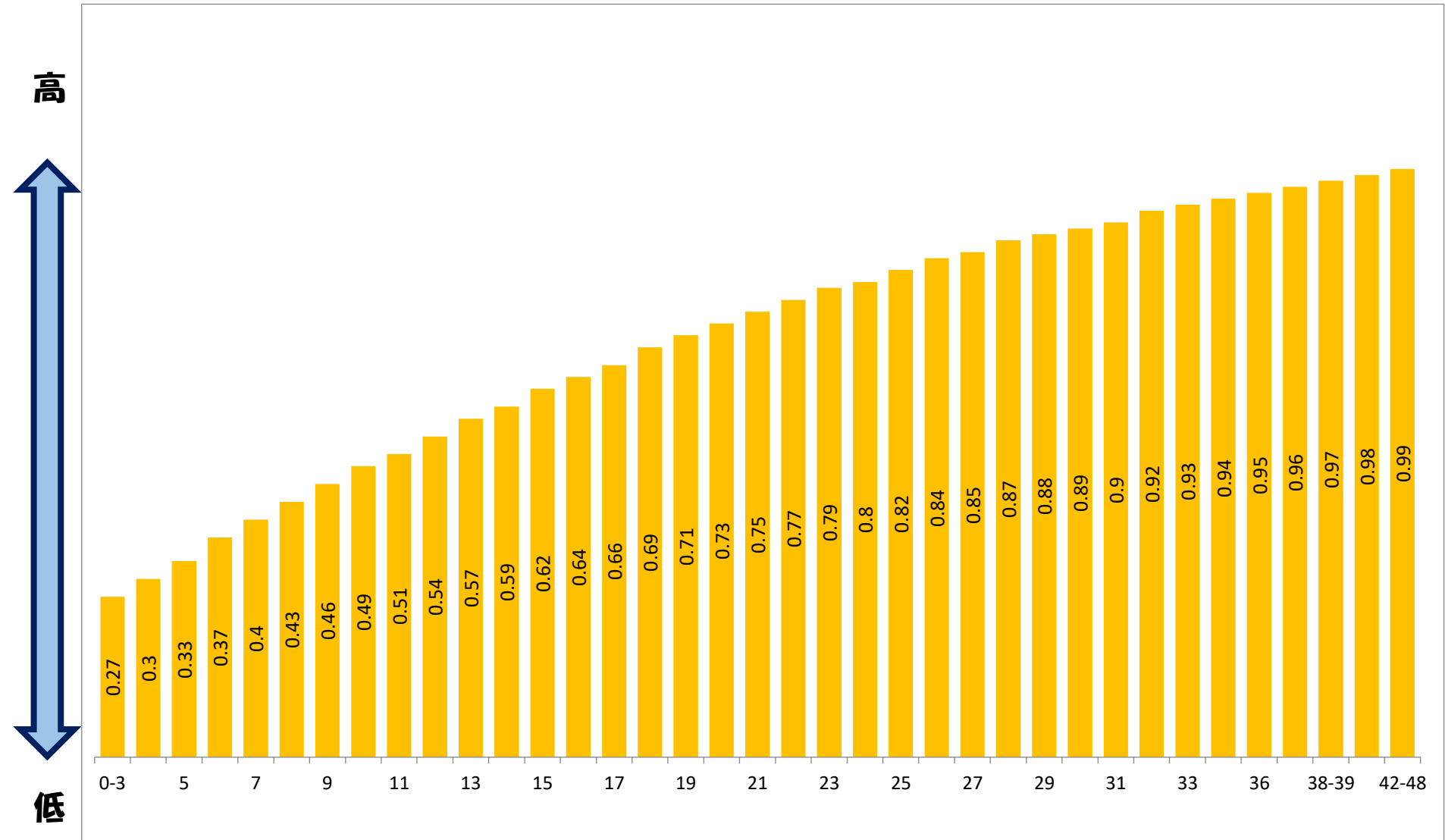


あなたの3年後の元気度は 何パーセント？

～年齢の平均と照らし合わせてみましょう～



あなたの元気度は _____ %
あなたの年齢での平均は _____ %

★運動機能の低下の心配がある ☐
★口腔機能の低下の心配がある ☐

元気度とは？

これから約3年間のあいだ、あなたが「やりたい！」と思った身の回りのことを、人の助けを借りずにご自身の力でやり続けられる可能性をあらわす数字です。
千葉大学などの研究グループによって開発されました。

(辻大士ほか，日本公衆衛生雑誌，2017)