

FLEX FLEX FLEX FLEX FLEX FLEX FLEX FLEX

車検時オイル交換 ★ 無料 ★ クーポン券

1日車検

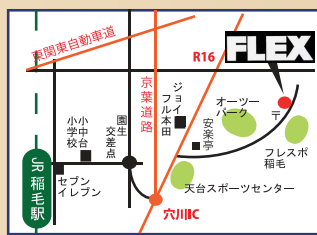
日曜日
も営業

承ります!

お見積無料です。お気軽にお電話・メールください。



TEL **043-257-5285**
email: service@flexauto.co.jp
フレックス稲毛民間車検工場



車検以外でも、このチラシを持参すると、とってもお得!

12か月点検の工賃が
50%off!

※貨物車は除きます

毎週土曜はオイル交換が
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。

- ◎ 法定点検
- ◎ 板金修理
- ◎ 廃車
- ◎ 名義変更

新車・中古車販売

FLEX



祝1周年! ☆^、(*^-)vThank you♪v(▽^*)/^☆

クチコミ★ 広がる! 良いお店を見やすく一気にご紹介♪

いどばた稲毛♪が自信を持ってお奨めします。

2017年
10月号
(第119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8-22-15-307
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

将棋交流会。賞品付のリーグ戦、いつからでも参加できます!

- 未経験者や女性に人気!
- 初段の免状、取得してみませんか?

初めての方は動物将棋から。
将棋の基本を楽しみながら覚えられます。駒も可愛いです。

当支部会員になると、プロ棋士真田圭一八段の指導対局が毎月受けられます。これは当支部だけの大きな特典です! 真田先生の優しく的確なご指導で、まず初段の免状取得を目指しましょう。初級者から有段者まで、毎月挑戦中!

↑左が真田圭一先生

● 将棋をしなくてもOK!

「人が指すのを、お酒を飲みながらのんびり見ていたい」。
「今日は将棋より楽しくおしゃべり!」
楽しみ方は人それぞれ。自由です♪
居心地のいい居場所、仲間作りに!

指導対局：10/13, 11/10, 12/8 (金)
将棋交流会：10/25, 11/29, 12/27(水)

毎回19時スタート。場所はJR千葉駅最寄りの遊膳さん(千葉市中央区栄町37-10)です。毎回貸し切りで開催中! やさしくのんびりなのに、どんどん強くなる将棋交流会です。会話も多くて気軽なので、初めてでもすぐ仲良くなれますよ!

お問合せ：日本将棋連盟 ちば遊膳支部 支部長 渡部成夫 090-2874-8384 info@idoina.com

今月の一皿 - 無化調 無加糖 ときどきスパイシー

今までの全お料理を掲載!
<http://idoina.com>

第100弾 モロヘイヤの香味オイル和え



血管や粘膜を丈夫にする青菜の王様で一品!

★★ 材料 ★★
・モロヘイヤ 一袋(葉と茎を分けておく) ・塩 ティースプーン1/2
・オリーブオイル テーブルスプーン1 ・にんにく 1/4 (微塵切り)
・クミンシード ひとつまみ A [・ターメリックパウダー ティースプーン1/4
・クミンパウダー ティースプーン 1/5]

★★ 作り方 ★★

- 鍋にお湯を沸かし塩と茎を入れ40秒後に葉を投入
- 30秒後ザルにあげ冷水にとりよく絞ってボールへ
- フライパンに油を入れクミンシードとにんにくを焦がさないように炒める
- Aを入れてひと混ぜして火を止め、モロヘイヤと和える
- 塩1-2つまみ加えて味を整える

★★ ポイント ★★

- お好みでポン酢をたらしても
- よく絞ると仕上がりが水っぽくなりません
- スパイスは焦がさないように

「髪を切りに行けない」悩み・ストレスに

高齢・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～
(交通費別途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
千葉市中央区松波 2-22-11-201 近江谷 広樹

将棋交流会

のんびり楽しい 気楽な趣味の会♪

次回 10/25,11/29,12/27 水 19:00～

初めての方～有段者まで、将棋好きが集まる会です！

いどばた稲毛の将棋交流会は、「日本将棋連盟ちば遊膳支部」へと発展しました。全国でも稀な、年齢層が幅広く(20代～80代)皆仲の良い、素敵な仲間ができる自慢の会です。

会場：遊膳(千葉市中央区栄町37-10)さん
参加費は1,500円(飲食は普段通り自己負担)。

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。
毎月、交流会のご案内をお送りします。

日本将棋連盟ちば遊膳支部
支部長 渡部成夫
☎090-2874-8384
info@idoina.com

稲毛・四街道エリアで集中的に宣伝！

当クチコミ誌への掲載

いどばた稲毛のこの広告は、稲毛・四街道エリアに毎月13000部ポストアップしています。

心のかもったポストアップで、右ページの将棋の会の初参加者も増えています。

1か月税込8,640円～の格安料金で、お店の宣伝や趣味の仲間作りにお役立て下さい！

お問い合わせが来る！集客できる！

ホームページ制作(リニューアル)

今時、デザインだけを凝っている時代遅れ?!

