

**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。

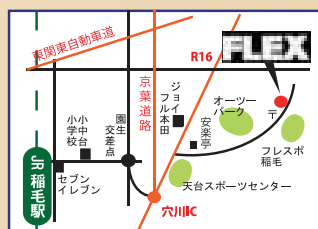


千葉市稲毛区長沼原町 774-1

TEL **043-257-5285**

email: [service@flexauto.co.jp](mailto: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

**笑顔でお待ちしております!**



新車・中古車販売

**FLEX**

祝12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 11月号 (第132号)

**北海道直送 生ラム ジンギスカン**

美容と健康に 家族連れ・女子会にどうぞ  
 やわらかくて美味しい、最高の生ラムで、ちょっと贅沢に。



1ドリンク サービス券 (人数分)

生ビール、サワー ソフトドリンク



生ラム 850円

野菜盛り合せ 480円



ラムタン 700円  
 ラムポークソーセージ 600円



ラムチョップ 900~1,200円

忘・新年会 大・小宴会  
 ご予約承ります!

ご予算、メニュー、  
 昼間の宴会など  
 柔軟に対応致します。

**なんまん 稲毛店 栄和**

営業時間 17:00~22:30 (L.O.) 定休日 (木)  
 千葉市稲毛区小仲台 5-4-10

ご予約は ☎ 043-253-2144



**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113弾**

豚汁を美味しくする  
 下ごしらえ



豚汁が美味しい季節になりましたね。下ごしらえしてみませんか?  
 この一手間で味がしみやすくなり、雑味が消えますよ。

☆☆ こんにやく ☆☆

小鍋にお湯を沸騰させて、手で食べやすい大きさにちぎって塩で揉んだこんにやくをそのまま投入。2分茹でてザルにあげる。

☆☆ 豆腐 ☆☆

食べやすい大きさに切り、水を入れた小鍋に入れて茹でる。沸騰してから3分でザルにあげる。

☆☆ 油揚げ ☆☆

小鍋にお湯を沸騰させ、食べやすい大きさに切った油揚げを入れて1分茹でる。ザルにあげ、ヘラなどで押し絞る。

☆☆ 大根 ☆☆

小鍋にお湯を沸かし、大根を食べやすい大きさに切り、1分茹でてザルにあげる。

## 将棋、お酒、お食事、素敵な仲間。自然に強くなる交流会です！

● 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。

● 誰でも初段が目指せます！有段者多数！



↑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。

● 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♪

指導対局：11/9,12/14(金)

将棋交流会：11/28,12/26(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！

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

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13,000部ポストイングしています。心のこもったポストイングで、表紙の将棋の会の初参加者も増えています。  
1ヶ月税込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ください！

## 会社設立応援パック



### 2ヶ月で全てそろいます！

創業12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、ご希望にご対応！(お見積致します)

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

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12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。

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

## 「髪を切りに行けない」悩み・ストレスに

高齢・病気・障がい等



初回のお客様に限り  
1,000円割引

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？

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

## 格安ホームページ制作 54,000円！(税込) ネットの力を活用して集客！

今はスマホで気軽に検索して探す時代、検索して出てこないことには、話になりません。無料で登録できる大手サイトは情報不足で、お客さんが本当に求める詳しい情報がありません。これでは「勇気を出して飛び込みをしてみてください」と言っているのと同じです。

そこで、どんなお店やサービスでもしっかりと格安で宣伝できる、格安ホームページのご提案です。

集客に必要なのは、デザインではなく情報です。

### 集客に最も重要な、掲載内容にはとことんこだわる！お客が求める情報を厳選掲載！

- 1 インタビューさせて頂き、文章をお作り致します。
- 2 写真撮影もいたします。
- 3 検索キーワードも設定致します。(内部SEO対策)
- 4 問合せ受付は、eメールと電話の2種類をご用意。スマホは1クリックで電話発信可能。

★掲載内容にこだわりのコストは、徹底的に省きます。  
→デザイナーによるデザインはしません。(雛形での制作) その分、更新も安く早くできます。  
→独自ドメインやサーバーは取得しません。(弊社サーバーを使用) →見やすくシンプルに、1ページにまとめます。

★管理・更新料は、年間10,800円(税込)のみ。  
(写真撮影が必要な時のみ、別途10,800円(税込)がかかります)

※夜18時以降の取材の場合は、制作費1万円加算とさせていただきます。

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

## 代表渡部の「仲良く」実践記



創業12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！寒い日も増えてきましたが、体調は大丈夫ですか？私は今年も風邪もひかず、元気です。体に良いものを食べて、睡眠をしっかりとりように気を付けています。忘年会のお誘いも入って来ていますが、過酷なスケジュールにならないように、うまく間を空けたいです。

その逆は、自分からは何もせずに、人に要求することです。人はちょっと気を抜くとわがままが顔を出すものですから、私も意識して何度も自分に言い聞かせています。感謝をいつも忘れずに、自分が先に出すことを心がけて、良い循環を広めていけるように。自分の周りの人から、一人一人、大切に。

さて、私の周りでは、ここ最近新しくお店をOPENする人が何人もいます。OPEN一周年であったり、OPEN数か月であったり、OPEN予定の人がいます。実際に行ってみて感じるのは、人の本気さ・一生懸命さは、きちんと伝わることです。ちょっとした心配りや、笑顔、声にも、その人の心が表れます。経営者やスタッフの人たちのお客様を思う心が、その空間を輝かせています。そんな時、私は幸せな気持ちになりますし、何か自分にできることはないかな、応援したいな、と何かせずにはいられない楽しい気持ちになります。自分から先に相手に心を配ることが好循環を生む、良い例です。

さらに一歩進めて、夢を実現するためには、次の心構えが大事だそうです。

- 1 必ずできると思っていること
- 2 自分から自分の限界を決めないこと

心と行動が伴うと、人を感動させるくらい強い力を発揮できます。きっと皆さんも、自分でも驚くほどの仕事ぶりが出てきたこと、あるでしょう。取り組む時の心のありようが、成否を決めます。人は誰でもすごい力を持っています。心をいつも大切に、自分の力を信じて、幸せになりましょう♪



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