

マルコーコーポレーション  
ライブキッチンちゃ太郎  
鮎や直人  
フレックス自動車販売(株)  
(稲毛区長沼原町 774-1)  
(株)タジック  
(若葉区太田町91番地)  
山本整骨院  
橋のたもと アコテデュボン  
尾島畳店

人と人を結ぶ広告宣伝

いどばた稲毛 は、こんなことで皆様のお役に立ってます。

- ・いどばた稲毛ホームページ内  
：トップページバナー広告5,000円～  
：NEWS発信+お店紹介+求人=2,500円  
：非常利活動無料掲載
- ・ホームページ制作  
：5ページ約8万円～
- ・携帯電話だけで簡単にできるブログ  
：立上げ～やり方マスターまで31,500円
- ・クチコミ紙 発行  
：毎月1万部発行 約6×6cm 12,600円
- ・対談・記事制作  
：52,500円
- ・名刺・チラシ・会社パンフ制作  
：お気軽にご相談下さい。

TEL&FAX:043-287-6120  
e-mail:info@idoina.com

クチコミ★ 広がる！ 良いお店を見やすく一気にご紹介♪

^^(\*^°)vThank you v(^°^\*)^^

2011年  
5月号  
(第42号)

いどばた稲毛 が自信を持ってお奨めします。

発行責任者：いどばた稲毛(2006年6月設立、http://idoina.com) 代表 渡部成夫 所在地：千葉市稲毛区小仲台7-3-2-305  
発行部数：毎月1日、1万部発行(掲載店様店頭、ポスティング、経営者への手渡し) お問合せ：043-287-6120 info@idoina.com

震災復興祈願  
日本が強く再建できますように

自粛ムードを吹き飛ばそう！

世の中が悪循環に陥っていませんか？

3月25日、自粛ムードから人気アーティストの公演が中止となり、福岡のイベント企画・運営会社が、震災関連全国初の倒産。4月25日、約300年続いた栃木の老舗旅館が、相次ぐ予約客のキャンセルで破産。3月の全国百貨店売上高は、前年同月に比べて14.7%減、1965年以来、2番目の減少率。物も売れない、サービスも売れない、風評被害で食品も売れない、世の中が自粛しお金を使わないから、給与は下がる、リストラが増える、ますますお金を使えなくなる、悪循環です。皆さんはどうしたら良いと思いますか？

稲毛周辺のお店や企業も、深刻な状況です。

直接の被災地でない地域、私達の住む稲毛周辺も、多くのお店や企業が苦しい状況を何とか乗り切ろうと必死になっています。「関東で大きな地震がくる確率は80%」というニュースもあり、「とても旅行やイベント、外食をする気にはなれない」気持ち、私も最初はそうでした。しかし、そうした自粛ムードが続けば続くほど、お店や企業は苦しさの限界に近づいてきます。これは、稲毛でも同じです。

経営者が人前では見せない気持ち、知ってほしい。

「社員に辞めてもらい、残った社員の給料も下げ、自分の給料はゼロにして、何とかこの危機を乗り切る決断をした。でも、こういう時だからこそ、仕事を頼もうと思う。こういう時にお金を使わないで耐えるのはため。お金が回

るように、自分も使わなければ」(某社長)。

「予約のキャンセルだけでも痛い、取引先が倒産し、回収不能になったお金がある。何とか耐えながら、今後の仕事で挽回したい」(某社長)

「震災直後からお客様が激減、色々なお客様に使ってもらえたらありがたいと電話。心意気ある人が仲間を連れて普段よりも頻りに来てくれた。いざという時に助けてくれる人、本当にありがたい」(某オーナー)

ちなみに私も、3/11～27迄、ほとんど仕事がありませんでした。

別の視点から見れば、消費は人助け&自分のため。

元杉並区長の山田宏氏は、「不況・危機の時こそ、リーダーがお金を使うべき。私は、車などの大きな買い物や買い替えは、全て不況や危機の時にしていきます。こんな時に車を買ってくれて本当にありがたいと、ずっと覚えてくれる。割引もしてくれて、サービスも満点。お互いが助かる。自分のためにもなる」。自粛によって誰かが助かったり、状況が改善するでしょうか？

