

フレックス稲毛民間車検工場 お見積り無料

# 1日車検 承ります!!

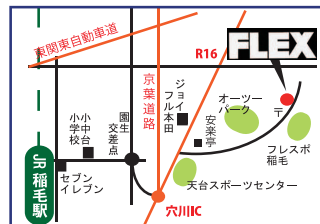
クーポン券  
 車検時オイル交換  
 (当社指定エンジンオイル代+工賃)  
**無料サービス!**

**整備士さん募集中!**

☆資格者優遇☆

詳しくは、面接にご応募ください。

ご予約・お問合せは  
**TEL 043-257-5285**  
 日曜定休  
 email: [service@flexauto.co.jp](mailto:service@flexauto.co.jp)



千葉市稲毛区長沼原町 774-1

## 12か月点検

チラシ持参で...  
**工賃が**

**50%OFF!**



※貨物車は除きます

## 毎週土曜日は...

チラシ持参で...  
**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。

外車・国産車、車のことならなんでも OK!

新車・中古車販売

# FLEX

法定点検 板金修理 廃車 名義変更

クチコミ★ 広がる! 創業9年目! ☆^、(\*^-)vThank you♪v(▽^\*)/^☆  
**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。

2014年  
 10月号  
 (第83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、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

いどばた稲毛に無料で掲載!

先月に引き続き、募集いたします。

**稲毛・四街道の方々に、夢を提供できるような連載を、始めたい方はいませんか?**

本誌で毎月連載をして頂ける方を、探しています。あなたの夢や、専門分野や、体験に関わることで、稲毛・四街道の13,000人の読者の方々に、喜んでもらえそうな原稿を書きたい方です。もちろん非営利で。

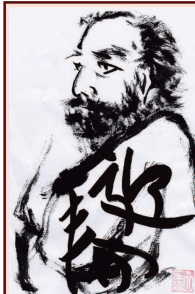
現在連載は、衆議院議員の田沼隆志さんと、私の2人です。田沼さんは、日本の将来のために、歴史教育を通じて、自国に誇りを持てる史実に即した歴史観を育てたいという情熱で「夢と感動の偉人伝」を、私は「仲良く」こそが人生を幸にする信念で、「仲良く実践記」を書いています。また、貴重なレシピを、2人の方にご提供頂き、大変感謝しております。

執筆経験は問いません。原稿期限を守れることと、何よりも人の幸せを願う純粋な気持ちがあれば、どなたでも。連載期間、字数等、応相談。本誌が読み物としても、多くの方々の幸せの一助となれば、本当に嬉しいです。

お名前、連載タイトル、連載の内容、略歴、想いをメールでお送り下さい。

info@idoina.com ※選考は、代表渡部がさせていただきます。

いどばた稲毛 代表 渡部 (わたべ)



心算・遊書・夢算・切字

パソコンではできない、全てオリジナル手作りのプロの書で夢のあるものを。

ポスター、看板、お品書き  
 窓に張る切り文字など

いどばた稲毛 ☎090-2874-8384

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77弾

### 韃靼蕎麦茶飯



→料理のポイントは、ホームページで!

☆☆ 材料 (約2人前) ☆☆

- ・唐揚げor鍋物用鶏モモ肉 1切れ (40-50g)
- ・出がらしのお茶葉 テーブルスプーン山盛り1-2杯
- ・出がらしの韃靼そば茶 テーブルスプーン山盛り1-2杯
- ・米 1/2合 ・薄いだし汁 400cc
- ・ごま油 テーブルスプーン 1杯
- ・醤油 ティースプーン 1/2杯 ・塩 お好みで

☆☆ 作り方 ☆☆

1. 鶏肉は5mm角程度に小さく切る
2. 小鍋にごま油を入れて中火にかけ、鶏肉をさっと炒め、白っぽくなったら磨いでない生米を加えて良く混ぜる
3. 韃靼そば・お茶葉を混ぜ込み、ひたひたくらい出汁を入れて混ぜる
4. 弱火にし、残りの出汁と醤油を入れ、蓋をして、15分
5. 強火にし、かき混ぜ、蓋をして火を止め、10分蒸らす
6. 器によそい、お好みの薬味やチーズをのせて、召し上がれ

