

4月開講

健康麻将

# 健康マーじゃん教室

マーじゃんで健康づくり! 夢中になれる遊びで脳を元気に!

「健康マーじゃん」は脳トレやフレイル予防に効果的で、介護予防にも役立ちます。  
一般社団法人日本健康麻将協会が推薦する講師による直接指導が受けられ、  
未経験の方も大歓迎。新しいお友達作りに最適で、楽しく健康を目指せる教室です。

曜日

火曜日

クラス

初心者クラス

時間

① 10:00 ~ 12:00 (女性限定)  
② 13:00 ~ 15:00 (だれでも可)

定員

各16名

料金

1,800円(税込) × 月回数(月初めの教室時にお支払い)  
別途初回時に教材費1,200円(税込)がかかります。  
※2026年3月申込の方には初回特典として教材をプレゼント

申込方法

フロントにて受付をお願いいたします。

～ ご不明な点は施設までお問い合わせください ～

## さんぶの森元気館

〒289-1224 千葉県山武市美杉野2丁目672-10 ☎ 0475-80-9300  
営業時間 月～木 9:00-22:00 土 9:00-21:00 日・祝 9:00-20:00



公式ホームページはこちら