

2016
Vol.333

12

ステップアップ



ZAIDAN

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

★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。

<http://www.zaidan-hakodate.com/>

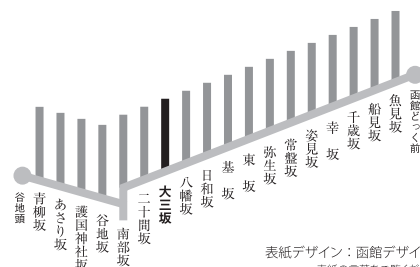
FMいるか「ラジオ・ステップアップ」放送中!! 毎週月曜日午前10時40分



大三坂

Daisan zaka

昔、坂の入口に大三という家紋の郷宿(ごうやど)があったのでこの名が付いた。石畳の美しさとエキゾチックな雰囲気が高い評価を受け、1987年に建設省(現在の国土交通省)の「日本の道百選」に認定された坂。



表紙デザイン：函館デザイン協議会
表紙の言葉をご覧ください。(P11)

TALK

7

に ほんやなぎ ひさ え
二本柳 久恵



今回お話をお聞きしたのは、ハンドメイド作家の作品を取り扱うお店「studio-b」代表で、作家として羊毛フェルトの作品づくりや羊毛フェルト体験講座での講師を務められている二本柳久恵さんです。

フェルトの手触りが好きだから
小さい頃からモノを作ることが好きでフェルト生地でマスコットを作ったりしていましたが、フェルトという素材そのものは好きなのにステッチがフェルトの手触りを邪魔しているような気がして、そこだけが何となく好きになれずにいました。手芸屋さんで偶然羊毛フェルトを見つけて「これだ!」と思ってすぐに購入しました。羊毛フェルトはニードルという針を羊毛にチクチクと差し込んで形を作っていくので、出来上がりはフェルトそのものの。初めての作品はお世辞にも上手とはいえない出来栄でしたが、探求求めていたステッチがない立体的なフェルト作品を作る事が出来る羊毛フェルトというものに出会い、独学で試行錯誤しながら作り続けて12年ほどになります。

仕事として踏み出そう!
羊毛フェルトを始めた頃はハンドメイド作品を売ってお店やイベントも

あまりなく、作品を売ろうと考えたことはありませんでした。あるとき子どもの同級生のお母さんがバッグや洋服を自分で作っているのを知り、それをきっかけに仲良くなってお互いの作品を見せ合うようになりました。ハンドメイドの作品を売るイベントがあると教えてくれて、一緒に出品させてもらったのがはじまりです。一生懸命作った作品をお客様が手にとってくれるのがとても嬉しくて、続けていくうちにこれを仕事としてやっていくとうと意識を変え、一念発起してお店を立ち上げました。

良さを生かした場をつくる
最初のお店は今と場所も規模も違い、それまでにイベントなどで知り合った20名ほどの作家さんの作品を扱っていましたが、今は函館を中心

が嬉しいという声もいただきます。使っていて少しほつれてしまったものを直してほしいと来られたり、好みの色で作ってほしいなどのリクエストに作家さんと協力してお応えすることもあります。今はスマホでも簡単にハンドメイド作品を買う事が出来ますが、お客様が直接作品を見て手に取れるのが対面販売ならではの魅力だと感じています。

笑顔になれる心地よい作品を
講師として羊毛フェルトづくりを体験される方と触れあう中で、コミュニケーションが苦手な子が出来てくれたり、思い思いに楽しむ姿を見られるのは本当に幸せです。お店第一なので作りたいアイデアがどんどん浮かんできても自分の作品づくりの時間が十分にとれないというもどかしさもありますが、これからは大好きな羊毛フェルトの手触りが感じられる作品づくりを楽し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	湯川町1-32-1	☎57-3111 kaikan@zaidan-hakodate.com
芸術ホール	五稜郭町37-8	☎55-3521 geijyutu@zaidan-hakodate.com
函館アリーナ	湯川町1-32-2	☎57-3141 arena@zaidan-hakodate.com
市民プール	千代台町22-25	☎52-7452 pool@zaidan-hakodate.com
旧函館区公会堂	元町11-13	☎22-1001 koukaido@zaidan-hakodate.com
北方民族資料館	末広町21-7	☎22-4128 hoppominzoku@zaidan-hakodate.com
文学館	末広町22-5	☎22-9014 bungakukan@zaidan-hakodate.com
北洋資料館	五稜郭町37-8	☎55-3455 hokuyo@zaidan-hakodate.com
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
千代台公園野球場 (オーシャンスタジアム)	千代台町22-26	☎53-3210 31-7460
千代台公園陸上競技場	千代台町22-24	☎55-1900 55-1117
千代台公園庭球場	千代台町27-2	☎31-6993
市民スケート場 (12月~2月)	金堀町10-8	☎54-5233 54-5616
公民館	青柳町12-17	☎22-3320 kouminkan@zaidan-hakodate.com
亀田公民館	富岡町1-18-3	☎41-2445 41-2445
財団事務局	湯川町1-32-1	☎57-9734 soumu@zaidan-hakodate.com

Contents

西部地区の坂	P 1
TALK	P 2
財団主催事業	P3・4・5・6
連載・海外コラム「夢見るマドモワゼル」	P 7
北海道立函館美術館	P 8
市内ギャラリー	P 8
生涯学習情報	P 9
市民会館大ホール案内	P 10
市民会館小ホール案内	P 11
芸術ホール・ギャラリー案内	P 12
七飯町文化センター情報	P 13
北斗市総合文化センター情報	P 13
金森ホール案内	P 14
函館山ロープウェイ／FMいるか案内	P 14
市内文化情報	P 15
函館生活記・異国での日々	P 16
リレートーク	P 16
スポーツコラム	P 17
市内スポーツ情報	P 17
明日に羽ばたく若きアスリートたち	P 18
公民館	P 18
亀田公民館	P 18
文学館	P 18
北方民族資料館	P 18
市民プール	P 18・19
函館アリーナ	P 19・20

みんなて
スケートに
いくべや!

市営函館競輪場内
函館市民スケート場
はこだて市立
スケートリンク

2016 12.17 SAT → 2017 2.19 SUN

☎0138-54-5233

函館市民スケート場
12月17日(土)午前10時オープン!

函館市民スケート場は、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のできるサブリンクのほか、軽食コーナーを備えた屋外スケート場です。

期間中は、楽しいイベントなどが開催され、冬の健康づくりや憩いの場として大変賑わっております。

■イベントのお知らせ

○初すべりお年玉プレゼント
日程 1月2日(月)

新年を祝って、幼児・中学生を対象にすてきなプレゼントをご用意しております。

○イベントデー

日程 1月15日(日)・29日(日)

幼児から大人までどなたでも参加でき、簡単に楽しく遊べる

ゲームを行います。参加賞もあります。



※今年度は都合によりスケート教室の開催予定はありません。

開設期間

12月17日(土)～2月19日(日)
※12月31日(土)・1月1日(日)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23日～1月16日)午前10時～午後7時

○学校行事の特別使用
冬休み明け開設期間中の火・木曜日午前10時～12時

使用料金

1回券

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

高齢者(65歳以上)

	小学生	中学生	高校生	一般
ファミリー共通券(1冊1650円分)	1500円	2000円	3000円	6000円

も利用できます)

シーズン券

	小学生	中学生	高校生	一般
団体20人以上	3600円	4800円	7200円	14400円

○各個人使用料金の2割引の額
○学校行事及び児童・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
○スケートを滑るときは、必ず手袋と帽子を着用してください。

○個人使用及び団体使用において、函館市内に在住または在学の小・中学生の使用料は無料となります。

○中学生・高校生は必ず学生証を呈示してください。

○専用使用についてはお問い合わせください。

貸靴料

1足	300円
----	------



函館市民スケート場

ナイター割引

夜間は半額!!

毎日16:00
START

- 小学生 150円→75円
- 中学生 200円→100円
- 高校生 300円→150円
- 一般 600円→300円

★ 午後4時以降から1回券・ファミリー共通券での個人使用料金が半額にてご利用できます。

**お得な
スタンプカード**

5個で1回入場無料!!

1回有料入場につき1個捺印

軽食コーナー

ラーメン、うどんなどございます。

HAKODATE WINTER JAZZ FESTIVAL 2016

日時 12月23日(金)午後3時 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、HBC函館放送局

○美津子Dx.Quartet
+Sab(函館)
藤原有三郎(ヴォーカル)、猪



川村裕司 & 菅原久仁義「バルバ」、宮崎加奈古、三科律子、田柳恵美子、勝海亮

ゲストに東京からサククス奏者の川村裕司さんと尺八奏者の菅原久仁義さんによるユニット「バルバ」をお迎えした豪華サポートメンバーによる和洋折衷バンドのほか、地元バンドはスタンダードジャズやフュージョン、AORなど、様々なジャズスタイルをお楽しみください。

出演
○川村裕司 & 菅原久仁義「バルバ」
川村裕司(テナーサククス、ソプラノサククス、フルート・東京)、菅原久仁義(尺八・東京)、三科律子(ドラム・東京)、宮崎加奈古(箏・函館)、田柳恵美子(ピアノ・函館)、勝海亮(ベース・函館)

料金
曲目 ROUTE 66, Tip it
ina, s, スペイン 他
一般券 2000円
ペア券 3500円
学生券 1000円
(当日500円増、全席自由)
※ペア券は芸術ホール、市民会館、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
○さいだん友の会会員の方、午後2時20分より優先入場
問合せ ☎5513521
(芸術ホール)



粋屋ふぉー

○粋屋ふぉー(函館)
佐藤茂基(ギター、ヴォーカル)、佐藤紀枝(ピアノ、キーボード)、小島和也(ベース)、徳原隆彦(ドラム)



美津子Dx.Quartet + Sab

俣美津子(ピアノ)、勝海亮(ベース)、横田隆(ドラム)、小村隆司(アルトサククス)

市民美術展 第17回「はこだて・冬・アート展」 出展者募集



絵画、工芸、書、写真、デザインなど様々なジャンルの作品を展示する市民美術展の出展者を募集いたします。制作時期や経験は問わず、高校生以上の方から幅広く募集します。作品は未発表のものに限ります。
出品料 一般1,000円、高校生500円(1作品)
募集期間 12月1日(木)~平成29年2月1日(水)
(募集要項は社会教育施設等で配布、またはHPにて公開しております)
展示期間 平成29年2月26日(日)~3月5日(日)
時間 午前10時から午後7時
(最終日は午後5時で終了)
入場料 無料
会場 函館市芸術ホール ギャラリー
問合せ ☎55-3521 (芸術ホール)

2017スプリング・コンサート

函館市および近隣の出身またはゆかりのある演奏家によるジョイント・コンサートです。

■東西古楽の響演 ~雅楽とバロック音楽の調べ~

今日アジアの音楽と舞が日本で結実した東洋の総合芸術として世界から熱い注目を集め、その純粋な音色からは自然観や宇宙観をも感じることができる「雅楽」。そして、クラシックやポップスなど現代西洋音楽の原点であり、今なお幅広い世代に親しまれている「バロック音楽」。芸術ホールいっばいに響く東西古楽の世界をお楽しみください。



