



健康麻雀
WELLNESS-MAHJONG

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

◆主な内容

- 1面 日本健康麻将協会×サントリーウエルネス健康マージャン体験イベント開催／東京新聞主催「夏休み企画！健康マージャン体験会」レポート
- 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
- 3面 役満達成者／健康麻将全国オープン戦優勝者／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 明治安田健康マージャンイベントに『サザエさん』とコラボした新グッズが登場／【コラム】木製の手作り牌から80年前に思いを馳せる

9月号

第262号

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!

**日本健康麻将協会×サントリーウエルネス
「できた！」のたびに、脳がよろこぶ!?
健康マージャン体験イベント開催**

7月26日(土)、27日(日)、8月4日(月)に当協会主催、サントリーウエルネスさま協賛の健康マージャン体験イベントが厚木、横浜(以上神奈川県)、赤坂(東京都)にて開催されました。

初心者を対象として牌の認識からお伝えするという主旨のイベントでしたが、マージャン教室に通ったことがある方、点数計算までは難しいもののマージャン自体は遊べる方などにもお越しいただき、盛況のもとに終了することができました。

健康やかで美しく心豊かな毎日を応援されている企業であるサントリーウエルネスさまと、健康マージャンの普及を通じての社会貢献を目的のひとつとする当協会。活動内容に親和性も高く、今回は健康マージャンを通じて参加者の皆さまに“楽しみながら心身の健康のための活動を応援する”ことを目的として、この体験会は行われました。

イベントは“大人の脳活クラブ”という位置づけで、各回ともベテランの講師、スタッフが指導を担当しました。とくに当協会名誉会員の山口博美先生からは、脳を元気にするためによいことについても楽しいお話をいただき、参加者の皆さんもより“脳の健康”への意識を深められたことと思われます。

はじめは緊張ぎみだった参加者の皆さんも、牌に触っていくうちに会話もはずむようになり、溢れんばかりの笑顔も見られるようになりました。短い時間ではありましたが、講師スタッフ一同にとってもたいへん楽しい時間でした。

今回は各回20～36人の方々にご参加いただき、ふだんから各会場に通う皆さんともいっしょに継続して参加できるような形式でご協力いただきました。各支部、会場の皆さんにとっても、ともに健康マージャンを楽しむ仲間が増えるイベントとなり、たいへんよろこんでいただけたようです。



会場ではポスターなどを掲示し、イベントを盛り上げました

この事業は内容の改善を図りつつ、範囲も広げての開催を検討しているところです。全国の皆さまにこの事業がお届けできるようになりましたら、またこの会報でお伝えしてまいります。



楽しいオリジナル教材も用意

東京新聞主催「夏休み企画！健康マージャン体験会」レポート

7月29日(火)、東京都千代田区の東京新聞本社にて、同紙が主催する初心者向けの健康マージャン体験教室が同紙読者ら60人を集めて開催されました。この催しは、東京新聞朝刊で展開されている“東京脳活”の初めてとなるリアルイベントであり、当協会からは4名のレスンプログが派遣されイベントの運営および講師、各卓のサポート役を担当。



イベントは二部制となっており、第一部の“家族の部”では小学校高学年～18歳未満の少年と成年家族のペアでの募集も行われ、実際に9組が参加。健康麻将の“多世代間交流のツール”としての認知が広まっていることも感じられました。

参加者のほとんどはマージャン牌を触ったこともないという初心者で、しかもお互い面識がないという状況からのスタート。開始前には不安の声を洩らしている方もいらっしゃいましたが、実際に講義や牌を使った実践練習が始まると、同じ卓に着いた参加者どうしで助け合いながら和気あい



あいと局面を進行させていく光景がそこかしこで見られることに。講師も巻き込みつつ、楽しそうな雰囲気、絶えない空間となっていました。

教室終了後も、継続開催や、それぞれの地元でも続けていきたいという声を多くいただきました。また、家族ペアで参加された皆さまにとっても、夏休みのいい思い出作りとなっていたようです。当協会では今後もこういった協業イベントなどを通じて、皆さまの健康づくり、仲間づくり、生きがいづくりに貢献していければと考えております。変わらぬご支援、ご協力をお願いいたします。

