

JWMA JAPAN WELLNESS MAHJONG ASSOCIATION

健康マージャン
ニュース&ガイド

発行 一般社団法人日本健康麻将協会
東京都千代田区神田神保町3-2-1 サンライトビル3F
Tel 03-6261-3955 Fax 03-6261-3956
URL:https://www.kenko-mahjong.com/
E-mail:info@kenko-mahjong.com

7月号 第260号

◆主な内容

1面 一般社団法人日本健康麻将協会 第12回定時社員総会報告
2面 日本健康麻将協会公式ホームページ「今日の何切る」ちょっと解説ルール・マナーのお問合せから③
3面 役満達成者／健康麻将全国オーブン戦優勝者／健康麻将全国スクールネット公式戦ベスト30／健康麻将 段位昇段者
4面 広がる企業協働事業 第53期WMレッスンプロ養成講座定員を超える人気のなか開講！

人生100年時代 フレイル予防 介護予防 認知症予防をサポートする健康マージャン！

一般社団法人日本健康麻将協会 第12回定時社員総会報告

6月24日（火）、日本健康麻将協会の第12回定時社員総会が開催されました。出席者は正会員14名に委任状による出席者28名を加え、合計42名。議案として①2024年度事業報告・決算報告ならびに会計監査報告の件②2025年度事業計画並びに予算案の件③理事補選の件、以上3つの内容が審議され、それぞれ承認が得られました。

とくに明治安田との協働事業は目覚ましい成長ぶりを見せており、それにともない新年度では事

業計画ならびに予算案に全国の支部体制および事務局の人員を始めとした機能の強化、さらなる協働案件の検討・実施も盛り込まれています。

すでに市民権を得た頭脳スポーツとして、一部イベントでは「賭けない・飲まない・吸わない」の枕詞を外すものも出てくるなど、ますますの広がりを見せている健康マージャン。来年度の協会のさらなる施策、活動にもご注目ください。



今回（第12回）の総会の模様

2024年度事業報告

【重点施策】

- ①明治安田・自治体との協働事業の推進
- ②支部対抗戦拡大開催
- ③ホームページ・広報事業改善
- ④新たな協力関係、連携事業の推進

【恒例事業】

- ①春の健康麻将祭
- ②自治体協働事業の推進・ねんりんピック、国民文化祭など自治体・行政機関との連携イベント開催
- ③WMレッスンプロ養成講座の開講
- ④各種健康マージャン大会、イベントの実施
- ⑤国際公式ルール大会の開催、協力

2025年度事業計画

【重点施策】

- ①組織力強化 全国の支部体制を強化、全国ネットワークの強化を図る
- ②事務局強化 人員を増強、業務管理のクラウド化、効率化の検討も並行して行う
- ③企業協働事業の推進
- 明治安田協働事業
①明治安田2大プロジェクト（みんなの健活プロジェクト／地元の元気プロジェクト）……すでに

- に2倍以上の開催数を予定
- ②明治安田杯、厚生労働省後援（申請予定）第33回健康麻将全国大会開催……大会規模の拡大や参加費の低額化など
- サントリーウエルネス協賛事業
7月から関東3会場にて初心者教室体験会を実施、9月よりコラボ事業を開始予定
- 東京新聞主催 夏休み初心者体験教室の開催
7月29日（火）に東京本文本社にて実施予定
- ④新規イベントの実施と恒例事業リニューアルを積極的に推進

- 【恒例事業】
 - ①春の健康麻将祭
 - ②自治体協働事業の推進・ねんりんピック、国民文化祭など自治体・行政機関との連携イベント開催
 - ③WMレッスンプロ養成講座の開講
 - ④各種健康マージャン大会、イベントの実施

新理事就任のお知らせ

青木敬一副会長の退任にともない、6月3日（火）の理事会において後藤修二、小正英雄両氏を理事に推薦することが決議され、本総会において承認されました。今回の補選によるおふたりの任期は、本年度いっぱいの1年となります。

理事 後藤 修二 日本健康麻将協会正会員、岡山支部 岡山県健康マージャン協会支部長
理事 小正 英雄 日本健康麻将協会正会員、雀ケンポン責任者、（仮）企業協働事業推進検討委員会委員

