

健康マージャンのルールとマナー

～みんなで楽しく健康マージャンを行うために～

オアシスでは健康マージャンのルールを採用しています。

ルールやマナーをよく読み、お互い譲り合って、楽しくプレイして下さい。

健康マージャンは「(お金や物を)賭けない」「(お酒を)飲まない」「(タバコを)吸わない」の3つの『ない』を合言葉に、より健康的に楽しく、安心して『**健康づくり**』『**仲間づくり**』『**生きがいづくり**』を行うことを目的としたマージャンのことです。

※ **ルールやマナーを守って**、姿勢よく、楽しいマージャンを行いましょう。

※ 『**自分に厳しく、人にはやさしく**』を心がけましょう。ミスは誰にでもあります。

※ 1ゲーム(^{ハンチャン}半荘)が終わったら、休憩して一回立ち上がり歩くなどの軽い運動をすることを心がけましょう！！



川越市社協のキャラクター
福っくらちゃん

川越市社会福祉協議会

川越市総合福祉センター「オアシス」

令和8年8月版

健康マージャンルール

基本ルール

- ① **25000 点スタート**。点棒が無くなった(箱割れ)時点でゲーム終了
(積み棒は除外)※持ち点が900点以下はリーチ不可。
- ② 牌山は17枚を2段重ね。
- ③ 捨て牌は**6枚切り**、**王牌は 14 枚残し** (嶺上開花と海底ツモは複合しない)
(捨て牌は指が離れた時点で確定し戻せない)
- ④ **喰いタンあり・後付けあり**のルールです
- ⑤ **形式テンパイあり** 待ち牌の全てが場に出ているテンパイを認めるが、自分が待ち牌をすべて使っている時は無効。**最後の捨て牌での副露は認めない**。
- ⑥ ツモ番のないリーチを認める
- ⑦ フリテンリーチあり(ツモあがりのみ)。リーチ後の、アガリ牌のツモ切りも同様。
- ⑧ **喰いかえ無し**
※ 完成している面子(順子や刻子)を使って鳴き(チーやポン)を行い、その直後に残りの牌を捨てる行為
- ⑨ **あがりは常に一人**(同時あがりは上家が優先)※ダブロンは無し
- ⑩ **途中流局無し**(九種九牌・四風連打・四人リーチ・四槓流れ等一切無し)
- ⑪ **流し満貫など旧役、ローカルルール全て無し**
(人和・十三不塔・大車輪・三連刻・カン振り・二翻しぱりなどは存在しない)
- ⑫ 3 翻 60 符と 4 翻 30 符は満貫(子は 8000 点、親は 12000 点)
役満は子で 32000 点・親で 48000 点とし、**役満の複合は認めない**。
数え役満やダブル役満はなし(役満以外は 3 倍満が上限)
- ⑬ 役満であってもルール上の特例は無い
(国士無双のアタリ牌を暗カンされた際のチャンカンロンや、国士無双 13 面待ちの現物以外のフリテンロンなどは認めない)

- ⑭ 役牌のパオ(責任払い)は、大三元の3副露目・大四喜の4副露目をポンあるいは大ミンカンさせた時とし、ツモは全額・ロンは半額負担する
- ⑮ 連荘(レンチャン)の積み棒は**一本につき300点** (1本場300点、2本場600点…)
親がノーテンで親が流れた場合、親は下家に移り、積み棒も引き継がれる。
オーラスならゲーム終了(供託はトップ取り)
- ⑯ チャンカンやホーテイのみでもアガることができる。
- ⑰ 暗カン・明カンを問わず、カンが成立した時点でドラを公開する。

※ 「カン」の発声 → 槓子を右隅に表示 → カンドラをめくる

→ 嶺上牌をとる → 捨て牌 ※明槓、暗槓同様です。

※ 半荘(東南戦)を基本としますが、**混雑時**は東場の終了時点で交代(東風戦)等の協力をお願いします

※ 川越社協(オアシス)が行う健康マージャン(大会を含む)では、持ち点の多い順に、1位・2位・3位・4位を決定します。
(ウマ、オカ、素点計算などの複雑な集計は行いません。)