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！

YouTubeでサザエさんたちが健康マージャンを紹介！

当協会との協働で、健康マージャンイベントを全国で展開している明治安田の公式YouTubeチャンネルにて、アニメ『サザエさん』のキャラクターたちが健康マージャンイベントを紹介する動画が公開されています。下のQRコードからアクセスして、ぜひ動画をご覧ください。

サザエさん「参加してみよう！明治安田 健康マージャン大会」篇



サザエさん「参加してみよう！明治安田 地元の元気プロジェクト」篇



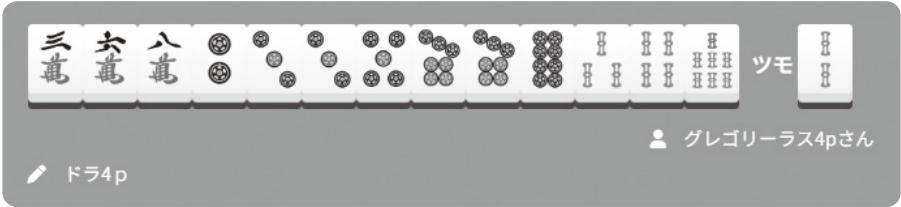
月間順位ポイントランキング

2025年7月 ベスト10位発表！

1位	松岡 憲夫（天心）	九段	960
2位	伊藤 在重（まあじゃん海）		650
3位	中村 勝憲（いでがみ）		650
4位	上田 勇吉（園）	八段	600
5位	菊池 利幸（健麻コミュニティ）	九段	530
6位	山口 昇（天心）	九段	530
7位	岸 節子（杉並いきいき）	初段	530
8位	小貫 伸一（まーすた下北沢）		480
9位	田村正三郎（両国かぼちゃ）		480
10位	高梨 京子（ガラパゴス神保町）		460

※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



今月は麻将連合所属の認定プロ・むく大樹選手に見解をいただきました。むく選手はプロ活動のかたわら、協会加盟店の“禁煙健康マージャン まーすた”の下北沢店、王子店、松戸店などのエリア担当としても日々奔走されています。なお、今回も日本健康麻将協会のHPにある何切るの問題から出題しました。



むくプロの見解：🀄️切り

「麻将連合の将王ならぬ“照”王、むく大樹です。

天邪鬼な性格なもので、いつもは“逆張り”をしてしまいがちなのですが、今回はモニター解答ということでいっしょうけんめい最適打を考えさせていただきました（笑）。

候補はいくつか考えたものの、どれも一長一短。可能であればパスをして、つぎに2枚切りたいくらい。残念ながらルール上それはできないので、🀄️にしました。

現時点でリャンシャンテンとはいえカンチャンや孤立牌も多く、ここからすんなりリャンメンリーチが放てる可能性は低そう。であれば、くつつき要員の🀄️も🀄️も持っておきたいところです。どちらも三色（234か345、567など）への変化もありますしね。

そうなると候補はピンズということになります。まず目につく🀄️は、つぎに🀄️や🀄️をもってくるととても悔しいことに……。そこで🀄️を切ることで、極上のドラ🀄️を引いたときに最高にうれしい形になる🀄️🀄️🀄️を維持しよう！ というわけです。すぐ後に🀄️を引いてきたときだけ「🀄️よ、帰ってこ〜い」と後悔しそうですが（笑）、割り切って考えましょう。

その後は、残した🀄️や🀄️へのくつつきがありよくなかった（🀄️🀄️や🀄️🀄️🀄️など）場合は、早ければ思い切って🀄️切り、中盤以降ならくつつかなかった方を切ります。ドラのそばで危険度が高く、ずっとは持っていたくない🀄️🀄️🀄️🀄️の形ですが、このまま残ってリーチを受けてしまったら、それもまた運命ということで

むくプロありがとうございます。

「もっともうれしい形を消さないように選択する」のは、迷ったときの基本だと言えるでしょうか。この後にピンズをどう処理していくかも考える必要のある難しい問題だったと思いますし、意見も割れそうですね。皆さんは何を切りますか？