前事務局長・西野孝夫氏に感謝状を贈呈

総会終了後には、先日退任された前事務局長・西野孝夫さんへの感謝状贈呈も行われました。当協会への長年にわたる多大な貢献、ありがとうございました。



西野孝夫さん（中央）。左は田嶋智徳理事長、右は斎藤正会長

懇親健康マージャン大会も開催！

総会終了後にはさらに会員の皆さまとの懇親を図るべく“懇親健康マージャン大会”が開催されました。健康麻将大使の田邊良夫さん（歌人）、中原ひとみさん（女優）を含む12名の方々が参加され、半荘4回の大熱戦の末に95歳・田邊さんが中原さんを振り切って優勝。大いに盛り上がった大会となりました。



優勝した田邊良夫さん（中央左）。その右は準優勝の中原ひとみさん

人生100年時代 長寿社会 健康寿命の延伸をサポートする健康マージャン！

ねんりんピック岐阜2025
埼玉県代表選手選考大会開催！



当協会が後援団体として運営と選手派遣を担当しております“ねんりんピック岐阜2025・健康マージャン交流大会”の埼玉県代表選手選考大会が、6月7日にさいたま市の健康まーじょん彩にて開催されました。

11名の選手が本戦と同じ“ねんりんピック採用健康マージャン公式ルール”で半荘4回戦を戦い、勝ち抜いた4名（+補欠1名）の方々が埼玉県代表として選出されています。おめでとうございます！

なお、本戦は10月19日（日）、20日（月）に開催予定となっています。

月間順位ポイントランキング

2025年5月 ベスト10位発表！

1位	松岡 憲夫（天心）	九段	800
2位	金綱由紀恵（両国かぼちゃ）		750
3位	小林 直美（イージャン）	五段	640
4位	清家 祥子（シルバー）	初段	630
5位	吉田 一俊（いでがみ）		600
6位	武田多美子（シルバー）		580
7位	飯田 正（ガラパゴス神保町）	九段	550
8位	大石 康信（ガラパゴス高田馬場）	五段	540
9位	磯 洋子（ガラパゴス高田馬場）	二段	530
10位	野口 隆雄（墨田サロン）	初段	520

※月間ベスト10の方には昇段権利があります。
詳しくは所属支部か本部にお問い合わせください。

日本健康麻将協会公式ホームページ「今日の何切る」ちょっと解説

東1局 ドラ3筒
9万と9筒は捨てています

銀座のアンカン娘さん

今回もまた日本健康麻雀協会のHPにある何切る問題から、日本プロ麻雀協会所属の平原佳子さんに回答をいただきました。平原さんは競技麻雀の選手のほか、芸能活動や特技でもある中国語の講師など多岐にわたって活躍されています。また6月12日（木）開催の健康マージャン教室（明治安田生命主催）でも、講師として参加されていました。



平原さんの見解：ツモ切り

「みなさんこんにちは！ 日本プロ麻雀協会23期後期の平原佳子と申します！ 今回の問題ですが、678の三色がくっきりと見えているのでツモのツモ切りとします。すでにツモを切っているため最終形がツモ待ちになるとフリテンではありますが、そこでドラのツモをツモればリ

ーチをしなくても跳満ですし、ツモでも満貫。何より“3面張フリテンは引ける”と信じていますので（笑）、三色の可能性を見た一打にしました。

現時点ではいちばんうれしいツモに期待していますが、ツモもうれしいですね。また、ツモの引き戻しはタンヤオも三色も消えてしまうものの、最終形が両面の良形になりそう。他家の速度によっては「安いけどしかたがない」と受け入れます」

ご回答ありがとうございました。今回は567と678、2種類の三色が可能性として残っているため、打牌候補も5萬、6萬、7萬、8萬、9萬と多く挙がる難しい問題でしたね。

まず567を狙うのか678を狙うのかによって候補が変わってくると思います。さらに設問の条件に“九萬とツモを捨てている”とあるため、ピンズの3面待ちを残した場合フリテン含みになってしまいます。このことをどう評価するのかもポイントになりそうです。

ちなみにツモを捨てずに5萬か6萬を切って、その後9萬を引いてきた場合はツモを切るとフリテンでないテンパイになる（ツモの両面待ち）ので、それもよさそうですね。

皆さんは何を切れますか？

ルール・マナーのお問合せから

第3回 カンにまつわる質問について

カンは4枚の同じ牌をひとつのメンツとして固定して扱うということを宣言する発声行為で、その発声により作られるカンツはコツと同じ役割を担うことができるが、メンツにつく符については、4枚同じ牌を一人であつめるという貴重さのためか、コツのそれと比べても大きなものとなる。

