

スマホで  
かんたん

QRコードから(無料)



年齢を問わずどなたでも  
脳の健康偏差値がわかる

# 脳の健康 3分チェック

## 3分チェックでわかる 脳の健康状態とは

認知機能は医療機関で測るのが一般的でしたが  
ご自身のスマートフォンやタブレットを使って  
手軽に“脳の健康状態”をチェックできます。

- ✓ あなたの「**注意力指数**」
- ✓ あなたの「**処理能力指数**」
- ✓ 全国の同世代・性別の人と比較「**脳の健康偏差値**」



本テストは東北大学加齢医学研究所の研究成果に基づき  
独自の方法で算出しております。

サインアップすると・・・

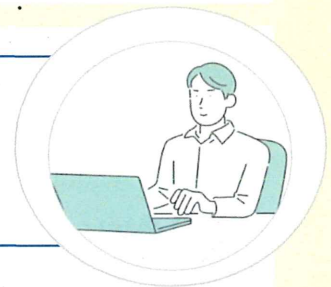
全国の同世代・性別の人と比べた偏差値がわかる！

## テストの結果例

総合点	86/100点
偏差値	60
注意力テスト	44/100点
偏差値	56
処理機能テスト	42/100点
偏差値	46

## どのようなテスト？

3分の間に、2種類の簡単な質問に答えるだけ。  
・集中力や計算能力などに影響する「注意力」  
・記憶力や判断力、ストレス耐性に影響する「処理機能」  
これらの認知機能を、数値化します。



## 01 注意力テスト

残り時間: 14

この文字は何色？

くる

あお きいろ くら  
みどり あか

表示する文字の意味に  
まどわされないよう  
「文字の色」を選択！

## 02 処理機能テスト

第1問

出てきた順に  
数字を入力！

5 | 1 2 3 | 7

4 5 6  
7 8 9  
x 0 OK

ランダムに現れる  
数字の順番を覚えて  
表示順に入力！



# 認知機能と 海馬の関係

わずか数センチ！  
人間の記憶をつかさどる  
小さな部位をひも解きます。

瀧 靖之 教授  
東北大学加齢医学研究所  
医師・医学博士

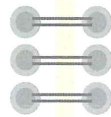


## 海馬とは？

「海馬」は記憶をつかさどる部位であり、脳の中で最も早く認知機能低下の兆候が現れます。

## 脳の萎縮は30代から!?

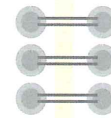
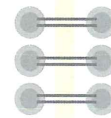
認知症で最も多いアルツハイマー型認知症は顕著な脳萎縮を特徴としていますが、脳の中でも海馬の萎縮は、早い人で30代から始まります。また、生活習慣により加速度的に進行します。



**Q.** 海馬は、脳のなかで唯一「生まれ変わる」って本当？

**YES!!** **A.** 本当です

海馬は神経の生まれ変わり（神経新生）が起きる、数少ない部位でもあります。神経新生の起きる海馬を分析することで脳の「認知機能の測定」が出来るというわけです。



## 認知症にならないためには

アルツハイマー型認知症は遺伝的素因だけでなく、いわゆる「生活習慣病」であることがわかっています。また、認知症のリスク要因のうち、生活習慣等の改善で減らすことができる要因は、全体の約40%を占めるといわれます。

**認知症予防には、30代・40代から生活習慣の改善を**

スタートすることが非常に大切です。

出典：Lancet. 2020 Aug8;396(10248):413-446



## まずはご自身の「海馬」を知ることから

頭部MRIで撮影した画像をAIで解析。脳の海馬体積と海馬占有率を測定し、同世代・性別と比較した脳の健康状態を可視化します。

ブレインスイートは「生涯健康脳」の実現を、脳医学の観点からサポートする認知症リスク検査サービスです。



海馬MRI検査 BrainSuite (ブレインスイート)

お問い合わせ

社会医療法人one FLAG  
牧病院

TEL : 06-6953-0120