沖縄健康麻雀教室さんにお邪魔してきました！

先日、家族で沖縄へ旅行してきたのですが、その際に“沖縄健康麻雀教室”さんにお邪魔してきました。ここは2025年6月から新たに認定会場になっていた教室で、沖縄市の宜野湾市民図書館の向かいにある“みどり屋食堂”さんの3階で営業しています。

毎週火曜日～土曜日はみどり屋食堂さんの営業が終わる16時からオープンし、日曜日は13時からで大会なども行われるようです。食堂の駐車場がそのまま利用可能なのは便利ですね。

私がお邪魔した日はまだ早い時間だったためお客さんも少なめでしたが、おかげで最新配牌自動卓の“レックス3”で打つことができました（笑）。マージャンを最近教室で覚えたという3人の方々と、1時間ほど楽しく談笑しながら遊ばせていただきました。先生が卓の後ろについての的確な指導をしてくださっていたのも印象的でした。また、ゲームの後には写真撮影にも快く応じていただきました。

沖縄健康麻雀教室さん、ありがとうございました。沖縄でもマージャンを楽しみたいという方は、旅行の際などぜひお立ち寄りください。

（レポート：日本健康麻将協会理事長・田嶋智徳）



DATA
〒901-2214 沖縄県
宜野湾市我如古3-4-8
みどり屋食堂3階
TEL:098-894-7667
駐車場あり
毎週火～土曜16時～
毎週日曜 13時～
全10卓 教室参加料
1時間500円

