TSURUKAWA

鶴川地区協議会 ハッピーフライデー企画

→ 楽しく遊んで、脳も心もいきいきと！

健康麻雀

飲まない・吸わない・賭けない

頭と指先を使って、
認知症予防や仲間づくりに！

初心者も大歓迎！

「健康麻雀」は、飲まない・吸わない・賭けない
3つのルールを守る、誰でも安心して楽しめる麻雀です。
頭と指先を使って、認知症予防や仲間づくりに
役立てましょう！

開催日程（今のところの日程です）

2026年 7月31日 金	13:00~16:00
2026年 9月25日 金	13:00~16:00
2026年 11月27日 金	13:00~16:00
2027年 1月29日 金	13:00~16:00
2027年 3月26日 金	13:00~16:00

経験・年齢は問いません！

こんな方におすすめ！

- 麻雀を覚えてみたい方
- 楽しく健康づくりをしたい方
- 地域の仲間をつくりたい方
- 脳を活性化させたい方

お一人での参加も大歓迎！

場所 鶴川市民センター

お問い合わせ

担当：大内

070-2357-4239

毎月最後の金曜日はハッピーフライデー！
鶴川市民センターが楽しい！
ハッピーフライデー
HAPPY FRIDAY

…• みんなで笑って、健康に！ ハッピーフライデー！…