

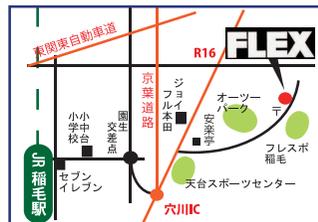
フレックス稲毛民間車検工場 お見積り無料

1日車検 (予約制) 承ります!!

クーポン券
 車検時オイル交換
 (当社指定エンジンオイル代+工賃)
無料サービス!

整備士さん募集中!
 ☆資格者優遇☆
 詳しくは、面接にご応募ください。

ご予約・お問合せは
TEL 043-257-5285
 日曜定休
 email: service@flexauto.co.jp



千葉市稲毛区長沼原町 774-1

12か月点検

チラシ持参で...
工賃が

50%OFF!



※貨物車は除きます

毎週土曜日は...

チラシ持参で...
オイル交換が

50%OFF!



※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 OK!

新車・中古車販売

FLEX

法定点検 板金修理 廃車 名義変更

創業9年目! ☆^、(*^-)vThank you♪v(▽^*)/^☆
クチコミ★ 広がる! 良いい店を見やすく一気にご紹介♪
 いどばた稲毛♪が自信を持ってお褒めします。

2014年
 7月号
 (第80号)

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、13,000部発行(掲載店様店頭、ポスティング) お問い合わせ：043-287-6120 info@idoina.com

初心者でも必ずできる! 納得の出張講習シリーズ No. 4

「ビジネス文書作成」 就職や、もっと高い時給のパート・アルバイトにチャレンジしませんか?
 作成した文書1つで、あなたの評価は変わります。ぜひ一生の財産を手に入れよう!

WordかExcelで、銀行や超一流企業でも即通用する文書を作成しましょう!

ぜ〜んぶ大丈夫! 操作も1つ1つ丁寧に指導。パソコン初心者の方、大歓迎です。
 ビジネス文書の大原則とレイアウト、伝わる文章の書き方、しっかり教えます。
 ◎WordかExcelが入っているパソコンをお持ちで、多少遅くても文字が打てる方なら、どなたでも。

3時間以内に、自分で作れた!をお約束。
 出張費込 21,600円。

大きな自信、
 手に入れてください! いどばた稲毛 ☎090-2874-8384



礼拝・遊書・夢嫁・切文字

パソコンではできない、全てオリジナル手作りのプロの書で夢のあるものを。

ポスター、看板、お品書き
 窓に張る切り文字など

いどばた稲毛 ☎090-2874-8384

娘に伝えたい母の味

レシピ提供：節

おから



おからは栄養価も高く、お安く簡単に作れるお料理のひとつです。
 千葉の房総のある地区では、胡瓜や人参などを入れて甘酢で味付けをするのですが
 お味は絶品でとても優しいおふくろの味でした。
 今回は簡単にカルシウムがたくさん摂取できるように桜えびなど入れて作ってみました。

☆☆ 材料 (4人) ☆☆

- ・市販のおから 大さじ5杯
- ・桜えび 大さじ1杯
- ・釜揚げしらす 大さじ1杯
- ・グリーンピース 20個位
- ・だし 少々
- ・みりん 少々
- ・お水 大さじ2杯位

☆☆ 作り方 ☆☆

1. おからをフライパンに入れ、みりんとお水とだしを入れ、弱火で炒るようにして10分
2. 少し水分がとんだら桜えびをいれ5分ほど軽く炒ります。
3. 桜えびのダシがおからに絡んだら、グリーンピースと釜揚げしらすをざっくりからめてできあがり!

