

カネ たばこ 酒

健康マーじゃん開講

お金を賭けず、たばこも酒も抜き……。そんな「健康マーじゃん」の教室が12日、仙台市太白区にオープンした。指先や頭脳を使うことで認知症の予防にもつながるとして、お年寄りのあいだで全国的に人気が高まっている。

仙台・太白区に専門教室



雀卓を囲む健康マージャンの受講生たち＝仙台市太白区

マーじゃん人口は、日本生産性本部の「レジャー白書」によると、約760万人で減少傾向。だが、退職後のシニア層をターゲット

にした健康マーじゃんには注目が集まる。2007年には60歳以上の健康と福祉の祭典「ねんりんピック」の正式競技になった。

仙台市に教室を開いたのは、市内で一般的なマーじゃん店4店を展開している「サンクチュアリ・アルファ」。これまでは店の一角を区切ったり時間帯を限ったりして、教室を開いてきた。高齢の女性を中心に人気が出てきたのを踏まえ、初めての専門教室を太白区

八木山本町に開いた。

ここにしたのは、お年寄りが多いからだ。八木山中学校区の高齢化率は市内で3番目。地元の町内会とも相談し、シニア層が通しやすい住宅街につくった。

教室は月曜と水曜で、入門、初級、中級の三つのコースがある。専門知識のあるインストラクターが教える。初心者でも48回で中級まで終わられるという。1回あたりの受講料は利

用時間やコースによって2千〜3500円。八木山地区内に限り、送り迎えのサービスがある。希望者には有料で弁当を出す。

同社代表の宮野大城さん(42)は「マーじゃんは偶然性があるので、弱い人でも勝つチャンスはある。友だちとおしゃべりしながら打てるのも魅力。いずれは高齢化率の高い他の地域にも広げたい」と話す。問い合わせは022・224・8778。

80歳「ボケ防止」87歳「閉じこもらない」

この日参加したのは地元八木山に住む平均年齢81歳の男女3人。宮野さんが基本的なルールを説明し、早速ゲームを始めた。

通常は14枚そろえば上がりだが、初心者向けに8枚そろえるルールだ。記者も卓に交せてもらった。左側の陽子さん(77)は2

度目のマーじゃん。友人に誘われて始めた。「次に何を引くかわかれば、1枚捨てやすいんだけど」とつぶやくと、講師は「それがわかれば超能力者です」。一斉に笑いが起きた。

「なかなか、そろわないね」「これを捨てたら当たりかな」。会話が弾む。

右隣の男性(80)もこの日が2度目。「ボケ防止にいかと思って。あの手この手を考えると脳が活性化するはず」。教わったことは、家に帰って入浴中に復唱しているという。

(長嶋節子)