地域産業と暮らしをつなぐフリーペーパー
陽だまりPRESS
FreePaper HIDAMARI PRESS
北広島市
清田区
厚別区
南空知地区
TAKE FREE
AND FREE DELIVERY
発行元
NALIO DESIGN ナリオデザイン株式会社
〒061-1113 北海道北広島市共栄町1丁目1-18すずきBld.2F
TEL：011-372-6547
FAX:011-375-0424
https://hidamari.press

車のことならお気軽に！
新車・中古車販売・車検整備修理・板金・買取り
オートショップエコ
D-road株式会社
北広島市北の里341-8 ☎ 011(376)7002

土用の丑と鰻の実力

「土用の丑の日」は毎年変動し、今年は7月21日と8月2日の2回とのこと。この、江戸の昔から脈々と続く風習はどこからきたのか。そして、本来であれば冬にこそ脂がのって美味いはずの鰻（ウナギ）を、あえて夏場のこの時期に食べる理由とは。

別名では「暑中」季節と体調が切り替わる大切な時期

「土用」とは、季節の変わり目を意味する雑説（ざつせつ）で、四季の四立（立春、立夏、立秋、立冬）の直前の約18日間を指し、その中の日数を十二支（子・丑・寅…）で数えた、「子」の次の日が「丑の日」ということになる。

よって「土用の丑の日」は四季毎に年間数回あるわけだが、江戸時代に、立春前の土用の丑の日に鰻を食べる文化が広まったことで、いまでは、土用の丑の日といえば、もっぱら「夏」の土用を指す言葉になっているようだ。

因みに筆者は昔、土用の丑の日を『土曜の牛の日』と解釈し知人に笑われた経験があるが、そもそも「土用」という言葉は古代中国に由来しており、水、木、金などと区別された中のひとつとのことなので、そう考えるとある意味「土曜」という解釈も、あながち間違いではない気がしてくる。

鰻を食べるのはなぜ？

土用の丑の日に鰻を食べるようになった理由には諸説あるが、江戸時代の鰻屋が夏場の集客を促進するために『土用の丑の日に鰻を食べれば夏負けしない』と書いた張り紙を店先に出したのが始まりだとする説は有名だ。

当時の江戸の町には元々、「丑の日に『う』の附くものを食べると夏負けしない」という民間伝承があったと云われ、「うどん」「梅干し」「ウリ」なども、同様の理由で食べられていたそうだが、より有名で、しかも現代に至るまでの長い期間、代表格に君臨してきた食べ物は何といっても「鰻」。

理由はやはり、その優れた栄養効果にあると思われる。

梅干しと鰻の食べ合わせ

昔から、「鰻と梅干しを一緒に食べると、鰻の脂っこさと梅干の酸味が刺激し合い、消化不良を起こす」とする言い伝えがあり、それを信じる人は多いそうだが、実際は消化不良を起こす根拠はなく、逆に梅干しに含まれる成分は鰻の消化を助ける働きがあるので、むしろ食べ合わせは良いと言える。

では何故、このような誤った言い伝えが信じられてきたのか。

そこには意外な理由が隠されていた。

《理由①》**贅沢と食べ過ぎを防止するため。**↓さっぱりした梅干しが鰻の消化を助け、高価な鰻をたくさん食べてしまうから。

《理由②》**食中毒防止のため**↓梅干しの酸味により、万一鰻が腐っていても気付かず食べてしまうから。

《理由③》**栄養がなくなるから**↓鰻の油っぽさを梅干しがさっぱりさせてしまうので、鰻の栄養が消えてしまうと信じていた。

なかなか理に適いながらも、最後の理由には若干笑えるものがある。

驚くべきシラスの根性

生物としての「ウナギ」は、淡水魚にして、海で産卵と孵化を行い、幼魚（シラス）の段階で川を遡ってくるのだが、その小さな身体は、かなり落差のある滝を登りきるほどの能力を持ち、中でもカナダの川を遡るシラスは、高さ99㍍のナイアガラの滝をも登るのだという。

そんな姿を例えて生まれたのが『うなぎのぼり』という慣用句だ。この言葉はまさに、驚異的で奇跡に似た上昇ぶりを表現したものだったのだ。

「トンデモキャラ」と「真実」の、意外な符合

かつての人気マンガ「天才バカボン」に登場した「ウナギイヌ」。イヌの父とウナギの母との間に生まれたハーフで、故郷は浜名湖という設定であったが、現実のウナギは淡水に暮らしながら泳ぎが上手ではなく、代わりに嗅覚が異常に発達し、その能力はイヌに匹敵することが解っている。

ウナギイヌを生み出した名匠、赤塚不二夫氏は、もしかすると、そんなウナギの特徴を理解し、「ウナギはイヌのような嗅覚＝ウナギイヌ」と発想していたのだろうか。

鰻に特に多く含まれる成分と主な効果♪

ビタミンB群	疲労回復効果と、口内炎や髪、爪、皮膚などを健康に保ち、成長を助ける効果を持つ。
ビタミンA	眼、皮膚、粘膜を正常に保ち、視覚障害の予防・カロチンの吸収を助け細胞の老化を軽減。
EPA	脳梗塞や心筋梗塞といった血管の病気の予防に働き、中性脂肪を減らし血流を良くする。
DHA	脳の働きをよくし、記憶力・視力の回復効果と、がんや高血圧、糖尿病などの予防にも。
カルシウム	歯や骨を丈夫にするカルシウムが、鰻100gあたりに、牛乳を上回る150mg。

即価格提示宣言
店舗数No.1 安心の全国ネットワーク
あなたの家・不動産買取ります
ハウスドゥ!イメージキャラクター
古田 敦也 氏（元プロ野球選手）
※ハウスドゥ！は、不動産売買仲介専門フランチャイズで店舗数全国第一位です。「ビジネスチャンス」（平成30年8月22日発行-2018年10月号）調べ「2018年度ＦＣ加盟店舗数ランキング TOP250」より。

自宅を売却したいけど、引っ越したくない！
ハウス・リースバック®
住んでいる家を売却しても、その家に住み続けられるサービス
ハウス・リースバックとは、お客様が所有されているお家をあらかじめ住む期間を取り決めてハウスドゥ！が買い取り、売却後はリース契約をしてそのまま今迄と同様にお住みいただけるシステムです。将来的にはお住みいただいたままそのお家を再び購入していただくことも可能です。売却しても今のお家に住み続けていたいとお考えの方は是非ともハウス・リースバックをご利用ください。
ハウス・リースバックの仕組み
お客様 ⇄ 代金 売却 ハウスドゥ！
その後…
賃貸（リース） 家賃（リース料）
再度購入もできます

空き家を持っているけど、活用の仕方がわからない！
家・不動産買取専門店 札幌駅南口店にご相談ください。様々なご提案をさせていただきます。

不動産を相続予定だけど、何をすべきかわからない。
ハウスドゥ!では提携している士業（司法書士・弁護士・土地家屋調査士・測量士）の方々がいるので、身内の方と争うことなく相続できるよう、お手伝いさせていただきます。

HOUSEDO ハウスドゥ！恵庭店　株式会社ほくほく商会
tel:0123-25-8590
MAIL：info@hokuhoku-shokai.co.jp
〒061-1409 北海道恵庭市黄金南7丁目18−4
FAX:0123-25-8591
【営業時間】9:00～18:00
売買 仲介 水曜定休
（公社）全日本不動産協会会員（公社）不動産保証協会会員（社）北海道不動産公正取引協議会加盟 北海道知事石狩（1）第8273号

HOUSEDO 家・不動産買取専門店 札幌駅南口店
0120-302-302
MAIL：info@housedo-cardinal.jp【営業時間】9:00～18:00
〒060-0004 北海道札幌市中央区北4条西2丁目1番地1 カメイ札幌駅前ビル5F
株式会社カーディナル
TEL:011-798-0292
FAX:011-219-0606
売買 仲介 日祝定休
北海道知事石狩（1）第8593号

メイプルパークゴルフ場が緑キラキラ キャンプ場新設！

北広島から車でわずか15分程。恵庭「メイプルパークゴルフ場」の中に、緑のオアシス&プライベート空間広がる、RVパークとキャンプフィールドが誕生。

場内は、電源付きのオートサイト（間口7・5㍍）5区画（タープテント、椅子、テーブル付）と、広々芝生のオープンスペースフィールドがあります。ドッグランも併設しているので、ペット同伴もOK！

それほど山の中でも、街中でもないけれど、快適に過ごせる緑のプライベート空間は、近くにコンビニや、銭湯もあるので、手軽にアウトドア体験ができます。本格的なパークゴルフ（有料）はもちろん、車で5分ほどのルルマップ自然公園内では、雄大な森の中をジップラインで冒険できる「フォレスト・アドベンチャー恵庭」もあり、近隣施設を利用しながら、遊びやキャンプが、贅沢に楽しめるところも大きな魅力。

料金はオートサイト・RV車1台2500円（大人2名分含）、オープンサイト・大人1人1000円・小学生以下1人500円。ゴミ収集料200円。チェックイン12時～17時、アウト11時。予約制（空きあれば当日予約可）。

