

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

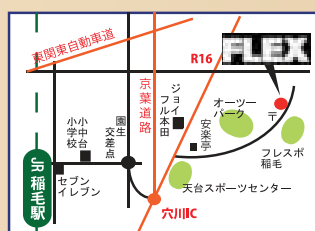
日曜定休
 承ります!

お見積無料です。お気軽にお電話・メールください。



千葉市稲毛区長沼原町 774-1

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



笑顔でお待ちしております!

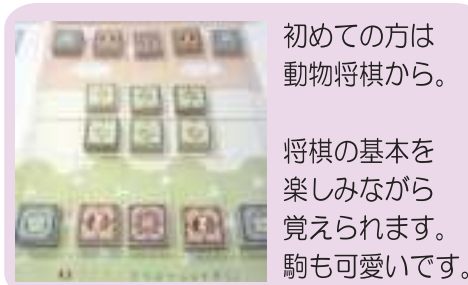
祝11周年! ☆^、(*^-^*)v Thank you♪ v(^▽^*)/☆
クチコミ★ 広がる! 良いお店を見やすく一気にご紹介♪
 いどばた稲毛が自信を持ってお褒めします。

2018年
 5月号
 (第126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!

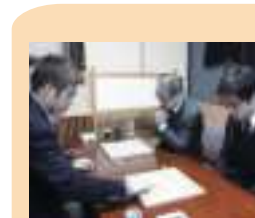
● 未経験者や女性に人気!



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。

● 初段の免状、取得してみませんか?



↑左が真田圭一先生

当支部会員になると、プロ棋士の真田圭一八段の指導対局が毎月受けられ、一生ものの技術が着実に身に付きます。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。有段者も大歓迎!

● 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: 5/11, 6/8, 7/13(金)

将棋交流会: 5/30, 6/27, 7/25(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107弾

新たまねぎのケーキサレ



お惣菜的なフランスのケーキです。チーズや生ハムと合わせてもそれらを練りこんで焼いても♪

- ☆☆ 材料 パウンドケーキ型1本分 (18x8x6cm) ☆☆
- ・薄力粉 200mlカップ1と1/4
 - ・ベーキングパウダー ティースプーン1
 - ・塩 ティースプーン1/4
 - ・卵 1個
 - ・オリーブ油 60cc
 - ・牛乳 75cc
 - ・玉葱 1個(薄くスライス)
 - ・にんにく 1/2片(薄くスライスしてみじん切り)
 - ・粗挽き黒こしょう 少々

☆☆ 作り方 ☆☆

1. オーブンを180度で空焼き(余熱)する。
2. フライパンで玉葱を炒める。透明になってきたらにんにくを加え、にんにくを焦がさぬよう注意しながら玉葱が茶色くなるまでじっくりと。
3. ボウルに卵を入れて軽く混ぜ、油・塩・半量の牛乳・1/3量の薄力粉・ベーキングパウダーを入れよく混ぜる。
4. 残りの薄力粉と具を加えて牛乳を少しずつ足しながら混ぜ、ホットケーキの生地程度の硬さに整える。
5. 焼型にクッキングシートを入れるか油を塗り粉をはたく等して生地を流し込み、黒こしょうを少しふりかける。
6. 180度のオーブンで約40分間焼く

☆☆ ポイント ☆☆

1. 茹でたブロッコリ、チーズ、ほうれん草、トマト、オリーブ、ベーコン等具の候補はいろいろ!
2. 生地混ぜ過ぎ注意。固くなります。 3. (裏技)ホットケーキの素を使えば超簡単。

会社設立応援パック

あなたの
起業をサポート!!



自信のサービス！
ステキポイント

- 1 窓口が1社で済む！
別々に頼む手間を大幅削減！
- 2 デザインも内容も
高品質・統一感！
- 3 完成後もずっと安心！
柔軟・迅速対応で創業11年！

いどばた稲毛
代表 渡部 (わたべ)
TEL:090-2874-8384
Mail:info@idoina.com



2ヶ月で全てそろいます！

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

※スケジューリング・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！（お見積致します）

個人でも会社でも、起業はそれだけ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、あれば頼みたかったサービスを、実現しました。

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部ポストインしています。

心のこもったポストインで、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、営業の根拠となる貴社の現状分析と対戦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い、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

