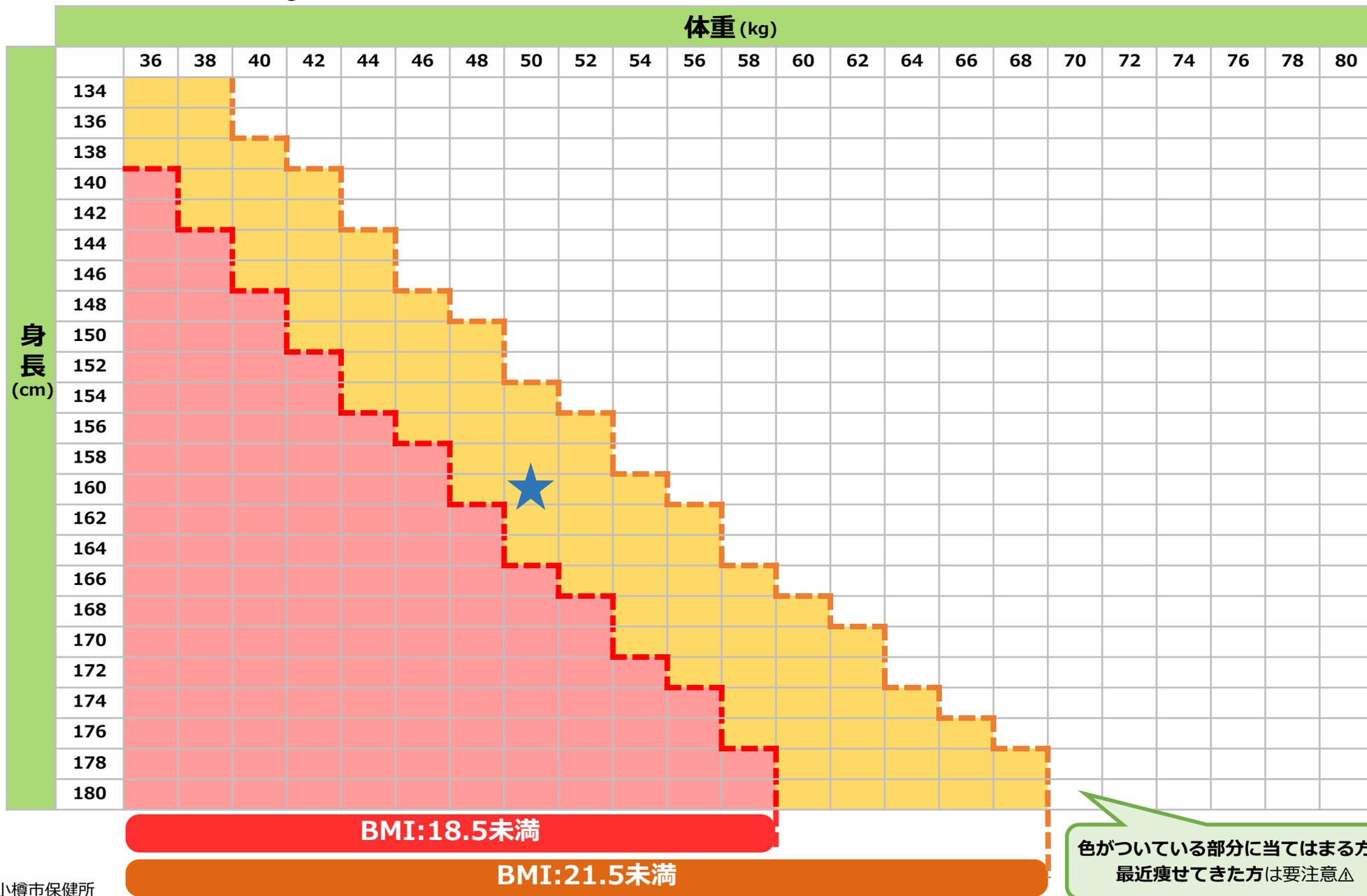


# 体格チェック表 ~身長・体重を当てはめてみましょう~

(例) 身長160cm 体重50kgの場合、★印の位置になります。BMI 21.5未満となり、特に**フレイルに注意が必要**です。



BMI:18.5未満

BMI:21.5未満

色がついている部分に当てはまる方や最近痩せてきた方は要注意△