夏のレジャーはここで決まり！

リニューアル OPEN
物産販売店
ナチュラルファーム楽園倶楽部

平成26年に開店以来、オーガニックと北広島産野菜に拘り、物産販売所として人気を集めている、ナチュラルファーム楽園倶楽部が、この夏、新しい建物に生まれ変わり、営業を開始しています。

扱う野菜は、今まで通り農薬や化学肥料を使わない安心・安全な自家農園野菜が中心。常時8種類ほどのトマト、きゅうり、茄子などお馴染みの野菜から、ちょっと珍しいスティック・セニョールなどと、オーナー厳選の北広島産野菜も取り扱います。

初夏は葉物やトマトなどから、徐々に根菜なども増え、季節ごとに並ぶ野菜の変化を楽しめるのも、ここならでは。今後は野菜の種類も増やしつつ、自家製ドライトマト等の加工品も販売するそう！

7月10日～19日迄、新装オープン第2弾キャンペーンをロングランで開催決定！

商品の地方発送にも対応しているので贈答やお中元などに、新鮮野菜と感謝の気持ちも一緒にプレゼントするのもお勧め！

6月末から11月一杯は無休で、12月以降は水・土・日曜のみの営業。

美味しい野菜を食べられる喜びを感じるお店、ナチュラルファーム楽園倶楽部で、北広島を味わいませんか？

7月のPICK UP!! CINEMA イオンシネマ江別 J0041601

3（金）	パイレーツ・オブ・カリビアン／最後の海賊 2D字幕（再上映）	美女と野獣 2D字幕（再上映）	
3（金）	癒しのこころみ～自分を好きになる方法～	アンチグラビティ 2D字幕	
10（金）	私がモテてどうすんだ	17（金）	今日から俺は!! 劇場版
23（木）	コンフィデンスマンJP プリンセス編	24（金）	MOTHER マザー
31（金）	＃ハンド全力		

7/3公開 癒しのこころみ ～自分を好きになる方法～

© ドリームパートナーズ

7/31公開 ＃ハンド全力

©2019『＃ハンド全力』製作委員会

※新型コロナウイルスの影響により作品、日程、営業時間が変更になる場合がございます。詳細は劇場HPをご参照ください。

AEON CINEMA
イオンシネマ 検索
江別市幸町35 イオン江別店4F内
☎011(381)3866
映画観賞ペアチケット　読者プレゼント（詳しくは本頁をCHECK）

フルーツ×ソフトクリーム★北海道初！新感覚スイーツ♪

▶人気のフローズンフルーツは、ストロベリー。ミルクベースのソフトにイチゴをプラス！シングルで400円

COCOBON（ココボン）

厚別青葉通り沿いに昨年オープンした大評判のアイス屋さんのココボン。なんといっても、北海道初というフローズンフルーツを使用した、特殊製法のソフトクリームが、大人気！その独特な食感と味わいにとりこになる人も続出。

味のベースは、ミルクかヨーグルト味のアイス。お好みのフローズンフルーツを選び、ソフトのフワフワとフルーツのシャリシャリが混ざりあう。この味が忘れられなくなること間違いなし♪

管理栄養士の資格を持つ店長が作り出す、新感覚ソフトは、アイスもフルーツも天然素材の良さを余すところなく生かします。後味すっきりの味わいは老若男女に愛される味♪

COCOBON（ココボン）
札幌市厚別区青葉町8丁目7-30
11:00～17:00 ※売切れ次第閉店
☎ 011-887-8984
定休日／月曜日
※不定休有、お休みの予定はインスタでチェックOK!

読者プレゼント（詳しくは同面をCHECK）

▲晴れた日は広々ウッドデッキでのんびりタイム！駐車場14台分も嬉しい！

▲フルーツはもちろん、くるみショコラも。オレオや追加フルーツも出来るのでお好みで！

陽だまりLINE 公式アカウント

お友達募集中♪

あなたの毎日がもっと楽しくなるお手伝い♪ @hidamari.press

言葉やフレーズから時代を愉しむ

歌詞から流行りを見つける

平成代表

『光がさす』『強い気持ち』『瞳閉じる』『ここにいる』…など

現在放送中のNHKの朝ドラは、昭和の偉大な作曲家、古関裕而氏のお話。日本歌謡史に残る様々な名曲が登場する様も見どころの一つ。そして、その中に時折登場する作詞家もまた、名だたる方々。こちらもまた楽しみです。

「歌は世につれ世は歌につれ」と言うように、歌詞には、当時の流行言葉が使用されています。

例えば、古関氏最初のヒット曲として登場する『船頭可愛や』の中に『波まくら』という言葉があります。これは船中で旅寝をすること。すなわち船旅中という意味。昭和初期の歌詞に、船はよく登場します。

他に、月あかりや千鳥などの情景や景色も多く、これは当時の歌詞を詩人が書くことが多かったことに由来しているようで、聞き手はその言葉から旅情や景色を思い浮かべながら、歌を味わったと思われます。

形容詞では、『仇（あだ）な』。仇な姿や、仇なえくぼがあります。これは『艶っぽい』とか『美しい』という意味。仇はあて字で、もとは『婀娜』という漢語。この言葉はあで姿やおなごの語源でもあるようで、婀と娜、どちらも『女性の姿が美しい』という意味だそうです。

また、涙や煙に『むせぶ』は、こみ上げてきて泣く。むせる。この言葉だけで、苦しい胸のうちや切なさが伝わって来るような気がします。

今、昭和歌謡が若い世代にも流行っているそうです。インターネットなどでも、昔の歌を聴ける時代になりました。そのメロディーとともに歌詞の味わいも楽しんでみませんか？

読者プレゼント 応募要項

応募締切 7/31

《ハガキのご応募》
①お名前 ②住所 ③電話番号 ④年代（例：「40代」）⑤今月号の陽だまりのご感想 ⑥ご希望のプレゼントを明記のうえ、〒061-1113 北広島市共栄町1丁目1-18 すずき Bld.2F「陽だまり読者プレゼント係」

《携帯からのご応募》
QRコードからどうぞ！

《PCからのご応募》
https://hidamari.press/readerspresent/ に、アクセスして下さい。

お店に直接取りに行ける方

A ……▶1組2個を5組

COCOBON お好きなフルーツソフトクリームを

1グループに2個までを5組様に★プレゼント！ お一人様で2個でもOKです！

招待券を送付いたします

B ……▶3組6名様

AEON CINEMA イオン江別店4F ペア 映画鑑賞招待券

プレゼント有効期間内、上映作品の中からお好きな映画をご覧下さい。

野菜中心の献立もダメなの？コロコロ変わる食事事情

新型栄養失調ってなに？

飽食時代の飢餓の秘密?!

3食しっかり食べているのに、必要な栄養が足りていないという「新型栄養失調」が増加傾向にあるそうです。

これは、炭水化物・タンパク質・脂質の3大栄養素は摂取出来ているにも関わらず、この働きを助ける、ビタミンやミネラルなどが足りず、身体に十分な栄養を供給できていない状態で、飽食時代にも関わらず驚きです。

特に中高年の女性は、コレステロール値を気にしすぎるあまり、栄養が偏っている場合が多いそうです。持病がある場合を除き、肉や卵をしっかり摂取すると、疲労回復などにも繋がるそう。

ビタミンの栄養をしっかり摂取する方法

ビタミンには水に溶けやすい水溶性と、油に溶けやすい脂溶性があり、水溶性ビタミンにはB1、B2、ナイアシン、B6、B12、葉酸、パントテン酸、ビオチン、C。脂溶性ビタミンはA、D、E、Kとなっています。

水溶性の栄養素を多く含む野菜にキノコ類、ほうれん草などがあり、栄養を摂るにはスープにするのがお勧め。アスパラなどは茹でるときにオリーブオイルを入れると、コーティングされて、栄養が水に溶け出すことを防げるようです。

人参、トマト、カボチャなどの脂溶性ビタミンが多い野菜は、油と一緒に焼いたり炒める。また、サラダの場合はドレッシングにオリーブオイルやオメガ3オイルなどを使用するのもお勧めです。

大切なのは食べ合わせそして、間食も大切！

タンパク質を摂取する場合は植物性と動物性を一緒に食べる。例えば、ポークソテーの副菜に冷やっこや納豆。肉の味付けは塩コショウ、大根おろしとポン酢などのようなあっさり味がベスト。

おやつには、チーズ、ヨーグルトの乳製品やナッツ類もお勧め。食べる量にも気を付けて食生活の見直しをすると、自然に体調も良くなってくるそう。

まずは、自分自身の体調をしっかり観察すること。そして、季節は夏。旬野菜の栄養を余すことなく、頂きましょう！

新型栄養失調かも？こんな症状は要注意！

- ◆ 気力がなくなった
- ◆ 疲れやすい・夜眠れない
- ◆ 野菜中心の食事をしている
- ◆ インスタントやコンビニで食事を済ますことが多い
- ◆ ささいなことでクヨクヨしがち
- ◆ 常にストレスにさらされている
- ◆ ダイエット＆リバウンドを繰り返している
- ◆ シミやシワが目立つようになった
- ◆ めまいや立ちくらみをよく起こすなど

