

2023年7月13日の結果

脳年齢 **46.7** 歳

※「脳年齢」とは、チェック結果から算出された目安です。生活習慣の見直しや運動効果の確認、健康意識の向上に役立つ健康指標としてお役にしてください。

集中スコア **C**



記憶力スコア **A**



- A 正常な状態です
- B ボーダーラインです
- C 維持向上の活動を

再度本日の結果をご確認頂くには、こちらからパスワードを設定いただく必要があります。

[パスワード設定はこちら](#)

※パスワードを設定しない場合は、スコアや結果画面をご自身で保存してください。

結果を保存したい方は
こちらからダウンロードしてください

[> 結果レポートダウンロード](#)

- ・ブレインパフォーマンスインデックスとは、「のうKNOW」で測定する「脳の健康度」を示す指標です (A: 20.0~50.0 B: 15.0~19.9 C: 0~14.9)
- ・「集中力スコア」は、反応速度や注意力を総合的に評価したスコアです。
- ・「記憶力スコア」は、視覚学習や記憶を総合的に評価したスコアです。
- ・本チェックは、疾病の予防・診断を目的としたものではありません。

脳の健康のため脳活

脳の健康のための情報や、脳トレゲーム、マインドフルネスなど脳活情報が満載。



[▶ 脳について知る](#)



[▶ 気軽にご相談できる場所](#)

ブレインパフォーマンス 維持向上のコツ

健康的なライフスタイルは、脳の活性化にも良い効果が得られます。

生活習慣の改善



運動



禁煙



食事



飲酒

心身の管理



体重



血圧



血糖



脂肪



心の健康



聴力

その他



知的活動



社会活動

監修：東京都健康長寿医療センター

副院長・脳神経内科部長 岩田 淳 先生

[> よくある質問](#)

[> お問い合わせ](#)

[> プライバシーポリシー](#)