

子ども水泳講習会

コースは①水なれ、 クロール、
平泳ぎの3種。
 三鷹市水泳連盟
 小学2～6年生
 7月21日(土)、22日(日)、24日(火)～26日(木)午前9時～10時30分(全5回)
 第二体育館屋内プール
 ¥4,000円(傷害保険料を含む)
 7月7日(土)(必着)までに往復はがきで「〒181-8790三鷹郵便局留・三鷹市水泳連盟講習会係」
 服部☎37-0937(夜間のみ)

アーチェリー初心者講習会

三鷹市体育協会
 在勤・在学を含む市民
 7月22日～8月12日の毎週日曜日午前9時～11時30分(全4回)
 第二体育館和洋弓場
 ¥1,000円
 当日会場へ
 田居☎43-2211

初心者のための水泳教室

連雀地区住民協議会
 在勤・在学を含む市民。成人クラス
 先着15人、小学3年生～中学3年生クラス30人。
 7月31日(火)、8月1日(水)、3日(金)、4日(土)午後4時～5時30分
 連雀コミュニティセンター
 7月1日(日)～25日(水)に直接、連雀コミュニティセンター
 連雀コミュニティセンター☎45-5100

三鷹市野球連盟秋季大会

参加チーム募集
 三鷹市野球連盟
 16歳以上の在勤・在学を含む市民(学校の野球部在籍者は除く)
 8月19日(日)から毎週日曜日、祝祭日
 ①一般の部=参加料1チーム9,000円、東京都登録料1人500円(今年度未登録選手)年間登録料1チーム8,000円。
 壮年の部=参加料1チーム9,000円、年間登録料1チーム10,000円
 年間登録料は今年度未登録チームのみ必要

7月21日(土)午後4時～6時30分に費用を添えて福祉会館3階会議室。申込書は7月1日(日)から体育協会事務局で配布
 三鷹市体育協会☎43-2500
 主将会議を7月25日(水)午後6時30分から、福祉会館3階会議室で開催します。

市民体育祭軟式野球大会参加チーム募集

三鷹市野球連盟
 在勤・在学を含む16歳以上の市民(学校の野球部在籍者と、三鷹市野球連盟に本年度登録されているチームと選手は除く)
 8月19日(日)から毎週日曜日、祝日
 大沢総合グラウンド
 7月1日(日)～20日(金)午前10時～午後5時に三鷹市体育協会事務局(第一体育館1階) 申込書は7月1日(日)から体育協会事務局で配布
 三鷹市体育協会☎43-2500
 主将会議を7月25日(水)午後6時30分から、福祉会館3階会議室で開催します。

ソフトテニスの愛好者募集

三鷹市ソフトテニス連盟に加盟の10クラブの中から、ご希望に添うクラブを紹介しします。
 中学生以上
 各クラブによる
 新川テニスコート・大沢総合グラウンドテニスコートなど
 月額500～1,000円程度
 成山☎・☎43-3645



第5回「身の丈起業塾・サロン」開催!

「身の丈起業塾」著者の前田隆正さんと起業のノウハウなどを楽しく語り合いませんか。「みたか子育てねっと」代表の小林七子さんの講演もあり。当日の様子は、<http://www.24stream.co.jp/soho/> でライブ配信します。
 株式会社まちづくり三鷹
 7月5日(木)午後7時～8時30分
 三鷹産業プラザ地下1階コミュニティ

ビジネスサロン。

¥500円(ワンドリンク付き)
 電話、ファクス、Eメールでコミュニティビジネスサロン受付☎40-0320、
 cbs@mitaka.ne.jp

ガーデニング講習会

ハンギングバスケットの作り方。
 40人
 7月6日(金)午後2時～4時
 市役所公会堂別館4～6号
 ¥1,500円
 エプロン、軍手、スコップ、筆記用具、持ち帰り用の袋
 7月4日(水)までに電話で緑と公園課☎内線2833

文庫連講習会「図書館からのブックトーク～図書館(学校)報告～」

市内の小学3年生を対象に行われているブックトークなどを再現。
 三鷹市文庫連絡会、市立図書館
 70人(先着制)
 7月5日(木)午前10時～正午
 三鷹図書館(本館)
 当日会場へ
 折田☎34-3202・三鷹図書館(本館)☎43-9151