水溶性ビタミンを多く含む野菜

ブロッコリー、ししとう、まいたけ、えのきだけ、しめじ、ほうれん草、アスパラ、ピーマン、カリフラワー、ゴーヤ、れんこん、芽キャベツなど

脂溶性ビタミンを多く含む野菜

人参、トマト、カボチャ、パプリカ、まいたけ、しめじ、エリンギ、かぼちゃ、モロヘイヤ、にら、パセリ、干しシイタケ、春菊、小松菜など

ドライバーズ談話

「ゆっくり走ろう」は左車線が無難な理由。

街中をクルマで走行してるとたまに、びっくりするくらい遅いクルマを見ることがありますね。もちろん、それ自体、交通違反ではないのですが、そんなクルマが朝の通勤ラッシュ時の右側車線に居たりすると、急に流れをせき止められた後続車たちがプチパニックを起こしたりします。

では、遅い車が右車線を通行するのは NG なのかといえば、それも違反にはなりません。高速道路の場合は、左が走行車線、右が追い越し車線と定められていますが、一般道では左右共に走行車線。なので、仮に最高速度制限60km(最低速度規定なし)の一般道の右側車線を、時速30kmで走る車がいたとしても、法的にはなんら問題がないということです。

がしかし、『**法を守ったとしても、自分を守れない場合**がありますよ』というのが、今回のおはなし。

一般道では前述のとおり、左右の走行車線に法規定はないものの、実際のクルマ社会では『流れに乗れない遅い車両は左に寄り、他の車両は右側から追い越す』という暗黙の了解のようなものが土着しているので、周囲の流れに全く乗らない(遅い)速度で右車線を走行し続ける車は、多くのドライバーさんからすれば、なかなか厄介な存在。左車線からスッと抜いて行ければ良いんですが、こういうときに限って、左車線が混んでたりするんですよね。なので、決して煽るつもりがなくても自然に車間が詰まってしまい、そんなときに猫なんかが飛び出してきて急ブレーキを踏んだら、追突事故が起きますね。

『その場合は追突した側が100%悪いよね』と思いがちですが、一概にそうとは言い切れず、「危険を防止するためやむを得ない場合」を除いて、急ブレーキは道路交通法 24 条で禁止されています。したがって事故の責任や保険金の支払いで裁判などになれば、動物の飛び出しによる急ブレーキが『やむを得ない』かどうかが問題となります。

「動物が飛び出して急ブレーキをかけたら、後ろの車が追突して来た」という場合、その動物が大型動物で衝突によって車の乗員の身に危険が生じることが予想されるような場合では、〝やむを得ない〟と判断されるでしょう。しかし、それが猫のような小動物だった場合は、全てが『やむを得ない』とはいえず、追突された側(急ブレーキをかけた側)にも過失が認められることがあります。

因みに『後ろのクルマ、車間が近いから脅かしてやろう』という動機の急ブレーキは論外！　危ないから絶対やめましょうねｗ

きたひろを感じる 学生応援便お届け事業 ★実施中★

きたひろからのお知らせ kitahiro news

現在、北広島市では、本市への帰省を控えている石狩管内を除く市外に居住する北広島市出身の学生を応援するため、ふるさと納税返礼品を送付しています。

対象の学生は、★本市に居住していた方★申請日の時点で保護者が市内に居住している方★本市への帰省を控えている石狩管内を除く市外（国内に限る）に居住する方。これらの要件をすべて満たしている18～25歳までの方で、一人一回を限度とします。※大学生・大学院生・短期大学生・専門学校生・予備校生など。北広島学生応援便の送付物一例は、「ゆめぴりか(3㎏)」、「野菜ジュース」、「ジンギスカン」、「お菓子」。全て北広島市の業者さんが心を込めて作った品物です。※内容が一部変更になる場合があります。

申請期間は6月5日～7月31日まで。申請方法は、電子申請で保護者の申請も可能。詳しくは、QRコード又は、北広島市ホームページ「市役所ご案内→お知らせ」をご覧ください。

お問い合せ
北広島市役所
企画財政部 企画課
011(372)3311
内線：3606

アニュイをさがせ! Vol.9

エントリーはこちらから

本紙面の中に隠れているアニュイを４体見付けて、７月24日までに右のQRコードからご応募ください。全問正解者の中から抽選で４名様に、**JCBギフトカード1,000円分**を郵送いたします♪

本記事内および６ページ《Twitte の PR 記事》に載ってるアニュイは除外です。

前号（Vol.8）正解画像♪

当選者の皆様おめでとうございます！

地域産業と暮らしをつなぐ フリーペーパー 陽だまりPRESS
北広島　フリーペーパー　検索
https://hidamari.press

万人に美味しい新名物を目指して。

デザイナーズバーガー誕生の裏舞台

北広島市の新しい名物を開発しようと思ったのは、いまから一年前。主役として注目したのは、北海道の野生動物「エゾシカ」でした。

エゾシカは野幌原始林やレクの森にも数多く生息し、農業被害や交通事故など、人間にとっては歓迎し難い存在ですが、逆にこれを「食」という手段でPRすれば、誰もが想像しなかった北広島の新たな観光資源に育てられるのではと考えたのです。

しかしながら、エゾシカは北広島に限らず道内至る所に見られ、「鹿肉バーガー」も今やさほど珍しい食べ物ではありません。だからこそ「北広鹿BURGER」には、他とは全く異なる特徴を持たせることにしたのです。

商品の三大特徴

ブランドプロデュースをした弊社では、「北広鹿BURGER」のビジュアルを一発で覚えてもらえるよう、鹿の角をモチーフとしたシンボルマークを、バーガーの頂点に差し込むことにこだわりました。このマークは、北海道産ジャガイモを原料としたクッキーで、開発を担当した弊社スタッフによって『(鹿角クッキー=)ロッカッキー』と名付けられました。

一方、食品である以上最も重要になってくる「味」のテーマは、『イメージ打破と地産地消』です。

世の中に鹿肉料理は数多くあれど、共通して言えるのが、肉の独特な臭み。これは鹿に限らず、ジビエ料理特有の要素で、好きな人にはむしろ利点になるのですが、私たちは、そんな臭みが苦手な人や、臭いという思い込みから、一度も食べた経験がない人でも、美味しく感じて頂ける「臭みゼロパティ」の開発を目指し、からあげ瑠優兎46の渡部オーナーシェフの手によって、見事完成したのです!!

そして、パティを包み込むバンズにも、特別な想いを込めました。ほのかな甘みと弾力のあるバンズは、アン・ユイットの江川オーナーが手掛けた特製バンズ。北広鹿BURGER以外では決して食べることが出来ない、プレミアム品です。

地元の皆様に

北広鹿BURGERのパティは160g。これは、有名ファストフード店の一般的なバーガーの2倍近くに相当しますが、ジューシーなのに味がしつこくないので女性やお子様も最後まで美味しく召し上がれます。勿論、臭みなどは皆無！

私たちが信じる「成功する観光資源」とは、先ずは地元の人たちに愛され、応援してもらえる資源です。

読者の皆様、是非ともご賞味頂き、宜しければ、温かい応援をお願い致します。

ナリオデザイン㈱
代表取締役
成田則夫

北広島産特製バンズとエゾシカ肉100%のパティ。
北広鹿 BURGER
きたひろしかバーガー
1日5食限定

● シングル(160g)	¥ 890	単品お持ち帰り	¥ 700
● ダブル(320g)	¥ 1,190	単品お持ち帰り	¥ 900
● チーズ シングル(160g)	¥ 990	単品お持ち帰り	¥ 800
● チーズ ダブル(320g)	¥ 1,390	単品お持ち帰り	¥ 1,100

セットメニュー（ポテト・サラダ・ドリンク付き）
（ドリンクをお選びください）
コーラ ・ ドクターペッパー ・ ホットコーヒー
・ ファンタグレープ ・ クーアップル ・ カルピスウォーター

※写真はダブル（320g）です。

から-あげ 瑠優兎46 Cala-age ROUTE46
北広島市共栄町１丁目1-18 すずきビル 1F
11:00-20:00 (L.O 19:45) ー日祝定休ー
☎ 011(398)8879
Google から お店の情報と 地図をゲット！

