

季刊(秋号)2006年11月1日(水)発行 Vol.2  
株式会社光ハイツ・ヴェラス「こんにちはVARUS」編集室  
〒005-0841 札幌市南区石山1条3丁目3-33  
電話 011-591-2321  
ホームページ http://www.varus.co.jp

光ハイツ・ヴェラスのシンボルマークの2つのハートは、ご入居者の新たな人生への思いや期待、それをしっかりと受け止めるスタッフの心、決意が重なり合った形を表しています。

今月の主な記事

**特集** 網野社長の「北海道企業経営者対談シリーズ」第一弾

(株)北海道日本ハムファイターズ  
代表取締役社長 藤井 純一氏に聞く

**健康** 食事で風邪を予防する

**時事** 薄型テレビの時代

**街** 南区石山地区探訪

**仲間** 寿の会開催 / 知床紅葉ツアー / ヴェラス交流館

特集

網野社長の「北海道企業経営者対談シリーズ」第二弾  
ゲスト / (株)北海道日本ハムファイターズ  
代表取締役社長 藤井純一氏  
日時 / 平成十八年九月七日(木) 場所 / 札幌ドーム内球団社長室

一番大事なものは、地域に愛されながら経営を支えていただくことだと思っています。

まだまだ始まったばかり。フロントの弛まめ努力が必要。

44年ぶりに日本一となった、(株)北海道日本ハムファイターズ 代表取締役社長 藤井純一氏。「地域密着、愛される道民球団作り」をスローガンに掲げる同社藤井氏とのお話は、時が経つのも忘れてはズンだようです。

北海道を元気にしようと、地域密着型経営を目指し地元で奮起する企業経営者と、弊社社長網野清孝が対話する「北海道企業経営者対談シリーズ」。今号から不定期にお伝えする予定です。記念すべき第一弾のゲストは、先日

網野当社は札幌で有料老人ホーム運営二十一年になります。市内に五ヶ所ありまして、この七月に真駒内公園がオープンし、全部で七六六室、約七七〇名様が入居。地元にごだわりながら、やっとこまてくることができました。同じく地域密着経営を掲げていらっしゃる日本ハムファイターズさんは、三年という短期間がっちり地道にファンを育ててくれました。ものすごいことですね。藤井社長様のおかげです。ただ、まだまだ優勝は早すぎると思っています。皆様のおかげで地域との密着がすでにできているようにみえますが、本当に地域の皆様から支持していただける球団になり得ているかはまだ疑問です。フロント全員が顔を覚えていただければいいな、と思ってます。網野それにして、短期間によくこれだけファンをおつくりになったと感心しています。地元球団だからファイターズの応援をするという地域の思いは強いのではないのでしょうか。藤井社長サッカーJ2のコンサドーレも頑張っていますが、当地では絶対的パワーという点で野球の方があつたのかなと思います。恵まれた地域にさせていただきました。ただ、ここであぐらをかいている訳にもいきません。ソフ

トバンクも九州で十年かかったのです。まだまだ始まったばかりで、もっとチームを愛してもらうために、フロントが一生懸命働かなければいけません。網野そういえばテレビで、日ハム千葉県鎌ヶ谷の日ハムタウン(注:練習場)で「ピアガーデン」というのを拝見いたしました。「北海道の日ハム」ということで、ジンギスカンとサッポロビール千葉工場直送のビールだったそうです。藤井社長千葉の日ハムタウン施設は百億円以上かけた立派な施設です。でも地域に根付いていないし、収益面でも赤字(笑)。せつかくの施設ですから、もう少し地域の人のために、もっとできることはすぐやるつもりで実施しました。おかげ様でたくさんの方に会場いただきました。球団は「公共財」。いつの時代でも必要とされる球団でありたい。