身体によさそうなものを  
 簡単&気軽に作って  
 食べたいなあ。  
 しかもエコな感じで。  
 チーズを載せたら、赤ワイン  
 が欲しくなっちゃった(\*^\_^\*)



「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～  
**稲毛区交通費無料** (稲毛区以外 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、土曜(要相談)  
千葉市稲毛区園生町1210-7 近江谷 広樹

9月からの営業時間

- 月曜日～金曜日 夜6時～スｰプ終了迄
- 土曜日 ※休憩なし 昼11時半～24時
- 日曜日 ※休憩なし 昼11時半～22時

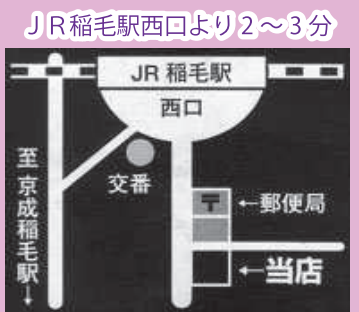
定休日：毎月第4週の火・水連休

**チラシ持参で 100円引!**

**女性専門 ヘアカット 1,000円!!**



親切、丁寧に、  
真心こめて行います。  
お気軽にご来店下さい。



10時～17時 (木・日・祝定休) **☎043(241)5188**

**不用品の処分・回収** ◆テレビでも紹介！安心の実績・秘密厳守・1品でもOK！  
◆古物商許可番号 千葉県公安委員会 第441260001275号

**安値の挑戦 価格破壊**

他社より1円でも安く！ガンバります!!

- 不用品処分
- 遺品整理
- 家具・家電処分
- 閉店撤去 ●引越し

**http://o-kataduke.com**

マットレス、エアコン、金庫もご依頼多数

当日中の作業でも可能な限り承ります。  
お気軽にお電話・ご相談ください！

**携帯もOK! 朝8時～夜10時**

**0120-98-0140**

**京葉片付けサービス**  
(株式会社 ベンリプラス 京葉片付けサービス事業部)

**個性を大切にしたい美しい似顔絵名刺**

美しさときめ細かさ、紙質へのこだわり。  
似顔絵は、気に入って頂けるまで何回でも直します。

いどばた稲毛 **☎090-2874-8384**

- ・片面カラー 300枚 税込 ¥27,000 (増刷り ¥4,860)
  - ・表面カラー+裏面モノクロ 300枚 税込 ¥29,700 (増刷り ¥7,200)
  - ・両面カラー 300枚 税込 ¥34,560 (増刷り ¥8,640)
- ※似顔絵制作料込。送料込。マットコート紙：片面カラーは180kg、その他は220kg  
※お顔写真、名刺にのせたい文字、あればロゴや地図をご用意ください。

**ホームページに効果を!**

ホームページからお問合せが欲しい方、検索順位やアクセス数を上げたい方、真剣に集客対策を打ってみたい方、お気軽にご相談ください。

「集客に真剣な社長さん達はそこまでやっているのか!」と、事例をお伝えしたら驚くと思います。お金かけずになんて、うまい話はありません。Google Adwordsのご相談も承ります。

いどばた稲毛 **info@idoina.com**  
**☎090-2874-8384**

**将棋交流会** 動物将棋2台導入! 初めてでも大丈夫♪

次回 **10/21(火) 19時～**

初めての方～有段者まで、将棋好きが集まる会です!