夏本番が近づくにつれ、少しずつ外出する機会も増えてきているのではないでしょうか？

インターヴィレッジ大曲では、生活応援祭を7月17日(金曜)から26日(日曜)まで開催予定。もちろん、テナント各店しっかりと、感染対策を講じた上での開催。

今回、3店舗のテナント様にご協力を頂き、イチオシ商品や、お得なセールを紹介してもらいました。各店、魅力満載の内容での生活応援祭。

今まで、外出や買い物を我慢してきた方も、夏のアイテムを購入するビッグチャンス。あの店の新アイテム、お気に入りのお店の美味しい味など、存分にお楽しみください。

今までの我慢のご褒美もかねて、お買物に出かけませんか？

※新型コロナウイルスの影響により、各店舗の営業状況が変更する場合がございます。予めご了承ください。

※関連広告おわり面に掲載！

楽しい夏！　嬉しい夏！　お買物の夏！

7/17～26　生活応援祭

インターヴィレッジ大曲

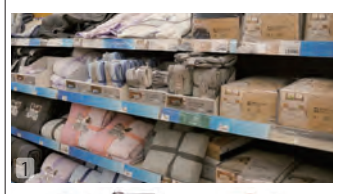
お家で涼しく過ごせるグッズがたくさん揃っています！

いつも感心・感動の商品がもりだくさん！ カインズホーム

さわると納得のカインズが展開している夏に嬉しいもっとひんやりシリーズの寝具。消臭効果・抗菌防臭・通気性にも優れているイチオシ商品で、敷パッドや枕パッド、肌ふとんなど種類豊富なラインナップ。肌触りも良く、寝苦しい夜でも快眠できそう。

そしてお家で、極上スイーツを味わいたい方には、かき氷器がお勧め。トレンドをおさえたふわふわのかき氷が、我が家で楽しめるという優れもので、夏ならではの人気商品。

毎日の快適生活の提案は、カインズホームにおまかせ。もちろん、アウトドア用品も勢ぞろいですよ♪



1▶まずさわって！涼しさに感動します。
2▶手動ふわ雪かき氷器 3980円（左）、電動ふわふわとろ雪かき氷器 4480円（右）

★もっとひんやりシリーズ／敷パッド（シングル）2980円／枕パッド：698円／肌ふとん（シングル）3980円

カインズ FC 大曲店
☎011(377)4911
https://cainz.com
商品の価格は変更する場合があります！
※表示価格は税込

見逃せないセール開催中★新しい靴を買って夏を走り抜こう！

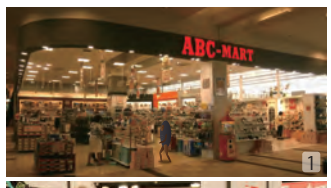
カジュアルからビジネスまで勢揃い！靴のことなら★ ABC マート

6月25日～7月末日まで、スーパーサマーセールを開催中のABCマート。購入商品の合計金額が、税込み5千円以上で・5百円オフ、1万円以上で・千円オフ。対象は店内の全商品という、かなりお得なセールです。

お子様用やビジネス、スポーツなど、どのシーンにも合う靴が種類豊富に並ぶ店内。足の形と靴が合ってないと感じているシニア世代の方も、スタッフに相談すると歩きやすい靴選びのアドバイスもしてもらえます。

人気ブランドの商品がどれもお買い得価格で提供中。まずはお店でチェック！

夏の足元もABCマートで決定♪



1▶男性用ビジネスシューズから女性用お洒落シューズ、お子様用まで種類豊富♪
2▶スポーツシューズは色違いも欲しくなる！

ABC マート
☎011(377)9971
https://www.abc-mart.net
アプリ新規登録で500円プレゼント！

今日はどの味を食べようか？種類豊富な濃厚ソフトクリーム！

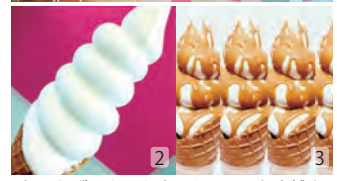
北海道自慢の美味しいソフトクリーム 札幌ミルクハウス

北海道赤井川村、山中牧場産の新鮮な牛乳をすべてのソフトクリームに使用している、札幌ミルクハウス。そのこだわりの味は、超濃厚。

ソースに使用するフルーツなど素材にも気を配り、安心・安全も大切にしています。

ワッフル、コーン、カップの3種類から選べる、ソフトクリームの中でもインパクトが大きいジャンボソフトは大人気！レギュラーサイズ2つ分程の高さがありお得。その他、キャラメルやイチゴ等、ソースも絶品。

同店では、8・10・12個セットの主に3種類のギフトも好評。この夏、濃厚ソフトに、思いを込めて贈ってみてはいかがでしょう。



1▶思わずワクワクするカラフルな店舗♪
2▶SNSでも人気！モコモコジャンボ！500円
3▶ソースとソフトが絶妙のキャラメルワッフル！

札幌ミルクハウス
☎011(377)4428
http://sapporomilkhouse.com
ギフトのお問合せはお店まで！
※表示価格は税込

昭和玩具懐古録 其の七十

ハウス食品工業「たまごツイスト」

昭和49年に販売されていた即席麺「ハウスシャンメンたまごめん」を覚えているでしょうか。コック帽を被ったタマゴのキャラクターが躍る、『コッコッコッコ、コケッコー♪』というテレビCMが懐かしいですが、今回ご紹介する「たまごツイスト」は、この即席麺の懸賞品として出回った非売品です。

プラスチック製の卵から伸びたリードの輪を足首に入れて、片方の足で縄跳びのように飛んで遊ぶ玩具で、たまごの中に入っていた『粒状の何か』がジャラジャラと音を立て、微妙にやかましかったのですが、ぶつけても壊れず、引っ張ってもちぎれない頑丈な商品だったので、たまごツイストをゲットした家庭の多くでは、かなり長持ちしていたそうです。

ハウス食品工業
ハウスシャンメン
たまごめんCM

有限会社 うえはち生花店

北広島市稲穂町西1丁目1-3
☎011(372)2607
0120-487-871（011）地区のみ
【コープさっぽろ北広島店】
TEL:011(372)4526
全国にお花を届けられます。
花キューピット

夏バテ・生活習慣病にも！ レモン健康生活のススメ

疲労回復効果があるため、夏バテ予防にお勧めのレモン。実は生活習慣病にも良いようです。

まず、吸収されずらいとされるカルシウムが、レモンに含まれるクエン酸が持つキレート作用で、骨密度を維持することができ、骨粗鬆症の防止に繋がるそう。

また、酸味が塩味を引き立てるため、減塩に繋がり、高血圧予防に。

もちろん、美肌効果や便秘解消にも効果的なビタミンCも豊富！

皮ごと食べるのが栄養効果が高く、その場合簡単なのはレモン水。ピッチャーにカットしたレモンと水を入れるだけ。レモン白湯なら、白湯に1/4～1/2のくし切レモンをしっかり絞り、皮ごとカップに入れて出来上がり。

注意点では、輸入レモンの場合、無農薬以外のレモンは皮に防カビ剤やワックスが使用されている点。基本的に日本に輸入される物に、危険はないようですが、皮ごと使うためには、洗ってからがベスト。

方法は塩で洗ったり、お湯に浸けたりとありますが、食品用重曹で洗えば、防カビ剤もワックスも洗い流せるのでお勧め。やり方は400mℓ程度の水に重曹を大さじ1入れ、レモンを1分程浸けて流水で洗い流します。どうしても気になる場合は、国産の無農薬レモンを使用しましょう。

さて、夏にお勧めのレモン、実は旬の季節は冬。レモン果汁や、ドライフルーツなども併用しながら、一日1個程度、健康のために食べてみましょう♪ 食べすぎると、腹痛や下痢になりますよ！

▲ネットでは季節を問わず国産無農薬レモンが購入可能！

ストレスフリーの生活のために

リラックスを愉しむ

中高年だけではなく若い女性でも抜け毛の悩みをお持ちの方、多いようです。抜け毛の原因に、ストレスによる血流の悪化や自律神経の乱れ、そして加齢も大きな要因。

症状が悪化している場合は、投薬治療を行っている医療機関の受診が一番ですが、頭皮環境の改善はもちろんですが、ストレスを取り除くことで、ホルモンバランスや体調が整い、髪の毛にも良い効果をもたらすこともあるようです。

美容室のヘッドスパや、セルフヘッドマッサージはお勧めです。どちらも、血流促進が期待できますし、何よりリラックス効果が抜群。日々の疲れからも解放されます。

ポーラ北広島ショップでは、ヘッドマッサージのセルフレッスンが7月15～17日まで開催されます。リラックスや癒しタイムのための正しいセルフマッサージを覚え、体調やホルモンバランスをしっかり整えませんか？頭皮の悩みは無くても、忙しい日々を過ごす女性の皆さん、自分のために少し時間を使いませんか？

※ヘッドマッサージレッスンの詳細は広告をご覧ください

Photo Gallery

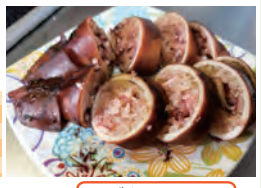
Title: 紫陽花　－田の字づくし－

撮影者／津田実
ロケーション／有珠善光寺

北広島フォトクラブ

外壁と屋根の無料点検・見積り
出張サービス中
一棟ごとに細かい点検、計測をしてお見積を制作致します。
詳しくは当店へお気軽にお問合せください。
施工前　施工後
〈北広島市N様邸〉
屋根が傷みやすい冬が来る前に！
令和2年10月末まで
屋根のみの塗り替え工事 5%割引き!!
まだ間に合います！
北広島市住宅リフォーム支援事業 お手続きを当店がサポートいたします！
外壁+屋根セットで3大特典付き!!
特典1 高圧洗浄無料サービス！
外壁・屋根塗装の、どちらにも必要な高圧洗浄を無料サービスします。
特典2 灯油タンク塗装サービス！
灯油タンク塗装（通常価格 7,000 円）を無料でサービスします。
※灯油タンクのない住宅の場合、他の箇所の塗装と交換ができます。
特典3 基礎塗装サービス！
住宅基礎まわりの塗装を無料でサービスします。
※基礎の高さは 50cm までです。それ以上は別途お見積り致します。
さらにW特典として お買い物に利用できる JCB商品券 5,000円分プレゼント！
N·P·S NORTH PAINTING SERVICE
外壁塗装　屋根塗装
内装リフォーム　屋上防水工事
サイディング・クロスなどリフォーム全般のご相談も承ります!!
ノースペインティングサービス
北海道知事許可（般ー23）石第20870号
北広島市朝日町3丁目3-15　☎011-376-7881
ノースペインティング　検索