網野プロ野球もいろいろ変わりそうですね。交流戦も面白い。藤井社長経営的に言えば、セリーグとパリーグではビジネスモデルが違います。パリーグは本拠地が全国に分散しており、地域密着が必須です。テレビの放送権などは、巨人戦だと億単位の金額になります。経営面では交流戦は助かるし、北海道の球団ということでは元々の放送局もよく動いてくれるので助かっています。網野球団名に「北海道」とつくことは道産子にとっても嬉しい。藤井社長社内ではいつも、「日本ハムファイターズ」と言わず、「ファイターズ」と言えと指示しています。日本ハムはスポンサーとして大きい存在であり、スポンサー料もいただいています。球団はそれでも赤字です。だから、一番大事なものは、地域に愛されながら経営を支えていただくことだと思っています。

網野それにしても、毎日報道で「日ハム」「ファイターズの選手」が出る効果は大きいのでは。藤井社長オーナーは球団名に日ハムと付いているが、「球団は公共財」だと言っています。日ハムが左前になったら、球団もなくなるといふのはもつてのほかです。時代の流れと共に必要とされるものも変わっていきます。いつの時代でも価値ある球団でありたいと思っています。いま、球団フロント(注:球団運営企業)のうち、日ハムからの出向者は五名程度で、その他は地元のプロパー(生え抜き)社員です。今後は、社員の定期採用ができるとうれしいですが、網野新庄選手などのように、積極的なファンサービス意識でファンとの垣根を低くしてくれるのはいいですね。藤井社長選手もそうですが、ヒルマン監督もファンをとても大切にしてくれています。ヒルマン監督は就任してもう四年目ですが、本当に良い人選だったと思います。「ファンが応援してくれてこそ我々がある」意識の徹底。網野とここで、外国人監督のメリットとは何ですか?藤井社長外国ではスポーツビジネスのあり方が違い、「ファンが応援してくれてこそ我々がある」(中面につづく)



当社 網野社長と(株)北海道日本ハムファイターズ 代表取締役社長 藤井純一氏

ある」という意識が浸透しています。一方日本は、「プロになると、もう別物」みたいな意識です。若い人には、ファンが応援してくれてこそ我々がある」という意識を持ってもらおうと思っています。

網野試合のチェンジの間にスタンドにもチアガールが出ますね。ヒルマン監督のお嬢さんも出ているそうですね。

藤井社長それもヒルマン監督の考え方の表れで、ファンと監督の間の垣根も低くすることに繋がっています。奥さんも気さくな方で、外野席で見えたりします。お嬢さんは今アメリカに帰っていますが。

網野新庄選手の引退はとも残念です。慰留のために署名活動も行われていますが、藤井社長幸せですよ。本人は阪神時代に一度は辞めると言っていて、辞めなかったという経験があることを気にしているようです。

網野今年の阪神との交流戦では、縦縞の旧阪神時代のユニフォームを着た新庄の姿を見て彼のキラークターやタレントはすごいと思えました。また、ダルビッシュ投手も落ち着いてきましたね。新人の八木選手も素晴らしい。巨人から移籍した岡島投手も良い仕事をしていますね。

藤井社長投手は捕手との相性も影響があるようです。捕手の出すサインが見やすいとか見にくいとかも関係するようです。同様に選手と所属チームとの相性もあるようです。ファイターズにはあまり妙な選手はいませんがチーム丸となって戦っています。小笠原選手も去年に比べると変わりました。特にWBC(注：世界野球選手権)に出場して本当に変わりました。よく喋るようになりましたよ(笑)。

### まずは、北海道情報発信の懸け橋として。

網野とここで、地域密着の球団運営を目指す上での今後の方針を教えてください。

藤井社長いろいろな模索をしていますが、とりあえず球団ホームページで、お世話になった地域の商品を売ることから始めました。また、例えば「富良野ではここが美味しい、ニセコならここ」など、私たちが行った先々の地域情報も発信しています。私たちも誰かに教えていただけており、その情報で私たちが出かけて見て、本当に満足したら、他の方にも情報をおすそ分けする感じでしょうか。

