



今日からできる！ ネットの危険と「もしも」に備える、 あんしんデジタル護身術

**警告！ ウイルス感染！
03-xxxx...に電話してください**



お客様のお荷物のお届け先が不明です。
下記よりご確認ください。<http://...>

ドキッとした経験はありませんか？
この講座は、ネットの危険から身を守るための
「デジタル護身術」入門です。

日時： 2026年3月1日（日） 13:30～15:00

会場： 三鷹市生涯学習センター 学習室2

対象： インターネットを使っているけれど、セキュリティ対策には自信がない方
※「ITは苦手」「セキュリティのことは家族にお任せ」という方向けの内容です。
専門家の方には基礎的すぎると思われる内容になりますのでご注意ください。

定員： 20名（先着順）

受講料： 無料

持ち物： 筆記用具

【申込方法】

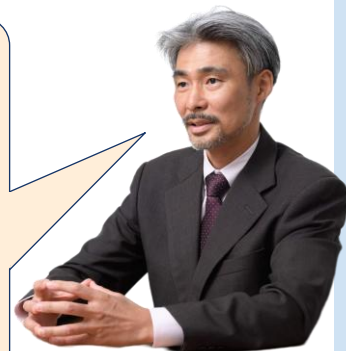
2026年1月20日（火）午前9時から、三鷹市生涯学習センター窓口 もしくは
電話（0422-49-2521）でお申し込みください。

【講師より】

私はこれまで、IT企業や外資系生命保険会社などでセキュリティの最前線に
立ってきました。現在は世界的なセキュリティ企業で、日本における情報
セキュリティの最高責任者（CISO）を務めています。

専門家がいる会社と違い、個人の対策は「自分で守る」必要があるため、不安
に感じる方も多いでしょう。でも、ご安心ください。日常生活での安全は、
難しい対策ではなく、誰もが実践できる『ちょっとした工夫』で守れます。

私の経験を、皆さんの安心に役立てたい。そんな想いで本講座を開講しました。



ふかたに ひろあき

講師：深谷 玄右

市民講師デビュー講座とは、「市民大学事業 市民講師養成コース」を修了した方が、ご自身の知識や技術を生かして行う実践講座です。

【主催・お問い合わせ先】（公財）三鷹市スポーツと文化財団（三鷹市生涯学習センター）

〒181-0004 三鷹市新川6-37-1 元気創造プラザ4階 電話：0422-49-2521

メール：shogaigakushu@mitaka-sportsandculture.or.jp HP：https://www.mitakagenki-plaza.jp/shogai/

【免責事項】本講座の内容は講師個人の経験と知見に基づくものであり、講師が所属する組織の公式見解ではありません。
紹介する対策や設定等は、ご自身の判断と責任において実施してください。