



**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](mailto:info@kenko-mahjong.com)

**12**月号 第265号

◆主な内容

- 1面 ながさきピース文化祭2025 全日本健康マージャン交流大会レポート
- 2面 第38回全国健康福祉祭埼玉大会ねんりんピック 彩の国さいたま2026 健康マージャンリハーサル大会 大盛況のもと開催！
- 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 東京新聞主催 サントリーオメガエイドプラス協賛 健康マージャン体験会が開催されました！

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！

## ながさきピース文化祭2025 全日本健康マージャン交流大会レポート 全国から408人の選手が集まり大盛況！

全国規模の文化の祭典で、1986年から毎年各県持ち回りで開催されている国民文化祭／全国障害者芸術・文化祭が、2025年は長崎県で開催されました。

この“ながさきピース文化祭2025”の交流事業のひとつとして、全日本健康マージャン交流大会が11月15日（土）、16日（日）に実施。2018年に正式種目となってから、8回目の開催となります。

会場の長崎駅前・出島メッセコンベンションホールには、なんと102もの自動卓が用意されました。そこに各都道府県から選抜された選手および8名の豪華招待プロが参加し、その数じつに408名。下は9歳から上は95歳までの老若男女が一堂に会し、競い合いました。



初日はペア戦、2日目は個人戦で、ペア戦では協会開催加盟店の沖縄健康マージャン教室から参戦の長野隼也さん、吉田育郎さんペアが見事に優勝。ほかにも加盟店勢から広島風鈴の浜崎信吾さん、ひなたさんの親子ペアが3位に入賞しています。個人戦は徳島県の魚野宰弘さんが大きいトップを4回重ね、各方面で活躍中の招待プロ勢も退けて優勝。

大会では個人戦とペア戦の総合成績も集計され、優勝が沖縄県の安里静龍さん、準優勝がペア戦優勝の長野さん、3位はペア戦3位の浜崎信吾さん。協会開催加盟店勢が大活躍を見せてくれて、私も理事長としてとても誇らしい気持ちでした。



なお、本大会で最年少ペアとして参加していた双子の横内さん姉妹は、五反田子ども健康麻将教室でも腕を磨いているそうです。そんな中、初日のペア戦では204ペア中54位と全国の強豪に混ざってすばらしい成績を挙げており、将来も楽しみですね。



視覚障害のある宮城正、好子さん夫妻には今回も参加していただきました。全盲なので、牌に点字シールを貼り、スタッフがサポートも行いながら競技に参加されていました。同卓した選手の皆さまは本当に温かい方ばかりで、スタッフもとても助けられました。



また、明治安田長崎支社様、BEAST X様にもご協賛いただき、大会の格も一段と上がったのではないかと感じています。また、BEAST Xからは誰でも参加できる“ふれあい対局”に鈴木大介プロ、東城りおプロにもゲストとしてご参加いただきました。

この大会の様子はNHKニュースでも取り上げられており、健康マージャンの認知度や需要も毎年高まっていると感じられました。日本健康麻将協会の長きにわたる活動が社会に認められて、私たちもうれしく思っています。

