



# 湾 (Wan)

コミセンだより  
 発行 戸賀コミュニティセンター No.266  
 戸賀浜塩谷字大水沢15-2 令和8年6月1日  
 Tel:37-2111 Fax:37-2100  
**戸賀 加茂青砂 湾**

写真提供：  
 第二管区海上保安本部  
 (仙台航空基地)

## 6月の行事予定

※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

- \* 2日(火) ...スマホ教室・よろず相談  
午後1時30分～午後3時(コミセン会議室)
- \* 9日(火) ...はまなすロード環境整備(下草刈り)  
午前8時30分～(はまなすロード沿線)
- \* 9日(火) ...セルフケア講座  
午後1時～午後3時(体育館)
- \* 15日(月) ...あいさつ運動  
午前9時30分～午前10時(戸賀郵便局前)
- \* 16日(火) ...市民憲章 花いっぱい運動 花苗植栽  
午前9時～(コミセン前)
- \* 23日(火) ...戸賀湾クリーンアップ 戸賀地区市民憲章  
午前6時～午前7時(戸賀湾海浜他)
- \* 23日(火) ...セルフケア講座  
午後1時～午後3時(体育館)
- \* 27日(土) ...全国男鹿駅伝競走大会  
午前8時～(男鹿市一円)

### ★ お礼 ☆

赤十字・青い羽根募  
 金運動には、多くの  
 皆様からご協力いた  
 だき、ありがとうございました。



日本赤十字社秋田県支部戸賀分区分  
 秋田県水難救済会

### 男鹿市プレミアム付商品券

まだ、お買い求めされていない方  
 1セット12,000円分を  
 10,000円で販売中！  
 (1,000円券×12枚)



【販売場所】戸賀郵便局  
 【利用期限】令和8年9月30日(水)まで

※ご購入の際には、窓口にお越しいただいた  
 方本人の身分証明書(免許証など)をお持ち  
 ください。

【問い合わせ】戸賀郵便局 電話37-2220

### セルフケア講座～戸賀地区～

日時：9日(火)、23日(火)  
 内容：筋力低下を予防する運動  
 (いすに座って)、認知症予防の  
 脳トレなど  
 持ち物：タオル、飲み物  
 対象：継続して参加できる、おおむね  
 65歳以上の方  
 定員：20名



【申込先】  
 地域包括支援センター 電話24-3322

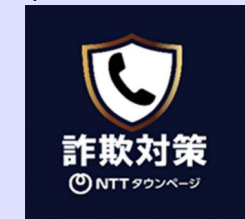
## 詐欺電話を㊦㊧㊨㊩!

**無償** 「警察庁推奨アプリ」が誕生しました。

- ・詐欺の犯人の接触ツールは8割が電話
- ・そのうち7割が「十」から始まる国際電話
- ・このアプリは多くの国際電話や詐欺電話をブロックします!

### アプリは2種類

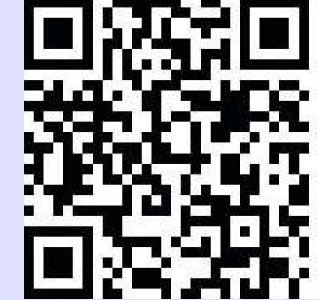
詐欺対策  
 by NTTタウンページ



詐欺バスター Lite



こちらからダウンロード!



警察庁  
 特設サイト

### 主な機能と注意点

#### ○アンドロイドの場合

- ・アプリは1種類のみ選択可能
- ・「十」から始まる全ての国際電話を遮断・警告
- ・詐欺の犯行の利用されている番号を遮断・警告

#### ○iOS(アイフォン)の場合

- ・アプリは2種類選択可能(遮断等可能な範囲が拡大)
- ・詐欺の犯行に利用されている番号を遮断・警告(国際電話含む)

\*携帯電話によって、利用条件、遮断できる範囲が異なりますので、最寄りの  
 警察署に御相談のうえ、御利用願います。

秋 田 県 警 察

### ご存じですか? 便利な男鹿市ごみ分別アプリ

おがなまはげ  
 ごみ分別アプリ

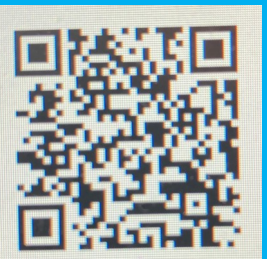


☆ごみ収集日程が一目で  
 わかるカレンダー

☆品目ごとの分別方法が  
 スグわかる「ごみ分別  
 辞典」のほかにも便利な  
 機能を搭載しています。



iOS版QRコードでダウンロード



お問合せ先:男鹿市生活環境課 アンドロイド版QRコードでダウンロード

## はまなすロード草刈り

主催：戸賀地区区長会



今年の草刈の様子↑

- ◆開催日：6月9日(火)
- ◆時間：午前8時30分～
- ◆持ち物：厚手の軍手、アームカバー、汗拭きなど
- ※トゲや毛虫などには十分気を付けて作業をお願いいたします。

