

参加申し込み用紙

(ふりがな)

児童氏名：

性別：(男 ・ 女)

生年月日：平成 年 月 日

年齢： 歳

身長： cm

標準体重： kg

体重： kg

肥満度： %

学校名：

学年：

(ふりがな)

保護者氏名：

郵便番号・住所：〒 —

電話番号：() —

※ 携帯番号など、9:00～17:00 の間で必ず連絡が可能な連絡先の記入をお願いします。参加者人数の調整の為、こども健康教室係から電話連絡させていただく事があります。

参加希望日 (レ点をふってください)

- 平成 24 年 7 月 26 日 (木) 参加希望
- 平成 24 年 7 月 27 日 (金) 参加希望
- 参加できればどちらでも良い
- 希望した日が定員オーバーの場合は、別の日への変更可能

(第一希望の日にもレ点をふってください)

昼食希望：1名分 450 円です。おつりの無いようにご準備下さいますようお願いいたします。

和食 名

洋食 名

※ 受付は先着順となっております。定員になり次第締め切らせていただきますのでご了承ください。

※ 必要事項の記入のない場合や保険証のコピーが同封されていない場合は受付できませんので必ずご確認のうえ、お申し込みください。

【 申し込み締め切り 】 平成 24 年 7 月 6 日 (金) 必着

参考資料①

【肥満度計算表】

以下の計算式に従って計算してください。

$$\text{肥満度 (\%)} = \frac{(\text{実際の体重} - \text{標準体重}) \times 100}{\text{標準体重}}$$

※ 標準体重は、別紙(男女別・年齢別・身長別標準体重表)参照してください。

【肥満度による判定区分】

区分	判定
50%以上	ふとりすぎ
30%以上 50%未満	ややふとりすぎ
20%以上 30%未満	ふとりぎみ
マイナス 10%超 20%未満	ふつう
マイナス 20%超 マイナス 10%以下	やせ
マイナス 20%以下	やせすぎ

☆お子さんとご家族と一緒に体重測定、計算して肥満度を調べてみて下さいね☆

男女別 ・ 年齢別 ・ 身長別標準体重 (kg) <男子> 1

	5歳	6歳	7歳	8歳	9歳	10歳	11歳	12歳	13歳	14歳	15歳	16歳	17歳
係数a	0.386	0.461	0.513	0.592	0.687	0.752	0.782	0.783	0.815	0.832	0.766	0.656	0.672
係数b	23.699	32.382	38.878	48.804	61.390	70.461	75.106	75.642	81.348	83.695	70.989	51.822	53.642
身長(cm)	標準体重	標準体重	標準体重	標準体重	標準体重	標準体重	標準体重	標準体重	標準体重	標準体重	標準体重	標準体重	標準体重
95	13.0												
96	13.4												
97	13.7												
98	14.1												
99	14.5												
100	14.9												
101	15.3	14.2											
102	15.7	14.6											
103	16.1	15.1											
104	16.4	15.6											
105	16.8	16.0											
106	17.2	16.5											
107	17.6	16.9	16.0										
108	18.0	17.4	16.5										
109	18.4	17.9	17.0										
110	18.8	18.3	17.6										
111	19.1	18.8	18.1										
112	19.5	19.3	18.6	17.5									
113	19.9	19.7	19.1	18.1									
114	20.3	20.2	19.6	18.7									
115	20.7	20.6	20.1	19.3									
116	21.1	21.1	20.6	19.9	18.3								
117	21.5	21.6	21.1	20.5	19.0								
118	21.8	22.0	21.7	21.1	19.7								
119	22.2	22.5	22.2	21.6	20.4								
120	22.6	22.9	22.7	22.2	21.1								
121	23.0	23.4	23.2	22.8	21.7	20.5							
122	23.4	23.9	23.7	23.4	22.4	21.3							
123	23.8	24.3	24.2	24.0	23.1	22.0							
124	24.2	24.8	24.7	24.6	23.8	22.8	21.9						
125	24.6	25.2	25.2	25.2	24.5	23.5	22.6						
126		25.7	25.8	25.8	25.2	24.3	23.4						
127		26.2	26.3	26.4	25.9	25.0	24.2						
128		26.6	26.8	27.0	26.5	25.8	25.0						
129		27.1	27.3	27.6	27.2	26.5	25.8	25.4					
130		27.5	27.8	28.2	27.9	27.3	26.6	26.1					
131		28.0	28.3	28.7	28.6	28.1	27.3	26.9					
132			28.8	29.3	29.3	28.8	28.1	27.7					
133			29.4	29.9	30.0	29.6	28.9	28.5					
134			29.9	30.5	30.7	30.3	29.7	29.3					
135			30.4	31.1	31.4	31.1	30.5	30.1					
136			30.9	31.7	32.0	31.8	31.2	30.8					
137			31.4	32.3	32.7	32.6	32.0	31.6	30.3				
138			31.9	32.9	33.4	33.3	32.8	32.4	31.1				
139				33.5	34.1	34.1	33.6	33.2	31.9				
140				34.1	34.8	34.8	34.4	34.0	32.8				
141				34.7	35.5	35.6	35.2	34.8	33.6				

