

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

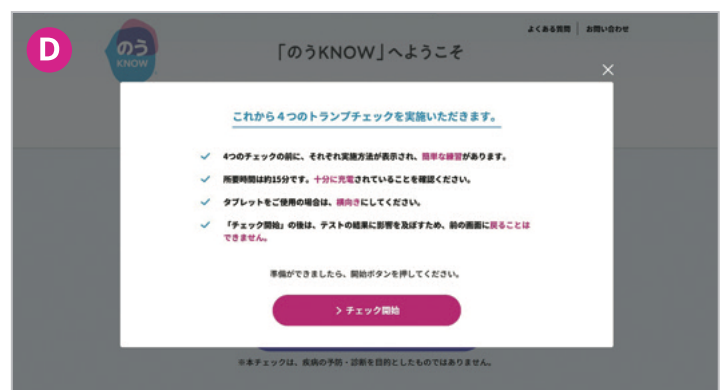
ブラウザは、Microsoft Edge 121、Safari 17.3、
FireFox 122.0.1、GoogleChrome 121（上記以外の
ブラウザバージョンをご利用の場合、「のうKNOW」が
正常に動作しない可能性があります）
画面解像度は（横 1024× 縦 768 ピクセル）以上に対応
しています。

*2024年3月27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いただいても結構です。

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、「こちら」を押下すると利用規約のページが開きます。



4. 内容を確認したら、「戻る」ボタンを押下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」ボタンを押下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。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いきます。

②注意カチェック

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いきます。

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記憶カチェック

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。

※「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ですので、結果が思わしく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。

✓ **集中カスコア：**

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。

✓ **記憶カスコア：**

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カスコア・記憶カスコアそれぞれが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、集中カスコア・記憶カスコア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、サイトをご覧ください。