ごはん家 箸ヱ



道民お馴染み イカ飯

【材　料】
イカ　大4~5杯 / 小なら10杯
もち米　1.5カップ

【調味料】
昆布水　4カップ
だしの素　小さじ2
酒・砂糖・醤油　各1カップ
みりん　1/4カップ
はちみつ　大さじ2~3
生姜　スライス4

まず準備から！
※もち米は洗って1~2時間程度水に浸けてからザルに上げて水を切っておく。
※昆布水は1ℓ程度の水に30分程度、昆布をつけておいた水です！

【作り方】
1. イカの足を抜いて軟骨を取り除き、イカの胴体の中を綺麗に洗う。
2. 抜いた足はワタとゲソに分け、ゲソの吸盤を洗って取り除き、1cm程度に切り、もち米に混ぜる。
3. イカの胴に2のもち米を詰めて、口を爪楊枝でとめる。※詰める量は6割程度。詰めすぎると、イカが破裂するので注意しましょう！
4. 調味料を全て鍋にかけ、煮立ったら3のイカを入れ、落し蓋をして1時間程度中火~弱火の間の火加減で煮る。

イカにもち米を詰めるときの便利グッズ★

500㎖のペットボトルを口から10cmくらいのところでハサミで切り、手作りじょうごを作成！もち米詰めのイライラが解消します！
※写真付きの詳しい作り方は　https://hidamari.press/archives/2590
※炊飯器を使ったイカ飯の作り方は　https://hidamari.press/archives/2556

第八十一回 一枚の写真から

振り返る郷土の歴史

昭和初期 アイヌと小熊

アイヌの女性が楽しそうに小熊とグータッチのような仕草をする写真。面白いですが、ちょっと不思議な場面ですね。

◇◇◇

アイヌの人たちは元来、狩猟を主とする民族。エゾシカや野ウサギ、鮭などを捕えては食料にしてきましたが、アイヌ（アイヌ語で「人間」）以外のあらゆる天候、動植物にも神（カムイ）を信仰していたため、神への感謝と自然調和の精神から、無用な乱獲などはしなかったそうです。

なかでもヒグマは『山の神（の化身）』と称え、ある種特別な見方をしていたようで、春の猟で子熊を生け捕った場合には、カムイが子熊の姿に化身して、アイヌの元に長期滞在してアイヌの生活を見守り、その間は疫病や飢餓からコタン（部落）の住人たちを守ってくれると信じ、子熊が1歳ないし2歳になるまで、我が子以上に大切に育てたのだそうです。

そう聞くと、この写真に大きく頷ける気がしてきますが、二本足で立つ小熊がまるで、母を見上げる人間の子供のようにも見えてきます（笑）

でもそれ以上に気になるのが、可愛がった小熊が2歳を過ぎてしまうとどうなるのか。

…やはり「殺処分」とのこと。でもアイヌの人たちにとっては、熊を殺すことで、その魂をカムイに返すという大変神聖な熊送りの儀礼（イオマンテ）であり、この儀礼では、通常の狩で使用する毒矢は用いず、「花矢」と呼ばれる無毒の矢を使用したそうで、神への最大の配慮を図ったということなのですね。

北海道ボールパーク NEWS VOL.27

建設現場では現在、クレーン車のブーム（腕の部分）が何本もそびえ立ち、スタジアムの基礎工事が進められていますが、このブームの姿が、国道274号線上や市内の輪厚川堤防、中の沢など、意外といろんな場所から見えていることに気付きます。

特に筆者が驚いた地点は、輪厚川の堤防を走る道路を朝日町から数百メートル長沼方向へいったあたり。その場所からは、クレーン車は勿論、なんと、建設地の「地面」まで見えているではないですか！

栗山や長沼からクルマでボールパークを目指す方々は、ずーっと手前からスタジアムの姿を目視しながら向かって来れるんですね。そしてナイターの際は、夜空を照らすスタジアムの光が、市内中心部は勿論、北進町や山手町などの団地からも煌々と望めるのではないでしょうか（スタジアムの屋根が開けば…）♪

そんなことを妄想しているとワクワクが止まらなくなるのですが、ふと考えてみると、現場はしっかり進んでいるのに、工事関係車両と思われるトラックなんかを街中で殆ど見かけませんよね。なので、『ホントにボールパーク工事してるの？』なんて言う市民の方も多いのですが、つい最近、JR北広島駅の改修工事の事業者公募が開始したというニュースがあり、いよいよ、私たちに目の付く街中でも「北広島変遷」の動きが始まり、夢のボールパーク誕生を多くの方々が意識するようになるでしょう。

北海道公安委員会第1010600365号　北海道公安委員会千歳（質）第2号
質とリサイクルの店
大好評!!
当店依頼案件TOP3
家電製品 No.2　貴金属・宝石・宝飾品 No.1　金券 No.3
トップ質店 恵庭店
恵庭市住吉町2丁目15-15
0120-978-551

女性限定
ヘッドマッサージレッスン
参加無料
POLA 北広島ショップ主催
メイクなどのワークショップを展開するポーラが開催する新ワークショップです！
7/15・16・17 10:00~11:00 各回限定3名まで
※他のご都合よい日時でも開催可能。お問い合わせください。
POLA エステのオプション★ヘッドマッサージを伝授。究極の癒し時間をあなたや大切な人のために
★お一人様やお友達同士のグループでのお申込みも可能です！★お子さま連れOK★手ぶらOK★
エイジングケア♪肩こりにも♪
お申込みはお電話又はインスタのダイレクトメッセージで！インスタQRまたは#POLA 北広島
POLA 北広島ショップ 担当：草野 / 松尾
☎ 011(373)4487 北広島市中央1丁目1-4
7/21(火) 11:00~11:30 オンラインでPOLA店内見学会を開催！ こちらもチェック！

ちょっと知りたい 我が家の電気料金 高い？安い？

オカでん
北広島市美沢5-3-4

様々な自然災害や感染症などで、お金や生活について見直しを考えている方、多いのではないでしょうか？

中でも光熱費は、2016年4月から始まった、電力自由化をきっかけに、節約できるような気がするけど…具体的には、全くわからない。

そこで、誰かに相談したいと思ったら『オカエネの相談室』はお勧め。これは、オカモトグループが取り扱う、低価格の電気相談をメインに、灯油やガソリンといったエネルギーも総合的にお得になるサービスの案内を提供しています。

今よりどのくらいお得になるのか、現在の料金との比較はもちろん、電気供給の不安なども丁寧に解決してくれます。何より、オカでんならではの嬉しいオススメポイントに、ガソリンや灯油の料金も同時に見直すことができる点！自分が使用するエネルギーを纏めることで、かなりお得になる場合もあります。

▶スタッフの佐藤麻衣子さんが丁寧に相談にのります♪

隣のコインランドリーでお洗濯中、お買い物のついでなどでも、気軽に立ち寄り節約の相談に乗ってもらいましょう。

7月23日~26日の4日間は、イベントも開催。この期間に契約すると、お得なプレゼントもあるようです。どのくらい節約できるかだけでも、知るチャンスです。

▲関連広告おわり面に掲載中！併せてご覧ください。
※飛沫対策のためマスク着用でご対応中

調べて納得！「漢字」・「言葉」つかいわけ

コロナの話題でテレビ字幕に「終息」と「収束」の2つの「シュウソク」が使用される場面があり、2つの表現の違いが気になったので、調べてみました。

まず、終息の「終（終わる）」という文字は知っての通りですが、息には「止む（やむ）」という意味もあり、物事が終わって、やむことという意味で、似たような意味の漢字を重ね合わせて「完全制圧」という意味合いになるそうです。

一方、収（おさめる）と束（たばねる）の収束は、分裂・混乱していたものが、まとまって収まりがつくこと。つまり、事態が収まったという意味。どちらの漢字を使用するかは、文章の内容から変わってきますが、コロナの場合は、ワクチンなどが開発され摂取できるようになり収束し、世界的に終息する。

