

enjoy! esports!

DOKI
DOKI!

WAKU
WAKU!

遊んで、笑って、楽しんで、気が付けば健康。 さあ始めよう、シニアeスポーツ!

eスポーツとは?

「スポーツ」と聞くと激しく身体を動かす姿を想像してしまいがちですが、“eスポーツ”は少し違います。

ビデオゲームを競技にしたもの。それが“eスポーツ”です*。

激しい身体活動がない一方、素早い反射能力や正確な判断能力など、

様々な脳機能が使われることが特徴の一つ。そして何よりも、ゲームなので楽しい!

そんな背景から今、高齢者の健康改善に向けてひと際注目を集めているのがこの“eスポーツ”なのです。

*「広義には、電子機器を用いて行う娯楽、競技、スポーツ全般を指す言葉であり、コンピューターゲーム、ビデオゲームを使った対戦をスポーツ競技として捉える際の名称」と定義されています。(一般社団法人日本eスポーツ連合HPより引用)

image photo

世界も注目!
『eスポーツ』
3大トピック

01.

世界規模で
発展中!

02.

ねんりんピック
正式種目に
決定!

03.

多くの
自治体でも
採用!

裏面で詳細をチェック ▶

人気拡大中!

⇒ 広がり続けるシニアeスポーツの輪 ⇐

脳の活性化をはじめとした健康への効果のほか、高齢者の新たな生きがいとしても期待されるeスポーツ。その人気の高まりを表す3つのトピックをご紹介します!

01.

世界規模で発展中!

競技人口は、なんと世界全体で1億人を突破。各国でいくつもの世界大会が開かれています。eスポーツは、国や地域を問わず、世界中で親しまれる新たな文化として定着しつつあるのです。



image photo

02.

ねんりんピック 正式種目に決定!

「ねんりんピック」*は高齢者の健康増進や交流促進をテーマに行われているスポーツ大会です。2024年大会では、ついにeスポーツが正式種目に決定。これを機に、ますます注目を集めることが予想されています。



image photo

03.

多くの自治体でも採用!

若年層だけでなく、高齢者の間でも着々と競技人口が増え始めているeスポーツ。最近では、社会参加の促進や世代を超えた地域交流のために、自治体での採用も増えています。



image photo

*1988年から毎年開催されており、スポーツや文化種目の交流大会をはじめ、健康や福祉に関する多彩なイベントが行われています(厚生労働省HP ねんりんピックの概要より参照)。

グランドマスト × 千葉大学 共同プロジェクト



『シニアeスポーツ体験プログラム』開催中!

「住」「食」「運動」の観点から、入居者さまの健康を支えてきたグランドマスト。今回は新たに千葉大学の協力のもと、eスポーツ体験プログラムを開始しました。本プログラムは、これまで多くのeスポーツアクティビティを手掛けてきた株式会社プレイケアが運営をサポート。ほとんどの方が初めての体験となりますが、既に多くの方にお楽しみいただいています。



ご参加者さまの声

eスポーツは初めての経験でしたが、とても楽しかったです。みんなで一緒にゲームをしたことで新しい友人もでき、「またやってみたい」という気持ちになりました。同時に「もっと上手になりたい」という向上心も湧き上がっています!



■ お問い合わせ・お申し込みは、リビングアテンダーまたはグランドマスト担当者まで!