なイベントが両日行われます。

【開催場所】おおまちハチ公通り 【開催日】2026年2月14日(土)、15日(日)

問合せ **大館アメッコ市実行委員会** TEL:0186-42-4360
<https://www.city.odate.lg.jp/city/kankou/festibal/festa/winter/amekko>

アメッコ市

DJ母校に帰る!

FMいるか開局33周年記念特別番組内コーナー「DJ、母校に帰る。」のスピノフとしてお届けする今回は、「放課後の寄り道」にスポットを当てます。終わりのチャイムから始まる短くて自由な時間。卒業アルバムには載っていない忘れられない記憶を、皆方昭司と佐藤はるかが回想します。

皆方昭司の寄り道

帰り道のオアシス。
ここには青春があった。

中学校時代の思い出を一言で言うなら、「とにかく歩いてきた」に尽きますね。

健脚はココから

私が通っていた戸倉中学校から自宅まで、歩くと片道45分、往復で1時間半かかるんです。今考えると信じられない距離ですけど、当時はそれが当たり前でした。

またともに歩くと遠すぎるから、みんな必死でショートカットを探すんですよ。空港近くの坂道の脇にある「獣道」みたいなところを抜けたり、農家さんの私有地を通らせてもらったり。「ここ通らせてください!」ってちゃんと許可をもらってショートカット(笑)。そんな道を、毎日歩いて通っていましたね。

ザスポ根

部活は野球部でした。これがまた厳しい世界で、1年生の時は、いわゆる「下積み時代」です。練習後は、日が暮れた林の中でボール探しをす

佐藤はるかの寄り道

放課後の五稜郭エリアは、
ちよっとセンチメンタルになる。

高校時代の放課後って、なんでもなんに特別だったんでしょうね。学校にいる時間でもない、家にいる時間でもない、その「あわい」の時間が一番楽しかった気がします。

放課後の情熱

一時期ハマっていたのが、部活の仲間と行った「ソフクリーム巡り」です。五稜郭エリアから少し離れていても、自転車で行ける範囲ならお構いなし。「あそこに行けば巨峰味がある」「ここはピーチ味」なんて情報を仕入れては、あちこちハシゴするんです。冬になれば雪で自転車に乗れなくなっちゃうから、雪が降るまでの期間限定の冒険。今思うと不思議なくらい、ソフトクリームに情熱を燃やしていました(笑)。

グルメなJK

でも一番馴染み深い場所は、学校から近い五稜郭エリアです。懐かしいのはパラーの「TOP S」。パフェや食事メニューも充実していました。あとは「千景」でお好み焼きを食べたり、先輩に連れられて「樹林」に行ったり。ファミレスじゃなくて、そういう地元のお店を開拓するのが、ちよっと大人びた気分でした。

青春はココにあり

そして、遊びの定番といえば五稜郭町にあった「JUMP」。ゲームもボウリングも何でも揃った複合施設なんですけど、私たちのお目当ては奥にあるカラオケ。当時はとにかくカラオケブームでしたから、「遊びにいく!!カラオケ」って感じで、JUMPの近くにあった個室タイプのカラオケ「キャンビン」に行くこともありましたね。

放課後のアオハル

放課後の楽しみといえば、帰り道にあった「石黒商店」。そこに、縦型のゲーム筐体が2台、ドン!と置いてあるんですよ。「バックマン」と「ドンキーコング」。厳しい練習後のクタクタの体でそこにたどり着く。駄菓子屋で買ったお菓子をかじりながら、ジュースを飲んで、立ったままゲームに熱中。あれはまさにオアシスでした。喉の渇きも疲れも全部吹っ飛ばす至福の時間でした。

思春期の騒動

あと、忘れられないのが同級生F君の家。男子にとっての「秘密基地」でした。F君、ちよっとマセて、部屋に男子が興味を持つよ

うな雑誌や漫画がたくさんあるんですよ。それをみんなで「レンタル」しに行くんです。ある時、F君が「年上の彼女ができた」って言い出して。みんなで「またまた」なんて大騒ぎしたんですけど、これ、本当の話だったんですよ。中学生にしてすごいな、大人だなんて、みんなで衝撃を受けたのを覚えています。



皆方昭司 中学3年生

毎日往復1時間半歩いて、部活で走り回って。いくら食べても全然太らなかつたあの頃。体だけじゃなくて、心もスリムというか、感性が瑞々しかったですよ。異性の話ひとつでドキドキできたし、商店のジュース一本で感動できた。



