

シニアのための「eスポーツと健康」講座の 参加者を募集しています

健康づくりや介護予防・認知症予防に取り組むきっかけづくりとして開催する「eスポーツと健康」講座の参加者を募集しています。eスポーツを通して、脳の活性化や他者との交流による介護予防の効果が期待されます。3日間の講座では認知機能や身体機能の測定も行います。

1 日時

12月13日(水)、20日(水)、令和6年1月10日(水)の3日間
各日12時30分～14時30分

2 場所

環太平洋大学第1キャンパス内 スポーツ科学センターINSPIRE(東区瀬戸町観音寺)

3 内容

- ・eスポーツの体験(ぷよぷよ e スポーツなど)
- ・認知機能や身体機能の測定
- ・健康づくりや社会参加に関する講話 等
- ・講座の中でフレイル健康チェックを実施

4 申込

【方法】電話による申込(氏名・住所・電話番号を教えてください)

【申込先】電話番号 086-274-5211 (市ふれあい介護予防センター)

【申込締切日】12月8日(金)まで

【対象者】市内在住でおおむね65歳以上の方(3日間とも参加できる方を募集)

【定員】先着30人

5 協力

(一社)岡山県 e スポーツ連合、IPU・環太平洋大学

※ 講座当日は、環太平洋大学の学生がeスポーツの操作のサポート等を行います。

【問い合わせ先】

岡山市 地域包括ケア推進課 立古・亀川 直通086-803-1256 内線5985

シニアのための

「eスポーツと健康」講座



eスポーツとは…「エレクトロニック・スポーツ」の略称で、コンピューターゲームを使った対戦にスポーツとしての競技性を加えたもの

参加者
募集

日時

① 12/13 (水) ② 20 (水) ③ R6.1/10 (水)

3日間

12:30 ~ 14:30

内容

- コンピューターゲームを使ったeスポーツ体験
- 認知機能や身体機能の測定

対象

岡山市内在住のおおむね65歳以上の方
・ eスポーツに興味があり挑戦したい
・ 地域の皆とやってみたい(初心者大歓迎♡)



©SEGA

申込

岡山市ふれあい介護予防センター
☎ 086-274-5211
氏名・住所・電話番号をお伝えください

✂切:12/8(金)

定員30名 ※先着順

場所

環太平洋大学 第1キャンパス
住所: 岡山市東区瀬戸町観音寺721

アクセス

JR山陽本線 東岡山駅より
車で5分(駐車場あり)

東岡山駅、瀬戸駅より無料バス運行

東岡山駅 → 環太平洋大学 | 11:45
瀬戸駅 → 環太平洋大学 | 11:25

会場図