他の健康マージャン大会等では、その会場の基準で得点集計及び順位決定で行っていますので、しっかりと確認しましょう。



罰則について

●1000 点罰則

「ポン」「チー」「カン」「リーチ」の誤発声は 1000 点を供託し、ゲーム続行する。
※ 言い間違いによる変更や、アガリは認める。

●アガリ放棄

- ① 多牌、少牌、誤ツモ、誤ロンで、手牌を倒していない発声のみのケースはアガリ放棄で局を続行する。
- ② 先ツモ(1度目は注意、2度目はアガリ放棄)、喰い替えを行った場合。
- ③ アガリ放棄となった者は、テンパイ及びリーチしていてもノーテン扱いで、発声行為は全てできない。

●チョンボ

親・子に関らず 3000 点ずつを他の3人に支払い、その局をもう一度やり直す。
やり直しは、親や連荘も変わらない。その局の供託は、出した人に戻す。

- ① 誤ツモ・誤ロンにより手牌を倒してしまった場合。
- ② ノーテンでリーチをして流局となった場合。
- ③ ツモまたはロンで手牌を公開したが、役がない等正当ではなかった場合。
- ④ ツモまたはロンで手牌を公開し、他の人の確認を受ける前に手牌を崩し、アガリの正否を不明にした場合。
- ⑤ 自分もしくは他の人の手牌を倒したり、積み牌を崩すなどゲーム続行ができない状態になった場合。
- ⑥ 先ツモ等により他の人の「ポン」「チー」「カン」やアガリを阻害し、ゲーム続行ができない状態になった場合。

※ 「ロン」が2人以上いる状況で、その中に『チョンボ』があった場合は、もう一方の『アガリ』を優先し、『チョンボ』は不成立とする。

健康マージャンでのマナー（川越社協推奨）

- ① 「**自分に厳しく人にやさしく**」を心がけましょう。
- ② ゲームを始める前に「よろしくお願いします」、ゲームが終わったら「ありがとうございました」と挨拶しましょう。
- ③ ツモ、ロン、ポン、チー、カン、リーチの**発声は明確に**行いましょう。
- ④ 捨て牌は6枚切り、副露（フーロ）は右隅に皆に分かりやすく置きましょう。
※ 暗槓（アンカン）も含みます。
- ⑤ **先ツモは厳に慎み**ましょう。
- ⑥ 牌は叩きつけずにソフトに打ちましょう。
- ⑦ 対局相手に対する**言い方には細心の注意**を払いましょう。
例えば、「発声してよ！！」「早く切ってよ！！」などと言うことは慎みましょう。
また、打ちこんだ時などに舌打ちしたりするのも控えましょう。
- ⑧ 打ち込んだ人、アガった人等、**他の人の批判をしない**ようにしましょう。
例えば、「そんなのアガってどうするの？」、「安い手ばかりね」など
また、相手の狙っている役の予想等の発言もやめましょう。
- ⑨ 愚痴や**投げやりな態度は慎み**ましょう。
- ⑩ **初心者**もいます。急かさず、**楽しい雰囲気づくり**を心がけましょう。
- ⑪ 牌がセットされたら、対面の人が牌を取り易いように、牌山を**右斜め前へ**出しましょう。山切りは不要です。
- ⑫ リンシャン牌は崩す可能性の高い牌ですので、ドラをめくる前に下段におろしましょう。
- ⑬ 流局時以外は**手牌を伏せない**ようにしましょう。
- ⑭ リーチ後に他家の手牌を見ることは慎みましょう。
- ⑮ **アガリ牌は手牌に入れず**、見やすく並べてから倒すようにしましょう。

- ⑯ 点棒は、卓上に置いて受け渡しを行い、「投げる」「手渡し」は行わないようにしましょう。両替などを活用し、1000 点棒は1本以上残るようにしましょう。
- ⑰ 点棒の受け渡しが終わるまでは、手牌と牌山を崩さないように、点棒の受け渡しは丁寧に行いましょう。
- ⑱ マージャン牌を混ぜる時は、優しく混ぜましょう。牌を持ち上げて落とすなどせず、牌は丁寧に扱います。
- ⑲ 牌山は17枚を2段に重ねましょう。多く積んだり、少なく積むと他の人の数が合わなくなります。気を付けましょう。

