静岡県

静岡県民限定

無料
随時受付中

年に一度の自己診断

健康管理に！

毎年チェック！
食と生活習慣

ちゃっぴー
©静岡県

ふじっぴー
©静岡県

スマホで簡単！

結果がすぐわかる！

チェックの流れ

1. **あなたの直近1か月の食事や生活習慣**をスマートフォンもしくはパソコンから質問票に回答します。
2. 栄養素ごとに**食習慣の改善策**がすぐにわかります。
3. **今後10年のがんと循環器疾患になるリスク**もわかります。※40歳以上70歳未満の方に表示します。

※この調査は、静岡県と静岡社会健康医学大学院大学が実施しており、調査結果は県や市町の健康施策に活用させていただきます。

対　象　**18歳以上の静岡県民の方**（静岡県在住者・在勤者・在学者）

参加方法　**PC・スマートフォンから質問票に回答してください**
（回答時間:15～30分程度）

《パソコンはこちら》
https://rok.rokproject.jp/nr　静岡SPH　食　検索

《スマートフォンはこちら》

グループコード登録で企業・事業所等の集団集計が可能！健康経営に活用できます。
←グループコード登録についての詳細はこちら

【問い合わせ先】moni@s-sph.ac.jp

静岡社会健康医学大学院大学
SHIZUOKA GRADUATE UNIVERSITY OF PUBLIC HEALTH