では小さな、一般庶民の私に何が出来るか？

- ・なるべく夜は友人や先輩と外食をしてお酒を飲む。( & 募金 )
- ・スーパーでは被災地産の野菜を買う。
- ・仕事は同業者と分け合う。
- ・今まで通り、勉強会(倫理法人会と政経倶楽部)に参加する。
- ・普段しない身の回りの整理(8年愛用中の靴の修理、壊れた家具の買い替え)

これらは、自分も楽しくできる、自分のためにもなる消費です。状況は受け入れるしかない。それなら夢を持って前向きに動いた方が楽しいし、それが困ってる人の、そして日本のためになるなら、嬉しいことだと思うのです。「自粛」から「楽しい消費」へ。「身近」から「日本」再建。(代表 渡部)

新連載Start! 「私もこんな人になりたい」夢は自分磨きの原動力です

夢と感動の偉人伝! 続・稲むらの火

浜口五兵衛の機転と犠牲によって命拾った村人たち。しかし津波で何もかも失ったため、再度の津波への恐れや、働き口を失ったことから、村を離れる者がでてきました。また、援助を受けるうちに村人に依存心が生まれ、自立心を失う人もでてきました。

困った五兵衛は考えました。不安を解消でき、また働き口を作れるもの... そして、堤防造りを思いつきます。

五兵衛は大金を私費で投入。村人たちも「村を守るため」と頑張り、4年でやり切りました。そして実際、この津波から92年後、昭和南海地震のとき、この堤防は津波から人々を守ったのです。今でもこの和歌山県広川町の堤防では、毎年11月に津波まつりがおこなわれ、防災の心を新たにしています。

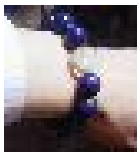
危機管理とは、非常事態の対応だけでなく、その後にはやる気力の喪失、絶望感にも立ち向かう必要があることを、改めて思います。現代の私たちも、再建という希望を持って、少しずつ前に進んでいきましょう!

千葉市議会議員 田沼 隆志

代表渡部の「仲良く」実践記

皆さんこんにちは! ようやく春らしい気候になってきましたね。そして、ゴールデンウィーク。なんと私は5/1～5まで、全く予定が入ってありません(笑)。でも日頃できないやりたいことがたくさんあるのでできっと思いっきり充実した5日間になるとワクワクしています。

左は「自粛ムードを吹き飛ばそう!」で書いた、私が社員の25歳の時にボーナスで買った靴です。修理に出して、北海道の職人さんの元から、昨日やっと帰ってきました。買った時の3分の1のお金がかかりましたが、美しくなって、とても可愛いです。愛用しているものを修理を繰り返して大事に使うのが私は大好きです。スーツも靴もそうですね。



左は、昨年12月の誕生日に大切な人からもらった仕事運・健康運・金運UPの石の腕輪です。スーツの時も付けている(起きている間ずっと)ので、「それなあに?」とよく聞かれます。遊びで付けているわけではないんです。大切な人からもらったものだから、大切にしているんです。

「物も生きている」って聞いたことありますか? 2つのコップに同じ水道水を入れて、片方には「綺麗だね」と、もう片方には「汚い。飲みたいくない」と声をかける。2つの水の波動を測定すると、全く違う値が出るそうです。物への愛着や嫌悪が、科学的にはっきりとその物に影響します。人も物も環境も仕事も同じですね。だから自分が愛情を投げかけた物が、今度は逆に自分に力をくれる。付けて嬉しい。無くしても帰ってくる。有難う。

低カロリーで美味しくやせちゃう! とっておきレシピ

今までの全お料理を掲載!  
http://idoina.com

第45弾

韓国風オムレット「カムジャジョン」にチーズを載せて



ポイント

1. ふっくらフワフワに焼くコツは薄く広げない事。表裏を返した時も上から叩いて潰さないように。
2. 生地はゆるくてもたっぷりの具が網目状に絡んできれいな形で焼けます。不安な場合は小麦粉や片栗粉で調節。
3. 表裏を返した時に生地がよれたり破れたりしたら、手早く周りの生地を寄せて修正。上のチーズも溶けてきれいに隠れます。