さて、改めて書いてみるとカンという行為、カンツはマージャンのルールの中でもかなり特殊であることが分かります。もちろんこの世の中に4枚しかない同じ牌をひとりで独占するわけですから特別扱いにしたい気持ちもよく分かります・・・今日はそのカンについてよくある質問をいくつかあげてみます。

Q1. 途中流局がないと聞いたが5つめのカンはどうなる？4つめまでできて5つめが出たら流局？

A1. とても珍しい状況ですが、当協会のルールでは途中流局はありません。

せん。ただ、5つめのカンができないだけです。うっかりできないカンを発声してしまったとしてもできないカンという発声してしまったことに対する罰は採用していないところが多いようです。罰を採用するとしても空発声行為で1000点罰符まででしょうか。

Q2. 四槓子はカンをひとりで4回した時点で成立？

A2. いえ、アガって初めて役満なので、タンキ待ちでアガって初めて役満となります。

Q3. 嶺上開花、搶権と一発、複合するのはどれとどれ？そのときカンドラは？

A3. これもまだまだ多い質問ですね。

まず、搶権はカンの成立を妨げる役なので、カンが成立していないために一発と複合します。

ですが、同じくカンが成立していないため、カンドラ表示牌はめくりません。

一方、嶺上開花のときにはカンが成立しているのでカンドラ表示牌はめくりますが、同じくカンが成立しているため、一発という役は有効になりません。

役満達成者					全国健康麻将開催会場	
日付	氏名	役満名	支部名	会場名		
5月1日	加藤 良治	四暗刻	杉並統括	杉並いきいき		
	根本 幸子	大三元	品川	品川区いきいき健康マージャン広場		
5月2日	国保 章子	四暗刻	杉並統括	杉並いきいき		
	伊津 晃	國士無双	東村山	麻雀サロン園		
	遠藤 清市	四暗刻	横浜統括	横浜健康麻将同好会		
	小松 由夫	大三元	埼玉越谷	越谷ジャン		
5月3日	佐々木 亨	四暗刻	両国	両国カルチャースクール かぼちゃ俱楽部		
	吉田 豊	小四喜	両国	両国カルチャースクール かぼちゃ俱楽部		
	武田 多美子	小四喜	横浜統括	横浜健康麻将同好会		
5月5日	田臥 ナナ子	四暗刻	千代田統括	ガラパゴス神保町		
	秋田 世紀子	四暗刻	下北沢	禁煙健康マージャン まーすた下北沢店		
5月6日	宮崎 信二	四暗刻	高田馬場	ガラパゴス高田馬場		
	小室 秀夫	國士無双	両国	両国カルチャースクール かぼちゃ俱楽部		
	高石 一也	國士無双	両国	両国カルチャースクール かぼちゃ俱楽部		
	柳原 康洋	四暗刻(单騎)	両国	両国カルチャースクール かぼちゃ俱楽部		
	岩本 房江	大三元	八王子	八王子兵衛 みなみ野カルチャーセンター		
	高嶋 信之	四暗刻	厚木中町	よつば会		
5月7日	秋田 世紀子	四暗刻	下北沢	禁煙健康マージャン まーすた下北沢店		
	山崎 恵子	四暗刻		NPO法人 健康麻雀コミュニティの会		
	菊池 利幸	大三元		NPO法人 健康麻雀コミュニティの会		
	永丘 光行	四暗刻(单騎)	三鷹	健康麻将MTKフレンズ		
5月8日	原田 春夫	四暗刻	長野未広	麻雀クラブ天心		
	南澤 真理	大三元	長野未広	麻雀クラブ天心		
	山添 嘉子	四暗刻	杉並統括	杉並いきいき		
	東 徹太郎	四暗刻	両国	両国カルチャースクール かぼちゃ俱楽部		
	瀧川 積翁	四暗刻		武里いきいき健康マージャン広場		
	渡部 友恵	大三元		雀荘 華		
5月9日	中越 幸子	國士無双	高田馬場	ガラパゴス高田馬場		
	熊谷 美佐子	四暗刻	杉並統括	杉並いきいき		
	塙川 克俊	四暗刻	両国	両国カルチャースクール かぼちゃ俱楽部		
5月10日	石井 弘明	國士無双(13面待ち)	高田馬場	ガラパゴス高田馬場		
	松本 勝彦	小四喜		NPO法人 健康麻雀コミュニティの会		
	羽田 町子	大三元	両国	両国カルチャースクール かぼちゃ俱楽部		
	錢 程	國士無双	両国	両国カルチャースクール かぼちゃ俱楽部		
	柳原 正人	大三元	東久留米	東久留米いきいき健康マージャンクラブ		
5月11日	御園生 資己	四暗刻	下北沢	禁煙健康マージャン まーすた下北沢店		
	小戸田 京子	國士無双	厚木中町	よつば会		
	澤村 隆幸	小四喜	厚木中町	よつば会		
5月12日	青木 忠司	國士無双	東村山	麻雀サロン園		