佐藤はるか 高校1年生

まだ携帯電話を持つ高校生はまばらな時代ですから、連絡手段は基本的に公衆電話。「今日、食べて帰るから」って緑色の電話から親に連絡したり、ネット検索なんてできないからお店の情報もすべて「友達のコミ」が頼り。不便だけど、その分情報のひとつひとつが輝いてました。

もちろん、毎日放課後遊んでいられたわけじゃありません。でも「今日ちよっとプリクラ撮って帰る」とか「本屋に寄りたい」とか、何かと友達と一緒に過ごしていた場所の多くは五稜郭エリアでした。本町交差点を通ると、ふと「あの頃」の私達の姿が見えるような気がします。

聞き逃した方も安心! Podcastでも配信!

「DJ、母校に帰る」はもちろん、開局33周年特別番組「いるか学園!! アオハル学校祭!!」で放送したコーナーも、Podcastで配信します!



◀ Podcastはコチラ!!

プレミアム濃厚ミルクの
ソフトクリーム
ビター珈琲ソース

TAKE OUT

年末年始は営業いたします。
テイクアウトのみ
1月、2月は火、水、木曜定休
元町八幡坂 元町珈琲店 敷地内

防災ラジオ 807

避難所における冬の感染症予防

感染予防は、**流水と石鹸による手洗い**が基本です。また、タオルの共有は避け、マスクを正しく着用しましょう（マスクの外側にはウィルスが付着している可能性があるため触らない）。さらに、**定期的な換気**も重要です。30分に1回を目安に5分前後の換気を行きましょう。

（感染経路例）
・接触感染・・・ドアノブやタオル床などに付着したウィルスに触れた手で目や口・鼻などの粘膜を触ること感染。
・飛沫感染・・・咳やくしゃみ、会話によって飛び散る飛沫を吸い込むことで感染。

日常生活の小さな習慣がいざというときに役立ちます。普段から感染症予防を意識した暮らしを取り入れ、習慣化しましょう。

①自分が感染しないこと
感染予防の第一歩は、自分が感染しないことです。自分が感染してしまうと、家族やほかの避難者にも移してしまいます。そのため、感染経路とその対策について知っておくことが大切です。

避難所では、自分や家族以外の人と同じ空間で密集した状態で共同生活が続きます。そのため、感染症が広がりやすい環境となる傾向があります。感染しない・させないために、個人でできる範囲の予防に取り組みましょう。

地震や津波など様々な自然災害により、自宅からの避難を余儀なくされる事象が増えています。感染症が流行する冬、避難所という過密で不自由な環境の中、私たちが実践できる感染症の予防対策について、まちの看護師 中田しおりさんに訊きました。



②拡大させない
感染症を「拡大させない」ことを意識した行動も予防策のひとつです。
（拡大予防例）
生活スペースに入るときは、土足からスリッパに履き替えるなど、可能な範囲で生活区域と汚染区域を分けましょう。また、家族が感染した場合、ほかの家族が感染しないよう看護師は1人に限定すると良いでしょう。※嘔吐物等は素手で触らず、廃棄場所も普通のゴミに分ける。

③情報共有・情報を明記しておく
緊急時や体調が急変した際、自分の症状や既往歴を正確に伝えることが難しくなる場合があります。そのため、年齢・身長・体重・持病・アレルギー・内服薬情報などを紙に書き出し、常に持ち歩いたり、防災リュックに保管しておきましょう。また、家族の情報も共有しておきましょう。



まちの看護師 中田 しおりさん



活動内容はコチラ！

山下家トレーディングカードを作ろう！

スーパー満腹バラエティ山下家のネタ投稿コーナー "山下家トレーディングカードを作ろう" では、リスナーのみなさんから寄せられたお便りをもとに、店主・山下がオリジナルのトレーディングカードを毎週1枚作成。ここでは、10月～12月に頂いた投稿の中からグッときたお気に入りのTOP2をご紹介します！

ネット投稿コーナーは20時～放送！

安心感0%。不安とフレンドリー感倍増の新型ナビ。寂しがりやはもちろん、目的地の無いドライブ・旅行にはうってつけ。

時間もかかりすぎ!! ※AIが生成した画像です
ラジオネームJさんからの投稿

飲まず食わずの地獄の耐久集会。今回は8時間を記録。※実は体育祭に次ぐ人気イベントだったりする。

カーナビのアナウンスの語尾が「かも」目的地まで行けるか不安！
ラジオネームHさんからの投稿

毎週 金曜日 14:00～21:00
✉ yama@fmiruka.co.jp

リクエストやご応募はコチラ！
面白ネタからリール系まで
とどしとお寄せください！

Beyond the Design

デザインのその先へ

STYLE6 Inc.

