

**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

10月号 第263号

◆主な内容

- 1面 第4回 世界ウエルネスマージャン大会が広島で開催
- 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 第11回いきいき健康マージャン交流大会が開催／五反田子ども健康麻将教室レポート

**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！**

## 第4回 世界ウエルネスマージャン大会が広島で開催

9月18日（木）、広島国際会議場にて“第4回世界ウエルネスマージャン大会in広島”が開催されました。この大会は、日本ウエルネスマージャン連盟ファウンダーでもある当協会の田邊恵三名誉会長が、長年の日中交流から世界交流へと舵を切って2019年に第1回大会を中華人民共和国の成都市で行ったのが始まりで、コロナ禍を経て2023年に再開されました。第2回は成都、第3回は2024年にアメリカ合衆国・ロサンゼルス市と会場を移し、今年は日本（広島）が舞台となりました。

参加したのはアメリカ、中国、韓国、日本の各国より選抜された64名の選手たち。ウエルネスマージャンルールによる全3回戦の熱戦がくり広げられました。

今回は開催地・広島にちなんだ特別ルールを採用。“ダマ聴の平和”が2翻役になるうえ、アガるごとに1枚につき素点に2000点が加算される“平和カード”をもらえることに。さらに素点合計の優勝者に加え、この“平和カード”を一番多く集めた方にも“平和賞”が贈られるというものです。選手たちもふたつの賞を目指し、楽しみながらも真剣に卓を囲んでいました。また、大会終了後はレセプションが開催され、緊張から解き放たれた選手たちが豪華な食事に舌鼓を打っていました。

大会の審判長は日本健康麻将協会開催会場である、広島“健康麻将「風鈴」”のオーナー佐伯茂さん（さしきしげる）さんが務められ、大会会長で当協会の初代表で

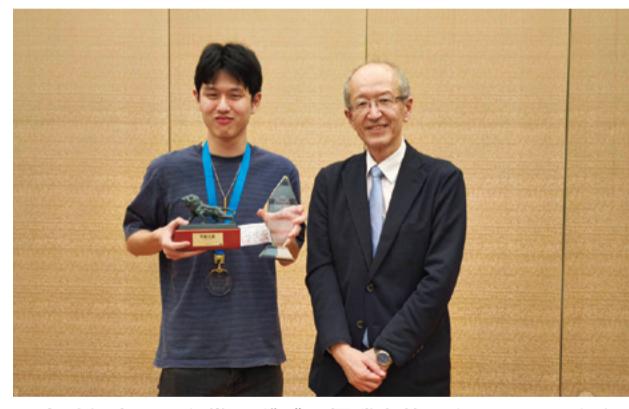


▲真剣勝負の中、マージャンという競技をしっかりと楽しんでいた選手の皆さん



あり現名誉会員の井出洋介さん、司会進行のフリーアナウンサー・奥平邦彦さんとともに大会を盛り上げてくださいました。また、歌手・女優の加藤登紀子さん、旧皇族・朝香宮家当主の朝香誠彦さん、元オリンピック金メダリストで参議院議員の鈴木大地さんと、大会アンバサダーにはそうそうたるメンバーの名前も。さらに、サントリー・ヘルスさまにもご協賛いただきました。

優勝は、東京から参加の麻雀YouTuberで第18代天鳳位のヨーテルさん。合計得点賞+平和大賞



▲合計得点、平和賞のダブル優勝を飾ったヨーテルさん。  
大会会長の井出洋介さんと



▲ヨーテルさんを含む上位入賞の皆さん

のダブル優勝を勝ち取りました。スピーチでは、ご自身が「五反田の子ども教室や健康マージャンで育った」というコメントも。健康マージャンは高齢者だけではなく、ヨーテルさんのような若者など多くの年代の方に楽しめていることが改めて証明され、感慨深いものがありました。優勝おめでとうございました。

来賓には中国・重慶にある麻雀博物館のオーナーがいらっしゃっておられましたが、第5回大会は重慶で開催予定とのことです。本紙読者の皆さん、興味があればぜひご参加ください。

