



- マルコーコーポレーション
- ライブキッチンちゃ太郎
- 鮎や直人
- フレックス自動車販売(株)
(稲毛区長沼原町774-1)
- (株)タジック
(若葉区太田町91番地)
- ヘアースタイル
- 山本整骨院
- フェアビアンカ
- 橋のたもと アコテデュボン
- 尾島書店
- 花らんぷ

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
：非常利活動無料掲載
- ・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6×6cm 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♪
いどばた稲毛 が自信を持ってお奨めします。

2011年
2月号
(第39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

久しぶりの開催！
NPO法人にこにこ稲毛 & いどばた稲毛 共同主催
第10回 千葉から元気にする勉強会&飲み会

初参加の方も大歓迎です！

地元の経営者の方をお招きしての20分間集中講義や乾杯後の参加者全員による1分間プレゼン等、会場となるお店の方が驚いてしまう程、皆が仲良くなり、盛り上がる会です。今までは紹介制でしたが、今回は、このチラシを見て下さった方限定で、初参加の方も大募集！地元で仲間を増やして、商売繁盛、千葉の経済発展に！！

Mission
千葉の経済発展に貢献することを使命とする。

Vision
千葉の熱い経営者たちがビジネスのさらに熱い人脈を作り、実際に商売繁盛につなげられる会を目指します。

【先着50名様】
日 時：平成23年2月21日(月) 19:00～21:30
場 所：街の駅「オークヒル」(千葉市稲毛区の稲毛ファミリーハウスの5号棟1階)
参加資格：経営者。起業志望の方。何らかの活動を主催している方。
会 費：5,000円

お申し込み・お問合せ info@idoina.com

らいぶキッチン ちゃ太郎

Nkyo" Mkyei gp お料理3～4品付き
飲み放題 3時間3,000円！

宴会・貸切
貸切30～50名様宴会
ご予約受付中！
宴会でのお持込みOK!
日本酒1升お持込みにつき500円バック！

津軽三味線：村松 大
パーカッション：小川恵光

店内イベント2月も多数！詳しくは... <http://www.cyataro.net>
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**

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！ 土方歳三

私は西郷隆盛が大好きで、このコーナーでも連載してきましたが、同時に、幕府側で最後まで戦い抜いた、新撰組副長の土方歳三も、大変尊敬しています。

若い頃は親友・近藤勇と共に道場で腕を磨き、そこでの仲間たち中心に新撰組を結成、「誠」を掲げて京都の治安維持にあたりました。土方は「鬼の副長」として、隊の規律を厳しく守らせた結果、内紛も多かったものの、非常に強い集団として、新撰組は恐れられました。

その後の戊辰戦争で、幕臣として新政府軍と戦い、函館で戦死しました。たとえ形勢が悪くても、最後の最後まで戦い抜く。幕臣でなかったのに、最も将軍に忠義を尽くす。その信念の強さ、誠を貫く姿勢に、胸打たれます。

現代日本の政治は依然混迷が続いていますが、土方のブレない姿勢に、もう一度学びたいと思います。

千葉市議会議員 田沼 隆志

代表渡部の「仲良く」実践記

「夢と感動の偉人伝」の原稿が届いてびっくり！というのは、創業以来4年半ぶりに2泊3日のお休みを頂き、仲間12人で函館に行ってきましたからです。山と海があり、建物はユニークで、綺麗な景観とイルミネーション、美味しい食べ物、歴史の大きな転換点となった地・函館は、私にとってとても刺激的で、温かい街でした。歴史が大好きな私は、五稜郭で半年前にオープンしたの函館奉行所に入れたのが、とても嬉しかったです。

他にも、出雲大社社でお祈りをしたり、最近鹿が増えて困っているということで、鹿を猟銃で撃った人から鹿肉をもらったり、2泊3日を思いっきり満喫しました。一緒に行ってくれた仲間へ、大感謝です

