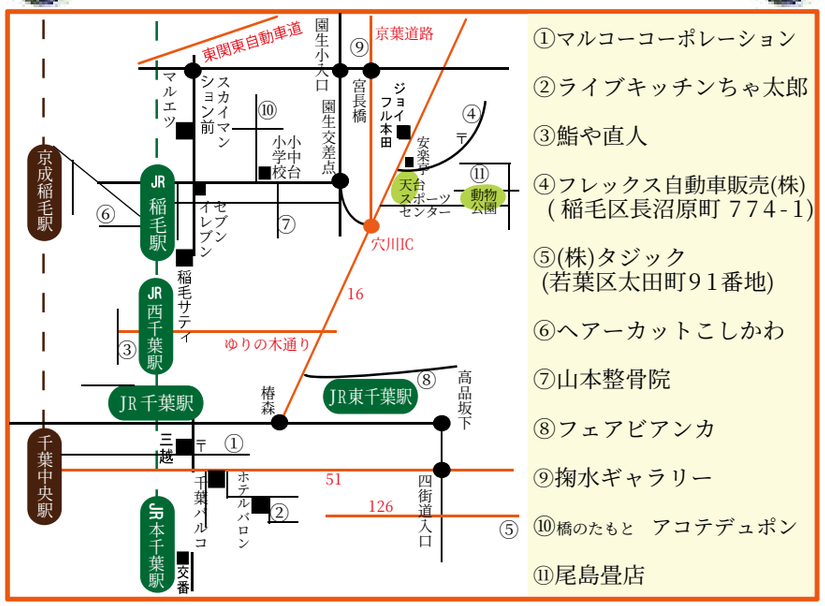
クチコミ☆広がる良いお店マップ



①マルコーコーポレーション

②ライブキッチンちゃ太郎

③鮨や直人

④フレックス自動車販売(株)
（稲毛区長沼原町７７４-１)

⑤(株)タジック
(若葉区太田町９１番地)

⑥ヘアーカットこしかわ

⑦山本整骨院

⑧フェアビアンカ

⑨掬水ギャラリー

⑩橋のたもと　アコテデュポン

⑪尾島畳店

人と人を結ぶ広告宣伝♪

いどばた稲毛♪は、こんなことで皆様のお役に立てます。

- いどばた稲毛ホームページ内
  - ：トップページバナー広告5,000円～
  - ：NEWS発信＋お店紹介＋求人＝2.500円
  - ：非営利活動無料掲載
- ホームページ制作
  - ：5ページ約8万円～
- 携帯電話だけで簡単にできるブログ
  - ：立上げ～やり方マスターまで31,500円
- クチコミ紙　発行
  - ：毎月1万部発行　約6×6㎝　12,600円
- 対談・記事制作
  - ：52,500円
- 名刺・チラシ・会社パンフ制作
  - ：お気軽にご相談下さい。

TEL&FAX:043-287-6120
e-mail:info@idoina…com

クチコミ☆広がる！ 良いお店を 見やすく一気にご紹介♪

☆^ヽ(*^-°)vThank you♪v(°∇^*)/^☆

心 いどばた稲毛♪が自信を持ってお奨めします。

2010年 9月号 (第34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7-3-2-305
♪発行部数　：毎月1日、1万部発行(掲載店様店頭、ポスティング、経営者への手渡し)　♪お問合せ：043-287-6120　info@idoina.com

稲毛で、音楽と絵画とそばのコラボレーション♪

9/18(土) ギャラリーで、「歌とそば打ちパーティー」

テノール 秋山　衛 & ソプラノ 尾形　晃子　ピアノ 武田　真弓

9月18日(土)
場所：掬水ギャラリー (千葉市稲毛区宮野木町1664-9)
(JR稲毛駅より京成団地行きのバスで京成団地入り口下車5分)
開　　場　14：30
演奏開始　15：00
そば打ちパーティー　17：00
会費：演奏会のみ2,000円、そば打ちパーティーのみ3,000円
両方参加5,000円