出演 天理教函館支部雅朋会、箱館バロック合奏団
日時 平成29年2月10日(金)午後6時45分
会場 函館市芸術ホール
料金 一般2,000円、学生1,000円
中学生以下無料
チケット発売 12月10日(土)
主催 (公財)函館市文化・スポーツ振興財団
HBC函館放送局
問合せ ☎55-3521 (芸術ホール)

エスポラーダ北海道 vs バサジィ大分



©ESPOLADA HOKKAIDO



函館市出身 三浦拓選手(左)

©ESPOLADA HOKKAIDO

北海道を代表するフットサルチーム・エスポラーダ北海道のFリーグ公式戦です。

昨年の函館アリーナオープン翌日に行われた公式戦から1年ぶりとなる戦いにホーム北海道の熱い応援を届けましょう。

日時 12月23日(金) 12時開場午後2時試合開始
会場 函館アリーナ
料金 S席(アリーナ自由)
前売 3,800円、当日 4,000円

A席(スタンド自由)

高校生以上 前売 1,700円、当日 2,500円

小中学生 前売 900円、当日 1,200円

チケット発売 11月25日(金)

チケット発売所

函館アリーナ

ローソンチケット(Lコード: 19312)

チケットぴあ(Pコード: 592-593)

問合せ ☎57-3141 (函館アリーナ)

5

ざいだんウインターフリーマーケット& アートマルシェ 参加者募集



日時 平成29年1月7日(土)
フリーマーケット 午前10時～午後2時
アートマルシェ 午前10時～午後4時
会場 フリーマーケット 市民会館小ホール、大会
議室
アートマルシェ 市民会館展示室

募集要項

○フリーマーケット(1区画 縦2m×横3m)

参加料 1区画1,000円(個人・団体)

定員 50組

○アートマルシェ(1区画 縦2m×横2.5m)

参加料 1区画500円

定員 30組

※アートマルシェの販売品目は、各個人・団体が自ら製作したものに限りま

申込み 12月1日(木)午後5時までに市民会館へ申込用紙を持参してください

問合せ ☎57-3111 (市民会館)

函館市芸術ホールバックステージツアー 2016参加者募集

函館市芸術ホールでは、普段見ることのできない舞台裏などを見学し、芸術ホールや舞台の魅力を知ることができる「バックステージツアー」を毎年開催しています。皆さまもぜひ体験してみませんか?

○Aコース ～ステージってなぁに?～

ホールスタッフと一緒に舞台裏を見学したり、照明や音響の仕組みを楽しく・簡単に学んで体験してみよう!ステージのことを良く知らない皆さんも安心してご参加ください。

日時 平成29年1月14日(土)
午前10時30分～12時

対象 中学生以下(小学生以下は保護者同伴)

○Bコース ～芸術ホールを知ろう!!～

舞台裏や館内の主要施設の見学のほか、当ホールの特色である「多目的舞台」から「音楽舞台」へ入れ替わる舞台転換の様子をスタッフの解説付きでご覧いただけます。ツアー終了後には施設の利用に関する簡易な個別相談会も行います。

日時 平成29年1月14日(土)
午後2時30分～午後4時

対象 芸術ホールのご利用を検討中の個人・団体を含む高校生以上

参加料 各コース無料

定員 各コース50名

申込み 平成29年1月7日(土)までに所定の参加申込書を持参・FAX・郵送にて芸術ホールへ

問合せ ☎55-3521 (芸術ホール)

平成28年度さいだん「邦楽こども教室」 冬期短期コース受講生募集

日本伝統の和楽器である箏（こと）の教室を冬休みに5日間開催します。この機会に箏の美しい音色に触れてみませんか。

講師 NPO法人青少年と伝統芸能を育てる会
期間 平成29年1月9日(月)～13日(金)
時間 午後1時30分～3時
会場 函館市市民会館 3階展示室
受講料 1,800円(受講料・傷害保険料含む)
対象 市内近郊に在住・在学の小中学生
定員 14名(申込順)
申込み 12月1日(木)から23日(金)までに市民会館へ直接または電話で
問合せ ☎57-3111(市民会館)

冬休み特別企画 「オーケストラを楽しもう！」

「クラシック音楽って難しい。オーケストラって何？」
 オーケストラの構成や、楽器の紹介、曲目解説などを交え、クラシック音楽の魅力を楽しみながら学ぶワークショップの参加者を募集します。

出演 北美原ドリームオーケストラ
日時 平成29年1月15日(日)午前10時30分
会場 函館市市民会館 大ホール
参加者募集
対象 市内近郊に在住・在学の小中学生および保護者(一般の方も申込み可)
参加費 無料
申込み 12月1日(木)から平成29年1月10日(火)までに市民会館へ電話またはFAXで
問合せ ☎57-3111(市民会館)

亀田公民館リーダークン講座 初心者向け上の句百人一首競技かるた

漫画や映画で注目を集めている競技かるたを、初めて百人一首に触れる方にもわかりやすく学んでいただきます。かるたの魅力を知って一緒に楽しみましょう。

講師 竹中恵子(函館白妙会代表)
日時 平成29年1月22日(日)午前9時30分
会場 亀田公民館
参加料 無料
対象 市内在住の小学生以上
定員 20名
申込み 1月15日(日)までに亀田公民館へ電話で
問合せ ☎41-2445(亀田公民館)

メモリアル・コンサート・フォー・ユー vol.19 出演者募集



芸術ホールのステージで、ピアノ演奏をしてみませんか。

日時 平成29年1月8日(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(ふりがな)・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、下記宛先へお送りください。ホームページにて印刷用書式を公開しております。
応募先 〒040-0001 函館市五稜郭町37番8号 函館市芸術ホール「メモリアル・コンサート・フォー・ユー」係
応募期間 12月8日(木)まで
 ※定員に満たない場合、募集期間を延長する場合がございます。
問合せ ☎55-3521(芸術ホール)

さいだん地域講習会 「普通救命講習」

心肺蘇生法やAED(自動体外式除細動器)の使用法などを学びます。救急法の正しい知識と技術を身につける機会としてぜひご参加ください。

日時 12月18日(日)午後1時30分
会場 亀田公民館
参加料 無料
対象 市内在住・在勤の成人
定員 20名
申込み 12月13日(火)までに亀田公民館へ電話で
 ※当日は動きやすい服装でお越しください。
問合せ ☎41-2445(亀田公民館)

ホテルネット函館のミーティングルーム



小会議室 最大8名様



大会議室 スクール 最大36名様

ご利用料金		
大会議室	基本3時間	21,600円
小会議室	基本3時間	10,800円
個人ブース	1時間	1,080円

ミーティングやプレゼンルームに
ご利用いただけます。



個人ブース



Hotel Nets Hakodate

ご予約・お問合せ

0138-30-2111 FAX 0138-30-2112

〒040-0011 函館市本町26番17号

JR函館駅から市電乗車約15分、「五稜郭公園前」下車徒歩1分

北洋銀行

五稜郭公園前

→湯の川

函館駅

●丸井今井

ホテルネット 函館

函館市生まれ。15歳で渡仏。パリ国立高等音楽院のピアノ科と室内楽科を最優秀で卒業、修士課程を最優秀で修了し、第3課程アーティスト・ディプロマ科を経て、ヨーロッパと日本を拠点に活動している。

これまでに、日本、フランス、ドイツ他、欧州各地でリサイタル、フランスとベルギーではフランク・ブラレイと共演。第8回プーランク国際ピアノ・コンクール第1位をはじめ数々のコンクールに入賞。2016年エリザベート王妃国際音楽コンクールのファイナリストとなり、話題を呼んだ。現在はフランス・パンクボピュール財団奨学生。



海外コラム vol.29] 夢見るマドモワゼル

②

～世界の風になれ～

おか だ かな
岡 田 奏

15歳のときパリに渡り初めての一人暮らしを始め、日本と異国の地との違いに驚きの毎日を経過していたわけですが、3年目にもなると言葉にも習慣にも慣れてきて、少し人間らしい生活ができるようになりました。母国語ではない言葉で、世界から集まる才能あふれる仲間とさまざまな興味深いことを学べる楽しさに、1日1日がとても早く過ぎていきました。フランス語ができるようになったことで、コミュニケーションの幅が広がり、見える世界が一段と大きくなって、それは私の人間形成にも多大な影響を及ぼしたと思います。

私が専門としている音楽と言葉には深い関係があると思いま

す。例えば、フランス音楽を演奏する際、フランス文学をフランス語で読み（もちろん翻訳されたものは沢山見つけられますが、やはり純粋で微妙なニュアンスなどは原語を知っていると感じやすいと思います）、フランス語の発音や流れ、響きなどを理解していると、音楽へのアプローチも断然違ってくるのです。ドイツ音楽やロシア音楽、色々な国の作曲家の曲を演奏する立場から、それらを理解するため、なるべく新しい言葉を学ぶ時間を作るようにしていますし、言葉だけではなく、美術館にも頻繁に出向き、絵画や文学などからも文化を学ぶようにしています。

ヨーロッパは陸続きのため、他の国へ行くことは私たちが他県へ行くのと同じような感覚でとても簡単です。パリはどこへ行くにも交通の便が良く、飛行機はもちろんのこと、ロンドン・ブリュッセル・ドイツなどには



師匠フランク・ブラレイ氏と南仏のフェスティバルで共演

電車に乗ってひと眠りしてしまえば数時間で着いてしまします。幸運なことに、この10年間で色々な国での沢山の演奏の機会をいただき、プーランク以外ではフランス各地・イタリア・ドイツ・ベルギー・スペイン・ポルトガル・モロッコ・ベネズエラなどを旅しました。同じフランスでも、スペインの国境付近では草花に南国の香りを感じたり、パリとは全く違う雰囲気を感じることができました。私は観察することが大好きなので、一人で道端のカフェに居座り、道行く人々を長い間眺めたりして、お国柄や生活を想像することも楽しみの一つです。

実は今回のタイトル「世界の風になれ」は出身校である函館市立本通中学校の校訓でした。在学中は体育館に飾られたその文字を、「たいそうな校訓だなあ」と思っていました。が、今こうして色々な場所で演奏させて頂くことになり、私は音楽を届けることしかできませんが、それが少しでも現地の人々の助けになったり癒しになれば、これほど嬉しいことはありません。たとえその国の言葉がわからなくても、音楽は世界共通語であり、人と人との心を繋ぐことができる最強の力です。そして音楽は正直で、音にはその人となりが見えます。この仕事を誇りに思うと同時に、一生深いやさしさと限界が見えない人であり続ける勉強をしています。

2017年酉年

スタンプで
手作り
年賀状



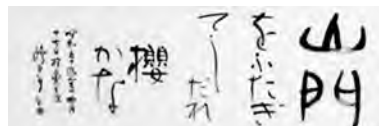
あなたを輝かせる文具があります。

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 <http://www.ishidabungu.co.jp/>
営業時間/平日・午前8:30～午後9:00 土・午前8:30～午後8:30 日祝・午前9:00～午後8:30

