

## シニアのための「eスポーツと健康」講座を 開催します

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シニアのための「eスポーツと健康」講座を開催します。eスポーツ体験を通して、脳の活性化や他者との交流による介護予防の効果を感じていただくことを目的としています。

### 1 日時

令和6年7月31日(水) 14時～16時

### 2 場所

岡山市役所 本庁舎7階大会議室

### 3 内容

当日は、岡山市内在住のおおむね65歳以上の方およそ30名が参加します。

- ・eスポーツの体験(フィットボクシング2など)
- ・希望者にはフレイル健康チェックを実施



### 4 協力

(一社)岡山県eスポーツ連合、専門学校岡山ビジネスカレッジ eスポーツビジネス学科

※ チラシは、専門学校岡山ビジネスカレッジの学生に作成してもらいました。

※ 講座当日は、専門学校の学生がeスポーツの操作のサポート等を行います。

### 5 その他

参加者募集は終了しています。

#### 【問い合わせ先】

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