川越社協が行う健康マージャン(オアシスのサロン等を含む)は、ルールやマナーを覚える場でもあります。以下のご協力もお願いします。

- ◎ アガリ後は、点数表に従って点数計算を行ってください。
- ◎ 点数計算を覚えている方もいます。アガった本人が点数を申告するまで待ちましょう。

ルールやマナーは、皆が『楽しく』『安全に』『安心して』『気持ちよく』マージャンを楽しむために設定されているものです。

川越社協が推奨する健康マージャンでは、特に心掛けるようにお願いします。

※ローカルルールでのプレイは行わないでください。

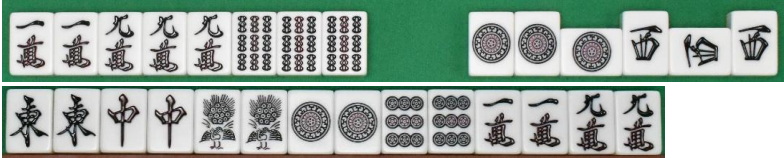


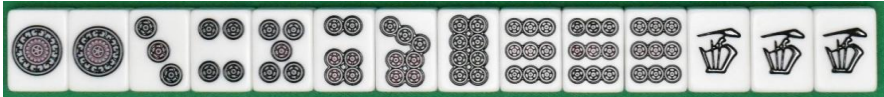
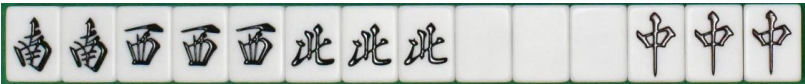
役一覽表

○ 門前役(メンゼンヤク) → ポン・チー・ミンカンをせずに、自力で作る役。
※ ポン・チー・ミンカンをすると、役が無くなります。

○ 鳴き○翻 → ポン・チー・ミンカンをすると()内に書いてある役に下がります。

	ハン ヤク 1 翻役	メン ゼン	ナ 鳴き
リーチ (門前役)	テンパイしている時に「リーチ」と宣言することで成立する役です。	ハン 1 翻	×
メンゼンツモ (門前役)	ポン・チー・ミンカンをせずに「ツモ」アガリすると成立する役です。	ハン 1 翻	×
タンヤオ	 スウハイ ジハイ スベ ソロ ヤク 数牌の『1』と『9』、字牌の全てを使わずに、数牌の『2』～『8』のみで揃える役です。	ハン 1 翻	ハン 1 翻
ピンフ (門前役)	 メンツ シュンツ ジャントウ ヤクハイイガイ リャンメン 『4面子が順子』『雀頭が役牌以外』『両面待ち』を満たしている時に成立する役です。	ハン 1 翻	×
ヤクハイ 役牌	三元牌  風牌  サンゲンバイ バフウ ハイ ジ フウバイ 三元牌、場風牌、自風牌のいずれかが3枚以上揃うと成立する役です。	ハン 1 翻	ハン 1 翻
イーペーコー (門前役)	 シュンツ 同じ順子が2組あると成立する役です。	ハン 1 翻	×
一発 (門前役)	「リーチ」後、 ^ナ 鳴きの無い1巡目でアガると成立する役です。	ハン 1 翻	×
ハイツィ	キョウ サイゴ ハイ ハイツィ ハイ 局の最後の牌(海底牌)で「ツモ」アガリすると成立する役です。	ハン 1 翻	ハン 1 翻
ホウテイ	キョウ サイゴ ダハイ ホウテイ ハイ 局の最後の打牌(河底牌)でアガると成立する役です。	ハン 1 翻	ハン 1 翻
リンシャンカイホウ	カン リンシャンハイ 槓(カン)をした際にツモる嶺上牌(リンシャンハイ)でアガると成立する役です。	ハン 1 翻	ハン 1 翻
チャンカン	ターチャ カカン ショウミンカン バイ 他家が加槓(小明槓)した牌でアガると成立する役です。	ハン 1 翻	ハン 1 翻

