

脳トレしながら明るく楽しく仲間作り

毎回シニアの方々を中心に  
和気あいあいと盛り上がっています!  
(実際の開催風景)

今、新聞・  
テレビなどで  
話題の

# 健康マージャン

を楽しみませんか?



## ◎健康マージャンとは?

麻雀を「脳トレゲーム」と位置付けて、明るく楽しんで頂くことで、シニアの皆様の生きがい作りのお手伝いが出来れば良いと思っております。いつまでも健康で若々しく…認知症予防の観点からも健康マージャンは注目を集めています。手先を使って(指先トレ)、頭を使って(脳トレ)、適度な会話を楽しみながら、午前または午後の空いた時間を有意義に過ごしませんか?

## 参加者募集中!!(要予約)

### ✂️ お金を賭けない

ギャンブルではなく、純粋に麻雀をゲームとして楽しんで頂く為、お金などを賭ける事は一切禁止しております。

### ✂️ アルコールを飲まない

お酒を飲まれると、他のお客様にご迷惑をかける可能性がございます。ゲーム前、ゲーム中の飲酒はご遠慮下さい。

### ✂️ タバコを吸わない

煙草を吸わないお客様も大勢いらっしゃいます。皆様が楽しく、健康的にゲームが出来るよう、喫煙はご遠慮下さい。

## ◎健康マージャン教室/講座内容

実際の麻雀牌とジャンボマグネット牌、分かりやすいテキストを使用し、麻雀のマナーや基本ルール、打ち方やゲームの進め方、実戦的なテクニックなど、麻雀の楽しさを受講者の方のレベルに合わせて、幅広くお伝えしていきます。

午前は初心者・初級者向け、午後は中級者向けの講座を行います。午前、午後共に講義の後は実践麻雀を行います。講義で習ったことの確認を行いながら、楽しく練習・実践しましょう。久しぶりに麻雀牌に触る方の練習の場にも最適です。

他の教室が合わなかった方も大歓迎、見学も可能です(要予約)。

- 入会金: 1,600円
- 年会費: 1,600円(初年度は不要)
- 入会条件: 健康マージャンの趣旨をご理解いただき、当会のルールやマナーを遵守していただける方。\*年齢制限はありません。
- 参加費: 午前の部……1,200円・午後の部……1,400円  
・終日(午前&午後)……1,600円

## 「健康麻雀」はこんな方たちが楽しんでいます。

指先と頭を使うことで、老化現象の防止に少しでも役に立てばと思っています。

リタイヤ後に、仲間作りの場がなかなか見つけれなくて参加しました。

メンバーが集まらず、諦めていたら近くで開催されていたので。

家族マージャンしかやったことがありませんでしたが、思い切って始めてみました。今では毎回楽しみです。

パチンコや競馬よりも健康的で妻や孫にも大好評!最近、明るく元気になったと周りから言われます。

昔はよくやっていました。またマージャンがやりたいと思っていたので。



## 現在、下記の8会場健康マージャン教室を定期開催しております。

各会場の開催日程等につきましては、QRコードをご参照ください。



**一宮会場 一宮総合運動場/会議室**  
(いちい値金スポーツセンター) (使用事務所内)

午前の部 【開催時間】10:00~12:00  
午後の部 【開催時間】13:00~16:20

【会場住所】一宮市千秋町佐野字向農756番地 無料Pあり

**北名古屋会場 北名古屋市文化勤労会館/会議室**  
(研修室)

午後の部 【開催時間】13:20~16:40  
※午後の部のみの開催となります。

【会場住所】北名古屋市法成寺蔵化60番地 無料Pあり

**小牧会場 小牧市南部コミュニティセンター**  
(ぶらっとみなみ)

午前の部 【開催時間】10:00~12:00  
午後の部 【開催時間】13:00~16:20

【会場住所】小牧市大字北外山1187番地 無料Pあり

**北区会場 楠地区会館**

午前の部 【開催時間】10:20~12:20  
午後の部 【開催時間】13:20~16:40

【会場住所】北区楠味鏡三丁目612番地 無料Pあり

**西区会場 山田地区会館**

午前の部 【開催時間】10:20~12:20  
午後の部 【開催時間】13:20~16:40

【会場住所】西区八筋町78番地 無料Pあり

**金山会場 名古屋市音楽プラザ**

午前の部 【開催時間】10:00~12:00  
午後の部 【開催時間】12:50~16:10

【会場住所】中区金山1丁目4-10 無料Pなし

**鶴舞会場 名古屋市公会堂**

午前の部 【開催時間】10:00~12:00  
午後の部 【開催時間】12:50~16:10

【会場住所】昭和区鶴舞一丁目3 無料Pなし 有料Pあり

**港区会場 愛知県武道館**

午前の部 【開催時間】10:00~12:00  
午後の部 【開催時間】13:00~16:20

【会場住所】港区丸池町1丁目1-4 無料Pあり

【主催】健康マージャンを楽しむ会

【企画・運営】株式会社 ザ・ポスト

名古屋市千代田区富田町千音寺松ノ木3147番地 マルエビル3F

すべての会場のお問合せ・参加予約は

健康マージャンを楽しむ会

**052-432-8601**

までお電話ください。(平日及び開催日の9:30~17:30)

お願い  
各会場ごとに定員がございますので参加の際にはご予約をして頂きますようお願い致します。【要予約】

ボランティアスタッフを募集しています

詳しくはお電話下さい