

# 鶴ヶ島市からののお知らせ

川越新聞記者会の皆さんよろしく申し上げます

**キーワードは『健康づくり』！！**

**「シルバーeスポーツ体験」 & 「スマホ教室」を開催します！**

誰が (主催者)	主催 鶴ヶ島市
いつ (日時)	6月6日(月)スタート ※場所・事業詳細はお問い合わせください
なぜ (目的・理由)	<b>■ 目的</b> 「スマホ教室＝デジタル活用支援」と「シルバーeスポーツ＝認知症予防」を実施して、 <u>デジタルデバイドの解消と高齢者の生活の質の向上</u> を図ります。 <b>■ 背景</b> ・新型コロナウイルスの感染拡大により、高齢者のデジタルデバイス（情報格差）問題が浮き彫りとなる。 (例： <u>ワクチン予約ができない</u> 、 <u>説明動画が見られない</u> ) ・市の調査の結果、 <u>コロナ禍で「人と会う機会」「運動する機会」が減少し、『うつ傾向』につながっている</u> 可能性がある」と判明
3つのポイント (事業の効果)	① スマホによる各種予約・動画閲覧・キャッシュレス決済・健康アプリの活用など、「 <u>新しい生活様式の普及</u> 」と「 <u>高齢者の生活の質の向上</u> 」を図ることができます。 ② シルバーeスポーツは、 <u>認知症予防(介護予防)やフレイル予防に効果</u> が期待されます。 ③ シルバーeスポーツを通じた「 <u>生きがいづくり</u> 」「 <u>仲間づくり</u> 」「 <u>世代間交流</u> 」など、『 <u>新しい社会参加として地域の活動につながる</u> 』ことが期待されます。
その他 (特筆事項)	<b>■講師は、プロeスポーツ選手！</b> 埼玉県在住 live (リベ) さん。 « <u>今後も様々なeスポーツイベントを実施予定です！</u> » ※ 随時情報を提供させていただきます

担当部署名 健康部 健康長寿課 高齢者福祉担当 池田

連絡先 Tel：049-271-1111 (内線 209)

E - M a i l 10500150@city.tsurugashima.lg.jp