

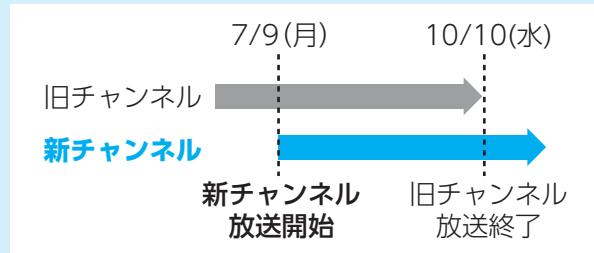
# 銚子テレビ中継局のチャンネルが変わります!!

地上デジタルテレビ放送の電波帯域資源の有効活用や受信障害の解消を行うために、地上デジタルテレビ放送のチャンネルの周波数変更(リパック)が実施され、銚子テレビ中継局のチャンネルが変更されます。新チャンネルでの放送は7月9日(月)から開始し、10月10日(水)に旧チャンネルの放送を終了します。

デジタルテレビの多くは自動的に「チャンネルの再設定」を行う機能がありますので、基本的に再設定の作業は不要です。(フレッツテレビ(N T T)でテレビをご覧の方は、該当しません)

◎変更されるチャンネルは次のとおりです。【※リモコン番号(3)千葉テレビは変わりません】

- ・リモコン番号(1) NHK総合 34 → 51チャンネル
- ・リモコン番号(2) NHK教育 26 → 39チャンネル
- ・リモコン番号(4) 日本テレビ 25 → 33チャンネル
- ・リモコン番号(5) テレビ朝日 24 → 43チャンネル
- ・リモコン番号(6) T B S 22 → 36チャンネル
- ・リモコン番号(7) テレビ東京 23 → 45チャンネル
- ・リモコン番号(8) フジテレビ 21 → 42チャンネル



※千葉テレビ以外の放送局が映らなくなった場合は、テレビの取扱説明書に従って「チャンネルの再設定」を行ってください。

## ◆問い合わせ

総務省 関東甲信越地域テレビ受信者支援センター

チャンネル変更コールセンター ☎0120-922-303 ※つながらない場合は、☎03-4321-0770へ  
受付時間 平日:午前9時~午後9時、土日・祝日:午前9時~午後6時

## 町地産地消学校給食レシピクランブリ優秀レシピ

### 家庭用アレンジレシピ

# トマトと玉ねぎのミートグラタン

#### ◎材料(4人分)

牛豚合びき肉	200g
干椎茸	2枚
にんじん	50g
にんにく	1片
玉ねぎ	1/2個
小麦粉	大さじ2
バター	20g
トマトの水煮缶	1/2缶
トマトケチャップ	大さじ2
ウスターソース	大さじ1/2
砂糖	小さじ1
コンソメ	少々
塩	小さじ1/3
こしょう	少々
バター	適量
トマト	2個
じゃがいも	2個
とろけるチーズ	適量

#### ◀レシピ考案者▶

小島さん(横芝光町在住)

#### ◀レシピアレンジ▶

横芝クッキングスクール

#### ◎作り方

=下ごしらえ=

①にんにくは皮をむいてみじん切りにし、干椎茸、にんじん、玉ねぎもみじん切りにする。トマトは、1個を2つに切り、半月に薄く切る。じゃがいもは、皮をむき薄切りにしゆでておく。

=ミートソースを作る=

①フライパンにバター20gを入れ、にんにくと玉ねぎを炒め、ひき肉を入れ、干椎茸、にんじんも炒める。

②①に小麦粉大さじ2杯を加え、炒め合わせトマトの水煮缶、調味料を加え、汁気が少なくなるまで煮詰める。

③器に入れる。グラタン皿に分量外のバターを薄く塗り、この中でゆでたじゃがいも、トマトを並べ入れ、ミートソースをかけ、とろけるチーズをのせる。

④強火のオーブンで焦げ目がつくまで焼く。



#### ポイント

温かいごはんの上にかいたり、パスタに混ぜて食べてもおいしくいただけます。

◆問い合わせ 産業振興課農政班 ☎84-1215