北海道立函館美術館

開館30周年記念 生誕110年記念
金子鷗亭の世界



金子鷗亭「自作句 山門を」1998(平成10)年 当館蔵

現代書に大きな足跡を残した、松前出身の書家・金子鷗亭(1906〜2001)の生誕110年を記念し、その書業を振り返ります。

1921年、鷗亭は札幌鉄道教習所で大塚鶴洞に書の指導を受けたことをきっかけに本格的に書に取り組みはじめました。1932年に上京し、比田井天来のもとで研究に励み、「新調和体」論を発表するなど、書の新たな領域の開拓に着手しました。

戦後、鷗亭は毎日書道展の開催・運営に尽力し、自らが提唱する「近代詩文書」を新たな分野として確立させるなど、現代書の振興に貢献しました。本展覧会では、当館・函館市および松前町の所蔵品より、初期から晩年までの約130点を展示いたします。

会期 10月8日(土)〜12月11日(日)
休館日 月曜日
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 610円(410円)
高大生 410円(300円)
小学生 200円(100円)
※(一)内は10名以上の団体料金。
〒040-0001 函館市五稜郭町37-6
☎56-6311

●美術映画会

「マネの革命 絵画を解き放った男」

日時 12月3日(土)午後2時
会場 当館講堂(入場無料)

●ギャラリーツアー

「書の見かた、再発見!!」

講師 当館学芸員
日時 12月10日(土)午後2時
会場 当館特別展示室(要観覧券)

【同時開催】

■ミュージアム・コレクション
金子鷗亭コレクション「中国画・東洋画の世界」

会期 10月8日(土)〜12月11日(日)
【次回開催予定】
開館30周年 ハコビ・グラウンド・コレクション

【文字と記号】セレクション
【書】セレクション
会期 2月4日(土)〜3月26日(日)

◎長期休館のお知らせ

函館美術館では、展示室照明器具LED交換工事のため、左記のとおり休館いたします。
期間 12月12日(月)〜2月3日(金)

市内ギャラリー Hakodate Citizens Gallery

旭ヶ岡の家画廊 旭岡町78
☎50-2121

●フラワースタジオM

押花教室作品展
会期 12月2日(金)〜12月28日(水)

アトリエfiore 元町17-4
☎87-2523

●アトリエfiore企画

Lace展
会期 12月22日(木)〜12月26日(月)

いしい画廊 本町31-22
☎51-1302

●中村友子・金城公雄・三根範順3人展
会期 12月1日(木)〜12月6日(火)

●第50回グループK A N N A
人物素描展
会期 12月8日(木)〜12月13日(火)

●伝えたい□もの□こと□展
(田島薫・拡実・見、中鉢政子と子供達、吉崎大)
会期 12月15日(木)〜12月20日(火)

NHK函館放送局
ギャラリー彩 千歳町13-11
☎27-0111

●布との出逢い展
会期 12月7日(水)〜12月12日(月)

●小学生・中学生人権ボスター
コンテスト作品展
会期 12月14日(水)〜12月19日(月)

函館国際ホテル
ギャラリーカリオン 大手町5-10
☎23-8761

●ななえ絵画教室アップルムーン
作品展2016
会期 11月22日(火)〜12月11日(日)

●月村朝子 絵画展 After image7. 出逢いの喜
会期 12月13日(火)〜1月1日(日)

ギャラリー文林館 本町31-33
☎52-0486

●アトリエミュージズのX,mas vol.4

「星降る聖夜の贈り物」
煌きのGift & Bijoux展
会期 12月9日(金)〜12月11日(日)



会期 12月9日(金)〜12月11日(日)
テオー 梁川町10-25
☎32-0501

●東諄晃チャリティー遺作展 & 年の瀬絵画バザール
会期 12月21日(水)〜12月28日(水)

ネットユニティ・ホール 美原2-7-24
☎46-1313

●NPO法人千堂社
会期 12月7日(水)〜12月12日(月)

●北美原・いけばなこども教室
会期 12月17日(土)〜12月18日(日)

はこだてギャラリー 時任町22-7
☎32-8831

●年の瀬アートバザール
会期 11月28日(月)〜12月22日(木)

●工芸家からのMerry Christmas!展
会期 12月23日(金)〜1月8日(日)



会期 12月1日(木)〜12月26日(月)
はこだて工芸舎 末広町8-8
☎22-7706

●小川由起子 暖かく過ごす衣服展
会期 11月25日(金)〜12月6日(火)

●脇山さとみ 愛おしい日々の陶展
会期 12月2日(金)〜12月13日(火)

●大切な一つを、贈り物展
会期 12月9日(金)〜1月10日(火)

●着物ギャラリーふくし 楽しく・温かく、冬の着物展
会期 12月16日(金)〜1月3日(火)

●凧木版更紗の帯展
会期 12月16日(金)〜1月7日(土)

●行く年・来る年を彩る工芸展
会期 12月23日(金)〜1月8日(日)

涯習報

生学情

博物館
月曜 休館
☎ 2315480

■学芸員こぼれ話
「函館のアイヌ文化」
日時 12月11日(日)午後1時30分
受講料 無料
対象 一般市民
定員 15名

■休館のお知らせ
○博物館本館・郷土資料館
12月16日(金)・23日(金)
29日(木)・31日(土)

■英語でゲーム!
「クリスマスを楽しむ」
日時 12月17日(土)午前10時
受講料 無料
対象 小学生
定員 15名(申込順)
申込み 12月3日(土)午前9時から電話で

■小学生向け
「上の句かるたを覚えよう」
日時 12月14日(土)午後1時
受講料 無料
対象 小学生
定員 10名(申込順)
申込み 12月3日(土)午前9時から電話で

青年センター
水曜 休館
☎ 5113390

■ひめトレ&やさしいヨガ
日時 12月2日(金)・16日(金)
午後2時
料金 各回800円
対象 市内在住・在勤の女性
定員 各16名(申込順)
申込み 電話・窓口申込

■心身からリラックス
ヨガ12月教室
日時 12月2日(金)・9日(金)
16日(金)午後7時15分
料金 各回800円
対象 一般市民
定員 各20名(申込順)
申込み 電話・窓口申込

■地球まるごとシリーズ(第2期)
○タイ語講座
日時 12月7日(水)午後7時
○マレーシア語講座
日時 12月11日(日)午後2時
○フランス語講座
日時 12月14日(水)午後7時
○スペイン語講座
日時 12月21日(水)午後7時
●各講座共通
受講料 1000円
対象 一般市民
定員 10名
申込み 随時受付

■ふるる函館センター(ふるる函館)
月曜 休館
☎ 2315961

■冬休み・ふるる函館寺子屋教室(全4日間、日帰り)
日時 12月11日(水)・14日(土)
午前9時30分
参加費 1000円
対象 小学1・3年生
定員 15名(申込順)
申込み 12月20日(火)午前8時45分から

■ふるる函館わくわくキャンプ
「ふるる冬キャンプ」(1泊2日)

日時 1月28日(土)午後1時30分
1月29日(日)午前11時30分
参加費 2500円
対象 小学3・6年生
定員 50名(申込順)
申込み 12月21日(水)午前8時45分から

中央図書館
水曜 休館
☎ 3515500

■図書館deクリスマスⅡ
○おはなし会リレー
日時 12月18日(日)午前10時
場所 中央図書館おはなしのへや・視聴覚ホール
対象 市民
参加料 無料
申込み 直接会場へ

○「光る影絵」上映会
日時 12月23日(金)午後2時
場所 中央図書館視聴覚ホール
対象 市民
定員 150名
参加料 無料

○クリスマス映画上映会
日時 12月25日(日)
①午前11時 ②午後2時
場所 中央図書館視聴覚ホール
対象 ①親子 ②市民
定員 150名
参加料 無料

■郷土の歴史講座「木版画から電子書籍まで、函館で賢治の世界を描き続けて」
内容 ○浮世絵がつかない賢治とゴッホ、そして山猫
版画の世界
○山猫電子書籍で楽しむ宮沢賢治の世界
佐藤国男(版画家)
大西剛(俳新函館ライブ)
講師 大西剛(俳新函館ライブ)
日時 12月3日(土)午後2時
(開場午後1時30分)

9

場所 中央図書館視聴覚ホール
対象 市民
定員 150名
費用 無料
申込み 直接会場へ

■函館マザーズバンドぽっちゃんクリスマスお座敷ライブ
日時 12月10日(土)午前10時30分
料金 無料
■折紙教室クリスマスかざりづくり
日時 12月18日(日)午前10時
対象 小学生と保護者
定員 8組
参加料 1組300円
申込み 12月10日(土)までに直接センターへ(希望者多数の場合は抽選)

■クリスマススケキづくり
日時 12月23日(金)午前10時
対象 小学生と保護者
定員 8組
参加料 1組300円
申込み 12月13日(火)までに直接センターへ(希望者多数の場合は抽選)

■奉行に変身・記念撮影
奉行所大広間で袴(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 12月24日(土)午前9時
参加料 入館料のみ
場所 箱館奉行所大広間
※申込不要
■年末年始の営業について
休館日 12月31日(土)
臨時開館 1月1日(日)・3日(火)
午前9時～午後3時

箱館奉行所
☎ 512864

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/>

市 民 会 館 小 木 一 ル

TEL 57-3111 FAX 57-3115

日	曜	催 し 物 等	主 催 者 等	開 始	終 了	備 考
3	土	音楽まつり	はなかご会 ☎56-6124	16:00	19:00	関係者のみ
4	日	ピアノ・エレクトーン クリスマスコンサート	佐々木 ☎56-5775	13:15	16:00	入場無料
		ダンススポーツ交流会	函館圏ダンススポーツ連盟 ☎59-3565	18:00	20:30	入場料 1,000円
5	月	タンポボ会例会 社交ダンス&ディスコ	タンポボ会 ☎54-0274	13:00	16:00	参加費 500円 (参加自由)
10	土	プレママわくわくセミナー ハロー赤ちゃん!	公益財団法人 母子衛生研究会 ☎011-233-5977	13:00	15:30	入場無料
11	日	XマスS・D水仙会ダンスパーティー	S・D水仙会ダンススポーツ ☎090-9753-9922	18:00	20:30	入場料 1,000円
17	土	楽踊会(らくようかい)ダンスパーティー	楽踊会(らくようかい) ☎090-3892-3766	13:00	15:30	入場料 1,000円
		チャリティーダンスパーティー 社交ダンス&ディスコ	さとう会 ☎090-4879-1505	18:00	20:30	入場料 1,000円
18	日	Nota Angelica クリスマスパティー	Nota Angelica(ノータ・アンジェリカ) ☎51-7288	13:00	15:30	関係者のみ
23	金	12月最終センター試験本番レベル模試	第一ゼミナール ☎31-5577	9:00	20:30	関係者のみ
25	日	ダンス教室 Rion SPIRATION 第1回発表会 RIOSPIISM-リオスピイズム-	Rion SPIRATION ☎090-9524-2327	18:30	19:30	入場料 一般 500円 大学生以下 300円

表紙のこぼし／制作趣意

今年度は「西部地区の坂」をピックアップ。今月は「大三坂」。以前は木下という人の家があったので「木下の坂」と言われていました。電車通りから石畳を登ると左に大きな瓦屋根の東本願寺函館別院、右にはカトリック元町教会。港が丘通りを過ぎたハリストス正教会と聖ヨハネ教会の間の狭く急峻な道からは、坂名がチャチャ登りに変わります。これからの季節、街路樹の枝に雪が積もり、周囲の教会がライトアップされ幻想的な雰囲気演出します。ひと目見た瞬間に、函館を表す代名詞「異国情緒」が感じられる函館を代表する坂です。(説明文章は坂道標識より一部抜粋)



