

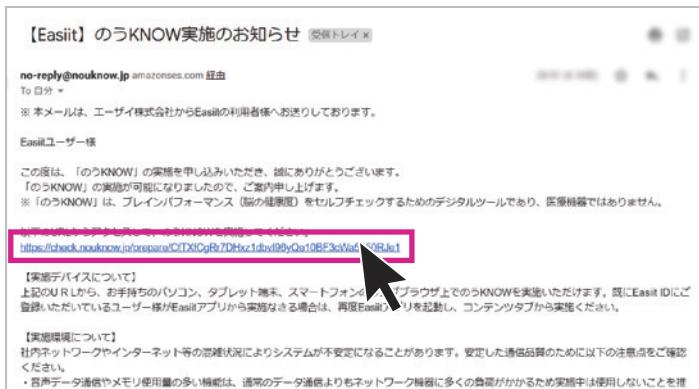
のう KNOW の実施方法（パソコン）



知ることからはじめよう、
脳の健康。

パソコン（メール）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。

1 メールに記載された URL をクリックします。



パソコンの対象ブラウザ

ブラウザは、Internet Explorer 11 以上、Safari 13.0 以上、Google Chrome 80.0 以上（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）

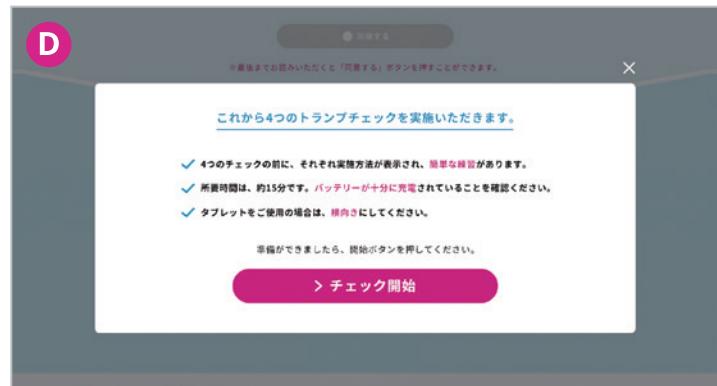
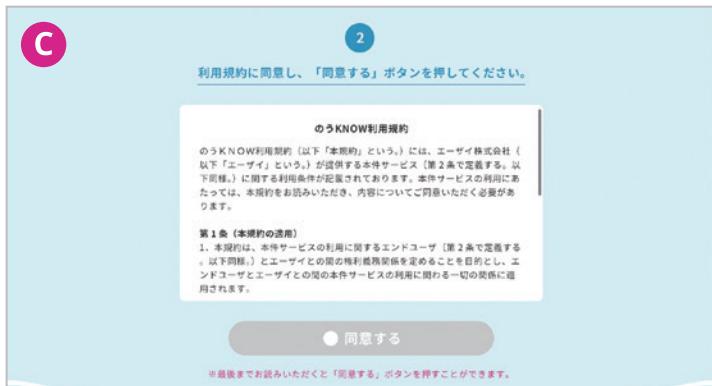
画面解像度は（横 1024×縦 768 ピクセル）以上に対応しています。

※2020 年 3 月 31 日現在

注意事項

- パソコン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。パソコン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。

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。



チェックは 1 回分です。一度チェックを完了すると、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。

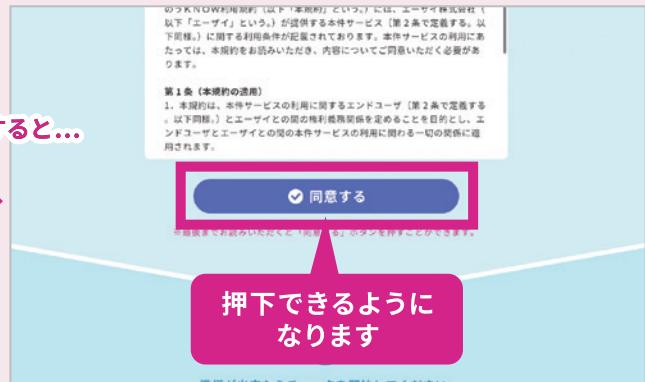
1. URL をクリックした後、下記の画面が表示されますが、こちらのトランプは押しても反応しません。



