

# のうKNOW®の実施方法（タブレット）

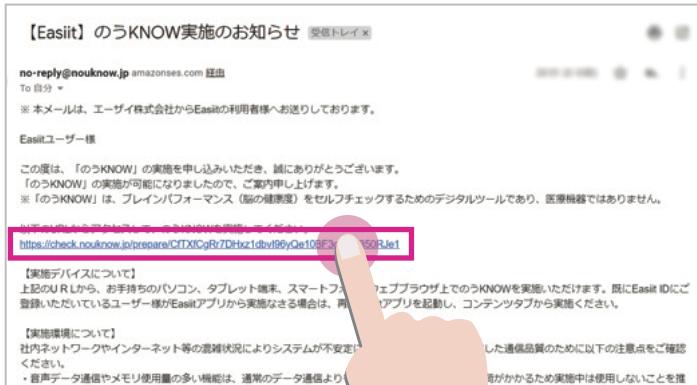


知ることからはじめよう、  
脳の健康。

タブレットから「のうKNOW」を実施する方法を説明しています。実施方法の説明は、1～4まであります。

- 「のうKNOW」の実施画面を開きます。タブレットでは、メールから実施する方法と、二次元コードを読み取って実施する方法があります。

**メールから実施する場合：**メールに記載された URL をクリックします。



## タブレットの対象ブラウザ

ブラウザは、Microsoft Edge 121、Safari 17.3、FireFox 122.0.1、GoogleChrome 121（上記以外のブラウザバージョンをご利用の場合、「のうKNOW」が正常に動作しない可能性があります）

\*2024年3月27日現在

## 二次元コードから読み取る場合：

カメラを起動、または二次元コード読み取りアプリを起動し、別紙の二次元コードにかざします。読み込みが完了すると、画面に表示される「check.nouknow.jpを開く」というメッセージを押します。



## 注意事項

- タブレットは横向きに置いて実施してください。
- タブレットが十分充電されているか、もしくはコンセントに接続しているかを確認してください。
- メガネや老眼鏡が必要な方はあらかじめ準備してください。
- トランプをめくる音などの音が出ます。タブレットからの音量を調整してください。
- 周囲の音が気になる方はイヤホンを利用していただいて結構です。
- 二次元コードは「ブレインパフォーマンスのセルフチェック」と書かれた用紙に記載されたものを読み込んでください。

\*印刷は、A4の紙を推奨します。

2 「「のうKNOW」へようこそ」という画面が表示されるため、説明に従ってA～Dの画面へ進みます。

**A**

「のうKNOW」へようこそ  
知ることからはじめよう、脳の健康。  
ブレインパフォーマンスのセルフチェック

「のうKNOW」は「記憶する」「考える」「判断する」などの脳のパフォーマンスをチェックするツールです。  
「のうKNOW」で現在の脳の健康度をチェックしてみましょう。

▽ 説明をスキップ

**B**

「のうKNOW」へようこそ  
知ることからはじめよう、脳の健康。  
ブレインパフォーマンスのセルフチェック

生年月・性別を入力してください。

1960 年 08 月

女性 ♂ 男性 ♂

利用規約に同意してからチェックを始めてください

利用規約に同意して  
チェックを始める

※本チェックは、疾患の予防・診断を目的としたものではありません。

**C**

「のうKNOW」へようこそ  
知ることからはじめよう、脳の健康。  
ブレインパフォーマンスのセルフチェック

のうKNOW利用規約

のうKNOW利用規約  
のうKNOW利用規約(以下「本規約」といいます。)には、エーザイ株式会社(以下「エーザイ」といいます。)が提供するサービス(以下「本サービス」といいます。)に関する利用条件が記載されています。本サービスの利用にあたっては、本規約をお読みいただき、内容についてご同意いただく必要があります。

第1条(本規約の適用)

> 戻る

**D**

「のうKNOW」へようこそ

これから4つのトランプチェックを実施いただきます。

✓ 4つのチェックの前に、それぞれ実施方法が表示され、簡単な練習があります。  
✓ 所要時間は約15分です。十分に充電されていることを確認ください。  
✓ タブレットをご使用の場合は、横向きにしてください。  
✓ 「チェック開始」の後は、テストの結果に影響を及ぼすため、前の画面に戻ることはできません。

