

ヘルステザインプログラム

# 食と健康

ヘルスマニター  
募集  
先着15名

平成30年  
3月4日(日)

あなたの食事・栄養の特徴を分析！  
食習慣を見直してみませんか。

お申し込みは店頭レジにて

**参加費無料**

- BDHQ（簡易型自記式食事歴法質問票）
- 食養生に関するミニ講和
- 健康なんでも相談会

時間：午後 1：30～2：45



あなたの食習慣についておたずねします  
最近1か月間の食習慣について、お答え下さい

くさん質問がありますが、あまり考え込まずに、  
一印象でお答えください。

- 質問の内容が難しい場合には、  
あなたの家で食事の準備をおもにしているひと  
いっしょに考えながら、答えてください。
- すべての質問にお答えいただいた場合には、  
あなたご自身の健康維持・増進に役立てていただけるように、  
簡単な結果【あなたの食事・栄養の特徴】を後日お返しいたします。

答えていただいた内容は、食・物と健康との関連を明らかにし、  
誰もが健康な生活を送れるようにするための貴重な資料として活用させていただきます。  
結果はあくさんのひとたちの平均値などの数値として公表されます。  
ご本人がわかるような形で公表されることは絶対にありません。

【入力】  
黒の鉛筆でご記入ください。  
手紙は機械で読み取ります。  
#枠線にかからないように  
ご記入ください。

入例  
2|3|4|5|6|7|8|9

にある3点を結んでください。  
枠線に線が入れないように  
ください。

悪い例

妊婦中・授乳中の方は下記該当に記載（もしくは

備考欄

担当者記入欄  
・ID1は必ず数字で  
（記号・アルフ  
・IDは、「左詰めで

ID1  
ID2  
ID3

～ 沖縄県健康食品管理士会・ミドリの保健室 共催 ～

有限会社くすりのミドリ  
ミドリの保健室  
沖縄県沖縄市東2-26-1

電話：098-929-3356