

**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

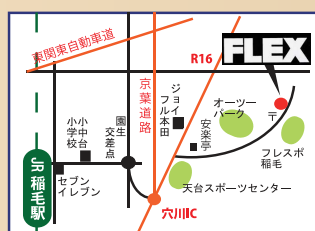
**承ります!**

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

新車・中古車販売

**FLEX**



笑顔でお待ちしております!

祝14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。

2020年 1月号 (第146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

HPからの反応が全くない(><)! とお困りのお店・会社の方へ  
**HPの診断をしてみませんか?**

デザインだけで良い・悪いはナンセンス!

SEOに詳しいからこそできる現状分析と  
 改善のためのコンサルティングをご提供!

- ◎ 検索で上位に来ないために、反応がないのか
- ◎ 検索はされているが、HPの内容や伝え方に問題があるのか
- ◎ 成功している競合他社と比べて、何が足りないのか
- ◎ キーワードやターゲットが、HPに正しく反映されているか
- ◎ どこをどう直せば、順位が改善されるか

診断前のお打合せ・お見積り無料! しつこい営業、一切しませんので、

**安心してご相談ください!**

「先に知っておいて  
 本当に良かった!!」



HPを制作する知識・技術と、  
 SEO対策ができる知識・技術は全く別物です。  
 SEOを考えずに、デザインだけでリニューアルすることは、絶対に避けましょう。

ご提供する改善策は、  
 現在ご依頼されている業者さんに伝えて頂いても構いません、いどばた稲毛でも承ります。

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

今月の一皿 - 無化調 無加糖 とときどきスパイシー

今までの全お料理を掲載!  
<http://idoina.com>

第126弾  
**チョコレートケーキ**



バレンタインや合格祝いに焼いてみませんか?

★★ 材料 パウンドケーキ型 高さ5.5cm 幅7cm 長さ16cm 1/2分 (小さめで3-4食分) ★★  
 ・カカオ分70%以上のチョコ 100g ・米粉または小麦粉 大さじすり切り5杯 ・ベーキングパウダー 小さじ1/2杯  
 ・卵 1個 ・砂糖 大さじ2杯 ・油 45cc(米油等 香りのないもの) ・塩 小さじ1/8杯  
 ・酒 大さじ2杯(ウイスキー、ブランデー、ラム 等) ・オレンジジュース 大さじ2杯(生地の固さが整う量)

★★ 作り方 ★★

1. 耐熱ボウルにチョコを入れレンジで溶かす。(出力600Wで約1分)
2. オープンを180度30分にセットして空焼き。
3. チョコの入ったボウルに油を入れてよく混ぜ、卵・砂糖・塩・ベーキングパウダーを加え、更に混ぜる。
4. 粉を加えて混ぜる。(何回かに分けてやると尚良)
- 生地が固ければオレンジジュースや豆乳・お酒等 好みの液体を足してホットケーキミックス程の固さに整える。
5. ケーキ型にクッキングシートを敷いて生地を流し入れ、型を左右に揺すったり、数cm上から台に落としたりして均等にしてからオープンで20~30分焼く。

★★ ポイント ★★

1. 翌日の方がしっとりして美味しい♪
2. 泡立て器やフォークを使い、手動で混ぜてOK。
3. 元の色が濃いので、焼きあがりの見極めは竹串を刺して。

Windows7は、2020年1月14日にサポート終了となります。  
新しいパソコンへの買い替え、各種設定、承ります!!

～ パソコン選び、データの移行、メールの設定、お任せ下さい～

もしWindows7をサポート終了後も使い続けると……

- × セキュリティ更新プログラムが提供されなくなるので、メールやブラウザの利用はもちろん、ネットに接続しているだけで危険！悪意あるソフトウェアに侵入されたり、様々な攻撃を受ける恐れが…。
- × Windows7は考慮されなくなるので、今後買ったりインストールするソフトやプリンタ等の周辺機器がWindows7では使えない可能性が十分考えられます。

## ぜひお早めに、買い替えのご検討を！ お気軽にご相談ください！



「先に知っておいて  
本当に良かった!!」

新しいパソコンを買った後、今後のことも考えると、近所の業者さんに購入や設定を頼む方が安心で、しかも安く済みます。

- 例えば何か困った時も、
- ◎出張料が、大手よりも格段に安い!
- ◎対応が速い!すぐ状況を確認に行けます!

喜んで頂けるように、頑張ります!!

