

れっつ!!地デジ

地デジ DIGITAL

テレビくん「テレビや録画機器のことはだいたい分かってきたけど、アンテナは今ままでええんかな?」

④ アンテナは?

テレビくん「アンテナには大きく分けて、VHFとUHFがあるんじや」

地デジくん「アンテナには大きく分けて、VHFとUHFがあるんじや」

テレビくん「地デジを見るのにいるのはどっちなん?」

地デジくん「UHFアンテナじや」

テレビくん「ほんならUHFアンテナがあがとれば見えるんじやな」

信できるけど、平成23年春までは、下原の伊予部山へ向けとつたら受信できん」

テレビくん「UHFアンテナが昔のでも構わんかの」

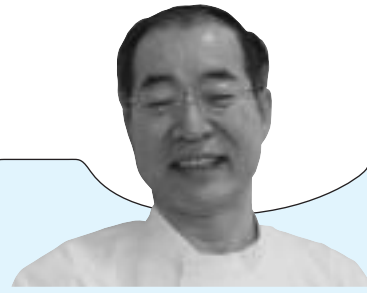
地デジくん「昔のアンテナは、全部の電波を受信できんのもあるらしいで。詳しいことは電器屋に聞いてみね」

テレビくん「アパートとか集合住宅とかに住んどる人はどうなるん?」

地デジくん「いろんな方法で設置してあるから、一度大家さんとかに相談したほうがええな」

かかりつけ医をもちましょう

三宅 周 医師
(吉備医師会から)



健康アドバイス

「かかりつけ」とは、「いきつけ」のことで、遠慮なく何でも思ったことが言える相手です。からだに不調があれば、即何でも話すことができるという医師が「かかりつけ医」で、日本独自のしくみでもあります。

かかりつけ医に求められることは、まず「あなたの立場」に立って、「あなたの秘密」を守ってくれることです。そのうえで次のように勧めてくれる人です。

★まず診てくれること、いつでも診てくれること

★分かりやすく説明してくれること

★適切な医師や医療機関を紹介してくれること

★上記のように、「気軽に

相談できるうえ、最新の医療に通じていて、なおかつ必要なときには専門の医師を紹介できる、身近で頼りになる医師」ということです。

将来ビジョンを支える基本的考え方として、
① 尊厳と安心を創造する医療
② 暮らしを支援する医療
③ 地域のなかで健やかな老いを支える医療

調査では、かかりつけ医をもつ人の満足度は93%で、そうでない人より多いようです。その有無は命の安心に直接つながっていきまますので、「かかりつけ医」という「ふところ」がたな《懐刀》をもって、健康で楽しくすばらしい人生を送れたらいいですね。

教育知り隊

市内の6つの公民館では、文化的なものや健康に役立つものなど、さまざまな行事や講座を開催しています。しかし、とかく60歳以上の利用が多いことから、公民館では、今以上に若い世代への利用を促したいと考えています。



東公民館長 難波 修二さん

公民館へ若い世代を

月の七夕まつりではそうめん流しを、1月のとんどまつりではせんざいづくりを、3月の伝承遊びでは、お弁当づくりと、さまざまです。

東公民館で開いていた「星を見る会」を今年から阿曾地区でも開くことにしました。4月の会では大盛況でした。公民館が受け身にならず、各地域に出向いて行事を開催することは、公民館を身近に感じてもらうことにもなります。また、皆さんへの学習機会の提供や学習活動の充実にもつながると思います。

侵入犯罪が多発! まず鍵かけを!!

防犯のすすめ

忍び込み、空き巣などの「侵入犯罪」が多発しています。防犯対策として、次の点を心掛けてください。

▼短時間の外出や在宅時にも、必ず鍵をかけましょう!

朝のゴミ出しや近所でのちよつとしたおしゃべりなど、短時間の外出でも必ず鍵をかけましょう。

▼2階の部屋にも必ず鍵をかけましょう!

2階から侵入する泥棒もいるので、昼夜を問わず、2階の部屋にも鍵をかけることを忘れないようにしてください。

また、家の周りに侵入を容易にする脚立などを置かず、エアコンの室外機の上には植木鉢を置くなどして侵入を防ぎましょう。

▼家の周りに死角をつくらなないようにしましょう!

総社市内の被害の大半は、手錠や裏窓、無締まりや、口などの施錠をかける習慣を付けないでください。

泥棒が隠れるのを防ぐため、塀を低くしたり庭木をせん定したりして、道路からの見通しを確保しましょう。家の周りに砂利を敷いたり、ライトを取り付けるのも効果があります。