それからもう一つ「切り崩す」と「取り崩す」。これは、コロナのせいで、仕事ができず貯金を…という意味で使われていた言葉。こちらは、意味が違う動詞になります。

切り崩すは「ものを切ったりけずり取ったりして、もとの形でなくする」という意味。例文に「山を切り崩して宅地にする」。

一方取り崩すの意味は「まとまったものから少しずつとる」。ということは、貯金は「取り崩す」が正しい使い方になります。しかし、どちらを使用しているかというアンケートの結果は「切り崩す」が多かったそうで、こちらを使う人が、増えているため違和感なく使用されているのかもしれません。

日々耳に触れる、目に触れる漢字や言葉。知らないことや間違って覚えていることがまだまだありそうですね。

スマートフォン de スマートな生活

1995年まで国民一人当たりの普及率がほぼゼロだった携帯電話。しかし現在では、普及率はなんと100%以上。

さて、音楽を聴く手段に、スマートフォンを利用している方も多いと思いますが、昭和時代の音楽を聴く最高峰といえば、富の証のともいわれた、家具調ステレオ。その後、よりメカニックなコンポに変化を遂げると、お父さんやお母さんは、「何が何だか扱い方がわからない」。お金を出したにも関わらず、すっかり子供にコンポを占領され、自分たちはラジカセで音楽鑑賞なんて方も…。

コンポを巧みに操っていた子どもたちは、驚くほど速いスピードで、パソコンの波に乗り、そこから一気にスマートフォンへ。進化のスピードは一瞬です。

しかし、コンポにお手上げだったお父さんたちも、立派なジイジとなり、孫たちとのラインや趣味などに、スマホを使いこなしているのではないでしょうか？先輩たちの尽きない好奇心に心服します。まさに、新旧の道具を巧みに使い分け、便利に暮らすスマートな生活の実践といえそうです。

見学会開催中!!
時間／10:00~17:00 水曜日定休
※詳細はお気軽にお問合せください。
札幌市 274 江別市 46 長沼町
ネッツトヨタ
現地モデルハウス
北の台歯科
ミスタータイヤマン
恵庭市
ゼッチの家を家族で体験しよう!!
宿泊体験実施中♪
太陽光発電＋蓄電池搭載!!
ブラックゼッチの家
198万円~（税込）
（設備システム基本料金）
「大停電でも自動切替で安心♪」
ブラックアウトに24時間対応。
非常時、停電時が体感できます
未来を選ぼう、生活を選ぼう、いい家選ぼう
イゼッチハウス北海道株式会社
BELS ZEH 全棟BELS第三者認証取得
【北広島事務所】北広島市共栄町4丁目12-6（江別恵庭線沿い）
【本社】011-780-1008
イゼッチハウス 検索
https://zeh.jp

悪質商法被害防止啓発★パネル展開催のお知らせ

INFO

悪質商法被害防止啓発キャンペーンのパネル展を開催します。
被害防止のパネル展示です。騙されない方法などをこの機会に学びましょう。

場所▶北広島市役所 5 階市民ギャラリー
日にち▶7 月 15 日（水）～ 31 日（金）
時間▶9:00 ～ 17:00
主催▶北広島消費者協会・
北広島市消費生活センター
☎011-372-3311（内線 4921）

グリーンリーフドラム教室 エルフィン演奏会♪開催

INFO

小・中・高校生、一般会員が名曲に合わせてドラムを演奏します！
新型コロナの影響で開催が危ぶまれましたが、対策を行いつつ何とか開催できることとなりました♪
どうぞ気軽に聴きにいらしてください。観覧無料です。

♪　♬　♬　♪　♬

日時 :8 月 22 日 (土) 開演 14 時～ 16 時
会場 : エルフィン交流広場 (北広島駅構内)
お問い合せ : 松永さん　☎ 090-8902-5759

ひがし高齢者支援センター Youtube チャンネル開始！

INFO

ひがし高齢者支援センターでは、パソコンやスマートフォンなどで無料共有動画サイト「Youtube チャンネル」を始めました。役に立つ情報や、ぴんぴん体操を紹介しています。下の QR コードを読み取るか、Youtube のサイトから「北広島市ひがし高齢者支援センター」で検索してください。

視聴できない方、お問い合わせは「ひがし高齢者支援センター」迄
電話▶011 (211) 8520

ノルディックウォーキング in きたひろしま 開催

INFO

「ノルディックウォーキング」の正しいポールの使い方、歩き方をインストラクターが優しく楽しく指導します。

日時▶7 月 9、16、23 日　10:00 ～ 12:00
集合場所▶広葉交流センター「いこうよ」玄関前 9:40 集合 / 駐車場あり
定員・参加費▶先着 20 名、1 回 500 円（保険料、資料代）、貸ポールあり（1 回 300 円）
※運動しやすい服装、靴、帽子、雨具、タオル、手袋、飲み物持参のこと。小雨決行。
お問合せ・申し込み▶北広島ノルディッククラブ代表 三澤英一さん迄 /
☎011(372)0745　又は　080(3296)1725

我が家のアイドル

北広島市東共栄
まるくん

（♂）2 歳

ぼくの名前はまるだニャ！小さい時はまるまるしていたらしいニャ。毎朝、ご主人を起すのがぼくのシゴト？

我が家のアイドル

北広島市東共栄
チェリーちゃん

（♀）5 歳

ばぁちゃんにベッタリな甘えん坊な女の子♥寂しがり屋でお留守番が、ちょっと苦手（>人<;）

我が家のアイドル

北広島美咲き野
マコちゃん ワサビちゃん

（♀）2 歳
ミックス 2 歳の姉妹の猫ちゃんです♥
毎日、二匹で走り回ったり時々ケンカもしますが、ぴったりくっついて仲良く寝ている姿が可愛いです♪

我が家のアイドル

長沼町
犬のランちゃん 猫のモコちゃん

モコ（♂）8 歳
ラン（♀）15 歳

2 匹は仲良し！ランちゃんが居るから、寂しくないよ～モコ★

我が家のアイドル

長沼町
マロくん

（♂）8 歳

麻呂眉のマロです。

我が家のアイドル

札幌市清田区
文太くん

（♂）0 歳

懐っこくて甘えん坊のぶんちゃん。
初のシャワーに挑戦でした。

我が家のアイドル

北広島市美咲き野
ジャミーくん

（♂）6 歳

くしゃみの瞬間の猫の変顔（笑）

我が家のアイドル

北広島市西の里
壱花ちゃん

（♀）8 歳

まだまだお茶目な女の子です！

お宅の可愛いペットをご応募ください

掲載無料♪ ワンちゃん、猫ちゃんに限らず、いろんな動物やお魚、昆虫なんかも大歓迎♪
あなたが大切にされている「ご家族」を、是非とも陽だまりにご紹介ください!!

【応募方法】
QR コードにアクセスして投稿下さい！

陽だまりPRESS キャラクターの twitter フォローしてね♪

アニュイ
@kitahiro_anuy

知的生命体アニュイ。陽だまりPRESS の発刊情報や読者プレゼントに投稿されたご意見の公開など、見かけによらず真面目で重要な任務を遂行中デアル♪

ユック
@kitahiro_yuq

エゾシカのユックゆ♪地域の出来事とか面白いトピックを見付けて、ゆる～くつぶやくゆ♪
友だちになってゆ～！

サニー
@hidamaripress

陽だまり公式 LINE とはちょっとテイストの違う㊙情報や、みんなが気になるボールパーク関連ニュースなどをツィートするよ！みんなフォローしてね♪

おまけ
ナリオデザイン株式会社
代 表　成田則夫
@NorioNarita

たまにプライベート発言もありますが、大切なお知らせも配信しておりますので、宜しければ上記 3 キャラクターと一緒にフォローしてやってください。

インフォメーションコーナーの掲載について

インフォメーションコーナーの掲載は無料です。商業目的・求人等の掲載はお受けできません。上記に該当しない内容でも、編集部判断で掲載をお断りする場合もありますので、事前にご確認願います。

先月号の補足

陽だまり PRESS No.93（6月 12 日発刊号）の 2 頁に掲載した「長沼町総合公園」の営業日につきまして、園内パークゴルフ場は木曜日が定休となります。詳しくは長沼町スポーツセンター（☎0123-88-0151）へお尋ねください。

北広島グルメMAP 2020 REVISED VERSION に新たに掲載されたお店を、毎月 2 店ご紹介いたします♪

11 Cafe SALUTE

輪厚中央 3 丁目 6-4
☎ 011-377-6352
営業時間／ 11:00-16:00(L.O/15:30)
定 休 日 ／ 水曜・木曜定休（不定休有り）

人気の春餅はスープ付き。テイクアウトは要予約。

カフェサルーテは、ここならではのメニューが自慢。
人気 No.1 は、テイクアウトもできる春餅（チュンピン）。柔らかい皮にお好みの具材を巻いて食べる中国伝統食で、具材はもちろん、皮も手作り♪税込 100 0 円。他、パンシチューセット（前日迄要予約）もお勧め。
季節を楽しむお手頃価格の懐石料理も人気で、夏は爽やかな茶そばを使用した、そば寿司。デザートにも拘り、6 月は苺、これからの季節はブルーベリーと、旬の果物のフルーツゼリーも喜ばれています。
作り手の丁寧さや優しさを感じる、素敵な空間です。

