

自分の身長と体重のバランスを確かめてみましょう

$$\text{肥満度} = (\text{自分の体重(kg)} - \text{身長別標準体重}) \div \text{身長別標準体重} \times 100(\%)$$

はじめに

自分の身長は cm、体重は kg

身長別標準体重

$$\text{下の表の a} \times \text{身長} - \text{下の表の b} = \text{身長別標準体重}$$

肥満度

$$\left(\text{自分の体重} - \text{身長別標準体重} \right) \div \text{身長別標準体重} \times 100 = \text{肥満度}$$

身長別標準体重を求める係数と計算式

年齢 (歳)	男子		女子	
	a	b	a	b
12	0.783	75.642	0.796	76.934
13	0.815	81.348	0.655	54.234
14	0.832	83.695	0.594	43.264
15	0.766	70.989	0.560	37.002
16	0.656	51.822	0.578	39.057
17	0.672	53.642	0.598	42.339

肥満度に基づく判定

肥満度	判定
50%以上	高度肥満
30%以上 50%未満	中等度肥満
20%以上 30%未満	軽度肥満
-20%以上 ~ 20%未満	普通
-30%超 ~ -20%未満	やせ
-30%以下	高度やせ



【参考】

成人の場合は、「BMI」で判定できます。

$$\text{BMI} = \text{体重 (kg)} \div (\text{身長 (m)} \times \text{身長 (m)})$$

BMIに基づく判定

18.5 未満	やせている
18.5 以上 25 未満	標準
25 以上 30 未満	肥満
30 以上	高度肥満