

健康講座

鷺山校区の皆様へ



講座開催

麻雀は頭脳ゲームであり、脳のマッサージ

健康マージャンとは

「賭けない・飲まない・吸わない」をルールとし

脳の活性化や交流を目的とした

健全なマージャンです。

《期待される効果》

脳年齢の若返り！アンチエイジングの効果

認知症の予防対策、脳の萎縮予防

健康・仲間・生きがいづくり

忍耐力・想像力・判断力・集中力の鍛錬！



参加者募集中



日時： 9月24日（木）10:00～12:00

場所： 鷺山公民館 ホール

定員： 先着32名（定員になり次第終了）

9月18日までに鷺山公民館に申し込みください（月から土曜日 午前中）

（058-294-1665）