KIRIN

あ！スッキリ。
紅茶って食事と合うんだ

午後の紅茶 MILK TEA
午後の紅茶 STRAIGHT TEA
午後の紅茶 LEMON TEA
午後の紅茶 おいしい 無糖

30th ANNIVERSARY

午後の紅茶

ダンス教室 Rion SPIRATION 第1回発表会 RIOSPIISM -リオスピイズム-

12月25日(日) 午後6時30分開演 小ホール



料 金 一般500円、大学生以下300円
問 合 せ ☎090-9524-2327 (畑中)

財団ニュース「ステップアップ」は、
函館市内近郊の文化・スポーツ情報をお届けしています。

- 毎月1日・2.8万部発行
- サイズ：A4版の1/5枠
- 料 金：50,000円(税込)

～ご希望の発行月に掲載可能です～

主な配布場所

財団各管理施設、函館市内小学校の全世帯(約1万部)、中学・高校・大学等の教育機関、主な公共施設(渡島管内含む)、関係施設団体、理・美容院、コンビニエンスストア、喫茶および飲食店、映画館、ギャラリー他

お申込み・お問合せ
☎ 0138-57-9739

函館市文化・スポーツ振興財団ステップアップ担当へ

広告協賛募集

※器材点検日は変更する場合がございますのでご了承ください。
●大・小ホールの催し物は、主催者の都合で変更される場合があります。
●器材点検日以外にも利用出来ないことがございますのでお問い合わせください。

12月

●平成29年12月・平成30年1月の大・小ホールの状況
●平成29年11月からは、市民会館改修工事のため利用できません。
●今月の器材点検日は14日(水)・15日(木)・29日(木)・30日(金)ですので、利用できません。

市 民 会 館 大 木 一 ル

TEL 57-3111 FAX 57-3115

日	曜	催 し 物 等	主 催 者 等	開 始	終 了	備 考
1	木	解任民生委員・児童委員感謝状贈呈式並びに 民生委員・児童委員委嘱状伝達式	函館市保健福祉部地域福祉課 ☎21-3293	10:30	11:30	入場無料
3	土	第61回成道会お遊戯会	認定こども園 国の華幼稚園 ☎51-0738	9:00	12:00	関係者のみ
4	日	エホバの証人の大会	ものみの塔聖書冊子協会 ☎43-0290	10:30	17:15	入場無料
8	木	平成28年度おゆうぎ会	函館大谷短期大学附属認定こども園 ☎56-1038	9:30	12:30	関係者のみ
10	土	函館市小学校合同音楽会	函館市小学校音楽教育研究会 ☎42-0861(万年橋小・松浦)	①10:00 ②13:00	①12:00 ②15:30	入場無料
11	日	陸上自衛隊函館駐屯地 クリスマス・コンサート 2016	陸上自衛隊函館駐屯地 ☎51-9171(内線370、土日除く)	14:00	16:00	要整理券
18	日	北海道教育大学函館校 presents 英語ミュージカル「Beginning Of May」	北海道教育大学函館校 英語ミュージカル実行委員会 ☎44-4360	18:00	20:45	入場無料 ※日本語字幕表示あり
27	火	函館大学付属有斗高等学校マーチングバンド部 The Great Bears Drum & Brass Corps Winter Concert 2016	函館大学付属有斗高等学校マーチングバンド部 ☎57-1381(小高)	18:30	20:30	入場料S席 1,200円 A席 800円 B席 500円 (当日各300円増)
28	水			18:30	20:30	

平成28年度「益田喜頓賞」授賞式 遺愛女子高等学校吹奏楽局 第25回定期演奏会

前年度に行われた市民の舞台芸術活動の中で特に優れた活動に対して贈られる「益田喜頓賞」の授賞式が11月3日、函館市民会館大ホールホワイエで行われました。

今回は昨年8月6日に函館市民会館大ホールで公演された「遺愛女子高等学校吹奏楽局 第25回定期演奏会」が選ばれ、企画・構成に工夫を凝らし、独創的で表現豊かな若さ溢れるステージが評価され、若い演奏家が今後も函館で活躍されることを期待して賞状と盾が贈られました。



陸上自衛隊函館駐屯地 クリスマス・コンサート 2016

12月11日(日) 午後2時開演 大ホール



陸上自衛隊函館駐屯地は、年末行事の一環として毎年恒例のクリスマス・コンサートを開催しています。

今年の演奏を担う第11音楽隊は、札幌真駒内に駐屯し、道央道南地区で年間100回を超える演奏活動を行い、幅広いジャンルのレパートリーで人気の高い音楽隊です。

入場要領 整理券(無料)を11月29日(火)午前10時から陸上自衛隊函館駐屯地で配布しています。(1人3枚まで、無くなり次第終了)

問 合 せ ☎57-9171(内線370、土日除く)

函館市民会館 耐震改修工事とともなう長期休館のお知らせ

函館市民会館は耐震改修工事とともない、以下に記載の期間を休館いたしますので、全館ご利用になれません。利用者の皆様にはご不便、ご迷惑をおかけいたしますが、ご理解とご協力をお願いいたします。

休館期間 平成29年11月～平成32年3月(予定)

※毎月1日に行っておりました翌年同月の申込みにつきましても、当面行いませんので、あわせてお知らせいたします。

特賞現金ほか豪華景品が当たる★

サンタ抽選会

12月10日(土) 12月25日(日)

特賞 ★1本★
現金5万円

★抽選会場/ 金森洋物館中央ロビー ★時間/ 9:30～20:00
12月25日(日)最終日抽選券発売終了16:00 抽選終了17:00
■2,000円に1回抽選(本券プレゼント)・500円ごとに補助券贈呈!

金森赤レンガ倉庫

函館市末広町14番12号TEL. (0138) 27-5530 金森赤レンガ倉庫 検索

大型駐車場完備100台収容可能!!お買い物1000円以上で駐車場2時間無料

フィンランドサンタ★

サンタメール

●会場 金森洋物館中央玄関ロビー
各回50組様限定

本物のサンタクロースと一緒に記念撮影!撮った写真はサンタさんからのメッセージとともに12月24日にお届けします。その場でサンタさんからのプレゼントもあります。

12月10日(土) 12月11日(日)

①14:00～ ②14:00～
②17:00～ ③17:00～

クリスマス絵画展 展示会場/ 金森赤レンガ倉庫施設内
11月26日(土)～12月25日(日)

主催/ 金森赤レンガ倉庫 協賛/ 函館中央郵便局、函館タクシー会

12/1～12/24は
★夜8時まで
12/25は9時まで
延長営業

12月 芸術ホール

TEL 55-3521 FAX 55-3586

日	曜	催 し 物 等	主 催 者 等	開 始	終 了	備 考
2	金	LES FRÈRES ANTHOLOGY レ・フレール アンソロジー	マウントアライブ ☎ 011-623-5555	18:30	20:30 (予定)	入場料 5,000円
4	日	エコールドバレエ・Mayumi 第3回バレエ発表会	エコールドバレエ・Mayumi ☎ 090-3115-7018	18:00	20:00	入場料 2,000円 (当日500円増)
7	水	文化座 「銀の滴降る降るまわりに」	函館演劇鑑賞会 ☎ 51-7376	18:30	21:00	会員のみ (当日受付可)
9	金	函館あおい幼稚園 お遊戯会	函館あおい幼稚園 ☎ 46-1008	13:20	15:30	関係者
10	土	函館商業高等学校 第25回北辰吹奏楽団定期演奏会	北海道函館商業高等学校 ☎ 41-4248(林原)	18:00	20:20	入場料 500円 小学生以下無料
11	日	北海道大学水産学部交響楽団 第66回定期演奏会	北海道大学水産学部交響楽団 ☎ 090-2697-7390(伊藤)	14:00	16:00	入場料 500円 中学生以下無料
15	木	三育会クリスマスチャリティーコンサート	三育会 ☎ 34-2115	18:00	19:45	入場無料
17	土	①認定こども園 太陽の子幼稚園 ダンス発表会「リトルマーメイド」 ②認定こども園 第二太陽の子幼稚園 ダンス発表会「ジブリの世界へようこそ」	学校法人 太陽学院 認定こども園 太陽の子幼稚園 ☎ 41-1929 認定こども園 第二太陽の子幼稚園 ☎ 41-9345	9:30	15:30	関係者
18	日	第42回ひなげし会ピアノ発表会	ひなげし会 ☎ 55-4706	13:30	16:00	入場無料
23	金	HAKODATE WINTER JAZZ FESTIVAL 2016	(公財)函館市文化・スポーツ振興財団 ☎ 55-3521(芸術ホール)	15:00	17:30	入場料 一般 2,000円 ヘア 3,500円 大学生以下 1,000円 (当日500円増)
24	土	クリスマス発表会	学童保育所スマイルキッズクラブ ☎ 51-2280	9:30	11:30	関係者
25	日	嶋田ヴァイオリン音楽教室 発表会&クリスマスコンサート	嶋田ヴァイオリン音楽教室 ☎ 26-5711(嶋田)	13:15	16:00	入場無料

北海道大学水産学部交響楽団 第66回定期演奏会

12月11日(日) 午後2時開演 ホール

曲 目	リムスキー=コルサコフ／交響曲第2番嬰へ短調、サン=サーンス／死の舞踏、エルガー／弦楽セレナーデ、村川哲也／沈黙の海へ	指 揮	村川哲也	ハーブ	武川奈穂子
料 金	500円、中学生以下無料	問 合 せ	☎ 090-2697-7390 (伊藤)		

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
3(土)	Harbor Light Jazz Orchestra 2016 Winter Live	ハーバーライトジャズオーケストラ ☎ 59-6365(とまり)	19:00	21:00	入場料 一般 1,000円 (当日200円増) 小中高生 500円 未就学児無料
10(土)	コール・フロイデ クリスマスコンサート	コール・フロイデ ☎ 43-8680(大釜)	14:30	16:00	入場料 500円 高校生以下無料
11(日)	ヴァイオリン・ピアノ発表会	木村 佳子 ☎ 47-8381	16:00	18:30	関係者
16(金)	高文連道南支部演劇合同発表会	北海道高等学校文化連盟道南支部 演劇専門部 ☎ 52-0303(函館中部高校・石川)	18:00	20:00	入場無料
17(土)	ミック・サトーだけの会 vol.1 ～四十歳の挑戦～	MIC企画 ☎ 080-5590-5539	19:00	21:00	入場料 2,000円
18(日)	カトレア会 ピアノ発表会	カトレア会 ☎ 57-3095	10:00	11:30	入場無料
24(土)	宮崎加奈古 “気ままに箏(こと)ライブ” Vol. 10	宮崎加奈古 ☎ 51-2656	13:30	15:30	入場料 1,000円 高校生以下無料 未就学児入場不可
25(日)	クリスマスチャリティーコンサート	NPO法人どうなん「学び」サポートセンター ☎ 52-0415(米田)	14:00	15:30	入場料 2,000円
29(木)	函館音楽教育研究所 第32回研究演奏会	函館音楽教育研究所 ☎ 41-3670(山下)	18:00	20:00	関係者

