

# 「昭和の遊び!？」 麻雀を人気スポーツに!!

～マージャンの秘めたる可能性～

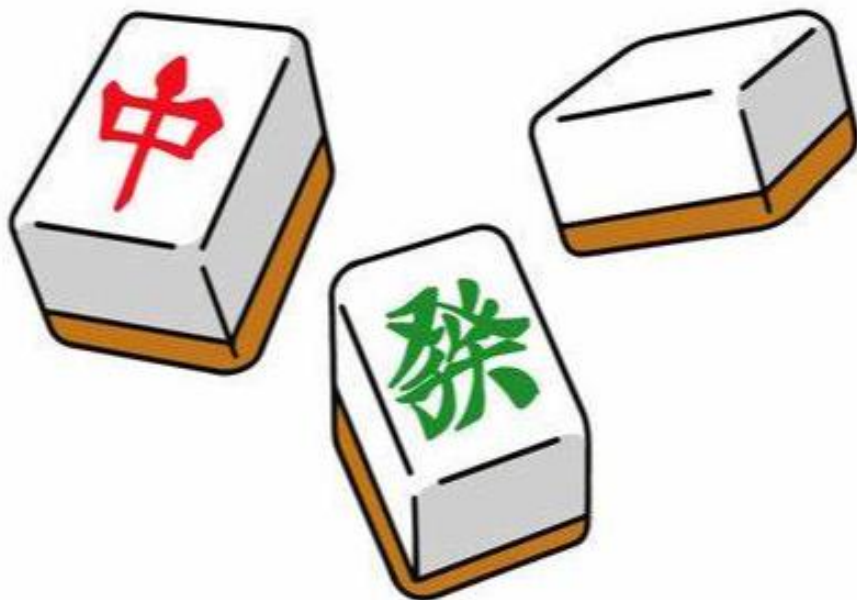
DEレポート No. 43

2024年10月

作成者:R.N

 脱炭素経営ドットコム

By DENKOSHA



「DEレポート」とは、環境やSDGsに係る社会問題を取り上げ、原因・背景から解決に向けた施策事例や将来の展望までを調査しコンパクトにまとめた報告書です。脱炭素経営ドットコムを運営する株式会社電巧社では、全従業員が本レポートの作成に取り組んでいます。

3 すべての人に  
健康と福祉を

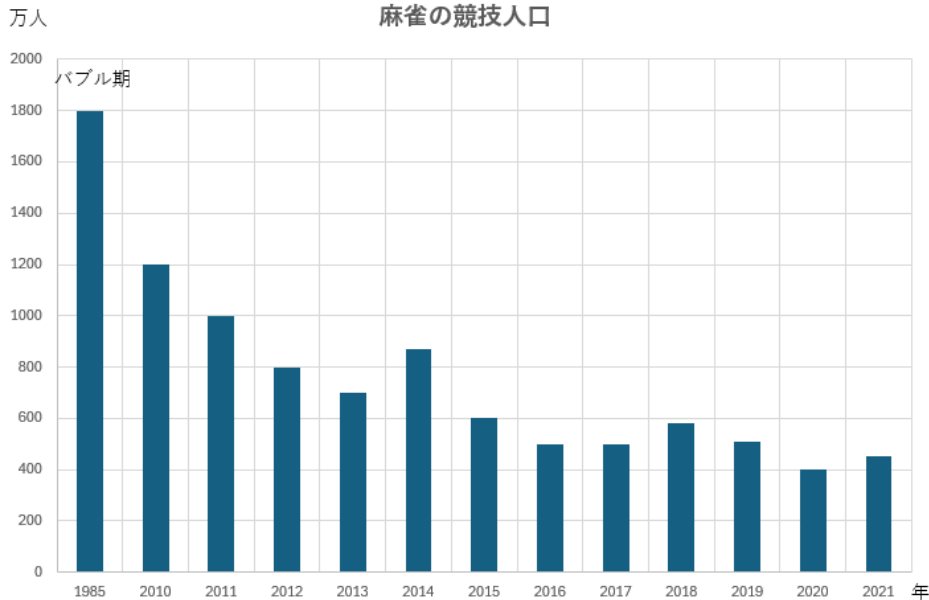


# 麻雀と聞いて思い浮かぶイメージ＝「ギャンブル・たばこ・暗い」

## ■ 麻雀人気の衰退

- バブル期と比べると競技人口は1/4にまで減少している  
⇒ 賭け事、怖い、男性だけのもの、「昭和の遊び」といったイメージによる敬遠が主な原因か
- コンプライアンス(法令遵守)や健康志向が広がっているのも人気の低迷を加速させている
- オンライン麻雀への移行で麻雀店が軒並み閉鎖しており、触れる機会が少なくなっている