遠くまでご参加いただいた皆さま、本当にありがとうございました。次回の国民文化祭は高知での開催となります。どうぞよろしくお願ひいたします。



（レポート：日本健康麻将協会理事長・田嶋智徳）

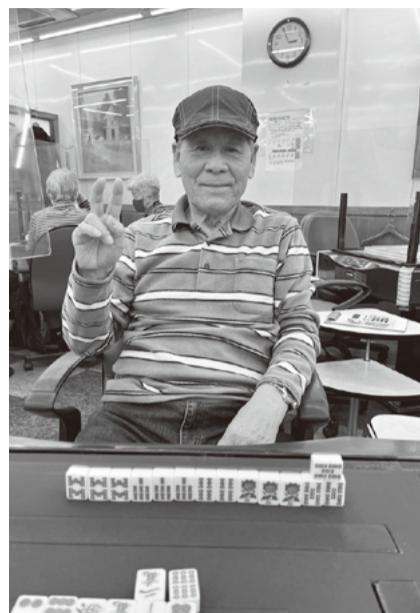
# 人生100年時代 長寿社会 健康寿命の延伸をサポートする健康マージャン！

## 祝！役満達成

11月14日（金）、東京都東村山市の麻雀サロン園にて吉村菱三さんが役満・四暗刻を達成されました。

しかも清一色のオマケつき。四暗刻は役満の中でも成就しやすい役ではありますが、清一色も同時に希少価値がグンと跳ね上がりますよね。

達成、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10月 ベスト10位発表！

1位	清水 正夫（シルバー）	590
2位	飯田 正（ガラパゴス神保町）	560
3位	上田 勇吉（園）	540
4位	宮崎 信雄（イージャン）	520
5位	小澤 清一（シルバー）	510
6位	染谷 俊江（ガラパゴス神保町）	490
7位	菅原 泰道（いでがみ）	490
8位	中 和雄（シルバー）	480
9位	北澤 照夫（天心）	480
10位	中村 弘道（天心）	480

※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。

## 第38回全国健康福祉祭埼玉大会 ねんりんピック 彩の国さいたま2026 健康マージャンリハーサル大会 大盛況のもと開催！

ねんりんピック彩の国さいたま2026健康マージャン交流大会は来年、令和8年11月8日（日）・9日（月）の2日間にわたり開催を予定しております。

先日11月2日（日）、来年の大会に向けたイベントとして、健康マージャンリハーサル大会が開催されました。会場は本大会が開催される川口市立



菅原千瑛プロ



浅井堂岐プロ

戸塚スポーツセンター。

この大会は、健康マージャンを通じた多世代間交流を意識し、年齢制限を設けずに開催されました。また、この大会の59歳以上（本大会で60歳以上）の参加者の方々の中から本大会における埼玉県代表選手、川口市代表選手を選考する大会も兼ねていました。

当時は日本プロ麻雀連盟から地元川口市出身の菅原千瑛プロ、日本プロ麻雀協会から埼玉県熊谷市出身の浅井堂岐プロという埼玉県、川口市にご縁のある豪華ゲストにご参加いただき、サプライズ対局やトークショーなどで大会を大いに盛り上げていただきました。

実はこの大会、当初、200名規模での開催を予定していましたが、川口市で募集を開始したところ、応募が殺到、なんと定員を大幅に超える324名の方々にご応募いただきました。また、川口市ではこの定員を超える方々の応募に対し、参加人数枠を拡大、全ての方にご出場いただけるようにしてください、出場を希望された方々全員が大会に出場できることになりました。

気になる大会の模様は一緒に大会運営に携わっていただいた全段審youtubeチャンネルで動画を見ることができます。皆さん是非、QRコードを読み取って当日の賑わいをご覧ください。



## 第3回健康麻将支部対抗戦開催のお知らせ

全国の当協会支部より参加する4人ひと組のチームによる大会“健康麻将支部対抗戦”。第1回は9チーム、第2回は13チームを集め行われたこの催し、今回も東京都北区の“まーすた王子店”での開催されます。

大会形式は、個人で競うオープン戦とは異なりチームのメンバー4名の合計得点を競うというもの。前回大会でも、ふだん味わえない仲間との絆を感じたり、声を掛け合い、励まし合いながら盛り上がる光景が広がっていました。

お申込み方法に関しては、各支部へご案内をお送りいたします。まずは支部としてのお申込みをしていただき、詳しいメンバーについてはさらに後日チーム登録をいただく形となります。

全国で健康麻将を楽しんでいる支部の皆さんを代表して、楽しみながらマナーよく交流を図っていただける方々の参加をお待ちしております。

### 募集要項

開催日時：2026年3月1日（日）

会場：まーすた王子店（東京都北区）

募集選手：各支部1チーム4名で編成（原則各支部1チームまで）×14

チーム+前回優勝チーム

時間・システム：12時30分受付開始、13時スタート  
(50分打ち掛け終了4回戦)

