



灣 (Wan) 戸賀加茂青砂灣

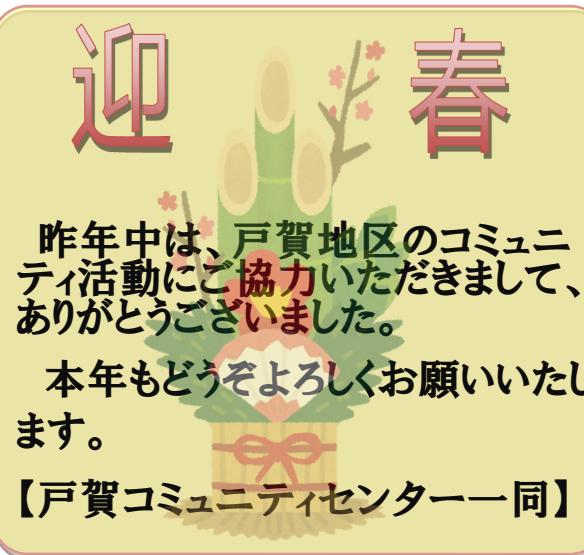
写真提供：
第二管区海上保安本部
(仙台航空基地)

コミセンだより
発行 戸賀コミュニティセンター
戸賀浜塩谷字大水沢15-2
Tel:37-2111 Fax:37-2100 令和8年1月1日

1月の行事予定

- * 6日(火) … スマホ教室・よろず相談
午後1時30分～
戸賀コミセン(会議室)
- * 15日(木)、22日(木) … 健幸教室(e-スポーツ)
午後2時00分～
戸賀コミセン(会議室)
- * 16日(金) … 戸賀地区交通安全協会 役員会議
午後4時～
戸賀コミセン(和室)
- * 20日(火) … 戸賀地区『新春を語る会』
午前11時～
海と入り陽の宿「帝水」

※毎週月曜日・・・パッチワークサークル
※毎週火曜日・・・手芸サークル



令和7年度【男鹿市成人式】を開催します

次代を担う成人の門出を祝う「明日を創る成人の集い」を開催します。

対象となる成人の出席には、事前申込みが必要です。

参加を希望される方で事前申込みがお済みでない方は、下記問合わせ先までご連絡ください。

※10月31日時点で男鹿市に住所がある対象者に案内状を送付しています。

○日 時 令和8年1月11日(日) 開式 午後1時

○会 場 男鹿市民文化会館 大ホール

○対象者 今年度内に21歳に達する方

(平成16年4月2日～平成17年4月1日生まれの方)

○一般参観について

家族、親戚、学校や職場の先輩・後輩を会場でお祝いしませんか。一般参観席を設けますのでぜひご来場ください。

○問合わせ先

男鹿市教育委員会教育総務課生涯学習班

TEL 0185-24-9133



「戸賀地区新春を語る会」のご案内

主催:戸賀地区市民憲章推進協議会 協力:海と入り陽の宿「帝水」

- ◆開催日:令和8年1月20日(火)
- ◆時 間:開会 午前11時～(開放午前9時～)
- ◆場 所:海と入り陽の宿「帝水」
- ◆会 費:男性3,500円 女性2,000円
※当日徴収いたします。

- ◆申込締切:令和8年1月13日(火)
- ◆申込先:戸賀コミュニティセンター

電話37-2111

地域住民の皆様の
多数のご参加お待ち
しております。



みんなで集まって賑やかに
新年をお祝いしましょう。



☆ 改装した温泉(ラジウム温泉)を無料開放していただきます!!

※ 当日は9時～17時まで、特別にお風呂の利用が出来ます。

新年の戸賀の抱負を皆さんで語り合い、良い年を迎えましょう。

- ◆お風呂をご利用の方は、タオルをご持参ください。
- ◆シャンプーとリンス、ボディソープは、ご用意しております。
※持ち込み可能です。
- ◆料理は、持ち帰りできますので、タッパーなどをご持参ください。

【送迎車をご利用の方】

★ 加茂青砂地区 加茂バス停前 9時45分発

★ 戸賀方面 戸賀新町旧県道 9時45分発

新町→戸賀→浜塩谷→浜中→塩浜→帝水

※送迎車利用の有無を申し込み時お知らせください。

送迎車が必要な方は、
申し込み時、お知らせください。



心も身体も健幸に！

11月5日、男鹿なまはげ分校校長をお迎えし、「あづば一れ！なまはげ体操！」を開催しました。

指や身体を使った体操を中心に運動して、終了後は、みんなで集まってお茶を飲みながらお喋りタイム。熊や大谷翔平さんの話で盛り上がりました。

お昼には、うどんやそばでお腹を満たし、楽しく時間を過ごしました。参加者からは、「楽しかった。また、お願い。」と、大好評でした。

たまには集まってお喋りするのも、心と身体の健康にもいいですね。



運動の後は「あづば一れ」お茶会

昼食はうどんやそばを美味しいいただきました。

第3回みんなで楽しむ空手体操

主催:戸賀コミュニティセンター
協力:秋田武心会の子ども達



子ども達と一緒に汗を流しましょう。

開催日:2月8日(日)

時間:午前10時~11時30分

参加料:無料

持ち物:飲み物、タオル、内履き、動きやすい服装

開催場所:戸賀コミュニティセンター(体育館)

申込期限:1月30日(金)

※椅子に座ったままでも出来ますので、どなたでも安心してご参加ください。

一人暮らしの方や親子参加大歓迎！

主催:戸賀コミュニティセンター



国立大学法人秋田大学客員教授
秋田大学男鹿なまはげ分校校長
越後谷 真悦 氏

★コミュニティセンターを拠点とした市民運動★

男鹿市健康アプリ

ウォーキングや男鹿市イベントへの参加や健康診断などで、たくさんポイントがたまります。

応募期間:2月28日(土)
当選通知:3月中



男鹿市健康アプリについて

健康チャレンジ男鹿事業参加者募集

スマホで簡単参加登録できます。

健康ポイントをためて景品をGETしよう！



- 1) ①歩く ②健(検)診受診 ③イベント参加
- 2) ポイントをためて応募
- 3) 抽選で景品GET



◆インストール、登録の仕方など、使い方を教えて、日常で使えるようにいたします。

◆スマホひとつで、ウォーキングでの健康維持習慣が身につきます！

※抽選で300名様に、デジタルギフトが当たります♪

指定寄付のお礼

敦賀 強様(戸賀)

20,000円(香典返し)

戸賀地区社会福祉協議会へ、指定寄付がございました。この善意は、地区社協の福祉事業に有効活用させていただきます。

ご協力ありがとうございました！！

歳末たすけあい募金運動



つながり

さえあう

みんなの地域づくり

日本赤十字社・戸賀地区社会福祉協議会

戸賀・加茂ふるさとかるた



戸賀・加茂ふるさとかるた



旧戸賀 きいち保育所
職員
マールだよ

目潟と戸賀湾は
爆裂火口の
め

毎月1札ずつ、地域の
魅力をお届けいたします。



【絵 札】八望台より戸賀・二の目潟を望む。

【読み札】マールとは噴火の時、ガス体だけが噴出して出来た丸いくぼみに水がたまつたもので、日本では男鹿と鹿児島県の池田湖だけである。八望台から望む風景は男鹿を代表する佳景として有名。

作製:生きがい生きいきinシニア
戸賀・加茂ふるさとかるた作製委員会
戸賀公民館 (平成14年1月作製)