夏場の種まき(ダイコン・ニンジン・ベカナなど)講習会

7月7日(土)午後1時30分から(荒天の場合は8日(日)に延期)
 農業公園特設会場
 当日会場へ
 JA東京むさし三鷹緑化センター☎48-7482

市民協働センタートークサロン開催

市内で活動している3人の方をゲストに、活動内容や協働事例の紹介をしていただきながら、みなさんと「協働」について語り合います。
 7月9日(月)午前10時から
 市民協働センター
 ¥300円(茶菓子代)
 当日会場へ
 市民協働センター☎46-0048

シニア向け脳イキキ体操 追加募集

脳を活性化する体操を仲間と楽しく。
 毎週月または金曜日の午前10時30分～11時40分、(月)・(金)の振替可能(祝日は休講)
 三鷹産業プラザ地下1階
 受講料1日500円、諸費用3,000円
 ㈱アファン☎26-5460

夏の寄せ植え講習会

30人(先着制)
 7月14日(土)午後1時30分から
 農業公園特設会場(雨天の場合は三鷹緑化センター2階)
 ¥1,000円(材料代)
 7月2日(月)午前9時から直接または電話でJA東京むさし三鷹緑化センター☎48-7482

まちづくり三鷹パソコンスクール

「ワードで自分史作成講座」
 ワードの操作がわかる方
 7月17～31日、8月7日の毎週火曜日午前9時30分～正午(全4回)
 三鷹産業プラザITルーム
 受講料10,000円、教材費1,890円(税込)
 「デジカメの疑問」取材編・印刷編
 デジカメ写真のパソコンへの取り込み方と上手な印刷法。
 7月21日(土)①取材編=午前9時30分～午後0時30分、印刷編=午後1時30分～4時30分
 三鷹産業プラザ
 受講料各3,000円(税込)
 いずれも、電話またはファクスで
 ㈱まちづくり三鷹☎40-9669・☎40-9750

東社会教育会館 夏休み子ども講座

子ども科学講座 こぼれない氷の実験や不思議な振り子、ペーパークラフトなど。
 小学生以上20人(抽選)
 7月24日(火)～27日(金)午前10時～正午
 はさみ、のり
 子どもデジカメ入門講座 デジタルカメラはお貸しします。
 小学4年生以上14人(抽選)
 7月31日(火)～8月2日(木)午前10時～正午
 いずれも7月2日(月)～6日(金)に東社会教育会館☎46-0408

消費者相談窓口から

消費者相談窓口☎47-9042

228

**「地デジ」
～ずっと見てきたテレビ放送が変わる?～**

相談

近ごろ、「地デジ」という言葉をよく見聞きします。「地デジ」になったら今のままではテレビが見られなくなるというのは本当でしょうか。どのようにしたら地デジが見られるようになるのかもよくわかりません。まだ先のことのようですが、今から準備しておかなくてはならないのでしょうか。

アドバイス

「地デジ」とは地上デジタル放送のことです。これまでアナログ方式で行われていた地上波によるテレビ放送を、デジタル方式に変えて行う放送のことです。デジタル化によって高品質な映像や音声、データ放送などのサービスが可能になります。

これまでのアナログ放送は平成23年(2011年)7月24日までに終了して、地上デジタル放送に完全に移行します。それ以降はデジタル放送に対応した受信環境にしないとテレビ放送は見られなくなります。

地上デジタル放送を視聴する方法には次のようなものがあります。

- ① これまでのアナログテレビに、地上デジタルチューナー(または地上デジタルチューナー内蔵録画機器)を買い足す。
- ② 地上デジタル放送対応のテレビを購入する。

①・②についてはUHFアンテナの新たな設置や調整等が別途必要な場合があります。

③ ケーブルテレビに加入する。ケーブルテレビ会社と契約をして工事を行い、毎月利用料を支払います。

それぞれの視聴方法ごとにかかる費用や視聴できる番組・サービスなどが違いますから、よく調べて確かめることが大切です。また、住んでいる場所によっても電波の受信状況が違いますので、注意が必要です。

現在のアナログ放送が見られなくなるのは4年後のことです。「どんな番組やサービスが必要なのか」「費用はどれくらいかかるのか」などを、よく考えてから自分に合った視聴方法を選択しましょう。

地上デジタルテレビ放送を受信するための受信設備は「自己負担」です。

地上デジタル放送に関するお問い合わせ先 総務省地上デジタルテレビジョン放送受信相談センター

☎0570-07-0101(平日9:00～21:00、土・日・祝日9:00～18:00)IP電話等、ナビダイヤルがつかない方は☎03-4334-1111へ。

HP <http://www.soumu.go.jp>