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
4(日)	KIDS & ENGLISH ヤマハ英語教室発表会	(株)ヤマハミュージックリテイリング函館店 ☎ 34-2700	10:00	15:30	入場無料
6(火)～11(日)	北海道アール・ブリュット展	北海道アール・ブリュット・ネットワーク協議会 ☎ 46-2515(道教大附属特別支援学校・土屋)	10:00	17:00 11日16:00	入場無料
16(金)～19(月)	第38回函館市教職員美術展	函館市教職員福利厚生会 ☎ 51-5220	10:00	18:00 19日15:00	入場無料

●平成29年12月・平成30年1月の芸術ホールの状況
平成29年12月13日(火)は器材点検日等のため使用できません。
平成30年1月4日(木)・16日(土)・17日(日)は器材点検日等のため使用できません。

●平成29年12月分の貸館受付は12月1日(木)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。
●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、お問い合わせください。

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
11	日	家庭教育・子どもチャレンジ講座 ちよっと早いクリスマス「子どもクリスマスのつどい」	七飯町教育委員会生涯教育課 ☎ 66-2068	小ホール	9:20	12:00	参加料 300円

家庭教育・子どもチャレンジ講座 ちよっと早いクリスマス 「子どもクリスマスのつどい」

日時 12月11日(日)
午前9時20分
会場 七飯町文化センター
スターホール
参加料 300円



ZOORASIAN BRASS 音楽の絵本

「音楽の絵本」はクラシック音楽における絵本のような役割ができれば…と考えられ、そして誕生しました。金管五重奏のズーラシアンブラスとピアノの弦(つる)うさぎ、そしてサクソはきつねのサキソフォックス…動物たちが織りなす「音楽の絵本」の世界へようこそ!

日時 平成29年1月21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 2,500円
高校生以下 1,000円
(当日各500円増)
※3歳未満膝上無料。
座席が必要な場合は要チケット。
問合せ ☎ 66-2066
(七飯町文化センター)



北斗市総合文化センター情報

TEL 74-2000 FAX 74-2074 <http://www.city.hokuto.hokkaido.jp/modules/culture/content0005.html>

日	曜	催し物等	主催者	会場	開始	終了	備考
4	日	北海道教育大学函館校吹奏楽団 WINTER CONCERT 2016 —第64回全日本吹奏楽コンクール出場記念—	北海道教育大学函館校吹奏楽団 ☎ 080-6069-5764 (櫻庭)	大ホール	15:00	17:00	入場料 700円
25	日	第19回上磯小学校合唱部定期演奏会	上磯小学校合唱部 ☎ 73-2062 (上磯小学校 古屋)	大ホール	13:30	15:30	入場無料

上磯吹奏楽団 第25回定期演奏会 ～創立25周年記念～

当団創立25周年を記念するにあたり、客演指揮者として丸谷明夫氏(全日本吹奏楽連盟理事長/大阪府立淀川工科高等学校名誉教授)をお迎えします。

オリジナル・ステージ、丸谷氏を迎えてのスペシャルステージ、エンターテインメント・ステージの3部でお楽しみください。

日時 12月3日(土)午後6時
会場 北斗市総合文化センター かなで～ 大ホール
料金 小学生以上500円
問合せ ☎ 73-2304 (梅原)

日医I presents ～20th Anniversary～ 葉加瀬太郎 コンサートツアー2016 [JOY OF LIFE] supported by Iwatani

日時 12月18日(日)午後4時
会場 北斗市総合文化センター
かなで～ 大ホール
※チケットは好評につき完売いたしました
問合せ ☎ 74-2000
(北斗市かなで～協会)



※12月29日から1月3日まで休館日となります。

※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

平成28年度

NHK 歳末たすけあい NHK 海外たすけあい

12月1日(木)～12月25日(日)

全国の郵便局およびゆうちょ銀行直営店・取り扱い標示のある金融機関・JA(農協)・JF(漁協)・共同募金会・日本赤十字社・全国のNHKで受け付けます。

※NHK函館放送局での受付は、平日の午前9時30分～午後5時まで。



函館山ロープウェイ

FM いるか

●FM いるか開局 24 周年記念特別番組

特別企画、いるか号によるケーキ宅配、映像配信など、今年もスタッフ一同、賑やかに送ります。

日 時 12月24日(土)午前9時～午後9時

●ファンタスティックイブ～FM いるか開局 24 周年記念～THE 武田組クリスマススペシャルライブ

金森ホールから生放送(午後7時～8時)

出 演 THE 武田組

「華はないけど愛がある。愛で咲かせる唄の華」2006年に結成した5人組。北海道を拠点に活動し、全国各地のロックフェスなどにも出場。ストリートな歌詞を全力で唄うスタイルに多くの人が魅了されています。北海道新聞や道内企業のCMソングやテレビ番組のテーマソング等に多数採用されており、道民には耳馴染みのバンドです。



○スペシャルライブ来場者募集

FM いるかをお聴きの方 200 名様を無料ご招待いたします。葉書・FAX・Eメールで1通のご応募につき、4名様まで応募可能です。あなたのお名前、住所、電話番号と、同伴の方のお名前を明記の上、FM いるか「THE 武田組ライブ」係までお送りください。

締 切 12月11日(日)当日消印有効(応募多数の場合は抽選となります。当日の天候によりイベントの内容が変更になる場合がありますのでご了承ください。)

※THE 武田組は、12月24日(土)午後5時45分からクリスマスファンタジー会場特設ステージでアコースティックミニライブと巨大ツリー点灯式を行います。

〒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

クレモナホール

TEL23-6288

●第22回函館港イルミネーション映画祭2016兼第20回シナリオ大賞

○函館山ロープウェイ・プレゼンツ／函館ロケ作品
「男はつらいよ・寅次郎相合い傘」監督／山田洋次

※市民160名ご招待

日 時 12月9日(金)午後1時

○「太陽の蓋」監督／佐藤太

日 時 12月10日(土)午後1時

○「走れ、絶望に追いつかれない速さで」監督／中川龍太郎

日 時 12月10日(土)午後4時

○「トマトのしずく」監督／榊英雄

ゲスト／榊英雄監督

日 時 12月10日(土)午後6時20分

○公式パーティー

○「函館珈琲」監督／西尾孔志

ゲスト／あがた森魚、小林三四郎

日 時 12月11日(日)午後1時

○「断食芸人」監督／足立正生

ゲスト／足立正生監督

日 時 12月11日(日)午後3時20分

○「無伴奏」監督／矢崎仁司

ゲスト／矢崎仁司監督、西田宣善

日 時 12月11日(日)午後6時10分

料 金 金森ホールと同じ

問合せ ☎22-1037 (映画祭事務局)

金 森 ホール

TEL 23-0338

12/1(木) YAMAZAKI MASAYOSHI ONE KNIGHT STAND TOUR 2016-2017

開 演 午後7時

料 金 5,500円 (オールスタンディング)

問合せ ☎011-623-5555

(マウントアライブ)

12/9(金)～11(日) 第22回函館港イルミネーション映画祭2016兼第20回シナリオ大賞

○オープニング&プレミアム上映

「淵に立つ」監督／深田晃司

ゲスト／深田晃司監督、筒井真理子

日 時 12月9日(金)午後6時 ※特別料金

○開会式・シナリオ大賞表彰式・オープニングパーティー

○「池波正太郎 時代劇スペシャル『顔』」監督／山下智彦

日 時 12月10日(土)12時30分

○「SLUM-POLIS」監督／二宮健

ゲスト／二宮健監督

日 時 12月10日(土)午後2時30分

○「カンパイ!世界が恋する日本酒」監督／小西未来

日 時 12月10日(土)午後5時30分

○「お盆の弟」監督／大崎章

ゲスト／大崎章監督、足立紳

日 時 12月11日(日)午前10時30分

○「東京ウィンドオーケストラ」監督／坂下雄一郎

ゲスト／中西美帆

日 時 12月11日(日)午後1時20分

○「ケンとカズ」監督／小路紘史

ゲスト／小路紘史監督

日 時 12月11日(日)午後3時40分

料 金 一 般 1回券前売1,000円

当日1,300円

1日券前売2,500円

当日3,000円

3日通し券 5,000円 (前売のみ)

ペア1回券 1,800円 (前売のみ)

学生1日券 1,000円 (前売・当日)

シニア1回券 1,000円 (前売・当日)

小学生以下無料

※オープニング&プレミアム上映のみ、当日一般1,800円、大学・高校生1,500円(1回券・1日券・3日通し券をお持ちの方はプラス800円)

問合せ ☎22-1037 (映画祭事務局)

12/16(金) クリスマス・キッズ合唱コンサート

開 演 午後6時30分

料 金 無料

問合せ ☎55-3271 (函館青色申告会青年部)

12/18(日) ヤマハ エレクトーン サウンドライブ

時 間 1部午前10時45分 2部午後2時

3部午後4時30分

料 金 無料

問合せ ☎34-3400

(ヤマハミュージッククリティリング函館)

12/23(金) with out SAUDADE X'mas LIVE

時 間 午後2時

料 金 前売800円、当日1,000円

問合せ ☎52-9719 (サウダージスタジオ)

カフェレスト・アクリス

五反田駅35-1
☎3166222

●アクリス・セレクトライブ

Vol.42 高野正幹ジャズカルテット
函館ライブ・Vol.3 WINTER
高野正幹・テナー・サクソ、ソプラノ・サクソ、吉村徳泰(ベース)、伊藤駿介(ドラム)、OBA(ドラム)

日時 12月3日(土)午後5時
料金 2500円、3000円(1dr付)
●アクリス・カフェタイムミュージックラウンジVol.6
吉本有佑(ピアノ)

日時 12月4日(日)①午後2時②午後3時③午後4時
料金 無料(要1dr)

●アクリス・セレクトライブ

Vol.43 Happy Holidays
Vol.3 From Le Lapis
畑中佳子(ピアノ)、佐藤亮(ヴァイオリン)、吉村徳泰(ウッドベース)、小田桐陽一(ドラム)

日時 12月18日(日)午後3時30分
料金 2000円(1dr付)
●アクリス・セレクトライブ
Vol.44 アクリス・スクリーンコンサート
熊田祥子(ソプラノ)、高実希子(ピアノ)

日時 12月23日(金)12時
料金 5000円(お食事1dr付)
問合せ 54-1230(高田)

函館市女性センター

●冬休み・親子でチャレンジ
ヤンボール教室
日時 1月6日(土)午前10時
材料費 一組500円
定員 10組20名
対象 市内在住または在勤の保護者と小学生
申込み 12月6日(火)午前10時から電話または窓口受付で

●土曜ぶちさろん
絵本の読みかせ等
日時 1月7日(土)、21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
申込み 当日会場へ
●親子リズム遊び
日時 1月14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
申込み 電話または窓口受付で