お問合せ・ご掲載は、いどばた稲毛まで♪
 TEL&FAX:043-287-6120 e-mail:info@idoina.com

毎月1日 13,000部発行
 発行:いどばた稲毛 代表 渡部 成夫 1

「髪を切りに行けない」悩み・ストレスに



高齡・病気・障がい等
お電話1本で、介護資格を持った美容師が、ご自宅へ出張致します。

- 男性の方も大歓迎
- 楽な体勢で安心のシャンプー台
- シャンプー・カラー・パーマも対応

キレイになって、心も軽くしませんか？

初回のお客様に限り
1,000円割引

<http://regalo-houmon.com>

訪問美容 レガロ

カットのみ 2,800円～
稲毛区交通費無料 (稲毛区以外 500円～)

お気軽にお電話にてご相談ください。

☎ 043-251-1315

9:00～18:00 日曜定休、土曜(要相談)
千葉市稲毛区園生町1210-7 近江谷 広樹

この夏！
屋のえんたんが
変わる！！

チラシ持参で
100円引!

焼餃子・水餃子
ソース焼そばなど
大好評! 手作り餃子

飽包亭 えんたん

※昼営業のみ。夜は「らーめんえんたん」
千葉市稲毛区稲毛東3-16-11 月曜定休
かぶき堂ビル1F ☎043-242-3001

代表渡部の「仲良く」実践記 ②

☆右下の実践記を先にお読みください。

その人は快く一緒に行ってくれて、鎌ヶ谷の病院に行ってきました。そしたら退院したと言われ本人に電話したところ、松戸の病院に移ったとのこと。急いで松戸に行き、夜になりましたが、お見舞い終了時間までに無事会うことができました。会ってとても嬉しかったのは、お医者さんの予想を遥かに上回って、とても元気になったこと。退院したらこれをやりたい、という意気込みをたくさん聴けたこと。私ができることはないか、と聴いたら、1つだけ頼んでくれたこと。

うちの父は、「お葬式など人が困っているときほど、行って助けになれるよう、大切にしたい」と言っていました。お見舞いも、「もし自分が入院したら、誰も来なかったら寂しいだろうな」と思いました。みんな、大切な人。早く完治してほしいです。

あ、もしかしら、GWに家族でお墓参りに行ったのが良かったのかな。きっとそうだ♪

将棋交流会 毎月開催中!

次回 7月開催日はお問合せ下さい
いどばた稲毛では、
居酒屋遊膳(千葉市中央区栄町37-10)さんの
コラボで、毎月将棋交流会を開催しています。

代表渡部は将棋倶楽部24で五段の棋力。毎回テーマを決めて、すぐに実戦で使える色々な技を、伝授(テキスト付き!)しています。

ルールや駒の動きも知らなかった女性や、初心者の方も、楽しく指しています。お食事・お酒付きで3,000円で3時間、大満足の将棋交流会♪有段者も挑戦大歓迎!すぐに仲良くなれる素敵な仲間達☆あなたもご一緒にいかがですか?

参加ご希望の方は

①氏名 ②性別 ③年齢 ④棋力(未経験、初心者、〇級等)をご連絡ください。ご案内をお送りいたします。

☎090-2874-8384
info@idoina.com



夢と感動の偉人伝! お子様に、ぜひ聴かせてあげてください。

52. エルトゥールル号事件と日本・トルコ関係 衆議院議員 田沼隆志

日本は多くの国に愛されています。その内の一国にトルコをあげることができます。

明治23年、初のトルコの使節が日本を訪れましたが、帰路に暴風雨にあい、エルトゥールル号は和歌山県沖で沈没。500名以上もの犠牲者がでました。

生き残った69名は、必死で大島海岸にたどり着き、助けを求めました。大島は人口3000人の小さな島です。報告を受けた大島村長(現在の和歌山県串本町)、沖周(おきしゅう)は直ちに村民を指揮し、救護活動に尽力します。生存者たちはほぼ重軽傷を負っていたので、医者がすぐさま治療しました。村人たちは衣服、そして温かい食べ物を提供しました。