※今月の『ルール・マナーのお問い合わせから』はお休みいたします。

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	
7月1日	成瀬 順子	四暗刻		NPO法人 健康麻雀コミュニティの会	
	鈴木 秀八	大三元	両国	両国カルチャースクール かぼちゃ倶楽部	
	宮崎 信雄	四暗刻		サロン・イージャン	
7月2日	田中 久喜	国士無双	千代田統括	ガラパゴス神保町	
	高 寿子	四暗刻	杉並統括	杉並いきいき	
	横山 敦	大三元	両国	両国カルチャースクール かぼちゃ倶楽部	
	田中 武人	国士無双	三鷹	健康麻将MTKフレンズ	
	野島 加代子	国士無双	横浜統括	横浜健康麻将同好会	
7月3日	押川 節	四暗刻	千代田統括	ガラパゴス神保町	
	安田 菜摘	国士無双	高田馬場	ガラパゴス高田馬場	
	堀田 和子	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	
	茂木 隆一	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	
	山田 祐三	国士無双	厚木中町	よつば会	
	関根 幸子	四暗刻	厚木中町	よつば会	
	中川 満寿男	字一色		雀荘 華	
	小野 良子	大三元	岡山	岡山健康マージャン協会	
	奥野 恒晴	四暗刻		いでがみ	
	林 道子	大三元、四暗刻	高田馬場	ガラパゴス高田馬場	
7月4日	金山 恒久	四暗刻	墨田業平	墨田健康麻将サロン	
	鈴木 武	大三元	千代田有楽町	錦江荘	
	柳田 通子	大三元	下北沢	禁煙健康マージャン まーすた下北沢店	
7月5日	小倉 周史	大三元		NPO法人 健康麻雀コミュニティの会	
	遠藤 清市	四暗刻	横浜統括	横浜健康麻将同好会	
	田代 則子	大三元	横浜統括	横浜健康麻将同好会	
7月6日	小町 英二	国士無双	東久留米	東久留米いきいき健康マージャンクラブ	
	各務 士朗	四暗刻	厚木中町	よつば会	
7月7日	梶原 健治	四暗刻(単騎)	厚木中町	よつば会	
	竹本 街子	小四喜	千代田統括	ガラパゴス神保町	
	野澤 洋子	天和	杉並統括	杉並いきいき	
	原 聡	国士無双	下北沢	禁煙健康マージャン まーすた下北沢店	
	鳥井 翔太	国士無双(13面待ち)	下北沢	禁煙健康マージャン まーすた下北沢店	
	古川 和明	四暗刻	両国	両国カルチャースクール かぼちゃ倶楽部	
	高梨 大志	国士無双(13面待ち)	両国	両国カルチャースクール かぼちゃ倶楽部	
	秋元 ゆき子	四暗刻	東村山	麻雀サロン 園	
	前山 順孝	大三元	東村山	麻雀サロン 園	
	小原 成子	四暗刻		まあじゃん海	
7月8日	若槻 百合子	国士無双	長野末広	麻雀クラブ天心	
	土門 由利子	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	
	藤木 美枝子	国士無双		アルカンシェル静岡	
7月9日	小林 光江	四暗刻	高田馬場	ガラパゴス高田馬場	
	北尾 真希子	大三元	高田馬場	ガラパゴス高田馬場	
	谷向 直美	国士無双	杉並統括	杉並いきいき	
	真壁 正和	国士無双	下北沢	禁煙健康マージャン まーすた下北沢店	
	小林 勇	四暗刻	下北沢	禁煙健康マージャン まーすた下北沢店	
	秋元 ゆき子	大三元	東村山	麻雀サロン 園	
	永岡 照美	四暗刻	千代田統括	ガラパゴス神保町	
	クワハラ ヒロシ	四暗刻	高田馬場	ガラパゴス高田馬場	
	戸塚 紀子	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	
	大澤 富士江	四暗刻	厚木中町	よつば会	
7月10日	高宮 早苗	大三元	厚木中町	よつば会	
	武田 ケイ子	国士無双	杉並統括	杉並いきいき	
	吉原 国夫	大三元	墨田健康麻将サロン	墨田健康麻将サロン	
7月11日	大松 一彦	国士無双	東村山	麻雀サロン 園	
	結城 聰一	国士無双	埼玉越谷	越谷ジャン	
	松岡 憲夫	四暗刻	長野末広	麻雀クラブ天心	
7月12日	矢作 正子	四暗刻	千代田統括	ガラパゴス神保町	
	鈴木 法子	大三元	千代田統括	ガラパゴス神保町	
	花季 藤子	国士無双	両国	両国カルチャースクール かぼちゃ倶楽部	
	小室 秀夫	小四喜	両国	両国カルチャースクール かぼちゃ倶楽部	
	リンチュンミン	四暗刻	両国	両国カルチャースクール かぼちゃ倶楽部	
	高梨 大志	国士無双	両国	両国カルチャースクール かぼちゃ倶楽部	
	土門 由利子	国士無双	東久留米	東久留米いきいき健康マージャンクラブ	
	横尾 隆人	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	
	倉本 定男	四暗刻	雀荘 華		
	江口 淳一	国士無双	両国	両国カルチャースクール かぼちゃ倶楽部	
7月13日	奥田 雅彦	四暗刻	両国	両国カルチャースクール かぼちゃ倶楽部	
	石井 雅夫	四暗刻	厚木中町	よつば会	
	松井 弘明	国士無双	愛知岡崎	牌館	
	大倉 大	大三元	岡山	岡山健康マージャン協会	
	武田 ケイ子	大三元	杉並統括	杉並いきいき	
7月14日	田中 三恵子	四暗刻	両国	両国カルチャースクール かぼちゃ倶楽部	
	増尾 和美	四暗刻	長野末広	麻雀クラブ天心	
	山本 秀夫	四暗刻	長野末広	麻雀クラブ天心	
7月15日	入村 肇子	四暗刻	高田馬場	ガラパゴス高田馬場	
	幸田 洋子	四暗刻		雀荘 華	
	江澤 俊明	四暗刻	両国	両国カルチャースクール かぼちゃ倶楽部	
7月16日	曾根 健治	国士無双	横浜統括	横浜健康麻将同好会	
	岡本 芳江	字一色、小四喜	愛知岡崎	牌館	
	江口 雅人	大三元	長野末広	麻雀クラブ天心	
7月17日	岸 京子	大三元		まあじゃん海	
	小磯 明美	四暗刻	厚木中町	よつば会	
	背戸 貞昭	四暗刻		雀荘 華	
	小林 光江	四暗刻	高田馬場	ガラパゴス高田馬場	
	井出 富士子	大三元	高田馬場	ガラパゴス高田馬場	
7月18日	森田 英之	大三元	高田馬場	ガラパゴス高田馬場	
	鶴 和磨	国士無双	高田馬場	ガラパゴス高田馬場	
	鍋木 興司	四暗刻	高田馬場	ガラパゴス高田馬場	
	今堀 名美江	国士無双	杉並統括	杉並いきいき	
	山澤 照子	大三元	品川	品川区いきいき健康マージャン広場	
	松本 勝彦	国士無双		NPO法人 健康麻雀コミュニティの会	
	江澤 俊明	国士無双	両国	両国カルチャースクール かぼちゃ倶楽部	
	藤波 和代	字一色	両国	両国カルチャースクール かぼちゃ倶楽部	
	大久保 国男	四暗刻(単騎)		サロン・イージャン	
	大石 康信	四暗刻	高田馬場	ガラパゴス高田馬場	
7月19日	リンチュンミン	国士無双	両国	両国カルチャースクール かぼちゃ倶楽部	
	幸田 洋子	四暗刻		雀荘 華	
	葉山 美代子	国士無双		雀荘 華	
7月20日	矢内 瑞紀	国士無双	東村山	麻雀サロン 園	
	増井 博紀	小四喜	東久留米	東久留米いきいき健康マージャンクラブ	
	笹久保 ミツ	四暗刻	千代田統括	ガラパゴス神保町	
7月21日	野末 信一	四暗刻	千代田統括	ガラパゴス神保町	
	斉藤 一	四暗刻	千代田統括	ガラパゴス神保町	
	小林 祐一	国士無双	両国	両国カルチャースクール かぼちゃ倶楽部	
	田村 祐三郎	四暗刻	両国	両国カルチャースクール かぼちゃ倶楽部	
	井本 めぐみ	四暗刻	高田馬場	ガラパゴス高田馬場	
7月22日	金山 恒久	四暗刻(単騎)	墨田業平	墨田健康麻将サロン	
	望月 紀子	四暗刻	両国	両国カルチャースクール かぼちゃ倶楽部	
	佐々木 紀子	国士無双	三鷹	健康麻将MTKフレンズ	
7月23日	関根 幸子	国士無双	厚木中町	よつば会	
	大野 金枝	四暗刻	高田馬場	ガラパゴス高田馬場	
	平井 典子	四暗刻	杉並統括	杉並いきいき	
	本木 信	四暗刻	下北沢	禁煙健康マージャン まーすた下北沢店	
	島崎 幸夫	四暗刻(単騎)		NPO法人 健康麻雀コミュニティの会	
	菊池 旬子	四暗刻		NPO法人 健康麻雀コミュニティの会	
	花季 藤子	国士無双	両国	両国カルチャースクール かぼちゃ倶楽部	
	高梨 大志	国士無双	両国	両国カルチャースクール かぼちゃ倶楽部	
	近藤 稔雄	四暗刻	三鷹	健康麻将MTKフレンズ	
	永丘 光行	四暗刻	三鷹	健康麻将MTKフレンズ	
7月24日	小池 宏芳	国士無双	愛知岡崎	牌館	
	小島 盛男	大三元	長野末広	麻雀クラブ天心	
	磯山 勝夫	四暗刻	千代田統括	ガラパゴス神保町	
	小林 光江	大三元	高田馬場	ガラパゴス高田馬場	
	勝野 美津子	四暗刻	両国	両国カルチャースクール かぼちゃ倶楽部	

