令和８年度 三郷・津有地区公民館合同事業「趣味・教養講座」



イチからはじめる！

健康マージャン教室（全5回）

マージャンは≪脳トレやコミュニケーション能力の維持≫に効果があると言われ、中高年の間で人気を博しています！基礎から学べる教室ですので、マージャン用語やルールが分からない方でも心配ご無用!!みんなで一緒に卓を囲む、楽しいマージャンの世界を体験しましょう!!

◆対　　象 ： これからマージャンを始めてみたいと考えている方

◆日程及び会場

~~①10月21日（水） 津有地区公民館~~ ※終了しました
~~②11月 4日（水） 三郷地区公民館~~ ※終了しました
~~③11月18日（水） 津有地区公民館~~ ※終了しました
④12月 2日（水） 三郷地区公民館
⑤12月16日（水） 津有地区公民館

◆時　　間 ： ①③④⑤ 10:00～14:00（1時間昼食休憩を含む）
②　　13:00～16:30（30分間休憩を含む）

◆講　　師 ： ①③④⑤ 稲葉 勇次 さん
②　　明治安田生命高田営業所



◆参 加 費 ： 1，000円（5回分の受講料）※初回（10/21）に徴収
◆募集人員 ： 16人（定員以上の応募があった場合、抽選とさせていただきます）
◆持 ち 物 ： 飲み物、昼食（②の回は不要）
◆申込方法 ： 9月24日（木）までに下記へご連絡ください。
◆そ の 他 ： 会場までは各人の私有車等でお越し願います。



＜公民館からお願い＞
・体調がすぐれない時は参加をご遠慮下さい。
・講座中に撮影した写真を、公民館だより等に掲載する場合があります。

上越市立公民館

＜申込み・問合せ＞
☆三郷地区公民館（公民館主事 細野）
電話：025－524－9293
☆津有地区公民館（公民館主事 大島）
電話：025－524－8948
※平日午前９時～午後４時