

加西市主催

＼気軽に参加できる！！

健康マージャン

初心者教室



加西市
×
日本健康麻将協会
×
明治安田生命

開催日≫ 2026年3月6日(金)



精神科医・和田秀樹
こころと体のクリニック院長
和田秀樹

前頭葉が老化すると意欲が衰え、足腰や脳の機能低下を招く可能性が高まります。前頭葉を使うには、ワクワクする体験や会話のやり取りが有効です。マージャンは想定外なことが次々と起こり、記憶力や推理力を働かせる必要があるため、前頭葉の活性化には、とてもいい頭脳ゲームだと思います。健康マージャンを楽しむことを、ぜひ老化予防と脳の元気に役立ててください。

こちらから実際のイベント風景等をご視聴いただけます！



URL https://youtu.be/mHiz4_n4g5U

PICK UP !

長年にわたり初心者教室を運営してきた「日本健康麻将協会」推薦講師がやさしく丁寧に教えてくれます！

対象

今回、さまざまな方に楽しんでいただける初心者教室を開催します。全く牌に触ったことがないマージャンを知らない方はもちろん、少し経験のある方でもみなさま一緒にゼロから覚えなおす機会としてご参加いただけます。みなさまでわいわいと誰とでも遊べる簡単なマージャンを楽しみましょう！

健康マージャン初心者教室

会場

イオンモール加西北条 1階 檜の木コート

会場住所

〒675-2312 加西市北条町北条308-1

開催日時

2026年 3月 6日 (金) 13:00~16:00

受付時間

12:30 ~ 13:00

申込受付期間

2026年 2月 2日 (月)
~2026年 2月16日 (月)

申込方法

長寿介護課窓口
または、電話・WEBにて申込み

参加費

無料

参加資格

加西市内在住の
65歳以上

定員

36名 (先着順)



WEB申込
はこちら

※定員になり次第締め切らせていただきます。

※会場までの交通費およびそのほか個人的な費用等は参加者の負担となります。

※お申込み時にいただいた個人情報は本事業のみに利用され、参加賞配布のため明治安田生命保険相互会社にも提供します。

問い合わせ先：加西市長寿介護課 ☎0790-42-8728