毎月開催！「掬水そば遊会」

そばを愛し、そばを食し、そばを語れる方、大歓迎！！

掬水そば遊会は、「南画家・大浦掬水」のギャラリーを会場に、主宰大浦明の手作り料理と手打そばを、会員が持込む全国各地の地酒で楽しんでいます。

ご希望の方は、そば打ち体験もできます。
初めての方でもお気軽にご参加下さい。

日本酒の差入れ大歓迎！

限定60人！参加ご希望の方は、お早めにご予約下さい→→→

☎ 090-2641-4389 (大浦)

☆求人情報☆　裏面の広告もご覧ください。

Fair Bianca
～フェアビアンカ～

『パート、アルバイトさん募集中！』

- 勤務地：千葉市中央区椿森5丁目11-10
- 時給　：900円～（研修期間3カ月　850円）
- 勤務時間：10:00～19:00 (応相談)
- 勤務日数：週3～6日
- 定休日：毎週火曜日
- 仕事内容：シャンプー、カラー、マッサージ、ブロー
  研修期間後カット可

お気軽にご相談下さい。

お問合せ　☎043-256-2531　担当 藤井

☆☆☆新連載Start！「私もこんな人になりたい」夢は自分磨きの原動力です♪

夢と感動の偉人伝！ ⑦西郷隆盛

●NHK「龍馬伝」にも出ている西郷隆盛は、私が最も好きな偉人です。テレビでは薩摩藩のまとめ役として出てきますが、実はそこに来るまでに大変な苦難がありました。

●優秀な藩主・島津斉彬に見出され、日本のために大活躍しますが、突然の斉彬の死と安政の大獄によって状況は一変。同志と自殺を図り、間一髪生きのびるものの、３年間奄美大島に潜伏します。やっと藩政に復帰しますが、器の狭い上司と衝突し、わずか４ヶ月で再び島流しに。３年後にようやく復帰して、維新の大活躍をするのです。

●「幾たびか辛酸を経て志始めて堅し」実際に数々の辛酸をなめ尽くして、最終的に表舞台に舞い戻り、英雄と讃えられた西郷さんならではの、重みある言葉です。私も落選中、この言葉に、何度も励まされました。苦難を乗り越えてこそ、真の志になると、信じています。

千葉市議会議員　田沼 隆志

代表渡部の『仲良く』実践記

先日千葉港のBARで、JAZZの生演奏を聴きました。私は中学から高校１年まで吹奏楽部でサックスを吹いていました。つい最近、１８年ぶりにサックスのケースを開き、あるバンドに入れてもらったので、プロの方の美しい音を生で聴けて、とても楽しかったのです。そして私には、もう一つの興味がありました。

このバンドは、４人がプロ、１人がアマチュア(とても上手)です。私の入ったバンドにも、プロがいます。私はど素人ですから、どんな風に声をかけあって協力して演奏するのか、バンドの雰囲気はどうか、を見たかったのです。
結果は、皆がとても楽しそうに、アイコンタクトで息を合せながら、プロがアマチュアを支える優しさも見れたのです。

何人かのプロの方のお話を聴くと、「プロは、本番で失敗をしたら、次はない。技術の高いアマチュアもいるけど、その覚悟の有無がプロとアマの差」といいます。それと同時にプロは、「音楽は楽しむもの」ということにも、とてもこだわっている感じを受けました。だから、支え合う、良い音楽になる、楽しいのだと思いました。

とっても練習したくなりました！素敵なご縁に感謝です。

低カロリーで美味しくやせちゃう！ とっておきレシピ♪

今までの全お料理を掲載！ http://idoina.com

第３７弾 夏野菜のオーブン焼き

暑いですね。たまにはオーブンに調理をお任せしてみましょう！

★☆　材料（2人分）　☆★

・なす 1本　・パプリカ 半分　・たまねぎ 1/2個 （長ネギのブツ切り可）・ブロッコリ 1/4
・ミニトマト 4-6個　・きのこ 好きなだけ　・ジャガイモ 2-3個　・鶏手羽元 2本
・ピザ用チーズ 適当 （粉チーズ可）　・オリーブオイル　・塩コショウ
・お好みのハーブ類（パセリ、バジル、ローズマリー等）