2. URL をクリックした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。

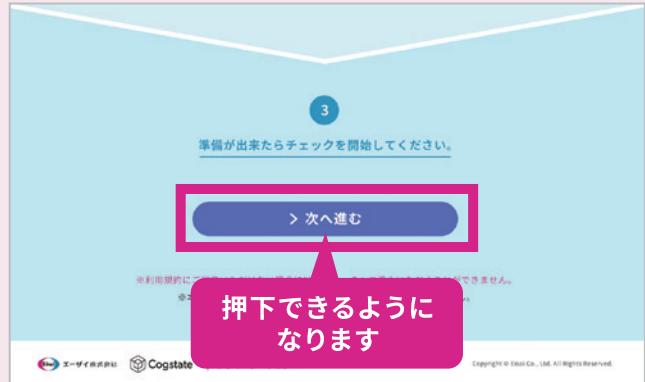


3. 生年月を入力後、利用規約の同意画面が表示されます。下記のように最後までスクロールしてください。



※スクロールとは、表示画面上の文字や図表を、上下・左右に動かしながら表示することです。

4. 「同意する」ボタンを押すと、その下にある「次へ進む」ボタンを押すことができるようになります。



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。パソコンでは、「はい=K」「いいえ=D」のキーボードのボタンを使用します。予めキーボードの位置を確かめておきましょう。

①脳の反応速度チェック

最初は、ここに
指示が出ます

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。
パソコンの場合はキーボードの「K=はい」のボタンを押します。
※早めのテンポで進んで行きます。

②注意力チェック

最初は、ここに
指示が出ます

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。
パソコンの場合はキーボードの「K=はい」「D=いいえ」のボタンを押します。
※早めのテンポで進んで行きます。

③視覚学習チェック

最初は、ここに
指示が出ます

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）パソコンの場合はキーボードの「K=はい」「D=いいえ」のボタンを押します。

※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。
※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

最初は、ここに
指示が出ます

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。パソコンの場合はキーボードの「K=はい」「D=いいえ」のボタンを押します。

※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。

疾病の予防や診断を目的としたものではなく、健康意識を高めるために行っていただくことを目的としています。

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。

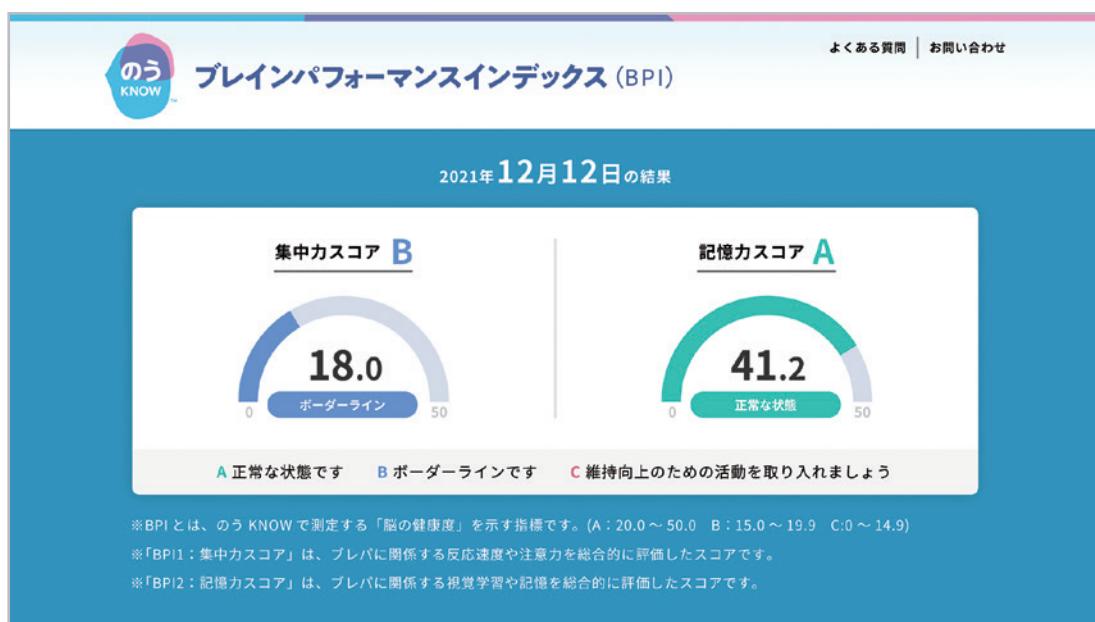
4 チェックが全て終了すると、同年代と比較した場合の現在のブレインパフォーマンス(脳の健康度)が結果として表示されます。

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**を総合的に評価したスコアです。



BPIは体調によって変動しやすい指標になります。

疾病の予防や診断を目的としたものではなく、健康意識を高めるために行っていただくことを目的としています。

■ 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QRコードを読み取ると、サイトをご覧いただけます。

※QRコードは、株式会社デンソーウェーブの登録商標です。



エーザイ株式会社

DTIE1026BKA
2021年7月作成