

※フレイルとは年齢を重ね心身の活力が低下した状態

問い合わせ 長寿介護課 ☎24・8168

先生にお聞きしました！



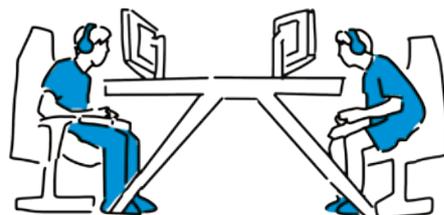
金沢大学医薬保健研究域
保健学系 看護科学領域
助教 高橋 裕太郎 さん

これまでの体験会などの
様子はこちら▶



Q eスポーツって？

A eスポーツ(esports)は「エレクトロニック・スポーツ」の略で、コンピューターゲームなどを使った競技のことです。世界的に大きな大会が開催されており、日本でも徐々に普及が進んでいます。



Q eスポーツのメリットは

A 海外の研究では、eスポーツを1日30分程度、4週間取り組むことで、高齢者の記憶力や認知機能が向上することが報告されています。多くの自治体では、地域の高齢者が健康で活動的な生活を送るための支援策として、eスポーツが活用され始めています。子供も楽しめるeスポーツは、高齢者の介護予防だけでなく、子供と高齢者の交流にも活用できるため、地域の活性化にもつながります。

あなたの町でもeスポーツをしてみませんか

～高齢者等eスポーツ推進事業補助金交付団体の募集～

市では、高齢者のeスポーツを推進するため、実施に必要な機器の助成を行っています。

- 対象団体** 以下の全てに該当する団体
- 地域単位で構成された団体であること
 - 団体の構成員は、概ね小松市に住所を有する高齢者であること
 - 定期的に活動し、かつ、月に1回以上eスポーツを実施している、またはする予定であること

補助対象経費 eスポーツで使用するための機器
(主に本体、ゲームソフト、周辺機器)

補助額 補助対象経費の3分の2以内で上限50,000円

「どんなゲームを選べばいいの?」「実施に自信がない・・・」
→アドバイザーが支援をしますので、安心してお申し込みください。
介護予防講座としてeスポーツの体験も可能です。

申し込み 長寿介護課 ☎24・8168



体験者の声

- ・初めてだったが、とても楽しかった。
- ・最初はうまくできなかったけど、やればやるほど上達できた。
- ・家にもあるので、今度孫と一緒にしてみたい。