

脳の健康相談会

まだまだ元気だけど、脳の健康について興味がある
 日常の中で認知症予防をしていきたい
 認知症についてきちんと知りたい
 最近ものの忘れが気になる

など、ご相談ください。

事前
予約制

認知症地域支援推進員や保健師、
社会福祉士が対応します！

【対象】40歳以上の市民（認知症の診断を受けている方は除く）

【日付】第3火曜日（詳しくはチラシ裏面をご覧ください。）

【時間】①9時30分～ ②11時～ ③13時30分～

【場所】防府市役所本館2階 高齢福祉課

【内容】脳の健康を保つための生活習慣のアドバイス
 認知症や予防についての相談
 デジタルツール「のうKNOW」や「ONSEI」の体験

【申込み】電話またはFAXにて、1週間前までにお申し込みください。
 FAXは、下の空欄に記入し送信してください。
 予約状況によって、ご希望に添えないことがあります。あらかじめご了承ください。

【FAX 送信用】 右欄記入し 0835-23-2976 まで送信	名前		生年月日	西暦	年	月	日
	連絡先	() —					
	希望日時	月	日	①9時30分～	②11時～	③13時30分～	

※チラシ裏面から日程を選択し記入してください。
 時間に○をつけてください。

問い合わせ先

防府市高齢福祉課 地域包括ケア係 TEL:0835-25-2964
 FAX:0835-23-2976

開催日時について

- 毎月第3火曜日

R8年 9月15日	R9年 1月19日
R8年10月20日	R9年 2月16日
R8年11月17日	R9年 3月16日
R8年12月15日	

時間

- ①9時30分～
- ②11時～
- ③13時30分～

のう KNOW・ONSEIについて

- 「のう KNOW」や「ONSEI」などの

デジタルツールを実施しています。

疾病の予防や診断を目的としてもではなく、健康意識をたかめることを目的としています。

- のう KNOW -

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。

チェックは4種類



- 1.脳の反応速度チェック
- 2.注意力チェック
- 3.視覚学習チェック
- 4.記憶力チェック

画面で表示されるトランプカードが自動的にめくられるので「はい」「いいえ」で応えてチェックします。



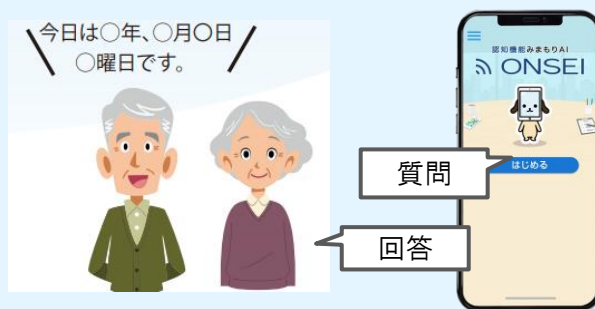
チェックが全て完了すると、結果が表示されます。結果画面には、あなたの脳の健康を維持するために役立つ情報が掲載されています。

- ONSEI -

「声」を分析！
～気軽に認知機能チェック～

ONSEIは、簡単な質問に声で回答するだけで、
認知機能の変化を知ることができるアプリです。

①アプリからの質問に声で回答



②音声特徴を 抽出・解析



③約 20 秒で 結果判別

維持してます

変化あり

維持してます：定期的にチェックしましょう
変化あり：生活習慣を見直しましょう