



賭けない



飲まない



吸わない

健康麻雀

認知症予防
友だちづくり



《日時》2月12日(木)・25日(水) 9:30～12:00

《場所》12日:会議室 25日:リサイクル活動室2

「サンマリーンながの」と同じ建物です！

《料金》600円/1回 《定員》各20名

《対象》60歳以上の方 初心者から経験者までどなたでもOK！

《申込》2月12日分:1月16日(金) 12:00より受付開始

2月25日分:1月27日(火) 12:00より受付開始

TEL026-222-3196 又は リサイクルプラザ受付窓口まで

～健康麻雀とは？～

「賭けない・飲まない・吸わない」を合言葉に

「健康づくり・仲間づくり・生きがいづくり」を

目的とした麻雀のことです。

4人で卓を囲む麻雀は、おしゃべりしながら楽しく
脳を活性化！認知症予防・フレイル予防に最適です♪

長野市リサイクルプラザ

〒381-0026 長野市松岡2-26-7

TEL 026-222-3196

開館時間 9:00～21:00