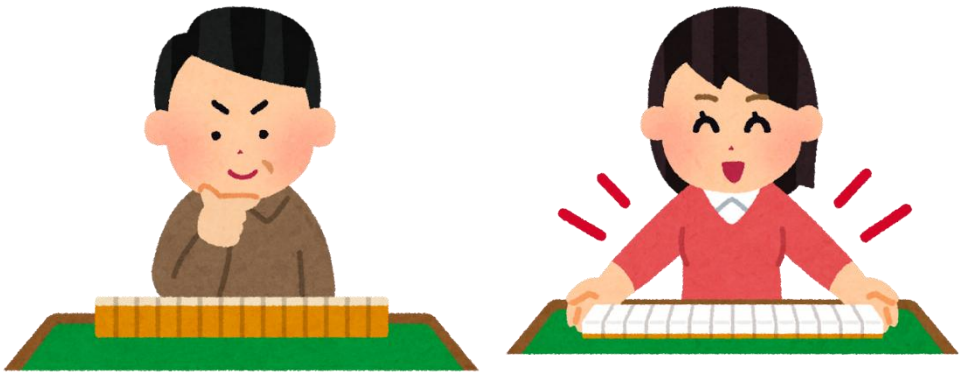
マージャン未経験者対象

参加者 募集

久留米市シニアクラブ連合会

健康マージャン教室



健康マージャンとは「賭けない・飲まない・吸わない」を合言葉に「健康づくり・仲間づくり・生きがいづくり」を目的としたマージャンのことです。
自分や相手の役を考えることで脳のトレーニングにもなり、手指を使って牌を扱うことで認知症の予防も期待できるとされています。

1　日　　程：令和８年１２月２２日（火）
　　受　　付：　　12:00～12:30
　　開　　催：　　12:30～16:00
2　会　　場：久留米商工会館　（久留米市城南町 15-5）
　　5F 大ホール
3　参加資格・定員
　　久留米市シニアクラブ連合会会員、または市内在住で 60 歳以上の方
　　定員 60 名（応募者多数の場合は抽選、参加者へは後日連絡します）
4　応募期間：１２月１日（火）〆切
5　申込方法：　FAX、電話でお申し込みください。申込書裏面
6　参加費　：無料
7　申込先　：久留米市シニアクラブ連合会
　　FAX　０９４２－６５－７２５０
　　電話　０９４２－３９－１５５０（平日 10：00～16：00）

「賭けない・飲まない・吸わない」健康マージャン！

役を考えて脳トレ！手指を使って認知症予防！！

主催：久留米市シニアクラブ連合会　　共催：久留米市（健康福祉部長寿支援課）

教室

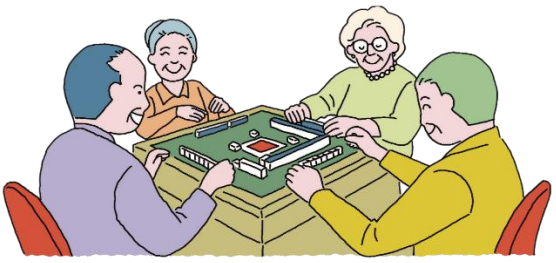
FAX：0942―65―7250

久留米市シニアクラブ連合会
健康マージャン教室　参加申込書

１　日　　程：令和８年１２月２２日（火）
　　受　　付：　　12:00～12:30
　　開　　催：　　12:30～16:00
２　会　　場：久留米商工会館　５F 大ホール
※応募者多数の場合は抽選、参加者へは後日連絡します。

住　　所	〒 久留米市
ふりがな	
氏　　名	
生年月日	S　　年　　月　　日生　（　　）歳
TEL（携帯等）	
シニア（老人） クラブ会員	会員　・　未加入　　どちらかに○
所属単位クラブ	（会員は記入）

現在、または将来にわたって、以下に該当しないことを表明・確約します。 ①暴力団、②暴力団員、③暴力団準構成員、④暴力団関係企業、⑤総会屋等、社会運動等標ぼうゴロ、⑥暴力団員でなくなってから５年を経過していない者、⑦その他前記に準ずる者	表明・確約 チェック欄 ☐



マージャン未経験者の皆さん、
市シニア連の「教室」で、
健康マージャン始めませんか？

１　マージャンに触れてみよう
　道具の種類、基本ルールを学び、牌を積んだり、並べる体験を行います。

２　ゲームをやってみよう
　アガリの形や役の種類を学び、実際に受講者同士で対局をやってみます。

主催：久留米市シニアクラブ連合会　　共催：久留米市（健康福祉部長寿支援課）