<https://style6.com/>
函館市五稜郭町7-10 tel.0138-84-6204 fax.0138-84-6205

数の子松前漬

菜の花にしん漬

珍味 ひとすじ 半世紀

数の子松前漬

新函館北斗の青春線「北海道新幹線」「道南いさりび鉄道」
2026年3月で開業10周年を迎えます！

新函館北斗駅内「はっとマルシェおがーる」
にてぜひお買い求めください。


since 1958
三みつとよ豊
北斗市追分4-2-8
TEL 0138-73-5501 FAX 0138-73-5504
<http://siokara-mitsutoyo.com/>

冬の
タイム
テーブル



2026
1月~3月

FMいるか 80.7MHz



あなたの
スマホに
レディモ!

天気情報

AI AIアナ 多言語

6:24 AI 多

7:05

8:00 (小倉工務店)

9:00 AI 多

12:00

14:00 (ドコモCS北海道 北海道南支店)

18:00 (函館観光写真)

18:55 AI

7:54 AI

10:00 (函館タナベ食品)

12:00 AI 多 (土のみ)

18:55 AI

道路情報

交通情報

7:40 (吉田産業)

8:10

17:30

18:00 (函館観光写真)

10:30

8:30

12:20

17:30

9:30

夜景情報

17:00 (函館山ロープウェイ)

時報

8:00 (創価学会)

11:00 (一心亭)

12:00 (エイスーシー)

13:00 (函館トヨタ自動車)

15:00 (リード不動産)

16:00 (あすなる福祉会)

17:00 (サニクリーン)

18:00 (日本航空)

8:00 (創価学会)

9:00 (三豊)

10:00 (北の星タクシー)

12:00 (エイスーシー)

13:00 (あすなる福祉会)

14:00 (函館どっく)

※都合により予告なく番組内容を変更することがあります。

夜間・早朝等に気象警報、地震情報等の防災情報が発表された場合は、通常の放送を中断し自動的に割り込んで速報します。また災害発生、およびその恐れがある場合は、生放送対応でお送りします。

