

## あやべ健康麻雀の会

演

## 目指すところ

健康麻雀は「お酒・たばこ・賭け金なし」で行う麻雀で、高齢者を中心に広がっています。指先を使い、点数計算や役作りを考えることで脳の活性化につながり、認知症予防にも効果が期待されます。また、複数人で行うため自然に会話が生まれ、仲間作りや孤立防止にも役立ちます。勝敗にこだわらず楽しむことでストレス解消や気分転換にもなり世代を超えた交流の場ともなります。

心身の健康維持と社会参加を促す有意義な活動を目指しています。

## 活動内容

健康麻雀、地域住民の交流、麻雀教室の開催

## 代表者

大田 直樹

## 連絡先

090-3702-3031（大田）

## 結成年月日

2015年（平成27年）4月1日

## ボランティア数

5名（男性3名 女性2名）



活動日	活動・行事名	主な内容	場所
毎週火、 木、土曜日 (祝日を除く)	健康麻雀の会	健康麻雀	清山荘（里町）

P

R

「あやべ健康麻雀の会」は麻雀を通じて「楽しく」「健やかに」「仲良く」をモットーに世代を超えて楽しく健全に交流できる場です。

初心者の方やルールを全く知らない方でも心配ありません。経験豊富なスタッフが分かりやすく、親切丁寧にお教えしますので、安心してスタートできます。もちろん、ブランクがある方や久しぶりに麻雀を楽しみたい方も大歓迎。和やかな雰囲気の中で健康作りや仲間作りを一緒に楽しみましょう。見学や体験も随時受け付けておりますので、どうぞお気軽にお越しください。