日付	氏名	役満名	支部名	会場名
7月24日	矢野 幸子	四暗刻	両国	両国カルチャースクール かぼちゃ倶楽部
	谷口 勝	四暗刻	横浜統括	横浜健康麻将同好会
	加藤 玉枝	大三元	杉並統括	杉並いきいき
7月25日	鎌水 てるえ	大四喜	下北沢	禁煙健康マージャン まーすた下北沢店
	齋藤 接子	大三元		NPO法人 健康麻雀コミュニティの会
	小林 昇	小四喜	両国	両国カルチャースクール かぼちゃ倶楽部
	渡辺 明美	四暗刻		アルカンシェル静岡
	金親 吉子	四暗刻		雀荘 華
	内山 勝	国士無双	千代田統括	ガラパゴス神保町
7月26日	富岡 田美子	字一色	高田馬場	ガラパゴス高田馬場
	太田 清久	四暗刻	品川	品川区いきいき健康マージャン広場
	五十嵐 佳子	小四喜		NPO法人 健康麻雀コミュニティの会
	古屋 光昭	四暗刻	両国	両国カルチャースクール かぼちゃ倶楽部
	岡野 正之	四暗刻	両国	両国カルチャースクール かぼちゃ倶楽部
	鈴木 正一	国士無双	横浜統括	横浜健康麻将同好会
7月27日	池 澄代	大三元	横浜統括	横浜健康麻将同好会
	館谷 恵美	大三元	下北沢	禁煙健康マージャン まーすた下北沢店
	若井 久美子	四暗刻	両国	両国カルチャースクール かぼちゃ倶楽部
	松本 均	小四喜	東久留米	東久留米いきいき健康マージャンクラブ
	大塚 義明	大三元	埼玉越谷	越谷ジャン
	佐藤 フユ	大三元	杉並統括	杉並いきいき
7月28日	小林 美幸	国士無双	横浜統括	横浜健康麻将同好会
	上水 光浩	小四喜	東久留米	東久留米いきいき健康マージャンクラブ
	増田 茂二	四暗刻		千葉幸町団地健康マージャンサークル
7月29日	小澤 省三	国士無双	厚木中町	よつば会
	佐藤 恵巳	四暗刻	厚木中町	よつば会
	田河 澄子	四暗刻	長崎大橋	いでがみ
7月30日	千田 和子	大三元	高田馬場	ガラパゴス高田馬場
	小泉 正徳	小四喜	両国	両国カルチャースクール かぼちゃ倶楽部
	浅尾 礼子	四暗刻	横浜統括	横浜健康麻将同好会
7月31日	小澤 弥生	大三元	品川	品川区いきいき健康マージャン広場
	矢野 公夫	四暗刻	両国	両国カルチャースクール かぼちゃ倶楽部
	門本 展子	四暗刻(単騎)		まあじゃん海
	小口 昌男	四暗刻	横浜統括	横浜健康麻将同好会