4-1 FOUNTAIN

大曲南ヶ丘 2-1-6
☎ 011-398-5040
営業時間／ 10:00-19:00 (L.O/19:00)
定 休 日 ／ 冬期間のみ水曜定休、その他不定休

国道 36 号線沿いにある、北海道産牛乳の風味豊かな濃厚ミルク味が自慢のソフトクリーム屋さん。
月替わりソフトやメニュー豊富なかき氷、また焼き立てのたい焼きと、季節を問わず楽しめるお洒落なお店。
そして！辛党さんにも朗報★事前注文で、オーナーの知り合いの漁師さんから直接お取り寄せする、厚岸産新鮮生牡蠣も取り扱い中。この時期バーベキューにも最適と、大人気！注文は 10 個から 2～3 日前の予約が必要。気になる方はお問合せを！
ドライブやお散歩の途中に、気軽に立ち寄り、一息つけるで、オーナーの癒しのお店です。

※ 営業時間や内容については、予告なく変更となる場合がありますので、詳しくは掲載各店舗様へ、直接お問合せください。

ツルハドラッグ
清　田　店 札幌市清田区清田 2 条 3 丁目 11-40
平岡 7 条店 札幌市清田区平岡 7 条 2 丁目 2-1（東光ストア内）
平　岡　店 札幌市清田区平岡 2 条 5 丁目 2-50
北　野　店 札幌市清田区北野 7 条 5 丁目 12-20
北野 7 条店 札幌市清田区北野 7 条 3 丁目 7-15
里塚緑ヶ丘店 札幌市清田区里塚緑ヶ丘 2 丁目 7-30
真　栄　店 札幌市清田区真栄 3 条 2 丁目 18-10

卸売スーパー
平　岡　店 札幌市清田区平岡 9 条 1 丁目 1-10

Daiichi
清　田　店 札幌市清田区清田 2 条 3 丁目 181-1
恵 み 野 店 恵庭市恵み野里美 2 丁目 15

くるるの杜
北広島市大曲 377-1

マオイの丘公園 夕張郡長沼町東 10 線南 7
ゆめちからテラス 江別市西野幌 107-1

intervillage OH! MAGARI インターヴィレッジ大曲（各テナント） 北広島市大曲幸町 6 丁目 1

JR 北 広 島 駅 改 札 前
北 広 島 市 図 書 館
北 広 島 市 総 合 体 育 館
北洋銀行北広島中央支店
北海道信用金庫北広島支店

ジャパンミート大曲店
北広島市大曲工業団地 7 丁目 3-4 ジョイフルエーケー大曲店 1F

陽だまり サテライトスポット
陽だまりプレスは、ポスティング以外にも、左記の各店に設置のご協力を頂いています。

長パ 世話人募集！（若干名） 北広

障がい者グループホームで障がいのある方々の食事の支度や掃除、見守りなど、生活のお世話をするお仕事です。

未経験の方も大歓迎！
まずは、お電話の上施設をご見学下さい♪

1▶7:00～14:15、2▶13:45～21:00
※1.2いずれかのみでも可。
休憩60分シフト制、週3～4日の勤務

・時給／**950**円
・交通費規定支給（自動車通勤可）、
・雇用保険、労災保険あり！

※勤務先▶北広島市西の里南1丁目4-7
北広島市西の里東1丁目1-3

事前連絡の上、写真付き履歴書をご持参ください。お電話お待ちしています！

☎011(375)5160
担当／市川（いちかわ）・荒木（あらき）

社会福祉法人北海道リハビリー
地域福祉推進室
〒061-1102 北広島市西の里506番地

だまりPRESSのポスティングスタッフ 募集

本紙を一般のお宅のポストに投函していただく簡単なお仕事です。
月に1回、日中のお好きな時間帯に活動OK！　ダブルワークやご夫婦での共同作業、運動不足解消にも、私たちと一緒に働いてみませんか？

《募集エリア①》
北広島市朝日町　約650世帯

《募集エリア②》
北広島市里見町　約340世帯

陽だまりPRESS（ご自宅にお届けします）を月に一度、3～4日の中で配布して頂くお仕事です。

◇形態：業務委託契約（出来高制）
◇報酬：7円／1部
◇手当：来社引取の場合は別途手数料を支給

★上記2エリアともご担当頂ける方も大歓迎！

お仕事の詳しい流れ等をご説明いたしますので、まずはお気軽にお電話ください。

ナリオデザイン株式会社
011-372-3800
（平日 10:30～16:00）
担当／成田

期パ 長ネギの収穫及び調整スタッフ！ 南幌

仕事内容▶長ネギの収穫及び調整作業のお仕事です！
雇用期間▶即日～11月末まで。※勤務開始日相談に応じます！

明朗で元気な方！車通勤できる方。
週2日以上働ける方。（日・祭日可）

8:00～17:00
※半日でも可能、時間帯応相談！

時給▶**861**円～

交通費規定支給、労災保険・傷害保険有！

まずは電話連絡の上、要面談！
☎080(7424)8259〈担当：林〉

ネギのデパート　有限会社ハル
南幌町南11線西15番地
北広島市街からなら車で15分程！先ずはお問い合わせ下さい！

パ フロアーレディ募集！ 北広

3月OPENのお店★雰囲気良いので初バイトでも安心♪

年齢不問（20歳以上）Wワーク可♪
お酒が飲めなくてもOK！

19:00～24:00の間で3h～。
フルタイム、週1日勤務などもOK♪

時給▶**1,000**円～、経験により優遇。
※ドリンクバック有♪

交通費規定支給、昇給有、スーツ・ブラウス等の衣装貸与、勤務時間等応相談OK!
★1日勤務体験有♪送迎相談。
★まずはお気軽にお電話下さい！詳細は面談にて。

080-4501-3517（採用担当）

スナック　カラフル
北広島市中央2丁目2-5 入舟ビル2F

求人情報コーナー わくわくWORK

一枠 16,000円から♪
W:62mm H:69mm
求人広告枠
ご用命はこちら
ナリオデザイン ☎011(372)6547

パ グループホームでの庶務員 豊平

グループホームでの事務業務がメインです。
～綺麗な施設で働きませんか？～

施設周りの整理、清掃・花壇の手入れ・電話受付対応・一般事務（伝票作成、労務書類整理）・施設内備品管理、清掃・環境整備（事務所、フロア）

事務経験者の方優遇。未経験の方もOK!
週3～4回（土・日どちらか勤務できる方）

9:00～12:00（時間延長あり）
※1日4h以内勤務OK!　※シフト制
※バースデー休暇あります！

時給▶**900**円

勤務先▶北海道札幌市豊平区西岡4条10丁目3番35号
グループホーム レガロ西岡

最寄り駅／月寒中央・澄川
バス停／西岡3条10丁目
水源地通りに面しています。

レガロ 西岡
http://regalo-nishioka.jp/index.html

応募▶写真付履歴書をご郵送下さい。追ってご連絡致します。
☎011(802)6564〈担当：採用担当迄〉

医療法人　重仁会
〒004-0021 札幌市厚別区青葉町6丁目1-29

7月1日に開院する羊ヶ丘通に面した新しい病院での勤務です

新規オープニング 清掃スタッフ

7月スタート！夜間アルバイト(6名)

勤務地 **札幌美しが丘脳神経外科病院**
清田区真栄4条5丁目19-19（車通勤可能）

【時間】〈平日〉18:30～21:00（実働2.5h、休憩なし）
〈土曜〉18:30～20:00（実働1.5h、休憩なし）
【勤務】月12日程度、28時間程度の勤務
（月収目安32,000円）
【休日】日曜日・祝日他シフト
【給与】時給**1,150円**
【待遇】労災保険あり、交通費規定支給、制服貸与、誕生日記念品有（入社3ヶ月後より

時給 1,150円

★お仕事帰りの短時間アルバイトにもぴったり！（事前研修あり）★学生さんも歓迎します！

応募 お電話にて「札幌美しが丘脳神経外科病院・清掃希望」とお伝え下さい。後日面接を行います。
☎0134-54-0014（受付時間／平日9:00～16:50）

ワタキューセイモア㈱
【北海道支店】小樽市新光5丁目13-3

長パ 食肉加工・店舗内作業同時募集！ 北広

1. 菱畜フーズ / 食肉加工作業（募集1名）

未経験の方歓迎！

8:00～12:00（15分休憩有）
月曜日～金曜日勤務 / 休日▶土・日
※勤務時間相談可

時給▶**861**円～（能力や勤務態度により昇給有）

★配送社員も同時募集中！
何れも詳細は菱畜フーズ社長迄お気軽にお問い合わせ下さい！

お問い合わせ・ご応募
☎011(372)3729〈担当：採用担当迄〉

2. 肉やりょうちく / 接客・商品陳列・店内の清掃など（若干名）

未経験の方歓迎！

①9:30～12:30、②12:30～15:30、③15:30～19:30　※時間帯相談可
出勤日▶金曜・土曜・日曜

時給▶**861**円～（勤務内容により昇給有）

詳細は肉やりょうちく店長迄お気軽にお問い合わせ下さい！

お問い合わせ・ご応募
☎011(375)8584〈担当：安芸（あき）〉肉やりょうちく店長

有限会社 菱畜（りょうちく）フーズ・肉やりょうちく
〒061-1126 北広島市新富町東1丁目6-1

パ 高齢者デイサービス・スタッフ募集！

入浴介助、食事介助などのお仕事

経験者優遇、未経験の方も歓迎、
※土曜勤務可能な方 ※週3～4日以上勤務可能な方。

9:00～17:00（休憩1h）

経験者 / 時給▶**970**円～
※未経験者は870円～

女性スタッフ活躍中！マイカー通勤可。

勤務先▶デイサービスセンター ヴェール
北広島市共栄276-9

パ グループホーム増加に伴い世話人スタッフ5名程度を募集します！ 北広

北広島市内の障がい者グループホームでの食事の配膳と入居者への簡単な生活サポート業務

※調理はありません。キッチン周りの清掃や盛付など簡単な作業と、入居者様と一緒に洗濯物をたたむなどのサポートです。

年齢不問、未経験の方、無資格の方でもOK!
★シニア世代、主婦さんの応募も大歓迎！

1▶ 5:30～ 7:30（午前2h位）
2▶15:30～19:30（午後3h位）
※月曜～土曜（祝日含む）の中で、勤務できる曜日。
※1.2両方勤務でも、何れかでもOK!