ネットの通販は売れれば儲けものぐらいいい気案にお世話になった農協さんのものを紹介しています。その他、ソフトバンクとの試合の時は札幌で九州物産展を行い、逆に福岡では北海道物産展。お互いのチームが情報交流の担い手としてお役に立てればいいなと思っています。

網野それは楽しいアイデアですね。

藤井社長道産品をいろいろなところで知ってもらう、我々も方法を考え、頓挫しないように考えています。生産者の愛情をそのまま届けられればと考えています。

網野光ハイツ・ヴェラスのご入居者にもファイターズのファンがたくさんおられます。どうぞお時間のある時一度お訪ね下さい。

藤井社長ぜひ、そうさせていたきたいと思います。

網野試合の方も勝っていたきたいと思います。

藤井社長実は、個人的、営業的には阪神に勝つてもらいたいと思います(笑)。真面目なところ、いかにして阪神のように地域の皆さんの熱烈な応援をもらえるようにするかを一所懸命に考えております。

網野二つの伝統をつくられるようお祈りします。これからも北海道にこだわって、互いに成功しますことをお祈りします。



注：この対談後、日本ハムファイターズは、プレイオフで見事パ・リーグ優勝。そして中日で戦った日本シリーズで、ついに四十四年ぶりの日本一となりました。北海道に移転して3年目で、道民の熱い応援を支えに、大きな夢を実現しました。

## 時事

### 時代 薄型テレビの

テレビ」は画面がきめ細かくてきれい、しかも省電力です。ただし液晶の特性として横からは見えにくい、残像が出るためにスポーツなどの動きの早い番組には、やや弱いという面もあります。

一方、「プラズマテレビ」は早い動きにもついていけるし、真横からも見やすい。でも、映像の境目がはっきりし過ぎてやや不自然な画像になったり、液晶よりは電力消費が多いなどの弱みもあります。

以前はプラズマの方が大型化に強いと言われていましたが、液晶も大型化してきました。最近の売れ筋は共に32～37型(インチ)あたりで、価格的にはどちらも大差なく、目安は1インチ1万円弱のようです。人気という点では、液晶テレビに分があるようです。

テレビの奥行きが小さくなったことで部屋が有効に使い、レイアウトもしやすくなりました。お部屋の模様替えがしたくて、薄型テレビを購入される方も多いようです。



その時、どんなテレビを使っていたかで時代や自分の家・家族がどんな様子だったか思い出せるほど、生活の中でテレビの存在感は大きいものでした。

我が家に初めてテレビがやって来た時、画面は小さく角も丸く、しかも白黒でした。やがて画面が大きくなり、そしてカラーテレビになり、リモコンが付き、さらには画面が平らなフラットテレビになり、横長のワイド画面になってきました。家具調テレビなるものも流行りました。より大きな画面、より鮮明な画像を目指してテレビは今も進化を続けています。

最近、テレビがとても薄くなりました。テレビは永い間「ブラウン管」によって映像を映し出す仕組みだったため大きな奥行きが必要でした。このブラウン管の代わりに液晶パネルを使ったり、プラズマパネルを使うことによって、奥行きが小さくできたのです。32型テレビで比べると、ブラウン管テレビの奥行きは50～60センチ、薄型テレビは僅か10センチ程度ですから驚きます。

「液晶テレビ」も「プラズマテレビ」も薄いという点では共通していますが、互いに一長一短があります。「液晶

ヴェラスご入居者募集(空室)状況 (平成18年10月25日現在) 詳しくは入居相談室 0120-8080-62に お問合せ下さい。	名称	所在地	総居室と現在入居可能室				お問い合わせ
			一般棟		介護棟		
			総居室	入居可能室	総居室	入居可能室	
	ヴェラス石山	南区石山1条3丁目3-33	119	8	-	-	011-592-8080
	ヴェラス月寒公園	豊平区美園9条8丁目5-1	57	4	-	-	011-824-8080
	ヴェラス藤野	南区藤野3条11丁目10-11	144	15	-	-	011-596-5050
	ヴェラス琴似	西区二十四軒4条1丁目3-1	219	0	62	0	011-611-8080
	ヴェラス真駒内公園	南区真駒内緑町1丁目1-1	116	37	41	26	011-588-8080

