




# 食習慣調査

アンケートの  
答え方 

2025年3月10日までに  
回答ください

はじめに 食習慣調査の回答は「My Health Web」から行います。

- 1 お手持ちのスマートフォンのブラウザ、または「MHWアプリ」から「My Health Web」にログインします。



- 2 トップ画面から「食習慣調査」を選択します。



- 3 以降のアンケート画面で、食習慣調査についてお答えください。

あまり考え込まずに  
第一印象でどんどん  
答えていきましょう。



- 4 最後の設問まで答えたら、「送信する」ボタンを押してください。

アンケート

1ヶ月のあいだ、以下の食べ物をどのくらいの頻度で食べていましたか？

設問 1: 料理に使った野菜(漬け物・サラダ以外) [緑の濃い野菜 フロッコリー・ゴーヤーを含む] 

毎日2回以上

毎日1回

週4~6回

週2~3回

週1回

週1回未満

食べなかった

アドバイスは後ほど、「My Health Web」で  
還元します。  
アドバイスをふまえ、今後の食習慣の改善に  
お役立て下さい。