	北澤 照夫	國士無双	長野未広	麻雀クラブ天心		
	田中 久喜	四暗刻	高田馬場	ガラパゴス高田馬場		
	高沢 志津	國士無双	高田馬場	ガラパゴス高田馬場		
5月13日	谷川 孝	大三元	千代田有楽町	錦江荘		
	佐藤 利久	四暗刻	三鷹	健康麻将MTKフレンズ		
	田中 武人	大三元	三鷹	健康麻将MTKフレンズ		
	井村 博	四暗刻	東久留米	東久留米いきいき健康マージャンクラブ		
	蜂谷 誠	字一色	厚木中町	よつば会		
	吉田 一俊	國士無双	長崎大橋	いでがみ		
5月14日	金子 玲子	四暗刻(单騎)、四暗刻	千代田統括	ガラパゴス神保町		
	鈴木 和江	四暗刻(单騎)	高田馬場	ガラパゴス高田馬場		
	高瀬 大	國士無双	高田馬場	ガラパゴス高田馬場		
	飛田 百合子	國士無双	下北沢	禁煙健康マージャン まーすた下北沢店		
	田代 一宏	四暗刻	横浜統括	横浜健康麻将同好会		
	村木 佐伎子	四暗刻	横浜統括	横浜健康麻将同好会		
5月15日	柏木 誠	四暗刻	長野未広	麻雀クラブ天心		
	斉藤 和子	大三元	杉並統括	杉並いきいき		
	金子 三男	四暗刻、四暗刻	両国	両国カルチャースクール かぼちゃ俱楽部		
	薄井 重男	四暗刻	東久留米	東久留米いきいき健康マージャンクラブ		
	渡辺 美佐子	四暗刻		まあじゃん海		
	佐藤 武郎	大三元	横浜統括	横浜健康麻将同好会		
	小澤 省三	國士無双	厚木中町	よつば会		
	小田 重之	國士無双	岡山	岡山健康マージャン協会		
	宮本 寿子	四暗刻	長崎大橋	いでがみ		
	奥野 恒晴	國士無双	長崎大橋	いでがみ		
5月16日	篠原 正樹	字一色、小四喜	高田馬場	ガラパゴス高田馬場		
	山本 小四喜		高田馬場	ガラパゴス高田馬場		
	岩崎 周之	大三元	品川	品川区いきいき健康マージャン広場		
	益子 裕子	國士無双		NPO法人 健康麻雀コミュニティの会		
	古川 和明	國士無双	両国	両国カルチャースクール かぼちゃ俱楽部		
	藤波 和代	九連宝燈	両国	両国カルチャースクール かぼちゃ俱楽部		
	伊藤 昌之助	四暗刻	東村山	麻雀サロン園		
5月17日	山岸 百合子	四暗刻	長野未広	麻雀クラブ天心		
	岩川 英治	四暗刻		NPO法人 健康麻雀コミュニティの会		
	木場 亮平	四暗刻	両国	両国カルチャースクール かぼちゃ俱楽部		
5月18日	高石 一也	大三元	両国	両国カルチャースクール かぼちゃ俱楽部		
	小町 英二	大三元	東久留米	東久留米いきいき健康マージャンクラブ		
	四茂野 誠	國士無双	東久留米	東久留米いきいき健康マージャンクラブ		
5月19日	柴田 佐智子	四暗刻	下北沢	禁煙健康マージャン まーすた下北沢店		
5月20日	鈴木 洋子	四暗刻	高田馬場	ガラパゴス高田馬場		
	大石 康信	四暗刻	高田馬場	ガラパゴス高田馬場		
	佐藤 猛	四暗刻	三鷹	健康麻将MTKフレンズ		
	村木 佐伎子	大三元	横浜統括	横浜健康麻将同好会		
	小松 美那子	大三元	厚木中町	よつば会		
	岩崎 市郎	國士無双	長崎大橋	いでがみ		
5月21日	戸口 正彦	大三元	品川	品川区いきいき健康マージャン広場		
	武田 多美子	大三元	横浜統括	横浜健康麻将同好会		
	鈴木 洋子	字一色	千代田統括	ガラパゴス神保町		
	中越 幸子	四暗刻	高田馬場	ガラパゴス高田馬場		
	落合 知子	大三元		まあじゃん海		
5月22日	武本 淑子	大三元	横浜統括	横浜健康麻将同好会		
	小磯 明美	四暗刻	厚木中町	よつば会		
	山崎 隆行	國士無双		武里いきいき健康マージャン広場		
	工藤 隆	四暗刻	長崎大橋	いでがみ		
5月23日	高水 健太	大三元	高田馬場	ガラパゴス高田馬場		
	井上 美代子	大三元	両国	両国カルチャースクール かぼちゃ俱楽部		
	千鹿野 美智子	大三元	両国	両国カルチャースクール かぼちゃ俱楽部		
	東 徹太郎	小四喜	両国	両国カルチャースクール かぼちゃ俱楽部		
	清家 祥子	國士無双	横浜統括	横浜健康麻将同好会		
5月24日	小林 圭二郎	大三元	千代田統括	ガラパゴス神保町		
	青野 正子	四暗刻	高田馬場	ガラパゴス高田馬場		
	今泉 忠男	四暗刻	両国	両国カルチャースクール かぼちゃ俱楽部		
	小林 美幸	四暗刻	横浜統括	横浜健康麻将同好会		