## ■ 麻雀人口の推移



出典:レジャー白書を参考に筆者作成

## ■ 麻雀のイメージ



出典:(c)片山まさゆき/竹書房

負のイメージを払拭できるか！？そして健康麻雀とは??

# 「昭和の遊び」から「健康と麻雀」への深化、進化

## ■麻雀はただの娯楽ではない！その複雑なゲーム性の持つ様々な効果

- 「賭けない」「飲まない」「吸わない」、シニア層や中高年を中心に健康麻雀が流行！
- 麻雀は常に脳をフル回転させなければならないゲーム。また、指先を使うことで脳を活性化させる効果もあり、認知症などの予防に適している。男女問わず様々な年齢層の方が集まり、コミュニケーションを楽しむことで、高齢者の孤独の解消にも効果的
- デイサービスに麻雀を取り入れた介護施設も増えてきている。身体機能の維持・向上を行う上で効率的なプログラムとなっている
- シニア層以外にも触れてもらう機会を増やす為、ネットゲーム(「Maru-Jan」等)や携帯アプリ、動画配信もたくさんされている

## ■ 「視覚性注意力」と「短期記憶」の測定テスト結果

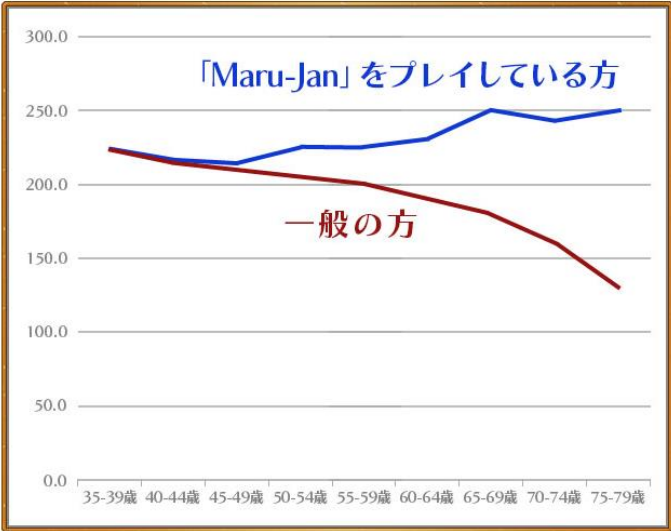


図1：年齢別の「視覚性注意力」と「短期記憶」の測定テスト結果

出典：株式会社シグナルトーク

## ■ 松山市あおぞら健康マーじゃん交流大会



出典：キスケ株式会社 PRTIMES

娯楽・ゲームの枠を超えている

# 「娯楽・ゲーム」から「人気スポーツ」への変貌

## ■ 麻雀が作り出す未来の可能性

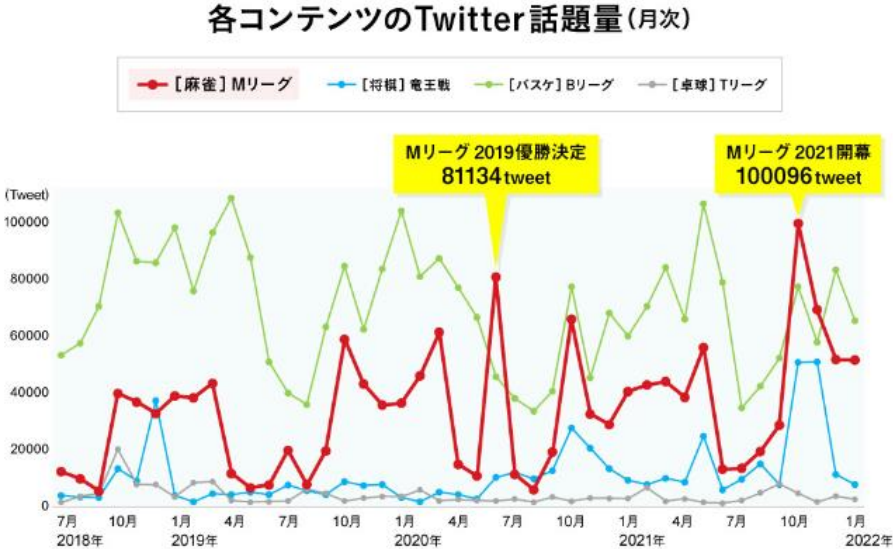
- 子どもの競技人口も増え始めている。数学的思考力、分析力、コミュニケーション力といった学習効果に期待！
- 「性別・世代を超えて楽しめる」それがマージャンの魅力！！
- 男女混合チームで結成されるプロリーグ(Mリーグ)が発足し、様々な世代から新たなスポーツとして注目されており、Bリーグ(バスケ)と並ぶほどの話題を集めているが、「観せる」コンテンツとして成功するにはまだまだ露出が足りない
- 健全なスポーツとして認識されることにより、長く競技できるゴルフなどと並ぶような人気を博し、高齢者の孤独や認知症予防に一役買っている未来を期待したい

## ■ 日本初の麻雀プロリーグで戦う現役Mリーガーの方々



出典：一般社団法人Mリーグ機構 PRTIMES

## ■ Mリーグの注目度



出典：ウェブ電通報「スポーツ化する「麻雀」と「見る雀」の魅力とは？」

食わず嫌いはもったいない!! 麻雀の世界へ飛び込もう！



## ■ 参照・引用資料

- (C)片山まさゆき／竹書房,「ノーマーク爆牌党 第1巻」, 2024年6月13日