男女別 ・ 年齢別 ・ 身長別標準体重 (kg) <男子> 2

	5歳	6歳	7歳	8歳	9歳	10歳	11歳	12歳	13歳	14歳	15歳	16歳	17歳
係数a	0.386	0.461	0.513	0.592	0.687	0.752	0.782	0.783	0.815	0.832	0.766	0.656	0.672
係数b	23.699	32.382	38.878	48.804	61.390	70.461	75.106	75.642	81.348	83.695	70.989	51.822	53.642
身長(cm)	標準体重	標準体重	標準体重	標準体重	標準体重	標準体重	標準体重	標準体重	標準体重	標準体重	標準体重	標準体重	標準体重
142				35.3	36.2	36.3	35.9	35.5	34.4				
143				35.9	36.9	37.1	36.7	36.3	35.2				
144				36.4	37.5	37.8	37.5	37.1	36.0				
145					38.2	38.6	38.3	37.9	36.8				
146					38.9	39.3	39.1	38.7	37.6				
147					39.6	40.1	39.8	39.5	38.5	38.6			
148					40.3	40.8	40.6	40.2	39.3	39.4			
149					41.0	41.6	41.4	41.0	40.1	40.3			
150					41.7	42.3	42.2	41.8	40.9	41.1			
151					42.3	43.1	43.0	42.6	41.7	41.9	44.7		
152						43.8	43.8	43.4	42.5	42.8	45.4		
153						44.6	44.5	44.2	43.3	43.6	46.2	48.5	49.2
154						45.3	45.3	44.9	44.2	44.4	47.0	49.2	49.8
155						46.1	46.1	45.7	45.0	45.3	47.7	49.9	50.5
156						46.9	46.9	46.5	45.8	46.1	48.5	50.5	51.2
157						47.6	47.7	47.3	46.6	46.9	49.3	51.2	51.9
158							48.5	48.1	47.4	47.8	50.0	51.8	52.5
159							49.2	48.9	48.2	48.6	50.8	52.5	53.2
160							50.0	49.6	49.1	49.4	51.6	53.1	53.9
161							50.8	50.4	49.9	50.3	52.3	53.8	54.6
162							51.6	51.2	50.7	51.1	53.1	54.5	55.2
163							52.4	52.0	51.5	51.9	53.9	55.1	55.9
164							53.1	52.8	52.3	52.8	54.6	55.8	56.6
165							53.9	53.6	53.1	53.6	55.4	56.4	57.2
166							54.7	54.3	53.9	54.4	56.2	57.1	57.9
167							55.5	55.1	54.8	55.2	56.9	57.7	58.6
168								55.9	55.6	56.1	57.7	58.4	59.3
169								56.7	56.4	56.9	58.5	59.0	59.9
170								57.5	57.2	57.7	59.2	59.7	60.6
171								58.3	58.0	58.6	60.0	60.4	61.3
172								59.0	58.8	59.4	60.8	61.0	61.9
173								59.8	59.6	60.2	61.5	61.7	62.6
174								60.6	60.5	61.1	62.3	62.3	63.3
175								61.4	61.3	61.9	63.1	63.0	64.0
176								62.2	62.1	62.7	63.8	63.6	64.6
177								62.9	62.9	63.6	64.6	64.3	65.3
178									63.7	64.4	65.4	64.9	66.0
179									64.5	65.2	66.1	65.6	66.6
180									65.4	66.1	66.9	66.3	67.3
181									66.2	66.9	67.7	66.9	68.0
182									67.0	67.7	68.4	67.6	68.7
183									67.8	68.6	69.2	68.2	69.3
184										69.4	70.0	68.9	70.0
185										70.2	70.7	69.5	70.7
186										71.1	71.5	70.2	71.4
187												70.9	72.0
188												71.5	72.7

性別、年齢別、身長別標準体重 = a × 実測身長(cm) - b

この性別、身長別標準体重の計算式は、平成14年度厚生労働省厚生科学研究費補助金健康科学

総合研究事業、小児の栄養・運動・休養からみた健康度指標とQOLに関する研究、分担研究

身体活動からみた健康度指標とQOLに関する研究(村田光範、伊藤けい子：学齢期小児の適正体格について)

