

令和5年10月18日

報道機関各位

長岡市福祉保健部健康増進課長



eスポーツで高齢者の脳活と社会交流の促進！ つきイチ脳活「eスポーツ体験会」を初開催

長岡市は、健康づくり・介護予防の動機づけおよび健康寿命の延伸を図ることを目的に、運動機能向上や口腔機能向上などさまざまな介護予防教室を実施しています。

このたび、脳活による認知症予防を図る「つきイチ脳活」において、初めて「eスポーツ」を活用した体験会を開催します。これは、性別や体力に関係なく誰もが気軽に参加できるeスポーツにより、認知症予防に重要と言われている社会参加を促すことと、高齢者の交流や新たな生きがいがいつくり創出を目的として行うものです。

つきましては、下記のとおり概要をお知らせしますので、ぜひ周知にご協力いただくとともに、取材くださるようお願いいたします。

つきイチ脳活「eスポーツ体験会」

- | | |
|--------|--|
| 1 日 時 | ①10月24日（火）、②11月28日（火）
各日 1部：午後1時～2時
2部：午後2時30分～3時30分 |
| 2 会 場 | 米百俵プレイス ミライエ長岡5階 スタジオA・B
(長岡市大手通2丁目3番地10) |
| 3 内 容 | ・運動指導員による軽体操
・2カ所に分かれて、2人一組でeスポーツ（太鼓の達人）を体験
他の参加者は、後方でバチを持ち応援しながら練習する。 |
| 4 定 員 | 各日16人（先着） |
| 5 対 象 | 長岡市内在住の65歳以上の人 |
| 6 申し込み | 健康増進課へ電話で
(0258-39-7508)
①申込受付中
②11月10日（金）から申込開始 |



問い合わせ：健康増進課 五百川
TEL 0258-39-7508

つきイチ 脳活

誰でもできる!

太鼓の達人ゲームを使って、
リズムに乗って楽しみながら
みんなで盛り上がりましょう!

e

スポーツ

にチャレンジしよう!

10月24日(火)

1部 13:00~14:00

2部 14:30~15:30

申込み▶10月10日(火)から

11月28日(火)

1部 13:00~14:00

2部 14:30~15:30

申込み▶11月10日(金)から

※1部または2部のどちらかにお申込みください。

【会場】 米百俵プレイスマライエ長岡 5F スタジオA・B

(長岡市大手通2丁目3-10)

【対象】 65歳以上の市内在住の方

【定員】 各日16名 (先着)

【申込み】 各期日以降 健康増進課へ電話にてお申込みください。

楽しい!
簡単☆

