



日英共同研究のオンラインアンケートにご協力ください

— 食事タイプとメンタルヘルスの関係性に関する調査研究 —

18歳以上40歳以下で、日本語のオンラインアンケートに回答していただける方を大募集！

【本研究に係る機関と研究責任者】



北海道情報大学
西平 順 (医療情報学部 教授)



ローハンプトン大学 (英国・ロンドン)
ピリル・ヘプソマリ (心理学部 講師)

【研究の内容】

社会の状況が大きく変化する昨今、メンタルヘルスに不調を感じる方がたくさんいます。では、メンタルヘルスを良好に保つためには、どのような方法があるのでしょうか。本研究では、食事という日常生活に欠かせない行動に注目し、メンタルヘルスとの関係性を検討します。

【オンラインアンケートの内容】 ※ご自身の端末から、ご都合の良い時間帯に回答できます

- ◀ 前半 (所要時間19分程度) ▶
 - 性別や年齢などの基本的な情報、生活習慣、食事タイプ、性格、メンタルヘルスなど
- ◀ 後半 (所要時間30分程度) ▶
 - 食材ごとの食べる頻度や量など

【参加までの流れ】

1. 同意説明文書を読む
2. google formから研究への参加意思登録をする
3. 続けてgoogle formからオンラインアンケート前半に回答する
4. 回答送信後の確認メールに記載されたURLから、オンラインアンケート後半に回答する

興味をお持ちの方、ご参加いただける方は以下のURLまたは
二次元コードより詳細をご確認ください

URL : https://hisc-do-johodai.jp/news/foodtype_enq/



アンケートに全てお答えいただいた方全員を対象に、普段の食生活を振り返ったり見直したりすることに役立つ『**あなたの栄養摂取状況レポート**』をお送りします！

毎日の食事による、あなたの
栄養バランスがわかります！