●ベビーマッサージ
日時 1月28日(土)午前10時30分
料金 2000円
対象 市内在住または在勤の保護者と2才以下1才未満児
申込み 電話または窓口受付で

●オープンハート「離婚とDVの話」

日時 1月16日(月)午後1時30分
相談料 無料
定員 10名
対象 市内在住または在勤の女性
申込み 12月13日(火)午前10時から電話または窓口受付で

●カジメンズ・キツチン①②(全2回)
日時 1月21日(土)、28日(土)午後1時30分
材料費 1回1200円
定員 24名
対象 市内在住または在勤の男性
申込み 12月16日(金)午前10時から電話または窓口受付で

●キャリアアバンとワークライフバランス
日時 1月28日(土)午後1時30分
受講料 無料
定員 50名
対象 市内在住または在勤の男女
申込み 12月20日(火)午前10時から電話または窓口受付で

●DVと虐待相談・働く女性の悩み相談
日時 毎週火・木曜日 午前10時
毎週水・金曜日 午後6時30分
対象 市民
申込み 電話で

●家庭生活に関する電話相談
日時 毎週水・水曜日 午前10時
電話のみ
日時 毎週火・木曜日 午後6時30分
対象 市民
申込み 電話で

函館YWCA

●げんきdeストレッチ
講師 水谷真貴子
日時 12月15日(木)午後1時30分
参加費 600円
●小さなクラフトと北欧の編み物展
期間 12月10日(土)～12月15日(木)
クリスマス会
礼拝 柴田もゆる(函館千歳教会牧師)
日時 12月10日(土)午前10時30分
大人1000円 学生・子ども500円(軽食付)

●薬膳料理
講師 林幸子(料理教室 林)
日時 12月13日(火)午前10時30分
参加費 3500円(材料費込)
●歌いつつて
講師 寺田麗子
日時 12月14日(水)、21日(水)午前10時30分
参加費 6000円
●あみものカフェ
日時 12月14日(水)午後1時
参加費 6000円(紅茶付・初回のみ800円・毛糸代別)
●親子でサイエンスサインペンの色を分けてみよう！
ペーパークロマトグラフィーで遊ぼう！

講師 井上千加子
日時 12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1年までの子どもと保護者

シネマアイリス

●ニュースの真相
11月12日(土)ロードショー
●グランド・イリュージョン・見破られたトリック
11月19日(土)ロードショー
●ザ・ビートルズ・エイト・デイズ・ア・ウィーク
11月26日(土)ロードショー
●HIGH & LOW THE RED RAIN
11月26日(土)ロードショー
●溺れるナイフ
12月17日(土)ロードショー
●闇金ウシジマくん Part 3
12月17日(土)ロードショー
シネマ太陽函館
松風町21-1
☎2212021

ジャック・リリーチャー NEVER GO BACK

11月11日(金)ロードショー
●ミュージアム
11月12日(土)ロードショー
●ファンタスティックビーストと魔法使いの旅
11月23日(水)ロードショー
●海賊とよばれた男
12月10日(土)ロードショー
●リーグ・ファン・スター・ウォーズ・ストーリー
12月16日(金)ロードショー
●映画 妖怪ウォッチ 空飛ぶクジラとダブル世界の冒険だニヤン!
12月17日(土)ロードショー
●ぼくは明日、昨日のきみとデートする
12月17日(土)ロードショー
●土竜の唄 香港狂騒曲
12月23日(金)ロードショー

高野正幹 From Tokyo 函館ジャズライブ

高野正幹・At・ジャズ・カフェ・リオン
出演 高野正幹、佐藤亮、伊藤駿介、P.F.
日時 12月2日(金)①午後7時30分②午後8時30分
会場 ジャズ・カフェ・リオン
料金 (北星原14-2) 2500円、3000円(1dr付)
問合せ 47-3925(同店)

NPPO 函館レクリエーション協会

●げんきdeストレッチ
日時 12月3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)
●劇団PAP「私たちの場所」
日時 12月3日(土)4日(日)午後1時30分
会場 中島緑地ふれあいセンター
(中島町25-18)
料金 一般1000円、学生500円
問合せ 090-6216-1459(館)

●ともえ童謡の会クリスマス会
クリスマスソングを中心に楽しく歌い会食、ゲームその他で友と笑顔で過ごしましょう
講師 斉藤八寿子
日時 12月5日(火)午前11時
会場 五島軒(末広町4-5)
参加費 4000円
申込締切 12月4日(日)

●教育音楽ぐるーぷどるちえはこだて童謡の会
第9回クリスマス会
クリスマスソング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 12月6日(水)午後11時30分
会場 イマジンホテル湯川町3-1-17
参加費 3500円(温泉、昼食付、会費含)
申込締切 12月20日

●第22回函館館長イルミネーション映画祭
2016 兼 第20回シナリオ大賞
シヨート&インディーズ・プログラム
●学生映画祭
●学生ショート・プログラム
●ここはわたしの天国だ
●モルエラニの霧の中(パイロット版)
●ndr 若手映像作家育成プロジェクト作品
・「はなとくち」
・「父の結婚」
・「罪とバス」
●BOURBON TALK
日程 12月10日(土)・11日(日)
会場 函館市公民館(青柳町12-17)
料金 5000円(1日)
問合せ 22-1037(映画祭事務局)

山本恭司 LIVE

日時 12月10日(土)午後7時
会場 kurura 杉並町7-20
料金 4000円
●CHRISTMAS jazz live
yukko(v.o.)、野澤靖(Gt.)
Ritchie(ベース)とP.F.
室光貴(Ba)
日時 12月10日(土)午後7時30分
会場 bar COZY(梁川町18-4)
料金 2000円(1dr付)
問合せ 76-4424(同店)

CONCERT Vol.23

●CONCERT Vol.23
函館MB混声合唱団、大村義美(指揮)、

●中一映(指揮)、畑中佳子(Pf)、佐藤亮(V)、西尾直(Vc)
日時 12月11日(日)午後2時
会場 五島軒(末広町4-5)
料金 1000円(1dr付)、中学生以下無料
※ハレルヤ・コーラスを一緒に歌いたい方事前にお問合せください
問合せ 090-7516-4694(ひしや)

Flute Jazz Live & Session

森田万子トリオ
ライヴ後半はメンバーがホストのセッションとなります
出演 森田万子(F)、寺下誠(Pf)、杉山茂生(Cb)
日時 12月11日(日)午後7時
会場 jazz spot Leaf
(松風町8-19)

●アクリス・セレクトライブ
Vol.44 アクリス・スクリーンコンサート
熊田祥子(ソプラノ)、高実希子(ピアノ)

日時 12月23日(金)12時
料金 5000円(お食事1dr付)
問合せ 54-1230(高田)

函館市女性センター

●冬休み・親子でチャレンジ
ヤンボール教室
日時 1月6日(土)午前10時
材料費 一組500円
定員 10組20名
対象 市内在住または在勤の保護者と小学生
申込み 12月6日(火)午前10時から電話または窓口受付で

●土曜ぶちさろん
絵本の読みかせ等
日時 1月7日(土)、21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
申込み 当日会場へ
●親子リズム遊び
日時 1月14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
申込み 電話または窓口受付で

●ベビーマッサージ
日時 1月28日(土)午前10時30分
料金 2000円
対象 市内在住または在勤の保護者と2才以下1才未満児
申込み 電話または窓口受付で

●オープンハート「離婚とDVの話」

日時 1月16日(月)午後1時30分
相談料 無料
定員 10名
対象 市内在住または在勤の女性
申込み 12月13日(火)午前10時から電話または窓口受付で

●カジメンズ・キツチン①②(全2回)
日時 1月21日(土)、28日(土)午後1時30分
材料費 1回1200円
定員 24名
対象 市内在住または在勤の男性
申込み 12月16日(金)午前10時から電話または窓口受付で

●キャリアアバンとワークライフバランス
日時 1月28日(土)午後1時30分
受講料 無料
定員 50名
対象 市内在住または在勤の男女
申込み 12月20日(火)午前10時から電話または窓口受付で

●DVと虐待相談・働く女性の悩み相談
日時 毎週火・木曜日 午前10時
毎週水・金曜日 午後6時30分
対象 市民
申込み 電話で

●家庭生活に関する電話相談
日時 毎週水・水曜日 午前10時
電話のみ
日時 毎週火・木曜日 午後6時30分
対象 市民
申込み 電話で

函館YWCA

●げんきdeストレッチ
講師 水谷真貴子
日時 12月15日(木)午後1時30分
参加費 600円
●小さなクラフトと北欧の編み物展
期間 12月10日(土)～12月15日(木)
クリスマス会
礼拝 柴田もゆる(函館千歳教会牧師)
日時 12月10日(土)午前10時30分
大人1000円 学生・子ども500円(軽食付)

●薬膳料理
講師 林幸子(料理教室 林)
日時 12月13日(火)午前10時30分
参加費 3500円(材料費込)
●歌いつつて
講師 寺田麗子
日時 12月14日(水)、21日(水)午前10時30分
参加費 6000円
●あみものカフェ
日時 12月14日(水)午後1時
参加費 6000円(紅茶付・初回のみ800円・毛糸代別)
●親子でサイエンスサインペンの色を分けてみよう！
ペーパークロマトグラフィーで遊ぼう！

高野正幹 From Tokyo 函館ジャズライブ

高野正幹・At・ジャズ・カフェ・リオン
出演 高野正幹、佐藤亮、伊藤駿介、P.F.
日時 12月2日(金)①午後7時30分②午後8時30分
会場 ジャズ・カフェ・リオン
料金 (北星原14-2) 2500円、3000円(1dr付)
問合せ 47-3925(同店)

NPPO 函館レクリエーション協会

●げんきdeストレッチ
日時 12月3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

シネマアイリス

●ニュースの真相
11月12日(土)ロードショー
●グランド・イリュージョン・見破られたトリック
11月19日(土)ロードショー
●ザ・ビートルズ・エイト・デイズ・ア・ウィーク
11月26日(土)ロードショー
●HIGH & LOW THE RED RAIN
11月26日(土)ロードショー
●溺れるナイフ
12月17日(土)ロードショー
●闇金ウシジマくん Part 3
12月17日(土)ロードショー
シネマ太陽函館
松風町21-1
☎2212021

ジャック・リリーチャー NEVER GO BACK

11月11日(金)ロードショー
●ミュージアム
11月12日(土)ロードショー
●ファンタスティックビーストと魔法使いの旅
11月23日(水)ロードショー
●海賊とよばれた男
12月10日(土)ロードショー
●リーグ・ファン・スター・ウォーズ・ストーリー
12月16日(金)ロードショー
●映画 妖怪ウォッチ 空飛ぶクジラとダブル世界の冒険だニヤン!
12月17日(土)ロードショー
●ぼくは明日、昨日のきみとデートする
12月17日(土)ロードショー
●土竜の唄 香港狂騒曲
12月23日(金)ロードショー

高野正幹 From Tokyo 函館ジャズライブ

高野正幹・At・ジャズ・カフェ・リオン
出演 高野正幹、佐藤亮、伊藤駿介、P.F.
日時 12月2日(金)①午後7時30分②午後8時30分
会場 ジャズ・カフェ・リオン
料金 (北星原14-2) 2500円、3000円(1dr付)
問合せ 47-3925(同店)