## 花いっぱい運動「花苗植栽作業」

主催：戸賀地区市民憲章推進協議会

市民憲章推進協議会では地域ぐるみで住み良い地域づくりを進めております。各地区を花いっぱいのプランターで環境美化する作業を行います。地域のたくさんの方々のご参加をお願いいたします。



各地区にプランター配置しますので、水やりのご協力をよろしくお願いいたします

- ◆日時：6月16日(火)午前9時～
- ◆集合：戸賀コミュニティセンター玄関前
- ※小雨決行(雨天時は順延) ※参加者には、お土産(花苗など)もあり

## 戸賀湾クリーンアップ清掃活動

主催：戸賀地区市民憲章推進協議会

- ◆開催日：6月23日(火)
- ◆時間：午前6時～
- ◆持ち物：軍手、レーキなど
- ※小雨決行(雨天時は順延)



### 《お願い》

収集するものは、ごみ袋に入るものや手で拾えるようなものをお願いします。

## 第4回 出張ジオカフェ「ジオが伝える、人の支え合いと減災」

- 日時：6月21日(日)午後1時～3時 **参加無料** (主催：男鹿半島・大潟ジオパークガイドの会)
- 場所：加茂青砂集会所 **参加無料**
- 定員：20名(定員になり次第、受付は終了)
- 申込先：男鹿市ジオパーク学習センター  
電話 46-4110(9:00～16:00)
- 申込期限：6月19日(金)
- (日曜、月曜はジオパーク学習センターが閉館のため受付できません)

「カンカネ洞」「合川南小学校児童地震津波殉難の碑」「和の碑」などを見学したりします。

※詳細については、広報おが「市民掲示板」P26をご覧ください。



## ★コミュニティセンターを拠点とした3つの市民運動★

### ★あいさつ運動★

◆戸賀地区で「あいさつ運動」を行います。皆さんご希望の本がありましたら、図書館からお取りよせいたしますのでお知らせください。

### ★読書運動★

◆本の入れ替えを行います。ご希望の本がありましたら、図書館からお取りよせいたしますのでお知らせください。

### ★体力づくり運動★

◆男鹿市健康アプリを積極的に活用し、地域の健康増進に努めます。

元気なまち戸賀を作っていくために、学校、地域、家庭が一体となって運動推進していきましょう。

## 集落支援員だより「エチゴのつぶやき」



みなさん、こんにちは (\*^▽^\*)  
 今月はみなさんへお知らせがあります！  
 戸賀コミセンでは6月から【スマホ相談】を始めます。  
 スマホの操作で分からないことがあれば、ぜひお散歩がてらコミセンにいらしてください！どうしても来所が難しい方はご相談ください。  
 詳しくは折り込みチラシをご覧ください。

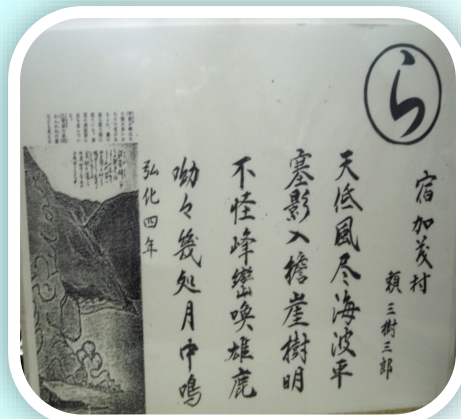
\* \* \* \* \*

5月は、門前から戸賀までの通勤途中に見える、きれいな紫の藤の花に癒された一か月でした♡

6月は行事がいろいろと入っていますので、またよろしくお願いいたします！



## 戸賀・加茂ふるさとかるた



ら  
 頼三樹三郎  
 加茂に宿した  
 弘化4年  
 加茂青砂  
 佐藤さん

毎月1札ずつ、地域の魅力をお届けいたします。



【絵札】頼三樹三郎の詩と、菅江真澄紀行文(男鹿の島風)より

【読み札】勤王の志士として知られる頼三樹三郎は弘化4年(1847)に加茂青砂に宿泊している。詩が残されている。

作製：生きがい活いき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)