MON【月】		TUE【火】		WED【水】		THU【木】		FRI【金】	
		Morning Stream				Morning Community		クラシック・バラダイス/健康向上委員会	
7		おはようさわやかさん <small>LIVE</small>		7:15 朝刊一面記事				8:40 (第1・3)町政だより<七飯町>	
【月】 斉藤正樹		7:30 ハローワーク・献血情報						9:10 こんにちは赤ちゃん	
【火】 濱多大介		7:50 函新ヘッドラインニュース <函館新聞社>							
【水】 山下健人		8:20 市政だより <函館市> (木) 市政情報コーナー							
【木・金】 伍楼康広		8:50 今朝の一曲<大林組>							
✉ ohayo@fmiruka.co.jp		9:10 (月)渡島総合振興局だより(火)道南イベント情報							
		9:20 ウインタースポーツインフォメーション<安全索道>							
10		オトノハにのせて <small>LIVE</small>		10:10 (第2月) ポリテクセンター ～Let's ハロートレーニング～ <ポリテクセンター函館>		10		BUZZ&YELL!! <small>LIVE</small>	
佐々木紫		10:30 (第1・2・3月) いるか健康通信 <協力:函館市医師会/函館歯科医師会/函館薬剤師会>				佐藤はるか ✉ buzz@fmiruka.co.jp		10:10 道新ピックアップニュース <協力:北海道新聞函館支社>	
✉ oto@fmiruka.co.jp		10:45 (火)(木) いるか号中継						10:30 (第2)読書の魔法	
		11:10 (月)(水) 人ネットワーク						10:45 いるか号中継	
		(火)(第1)木村マサ子(第3)阿部光平(第5)はこでい						11:10 人ネットワーク	
		(木)(第1)気象台(第3)コレクション						11:40 (第1)茶っとひととき	
		(第5)黒川隆介						(第2)道南チャリエール♪	
		11:40 (月) 平安 (火) エコ (水) オト (木) 縄文						(第3)函館高专テクノプール	
		12:10 (火)(木) いるか号中継						(最終週)ブックトレイル	
		12:30 道南街角安全ニュース [HBCラジオと同時放送] <マスナガ商事・サン・スポーツクラブ>						12:10 いるか号中継	
		12:55 函館賛歌 de 若返り体操						12:30 道南街角安全ニュース <マスナガ商事>	
								12:35 週末映画案内	
13		ごごたす1時4時 <small>LIVE</small>		13:10 (月)マックスバリュお買い得情報 <イオン北海道・マックスバリュ>		13		リメンバーミュージック	
中野由貴		13:50 ごごたす19〇〇ヒット曲<安全索道>				14		スーパー満腹バラエティ 山下家 <small>LIVE</small>	
【月・火】宮脇寛生		14:50 (水) カラオケ (木) CD				山下健人 ✉ yama@fmiruka.co.jp		14:15 Xトレンド紹介	
【水・木】濱多大介		15:00 ひらめきQ						14:30 (第4)FUN TEACHER <協力:公立はこだて未来大学>	
✉ go@fmiruka.co.jp		15:10 (第2水)たかさわ健康塾<たかさわ糖尿病内科クリニック> (最終水)教えて!加奈先生<しんがき加奈ウィメンズクリニック> (最終木)ダテパーレディオリンク<協力:ダテパー>						15:40 投稿コーナー 山下家目宝箱	
		15:30 (第1火)まちの事業者オーエンラジオ <北海道信用保証協会函館支店>						16:05 今週のじゃらんのお出かけ情報 <協力:リクルート>	
								16:20 モット青函!ツイン・レディオ! [FM青森と同時放送] <角弘/函館国際観光コンベンション協会>	
16		Musikムジーク ノンDJ・ノンストップの音楽プログラム。 極上セレクトのプレイリストでお楽しみください						16:30 OMOIDE IN MY GLASS <協力:ビハインド・ザ・カスク/ワインダンサー>	
17		皆方流 THEナイト <small>LIVE</small>		17:20 ニュースフラッシュ				17:10 函新ウィークリーレビュー <函館新聞社>	
皆方昭司		17:40 市政だより<函館市> (木) 市政情報コーナー						17:40 市政だより <函館市>	
✉ mina@fmiruka.co.jp		17:45 (水) 福島和可葉のSmileちよい足し						17:46 (第1・3)町政だより <七飯町>	
		18:15 スポーツフラッシュ<コカ・コーラ>						18:15 スポーツフラッシュ <コカ・コーラ>	
		19:00 (第3月) 荒到夢の月曜談話会(第3木) 石井お母さん						19:00 来店の時間(第1)しおメロディ (第2)函館You Tube てんちゅー (第3)Chu-Hapi	
		20:15 (月) 皆流いちゃん言っちゃうもん						19:30 アニソントタイム	
		(火) ありえへんクラブ (水) 皆流5・7・5倶楽部						20:00 ネタ投稿コーナー 「山下家トレーディングカードを作ろう」	
		(木) 皆方総研<明優>							
		20:56 函館200景						20:56 函館200景	
21				Rock Garden					
22				Sound Grace					
23				Jazz Note					
0		K-Sスタジオ/わんわんレディオ		Music Hot Flavor		コウセイラジオ		明日、なに着る?	
1		アニメ関門文化学園		Radio espresso/Water Side Now!		花*花Style/Walking Talking Radio		めんそーれ読書	
2		インディーズ・アロー		ダブルグッチー/5551163		INTER PLAY		サンサタRadio!	
3						JAZZ VOCALの夜		ユメルのモノリザラウンジ	
4						slow life, slow music		ホッ! リーナイトフィーバー	
								週刊メディア通信	