ハン ヤク 2翻役		メン ゼン	ナ 鳴き
サンショクドウジュン 三色同順 (鳴き1翻)	 マンズ、ソウズ、ピンズの同じ数字の順子を揃えると成立する役です。	ハン 2翻	ハン 1翻
イツキツウカン 一気通貫 (鳴き1翻)	 1つの種類で『123』『456』『789』の順子を揃えると成立する役です。	ハン 2翻	ハン 1翻
チャンタ (鳴き1翻)	 ジャントウ メンツ スウハイ ジハイ 雀頭と面子全てに、数牌の『1』か『9』、字牌を含めて揃えると成立する役です。	ハン 2翻	ハン 1翻
サンショクドウコウ 三色同刻	 マンズ、ソウズ、ピンズの同じ数字の刻子や槓子を揃えると成立する役です。	ハン 2翻	ハン 2翻
トイトイ	 メンツ コーツ カンツ 四つの面子全てを刻子や槓子を揃えると成立する役です。	ハン 2翻	ハン 2翻
サンアンコウ 三暗刻	 アンコウ アンカン カンツ 暗刻や暗槓の槓子を3つ揃えると成立する役です。	ハン 2翻	ハン 2翻
ショウサンゲン 小三元	 ハク ハツ チュン ジャントウ コーツ カンツ 白、發、中のいずれか1つを雀頭、他の2つを刻子や槓子で揃えると成立する役です。	ハン 2翻	ハン 2翻
サンカンツ 三槓子	 カンツ 槓子を3つ揃えると成立する役です。	ハン 2翻	ハン 2翻
ホンロウトウ	 ジャントウ メンツ スウハイ ジハイ チートイツ 雀頭と面子全てに、数牌の『1』か『9』、字牌を含めてトイトイもしくは七対子の形を揃えると成立する役です。	ハン 2翻	ハン 2翻
ダブルリーチ (門前役)	鳴きの無い1巡目でテンパイしている時に「リーチ」と宣言すると成立する役です。	ハン 2翻	×
チートイツ 七対子 (門前役)	 トイツ 対子(同じ2枚組)を7種類揃えると成立する役です。	ハン 2翻	×

ハン ヤク 3翻役		メン ゼン	ナ 鳴き
ホンイツ (鳴き2翻)	 マンズ、ソウズ、ピンズのいずれか1種類と、字牌で全て揃えると成立する役です。	ハン 3翻	ハン 2翻
ジュン 純チャン (鳴き2翻)	 ジャントウ メンツ スウハイ 雀頭と面子全てに、数牌の『1』か『9』を含めて揃えると成立する役です。	ハン 3翻	ハン 2翻
リャンペイコウ (門前役)	 イーペーコーを2組揃えると成立する役です。	ハン 3翻	×
ハン ヤク 6翻役		メン ゼン	ナ 鳴き
チンイツ (鳴き5翻)	 マンズ、ソウズ、ピンズのいずれか1種類で全て揃えると成立する役です。	ハン 6翻	ハン 5翻
ヤク マン 役 満		メン ゼン	ナ 鳴き
スーアanko 四暗刻 (門前役)	 アンコウ アンカン カンツ 暗刻や暗槓の槓子を4つ揃えると成立する役です。	ヤク マン 役満	×
コクシムソウ 国士無双 (門前役)	 ↑アガリ牌は1・9・字牌どれでも大丈夫↑ 数牌の『1』『9』か字牌の雀頭と、数牌の『1』『9』、字牌の全種類を揃えると成立する役です。	ヤク マン 役満	×
ダイサンゲン 大三元	 ハク ハツ チュン スベ コーツ カンツ 白、發、中の全てを刻子や槓子で揃えると成立する役です。	ヤク マン 役満	ヤク マン 役満
ダイスーシー 大四喜	 トン ナン シャーペー シュルイ コーツ カンツ 東、南、西、北の4種類を刻子や槓子を揃えると成立する役です。	ヤク マン 役満	ヤク マン 役満
ショウスーシー 小四喜	 トン ナン シャーペー ジャントウ コーツ カンツ 東、南、西、北のうち1つを雀頭、他の3つを刻子や槓子で揃えると成立する役です。	ヤク マン 役満	ヤク マン 役満
ツイーソー 字一色	 ジハイ 字牌で全て揃えると成立する役です。	ヤク マン 役満	ヤク マン 役満

リユーイーソー 緑一色	 ハツ 發とソウズの『2』『3』『4』『6』『8』のいずれかのみを使い揃えると成立する役です。	ヤクマン 役満	ヤクマン 役満
チンロウトウ	 ジャントウ メンツ スベ 雀頭と面子全てを数牌の『1』か『9』のみを使いトイトイの形に揃えると成立する役です。	ヤクマン 役満	ヤクマン 役満
スーカンツ 四槓子	 カンツ 槓子を4つ揃えると成立する役です。	ヤクマン 役満	ヤクマン 役満
9 レンポウトウ 九連宝燈 (門前役)	 アガリ牌は1～9 どれでも大丈夫→  マンズ、ソウズ、ピンズのいずれか1種類で『1』と『9』を3つ、『2』から『8』を1つに、『1』から『9』のいずれかを1つを加えた形で揃えると成立する役です。	ヤクマン 役満	×
テンホウ 天和 (門前役)	ハイバイ 親が配牌が終わった時点でアガっていると成立する役です。	ヤクマン 役満	×
チーホー 地和 (門前役)	鳴きの無い1巡目に、子が「ツモ」でアガると成立する役です。	ヤクマン 役満	×



