

# つながろう 第2号

発行：社会福祉法人清須市社会福祉協議会 令和4年3月1日発行

〒452-0931  
愛知県清須市一場古城604番地15  
☎ 052-401-0031  
FAX 052-401-0032  
✉ chiikifukushi@kiyosu-shakyo.com

## 趣味を生かして認知症予防！健康マージャン清須

「吸わない・呑まない・賭けない」を原則とし、認知症予防、介護予防、閉じこもりの予防を目指して活動をしている、健康マージャン清須。月2回の活動日には、「ジャラジャラ」という音と、にぎやかな笑い声が聞こえてきます。取材当日は、4人×8卓と指導係のボランティアさんが2名、合わせて34名の参加があり、男性も女性も一緒になってマージャンを楽しむ姿が見られました。ここでは、少しくらい並べるのが遅くても大丈夫。「これも指の運動だわ」「ゆっくりでいいよ」と、みんなで声をかけ合います。「コロナの時期で参加者が減ってしまったので、新しい参加者を募集しています。」と話すのは、代表の富田さん。

「免許の返納などで交通手段がなくなる高齢者には、近所で参加できる場所が必要。市内各地で開催されるといいですね。」とお話を聞かせていただきました。今後は、市民参加の大会の開催や、コロナ下で中止となった高齢者施設での出張マージャンの再開、市内でマージャンをしている団体の情報を集めて一覧表を作るなど、健康マージャンをさらに広める企画を考えているそうです。

開催日時：第1水曜日10時～12時  
第3木曜日10時～16時  
会場：清洲総合福祉センター  
参加費：年間1,000円  
ボランティア保険に加入が必要  
参加される方は、ボランティアとして会場の準備や道具の消毒、受付等に協力をお願いします。  
市民参加の健康マージャン大会を年1回開催予定  
●冬期は時間短縮の場合あり。  
●詳細についてはお問い合わせください。



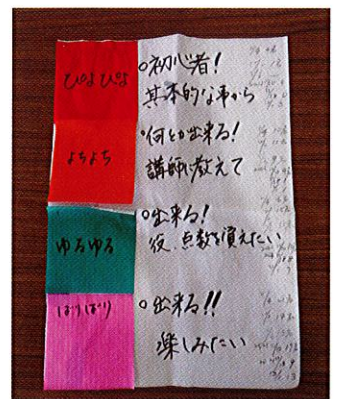
指の運動にも脳トレにもなるよ！

教える側も楽しいですよ。個性があるから、やり方を押し付けないように気を付けています。



ここに参加するようになって、顔見知りが増えました！

昔は家族マージャンよーやったよね！



ぴよぴよ・よちよち・ゆるゆる・ぱりぱり、の4つのグループでレベル分けし、初心者から上級者まで楽しめる工夫がされています。



ぴよぴよコースから初めて2年。ここでできた仲間と別の日にも集まってやっています♪



40年ぶりのマージャン。動作はゆっくりになったけどルールは忘れんもんだなあ。

卓の片づけ、牌の消毒など、みんなで力を合わせて行います。



参加者全員が受付や片付けなど、できることで運営に関わる。

趣味を生かした活動で、男性やボランティアに関わりがなかった方の活動のきっかけになっている。

施設への出張マージャンなど、サロンを拠点として新たな活動が生まれている。