様々な情報をインターネットで表示・表現できる時代。だからこそ、営業の根底となる貴社の現状分析と対応戦略も必要なのです！

お電話頂ければすぐにお見積りをご提示します。どうぞお気軽にご相談ください！

即効・抜群の集客力アップ！

SEO対策・Google Adwords広告

貴社の見込み客が検索する言葉で、商品やサービスの魅力を的確・効率的に宣伝します。

小手先テクニックだけでなく、きちんとした市場の検索データに基づく対応方法を。

売りたい商品・サービスの量と期間に応じてすぐにお見積りをご提示いたします！

お問合せ：いどばた稲毛 代表：渡部 Tel:090-2874-8384 Mail:info@idoina.com

会社設立応援パック

あなたの 起業をサポート!

- ① ロゴ
- ② プロの写真撮影
- ③ 独自ドメイン
- ④ 名刺
- ⑤ チラシ
- ⑥ HP用サーバー
- ⑦ ホームページ

2ヶ月で全てそろいます!

創業11周年感謝価格! **54万円**(税込)
ドメイン・サーバー1年分の使用料も込み!

※スケジュールリング・企画・取材・文書作成・印刷代まで、全て込みの料金!
※名刺・チラシの部数やHPのページ数、ご要望にご対応!(お見積り致します)

いどばた稲毛 代表 渡部(わたべ)
TEL:090-2874-8384
Mail: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。

89. 大賀一郎②

前衆議院議員 田沼 隆志

大賀博士は、古代の地層から見つかった3粒のハスの実の発芽を試みます。3粒とも発芽には成功したのですが、1粒は発芽後間もなく枯れ、もう1粒も葉をつける前に枯れてしまいました。それでも、1粒は順調に生育し、翌年の夏、大輪の花が開いたのです。このことは、アメリカの雑誌「LIFE」にも掲載され「世界最古の花」として紹介されました。

また、大賀博士は、アメリカの研究所に、ハスの実の年代測定を依頼します。その結果から、「どう少なく見積もっても2,000年以上(弥生時代)前のハス」であることがわかり、「二千年蓮」と名付けました。

翌年、蓮は千葉公園に移植され、そこでも見事開花。そして、「検見川の大賀蓮」として、千葉県天然記念物に指定され、それ以来、「大賀蓮」と呼ばれるようになりました。

二千年以上前のハスの実が見つかり、さらにその開花に成功したことは、奇跡としか言いようがありません。ぜひ多くの市民にこの事実を知ってもらい、大賀ハスにもっと愛着を持ってもらえたらいいですね。

代表渡部の「仲良く」実践記

創業11周年!皆様、いつもありがとうございます。

心 → 行動 → 習慣 → 環境・人格 → 運命

心が変われば行動が変わり、行動が変われば習慣が変わり、習慣が変われば環境や人格が変わり、環境や人格が変われば、運命が変わる。ポイントは、まず心を決めないと始まらないこと。本気になることが第一です。

行動が変わり、それが続けられて習慣になると、意識しなくても自然にできようになります。新しい習慣が身につくと、きっと周囲の環境や、出会う人・お付き合いする人が、変わってきます。なぜでしょうか?それは自分が変わったからです。人を変えようとするのではなく、まず自分が変わることで、結果、運命が変わります。

いつもどんな環境でどんな人と一緒にいるかは、とても大事です。前向きで心優しい人といれば、皆で運命を良く変えていくことができます。さらに良いことに、習慣は意識しなくても自然にできるわけですから、最初は一つずつですが、良い習慣は何個でも増やせて、同時に行えるのです。

おかげで、私も11年で10個以上の良い習慣ができましたが、コツは心です。本気で強く願えば、人は行動を起こし、継続できるものです。2個目以降は実現しやすくなります。まずは1年、新しいこと、続けましょう!

個人でも会社でも、起業はそれだけで大変な準備が必要です。あれもこれも考え、次々に実行していく多忙な中で、この7大ツールが「一業者とのやりとりのみで2か月で全て揃う」のは、非常に魅力的です。私が11年前に起業した時に、あれば頼りたかったサービスを、実現しました。