ビールのお供にGood! 材料が日持ちするものばかりなので、買い物に行けない時に良い主菜になります。

材料 (1-2人分=中皿1枚分)

- ・じゃがいも 大1個 ・たまねぎ 1/3個 ・にんにく 1/2～1片(お好みで)
- ・ニラか細ネギ 1/2～1束 ・卵 1個 ・とろけるチーズ テーブルスプーン1杯
- ・油(ごま油とサラダオイル半々) 適量 ・塩コショウ 適量
- ・顆粒だし ティースプーン1/2杯(お好みで)

作り方

1. 細ネギ(またはニラ)は4cm長に切る。じゃがいも、たまねぎ、にんにくは摩り下ろす。これらをボールに入れ、卵・塩胡椒・顆粒だし(中華スープや鶏がらスープの素等)を加え、菜ばしでよく混ぜ合わせる。
2. フライパンに油を敷いて中火で熱し、油が温まったらボールの中身をフライパンの中心に投入。
3. 2-3分で淵に焼き色が。生地を平皿に移動。フライパンに向かってお皿を返す。生地はひっくり返った状態でフライパンに着地。上にチーズを散らし、2分焼いたらお皿に移して出来上がり。



鯨を心ゆくまで愉しめる店  
にぎり1貫50円~!

らんちめにゅー 11:30~14:00  
茶碗蒸し・水菓子・お椀付 980円!

ぱらぱらし (B3Dリ)  
★選べる手巻き付き

西千葉駅徒歩30秒 ご宴会ご予約承ります  
鯨や直人西千葉店 ☎043(246)0808

マンション 戸建 土地

**売却物件 求む** 秘密厳守 無料査定

お気軽にお問合せ下さい。

**ご購入キャンペーン実施中!!!**  
当社にて、ご成約のお客様には、ディズニーランドペアチケットプレゼント

宅地建物取引業免許 千葉県知事(1)15881号 (社)全日本不動産協会会員  
(社)不動産社保証協会会員

**マルコーコーポレーション**  
TEL 043-225-2050 FAX 043-225-2051 http://marukou.cc  
千葉県中央区登戸1丁目18-7 OSビル(本社ビル)

いどばた稲毛 未経験者も歓迎!

**求人情報**

いどばた稲毛では、今年創業丸5年の節目に株式会社化の準備を進めており、将来にわたって共に会社を大きくしていくスタッフを募集致します。

**職種 1: HP制作スタッフ**

新規制作及び月々の更新作業+事務。  
・年齢: 20~40歳位まで。  
・資格: HTML・CSSをソースで書けること。  
Illustrator, Photoshop を使えること。  
or 未経験でも進んで学ぶ気があること。  
・勤務日数、勤務時間、給与は応相談。  
(週3日フルタイム出勤で、月10万円程度)  
但し、試用期間3カ月有、給与は経験者優遇。  
試用期間後は部分的に在宅可。

**職種 2: 戦略・営業スタッフ**

自ら目的と狙いを定めて、その実現に向けて戦略と計画を立て、営業ができる、将来の幹部候補。  
・年齢: 20~45歳位まで。  
・資格: 有言実行で、人間関係を大切にすること。  
・勤務日数、勤務時間、給与は応相談。  
(あなたの目標と、弊社で実現したい事を面接の上、試用期間3カ月の経過を見ながら決定)

2職種共、筆記試験・面接有り。  
(連絡先: 090-2874-8384 代表渡部携帯まで)

子供会など、イベントでのお料理も承ります!

**真心・手作りおかずのお弁当を配達します!**

地元のおふくろさん達を作る、飽きのこない味です。  
千葉県産コシヒカリ100%使用 地元の野菜多数使用

和風幕の内600円 お好み幕の内450円 洋風幕の内500円

配達は5,000円から承ります。事前打合せで、ご予算とお好みに合わせてお作り致します!