網走刑務所博物館前にて

摩周湖

石山「寿の会」風景

樫

樫

樫

「ハイキング」 ヴェラス琴似 岩淵 玉枝様

樫

樫

樫

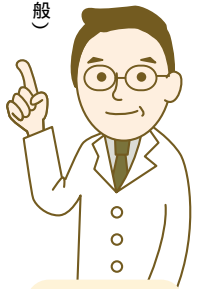
間位山道を歩かなければ樫林を見ることができないと言われ、今更驚いたところでしようがなく皆さんと一緒にガイドの説明を聞きながら山道を歩いた。樫の森は、国有林なので木の葉一枚でも持ち帰ることはできないという。

樫の森は上層、中層、下層、地表層からなり、樫林は高層に育ち空をも覆う位の高さで、中層には色々な樹木が林立し、地表層には、カタクリ、エゾエンゴサク、マイルス草、シダ類が多く見られた。当日も色々な草花が咲き、一人静、石楠花なども咲いていた。小鳥も鳴いていたが、特に鶯がひととき美しくケキョケキョと続けさまに、いわゆる鶯の谷渡りの鳴き声をすぐ近くで聞くことができた。

樫林散策の山歩きは、お転婆むすめに戻った気分が楽しかった。

# 食事で風邪を予防する

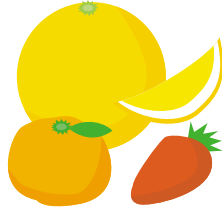
医療法人社団共生会理事長  
ことに共生クリニック  
院長 平井修二先生(専門/内科・外科般)



ことに共生クリニックはヴェラス琴似に併設の診療所です。

北海道もこれから寒い冬を迎えようとしています。この季節、風邪には十分に注意し元気に乗り越えたいものです。今回は、「食事で風邪を予防する！」をテーマに、食生活でどんな食べ物を積極的に摂るとよいかをご紹介します。風邪の予防には粘膜を強化する働きのあるビタミンAと、免疫力を強化する働きをもつビタミンCを摂取するのがポイントです。ではビタミンAはどのくらい摂ればいいのか？ ビタミンAには、動物性食品に含まれるレチノール(カロテン)は体の中に吸収されるとビタミンAにかわる(の)2種類があります。一般的にはレチノールの方が吸収率がよいといわれますが、レチノールを多く含む食品はコレステロールなどの脂質も同時に含まれますから適量摂取を心がけることが大切です。これに対しカロテンを多く含む食

品は、色の濃い野菜たちです。カロリーだって低カロリー！ 食べ過ぎて困ることは何もありません。ビタミンCは果物や色の濃い野菜や芋類(じゃが芋、さつまい芋)に多く含まれます。果物の中では特にイチゴ、キウイ、柑橘類(みかんやグレープフルーツなど)に多く含まれます。ちなみにリンゴはビタミンCをほとんど含みませんが、食物繊維は豊富に含まれています。つまり、果物の上手な食べ方は1つの種類ばかり食べるのではなく、今日はこれで明日はこれというように色々な種類を選択して食べると多様な良い栄養素を摂取することができます。これらの栄養素を積極的に摂取し、寒い冬を健康に乗り越えてください。



おいしく食べて、日々元気!  
**秋の逸品**  
Vol.2

監修:  
本社食事企画課  
栄養士  
協力:  
ヴェラス石山  
調理長

## 豚肉のステーキ梅肉ソースかけ

豚肉に含まれるビタミンB1は、疲労回復・イライラ解消などに効果的。また、梅干しに含まれるクエン酸は、疲労回復のほか、動脈硬化予防・ガン予防・老化防止などの効果があり、疲れた時などスタミナを取り戻すのに最適な献立です。作り方は簡単、風邪の予防にもなるメニュー。彩り鮮やかで、食欲の秋にぴったりのひと品です。