（レポート：日本健康麻将協会理事長・田嶋智徳）



▲対局後は立食形式のレセプションが開かれました

# 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！

## 祝！役満達成

9月4日(木)、両国かぼちゃ俱楽部にて山下亨さんが役満を達成されました。なんと“純正”九蓮宝灯！しかも九マンで見事に出アガリされたそうです。

純正九蓮宝灯は、人生で一度お目にかかるかどうか、というくらいのレアな役と言われています。おめでとうございます！



## 月間順位ポイントランキング

### 2025年8月 ベスト10位発表！

1位	菊池 利幸	(健麻コミュニティ)	九段	720
2位	清水 正夫	(シルバー)		590
3位	松岡 憲夫	(天心)	九段	550
4位	加藤 敦夫	(両国かぼちゃ)		550
5位	木村 芳樹	(しのぶ)		510
6位	中 和雄	(シルバー)	七段	480
7位	諫山 修二	(杉並いきいき)	九段	480
8位	磯 洋子	(ガラパゴス高田馬場)	二段	480
9位	和田 吉秀	(よつば会)	九段	470
10位	安田 豊	(ガラパゴス高田馬場)		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

日本健康麻将協会HPの投稿コーナー“今日の何切る？”から1問をピックアップし、識者からの見解を紹介するこのコーナー。今月は鹿児島市の健康マージャン教室 レッドに勤務されている雨宮希望さまに見解をいただきました。

健康マージャン教室 レッドは、日本健康麻将協会に加盟している鹿児島県初の健康麻将開催会場となっており、月曜～土曜まで健康マージャン、マージャン教室などで盛り上がっています。若手のスタッフが多く、10以上のマージャン卓が並ぶ広々としたスペースも魅力。参加者のレベルに合わせたさまざまなコンテンツを楽しみに、たくさんの愛好者が集う会場となっております。鹿児島で健康マージャンを体験したい方は、ぜひご来場ください。



### 雨宮希望さんの見解：切り

「皆さまこんにちは。

打 とします。テンパイへの受け入れは19枚ともっとも多く、マンズのカンチャンが埋まれば ・ の（やや出やすいと思われる）端にかかった変則3面待ちでリーチが可能です。ほかの選択肢にもそれ良さはありますが、最終的にはマンズの形をスッキリさせたい牌姿なので、それをもっとも実現しやすい を選びました」

雨宮さんありがとうございます。

この問題では、ピンズの側はすぐにでも2メンツを作れそうですが、マンズの形が悩ましいですね。 のトイツがあるせいでタンヤオには移行しづらく、 が4枚あってカンをすることも考えざるを得ず、さらにカンチャンだらけ（奇数の牌しかない！）と、どこから手を付けたらいいのか、判断が分かれるところだと考えられます。

捨てる候補は 、、、、 など、スタッフのあいだでもさまざまな意見が飛び交っていました。

皆さんは何を切れますか？

## おくやみ

株式会社ささき商事、佐々木覺会長はかねてより病気療養中とのことでしたが、8月29日（金）に亡くなられました。81歳でした。

佐々木会長には、健康マージャンの普及活動を通じて社会への貢献を目指す当協会の活動に深いご理解をいただき、当協会の設立間もないころから長きにわたって多大なご支援、ご協力を賜りました。

当協会がお力添えいただいた活動は多岐にわたっており、そのひとつひとつをすべてお伝えすることは難しいのですが、とくに1年最大のイベントであ

る春の健康麻将祭においては毎年多くの自動卓の提供、設置などにご尽力いただいておりました。また、マージャン卓のディーラーとしての専門分野だけではなく、家族ふれあい健康麻将大会では「参加する子どもたちに喜んでもらえたら」とジュースなど飲みものを無償でご提供くださったり、不慣れな当協会スタッフに代わって看板などの作成を請け負ってくださったりと、細やかなお心遣いもいただいておりました。