7月1日から31日までの期間に、全国の健康マージャン開催会場では、159の役満が出現している。

健康麻将全国オープン戦 優勝者					
日付	氏名	段位	総得点	支部	会場名
7月1日	柳沢 正利	初段	244,100		サロン・イージャン
7月2日	堀田 久喜		256,300	千代田統括	ガラパゴス神保町
7月3日	堀田 和子		295,600	東久留米	東久留米いきいき健康マージャンクラブ
7月4日	菊池 紀子		257,700	高田馬場	ガラパゴス高田馬場
7月5日	松岡 憲夫	九段	252,000	長野末広	麻雀クラブ天心
7月6日	古屋 光昭	五段	263,700	両国	両国カルチャースクール かぼちゃ倶楽部
7月7日	秋山 晃一	三段	232,500	東村山	麻雀サロン 園
7月8日	間宮 一		235,900	墨田業平	墨田健康麻将サロン
7月9日	田中 武人	二段	239,500	三鷹	健康麻将MTKフレンズ
7月10日	新井 五郎	初段	271,000	東久留米	東久留米いきいき健康マージャンクラブ
7月11日	藤原 千恵子		279,700	高田馬場	ガラパゴス高田馬場
7月12日	川尻 一恵	九段	249,000	長野末広	麻雀クラブ天心
7月13日	江口 淳一		270,700	両国	両国カルチャースクール かぼちゃ倶楽部
7月14日	伊藤 在重		253,600		まあじゃん海
7月15日	北澤 照夫	九段	273,400	長野末広	麻雀クラブ天心
7月16日	安田 豊		271,100	高田馬場	ガラパゴス高田馬場
7月17日	小林 圭二郎		269,200	千代田統括	ガラパゴス神保町
7月18日	安田 豊		269,700	高田馬場	ガラパゴス高田馬場
7月19日	佐藤 賢一		248,100	福島上町	麻雀しのぶ
7月20日	品田 佳倫		262,800	埼玉越谷	越谷ジャン
7月21日	斉藤 一		247,000	千代田統括	ガラパゴス神保町
7月22日	関根 幸子	二段	275,900	厚木中町	よつば会
7月23日	小池 祥弘	初段	238,600		アルカンシェル静岡
7月24日	勝野 美津子		277,900	両国	両国カルチャースクール かぼちゃ倶楽部
7月25日	結城 聰一	九段	250,400	埼玉越谷	越谷ジャン
7月26日	上田 康男		247,600	長野末広	麻雀クラブ天心
7月27日	遠藤 利夫	初段	249,600	東村山	麻雀サロン 園
7月28日	伊東 久子		246,100		真砂団地健康マージャンサークル
7月29日	小澤 省三	四段	291,700	厚木中町	よつば会
7月30日	本木 信		238,100	下北沢	禁煙健康マージャン まーすた下北沢店
7月31日	門本 展子		253,300		まあじゃん海

