



肥満度を計算してみよう



「肥満度」とは、標準体重に対してどのくらい体重がオーバー、あるいは不足しているかを表したものです。

1 身長別標準体重を計算する（係数 a と係数 b は下の表から選んでください）

$$\left(\text{係数 a : } \quad \times \text{身長 } \boxed{\text{cm}} \right) - \text{係数 b : } \quad = \boxed{\text{身長別標準体重}} \text{ kg}$$

2 1 で計算した身長別標準体重を当てはめて計算する

$$\left(\text{体重 } \boxed{\text{kg}} - \text{身長別標準体重 } \boxed{\text{kg}} \right) = \boxed{\quad}$$

3 次の計算式に当てはめて肥満度を出す

$$\left(\boxed{\quad} \div \text{身長別標準体重 } \boxed{\text{kg}} \right) \times 100 = \boxed{\text{肥満度}} \%$$

【計算例】 身長140cm, 体重38kg の 11歳男子 の場合

1 係数a 0.782 × 身長 140 - 係数b 75.106 = 身長別標準体重 34.374

2 体重 38 - 身長別標準体重 34.374 = 3.626

3 3.626 ÷ 身長別標準体重 34.374 × 100 = 肥満度 10.5486% → 肥満度 10.5%

肥満度の判定区分で見ると「標準」の判定になります！

身長別標準体重を求める係数 (男子)		
年齢	係数 a	係数 b
6歳	0.461	32.382
7歳	0.513	38.878
8歳	0.592	48.804
9歳	0.687	61.390
10歳	0.752	70.461
11歳	0.782	75.106
12歳	0.783	75.642
13歳	0.815	81.348
14歳	0.832	83.695
15歳	0.766	70.989

身長別標準体重を求める係数 (女子)		
年齢	係数 a	係数 b
6歳	0.458	32.079
7歳	0.508	38.367
8歳	0.561	45.006
9歳	0.652	56.992
10歳	0.730	68.091
11歳	0.803	78.846
12歳	0.796	76.934
13歳	0.655	54.534
14歳	0.594	43.264
15歳	0.560	37.002

【肥満度の判定区分】	
判定区分	肥満度
高度肥満	+50%以上
中等度肥満	+30%以上 +50%未満
軽度肥満	+20%以上 +30%未満
標準	-19%以上 +20%未満
やせ	-20%以下 -30%未満
高度やせ	-30%以下