SAT【土】	SUN【日】
5 6 7	みずさんと明るいほうへ/目覚めの時間 絶対負けない社長の法則 おはようサンデー
8	8 パルナッソスの女神たち 石崎理 ✉ muse@fmiruka.co.jp (再放送)
9	9 WeTunes <small>LIVE</small> ✉ tunes@fmiruka.co.jp いるかパーソナリティが 週替りでごだわりの音楽と 週末情報をお送りします。 9:20 ウインタースポーツ インフォメーション <安全索道> 11:10 高校生通信 (1週) 函館中部高校 (2週) 函館西高校 (3週) 市立函館高校 11:56 檜山ラジオ紀行 <あすなる福祉会>
12	12 GLAYtaste HITS ✉ campus@fmiruka.co.jp 北海道教育大学函館校 北海道大学水産学部 函館大谷短期大学 函館工業高等専門学校 公立はこだて未来大学 函館大学 (再放送)
14	14 大山慎介の復活北海道 (再放送)
15	15 GLAYtaste HITS 宮脇寛生 ✉ glay@fmiruka.co.jp
16	16 大山慎介の復活北海道
17	17 ダブルグッチーのなまら同窓会 ✉ namara@fmiruka.co.jp <NCV> URBAN WAVE RADIO! 尾坂局長とたーなー先生の夢カネRADIO/ 井上昌己のprecious moment 大石吾朗Premium G EJ LOUNGE MUSIC PLACE/ 金沢雅美 Asian Music Selection PRESIDENT STATION TOKYO プロボウラー名和秋の海面レディオ/ 小林香織 City Lights On the Breeze Challengers Labo ～Sound of Oasis～ ジャズSPタイム RADIO BOHEMIA キャプテンズレディオ/wacciのLIVE! LIVE! LIVE! あかねサステナブル～サムライジグザグSpecial～ 本牧ヤグチ 吉祥寺アンリミテッド/音響ぼとり 湘南ベース Nice'n Easy Time フビヒスパークタイム 怒っはいけないラジオ/ゲーム-BGM夜話 Power Up More Nippon 花火の星/吉田メロディとすてきな時間
0 1 2 3 4	6

この人、この技、この道具

函館や函館近郊で活躍している人と、磨かれた技、そして欠かせない道具。そこから見えるヒストリーに迫ります。今回は、ATELIER SAKURA主宰 佐々木明子さんにお話を伺いました。



第3火曜日 15:10～放送



この人

筆に墨をのせ、美しい文字を描く芸術・書道。「書の醍醐味は、書き手の呼吸や躍動が、時間と空間の中で一瞬にして刻まれる一回性にあり、高い精神の緊張と集中力が求められる表現だからこそ、それに向き合うため日々研鑽を積んでいく」。この奥深い書道の魅力を発信し続ける佐々木明子さん。

書道との出会いは5歳のとき。兄が通っていた中村朝山先生の教室に自身も通いはじめ、小・中・高と通い続けました。その間、水泳やピアノなどほかにも習い事をしましたが、続いたのは書道だけ。「正座をして線を書く落ち着いた時間、墨の香りや筆と紙が擦れる音、先生が添削するときの筆使いや、朱色で書かれた線（文字）を見るのも好きでした。そして、上達していくのが目に見えて分かりやすく、それが楽しくて嬉しくて自信にも繋がり、好きだからこそ続けられました」と振り返ります。

高校卒業後は札幌の大学へ進学。辻井京雲先生の元で書道を

学びます。3年の途中から交換留学で1年間エジプト・カイロ大で学び、大学卒業後に帰国。そこから遺愛女子中・高で10年にわたり国語教師・書道部顧問を務めた後、児童館で7年児童厚生員として勤めます。そんな中、夫が大病を患い、「自分もいつ病気になるか分からない」と思い、この先何がしたいか、何ができるかを考え、自分自身と向き合うことに。楽しさや喜びは中村朝山先生に、奥深さや自己表現の世界を辻井京雲先生から学んだ大好きな書道。そして、留学経験や教師の経験。これらを振り返り、書道・教育・国際交流という3つの柱をテーマに、自分の好きなこと・能力を生かせる場として、2024年に「ATELIER SAKURA」を立ち上げました。



ちが懸命に書き上げた作品を、全道・全国といった書道展にも積極的に出品。「頑張った作品が大賞や優秀賞を受賞したり、努力が形となって喜ぶ姿や、成長していく姿を見ると、教室をやって良かった。日々感動しています」と笑顔で語ります。

