

介護予防と笑顔で交流する居場所づくり

初心者向け健康マージャン体験会

6/22 (月)

13:30～16:00

参加
無料

申込
必要

会場：ハーモニーみわ 研修室

① 「仲間と楽しむ健康づくり」 講師：美川保健センター 保健師

② 「初心者マージャン体験」 講師：池本 康義 氏

(市内健康マージャンクラブ 代表)

健康マージャンとは？

健康マージャンとは「賭けない・飲まない・吸わない」をルールとし、脳の活性化や交流を目的とした健全なマージャンです。一般的な麻雀とは大きく異なり、健康づくりや仲間づくりを目的とした頭脳スポーツです。認知症予防への効果や地域コミュニティの活性化が期待されています。

(女性もたくさん参加されています)



いわくに市民活動支援センターに団体登録されている師木野の健康マージャンクラブ代表の方です。

10年以上続くクラブの魅力や初心者の方にも優しくルールをおしえていただけて楽しくできるマージャンの魅力を学びましょう

写真は師木野公民館の毎月行われている活動の様子です。

二次元コードからも
お申し込みできます



申込み・問合せ先：教育委員会美和支所 ☎95-0005

募集期間：6/2(火)～6/22(月) 受付時間：平日8:30～17:15

最終日は午前中まで