謹んでお悔やみ申し上げます。

一般社団法人日本健康麻将協会  
会長 斎藤 正

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	
8月1日	野口 隆雄	清老頭	墨田業平	墨田健康麻将サロン	
	菊池 利幸	國士無双		NPO法人 健康麻雀コミュニティの会	
	柳沢 正利	四暗刻		サロン・イージャン	
	秋山 晃一	四暗刻	東村山	麻雀サロン 園	
8月2日	中 和雄	國士無双	横浜統括	横浜健康麻将同好会	
	原田 春夫	四暗刻		麻雀クラブ 天心	
	手島 三代子	四暗刻		麻雀クラブ 天心	
	田中 千裕	國士無双	高田馬場	ガラバゴス高田馬場	
8月3日	岩垂 昭	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	
	宮地 りみ子	四暗刻	下北沢	禁煙健康マージャン まーすた下北沢店	
	斎藤 春仁	四暗刻	下北沢	禁煙健康マージャン まーすた下北沢店	
	横尾 勝	大三元	両国	両国カルチャースクール かぼちゃ俱楽部	
8月4日	古東 成美	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	
	福井 里美	四暗刻	厚木中町	よつば会	
	長谷川 歩	四暗刻	岡山	岡山健康マージャン協会	
	竹本 街子	四暗刻	千代田統括	ガラバゴス神保町	
8月5日	猪越 玲子	四暗刻(単騎)	千代田統括	ガラバゴス神保町	
	倉松 悅男	四暗刻	池袋	麻雀エイト	
	塩川 克俊	四暗刻		両国カルチャースクール かぼちゃ俱楽部	
	保坂 秀房	大三元	両国	両国カルチャースクール かぼちゃ俱楽部	
8月6日	高柳 裕	四暗刻		NPO法人 健康麻雀コミュニティの会	
	清水 雅彦	國士無双	三鷹	健康麻将MTKフレンズ	
	濱本 三千代	國士無双		まあじゅん海	
	藤田 千香子	國士無双	厚木中町	よつば会	
8月7日	高宮 早苗	四暗刻	厚木中町	よつば会	
	佐藤 昌一	大三元	厚木中町	よつば会	
	増喜 早智子	地和	長崎大橋	いでがみ	
	安田 豊	大三元	高田馬場	ガラバゴス高田馬場	
8月8日	鈴木 和彦	國士無双	高田馬場	ガラバゴス高田馬場	
	高梨 大志	國士無双	両国	両国カルチャースクール かぼちゃ俱楽部	
	遠藤 清市	四暗刻	横浜統括	横浜健康麻将同好会	
	山浦 通子	大三元	高田馬場	ガラバゴス高田馬場	
8月9日	木村 昭子	四暗刻	杉並統括	杉並いきいき	
	矢野 公夫	四暗刻	両国	両国カルチャースクール かぼちゃ俱楽部	
	井上 裕二	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	
	平塚 順郎	四暗刻	横浜統括	横浜健康麻将同好会	
8月10日	増渕 竜治	四暗刻	厚木中町	よつば会	
	小林 信隆	國士無双	厚木中町	よつば会	
	鈴木 俊之	小四喜		アルカンシェル静岡	
	西田 保美	四暗刻	高田馬場	ガラバゴス高田馬場	
8月11日	篠崎 俊一	大三元	杉並統括	杉並いきいき	
	山本 都也子	國士無双	千代田有楽町	錦江荘	
	松原 亜季	四暗刻	両国	両国カルチャースクール かぼちゃ俱楽部	
	清水 祐子	國士無双	両国	両国カルチャースクール かぼちゃ俱楽部	
8月12日	中 和雄	國士無双	横浜統括	横浜健康麻将同好会	
	井村 篤子	字一色	横浜統括	横浜健康麻将同好会	
	波形 春男	國士無双	埼玉越谷	越谷ジャン	
	藤田 美里	國士無双	埼玉越谷	越谷ジャン	
8月13日	松岡 憲夫	四暗刻	長野未広	麻雀クラブ 天心	
	手島 三代子	四暗刻	長野未広	麻雀クラブ 天心	
	新谷 満	國士無双	長野未広	麻雀クラブ 天心	
	千葉 富美子	小四喜	高田馬場	ガラバゴス高田馬場	
8月14日	柳原 正人	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	
	猫 西	大三元		さくら健康マージャン	
	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	
	阿部 真由美	四暗刻	厚木中町	よつば会	
8月15日	小木曾 八郎	四暗刻	愛知岡崎	牌館	
	六波羅 弘	四暗刻	両国	両国カルチャースクール かぼちゃ俱楽部	
	青木 忠司	國士無双	東村山	麻雀サロン 園	
