



サイト内を検索

Search

情報提供メニュー

e-ヘルスネット > 生活習慣病予防 > 生活習慣病の予防のために > BMIチェックツール



関連記事一覧

BMIチェックツール

生活習慣病の予防のために

BMIチェックツール

メタボリックシンドローム改善のための基本戦略

あなたの身長、体重を入力し、計算ボタンを押してください。

身長

172

cm

体重

53

kg

計算

【計算結果】

あなたのBMIは **17.9** kg/m²です。

BMI (Body Mass Index) は、[体重(kg)] ÷ [身長(m)²] によって算出される、肥満度の国際的な指標です。

あなたのBMIは、下表の黄色の部分にあたります。

肥満度分類^{[1]p.2} 表1-3を参考に作成

BMI (kg/m ²)	判定
18.5 未満	低体重
18.5 以上 25.0 未満	普通体重
25.0 以上 30.0 未満	肥満 (1度)
30.0 以上 35.0 未満	肥満 (2度)
35.0 以上 40.0 未満	肥満 (3度)

40.0 以上

肥満（4度）

（最終更新日：2023年01月20日）



やまぎし かずまさ

山岸 良匡

筑波大学医学医療系 社会健康医学 教授

茨城県出身。2000年筑波大学医学専門学群（現・医学類）卒業、03年筑波大学大学院博士課程修了。医師、博士（医学）、社会医学系専門医・指導医。筑波大学講師、准教授、ミネソタ大学客員講師などを経て、19年より現職。循環器疾患などの生活習慣病の予防実践と疫学研究が専門。

参考文献

1. 日本肥満学会. 肥満症診療ガイドライン2022. ライフサイエンス出版, 2022



このサイトについて

〒100-8916 東京都千代田区霞ヶ関1-2-2

© Ministry of Health , Labour and Welfare, All Rights Reserved.