飛水クラブぎふ主催
（岐阜県老人クラブ連合会）

eスポーツ体験会

飛水クラブぎふ（岐阜県老人クラブ連合会）主催　ｅスポーツ体験会

「ｅスポーツ」は、「エレクトロニック・スポーツ（electronic sports）」の略語で、電子機器を用いて行う対戦型ゲーム競技のことである。

今年、国際オリンピック委員会（IOC）が６月下旬にシンガポールでｅスポーツの国際大会を開催し、また9月下旬から 10 月初旬に行われた中国杭州アジア大会では初めてｅスポーツが正式競技に採用されたことも記憶に新しい。

ｅスポーツは、近年、世界中で若者を中心に親しまれ、競技人口は約１億３千万人以上、また動画で競技を視聴観戦して楽しむ人達は３億人以上とも言われるほど人気を博していることから「若者向け」「若者に人気」というイメージが強いが、「シニアの健康維持」や「認知症予防」としても効果があると最近注目を集めている。

このような世間の動きをいち早くキャッチした飛水クラブぎふ（岐阜県老人クラブ連合会）は、会員の皆さまにｅスポーツの普及啓発を行うことを計画し、その第一弾として、令和５年10月11日に飛水クラブぎふの近郊にお住いの会員14名（岐阜市老人クラブ連合会５支部の役員、本荘地区シニアクラブ会員、三里地区シニアクラブ会員）をお招きして、『ｅスポーツ体験会』を開催した。

体験会では飛水クラブぎふの職員が講師役を務め、ｅスポーツの活用目的、ｅスポーツによる健康効能、長時間続けてプレイすることでの弊害についての座学と、３種類のゲームのプレイ説明を行った。

第一ゲームは、パズルゲームである『ぷよぷよ』に挑戦。
2人1組で対戦してスコアを競い合った。
このゲームでは、落下してくる「ぷよぷよ」の色に反応して、フィールド内にある同色の「ぷよぷよ」を4つ以上つなげて消すという操作が、シニアの思考力、集中力、反応速度等の認知機能を向上させ、またコントローラー操作をするために指先を動かすことでも脳の活性化を促すことが期待できる。

参加者の多くはこれまでデジタルゲームに全く触れてこなかったことから、当初はゲームの設定やコントローラーの操作に大苦戦していたが、次第にコツをつかみ、連続してぷよぷよを消し

て喜ぶ姿や、「もっと右！」「回転させて！」と仲間に声援を送る姿が見られた。

第二ゲームは『ボーリング』。

このゲームも2人1組で対戦してスコアを競い合った。スポーツゲームという事もありプレイヤーだけでなく、観戦者も興奮を味わうことができるためレクリエーション性がある。

重い球の代わりにスティックコントローラーを握りしめ、思い切りスイングするこのゲームでは、適度に体を動かし、バランス能力を鍛えることができる。

「家でも孫と楽しんでいる。」とおっしゃる唯一の e スポーツ経験者である参加者が、仲間にレーンの立ち位置等の調整方法やカーブの方法等を細かく伝授。

「若い頃にボーリングが流行っていて、よく通っていたんだよ。」とおっしゃる三里地区老人クラブの面々の投球フォームは腰を低く落としてスイングも早く、本物のボーリングさながら。

次々にストライクやスペアをたたき出し、数ゲーム後にはフォース（4連続ストライク）を獲得する方も!!

第三ゲームの『太鼓の達人』には、参加者全員ではなく、参加者の２名が代表として交代でプレイした。

画面にでてくる〇印にタイミングよく反応して、スティックコントローラーを振るため、こちらのゲームもシニアの認知機能の維持や向上などに効果が期待できる。

観戦者からは「ほら、今っ！トン！トン！トトトトトト！」と声や手拍子の応援があった。

体験会後、参加者からは、「はじめは慣れなくて難しかったけど、慣れたら面白かった。」、「ボーリングはすごく興奮した。」、「またやりたい。」、「本荘老人クラブは会長が購入を検討してくれるみたいよ。」、「副会長！三里老人クラブでも購入してくれよ。」と、今後も仲間内で楽しみたいという声が多く聞こえ、第一回『e スポーツ体験会』は大成功で幕を閉じた。

実は今年度、飛水クラブぎふだけではなく、岐阜県高齢福祉課も市町村が行う介護予防教室において希望団体を対象とした『e スポーツ体験会』を開催している。

岐阜県高齢福祉課としても、『e スポーツ』を通して、県内シニアの皆さまの健康維持、そして家族や仲間との交流が盛んになることに期待をしたい。