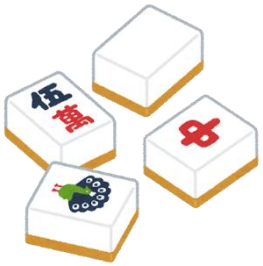
増設／新規受講者募集 について



いきいき健康マージャン
～月曜クラス増設します～

受付：1月8日（水）９：００～申込開始します！

認知症予防

安心

脳トレ

「（お金を）賭けない麻雀」
「（お酒を）飲まない麻雀」
「（タバコを）吸わない麻雀」

≪曜日≫

毎週月曜日

※日程はチラシ裏面をご覧ください。

≪時間≫

＊初中級・中上級クラス／10:00～12:00

＊初級クラス／12:30～14:30

≪定員≫
各１２名（先着順）

≪会場≫
久留米アリーナ／２階大研修室

≪参加費≫
月謝：900円(税込)×月回数

≪持ち物≫
特になし
（ノート・ペンなどは各自でご判断ください）

申し込みはトレーニング室に直接、またはお電話にて

まずは体験。

久留米アリーナ トレーニング室
0942-46-8411

HPはコチラ

クラス内容

≪初級クラス≫

3ヶ月カリキュラムで
「卓を囲って麻雀に参加できるようになる！」ことを
目指していく初心者向けのクラスです。
ルールを知らなくても大丈夫！
牌の名前、積み方、点数棒の扱い方など、麻雀の基本ルールを覚え、
初歩的な役の種類を覚えていきましょう。
自分や相手の役を考え、脳のトレーニングになります！
牌を扱い、手指を使うことで認知症予防の効果も期待できますね♪

≪初中級クラス≫

3ヶ月カリキュラムで
「健康マージャンを楽しく参加する」姿を目指していくクラスです。
基本的なルールを確認しながら、麻雀を楽しい趣味にしていきましょう！
各回、座学を30分。実技中心の実践を90分の内容を想定しています。
昔やっていた！ゲームではやったことがある！など、
久しぶりに麻雀をしてみたい。興味がある方にはピッタリです。
初級クラス同様、自分や相手の役を考え、脳を活性化させましょう！
牌を扱い、手指を使うことで認知症予防の効果も期待できます♪

クラス日程

継続者は★までに翌月分のご入金をお願いします。

日程	①	②	③	④	⑤
2月	3日	10日	17日★		
3月	3日	10日	17日★	24日	31日

皆様の生きがいづくりをサポートします！

まずは体験。

久留米アリーナ トレーニング室
0942-46-8411

◀ HPはコチラ