



脳の健康度チェック のうKNOW® 体験者を募集します！

～ 知ることからはじめよう ～

身体やこころの健康だけでなく、脳の健康を考えるきっかけづくりとして、働き盛り世代である30～50代の県民を対象に、脳の健康度チェック「のうKNOW」の体験者（先着100名）を募集します。



■背景・目的

日本の認知症高齢者数は令和2年に約600万人と推計され、令和7年には、約700万人に増加することが見込まれており、これは65歳以上の5人に1人の割合です。島根県の認知症高齢者数は、令和2年の43,900人から令和7年には44,900人に増加すると推計されています。

これまで身体やこころの健康においては、体重・血圧管理、食事、運動、睡眠、労働時間など生活習慣の改善をはじめとした積極的な取り組みが行われてきましたが、脳の健康は、客観的指標が一般化されておらず、あまり意識もされてきませんでした。

脳の機能は働き盛りの世代から、少しずつ衰えが始まっています。目に見えない脳の健康度を見える化することによって、自身の脳の健康を考えるきっかけづくりを目的として、この度、働き盛り世代である30～50代の県民を対象に、脳の健康度チェック「のうKNOW」の体験者を募集します。

■「のうKNOW」について

- ・「記憶する」「考える」「判断する」などの脳の健康度を気軽にチェックすることができます（所要時間約15分）。
- ・自宅のパソコンやタブレット、スマートフォンを使って、トランプカードで記憶力などをチェックします。
- ・脳の健康を維持するために役立つ情報が掲載されます。

※ 「のうKNOW」は疾病の予防や診断ではなく健康意識の向上を目的としています。



■申込み

- ・対象者：島根県に在住の30～50代の方（先着100名）
- ・費用：無料 ※パケット通信料等は自己負担
- ・申込：下記のURLまたは右記コードからお申込み



(URL) https://apply.e-tumo.jp/pref-shimane-u/offer/offerList_detail?tempSeq=15919

※後日「のうKNOW」体験の専用サイトURLをメールにてご案内します

※ 別途、民間の配信サービスを利用し、情報発信する予定です。

島根創生計画	V 健やかな暮らしを支える 1 保健・医療・介護の充実 (3) 介護の充実 (P.59)
--------	--

【県 HP】

(島根創生を進めるための新規・拡充施策(令和 5 年度版))

<https://www.pref.shimane.lg.jp/admin/seisaku/keikaku/shimanesousei/index.data/shinkikakujuR5.pdf>

(島根創生計画)

https://www.pref.shimane.lg.jp/admin/seisaku/keikaku/shimanesousei/index.data/souseikeikaku_illustrated.pdf

