

e スポーツ^e

学習講座 太鼓の達人



令和6年5月13日(月)、米子市社会福祉協議会 福祉のまちづくり推進課職員さんを講師に、啓成公民館で初めての「e スポーツ体験」が開催されました。

受講者さんからは「難しいが、やってみると楽しかった」「ゲームに良い印象がなかったが、認知症予防に良いと思った」との声もあり、近年流行している e スポーツに挑戦し、慣れないながらも積極的に参加されている様子でした。

講師さんから「視覚、聴覚、腕の動きを同時に行うことで、フレイルや認知症予防に効果的だ」と説明もあり、おこなってみて実感されたようです。

eスポーツの知名度がまだ低いようで、参加者を募る際に手間取った部分もありました

が、受講後に「サロンでも実施してみる」という声も聞こえてきて、今後eスポーツがより広がっていくと感じた学習講座となりました。

