

日	曜	午 前		午 後	
1	火	囲碁同好会 カラオケ開放	10～12 10～12	囲碁同好会 カラオケ開放	13～16 13～16
2	水	公民館卓球開放 健康いきいき体操教室	9～12 10～12	入浴	12～15
3	木	将棋同好会 麻雀初心者開放	10～12 9～12	将棋同好会 いすヨガ教室	13～15 13:30～14:30
4	金	麻雀同好会 カラオケ開放	9～12 10～12	麻雀同好会 カラオケ開放	13～16 13～16
5	土	麻雀開放	9～12	麻雀開放 大正琴教室 社交ダンス同好会	13～16 13～16 13～16
6	日	一 般 開 放			
7	月				
8	火	囲碁同好会 カラオケ開放	10～12 10～12	囲碁同好会 カラオケ開放	13～16 13～16
9	水	公民館卓球開放	9～12	入浴	12～15
10	木	将棋同好会 麻雀初心者開放	10～12 9～12	将棋同好会	13～15
11	金	麻雀同好会 カラオケ開放	9～12 10～12	麻雀同好会 カラオケ開放	13～16 13～16
12	土	麻雀開放	9～12	麻雀開放 大正琴同好会 社交ダンス同好会	13～16 13～16 13～16
13	日	一 般 開 放			
14	月				
15	火	囲碁同好会 カラオケ開放	10～12 10～12	囲碁同好会 カラオケ開放	13～16 13～16
16	水	公民館卓球開放 健康いきいき体操教室	9～12 10～12	入浴	12～15
17	木	将棋同好会 麻雀初心者開放	10～12 9～12	将棋同好会 いすヨガ教室	13～15 13:30～14:30
18	金	麻雀同好会 カラオケ開放	9～12 10～12	麻雀同好会 カラオケ開放	13～16 13～16
19	土	麻雀開放	9～12	麻雀開放 社交ダンス同好会	13～16 13～16
20	日	一 般 開 放			
21	月	休 館 (祝日～海の日)			
22	火	囲碁同好会 カラオケ開放	10～12 10～12	囲碁同好会 カラオケ開放	13～16 13～16
23	水	公民館卓球開放	9～12	入浴	12～15
24	木	将棋同好会 麻雀初心者開放	10～12 9～12	将棋同好会	13～15
25	金	麻雀同好会 カラオケ開放	9～12 10～12	麻雀同好会 カラオケ開放	13～16 13～16
26	土	麻雀開放	9～12	麻雀開放 大正琴同好会	13～16 13～16
27	日	一 般 開 放			
28	月				
29	火	囲碁同好会 カラオケ開放	10～12 10～12	囲碁同好会 カラオケ開放	13～16 13～16
30	水	公民館卓球開放	9～12	入浴	12～15
31	木	将棋同好会 麻雀初心者開放	10～12 9～12	将棋同好会	13～15

※ サロン、教養娯楽室、趣味の部屋 → 卓球・玉突き・囲碁・将棋・麻雀等に開放
 ※ 健康相談室 → 血圧測定・電動マッサージ機の開放
 ※ 入浴時間は、男性 12:00～13:30 女性 13:30～15:00



いきいきセンター永山からのお知らせ

旭川市永山3条19丁目 永山市民交流センター内 ☎0166-47-6060

【開所時間 9 : 00 ~ 17 : 00】

浴場ご利用の皆さまへ～石けん等持参のお願い

いつも当浴場をご利用いただき、誠にありがとうございます。

これまで浴場において備え付けのボディークリームソープを提供してまいりましたが、現在の在庫がなくなり次第、設置を終了させていただくこととなりました。今後は、各自で石けん等をご持参いただきますようお願い申し上げます。

ご利用の皆様にはご不便をおかけいたしますが、何卒ご理解とご協力のほど、よろしくお願いいたします。引き続き快適な入浴時間をお過ごしいただけますよう、スタッフ一同努めてまいります。



麻雀初心者開放 期間延長のお知らせ

4月から試行的に実施してまいりました「麻雀初心者開放」は、おかげさまで毎回継続的なご参加をいただき、ご好評を得て開催しております。

そこでこのたび、今年度7月から翌年3月まで期間を延長し、毎週の恒例行事として引き続き初心者の皆さまが気軽に麻雀を楽しめる場として提供してまいります。

【対象】土曜日の麻雀開放を利用できない初心者

(現在、麻雀同好会員及び土曜日の麻雀開放を利用されている方はご遠慮ください)

【内容】点棒を取り合う勝つ麻雀ではなく、会話や交流を楽しむ麻雀

【卓数】使用できる卓数は4卓、麻雀牌は4セット

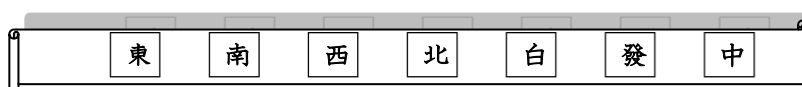
【期間】令和8月3月までの毎週木曜日9:00～12:00 (3時間)

【場所】趣味の部屋

【その他】講師は不在です。麻雀が全くわからない方はご利用になれません。



健康麻雀～認知症予防～麻雀雑学&待ち牌あてクイズ



麻雀雑学

麻雀は左回りでゲーム進行

親の移動が右方向なのは、中国では左方向への移動が左遷や降格を意味したので、左を嫌った結果、親の移動方向が右になり、東南西北の風牌順で子も親に昇格しながら、左回り(=反時計回り)になったと言われる。尚、ツモをする牌山を右回りで取ってくる理由は、人間の9割が右利きなので、山の右側から崩して手元に取ってくるのが効率的だから。

【待ち牌クイズ】

1. 混一色

アンコー3組

三萬	三萬	三萬	四萬	伍萬	六萬	七萬	八萬	八萬	八萬	發	發	發
----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	---	---	---

2. 清一色

カンツ1組

二萬	三萬	三萬	四萬	四萬	伍萬	六萬	七萬	七萬	七萬	七萬	八萬	九萬
----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----

いきいきセンター永山は、60歳から利用できる高齢者福祉施設です。施設の運営は、旭川市から指定管理者として指定を受け、社会福祉法人旭川市社会福祉協議会が行っております。