ふれあい

■発行所　(株)渡辺新聞販売所　函館市美原3丁目55番33号　電話 46－4203番　FAX 47－3908番
H P http://www.fureai-watanabe.com
e-mail fure-ai@ms1.ncv.ne.jp

道新スポーツ　定価3,040円

今月の新聞休刊日

ご購読有難うございます。
北海道新聞・道新スポーツ
日本経済新聞の朝刊休刊日は
7月25日(月)
です。

恵山つつじで蘇る想い出 恵山つつじまつり

5月22日、「恵山つつじまつり」に行ってきた。

今年は5月16日に開花したようで、おまつりとは微妙に期間が合わなかったか。緑の草の色が目立つようにも感じたが、エゾヤマツツジとサラサドウダンの真紅に染まる恵山つつじ公園の散策は、運動不足の私にとって思いのほか楽しいものだった。

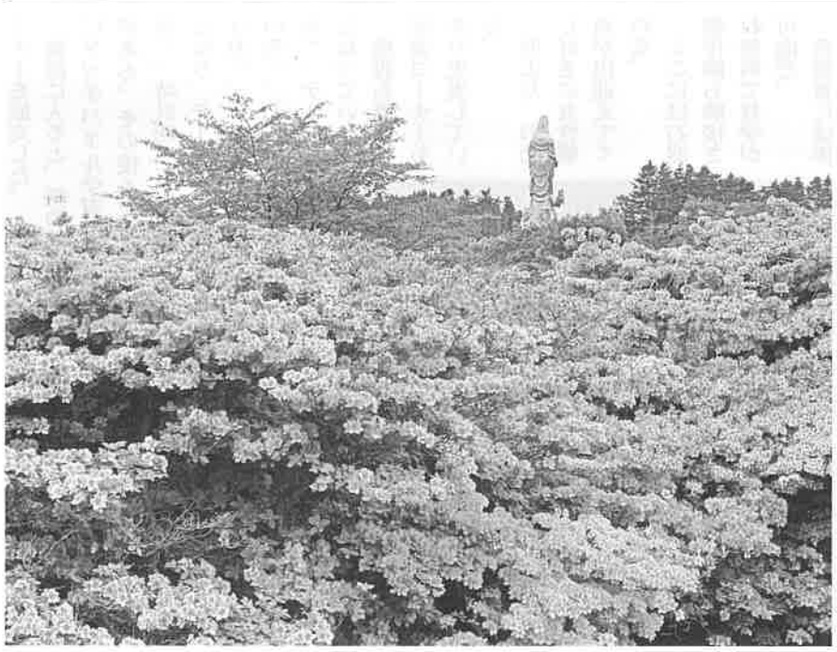
20年以上ぶりになるだろうか。恵山の町並みは何処もかしこも懐かしい。

恵山つつじ公園は周回コースになっており、のんびりと散策ができる。サラサドウダンのトンネルも初めて体験した。つつじをまじまじと観るのは意外に初めてかもしれない。スズランのような形の可憐な花を房状につけている。色の濃淡が微妙にあり、これがまた良い。

学生時代に研修で、ドライブで何度も訪れた恵山。当時は身近だった恵山が、すっかり疎遠になっていた。今回の「つつじまつり」が切っ掛けで、青春時代の想い出が蘇る。

年齢をかさねるのは良いことばかりではない。そんなネガティブな自分がいた。

「悠悠閑適」という四字熟語があるが、意味としては「のんびり、落ち着いて楽しむ」となる。まだ先になりそうだが、老後はこんな生活を送ったみたいものだ。



旅の想い出　弁財天仲見世通りを見下ろす 名物満載のレトロな参道

江の島の入口から続く江島神社までのレトロな商店街には、旅館や飲食店、土産物店などが立ち並んでいる。しらす、磯料理の他、饅頭やたこせんべいなども味わえ、多くの観光客がにぎわいを見せている。

基本情報

【住所】
神奈川県藤沢市江の島1丁目4－13付近

【交通アクセス】
小田急江ノ島線「片瀬江ノ島駅」から徒歩約10分

写真提供／高梁蒼

健康にアイデアを meiji　まとめて摂れる、欲張り新習慣　MotherCare 布亀株式会社

難消化性デキストリン 2つの機能が報告されています。
さっぱりフルーツ風味 機能性表示食品
GABA 3つの機能が報告されています。

食後の中性脂肪の上昇をおだやかにする
食後の血糖値の上昇をおだやかにする
高めの血圧を下げる
一時的な精神的ストレスを緩和する
認知機能の一部である記憶力※2の維持に役立つ

明治5つ星習慣 ※1
※1「脂肪0（ゼロ）」とは、脂質0.5g未満/100mlのものです。（食品表示基準による）
※2見たり聞いたりしたことを思い出す力

明治5つ星習慣
■栄養成分表示/1本(100ml)当たり

エネルギー	41kcal	炭水化物	14.0g
たんぱく質	0.7g	食塩相当量	0.077g
脂質	0g	（糖質 7.0g/食物繊維 6.1g）	

機能性関与成分：難消化性デキストリン（食物繊維）5g GABA 100mg
アレルギー物質（特定原材料等） 乳成分・大豆

株式会社 明治

お申し込みは 46－4203（渡辺販売所）

Doshin × EverGreen
渡辺新聞販売所はエバーグリーンリテイリングの販売パートナーです。
渡辺新聞販売所 函館市美原３-55-33

HPをご覧ください
https://ever-hakodate.jimdosite.com

でんきのエバーグリーンはシンプルに、お得！
試算無料 46-4203へ

1人世帯の場合	2～3人世帯の場合	3～5人世帯の場合
1ヵ月の電気料金 約8,000円	1ヵ月の電気料金 約12,000円	1ヵ月の電気料金 約16,000円
30A契約の比較	40A契約の比較	50A契約の比較
年間 1,834円お得に！	年間 6,139円お得に！	年間 11,423円お得に！
毎月の電気使用量が279kWhまでのお客様にオススメ！ 1.9%OFF	毎月の電気使用量が280kWhまでのお客様にオススメ！ 4.3%OFF	毎月の電気使用量が279kWhまでのお客様にオススメ！ 5.9%OFF

※上記は、販売パートナーが提供できる特別な条件です。まずは試算してみませんか。

内科・消化器科・呼吸器科・循環器科・歯科

医療法人 函館友愛会 **千葉医院**

理事長 千葉 等
院長 千葉 小百合
副院長 千葉 史子

函館市富岡町３丁目29－６
[代表] ☎ (0138) 43－1120
[歯科] ☎ (0138) 43－1130

診療時間		月	火	水	木	金	土
午前	AM 8:00 PM12:00	○	○	○	○	○	○
午後	PM2:00 PM5:00	○	○	／	○	○	／

また、祝祭日は休診及び第3土曜日も休診。

医療法人 函館友愛会 介護老人保健施設 **響の杜**
●入所及びショートステイ（短期入所） ●デイケア（通所者）
函館市陣川町91番４　代表 ☎ (0138) 31－8320