また、外国人観光客や海外留学生向けの体験プログラムも主宰。「地域の子ともたちはもちろん、多くの人に書道の素晴らしさを伝えたい」と精力的に活動しています。

この技

柔らかい毛筆で力強さを表現したり、逆に硬い毛筆で柔らかさを出したり、墨汁の濃淡を調整するなど、書道には様々な技法があります。その中で、10年以上大切に寝かせた紙や、書き心地・筆の相性・墨の滲み方など、書き手がこだわり抜いた紙を繋ぎ合わせ、大きな一枚紙にする「紙継ぎ」という作業があります。

お気に入りの画仙紙（全紙など）を寸法通りに裁断し、のりをつけて貼り合わせ、出品規格に則った大きさに仕上げる。これが

のりをろけ、紙を貼り合わせている様子。



この道具

簡単そうに見えて意外と難しく、のりしろを可能な限り短く・曲がらないように重ねる・のりが乾かないうちに貼り合わせるなど、いかに美しく継ぐか、集中力・スピード・正確性が求められます。



▲▶近所の方から譲り受けたものや、プレゼントに頂いたもの、賞を受賞した際の記念品なども。



第4回 ぼく 墨たちの 作品発表会開催！

2026年1月17日(土)、18日(日)

10:00～17:00

地域交流まちづくりセンター

4教室合同で、子どもから大人まで、個性あふれる作品を発表します！



アトリエ サクラ
ATELIER SAKURA
☎ 0138-76-7874
📍 函館市豊川町23-6
🕒 毎週月曜定休、
他月2回土曜・日曜定休有

<書道教室>

子ども教室…水・木・土・日
※平日：月3回、土日：月2回
大人教室…火・水・木・金・土・日※月2回～3回
※無料体験もあります。



◆整形外科 ◆麻酔科(大村 直久) ◆ペインクリニック内科
◆糖尿病・内分泌内科 ◆リハビリテーション科

HAKODATE OHMURA 医療法人社団健和会
函館おおむら整形外科病院
理事長 兼 院長 大村直久

受付時間 【平日午前】 8:45～11:00
【平日午後】 14:00～16:00
※日曜、祝日は休診 【土曜日】 8:45～10:30

〒041-0802 TEL (0138) 47-3300
函館市石川町125番地1 FAX (0138) 47-1333

<併設事業所> ●ケアプランセンターおおむら
●通所リハビリテーションおおむら ●訪問リハビリテーションおおむら

<http://www.ohmura.or.jp>

車検 乗ります

最新デスター使用!
車のこと...
まずはお電話を!!

●軽自動車 40,810円
●小型車(1.0以下) 50,890円
●中型車(1.5以下) 59,090円
●大型車(2.0以下) 67,290円

※年式により重量税が異なります。

カーファクトリー
北海道運輸局 認証工場
北斗市東浜1丁目17-51 ☎0138-73-1366
営業時間/平日8:30～19:00 土曜8:30～17:30 (日・祝日は休み)

ダンスパフォーマンス アーツ 玄舞
Dance Performing Arts GENBU

初めの方、大歓迎!
ゆかいな仲間たちが
待っています!

TEL/FAX 0138-87-0584
主事:石井 仁志

TEL/FAX 0138-87-0583
定休日:日曜日
営業時間:月～土 11:00～17:00

深瀬デンタルクリニック
■歯科 ■小児歯科 ■矯正歯科 ■歯科外科

	月	火	水	木	金	土	日	祝日
AM9:30	●	●	●	／	●	●	／	／
PM12:00	●	●	●	／	●	●	／	／
PM2:00	●	●	●	／	●	●	／	／
PM7:30	●	●	●	／	●	●	／	／

●休診日 木曜日・日曜日・祝日 ※初診受付はPM7:30まで
●土曜日はAM9:30～PM1:30まで

駐車場有り

院長 深瀬 寛也

函館市亀田町2番5号 **TEL (0138) 44-1818**
<http://nttbj.jtp.ne.jp/0138441818/>

**400mL献血に
ご協力を!**

日本赤十字社 北海道赤十字血液センター函館事業所
【献血に関するお問合せ】 北海道赤十字血液センター函館事業所
TEL 56-2218 (月～金曜日 9:00～17:00)

ラブランド献血予約・問診回答が出来るサービス

アプリダウンロード

おいしい手造りのかまぼこ

(有)丸中 中野蒲鉾製造所
函館市西旭岡町2丁目51-7(旭岡駅在所隣り)
TEL.0138-50-3400
【営業時間】10:30～18:00【定休日】日曜・祝日

かみいそこどもクリニック

院長 渋谷 好孝

北斗市中央2丁目4番3号 北斗消防署向い入る

TEL 0138-74-2611

<http://www.kamiisokodomo.com/>

函館栄好堂 丸井今井店

一般書、専門書、実用書、
文房具等取り揃え、
ご来店お待ちしております。

函館市本町32-15 函館丸井今井6階
TEL:0138-83-8100 【営業時間】10:00～18:30

はまぐたでDo!

