

e スポーツで創出する福祉の多様性

～健やかな毎日を過ごすためゲームが提案できること～

白鷗大学 経営学部 青崎ゼミナール 3年

篠原光輝(しのはらこうき) 池田巳希弥 伊藤愛実 齋藤百葉

【概要】長年、日本国内では高齢者層の割合が増加しており、今後更に健康寿命の延伸が課題となると考えられる。そこで私達はこの課題に対して、若い世代を中心に盛り上がりを見せているeスポーツに着目した。老若男女問わず楽しめ、認知機能の向上などにも期待できる力を秘めるeスポーツで創出する福祉の多様化について提案したい。

【栃木を元気にするには】厚生労働省は、2040年までに健康寿命を男女共に75歳以上とすることを目指しており、内容問わず新たな手法も活用しながら取り組みを推進している。そこで、私たちはゲームを認識している60～70歳をターゲット層とし、eスポーツがもたらす効果の認知拡大を目指す。協調性や思考力の形成にも繋がり、県内の健康寿命の延伸に向けた新たな手法になりえると考察する。

【背景】

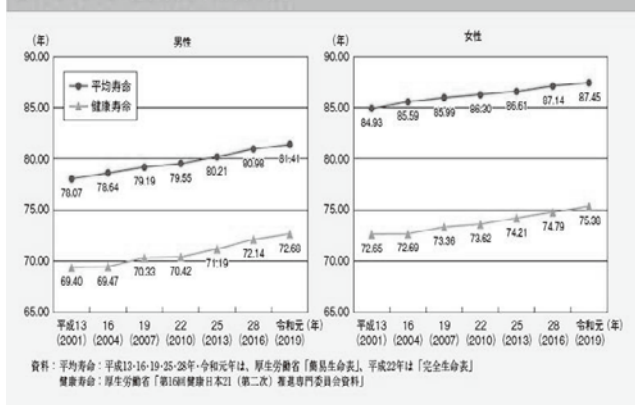
1. 福祉の現状

日本は2007年から超高齢社会という状況下にある。世界の中でも経済的に豊かであり、社会保障も充実している為、世界保健機関(WHO)が発表する「世界の平均寿命ランキング」では平均寿命84.3歳で日本は1位を誇っている。しかしこの寿命という言葉には「平均寿命」と「健康寿命」の2つが存在することを忘れてはいけない。内閣府の調査では、年々共に延びてはいるもののその差は横ばいに推移し続けている。平均寿命だけを延ばしたところで、ずっと寝たきりになっては「生きがいを感じられない」という人が出てくるに違いない。本県・

佐野市にてヒアリングを行った際、現状の課題として高齢者の中でも若年層(60～70歳)の方の

「生きがい」が極めて重要であるとの意見が聞かれた。このように仕事を退職し、一線を離れた人たちの生きがいの創出は、健康寿命の延伸へつながる課題であると考ええる。また、認知症の増加も課題である。厚生労働省によると、2012年は65歳以上の高齢者のうち認知症患者の割合が全体の15%であったが、2025年にはその割合が約20%にまで増加すると予測されている。

図1-2-2-2 健康寿命と平均寿命の推移



内閣府 健康寿命と平均寿命の推移

(令和4年版高齢社会白書 図1-2-2-2)

2. シニアeスポーツの高まりと魅力

令和5年10月28日から開催される「ねんりんピック愛顔のえひめ2023」にて競技として初採用されるeスポーツ。来年度も採用が決定しており、シニアeスポーツは興隆の兆しを見せている。また、この波を後押しするように、近年秋田県では日本初となるシニアプロeスポーツチーム「マタギスナイ

パズ」が誕生し、操作が難しいとされる FPS 系のゲームにて活躍している。高齢者に e スポーツをしてもらうことの利点として、思考力を養える上で認知症予防を可能にすることや健康寿命の延伸、娯楽を得られる e スポーツだからこそ新たな生きがいづくりの機会創出を可能にするといった、心身に好影響を及ぼすだけでなく、福祉分野における社会課題の解決策となることが挙げられる。また、e スポーツは性別や年齢、身体能力の違いによる影響が少ないという特徴がある。これにより、地域内交流、高齢者間交流の促進を可能にする他、北関東の中で核家族世帯が 1 番少ない栃木県だからこそ、一緒に住んでいる親族ともプレイすることができるため世代間交流をも促進可能にする。

【考察】

上記の背景から、福祉における課題と e スポーツがもたらす力には共通する点が多いことがわかる。研究段階で判明した 70 の壁(ゲームに触ったことがある又はゲームの存在を認識している世代の境の歳)も考慮し、60~70 歳の高齢者に再びゲームへの興味関心を抱いてもらう必要があると考察した。候補タイトルは多数あるものの、プレイする人に応じた目標設定、触れやすさ等の条件を満たすとなると限られてくる。その点マインクラフトは、自由度の高さから何でもできるという特性を持っており、リリースから 10 年以上経った今なお活用の幅はとどまることを知らない。ゆえに、私たちは福祉とマインクラフトを掛け合わせることで、e スポーツは高齢者の心身に良い影響をもたらす存在であるという認知が広まり、今後福祉で e スポーツを用いた施策を行う際の基盤作りに繋がると考える。

【マインクラフトの強み】

マインクラフトとは制限のない広大なフィールドの中で土や石、原木、水といった 1m 四方で出来たブロックを使い、建築や探索などを通して他プレイヤーとの交流もできる世界で最も売れたゲームであり、目的に応じて様々なゲームモードに変更できる。その際に、主に使われるモードはサバイバルモードとクリエイティブモードの 2 つがある。前者は体力と満腹ゲージが存在し、探索をしながら戦闘を行い、建築に必要な素材を集め、ボスを倒し生き残るという要素がある。これは戦闘において闘争心、探索において順序立てて素材を集めるため論理的思考力が向上する。後者は全てのブロックを最初から使うことができ、制限なく作ることができる。これは 1 から作るため発想力の向上や作るものの完成を目指す過程でやりがいや生きがいの形成にもつながる。近年、教育において活用されつつあるマインクラフトだが、闘争心を掻き立てる「戦闘」や、知的好奇心を刺激する「創作」等様々な要素を兼ね備えている万能性は他のゲームタイトルと比較しても唯一無二であり、福祉へも大いに活用できる。

【今後の課題と狙い】

以上の分析を踏まえマインクラフトというツールを活用することで、e スポーツは楽しく高齢者の健康寿命を延伸できる存在だと知るきっかけを生み出すことに加え、県内外に福祉への関心の高さを発信することにつながると考察する。また、若者寄りであった e スポーツが高齢者の生きがいにおける新たな選択肢となることで、多世代がより身近に感じられる社会を創出することにも貢献できる。しかし、あくまできっかけであり、今後は効果を認知し、興味関心を持った高齢者が長期的に継続して行えるように手助けする必要がある。そこで、高齢者がマインクラフトに関する知識を定期的にインプットとアウトプットすることが出来る機会の設置や、心理学の面からアプローチするといった新たな医学的エビデンスの提示等を行う。様々な要素を併せ持つマインクラフトの利点を活かし、福祉のツールとしてのさらなる効能解明並びにコミュニティの拡大を目指す。