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

明治安田健康マージャンイベントに『サザエさん』とコラボした新グッズが登場

当協会では2024年3月より明治安田と包括パートナーシップ協定を締結し、全国各地で同社との健康マージャンイベント（経験者を対象とした“大会”、未経験者を対象とした“教室”）を開催、監修しております。2024年度は全国144カ所で約5000人の参加がありました。

2025年度も引き続き全国で開催中のこのイベントに、9月までの期間限定で新しいグッズが登場します。国民的アニメ『サザエさん』とコラボした“うちわ”で、表面にはおなじみ波平さんとマスオさんが卓を囲んでいるイラストが描かれているほか、裏面にはおもな手役一覧も掲載。対局中に扇いで涼をとりつつ、役の確認ができるようになっています。

明治安田の健康マージャンイベントは、認知症、フレイル予防への効果や地域コミュニティの活性化などが期待されるものとして、同社の“みんなの健活プロジェクト”、および“地元の元気プロジェクト”の一環としても実施中。実際のイベントの様子や参加者の声などは、同社のホームページでも紹介されています。

当協会では今後も明治安田さまととともに、健康的な頭脳スポーツである健康マージャンを通じて皆さまの健康作り、そして多世代間交流に貢献してまいります。

©長谷川町子美術館



コラム

木製の手作り牌から80年前に思いを馳せる



3 p や 7 p や 8 s の向き白の枠

7月22日(火)、長野県の明治安田松本支社主催による教室が開催されました。会場は富山県との県境、黒部ダムに近いリゾートホテル。その開始を前に、松本支社長の緒方さまからお声掛けいただき、拝見したのが写真にある木製の手作り牌です。

なんでも、支社の職員の方のお父さまが自作されたものなのだそうです。

牌だけではなく、収納する箱もていねいに作られていました。箱の中には牌が7枚×5枚×4段で

隙間なく入っており（予備牌4枚も含む）、点棒が収められるスペースも。さらにスライド式の蓋もついていて、まるで高価な漆器や磁器のために作られたかのような美しさを感じました。

牌を見ると筒子の3、7、8、索子の1、8の絵柄や、中国牌のように白に枠がついていることに目を引かれます。また、点棒はその太さで価値が変わるように作られていて、とても分かりやすいものでした。比較的太めの点棒に“五百”と書いてあるのを見て、現代では欠かせなくなった500点棒



素晴らしい造りの箱



中国の古い牌を連想させるイーソー

の先取りかと、ふと思ってしまったのですが、すぐに現行のルール5000点棒に相当するものであることに気づきました。

この牌を作製された方は、ご存命であれば100歳を超えており、作ったのは約80年前とのこと。当時は場ゾロなしのアルシアルルールが主流（最低のアガリ点数は22は20・40で計80点）。戦後のインフレルールが浸透するまで、現在の点棒は10分の1の数を表していたのです。

今年で終戦から80年。戦時中、あるいは戦後まもないころに作成された牌だと思われますが、どのように使われていたのか、想像が膨らみます。日本では、太平洋戦争が始まるとマージャンは敵性遊戯として弾圧対象となっていきま



太さで価値を示す点棒

した。この牌は、戦時中、マージャンが大好きな方が仲間うちで楽しむために作ったものだったのか、あるいは戦後まもないころだとしたら、数少なくなったマージャンができるサロンも焼け落ち、それでも遊べるようにと自作されたものだったのか……。

どちらにしても現在のようにネットで検索したら、マージャン牌の画像が出てくるような時代の話ではありません。完成させて遊ぶことを楽しみに、ていねいに作られたことでしょう。

たしかこんな感じの模様だったはず、とわくわくしながら木を彫る。とても、いいものを拝見しました。

（レポート：日本健康麻将協会事務局・戸構 亮）