日付	氏名	役満名	支部名	会場名
5月25日	岩井 久美子	四暗刻	両国	両国カルチャースクール かぼちゃ俱楽部
	加藤 芳郎	國士無双	東村山	麻雀サロン園
	山中 由貴子	四暗刻	東久留米	東久留米いきいき健康マージャンクラブ
	岩崎 秀夫	國士無双	東久留米	東久留米いきいき健康マージャンクラブ
	大国 英樹	國士無双	岡山	岡山健康マージャン協会
5月26日	鎌木 大吉	四暗刻	両国	両国カルチャースクール かぼちゃ俱楽部
	渡辺 照子	國士無双	横浜統括	横浜健康麻将同好会
	渡部 友恵	大三元		雀荘 華
5月27日	飯田 正	大三元	両国	両国カルチャースクール かぼちゃ俱楽部
	岩崎 浩司	四暗刻	厚木中町	よつば会
	宮崎 博	大三元	長崎大橋	いでがみ
5月28日	高寿子	四暗刻	杉並統括	杉並いきいき
	矢野 公夫	字一色	両国	両国カルチャースクール かぼちゃ俱楽部
	天羽 加寿子	四暗刻	東久留米	東久留米いきいき健康マージャンクラブ
	土門 義	大三元	東久留米	東久留米いきいき健康マージャンクラブ
	日比 聰美	國士無双	厚木中町	よつば会
5月29日	中村 篤久	大三元	高田馬場	ガラパゴス高田馬場
	貝賀 史幸	綠一色	千代田有楽町	錦江荘

一般社団法人日本健康麻将協会『憲章』

健康マージャンは高齢社会となった我が国にとって必要不可欠な存在となり、知的で健康的なコミュニケーション・ツールとして再認識されている。私たちが提供する健康マージャン開催会場には多くの高齢者が訪れ、《健康》を維持し《生きる》喜びを感じ《ふれあい》の輪を広げる。そうした方々から大きな支持を得られていることを、私たちは『誇り』に思う。そして《健康マージャンに触れることが私のいきがい》と言ってくれる人の喜びを自らの喜びとして明日の糧とする日本健康麻将協会は、こうした私たちによって構成された団体です。