- オンライン麻雀 Maru-Jan,「オンライン麻雀が脳の認知機能に良い影響を与える可能性」, 2024年6月13日 ([https://www.maru-jan.com/content/nosoku/ns\\_gakkai01.html](https://www.maru-jan.com/content/nosoku/ns_gakkai01.html))
- 電通報,「スポーツ化する「麻雀」と「見る雀」の魅力とは?」, 2024年6月13日 (<https://dentsu-ho.com/articles/8107>)
- キスケ株式会社,「松山市あおぞら健康マージャン交流大会in愛松亭」, 2024年6月13日 (<https://prtimes.jp/main/html/rd/p/000000188.000110610.html>)
- 一般社団法人Mリーグ機構,「朝日新聞Mリーグ2023-24」ファイナルシリーズ」, 2024年6月13日 (<https://prtimes.jp/main/html/rd/p/000000147.000035640.html>)



<https://de-denkosha.co.jp/datsutanso/>

脱炭素経営とは、再生可能エネルギーを創る「創エネ」、使う電気を減らす「省エネ」、創った電気を貯める「蓄エネ」をうまく活用し、会社・事業で排出する温室効果ガス「0」を目標にする経営のこと。

中小企業の私たちにも、できる取り組みが沢山あることを伝えたい。このような想いで、90年以上「電気」に向き合ってきた電巧社ならではのアイデアが詰まった創エネ、省エネ、蓄エネのソリューションをお伝えできる情報を、当サイトで発信しております。

DELレポートに関するお問い合わせ先はこちらへ

電気のコンシェルジュ

**DENKOSHA**

株式会社 電巧社

〒105-0014 東京都港区芝2-10-4

TEL: 03-3453-2221(本社代表)

担当: DELレポート事務局

- 本レポートに掲載された内容は作成日における情報に基づくものであり、予告なしに変更される場合があります。
- 本レポートに掲載された情報の正確性・信頼性・完全性・妥当性・適合性について、いかなる表明・保証をするものではなく、一切の責任又は義務を負わないものとします。
- 本レポートの配信に関して閲覧した方が本レポートを利用したこと又は本レポートに依拠したことによる直接・間接の損失や逸失利益及び損害を含むいかなる結果についても責任を負いません。
- 本レポートに関する知的所有権は株式会社電巧社に帰属し、許可なく複製、転写、引用等を行うことを禁じます。