今年も仲間を大切に、仕事もプライベートも充実させたいです。



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42弾

いつもと違う！ 見た目がユニーク！ 味おいしい食卓での会話も弾む「大根ステーキ」です。

材料(2人分)
・大根 厚さ8cmの輪切り ・にんにくスライス 1/2片 ・オリーブオイル 適量
・塩 適量 ・バルサミコ酢 大さじ2

作り方

1. 鍋にオリーブオイルを薄く敷き、温めている間に大根の断面に1cm間隔に縦横数ミリの深さに切れ目を入れ、塩を少し振る。油が温まったら断面を下にして入れ、蓋をして弱火で10分加熱。
2. オリーブオイルを少し足し、上下を返して蓋をし、弱火で10分加熱。
3. 大根を寝かせて蓋をして、弱火で5分加熱したら転がしてを繰り返して側面も焼く。全体にいい焼き色がついたら皿に立てておく。
4. 同じ鍋でにんにくを炒め、香りが出たらバルサミコ酢を入れ、泡だったら火を止め、大根にかける。

ポイント

1. ソースを作る前にきのこなどを炒めて横に添えると主菜副菜が1つの鍋とお皿で済みます。
2. 油をゴマ油にしたり、ソースをボン酢や味噌だれなど和風にしたりで色々アレンジできます。
3. 炒めることで青臭さが抜けておいしく食べられます。

手作りの洋菓子とパンの店
花らんぶ

ご予約・お問合せは
☎043-287-2185

千葉県稲毛区小仲台3-8-15
水曜定休 8時~20時
(日曜・祝日19時迄)

JR稲毛駅東口徒歩5分
千葉県稲毛区小仲台 3-8-15

★HAPPY VALENTINE★
オレンジショコラ
生チョコ
ハートのガトーショコラ

らんちめにゆー 11:30~14:00
茶碗蒸し・水菓子・お椀付 980円!
ぱらぱらし にぎり

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 宴会ご予約承ります
鯨や直人西千葉店 ☎043(246)0808

マンション 戸建 土地

売却物件 求む

秘密厳守 無料査定

お気軽にお問合せ下さい。

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
マルコーコーポレーション (社)不動産会社保証協会会員
TEL 043-225-2050 FAX 043-225-2051 http://marukou.cc
千葉県中央区登戸1丁目18-7 0Sビル(本社ビル)

優雅なひととき
こだわりの珈琲

五感が喜ぶ
こだわりの珈琲

お食事も人気です。
カレ、オムライス、
スハゲ、パン他多数
日替りランチ
(月火木金)

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

ダイエット & 美容 + 疲労回復

JR稲毛駅東口徒歩6分 平日夜7時まで営業

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)

初めての方・チラシ持参で 60分 2,000円!

ご予約は ☎043-251-5045

駐車スペース有 山本整骨院
http://yamamoto-seikotsuin.com

求人募集!

千葉、西千葉、稲毛エリアで、いどばた稲毛の広告(本誌、インターネット広告)の営業スタッフを募集しています。

完全成果報酬、働く時間は自由、営業だけでなく広告をPCで作れば、報酬割合UP! PCスキルよりも情熱と向上心で採用します。

(連絡先: 090-2874-8384 代表渡部携帯まで)

こだわりの創業40年
尾島畳店

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

千葉県若葉区源町196-3

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

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!

★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

和風幕の内600円 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わせてお作り致します!

年齢男女問わず、経験者優遇
急募 詰込みパート 時給900円~

☎ 090(3499)4930
株式会社タジック
千葉県若葉区水田町91番地

女性専門 ヘアカット 1,000円!!

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

JR稲毛駅西口より2~3分

手く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. ~ ※学生割引
Color 6300 yen. ~ あります。

中央区椿森5-11-10 ☎043-256-2531

クーポン券
車検時オイル交換
無料!!!

日曜日
も営業

1日車検 承ります!! (予約制) 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...
オイル交換が...

なんと 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

千葉県稲毛区長沼原町 774-1

法定点検 板金修理 廃車 名義変更 OK!

フレックス稲毛民間車検工場

FLEX