

明治安田 健康マージャン 初心者教室

明治安田
×
日本健康麻将協会
×
薄根地区振興協議会

開催日» 2026年10月22日(木)

精神科医・和田秀樹こと
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

PICKUP!

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！

明治安田 健康マージャン初心者教室

会場

うすねB A S E (旧 薄根幼稚園)

会場住所

〒378-0064
沼田市善桂寺町78

開催日時

2026年10月22日(木)
13:30~16:40

受付時間

13:00~13:30

応募締切

2026年 9月30日(水)

参加資格

薄根地区在住・在勤の20歳以上

参加費

無料

定員

16名

申込先

薄根地区コミュニティセンター
TEL 22-3160

会場地図



お問い合わせ先(主催)
薄根地区振興協議会事務局
(薄根地区コミュニティセンター)
TEL 22-3160

※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。