NPPO 函館レクリエーション協会

●げんきdeストレッチ
日時 12月3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

シネマアイリス

●ニュースの真相
11月12日(土)ロードショー
●グランド・イリュージョン・見破られたトリック
11月19日(土)ロードショー
●ザ・ビートルズ・エイト・デイズ・ア・ウィーク
11月26日(土)ロードショー
●HIGH & LOW THE RED RAIN
11月26日(土)ロードショー
●溺れるナイフ
12月17日(土)ロードショー
●闇金ウシジマくん Part 3
12月17日(土)ロードショー
シネマ太陽函館
松風町21-1
☎2212021

ジャック・リリーチャー NEVER GO BACK

11月11日(金)ロードショー
●ミュージアム
11月12日(土)ロードショー
●ファンタスティックビーストと魔法使いの旅
11月23日(水)ロードショー
●海賊とよばれた男
12月10日(土)ロードショー
●リーグ・ファン・スター・ウォーズ・ストーリー
12月16日(金)ロードショー
●映画 妖怪ウォッチ 空飛ぶクジラとダブル世界の冒険だニヤン!
12月17日(土)ロードショー
●ぼくは明日、昨日のきみとデートする
12月17日(土)ロードショー
●土竜の唄 香港狂騒曲
12月23日(金)ロードショー

高野正幹 From Tokyo 函館ジャズライブ

高野正幹・At・ジャズ・カフェ・リオン
出演 高野正幹、佐藤亮、伊藤駿介、P.F.
日時 12月2日(金)①午後7時30分②午後8時30分
会場 ジャズ・カフェ・リオン
料金 (北星原14-2) 2500円、3000円(1dr付)
問合せ 47-3925(同店)

NPPO 函館レクリエーション協会

●げんきdeストレッチ
日時 12月3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

「ファッションとマインド」

にしね まゆこ
西根 繭子

(パーソナルファッションアドバイザー)

284



おしゃれの楽しみ方をお伝えします

皆さんはおしゃれを楽しんでいますか？

私は女性達が、もっとおしゃれを楽しくて自分らしく輝いて欲しいと思っています。それがお仕事をやる上で、大切にしていく私の想いです。この想いを抱くようになったのは、私自身が経験した事が大きく影響しています。実は、私は自分らしく生きる事が出来ずに苦しんだ時期が

ありました。そんな私が自分らしさを取り戻す過程で、「ファッションで自分を表現して楽しむ」という事に、とても助けられたのです。その時に、ファッション（外側の自分）と心は繋がっていると感じ、互いに影響し合っていると実感しました。それ以来おしゃれを楽しむ気持ちを大切にできるようになり、今ではこの経験を活かして、女性を輝かせるお手伝いをする立場になっています。

多くのお客様は、お似合いになる色やスタイルのアドバイスをさせて頂くだけで、笑顔になります。そして、お買い物の場面で、お似合いになる洋服を着ると、笑顔が輝き最高の表情を

プロフィール：千葉県出身。結婚後北海道へ。イメージコンサルタント資格取得後、パーソナルファッションアドバイザーとして、個人コンサル、ショッピング同行、ファッション講座などを行っている。



函館生活記

異国での日々

「夢を追うこと」

272

コルトン・ウェツツェル
(アメリカ)(一財) 北海道国際交流センター
日本語日本文化講座夏期セミナー参加留学生

「どこから来たの？」私はアメリカのニュージャージー州から来ました。「でもどうしてアメリカの東海岸に住んでいるのに日本語を話せますか。」いい質問です。では、説明しましょう。実は八年前に私の父が亡くなりまして。そのころはいつも悲しかったです。私は家から出たくなかったので学校にも行けませんでした。しかし、ある日、私は

ニュージャージーで日本のお寺を見つけました。そのお寺に行ってきたさんの日本人と会いました。お寺の人は私の名前を言えないので衛(まもる)という名前と呼んでくれました。その時から私は「日本人」になって、日本に住むことが夢になりました。夢を持てたので、もう私は悲しくありませんでした。毎日日本語を勉強して、日本語のために大学に入つて、今、私は大きな夢を追っています。

日本に留学する前にいろいろな期待がありました。が、今留学してみても、ちょっと期待と違うことがありました。例えば初めは友達がいなくて寂しかったです。ですが、今は友達もできて、少しずつ日本の生活に慣れました。他のことも考えるようになりまし。日本の生活が大好きですがアメリカにいる彼女と家族が忘れられないので、まだ将来のことを決められません。もしアメリカに住んだら家族は作れますが、あまり日本語を話せないかもしれません。もし日本に住んだら、大好きな日本語が話せますが、家族がいなくてもいいかもしれません。ですから、まだ将来どうなるかわかりません。

でも夢を追うのはとても大切なことだと思います。夢があったから、悲しみから抜け出せましたし、今、日本で楽しい生活を送ることができています。将来はどうなるかわかりませんが、今は色々なチャンスを逃さないで、楽しもうと思います！

楽しい思い出の一枚を
レトロな公会堂で
撮影して下さい。

旧函館区公会堂内
**ハイカラ
衣裳館**

●函館市元町11-13
●TEL/0138(22)1001
●FAX/0138(23)2626

年内は12月25日(日)迄営業致します。
来春は3月1日(水)より営業致します。

貸衣裳料金 20分 1,000円(税込)

時間内ならご自由に撮影が出来ます。ご自分のカメラ等でご自由に撮影して下さい。(お一人の方は係の者にお声をかけて下さい)

カメラで、ビデオで
思い出写真。
レトロでゴージャスな
衣裳をお貸しします。

ヘアメイク

1,000円(税込) 所要時間 5分

ティアラ・ヘッド飾り・アクセサリー込

鈴木先生のスポーツコラム 第3回 青い空を見上げ、 楽しく安全に歩くために ～ウエアーとシューズの選び方～



函館短期大学 専任講師
すずき えいご
鈴 木 英 悟

函館短期大学食物栄養学科専任講師

日本大学法学部卒業、東海大学大学院体育学部体育学研究科体育学専攻修了〔体育学修士〕、東京農業大学大学院博士課程環境共生学専攻修了〔博士（環境共生学）〕、日本赤十字社救急法指導員、日本赤十字社水上安全法指導員、日本スポーツクラブ協会（JSCA）公認マスター上級介護予防運動スペシャリスト（終身指導者）、日本キャンブ協会キャンブディレクター1級、NPO法人ライフサポート理事、社会福祉法人磯子コスモス福祉会中原苑評議員等

ウォーキングは、「現在行っている」或いは「今後始めてみたい」運動種目の調査（世論調査等）において常に上位にランキングされる運動種目です。人気の理由として、気心の知れたお友達と楽しい会話を続けながら気軽に手軽に始められることが大きな要因ではないでしょうか。さらに有酸素運動であるウォーキングは心肺機能、持久能力向上や体脂肪の燃焼に役立ち生活習慣病の予防に貢献することが証明されています。

厚生労働省は健康日本21（第2次）の中で2022年までに日常生活における歩数の目標値を約9000歩と示しています。皆さんは1日どの位歩いていますか？最近ではスマートフォンで歩数や消費カロリーをカウントできるアプリが多く開発されているようですので計測してみているかがですか。冒頭でウォーキングは気軽に開始できる運動種目とご紹介しましたが、歩き方等を間違えると大きなけがにつながることも少なくありません。そこで今回から数回にわたり、ウォーキングをより安全に、運動効果を得るためのポイントを挙げていきます。まずはウエアーの選択について。いうまでもなく季節に適したものを選ぶことが大切です。段々と気温が下がるこれからの季節では身体を冷気（凍傷）から守るため保温効果が高いウエアーの着用を。ニット帽などを被り耳の保護もお忘れなく。ウ

エアーのカラーにも気配りが大切で。歳を重ねるとどうしても地味な色のウエアーを着用する傾向が高くなるようですが、日暮れが早くなるこの時期、車の運転者等からの発見が遅れ事故に遭遇する可能性が高まります。蛍光色を含んだものや反射テープ等が施されたウエアーを選択することをお勧めします。

次にけが予防の観点から、足首やひざにかかる負荷を軽減するために舗装された路面よりも芝生や土の上を選び歩くことも必要です。また、着地時に生じる衝撃の緩和に役かってくれるアイテムがシューズです。ソールの厚みと適度なクッション性があるものを選びましょう。これから新たにシューズを購入する方は、下肢にむくみが出る午後（夕方）に左右試着され、あたりがなにかを確認し購入することが良いとされています。また、試着の注意点として、シューズに足を入れかかると軽く地面を2〜3回コンコンと叩いてから紐を縛るように心がけてください。たまに横着をしてシューズを履くときにかかと（ヒールカップ）を踏みつぶしている方を目にしますが、シューズの命はヒールカップにあるといっても過言ではありません。私たちの体を衝撃から守ってくれるアイテムをぜひ大切に扱ってください。愛着がわき歩くことがさらに楽しくなるはずです。次回はいよいよフォームについてお話しします。

内 市 ス ポ ー ツ 情 報

函館アリーナ武道館
湯川町1-32-2 ☎57-3141

○函館市スポーツ少年団柔道交歓会兼全道予選
日程 12月4日（日）

○日本赤十字社東日本大震災義援金チャリティ2016秋
季北海道空手道選手権大会
日程 12月11日（日）

サン・リフレ函館
大森2-14 ☎23-2556

○第28回道南ラージボール大会
日程 12月10日（土）

■アイスホッケー少年団函館ライトニング部員募集！
冬期間のトレーニングに、動

育成に、楽しく戦える新たな『仲間』を募集しています。
期間 12月〜3月
時間 午後7時〜8時（週2回程度）

会場 市民スケート場
問合せ ☎080-118741
0031（竹内）

■北斗フラメンコダンスサークル会員募集
年齢を気にせずに身体の動か

し方やステップ等、基礎から学べます。体験会も実施予定です。
日時 毎週金曜日（月4回）
時間 午後7時〜8時
会場 北斗市総合文化センター
会費 月3200円
問合せ ☎080-157291
8953（木村）

■コナミフィットネスプログラム
12月おすすめプログラム
○ボディバランス
ゆったりとした音楽に合わせ

て太極拳やヨガ、ピラティスなどの要素を取り入れた動作を行います。緩やかに身体を動かして力強くしなやかな身体作りに効果的です。
○コアクロス
30分の短時間で集中的に体幹強化を行います。ご自身のペースとタイミングでできるため、体幹トレーニングが初めての方にもおすすめです。

○サーキットトレーニング
低強度の筋力トレーニングと有酸素運動を繰り返して行います。体への負担が少なく、脂肪燃焼を目的とした方におすすめのプログラムです。

場所 函館アリーナスタジアムA
受講料 30分クラス 3000円
45分クラス 4000円
60分クラス 5000円
対象 高校生以上
定員 8名〜20名（種目による）

※スケジュール詳細についてはホームページ、函館アリーナ内に掲示予定です。
問合せ ☎57-3141
（函館アリーナ）



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

○函館市公民館講座
○書き初め会



講師 書道金曜会
日時 1月6日(金)午後1時30分
教材費 200円
対象 市内在住の小学生
定員 10名
申込み 12月22日(木)まで電話で

亀田公民館 ☎41-2445

休館日 毎週月曜日・祝日

○亀田公民館講座
○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」

花の髪飾りを作り、フラダンスを踊って一足早いクリスマスを楽しみましょう。
講師 ハーラウ オラパクイカ

ライ

日時 12月11日(日)午前10時
教材費 500円

対象 小学生以上

定員 20名

申込み 12月6日(火)まで電話で

○書き初め会

講師 若葉会書道サークル

日時 1月5日(木)午後1時30分

教材費 200円

対象 市内在住の小学生

定員 10名
申込み 12月22日(木)まで電話で

文学館

☎22-9014

館内整理日 12月14日(木)

