

シニアの麻雀講座ご案内

マーじゃんは脳の活動に与える「脳トレ」効果、マーじゃんで楽しみ・会話することを通じての仲間づくりや手先を使うことによる運動効果などで、シニア世代の介護予防、認知症予防などが期待され、多くの自治体関連施設においてもマーじゃん設備が設置され高齢者のみなさんが利用されています。

当センターでは、会員のみなさんの健康寿命の維持増進に努め、活力あるシニアライフを過ごしていただくための一助として「健康麻雀講座」を実施します。

*** 麻雀を知らないかたも、これを機会に覚えて楽しんでください!! ***



< 実施要領 >

- 実施日時 : 平成29年12月26日(火) 午前10時から12時までの約2時間
- 実施場所 : 当センター 二階 大会議室
- 講座講師 : 南茨木多世代交流センター所長 後藤 様
- 受講対象 : 当センター会員および非会員(60歳以上の市内在住者)
- 申し込み : 下記の参加申込書を12月8日(金)までに事務局へ提出(FAX可)

キリトリ

< 健康麻雀講座参加申込書 >

氏名		会員/非会員別	該当を○で囲む 会員 非会員	会員の場合は会員No.を記入
住所	茨木市		電話番号	