参加費：5000円／人（現地受付）

表彰：（優勝チーム）

選手4名の名入りA4サイズ額入り賞状を後日会場に送付

選手4名が全国大会出場権利獲得（参加費負担あり）

派遣支部は次回の支部対抗戦に1チームを無料派遣できる

以下、上位3チームを表彰

（個人優勝）

全国大会無料シード権 or 復興支援カタログギフトを選択

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
10月1日	新井 正治	四暗刻		NPO法人 健康麻雀コミュニティの会
	本多 道男	大三元		NPO法人 健康麻雀コミュニティの会
	栗原 美幸	字一色、小四喜	両国	両国カルチャースクール かぼちゃ俱楽部
10月2日	木下 幸美	四暗刻	高田馬場	ガラパゴス高田馬場
	p314q·ω·	大三元		ジャンナビオンライン
	山根 こずえ	緑一色		ジャンナビオンライン
10月3日	斎藤 稔	国土無双	厚木中町	よつば会
	田臥 ナナ子	国土無双	高田馬場	ガラパゴス高田馬場
	加藤 観二	四暗刻	両国	両国カルチャースクール かぼちゃ俱楽部
10月4日	若桜 百合子	国土無双	長野末広	麻雀クラブ天心
	金子 玲子	四暗刻	千代田統括	ガラパゴス神保町
	新井 正治	国土無双、国土無双		NPO法人 健康麻雀コミュニティの会
10月5日	高橋 有香	国土無双、国土無双		NPO法人 健康麻雀コミュニティの会
	高橋 小百合	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
	増井 博紀	四暗刻		さくら健康マージャン
10月6日	橋本 勇二	大三元		雀荘 華
	金井 孝子	小四喜		雀荘 華
	小池 章	四暗刻	両国	両国カルチャースクール かぼちゃ俱楽部
10月7日	土谷 美鈴	四暗刻	厚木中町	よつば会
	飯塚 多津子	四暗刻	厚木中町	よつば会
	伊藤 博華	大三元	愛知岡崎	牌館
10月8日	戸来 久美子	四暗刻	岡山	岡山健康マージャン協会
	藤原 晶子	小四喜	千代田統括	ガラパゴス神保町
	内田 愛子	四暗刻	池袋	麻雀エイト
10月9日	木本 国士無双、四暗刻	池袋		麻雀エイト
	佐藤 美代子	大三元		NPO法人 健康麻雀コミュニティの会
	塩沢 啓善	大三元	墨田業平	墨田健康麻将サロン
10月10日	小嶋 兼二	国士無双	三鷹	健康麻将MTKフレンズ
	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
	小倉 栄子	四暗刻	横浜統括	横浜健康麻将同好会
10月11日	矢口 正世	四暗刻	厚木中町	よつば会
	橋本 滋	四暗刻	杉並統括	杉並いきいき
	中山 寿夫	小四喜		サロン・イージャン
10月12日	中山 久子	国士無双	三鷹	健康麻将MTKフレンズ
	岩田 廣市	四暗刻	東村山	麻雀サロン 園
	林 邦子	四暗刻		じゃんけんぽん
10月13日	山口 昇	国士無双	長野末広	麻雀クラブ天心
	軽部 幸憲	四暗刻	高田馬場	ガラパゴス高田馬場
	窪田 陽子	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
10月14日	須山 鈴子	大三元	厚木中町	よつば会
	小川 敏之	大三元	岡山	岡山健康マージャン協会
	中根 小四喜	墨田業平		墨田健康麻将サロン
10月15日	岡田 哲朗	四暗刻	千代田有楽町	錦江荘
	田村 正三郎	国士無双	両国	両国カルチャースクール かぼちゃ俱楽部
	桜野 貞夫	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
10月16日	田中 直枝	国士無双	下北沢	禁煙健康マージャン まーすた下北沢店
	太田 大輔	四暗刻	下北沢	禁煙健康マージャン まーすた下北沢店
	久保 陽祐	四暗刻	両国	両国カルチャースクール かぼちゃ俱楽部
10月17日	長澤 聰	国士無双	埼玉越谷	越谷ジャン
	光安 義人	大三元	埼玉越谷	越谷ジャン
	伊藤 博華	小四喜	愛知岡崎	牌館
10月18日	岡 吉夫	四暗刻	岡山	岡山健康マージャン協会
	住田 陽子	大三元	岡山	岡山健康マージャン協会
	田中 三恵子	四暗刻	両国	両国カルチャースクール かぼちゃ俱楽部
10月19日	岩川 英治	国士無双	さくら	さくら健康マージャン
	伊賀 鮎美	四暗刻		雀荘 華
	加藤 勝彦	大三元	高田馬場	ガラパゴス高田馬場
10月20日	安田 順子	字一色		NPO法人 健康麻雀コミュニティの会
	矢野 公夫	大三元	両国	両国カルチャースクール かぼちゃ俱楽部
	大津 次郎	大三元	三鷹	健康麻将MTKフレンズ
10月21日	野川 高志	四暗刻	八王子兵衛	みなみ野カルチャーセンター
	福井 里美	四暗刻	厚木中町	よつば会
	中村 元治	国士無双	長崎大橋	いでがみ
10月22日	入江 節子	四暗刻	千代田統括	ガラパゴス神保町
	原田 明子	国士無双	高田馬場	ガラパゴス高田馬場
	阿部 宏子	四暗刻	東村山	麻雀サロン 園
10月23日	浅尾 礼子	四暗刻	横浜統括	横浜健康麻将同好会
	太田 敏子	四暗刻	横浜統括	横浜健康麻将同好会
	平川 孝久	国士無双		アルカンシェル静岡
10月24日	小池 宏芳	大三元	愛知岡崎	牌館
	今堀 名美江	四暗刻	杉並統括	杉並いきいき
	齋藤 梅代	四暗刻	下北沢	禁煙健康マージャン まーすた下北沢店
10月25日	村上 わか代	大三元		まあじゃん海
	花崎 かおる	国士無双	横浜統括	横浜健康麻将同好会
	本多 春男	国士無双	千代田統括	ガラパゴス神保町
10月26日	滝本 順子	四暗刻	横浜統括	横浜健康麻将同好会
	土居 徳久	四暗刻	下北沢	禁煙健康マージャン まーすた下北沢店
	藤田 真言	大三元	厚木中町	よつば会
10月27日	小田 重之	国士無双	岡山	岡山健康マージャン協会
	小川 敏之	大三元	岡山	岡山健康マージャン協会
	若林 信	国士無双	岡山	岡山健康マージャン協会
10月28日	土屋 宗一郎	大三元	両国	両国カルチャースクール かぼちゃ俱楽部
	高橋 英明	国士無双(13面待ち)	厚木中町	よつば会
	金子 陽子	四暗刻	長崎大橋	いでがみ
10月29日	磯 洋子	大三元	高田馬場	ガラパゴス高田馬場
	阿部 敬太	国士無双	両国	両国カルチャースクール かぼちゃ俱楽部
	中山 久子	大三元	三鷹	健康麻将MTKフレンズ
10月30日	佐藤 通子	四暗刻	東村山	雀荘 サロン
	未光 淳二	緑一色	杉並統括	杉並いきいき
	佐藤 英之	四暗刻	杉並統括	杉並いきいき
10月31日	穴山 真由美	四暗刻	杉並統括	杉並いきいき
	佐野 裕	大三元	岡山	岡山健康マージャン協会
	大上 京子	字一色	杉並統括	杉並いきいき
10月32日	新井 正治	四暗刻		NPO法人 健康麻雀コミュニティの会
	広瀬 恵	国士無双	両国	両国カルチャースクール かぼちゃ俱楽部
	竹石 英治	四暗刻	両国	両国カルチャースクール かぼちゃ俱楽部
10月33日	増井 博紀	国士無双		さくら健康マージャン
	山浦 通子	四暗刻	千代田統括	ガラパゴス神保町
	宮崎 信二	四暗刻(単騎)	高田馬場	ガラパゴス高田馬場