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

習い事教室の先生や個人事業主の方のイメージUP、ブランドUPに!

## 「想いが伝わる」名刺、作りませんか?

(無料の名刺)

いなげピアノ教室  
代表 ○○ ○○



(いどばた稲毛なら)

いなげピアノ教室  
代表 ○○ ○○

- ✓ 紙も厚くて立派!
- ✓ 発色も綺麗!!
- ✓ 人柄・個性が伝わる!
- ✓ 強みが明快! 具体的!

連絡してみよう! (^\_^)

教室の先生など、個人の方が商売繁盛を考えると、自分がどんな活動をしているのか、その「伝え方」はとても重要です。

初めての人の、挨拶や人柄はもちろん、きちんと伝わる名刺をお渡しするのは誠意であり、その人とのご縁を大切にすることにつながります。

「この人と出会えて良かった」と思ってもらえる素敵な名刺を心を込めてお作りいたします。作った後の管理も安心してお任せください。

★ オプションも充実 ★ 写真撮影、ロゴ制作、独自ドメイン取得、箔押し等の特殊加工・高級紙対応も承ります。

名刺交換が楽しくて  
いつも持ち歩きたくなる♪



反応があるから、改善できる!

- 1 「話が弾む」名刺  
相手から質問してくれるコッ★
- 2 「伝わる」名刺  
お客様目線で簡潔・具体的に★
- 3 他に負けない「強み」を  
社名・サービスだけでなく、強みを★
- 4 作った後も嬉しい改善  
内容変更や増刷も、迅速対応★

フルカラー 両面印刷

印刷代実費 + **33,000円(税込)**  
☆片面のみの場合は、11,000円引きます。

## 「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

## 居酒屋で将棋とお酒を楽しむ大人の会♪ 楽しくどんどん上達!

● 未経験者や女性に人気!

● 誰でも初段が目指せます! 有段者多数!



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。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。

指導対局: 1/10, 2/14, 3/6(金)

将棋交流会: 1/29, 2/26, 3/25(水)

毎回19時～。会場: 遊膳 貸切!  
(千葉市中央区栄町37-10)

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

## 広告宣伝・フランディング、お任せください! いどばた稲毛

- ・HP制作 ☆格安5万～最高級まで
- ・HPからの集客対策 (SEO対策、Google Adwords)
- ・HP、ロゴ、名刺、チラシが全てそろっお得なパック!
- ・看板、窓orドア用シール制作
- ・窓やドアに貼る宣伝シール
- ・会社やお店のロゴ制作
- ・名刺制作 ☆箔押し等もOK!
- ・社章、タオル等グッズ制作
- ・会社パンフレット、チラシ制作

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部ポストアップしています。心のこもったポストアップで、実際に上の将棋の初参加者も増えています。継続は力なり! 1ヶ月税込8,800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!

## 代表渡部の「仲良く」実践記



創業14周年! 皆様、いつもありがとうございます。

皆様 あけましておめでとうございます。今年もよろしくお願ひ申し上げます。

風邪が流行っていますね。年末年始でついつい心も体もフル回転、頑張ってしまうがちですが、具合が悪い時は無理せず、体を大切にしましょうね。

さて、今年の抱負は決めましたか? 「今年こそ〇〇するぞ!」、「今年はこんな1年にするぞ!」と心に誓うのは、とても良いことです。心に決めた通りに、脳や体は働いてくれて、それに近づくような気付きや出来事が、身の周りに現れます。

ところで昨年の抱負は何でしたっけ? 毎年抱負を立てているけど、年末になると何を立てたか覚えていない。。。笑話ですが、よくあることです。

でも自分で立てた抱負ですから、実現できた方が嬉しいに決まっています。では、今年は紙に書いて、いつも見える所に1年間貼りっぱなしにしておきましょう。なるべく毎日見て唱えましょう。今年の年末は、覚えてないことはないでしょうし、必ず夢に近いことなのでしょう!

地味で小さなことを継続することは、誰でも大変なこと。だからこそ、一番確実に、差が出ます。微差は大差。人が誰でも一度ならできる小さなこと、これを毎日続けると、誰も真似できないほど立派な大差になるのです。自分らしい自分ならではの小さな継続が、人に喜ばれる大きな個性に育つように、私も頑張ります。

人生初めての講演が、1/28に決まりました。勉強させて頂ける機会に感謝して、精一杯少しでもお役に立てるように、全力で準備したいと思います。