年齢男女問わず、経験者優遇  
**急募 詰込みパート 時給 900円 ~**

090(3499)4930  
**株式会社タジック**  
千葉県市若葉区太田町9-1番地

**高気圧酸素カプセル** JR稲毛駅東口徒歩6分 平日夜7時まで営業

①高気圧酸素カプセルで「しみ・しわ・老化」の原因活性酸素を除去!(約45分)  
②最新型疲労回復チェアで首から足まで全身のコリやダルさを解消!(約15分)

千葉県市稲毛区小仲台3-10-1  
山本整骨院

初めての方・チラシ持参で **60分 2,000円!**  
ご予約は **043-251-5045** 駐車スペース有 **山本整骨院**  
http://yamamoto-seikotsuin.com

**クリス先生の英会話レッスン @カフェ**

一般 ビジネス 旅行目的 文法や発音 TOEIC等各種試験対策 レポートの添削 等

クリス・ヴァン・ヒルスト  
36歳。2005年11月来日。都内語学学校の立上げ支援、大手英会話学校講師を経験。趣味は、料理・映画観賞・音楽演奏等。

「いどばた稲毛みました」で、体験レッスン1時間無料!  
kurichaneigo@hotmail.com(日本語・英語OK)  
(携帯電話)090-7844-3733(英語のみ)

**あなたのニーズにお応えします。**

【40代女性 千葉県在住】  
海外出張を前にしてレッスンを受けた。ニーズに合わせてくれて、短期間で急激に力をつけることができました。わからない単語は簡単な言葉で説明してもらえたので、ポキャブラリの増大にも非常に効果がありました。

【30代女性 東京都在住】  
外国人の先生は初めてで心配でしたが、クリスさんは話題も豊富で、おしゃべりも楽しいです。発音や、間の取り方、抑揚の付け方を習った事で、発音やイントネーションがよくなりました。それを実感したのがネイティブの人たちに私の英語が一発で通じた時です。

【30代男性 東京都在住】  
英語のレッスンは初めてでした。先生は押し付けず、私のペースに合わせてくれます。日本の文化が好きだからか、日本人の空気を理解してくれるので安心します。いつも終わるのがあっという間で、充実感と満足感があります。だんだん英語が身近になってきました。

グループレッスンもOKです。JR稲毛駅徒歩10分程度なら、ご自宅でも交通費なしでお伺い致します。興味のある方は、お気軽にお問合せください!

こだわりの創業40年 **尾島畳店** 千葉県市若葉区源町196-3

出張費も込み。ご安心下さい。  
畳表替え 一般家庭用1畳 4,200円~(税込)  
障子・襖の張替え 1枚両面 4,500円~(税込)

チラシご持参でご注文頂いた方に畳で作った花瓶敷きプレゼント

お伺いしてのお見積りも無料! 畳表替え・室内装飾、何でもお気軽にご相談下さい。  
☎ **043-253-0866** 担当直通 **090-4941-0098**

五感が喜ぶ こだわりの珈琲 優雅なひと時

お食事も人気です。カレー、オムライス、スパゲティ、パン他多数  
●日替りランチ (月火木金)  
●お食事も人気です。カレー、オムライス、スパゲティ、パン他多数

★駐車場 二台有  
稲毛区小仲台 9-12-1 小仲台三叉路下 11~19時 水曜定休  
043-287-3873

**らいぶキッチン ちゃ太郎** Nkxg" Mkvej gp

お料理3~4品付き 飲み放題で、3時間3,000円!  
宴会・貸切 貸切30~50名様宴会ご予約受付中!  
宴会でのお持込みOK! 日本酒1升お持込みにつき500円バック!

店内イベント5月も多数! 詳しくは... http://www.cyataro.net  
043-224-5983

津軽三味線: 村松 大  
パーカッション: 小川恵光

今こそ 自粛を 止めましょう  
(いどばた稲毛)

クーポン券 車検時オイル交換 **無料!!!** 日曜日 也営業

**1日車検** (予約制) お見積り無料 承ります!!  
TEL 043-257-5285

**12か月点検** 工賃 **50%OFF**  
(貨物車を除く) チラシ持参で.....

毎週土曜日は... **オイル交換が...**  
なんと 税込 **1,000円** (標準オイル4リットル迄)  
走行5000キロ又は乗らなくても6か月が交換目安です。

外車・国産車、車のことならなんでも **法定点検 板金修理 廃車 名義変更 OK!**

千葉県市稲毛区長沼原町 774-1  
フレックス稲毛民間車検工場 **FLEX**  
5/3,4,5はお休みさせていただきます