人生100年時代 健康づくり 仲間づくり 生きがいづくり 健康マージャン

広がる企業協働事業

1. サントリーウエルネス協賛体験教室イベント開催！

当協会ではさまざまな企業と協働して健康マージャンの素晴らしさを普及し、社会に貢献する事業を推進しております。

サントリーウエルネスでは脳に良い栄養素を摂取することができるサプリメントであるオメガエイドプラスを取り扱っています。脳トレに効果があると言われる健康マージャンと、このサプリメントとの相性を意識し、双方にとって素晴らしいものとするべくコラボ事業を検討する中で、まずは、サントリーウエルネスの協賛のもと、7月から関東3会場にて初心者教室体験会を実施することになりました。

マージャンができない、ちょっとしか習ったことがないという方を対象とした気軽な体験教室ですので、お気軽に参加いただければ幸いです。

また、脳の元気に役立つ教材や素敵なプレゼントも用意されています。

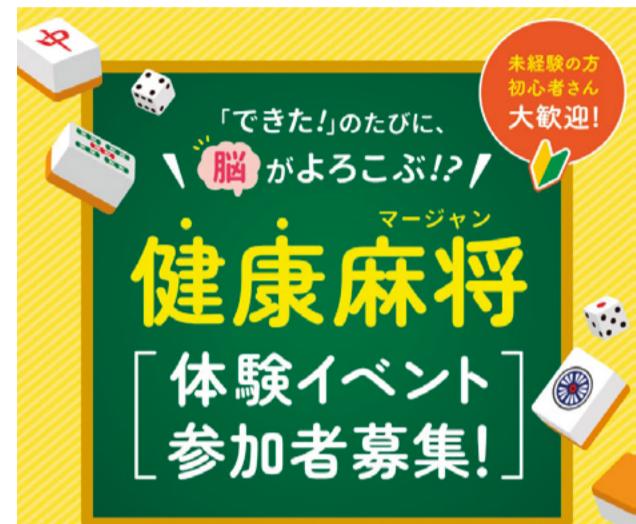
このイベントにも多くの皆さまのご参加をお待ちしております。

今回は下記の3会場で開催！

7月26日（土）9：30～12：30
会場：厚木 よつば会

7月27日（日）13：00～16：00
会場：横浜 麻雀サロンシルバー

8月4日（月）13：00～16：00
会場：赤坂 麻雀クラブ柳 赤坂店



オトナの脳活クラブ

一般社団法人 日本健康麻将協会 × SUNTORY SUNTORY WELLNESS

主催:一般社団法人 日本健康麻将協会 協賛:サントリーウエルネス株式会社



※家族ふれあい麻将大会からのイメージ画像です

2. 東京新聞主催「夏休み企画！健康マージャン体験会」開催

東京新聞では、7月末に主に読者の方々を対象として多世代交流も視野に入れ、家族での参加も可能な初心者体験教室を東京新聞本社1階のホールにて開催します。すでに募集は開始しており、午前午後で合計64名の定員を大幅に超える応募があったようです。

当協会はこのイベントの運営を担当することが決定しており、参加者の皆さん夏休みの家族のいい思い出作りに貢献したいと考えております。

また、この紙面でも開催の模様を報告いたしま

すのでお楽しみに。

◇イベント名

夏休み企画！健康マージャン体験会

◇日時 7月29日

家族の（10時～12時40分）※18歳未満の子どもと成人の家族の2人組の回

一般の部（13時45分～16時25分）※18歳以上の一般の回

◇会場 東京新聞本社 1階ホール

◇参加費 1人2千円 18歳未満は無料

第53期WMレッスンプロ養成講座 定員を超える人気のなか開講！

毎年2期開講しているこの講座は、健康マージャン教室の講師を目指す方を対象に開講しておりますが、近年人気が高まってきており、今期は定員を超えるご応募をいただきました。

現在当協会が推進するさまざまな事業で講師、スタッフの需要も増しており、受講された皆さまが当協会と一緒に活動してくださることが期待されております。

今回受講することができなかったかたには、ぜひ次期12月13日（土）・14日（日）開講予定の第54期WMレッスンプロ養成講座をご受講いただきたくお願い申し上げます。



内容が充実した講義資料



実際に卓についての講義



田嶋理事長挨拶



経験豊富な講師陣