

# 健康マージャン

はじまりました(^^)!



健康麻雀とは・・・

「酒を飲まない」「タバコを吸わない」「賭けない」麻雀です。指先で牌を動かし、考え、会話しながら行う麻雀は、認知症予防に効果的と言われ、ねんりんピック種目にもなっています。麻雀をしたことのない女性も腕を上げ、麻雀を生きがいとして楽しむまでになっています。

【日 時】：7月19日（金）

10：00～12：00

【場 所】：気高町コミュニティセンター ふれあい室

【参加費】：無料

【定 員】：8名程度 ※要申込