準備ができたら、開始ボタンを押してください。

> チェック開始

※本チェックは、疾患の予防・診断を目的としたものではありません。

チェックは1回分です。一度チェックを完了すると、二次元コードやURLは無効になります。

実施結果を後日確認するために、一定期間、本URLをご使用いただけます。



## URLをクリックした後の画面の注意事項です。

1. URLをクリック後・二次元コード読み込み後、下記の画面が表示されますが、こちらのトランプは押しても反応しません。



3. 生年月を入力後、「こちら」をタップすると利用規約のページが開きます。



2. URLをクリック後・二次元コード読み込み後の画面の最下部に「チェックへ進む」ボタンが現れるため、そちらを押してください。



4. 内容を確認したら、「戻る」ボタンをタップすると前のページへ戻り、「利用規約に同意してチェックを始める」ボタンをタップするとチェックへ進めます。



- 3** 4つのチェック（①～④）を開始します。それぞれのチェックの前に実施方法が表示され、開始前に練習が可能です。

※素手で操作される方は、指の腹でボタンを確実に押しましょう。

### ①脳の反応速度チェック



難易度：★☆☆　目安時間：3分

カードがめくられたら、「はい」を押します。

※早めのテンポで進んで行きます。

### ②注意力チェック



難易度：★☆☆　目安時間：3分

カードが赤の場合は「はい」、黒の場合は「いいえ」を押します。

※早めのテンポで進んで行きます。

### ③視覚学習チェック



難易度：★★★　目安時間：6分

見たことのあるカードが出たら「はい」を、初めて見るカードが出たら「いいえ」を押します。

（考えすぎず直感で選択しましょう）

※最初に出るカードは、初めて出るカードなので「いいえ」からスタートです。

※このチェックは、少し長いですが、最後まで実施しましょう。

### ④記憶力チェック



難易度：★☆☆　目安時間：3分

1つ前のカードと同じカードが続いたら「はい」を、それ以外のカードが出たら「いいえ」を押します。

※最初に出るカードは、初めて出るカードなので「いいえ」からスタートです。

※「のう KNOW」は、疾病の診断や予防を目的としたものではありません。

### 注意事項

- 4つ目のチェックが終了した後に、再度4つのなかで同じチェックを実施する場合があります。チェック実施中の「通信が不安定」「未操作時間が長い」場合などです。正しい結果判定を得るために、結果が思わない人が再チェックになるわけではありません。
- 通信環境や体調不良、操作の不具合などの際は、無理をせず、中断も可能です。中断する場合は、表示しているウェブページを閉じてください。メールに記載されたURLからやり直し（最初からチェックを実施）いただけます。なお、10回まで再実施が可能です。終了までの目安時間は15～20分ですので、それ以上時間を有する場合も中断し、最初からチェックを実施してみてください。

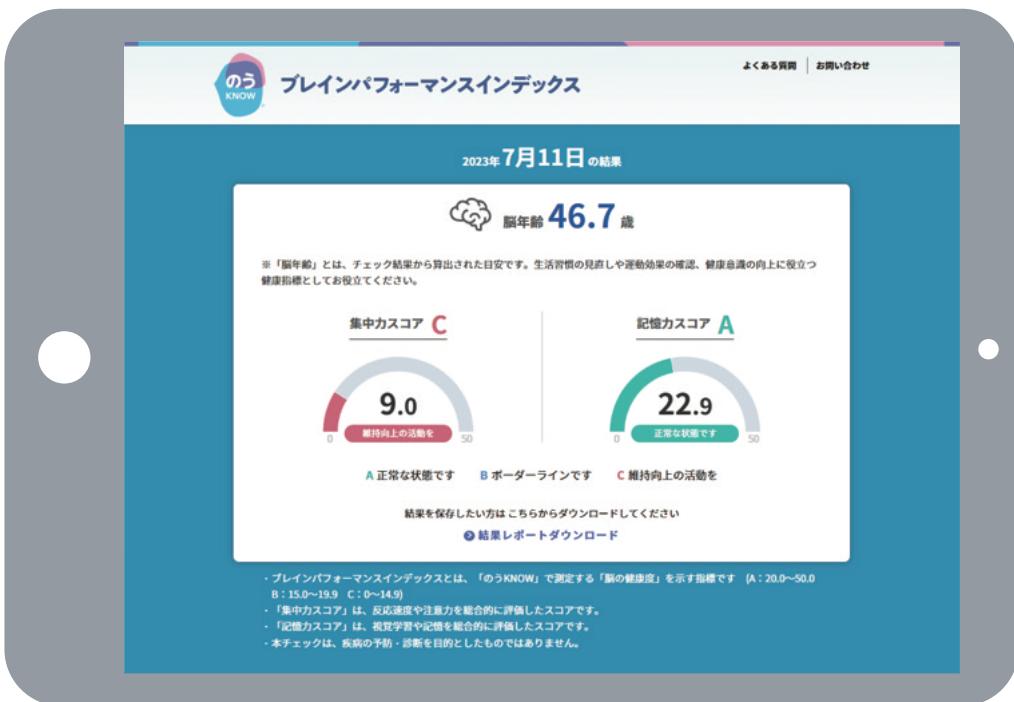
- 4 チェックが全て終了すると、同年代と比較した場合の現在のブレインパフォーマンス（脳の健康度）が結果として表示されます。

 集中力スコア：

ブレインパフォーマンスに関する**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：

ブレインパフォーマンスに関する**視覚学習や記憶力**を総合的に評価したスコアです。



ブレインパフォーマンスインデックスは体調によって変動しやすい指標になります。

※「のう KNOW」は、疾病の診断や予防を目的としたものではありません。

## 結果について

ブレインパフォーマンスの集中力スコア・記憶力スコアそれぞれが A・B・C で表示されます（A：正常な状態、B：ボーダーライン、C：維持向上のための活動を取り入れましょう）。

また、集中力スコア・記憶力スコア 0 ~ 50 の BPI (Brain Performance Index : 脳の健康度を示す指標) スコアが表示されます。

\*BPI 20.0 ~ 50.0 : A BPI 15.0 ~ 19.9 : B BPI 0 ~ 14.9 : C

結果について、詳しく知りたい方は、「のうKNOW」サイトのよくある質問ページにある「結果について」をご覧ください。

右の二次元コードを読み取ると、サイトをご覧いただけます。



エーザイ株式会社

DTIE1037DKA  
2024年2月作成