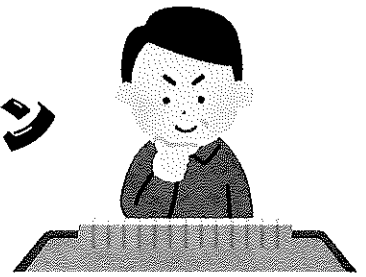


# みんなで楽しむもう！健康マージャン



## 健康マージャンって何？

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。一昔前まではマイナスなイメージも多かったマージャンですが、今では厚生労働省主催の「ねんりんピック」や文化庁主催の「国民文化祭」の種目としても取り入れられ、高齢化社会においてなくてはならない存在となっています。

## 健康マージャンで本当に認知症予防になるの？

マージャンには、短期集中力、短期記憶力、注意力、エピソード記憶力が向上するなど【脳トレ】効果があると医学的に実証されています。また、マージャンをする方の脳年齢は同世代と比較してかなり若いとも言われています。

いっしょに楽しく健康づくりしましょう！

## 健康マージャンをやったことがないけど大丈夫？

心配ご無用です！

【初級者講座】では、座学を含むマージャンをやったことのない方を対象に座学を含めわかりやすく指導します！

【中級者講座】では、実戦形式をメインにひとりひとりのマージャンのレベルアップを目指します！

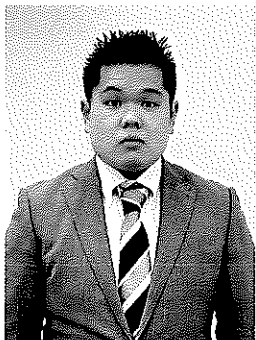
## 一人で参加しても大丈夫？

お一人でのお申し込みも勿論大丈夫です。健康マージャンの魅力の1つに、一緒にゲームすることで新しくお友だちづくりができることがあります。健康づくり、趣味づくり、お友だちづくりができる一石三鳥のゲームです。

みなさんのご参加お待ちしております！

-professor-

吉田尚平(よしだしょうへい) Shouhei Yoshida



宮崎県延岡市出身、宮崎産業経営大学卒業。大学在学中は教員免許状の取得を目指す一方で麻将部部长も兼任する。麻将最強位2014にて九州最強位を獲得。高校教師や大学事務の仕事をしていたが、麻雀プロへの夢を諦めることができず2021年「日本プロ麻雀協会宮崎支部」設立メンバーの一人として、同協会プロ雀士となる。キャッチフレーズは「小さな怪盗」

2024年1月にオンライン麻雀対戦ゲーム「雀魂」にて最高段位【魂天】を達成するなど今後の活躍が期待される若手選手である。

### 【主な活動実績】

(一社)日本プロ麻雀協会 宮崎支部所属  
宮崎県麻雀段位審査会 理事  
一般社団法人全国麻雀段位審査会  
麻雀段位検定四段  
第50期 WMLレッスンプロ

### 【主な獲得タイトル】

日本プロ麻雀協会天照戦 第2回天照位  
麻雀最強戦2014 九州最強位  
他多数

【申込先】 延岡総合文化センター 野口遵記念館

申込期間： 2024.5/18 まで