函館の好きな食べ物・思い出など
"函館×パーソナリティ"で語ります!
今回は、濱多大介が"湯の川温泉×ホテル"の
魅力をご紹介します!

HAKODATE
DO!



ごごたす 1時4時

毎週月曜～木曜 13:00～16:00(水曜・木曜担当)

☑go@fmiruka.co.jp

日々蓄積していくココロとカラダの疲れ。みなさんはどんな方法で癒していますか? 私の中でここ数年、トレンドなのが「温泉」です。以前は温泉に行っても、パッと入ってサッとあがる、いわゆる「カラスの行水」タイプでしたが、ここ数年でゆっくり浸かってサウナにも入るようになり、道南のいろんな温泉施設を日帰りですべて楽しんできました。そして、より癒しを求めるようになり、最近たどり着いたのが「温泉宿に食事付きプランで泊まる」ことなんです。

もともと旅行が好きで、全国津々浦々とホテルに宿泊してきましたが、これまではほとんどが「素泊まりプラン」でした。「ホテルでご飯を食べると高いし、外で食べた方がよい!」と考えていたわけですね。ところが一度、食事付きを経験して考えを改めることに。そもそも宿泊すること自体が非日常であることに加え、温泉・サウナを楽しめて、美味しい食事とお酒も堪能できる。なんと、私の欲望がすべて叶えられるではありませんか!もちろんお財布事情もあってそうそう出来ないわけですが、数か月に1度は近場でそんな体験をしています。

最近でいうと、湯の川の「湯の川プリンスホテル渚亭」に宿泊してきました。とにかくお風呂が最高で、オーシャンビューのインフィニティー露天風呂はもちろん、洗い場・浴槽・サウナも広く泉質も抜群。さらに、食事も文句無し!海鮮だけでなく、和・洋・中の選択肢が多く、美味しい料理の数々を堪能することができました。

距離が近すぎるとその魅力になかなか気が付きにくいものですが、湯の川は実際利用してみるとクオリティ◎で大満足。長距離の移動がなく、午後からふらっと行けるのも良いですね。みなさんもぜひ、旅行気分です湯の川温泉を満喫してみたいいかがでしょうか?

ダーハマ的 リフレッシュスケジュール

15:30	チェックイン 温泉タイム ゆったりタイム
↓	
17:30	夕飯 ひと眠り 温泉タイム
↓	
7:00	就寝 起床 朝食
↓	
10:00	ゆったりタイム チェックアウト

北海道産花咲ガニで
とった旨味が詰まった
出汁にズワイガニの爪と
たっぷりのほぐし身を
使用し当店自慢の
塩ダレを合わせました。

店長こだわりの
花咲ガニ
出汁使用

1,430円 (税込)

蟹塩玉

函館 武蔵 ☎(0138)64-4840 七飯町鳴川町3-16-3
函館 武蔵 ☎(0138)64-8670 七飯町峠下13-3
函館 武蔵 ☎(0138)83-1220 北斗市本町816-1

いつでもどこでも、パソコン、スマホ、タブレットで

函館新聞

HAKODATE SHIMBUN DIGITAL

<https://digital.hakoshin.jp/>

函館新聞 検索

函館新聞社 メディア局デジタルメディア部
メール digital@hakoshin.jp
☎0138-40-7733
(受付/月～金10:00～17:00)



ちょっとした商店街のイベントから
大きな野外コンサートまで

音響機器・楽器・照明機器・カラオケ機材等のレンタル&販売

Stage Company

有限会社 ステージ・カンパニー

〒041-0811 函館市富岡町2-4-21 TEL 0138-85-8700
E-mail: info@stage-company.org

首 肩 腰 膝 足

始めてませんか
からの痛み・不調!!