日付	氏名	役満名	支部名	会場名
10月26日	松倉 哲夫	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
	大塚 武明	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
	田中 一義	四暗刻	厚木中町	よつば会
	伊吾田 佳子	四暗刻	品川	品川区いきいき健康マージャン広場
10月27日	小原 浩一	国士無双(13面待ち)	両国	両国カルチャースクール かぼちゃ俱楽部
	松井 敏郎	四暗刻		真砂団地健康マージャンサークル
	木下 幸美	大三元	高田馬場	ガラパゴス高田馬場
	田中 久美子	四暗刻	品川	品川区いきいき健康マージャン広場
10月28日	中山 久子	四暗刻	三鷹	健康麻将MTKフレンズ
	土方 義雄	国士無双	八王子兵衛	みなみ野カルチャーセンター
	吉田 幹彦	国士無双	長崎大橋	いでがみ
	濱本 茜	四暗刻(単騎)	品川	品川区いきいき健康マージャン広場
	高木 由紀	国士無双	愛知岡崎	牌館
10月29日	山田 穂積	国士無双	両国	両国カルチャースクール かぼちゃ俱楽部
	大上 京子	国士無双	杉並統括	杉並いきいき
10月30日	生澤 克元	四暗刻		NPO法人 健康麻雀コミュニティの会

