

チラシ持参で  
車検時オイル交換  
**無料**

# 1日車検



どこで買った車でも  
受付けます！



いどばた稲毛  
https://idoina.com  
Since 2006, June 15  
"創業18年"

2023年10月  
第191号

綺麗な館山の海♪

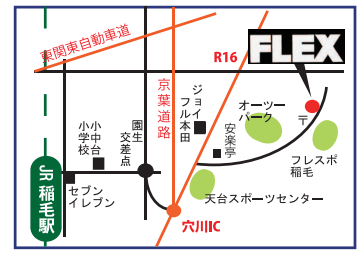


きっと会社が良くなります！

☎ 043-257-5285

フレックス稲毛民間車検工場

日曜定休 千葉市稲毛区长沼原町 774-1



# 回し読み

してください！

車のこと、お気軽にお電話ください！

12か月点検の工賃が  
**半額！**  
※貨物車は除きます

毎週土曜はオイル交換が  
**半額！**  
※走行 5000 キロ又は乗らなくても  
6か月が交換目安です。

研修のためお休み  
10/17(火) ~ 10/18(水)

- 業務内容
- ◎ 車検点検
  - ◎ 一般整備
  - ◎ 板金塗装
  - ◎ 廃車
  - ◎ 名義変更
- 新車・中古車  
探します！



笑顔でお待ちしております！

学びましよう！  
一緒に  
部下の方も、  
上司の方も、  
経営者さんも、

# 『楽しむ力をUPしましょう!』

楽しもうと  
思えば  
楽しくなる!

先月号は、「人の痛みが分かる人に」でした。表には出さないけど、人には言っていないけど、病気や大変な状況の中で頑張っている人がいます。困り事が何も無い人の方が珍しい。だからこそ、「知らなかった」ではなく、気遣える思いやりを大切にしたいですね。

今月は、「楽しむ力をUPしましょう!」です。1日24時間、寝ている間はコントロールできなくても、起きている時間、楽しく過ごすか決めるのは自分次第です。

しかし、人生楽しいことばかりではありませんね。起きている時間、できるだけ楽しく過ごすには、どうしたら良いでしょうか? やりたくないこと、嫌なイベント、苦手な人と関わる中にこそ、楽しむ力は鍛えられます。人や出来事や環境のせいにして自分の心を暗くしてしまったら、一日もったいない! 嫌なことの中にも、楽しみを自分で創り出せたら、健康にも良いですし、毎日が充実します。

準備が大事。  
楽しい心を  
セットする!

やりたくないことをやる時、行きたくない場へ行く時、苦手な人に会う時に、嫌な気持ちのまま始めてはいけません。本当に嫌になってしまいます。嫌な気持ちは、根拠は何もなくても、「ワクワク」と思うだけで随分変わります。「今日はこれをやってみよう」など、楽しむものを一つでも決めて、そのために過ごすと思えば、だいぶ楽しくなります。楽しい心をセットしてから、スタートです。楽しい方に心をやれば、楽しい方に集中できます。

実は、寝る前に今日一日楽しかったことを思い浮かべるのは、睡眠を深くしてくれる効果があるそうです。これも、寝るという行いの準備、心のセットですね。自分で心を楽しくセットできることは、計り知れない効果がありそうです。私も、たとえ嫌なことがあっても、その人を責めて終わるような暗い日は過ぎたくありません。人間ですから、一時はそういう感情が湧いても、自分のためにはより早く、楽しい心をセット出来た方が良いのです。自分の心は自分で決める。自分次第。楽しもうと思えば、楽しめるものです。

## 小規模ホームページのスマホ対応やSSL化、リニューアルにお得なプランをご用意致しました。

プロが撮影した有料イメージ写真3点  
トップ、お問合せフォーム含む5ページ構成  
写真や画像を大きく出す全画面幅も好評です!

## ホームページリニューアル

- ❁ 新規の制作も同料金で承ります。
- ❁ オプションで、名刺やロゴも統一デザインで作れます。

このページのお問合せ：いどばた稲毛 渡部(わたべ) ☎ 090-2874-8384 info@idoina.com

**10月末迄** 先着1社様  
特別価格

**15** 万円 (税抜)

柔軟に対応いたします。  
お気軽にご要望を  
仰ってください。



社員一人一人の仕事の成果を高め、会社全体としての業績を向上させるために、具体的に日々取り組んでいることはありますか? 職場の雰囲気や社内の人間関係はどうか? より良い習慣づくり、一度社内でする機会を持ちましょう。

## 代表挨拶

こんにちは。いどばた稲毛 代表の渡部(わたべ)です。2022年1月から企業やお店で働く方々に、お届けしております。「心の持ちよう」をテーマに、地域で働く方が仕事に誇りを持ち、健康で幸せになるお手伝いが出来れば嬉しいです。私自身がより良く変わった体験や、努力中のことを、心を込めて書いています。

今月は、「楽しむ力をUPしましょう!」です。このテーマは、私自身が長年取り組んでいることです。脳は、人が言ったことと自分が言ったことの区別が出来ないと聞いたことがあります。マイナスの感情を発することは、自分をマイナスにすることと同じ。もちろん色々な悩みは訪れますが、皆そうですから、一人でも多くの方が、楽しく過ごす時間が増えてくれたらと思って書きました。仲間は多い方が良いですね♪素敵な仲間が広がる地域に、心を込めて。今月も日々ワクワク改善! 宜しくお願ひ申し上げます。

- ホームページ
- SEO対策
- Google広告
- 名刺
- チラシ
- 3折りパンフ
- 窓シール
- ロゴ制作
- 看板

人と人を結ぶ広告宣伝  
お問合せ：いどばた稲毛 渡部(わたべ) ☎ 090-2874-8384 info@idoina.com

指導対局: 10/13(金)  
11/10(金) 12/8(金)

2023年度 指導対局 受付中!

日本将棋連盟 ちば遊膳支部 初心者・有段者大歓迎!  
当支部会員になると、  
真田圭一八段の指導が毎月!  
一生ものの技術が身に付きます。  
私は何級? 級認定お気軽に!  
交流会: 10/25(水)  
11/29(水) 12/27(水)



## Excel は安くて便利! 毎月 or 毎年やる作業を、もっと楽に♪ ~提出書類や業務・顧客管理に~

不動産や各種施設の入居者さん管理、役所への提出書類、顧客別の収支管理等、様々な書類作成・管理が楽になります。自動集計はもちろん、条件分岐での結果表示まで、どんなExcelの制作も承ります。パソコンに詳しくない方も安心です。自分で管理・更新できるまで、丁寧にサポートさせていただきます。

個人の方も、  
社内でも♪

プラスチックカード  
診察券  
もっと安く作れます!  
高品質 1000 枚で  
税込 66,000 円~!

9 万円以上  
安くなった方も♪  
今後もかかるコスト  
ぜひ一度ご確認を!