ルールや駒の動きも知らなかった女性や、初心者の方も、楽しく指しています。動物将棋2台、本将棋3台で、観戦も対局も自由です。参加者の方も皆優しい方ばかり。初めてでも安心して遊べます。代表渡部は将棋倶楽部24で五段の棋力、優しく教えます。

会場：居酒屋遊膳(千葉市中央区栄町37-10)さん  
参加費は500円(飲食は普段通り自己負担)。

**参加ご希望の方は**

- ①氏名 ②性別 ③年齢 ④棋力(未経験、初心者、〇級等)をご連絡ください。  
毎月、交流会のご案内をお送りします。

**☎090-2874-8384**  
**info@idoina.com**



有段者も挑戦大歓迎!

**夢と感動の偉人伝! お子様に、ぜひ聴かせてあげてください。**

**55. 山本 五十六** 衆議院議員 田沼隆志



山本五十六は、大東亜戦争で勇敢に指揮をとった人物として知られていますが、開戦に至るまでは戦争を回避しようと尽力した人物でもあります。アメリカでの勤務や視察を経て、世界規模での視点から日本を常に捉えていたため、開戦への危険を人一倍理解していました。

大東亜戦争の要因である日独伊三国軍事同盟締結前に、山本はこれに大いに反対。アメリカに敵対するドイツ・イタリアと手を組むことは対米戦争の危機を増加させるだけで何の利益もないと主張しました。しかし、世論の波にのまれ同盟は締結。対米関係は悪化します。締結後、山本は帝国海軍連合艦隊司令長官として、自ら回避に努力した戦争の指揮官となります。戦争回避から一転、職責を果たすため山本は真珠湾攻撃の計画を行い、早期決戦、早期和解を目指しました。

真珠湾攻撃を火蓋に勝ち続けますが、ミッドウェー海戦を機に厳しい戦いを強いられます。厳しい戦況の中、山本は前線で兵を直接激励したいと危険を顧みず現場への視察を敢行。そしてその航空移動中に攻撃を受け、戦死します。

国際的視野をもって開戦の回避に尽力した一方、戦争が始まれば命を賭して職責を果たした山本は、国への責任感を持った素晴らしい軍人だったと言えます。責任を持って物事に取り組む、尽力することを我々も今一度見習いたいですね。

**代表渡部の「仲良く」実践記**

7月から創業9年目! 皆様、いつもありがとうございます。

皆さん、こんにちは! 9/16の将棋交流会では、初参加の方が2名も来てくださり、とても楽しい時間を過ごさせて頂きました。将棋を通じて、出会うことができ、一緒に楽しめるなんて、とても素敵だなと思いました。これから毎月、この輪を広めていこうと、やる気いっぱいになりました!

助っ人で金曜夜だけ、英語塾での講師も半年経ちました。新しい先生が決まるまでの間の助っ人だったのですが、こちらも生徒さんは良い方ばかりで、もちろん既に情も深く、たくさん伸ばしてあげたい気持ちでいっぱいです。生徒さんができるようになった時、すごく私も嬉しいんです。週1回の短い時間だけ、今の生徒さんの受験が終わるまでは頑張りたいです。やはり先生って、やりがいのある素敵な職業ですね☆

千葉市美浜区倫理法人会での9月からの新しい役職「事務長」(広報委員も兼務)は、まだ始まったばかりで慣れていませんが、先日の役員会では思い切って抱負を発表してきました。「三役(私含む)が全責任をとりま。皆さんが失敗しても絶対に責めたりしません。楽しさを大切に、協力して会を盛り上げましょうね」という趣旨です。せっかく頂いたお役、熱い想いで思いっきり頑張ります。こちら興味ある方はご連絡ください! そういえば、稲毛新聞さん10月号に、私の書いた記事が載るはず。良かったらぜひ読んでください! 倫理は佐藤正成社長のご紹介のおかげ、です。

最後に毎日忙しくて大変なので、私が習慣にしたいのは、早起きです。朝早く起きて、お客様の仕事をする時間をもっと増やして喜んで頂けるように。チェックリストをつけて、まずは週4日早起きを頑張ります。

もう一つ、たくさんの方のアドバイスで、少しメチェンしようと決意! 魅力ある男になれるよう、こちらは少しだけ頑張ってみます♪お楽しみに!