天城流湯治法
しっかり呼吸を
整え!
バランスの取れた
体にリセット♪

●函館市亀田本町9-20
●TEL/0138-42-1043
●営業時間/AM 10:30～PM7:30(当日受付PM5:30まで)

心身整体 School
Raphael

網元 漁造り

冬 野村水産株式会社

◆いか刺し◆いか塩辛◆若昆布◆いくら
◆鮭の山漬◆他、北海道の旬の幸

【ご贈答用に各種ギフトセット】～地方発送承ります。
<http://www.hamazukuri.com>

住所 函館市本通2丁目55-24
TEL/FAX (0138) 55-9532

※鮮魚コーナーは、営業
時間に関わらず入荷次第
販売いたします。

営業時間/ AM9:00～PM6:00
【定休日/毎週木曜日】

住所 函館市臼尻町245
TEL 0138-25-3456

Homemade
Ice Cream & Sherbet

富士冷菓 Hakodate, Hokkaido
Since 1947

〒040-0034
函館市大森町18-15
TEL:0138-22-3819
FAX:0138-22-7728
http://www.fuji-reika.com

5月～10月 10時～17時
【定休日】毎週木曜日・第4月曜日
11月～4月 10時～16時
【定休日】毎週木曜日・月曜日

地方発送も承ります

新造船就航

室蘭⇄青森航路

室蘭～青森 片道約7時間
函館～青森 片道約3時間40分
函館～大間 片道約90分

TEL.0138-43-4545
北海道函館市港町3丁目19番2号

玩具 駄菓子

イベント等のご相談承ります

郵便番号: 〒040-0035
住所: 北海道函館市松島町10-5
電話番号: 0138-85-8621
営業時間: 10時～18時
定休日: 火曜日

私たちはFMいるかを応援しています。(五十音順)

あすなろ福祉会
安全索道
イオン北海道・マックスバリュ
石田文具
一心亭
イチマス
エスイーシー
NCV
小倉工務店
大林組
北一硝子
コカ・コーラボトリング
五勝手屋本舗
小六
サッポロビール
サニクリーン北海道
ジェイエイ・エネルギー販売
セイコーマート
セイビ函館
高木組
道南うみ街信用金庫
ドコモCS北海道 北海道南支店

日本航空
函館大沼プリンスホテル
函館観光写真
函館国際観光コンベンション協会
函館新聞社
函館タナベ食品
函館中央三菱自動車販売
函館どつく
函館トヨタ自動車
函館バス
不二屋本店
プリントハウス
北雲葬祭
北洋銀行
北海道エアポート
北海道キリンビバレッジ
北海道新聞社
三豊
ムロタ
リクルート
リード不動産

北海道銘菓「わかさいも」
道産大福豆が主原料の餡と北海道産昆布、
卵醬油香る薄皮が醸し出すおいしさ。
96年の歴史を持つ北海道の定番銘菓です。

天下一品
あかさし



オリジナルプリント しませんか?

卒業・卒園記念品
新学期・新年度の準備に!

Instagram・Facebookにて製作事例紹介中!

〒041-0836 函館市山の手1丁目33番17号
TEL: (0138) 56-6770 FAX: (0138) 56-6166
E-Mail: harmony@ms7.ncv.ne.jp
<http://www7.ncv.ne.jp/~harmony/>

HAKODATEから、世界へ、未来へ。

SEC

SEC CORPORATION LTD.

〒040-8632 函館市末広町 22 番 1 号
電話: 0138-22-7188 FAX: 0138-27-6814
URL: <https://www.secnet.co.jp/>

NEC NEC 販売特約店
株式会社 エスイーシー



演歌、民謡、ポップスまで! ?
【ユウキ】の歌謡バラエティー!

松阪ゆうき × 徳永ゆうき

俺たちの
エンタメ歌謡
SHOW!

出演者名
松阪ゆうき、徳永ゆうき
演奏
ユウキ&クリアートーンズ

〈予定曲目〉イヨマンテの夜、
誰も寝てはならぬ、まにまにのまに、
銀河鉄道999、山河、明日への翼、他

日時 2026年4月18日(土)
開演時間: 15時00分
会場 函館市民会館 大ホール
(函館市湯川町1丁目32番1号)
料金 (指定席) 一般 6,500 円 (税込)

〈チケット発売日〉2月19日(木) 10:00～
チケットぴあ Pコード [312-503]

お問い合わせ
一般財団法人民主音楽協会
MIN-ON函館 TEL.0138(56)6922