	太田 敏子	四暗刻	横浜統括	横浜健康麻将同好会	
8月16日	河村 さゆり	大三元		雀荘 華	
	青山 一二三	大三元	三鷹	健康麻将MTKフレンズ	
	川井 朋子	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	
	寺田 イネ子	大三元	千葉幸町団地健康マージャンサークル		
8月17日	安田 豊	四暗刻	高田馬場	ガラバゴス高田馬場	
	小林 仁	四暗刻	両国	両国カルチャースクール かぼちゃ俱楽部	
	磯 洋子	綠一色	千代田統括	ガラバゴス神保町	
	塚田 喜美江	四暗刻	品川	日本健康麻将協会五反田ふれあい研修サロン	
8月18日	堀田 和子	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	
	宮崎 裕人	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	
	長谷川 純	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	
	立川 勝二	國士無双	横浜統括	横浜健康麻将同好会	
8月19日	上岡 保彦	大三元	岡山	岡山健康マージャン協会	
	岡 芳雄	大三元	池袋	麻雀エイト	
	竹石 英治	國士無双	両国	両国カルチャースクール かぼちゃ俱楽部	
	中 和雄	四暗刻	横浜統括	横浜健康麻将同好会	
8月20日	渡部 友恵	國士無双		雀荘 華	
	葉山 美代子	四暗刻		雀荘 華	
	戸国 寛子	國士無双	下北沢	禁煙健康マージャン まーすた下北沢店	
	宮田 芳子	四暗刻	東村山	麻雀サロン 園	
8月21日	青山 一二三	小四喜	東村山	麻雀サロン 園	
	武山 誠一	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	
	佐藤 久光	四暗刻	厚木中町	よつば会	
	今井 恒安	國士無双	両国	両国カルチャースクール かぼちゃ俱楽部	
8月22日	吉村 茜三	國士無双	東村山	麻雀サロン 園	
	堺 信子	大三元	横浜統括	横浜健康麻将同好会	
	谷向 雅美	四暗刻	長野未広	麻雀クラブ 天心	
	江 勝弘	國士無双	品川	品川区いきいき健康マージャン広場	
8月23日	伊藤 篤郎	國士無双		NPO法人 健康麻雀コミュニティの会	
	齋藤 知彦	四暗刻	両国	両国カルチャースクール かぼちゃ俱楽部	
	清水 雅彦	四暗刻	三鷹	健康麻将MTKフレンズ	
	中澤 一雄	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	
8月24日	浦 賢一郎	四暗刻	厚木中町	よつば会	
	玉利 俊郎	國士無双	厚木中町	よつば会	
	江口 壱美子	大三元	千代田統括	ガラバゴス神保町	
	吉川 美代子	四暗刻	高田馬場	ガラバゴス高田馬場	
8月25日	黒岩 尋子	大四喜	下北沢	禁煙健康マージャン まーすた下北沢店	
	小貴 伸一	四暗刻	下北沢	禁煙健康マージャン まーすた下北沢店	
	金綱 由紀恵	大三元	両国	両国カルチャースクール かぼちゃ俱楽部	
	手島 克義	國士無双	両国	両国カルチャースクール かぼちゃ俱楽部	
8月26日	伊藤 昌之助	字一色	東村山	麻雀サロン 園	
	友野 和子	大三元	横浜統括	横浜健康麻将同好会	
	荒井 みどり	四暗刻		アルカンシェル静岡	
	加納 和子	大三元	愛知岡崎	牌館	
8月27日	磯 洋子	大三元	千代田統括	ガラバゴス神保町	
	大野 恵児	國士無双	高田馬場	ガラバゴス高田馬場	
	木下 幸美	大三元	高田馬場	ガラバゴス高田馬場	
	内山 誠一郎	四暗刻	品川	日本健康麻将協会五反田ふれあい研修サロン	
8月28日	岡田 孝一	四暗刻	両国	両国カルチャースクール かぼちゃ俱楽部	
	友野 和子	四暗刻	横浜統括	横浜健康麻将同好会	
	増渕 竜治	四暗刻	厚木中町	よつば会	
	南條 公男	四暗刻	厚木中町	よつば会	
8月29日	倉本 定男	大三元	雀荘 華		
	三井田 洋子	四暗刻		NPO法人 健康麻雀コミュニティの会	
	中 和雄	國士無双	横浜統括	横浜健康麻将同好会	
	若槻 百合子	四暗刻	長野未広	麻雀クラブ 天心	
8月30日	田中 千裕	國士無双	高田馬場	ガラバゴス高田馬場	
	安井 一彦	四暗刻		NPO法人 健康麻雀コミュニティの会	