アガリ方	牌の組み合わせ		アガリ牌の待ちの形	
メンゼン『ロン』 → 30 符 『ロン』 → 20 符 『ツモ』 → 22 符 『ピンフのツモ』 → 20 符 『ピンフのロン』 → 30 符 ※ 鳴いていた場合、ピンフの役は付かないが、30符で計算 『チートイツ』 → 25 符	役牌が『アタマ』 → 2符		全て 2符	
		2～8 の数牌	1・9・字牌	単騎(タンキ)待ち
	ミンコ明刻	2符	4符	アガリ牌
		4符	8符	
	アンコ暗刻	4符	8符	辺張(ペンチャン)待ち
ミンカン明槓	8符	16符	嵌張(カンチャン)待ち	
	16符	32符		
アンカン暗槓				

	ツ	ロン
メンゼン・リーチ	22符	30符
ポン・チン・シカン	22符	20符

七萬	七萬
アガリ牌	七萬
四萬	八萬
アガリ牌	七萬

○ 『フ(符)』の計算が不要なケースの説明

- (1) 『ピンフ(平和)』と『チートイツ(七対子)』は『符』が決まっているため、『符』の計算は不要です
- (2) 健康マージャンでは、4翻は『ピンフツモ』と『チートイツ』以外は全て『マンガン(満貫)』となります。
- (3) 実質3翻以下のときに符の計算をします。
- (4) 4翻以上の役については、5翻は『満貫』、6～7翻は『跳満』、8～10翻は『倍満』、11翻以上は『3倍満』、『役満』(4倍満)となるので『符』の計算は不要です。
- (5) メンゼン(面前)ではないピンフ(いわゆる喰い平和)のロンは30符計算、役は付きません。

点数計算早見表

※健康マージャンルールの得点表です。

		1 翻			2 翻			3 翻			4 翻		
		ロン	ツモ		ロン	ツモ		ロン	ツモ		ロン	ツモ	
			子から	親から		子から	親から		子から	親から		子から	親から
20符	子	ロンの20符は 30符として 計算します			30 符	400	700	30 符	700	1,300	30 符	1,300	2,600
ピンツモ	親				700 オール		1,300 オール		2,600 オール				
25符	子				1,600	—		3,200	800	1,600	6,400	1,600	3,200
チートイツ	親				2,400			4,800	1,600 オール		9,600	3,200 オール	
30符	子	1,000	300	500	2,000	500	1,000	3,900	1,000	2,000	太線内は 満貫 です！		
ピンフロン	親	1,500	500 オール		2,900	1,000 オール		5,800	2,000 オール				
40符	子	1,300	400	700	2,600	700	1,300	5,200	1,300	2,600			
	親	2,000	700 オール		3,900	1,300 オール		7,700	2,600 オール				
50符	子	1,600	400	800	3,200	800	1,600	6,400	1,600	3,200			
	親	2,400	800 オール		4,800	1,600 オール		9,600	3,200 オール				
60符	子	2,000	500	1,000	3,900	1,000	2,000	お勉強中			ロン	ツモ	
	親	2,900	1,000 オール		5,800	2,000 オール						8,000	子から
70符	子	2,300	600	1,200	4,500	1,200	2,300				12,000		2,000
	親	3,400	1,200 オール		6,800	2,300 オール						4,000 オール	

5翻以上の役

	満貫			跳満			倍満			3倍満		
	5翻			6～7翻			8～10翻			11翻以上		
	ロン	ツモ		ロン	ツモ		ロン	ツモ		ロン	ツモ	
子から		親から	子から		親から	子から		親から	子から		親から	
子	8,000	2,000	4,000	12,000	3,000	6,000	16,000	4,000	8,000	24,000	6,000	12,000
親	12,000	4,000 オール		18,000	6,000 オール		24,000	8,000 オール		36,000	12,000 オール	

役満 子 32,000点 (子から 8,000点 ・ 親から 16,000点)

親 48,000点 (16,000点オール)

※ 健康マージャンでは「数え役満」はありません !!