★☆　作り方　☆★

1. オーブン皿にオリーブオイルをぬり、たまねぎを並べる。
2. 残りの材料は食べやすい大きさに切り、オリーブオイルで和えてたまねぎの上に並べる。
3. オーブンを200度に熱し、皿にアルミホイルで蓋をし、25分加熱。
4. 蓋を外して大体火が通ったように見えたら、蓋を外し、鶏をひっくり返して、10-15分加熱。
5. チーズ、塩コショウ、ハーブをかけてオーブンの中で2-3分休ませたら出来上がり。

★☆　ポイント　☆★

1. ジャガイモを入れない場合はフランスパンと一緒に召し上がれ。
2. ピザ用チーズの代わりに食卓で粉チーズを振っても美味。
3. 休日のランチやおもてなし料理にも。

らんちめにゅー 11:30~14:00

茶碗蒸し・水菓子・お椀付 980 円！

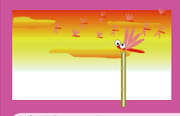
握りの大きさ、シャリの量など
何なりと御伝え下さい！

西千葉駅徒歩３０秒　大小宴会 ご予約受付中！
鮨や直人西千葉店 ☎043(246)0808

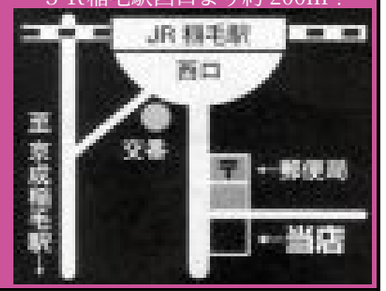
女性専門 ヘアーカット こしかわ 1,000円！！

ＪＲ稲毛駅西口より約 200m！

くせ毛 (天然ウェーブ) でお困りの方
髪が多すぎ、少なすぎでお悩みの方
女性専門カットで気分転換しませんか？



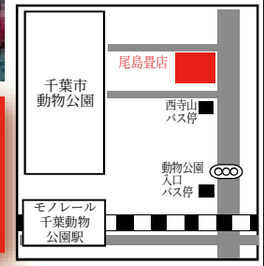
親切、丁寧に、真心込めて
カットさせて頂きます!!



午前 10 時~
(木・日・祝定休)　☎043(241)5188

こだわりの創業40年 尾島畳店

千葉市若葉区源町196-3



出張費も込み。ご安心下さい。

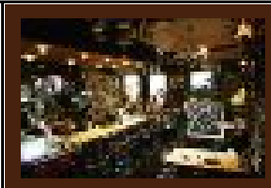
畳表替え
一般家庭用1畳
4,200円~(税込)

障子・襖の張替え
1枚両面
4,500円~(税込)

チラシご持参で
ご注文頂いた方に
畳で作った花瓶敷き
プレゼント

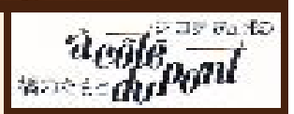
お伺いしてのお見積りも無料！ 畳表替え・室内装飾、何でもお気軽にご相談下さい。

☎ 043-253-0866　担当直通　090-4941-0098



五感が喜ぶ
こだわりの珈琲
優雅なひと時…

●お食事も人気です。
カレー、オムライス、
スパゲティ、パン他多数
●日替りランチ
(月火木金)



★駐車場 二台有

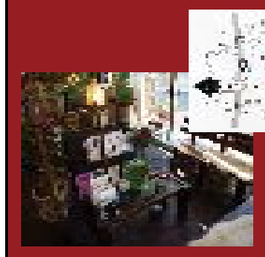
稲毛区小仲台 9-12-1
小仲台三叉路下
11 ～ 19 時　水曜定休
☎043-287-3873