10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、128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
10月1日	清水 正夫				

## 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

## 東京新聞主催 サントリーオメガエイドPLUS協賛 健康マージャン体験会が開催されました！

大好評だった7月のイベントに続き早くも  
11月9日に第二弾を開催

今年7月、東京新聞主催の「夏休み企画！健康マージャン体験会」が東京新聞本社ビルにて開催され、定員60名に対して400名を超える応募という大反響のなか、夏休みならではの親子参加や、お孫さんとの参加など大賑わいで開催されたことはこちらの紙面でもお伝えした通りです。

当協会が講師の派遣、教材の提供などで協力してきたこのイベントが好評だったことをうけて、東京新聞では第二弾となるイベントを早くも11月に開催することとなりました。



講師のアドバイスを楽しそうに聞いている受講生  
(写真提供：東京新聞)

サントリーオメガエイドPLUS協賛「大人の脳活クラブ」として開催

しかも、今回は新たに当協会主催体験会イベントに協賛いただいたことのあるサントリーオメガエイドPLUS（サントリーウエルネス）に協賛いただき開催となりました。

サントリーオメガエイドPLUSは加齢などで失われがちな脳に必要な栄養素を、効果的に補うサプリで、サントリーウエルネスでは脳の健康のた



壮観な大会風景

めに新しい趣味や活動にチャレンジする皆さんを応援する「大人の脳活クラブ」というコミュニティ活動を各地で展開しています。

今回の東京新聞主催の健康マージャン体験会も「大人の脳活クラブ」の一環として開催されることになったのです。

会場は東京新聞本社の大理石ロビーで開催

今回のイベントは東京新聞本社の1階入り口を入ってすぐ、とても立派な大理石の床のロビーを会場として開催されました。手積み卓を20卓並べた風景は壮観そのもの！ご参加いただいた皆さんの中には入られた瞬間にびっくりされている方もいらっしゃいました。



ロビーを卓が埋め尽くす

イベントは初心者体験教室と健康マージャン大会体験会の二部構成

7月は初心者教室体験会を午前、午後に開催しましたが、今回のイベントでは規模を拡大し、午前に初心者体験教室を64名規模で開催、午後は半荘3回戦の健康マージャン大会体験会を80名規模で開催しました。

午前の初心者体験教室はこれまでにもたくさん

開催してきたとおり、全く初めて牌に触る方を対象として、牌の認識から牌の基本的な取り扱い方、4枚マージャン～7枚マージャンを楽しむもの。

午後の健康マージャン大会体験会は当協会でも初めての取り組みで「お友達健康マージャンはやったことあるけど大会は初めて」「公民館でいつも決まったお知り合いと健康マージャンをやっているが大会のマナーなどは知らない」という方々に、交流のための大会のルール・マナーについて簡単に説明しながら、1回戦を追うごとに徐々にお願いすることを増やして開催する形式をとりました。

健康マージャンではマナーをとても大切にしております。

皆さんに守ってもらいたいことは多くあり、それぞれに理由もあります。

ですが、まずはその日を楽しかったと思ってもらえることも大事です。

今回のイベントでは、継続してもらって初めて達成できる脳と身体、心身の健康という目標のために、いきなりハードルをあげるのではなく、「楽しいと思っていただけたら是非続けて下さい」という考えで大会体験会を開催しました。参加した皆さんもよくお話を聞いて下さり、とても和やかな雰囲気のもとにイベントを終了することができました。

この体験会では都内の支部・会場も紹介させていただいているので、皆さまの支部、会場に新しいお仲間が増えることを期待しております。



四暗刻達成でとてもいい笑顔



国士無双達成！