



心踊る、文化咲く——  
第41回 国民文化祭 第26回 全国障害者芸術・文化祭  
よさこい高知文化祭2026  
令和8年10月25日回～12月6日回

開幕まで **157** 日



コラム VOL.3

## 【文化交流事業】全日本健康マージャン交流大会のご紹介

Q

どんな  
イベント？

全国各地で予選会を勝ち抜いた選手たちが一堂に会し、熱戦を繰り広げる健康マージャン大会です。高知県では5月16日（土）に予選会が開催され、学生から高齢の方まで80名が参加。白熱した対局の末、15ペア30名の高知県代表選手が決まりました！



惜しくも選手出場を逃してしまったという方にも、まだチャンスはあります。本番当日のキャンセル待ち受付や、ゲストプロ雀士とのふれあい対局参加者募集も行う予定です。今後の情報をお見逃しなく！

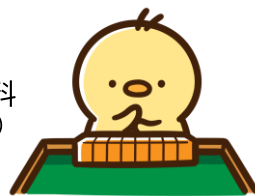
令和8年11月28日(土)・29日(日)

会場：高知県立県民体育館

1日目：ペア戦

2日目：個人戦

観戦自由・入場無料  
(事前申込も不要です)



Q

健康マージャンって？

賭けない、飲まない、吸わないを合言葉に純粋にゲーム性を楽しむのが健康マージャンです。麻雀は記憶力・観察力・判断力などを使う頭脳ゲーム。脳トレ効果が期待できることから、今では子どもから高齢の方まで幅広い世代に親しまれています。

また、平成30（2018）年には、麻雀の頭脳スポーツ化を目的にプロリーグ戦「Mリーグ」が開幕。有名企業10社がそれぞれクラブチームを持ち、シーズンを通して所属プロ雀士たちによる熱い駆け引きが繰り広げられています。さながらスポーツ観戦のような実況・解説を聞きながら楽しむのも魅力。近年では、自分で麻雀を打つのではなく、プロの対局や公式戦観戦を楽しむ「観る雀（みるじゃん）」と呼ばれる麻雀ファンも増えており、麻雀の楽しみ方はさらに広がっています。

Q

ルールが  
難しそう…

独特な用語や役など覚えることは多いけれど、基本的には、仲間（同じ牌や連続した数字）を2つ、3つと揃えていくシンプルなゲームです。細かいルールや役は実践していく中で少しずつ掴めてくるはず。数ある役の中でもおそらく最も知られているのが「国士無双」。最高得点が得られる役満の一つですが、簡単に出せるものではありません。「仲間を集める」という定石とは異なり、数牌の1・9と字牌を1つずつ集めて完成させます。比較的序盤で捨てられがち牌たち。だけど、その全てが揃った途端、天下一の特別な役になる。そんなロマンを秘めた役です。



# 麻雀