手ぐしで簡単にアレンジ出来る 貴方だけのヘアスタイルを…。

Fair Bianca ～フェアビアンカ～

定休日 火曜　Open 10:00　Close 19:00

Cut　4200 yen.（ワンシャンプー まゆカット付き）
Perm　6300 yen.～
Color 6300 yen.～
※学生割引 あります。



中央区椿森5-11-10 ☎043-256-2531

らいぶキッチン ちゃ太郎　民謡,三味線,尺八

津軽三味線 生演奏 毎日！

お客様同士、皆で友達になって楽しまれています。

・お１人様お料理付き飲み放題 3時間 3,000円!!
・少人数でのご宴会、５０名迄の貸切、ご予約受付中。
・店内イベント９月も多数！ http://www.cyataro.com
・厨房バイトさん募集中！(週２日以上、16 時~ 20 時、見習い期間時給 850 円)

中央区中央 3-7-11小川ビル２階　営業１７時~(日曜定休)　☎043-224-5983

★★★ 子供会など、イベントでのお料理も承ります！ ★★★

真心・手作りおかずのお弁当を配達します！

和風幕の内600円

★地元のおふくろさん達が作る、飽きのこない味です。
★千葉県産コシヒカリ100%使用　★地元の野菜多数使用

お好み幕の内450円

洋風幕の内500円

●配達は5,000円から承ります。
●事前打合せで、ご予算とお好みに合せてお作り致します！

☎ 090(3499)4930

急募 厨房 パート 時給 900 円～　年齢男女問わず、経験者優遇
株式会社タジック　千葉市若葉区太田町９１番地

美容 & 疲労回復　チラシ持参で

今ならＷで2,000円！

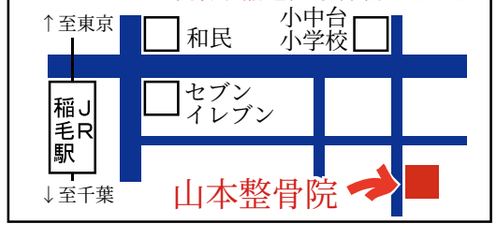
①高気圧酸素カプセルで「しみ・しわ・老化」の原因活性酸素を除去！(約 45 分)

②最新型疲労回復チェアで首から足まで全身のコリやダルさを解消！(約 15 分)

ご予約はお電話で！　☎043-251-5045

ＪＲ稲毛駅東口徒歩６分　平日夜７時まで営業

千葉市稲毛区小仲台 3-10-1



駐車スペース有

山本整骨院
http://yamamoto-seikotsuin.com

マンション　戸建　土地

売 却物件 求 む

お気軽にお問合せ下さい。

秘密厳守
無料査定

ご購入キャンペーン実施中！！
当社にて、ご成約のお客様には、ディズニーランドペアチケットプレゼント

宅地建物取引業免許 千葉県知事 (1)15881 号
(社)全日本不動産協会会員
(社)不動産会社保証協会会員

マルコー コーポレーション
TEL 043-225-2050　FAX043-225-2051　http://marukou.cc
〒260-0016 千葉市中央区栄町 36-7 FC ビルアネックス 6F

スタッフ募集

HP 作れる方
・在宅勤務可
・ＰＨＰ書ける方優遇
・お客様評価により、成果報酬も有

いどばた稲毛の仕事です。年齢性別不問。有言実行＆人柄重視で書類審査の上、面接をさせて頂きます。まずはお電話下さい。

090-2874-8384 代表 渡部

クーポン券 車検時割引 3,000円引！！

日曜日も営業

1日車検 (予約制) 承ります!! お見積り無料

TEL 043-257-5285

12か月点検 工賃 50%OFF

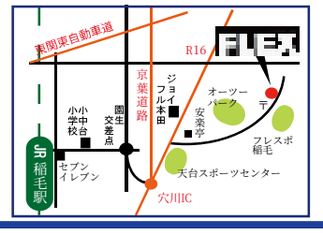
(貨物車を除く)
チラシ持参で……

毎週土曜日は…
なんと オイル交換が…
税込 1,000円 (標準オイル 4リットル迄)
※走行 5000 キロ又は乗らなくても 6 か月が交換目安です。

外車・国産車、車のことならなんでも

法定点検　板金修理　廃車　名義変更　OK!

千葉市稲毛区長沼原町 774-1



フレックス稲毛民間車検工場

FLEX