日付	氏名	役満名	支部名	会場名
8月23日	高橋 高	四暗刻	両国	両国カルチャースクール かぼちゃ俱楽部
	新井 五郎	四暗刻(単騎)	東久留米	東久留米いきいき健康マージャンクラブ
	木谷 雄一	國士無双	横浜統括	横浜健康麻将同好会
8月24日	斎藤 好乃	大三元	下北沢	禁煙健康マージャン まーすた下北沢店
	博松 宏幸	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
8月25日	阿部 スミ子	四暗刻	品川	品川区いきいき健康マージャン広場
	戸松 三樹子	國士無双	品川	品川区いきいき健康マージャン広場

### 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

### 第11回いきいき健康マージャン交流大会が開催

9月15日（月・祝）、東京都千代田区・竹橋のKKR HOTEL TOKYOにて、千代田区社会福祉協議会さま主催の健康マージャン大会“いきいき健康マージャン交流大会”が開催されました。この催しは毎年恒例のもので、当協会もいつもお手伝いさせていただいております。また、当協会とともに東京都麻雀協同組合さま、健康麻将全国会さまが運営に携わっています。

会場となるホテルのすばらしい眺めを堪能できるすてきなロケーションの中、3半荘の対局と、



井出洋介さんによるワンポイントレッスン、さらにはランチとしてホテルの高級サンドウィッチ+コーヒーも込みで、参加費3000円はとてもリーズナブルだと思いました（なお、参加資格は千代田区内在住で60歳以上の方に限ります）。じつは千代田区社会福祉協議会さまは毎年、区内在住の初心者向けに健康マージャン教室を複数の会場で開講していて、この大会は教室を受講した生徒の皆さん

の最後の目標になっています。一からマージャンを学んで、その成果を大会で試すというのはい

い流れですね。

実際、覚えたての方が毎年数多く参加されていて、年を追うごとにより楽しく和やかになってきているという印象があります。また、マンガンをアガると井出洋介さんのイラストが入ったおいしいクッキーがプレゼントされるとなつて、会場のあちらこちらで「マンガン！」とうれしそうな声が響いていました。笑顔が絶えない光景は、私たちも運営していてうれしい限りです。

なお、優勝は大北国義さん、準優勝は牧野照子さん。3位には藤田隆彦さんがそれぞれ入られました。おめでと



うございます。今後もこのような行政積極参加型の大会が全国に広がっていくよう、当協会もより活動に力を入れていきたいと考えております。  
(レポート：日本健康麻将協会理事長・田嶋智徳)

### 毎月第2日曜日開講！五反田子ども健康麻将教室レポート

9月14日（日）、東京都品川区・五反田にある日本健康麻将協会研修サロンで“子ども健康麻将教室”が開催。この日は最大で5卓が立ち、小学生～高校生の少年世代に加え、（小学生の）保護者やボランティアスタッフ、講師も入り幅広い世代が混ざって健康麻将を楽しんでいました。

参加者の世代はさまざまながら会話も多く、和気あいあいと楽しそう。点数計算や取り出しなどの作法に不慣れだったり、牌山まで手が届かないような子どもたちには、スタッフだけでなく年上のお兄さんたちが進んでサポートしてあげたりするなど、とてもいい雰囲気でした。また、毎回たっぷりとお菓子が用意されていて、それも楽しみにして来ているお子さんもいらっしゃるようです。

この教室は27年前に誕生。10年ほど前からは当協会の事業として開催されるようになりました。2019年末より世界を襲ったコロナ禍の影響

で一時は開催の危機が訪れます。2023年の五類感染症変更で自粛ムードが薄れてきたことを機に内容をリニューアル。その後のマージャンブームにも後押しされ、いまでは毎回20～30人ほどが参加してくれるとのこと。

開催日時は毎月第2日曜日の12時～16時。会費は小学生（※保護者の同伴が必要）から高校生までは無料。そしてルールの習熟度に合わせて3つのコースが用意されています。ルールをひとり把握している方が対象となる“麻将コース”、まったく初めての方が対象の“はじめてコース”、そして役や点数計算を教わりたい方は“初級コース”。保護者の方も、席に余裕があれば各コース参加可能となっています。

スタッフは当協会レッスンプロの資格所持者を含め、毎回5人ほど参加しています。基本的には予約いただくようになっておりますが、もし初めての人がいきなり会場にいらっしゃってもなるべく対応すること。なお、もっと多くの方が参加している“麻将コース”は12時～、13時～……と、1時間区切りで全4回戦開催されます。

この日本健康麻将協会研修サロンでは、ほかにも毎月第2土曜日に視覚障害者の方々を対象とした“点牌教室”も開催しているなど、さまざまな層に向けて健康麻将の普及を目指しています。興味のある方は、お気軽にお問い合わせください。

#### 子ども健康麻将教室

日時：毎月第2日曜日 12時～16時

会場：五反田「日本健康麻将協会研修サロン」

東京都品川区西五反田2-4-2

東海ビル2階奥

電話：03-5496-5840（平日11時～16時）

会費：小学生から高校生まで無料 ※小学生までは

保護者がいっしょにいらしてください

講師：土屋政士、小林英夫



▲1回戦から役満・四暗刻が飛び出し、大いに盛り上がっていました



▲教室は毎回大賑わい。対局には全自动卓を使用しています



▲さまざまな世代が同じフィールドで楽しめるのも麻将の魅力