なんか綴る目々のアしりし。 第七回 ～ 皐月晴とカレーと感謝～

こんにちは！いどばた稲毛の中島とかいう其処ら辺の者です。春になり日差しもポカポカ……どころか初夏先取りで暑がりには厳しい今日この頃です。こんなに気温が高くなるなんて聞いてない！暑い！

5月です。皐月です。端午の節句、あるいは菖蒲の節句でございます。ゴールデンウィークが過ぎれば母の日もありますね。子供たちにとっては、お母さんに日頃の感謝を伝える最大のチャンスですよ。最近はカレーのCMとかでも母の日アピールしたりしていますが、カレーは子供でも作りやすいというイメージでもあるのでしょうか。我が家は基本的にカレー好きなので気にしてませんが……何はともあれ、感謝の気持ちが伝わればきっと何でも良いとは思いますがね！（身も蓋も無い！）

それでは今回はこの辺で。



「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

初回のお客様に限り
1,000円割引

キレイになって、心も軽くしませんか？

<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

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。

95. 西郷隆盛「島流しの苦難を超えて」③

前衆議院議員 田沼隆志



厳しい牢屋生活。西郷も死を覚悟していました。そんな中でも西郷は勉学を続け、「敬天愛人」思想は生まれました。

沖永良部への島流しに西郷が持参したのは、大量の古典。「孫氏」「韓非子」「貞観政要」「資治通鑑」「伝習録」「洗心洞察記」「言志四録」「春秋左氏伝」… “一生、牢屋で過ごせ”と命を受けたときに、西郷は、人生に絶望するでもなく、自暴自棄になるでもなく、勉学を深めようと思ったのです。

劣悪な牢屋の中でも西郷は、不平も言わず、恨みごとを言わず、ただひたすら静かに書物を読み、思索したそうです。その向学心には感心させられます。後に西郷は雅号「南洲」を名乗りますが、このころは「静観」とよく書いていました。

先月号でご紹介した、牢屋の壁に貼った詩は、もう1つあります。

「富貴寿夭、心をうたがわず(富貴、寿命、すべては天がはかることあり、私は天に任せているので少しも疑うものではない) 只、面前に向って精神を養う(私の務めはただ己の精神を養うことである) 四十余年、何事かを学ばふ(ああ、四十余年、私は何を学んできたのだろうか) 笑って獄中に座す鉄石の心(笑って獄中に座し、ただ鉄石の心を練るだけである)」

西郷の心境をよく表しています。逆境にあっても「天を怨まず、人を咎めず」、静かに己を磨くことに集中し、のちの大西郷が誕生していくのです。

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。

皆さん、こんにちは！ やっと春になったと思ったら、もうゴールデンウィークですね。今回は、普段はあまり書かない、私の仕事のやりがいについて、書きたいと思います。

いどばた稲毛のメインの仕事の一つは、ホームページ(以下、HP)制作です。HPというと、「会社やお店の宣伝」というイメージが強いと思いますが、単に商品やサービスを載せればいいのかという、そんな簡単なものではありません。「この会社なら安心して任せられる」、「ぜひこの人に来てほしい」、「この会社に就職したい」と思ってもらうためには、何をどのように載せるかが重要で、そこには必ず「社長や社員の想い」が入ってくるからです。HP制作は、技術はもちろんですが、事前のお打合せ、インタビューでお客様の想いを引き出して、それを文章など形にすること

も、とてもやりがいのある仕事です。また、サービスや商品が何種類もある複雑な場合には、すっきりと見せる見せ方が大切です。複雑なものをわかりやすくまとめるのも、腕の見せ所です。そういうわけで、事前の下調べ、お打合せ、インタビュー、原稿の制作、デザインまでできて初めて、実際にHP制作に着手できるのです。必要があれば何度でも、お客様の所に行きます。私はお打合せが大好きです。だから外に出ていることも多いです。

HP制作を通じて、お客様も自分が描くイメージややりたい姿が明確になります。経営理念がたくしかりとしたものになります。社長も社員さんも一緒になって、知恵を絞って作ります。それが商売繁盛に必ず良い影響を及ぼします。いくらでも安く作ることはできますが、「こんな素敵なHPを作りたいんです」という情熱的なご要望に、喜んで頂けるように一生懸命全力を尽くしたいです。とてもやりがいのある仕事できて、幸せです。



いどばた稲毛
<http://idoina.com>

ホームページ上にはこのチラシに載っていないお店の情報やクーポンが多数あります。他にも稲毛で活躍している方の対談集や、とっておきレシピの過去の全作品など、もり沢山です。 3