大島村では、この事故だけのみならず、これまで誰でもどの国の人でも救助してきました。決して豊かではない暮らし中で、村人たちは最大限の献身を惜しみませんでした。村をあげての救護活動に、救助された人々は感涙しました。また沖周は救助のみならず、遺体の捜索にも全力を尽くしました。280体余りの遺体を回収し、慰霊行事も執り行いました。この大島村の人々の行為はトルコ全国民に知れ渡り、ついには教科書にも掲載されました。以来トルコは熱烈な親日国です。

自己犠牲の精神を持ち、他者のために尽力する。大島村の人々の行動が、いまの日本とトルコとの友好関係の基礎となっています。子供達に語り継ぎたい、誇るべき歴史ですね。

代表渡部の「仲良く」実践記

皆さん、こんにちは!先月「夢と旗印」のお話を書きましたら、その後たくさんの方々から、「私の夢は〇〇です」と聴かせてくれました。嬉しいです。友達同士で夢を語り合い、お互いにどうしたらお役にたてるか常にアンテナを張っておきたいものです。この輪を広げたら、素敵です♪

7月から創業9年目!皆様、いつもありがとうございます。

きっと今まで私が疲れすぎたり、嫌なことを招いたりしていたのは、私が自分を知らずに無理をして受けたから。心から喜んで取り組めないことを無理にしたから、だと思いました。自分を大切にすることは、相手も大切にすること。自分が幸せでないと、人を幸せにできません。

5月からとても忙しいのですが、忙しいというよりも、たくさんの事が、私のところに入ってきています。色々なお話や出会いがあります。予定は既にいっぱいですが、全て「受けきる」ことにしています。誰かが自分に投げかけてくれたもの、お願いしてくれたもの、自分を思いついてくれた話してくれたこと、そう考えるととても嬉しいこと。大切なのは、無理はしなくて良い、ということだと最近わかりました。「喜んで自分ができることの範囲で、一生懸命お役に立てるように頑張ればいんだな、無理をしたら、自分も相手も良い関係が続かないな」と、よくわかりました。

こう1本、自分の生き方に筋が通ると、忙しい状況もすべて楽しい。1つ1つの行いが輝くような気がします。時間ももっと、作れます。これを1年続けたらどうなるか、ワクワクします♪

さて、私は生涯でほとんどお見舞いに行ったことがないんです。たまたま周りの人が入院しなかったのかもかもしれませんが、私の意識が低かっただけかもしれません。先日、ある人から、ある人が入院していると聞き、私の方から「一緒にお見舞いに行ってくれませんか?」とお願いました。

既に都内では「SEOはやっていて当たり前」。千葉で「競合を抜き去る」ための決定版!

60分でSEO対策の本質がわかる! 【出張講習】

ホームページの効果でお悩みの、社長様と担当者様へ

「ホームページの検索順位が上がらない」、「問合せや予約が増えない」とお悩みのお店・企業の社長様と担当者様に、ぜひとも知って頂きホームページからの受注を増やして頂けたら、嬉しいです。



いどばた稲毛代表の渡部です。検索語の選び方、把握すべき数値、売上UPへの活用方法を、専門知識不要でご納得頂く講習です。ぜひ一刻も早くSEOに真剣に取り組み、効果を上げて頂きたい!

- ★SEOに強いHPの造り
- ★現状分析のポイント
- ★便利ツール紹介
- ★現状分析をどう改善につなげるのか
- ★効果をどう測定するか

実際の対策は、都内の一流企業が行う高価で最新のSEOを、千葉で安価に実現!1業種1社限定請負!その第一歩の講習です。

『出張SEO対策講習』60分 21,000円(参加2名様迄)

【代表渡部の、ひとくちアドバイス】
貴社の営業社員さんと同じくらい、貴社のHPは働いていますか?

お気軽にお問合せください。

いどばた稲毛
<http://idoina.com>

090-2874-8384(代表渡部)
e-mail:info@idoina.com

※同業者の方のご参加、録音はできません。