### 材料 (1人分)

豚ロース 80g 人参 30g ブロccoli 45g キャベツ 40g 大葉 1/2枚 塩・こしょう・油・バター・砂糖・オリーブオイル 各適量 好みに、コンソメ・ターメリックなど

【梅肉ソース】 分量ではなく、割合で表示します。

梅肉 1 だし 4 みりん 0.15 砂糖 1  
しょうゆ 0.5 バター・片栗粉 各適量

### 作り方

豚肉は塩、こしょうして強火で焼きます。

にんじんは3mm程度の半月切りにし、下茹でした後にバター、砂糖を入れさっと焼きます。茹でる時にコンソメなどを入れると、風味が増します。

ブロッコリーは、塩茹でにし小分けしておきます。油や片栗粉を入れてから茹でると色鮮やかに茹で上がります。

キャベツはざく切りにして鍋にしき、少量の水に塩、こしょう、オリーブオイルを入れ蒸し煮にします。(ターメリック等で色つけしても良い。)

梅肉ソースを作ります。梅肉・だし・みりん・砂糖・醤油を鍋に入れて火にかけ煮立ったら、バターを入れ、水溶き片栗粉を入れてとろみをつます。火からおろして、大葉のみじん切りを混ぜます。

お皿に敷いたにんじん、キャベツの上に豚肉を盛りつけ、ブロッコリーを添え、梅肉ソースをかけてできあがりです。

# 街

南区石山地区

## 探訪

札幌市南区は定山溪に向かう国道二二〇号に沿って広がります。この国道は、かつて本願寺派の僧侶が中心になって切り開いたことから「本願寺道路」と呼ばれていました。当時は馬車が通るのがやっとという程度だったそうですが、その後は山鼻に入植した屯田兵の中隊本部への連絡路として徐々に整備されていきます。

国道二二〇号沿線にある石山地区の歴史は、一八七〇年代の硬石山での軟石採掘とともに輪郭が作られます。道都建設用に切り出される石材を運搬するため、北海道開拓使の黒田清隆長官の手によって山鼻く石山までの直線馬車道が作られます。「石山」の地名が使われ始めたのはこの頃で、札幌で最初の馬鉄が敷かれたこともあり、「石山」の名は徐々に広がっていきます。札幌子には、国道二二〇号というよりも、「石山通り」と呼ぶ方が自然ですが、この名もずいぶん歴史があるのです。

「石山」の由来ともなっている豊富な石山地区は、約三万年前の樽前山噴火の火山灰が積もったものです。ちなみに、この良質な「ぎょうせき岩」を発見したのは、北海道開拓使のお雇い外国人技師です。

石材輸送に活躍した馬鉄は大正七年に廃止され、定山溪鉄道にとって代

わり、定鉄・石切山駅を中心に石山地区は次第に賑わいをつくっていきます。

石山地区で石材採掘を始めてから二〇〇四年を記念して、二〇〇四年には地区内で祝賀会も行なわれました。札幌屈指の歴史を誇る「石山地区」ですが、この二〇余年の間に定鉄も消え、「石山通り」も大きな道路に変わり、郊外型のお店が立ち並び、賑やかな街になりました。

かつての札幌軟石切場跡も「石山緑地」として芸術的空間に生まれ変わりました。

石山通りは、夏は支笏湖・洞爺湖方面への行楽客に、冬は定山溪二セコ方面へのスキー客に利用される交通の大動脈ですが、「フルーツ・ロード」でもあります。札幌石山から定山溪への沿線両側には多くの観光果樹園が広がり、秋にはリンゴ狩り、ブドウ狩りなどたくさんの方が楽しめる便利さと自然が共存しているのも石山の特徴なのです。



光ハイツ・ヴェラス石山の近くにある「ぼすとかん」(旧石山郵便局)は1940年に建てられた札幌軟石の代表的建物のひとつです。



石山緑地:札幌市役所ホームページより