○石川啄木直筆資料展

「明治41年4月の書簡」

明治41年4月、宮崎大四郎(郁雨)宛てに、小樽から「家族を函館に連れ来るための資金援助を依頼する」書簡、上京後に「思ふて居た程自分の頭はおくれて居らず候」と、「文学的成功への自信を示す」書簡等、8通を展示しております。
会期 平成29年4月5日(木)まで

北方民族資料館 ☎22-4128

館内整理日 特別清掃のため

12月14日(木)

市民プール ☎52-7452

器材点検日 12月14日(水)・30日(金)

○第7回水中ウォーキング教室

(昼の部・夜の部)

日時 1月5日〜2月9日

18

月・木曜日(全10回)

夜の部 12時〜午後1時15分

受講料 午後6時30分〜7時45分

対象 4800円(保険料含む)

定員 18歳以上

屋の部 50名(申込順)

夜の部 20名(申込順)

申込み 12月8日(木)〜12月19日(月)

○第7回ゆっくりゆっくり水泳教室

日時 1月5日〜2月9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 12月8日(木)〜12月19日(月)

○第7回市民水泳教室

(午前の部・午後の部)

日時 1月6日〜2月10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 12月2日(金)〜12月16日(金)

○第7回市民水泳マスターコー

ス

日時 1月6日〜2月10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 20名(申込順)

申込み 12月2日(金)〜12月16日(金)

○第7回パワフルスイム

日時 1月6日〜2月10日の

火・金曜日(全10回)

明日に羽ばたく 若きアスリートたち

124

サッカー

高円宮杯第28回全日本ユース(U-15)サッカー選手権大会出場

で まち こう た
出 町 宏 太

五稜郭中学校3年

(スプレッドイーグルFC函館 キャプテン)



全国大会出場決定おめでとうございます。
ありがとうございます。

出場が決まった瞬間の気持ちを
教えてください。

リーグ戦で、その試合に勝てば
出場が決まるという試合の終了
間際に劇的な得点で勝つことが
できて、チーム全員で大喜び
しました。

サッカーを始めたきっかけを
教えてください。

父がやっていたので、その影
響で小学校1、2年生くらいの

ときから始めました。

サッカーをやっていて良かった
ことはありますか？

クラブチームなので、学校で
は知り合えない仲間と一緒にで
きたり、今回のように良い結果
が出ると最高に嬉しいです。

では逆に、つらいことは。

僕が所属しているクラブは夏
休み中も合宿がありますし、基
礎体力のための走り込み練習な
ど道内でも厳しいことで有名な
クラブなので、やっぱりつらい
時もありました。

ポジションは？

センターバックです。自分が
キャプテンというのがあります
が、後方から試合全体がよく見
える位置から仲間们に指示を出し
たりすることでゲームメイクで
きたりする面白味があって、好
きなポジションです。

憧れの選手などいますか？

日本代表でいいたら、長谷部
選手や長友選手が好きです。
キャプテンシーや、世界でも通
用する走力やスタミナがすごい
と思います。

これからの目標を聞かせてく
ださい。

僕たちのクラブは、全国大会
ベスト8が過去最高なので、ま
ずはそこまでたどり着くこと、
そしてさらに勝ち進むことが今
の目標です。将来はプロの道に
進んで、大好きなサッカーを
ずっと続けていきたいと思いま
す。

ありがとうございます。全国
大会での活躍を応援しています。

受講料	4800円(保険料含む)	12時〜午後1時30分
対象	18歳以上	
定員	50名(申込順)	
申込み	12月2日(金)〜12月16日(金)	
◎第7回	ウォータビクス教室	
日時	1月6日〜2月10日の 火・金曜日(全10回)	
受講料	午後1時30分〜2時30分 5800円(保険料含む)	
対象	18歳以上	
定員	30名(申込順)	
申込み	12月2日(金)〜12月16日(金)	
◎第7回	少年少女わんぱく水泳 教室(第1部・第2部)	
日時	1月7日〜2月12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	12月17日(土)〜12月25日(日)	
◎第4回	少年少女4泳法マス ターコース	
日時	1月8日〜3月19日の 日曜日(全10回)	
受講料	午前10時30分〜11時45分 3000円(保険料含む)	
対象	小学3年生〜中学3年生	
定員	20名(申込順)	
申込み	11月20日(日)〜12月25日(日)	
◎第7回	いきつちり4泳法マス ターコース	
日時	1月11日〜2月15日の 月・水曜日(全10回)	
受講料	午前10時30分〜12時 4800円(保険料含む)	
対象	18歳以上	
定員	30名(申込順)	

函館アリーナ ☎57-3141

教室名	定員	実施日	曜日	時間	回数	受講料	申込日時	対象
親子体育教室	40組	1/25～3/13	月・水	16:00～17:00	8回	3,200円	1/11(水)15:45	3歳以上の未就学児とその保護者
わんぱく教室	40名	1/31～3/14	火	16:15～17:15	6回	1,500円	1/11(水)14:15	小学生
ジュニア室内サッカー教室	40名	1/27～3/17	金	16:15～17:15	6回	1,500円	1/11(水)15:00	小学1～3年生
ミニバスケット教室	30名	1/26～3/9	木	16:15～17:15	6回	1,500円	1/10(火)15:45	小学4～6年生
ヒップホップダンス教室	20名	2/6～3/3	月・金	16:00～17:00	6回	1,500円	1/11(水)13:30	小学生
いきいき♪シニアスポーツ教室	50名	1/26～3/13	月・木	13:30～15:30	8回	3,200円	1/10(火)13:30	一般
楽しく☆体幹トレーニング教室	30名	1/31～3/28	火	13:30～15:00	8回	3,200円	1/10(火)15:00	一般
はつらつ！リズム体操教室	30名	1/26～3/23	木	10:00～11:30	8回	3,200円	1/10(火)14:15	一般

■年末器材点検日・特別清掃日
 ○市民会館 12月29日(木)・30日(金)
 ○函館アリーナ 12月29日(木)・30日(金)
 ○芸術ホール 12月29日(木)・30日(金)
 ○市民プール 12月30日(金)
 ○北洋資料館 12月30日(金)
 ※以上の施設の右記日程の貸館は行っておりません。
■年末年始休館日
 ○公民館 12月29日(木)・1月3日(火)
 ○亀田公民館 12月29日(木)・1月3日(火)
 ○市民会館 12月29日(木)・1月3日(火)
 ○芸術ホール 12月31日(土)・1月3日(火)
 ○函館アリーナ 12月31日(土)・1月3日(火)
 ○市民プール 12月31日(土)・1月3日(火)
 ○北方民族資料館 12月31日(土)・1月3日(火)
 ○文学館 12月31日(土)・1月3日(火)
 ○北洋資料館 12月31日(土)・1月3日(火)
 ○旧函館区公会堂 12月31日(土)・1月3日(火)
 ○市民スケート場 12月31日(土)・1月1日(日)
■年末年始の駐車場について
 ○函館アリーナ・市民会館駐車場 12月30日(金)午後5時30分から閉鎖し、1月4日(水)午前8時30分より開場いたします。
 ○芸術ホール駐車場 年末年始期間も、通常どおりご利用いただけます。
問合せ ☎5719734(総務課)

12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…14日(木)・15日(金)(器材点検日) 29日(木)・30日(金)・31日(土)(特別清掃日・年末休館日)

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	高体連函館支部新人バドミントン大会全道予選									×	×	×	高体連函館支部新人バドミントン大会全道予選								
2	金	高体連函館支部新人バドミントン大会全道予選									S	S	S	卓球	バド	卓球	バド	卓球	バスケ			
3	土	高体連函館支部新人バドミントン大会全道予選									第12回函館厚生院事業所対抗職員親睦スポーツ大会			×	×	S	×		×		バド	バスケ
4	日	函館市スポーツ少年団体力テスト									卓球	バドミントン	×	×	×	M	函館卓球協会会長杯卓球大会					
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	○	×	バド	×		バスケ				
6	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	M	○	×		×		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	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	M	○	×	×	×	バスケ15:45まで	バスケ				
9	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15:45まで	卓球バドミントン	バレーボール	×	M	○	○	×		バスケ		バスケ				
10	土	第9回東北・北海道小学生ハンドボール函館いさり火大会									S	S	S	卓球	バスケ	卓球	バスケ	バド	バスケ			
11	日	第9回東北・北海道小学生ハンドボール函館いさり火大会									卓球	バドミントン	×	×	×	○	リーグ北海道コンサドーレ札幌サッカー教室			バスケ		
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	×	卓球バドミントン	ソフトテニス	×	M	M	○	×		×		バスケ				
13	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	×	卓球バドミントン	硬式テニス	×	M	M	M	×	バスケ	×		×				
14	水	器 材 点 検 日																				
15	木	器 材 点 検 日																				
16	金	卓球バドミントン	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	バレーボール	×	M	○	○	×		バスケ		バスケ				
17	土	第19回函館市民スポーツフェスティバル 綱引き大会									卓球バドミントン	フットサル	×	S	S	○	卓球	バド	卓球	バド	バスケ	
18	日	全道フットサル選手権大会2017一般の部 函館地区予選 兼 公益財団法人北海道サッカー協会審判員(フットサル)研修会									卓球	バドミントン	×	×	×	○	ウィンターカップ剣道大会			バスケ		
19	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	×	卓球バドミントン	ソフトテニス	×	M	M	○	×		×		バスケ				
20	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	×	卓球バドミントン	硬式テニス	×	M	M	○	さわやか卓球大会			バスケ					
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	×	卓球バドミントン	ニュースポーツ	×	M	M	M	×		×	×	×				
22	木	SuperSports XEBIO フリーグ2016/2017 第26節 エスポラダ北海道VS/バサジ大分(準備)									×	×	×	×								
23	金	SuperSports XEBIO フリーグ2016/2017 第26節 エスポラダ北海道VS/バサジ大分									×	×	×	×								
24	土	エスポラダ北海道少年少女フットサル教室				U-8 キッズフットサルフェスティバル			卓球	バドミントン	フットサル	S	S	○	卓球	バスケ	卓球	バスケ	バスケ			
25	日	U-9 キッズフットサルフェスティバル				平成28年函館地区女子フットサルフェスティバル			卓球	バドミントン	バドミントン	×	×	○	×			バスケ				
26	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	×	×	M	○	×		×		バスケ			
27	火	光杯道南西ブロック(函館)予選大会 兼 室内選抜道南ジュニアテニス大会									S	S	S	卓球	バド	卓球	バド	バド	バスケ			
28	水	光杯道南西ブロック(函館)予選大会 兼 室内選抜道南ジュニアテニス大会									S	S	S	卓球	バド	卓球	バド	卓球	バスケ			
29	木	特 別 清 掃									日											
30	金	特 別 清 掃									日											
31	土	年 末 休 館									日											

◎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。



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