

はじめての

健康マージャン講座



健康マージャンは「賭けない・飲まない・吸わない」を合言葉に、今、人気が高まっている頭脳スポーツです。楽しみながらコミュニケーションを深めて、新しい仲間をつくることができます。脳トレで認知症予防にも最適！ルールを知らない初心者向けの講座です。

● 日 時

令和7年

11/13
(木)

11/27
(木)

12/11
(木)

令和8年

12/25
(木)

1/ 8
(木)

1/ 22
(木)

全6回 各回 午後1時～4時

● 場 所 長地公民館

● 対 象 マージャン初心者の方
(役を知っている方はご遠慮ください)

● 定 員 24名(先着順)

● 受講料 2,200円
(全6回分 講座初日にお持ちください)

● お申込み方法

令和7年10月24日(金) 午前9時～

電話・Eメール・QRコード・窓口にてお申込みください



● 講 師 北澤 善 敬 さん

健康マージャン全国会 指導員



岡谷市長地公民館 (長地支所)

住所：岡谷市長地柴宮2-15-26

電話：0266-27-8080

Mail：osachi@city.okaya.lg.jp

QRコードはこちら