時給▶**900**円～

交通費規定支給、マイカー通勤可、勤務日数・時間応相談。まずはお気軽にお問い合わせください。

お仕事開始に不安は無し！サポート体制バッチリ！
★勤務時間応相談！週1回や毎日等ご相談下さい！
勤務例▶週5日、午前と午後の5時間勤務で、1ヶ月約100,000円程度のお給料です。
※お休み希望も柔軟対応！年末年始やお盆等の大型休暇、お子様の学校行事、急なお休みにも対応！
私にも出来るかしら？応募してみようかな？

勤務先▶北広島市内共栄地区・東部地区（中央・稲穂東・朝日・東共栄）

社会福祉法人　北ひろしま福祉会
061-1123 北広島市朝日町2丁目6番地9

お問い合わせとご応募
まずはお電話下さい。面接には写真付き履歴書をご持参ください。
☎011(373)8809〈担当：金井（かない）〉

まずはお問い合わせ下さい！
北ひろしま福祉会　検索
http://www.kitahiro-fukusikai.or.jp/

読プレ投稿 公開Q&A

毎号、「読者プレゼント」応募では、たくさんのご意見やご質問、そしてコラムをお読みなられたご感想などをお寄せ頂き、誠にありがとうございます。弊社では常に、皆様からのお声を参考にさせていただきながら、より良い紙面構成に努力しておりますが、今回もまた、主なご質問とご意見を4つご紹介し、紙面上での公開回答を掲載させて頂きます。

Q, いろんなお店で使える「共通クーポン」を掲載して欲しいです。

A. 共通クーポンは皆様に喜んで頂けそうな企画だと思います。現時点ではページ数の都合上、実現出来ない状況ですが、将来的に実装できるよう、各クライアント様にもご相談させて頂きたいと考えておりますので、もうしばらくお待ちください。

Q, ボールパーク建設の詳しい進捗状況を掲載してください。

A. 現地のリアルタイムな様子は、運営者の公式ホームページでライブカメラ映像をご確認できます。「北海道ボールパーク」で検索してみてください。今後も編集部では、より多角的な観点からの取材を継続し、本紙コーナーでご紹介をして参ります。

Q,「我が家のアイドル」に送った写真がなかなか掲載されません。

A.「我が家のアイドル」コーナーはお陰様で毎月数多くの投稿を頂いておりますので、掲載まで数カ月お待ち頂くケースが生じております。極力全てのお写真を掲載させて頂けるよう、順番にご紹介しておりますので、どうぞご理解のほど、お願い致します。

Q,「一枚の写真から」の過去記事一覧が欲しいのですが。

A. 大変申し訳ありませんが、現在弊紙では特定のコラムのバックナンバーは公開しておりません。「陽だまりWEB（https://hidamari.press）」では、ある程度の期間のバックナンバー（全ページ）が閲覧できますので、宜しければそちらをご確認ください。

家具・インテリア専門店ならではの豊富な品揃い

2020年 アウトレットセール 倉庫市

2020年7月 11土 12日 18土 19日

OPEN 10:00 CLOSE 17:00

限定4日間!!

⚠ 新型コロナウィルス等で緊急事態宣言の発令があった場合、予告なく倉庫市を延期もしくは中止する場合がありますので、予めご了承願います。

家具アウトレットSHOP 試作品・展示品・セットはずれ・色むら キズ物雑貨・IMPORT・過剰在庫

■ベッド

倉庫市特別価格 大処分

全米ベッド売上No.1!! マットレスブランド Serta サータベッド

国内ポケットコイルマットレスメーカー 株式会社 アンネルベッド

（※本広告の写真は全てイメージです。）

■国産ソファー

安さ爆発!! 大処分

■柄物じゅうたん・アクセントラグ

激安破格値 大放出!!

浜本工芸 TOTAL FURNITURE 浜本工芸 MADE IN JAPAN

展示品・在庫品 倉庫市特別価格で大処分!!

飛騨の家具 HIDA

ぜひお車でお越しください。
出入口の路幅が狭いのでご注意ください。

右の QR コードをスマホで読むと地図が表示されます。

●商品は数に限りがありますので、売切れの際はご容赦ください。
●特別催事のため、商品の返品・交換などはご遠慮願います。

お得なクーポン券を切り取ってご利用ください!!
7/11/12/18/19 同一商品ご購入に限り 引取り料無料
HIDAMARI 2007

家具 インテリア 介護用品

まるはた

株式会社 丸畑家具センター

北広島大曲植木村内 特設会場（旧さっぽろ家具館倉庫）
北広島市大曲 599 番地 54　会場特設電話 ☎ 080-3607-5133

千歳市北斗2丁目11番地（国道36号線沿い） ☎ 0123-24-1181 URL▶ http:// 家具インテリア .jp.net

---

オカでん オカモトのでんき

カーライフ応援プラン

7月 23木 24金 25土 26日 9:00 ～ 17:00

オカモトセルフをご利用いただいている方で なんと ず～っと!
オカでんに電気を切り替えた場合
ご契約期間中
オカモトセルフ ガソリン 軽油 灯油
10円/ℓ 引!（月50ℓまで）

オカモトセルフのガソリン・灯油が安くなる!

オカでん 新規ご契約で BOXティッシュ 60箱 プレゼント

オカモトセルフ セルフ北広島 隣
住所：北広島市美沢5丁目3-4

在処コードをお読み取りください

70th ANNIVERSARY オカモトグループ

「ありがとう」感謝を込めて 70 周年

株式会社 オカモト オカエネの相談室 北広島店
北広島市美沢5丁目3-4
お問合せダイヤル ☎ 011-375-0906

オカでん オカモトの灯油 https://okamoto-homelife.com オカモトのでんき https://okamotonodenki.com/

※現在の電気会社の『お客様番号』と『供給地点特定番号』の記載された書類（検針票など）をご持参ください。
お客様にとっていちばんお得なプランをご提案しますので、どうぞお気軽にご相談ください♪

---

intervillage OH!MAGARI

Intervillage OH!MAGARI

生活応援祭

インターヴィレッジ大曲がお客様の生活を応援!!

景品総額 110万円!!　家計に嬉しいお買物券が当たる!!　総勢 930名様に当たる!!

お客様の生活応援 スクラッチキャンペーン!!

期間中、2,000円以上（税込／合算不可）のお買物、お食事毎に1枚スクラッチカードをGET!!

2020.7.17（金）～26（日）

詳しくは後日掲載となるホームページ、館内ポスターをご覧ください。

※定数に達した場合、期間終了前に店舗により順次配布を終了させていただく場合がございます。
※キャンペーンの内容は予告なく変更させていただく場合がございます。予めご了承下さい。

今月のお買得情報!!

当店7月の月間お買い得情報!!

SUPER ARCS スーパーアークス [日用品]

夏は「カレー!」一番人気のブランドを月間でお安く!!

●ハウスバーモンドカレー（甘口 /中辛 /辛口）
各種1箱 180円（税別）

●ハウス プロクオリティカレー 各種 4食入
1袋 295円（税別）
2袋 580円（税別）

食事のお茶にはコレ!

●キリン 生茶 525ml
1本 69円（税別）
24本入り1箱 1,580円（税別）

●キリン 午後の紅茶 おいしい無糖500ml
1本 69円（税別）
24本入り1箱 1,580円（税別）

KFC ケンタッキーフライドチキン [飲食]

大人気のレッドホットチキンが今年も登場!!

LED HOT CHICKIN
レッドホットチキン
1ピース 270円（税込）

インターヴィレッジ大曲の日 7月開催中止のお知らせ

日頃よりご愛顧いただいております「毎週第2・第4 木曜日インターヴィレッジ大曲の日」の7月の開催は、コロナウィルスの感染防止の為、開催を中止とさせていただきます。予めご理解とご了承のほど、よろしくお願い申し上げます。