に基づくものである

男女別 ・ 年齢別 ・ 身長別標準体重 (kg) <女子> 1

	5歳	6歳	7歳	8歳	9歳	10歳	11歳	12歳	13歳	14歳	15歳	16歳	17歳
係数a	0.377	0.458	0.508	0.561	0.652	0.730	0.803	0.796	0.655	0.594	0.560	0.578	0.598
係数b	22.750	32.079	38.367	45.006	56.992	68.091	78.846	76.934	54.234	43.264	37.002	39.057	42.339
身長(cm)	標準体重	標準体重	標準体重	標準体重	標準体重	標準体重	標準体重	標準体重	標準体重	標準体重	標準体重	標準体重	標準体重
95	13.1												
96	13.4												
97	13.8												
98	14.2												
99	14.6												
100	15.0												
101	15.3	14.2											
102	15.7	14.6											
103	16.1	15.1											
104	16.5	15.6											
105	16.8	16.0											
106	17.2	16.5	15.5										
107	17.6	16.9	16.0										
108	18.0	17.4	16.5										
109	18.3	17.8	17.0										
110	18.7	18.3	17.5										
111	19.1	18.8	18.0	17.3									
112	19.5	19.2	18.5	17.8									
113	19.9	19.7	19.0	18.4									
114	20.2	20.1	19.5	18.9									
115	20.6	20.6	20.1	19.5	18.0								
116	21.0	21.0	20.6	20.1	18.6								
117	21.4	21.5	21.1	20.6	19.3								
118	21.7	22.0	21.6	21.2	19.9								
119	22.1	22.4	22.1	21.8	20.6								
120	22.5	22.9	22.6	22.3	21.2	19.5							
121	22.9	23.3	23.1	22.9	21.9	20.2							
122	23.2	23.8	23.6	23.4	22.6	21.0							
123	23.6	24.3	24.1	24.0	23.2	21.7							
124	24.0	24.7	24.6	24.6	23.9	22.4							
125		25.2	25.1	25.1	24.5	23.2							
126		25.6	25.6	25.7	25.2	23.9							
127		26.1	26.1	26.2	25.8	24.6	23.1						
128		26.5	26.7	26.8	26.5	25.3	23.9						
129		27.0	27.2	27.4	27.1	26.1	24.7						
130		27.5	27.7	27.9	27.8	26.8	25.5						
131			28.2	28.5	28.4	27.5	26.3						
132			28.7	29.0	29.1	28.3	27.2						
133			29.2	29.6	29.7	29.0	28.0						
134			29.7	30.2	30.4	29.7	28.8						
135			30.2	30.7	31.0	30.5	29.6	30.5					
136			30.7	31.3	31.7	31.2	30.4	31.3					
137			31.2	31.9	32.3	31.9	31.2	32.1					
138			31.7	32.4	33.0	32.6	32.0	32.9					
139				33.0	33.6	33.4	32.8	33.7	36.8				
140				33.5	34.3	34.1	33.6	34.5	37.5				
141				34.1	34.9	34.8	34.4	35.3	38.1	40.5	42.0		

男女別 ・ 年齢別 ・ 身長別標準体重 (kg) <女子> 2

	5歳	6歳	7歳	8歳	9歳	10歳	11歳	12歳	13歳	14歳	15歳	16歳	17歳
係数a	0.377	0.458	0.508	0.561	0.652	0.730	0.803	0.796	0.655	0.594	0.560	0.578	0.598
係数b	22.750	32.079	38.367	45.006	56.992	68.091	78.846	76.934	54.234	43.264	37.002	39.057	42.339
身長(cm)	標準体重	標準体重	標準体重	標準体重	標準体重	標準体重	標準体重	標準体重	標準体重	標準体重	標準体重	標準体重	標準体重
142				34.7	35.6	35.6	35.2	36.1	38.8	41.1	42.5	43.0	42.6
143				35.2	36.2	36.3	36.0	36.9	39.4	41.7	43.1	43.6	43.2
144					36.9	37.0	36.8	37.7	40.1	42.3	43.6	44.2	43.8
145					37.5	37.8	37.6	38.5	40.7	42.9	44.2	44.8	44.4
146					38.2	38.5	38.4	39.3	41.4	43.5	44.8	45.3	45.0
147					38.9	39.2	39.2	40.1	42.1	44.1	45.3	45.9	45.6
148					39.5	39.9	40.0	40.9	42.7	44.6	45.9	46.5	46.2
149					40.2	40.7	40.8	41.7	43.4	45.2	46.4	47.1	46.8
150					40.8	41.4	41.6	42.5	44.0	45.8	47.0	47.6	47.4
151					41.5	42.1	42.4	43.3	44.7	46.4	47.6	48.2	48.0
152					42.1	42.9	43.2	44.1	45.3	47.0	48.1	48.8	48.6
153						43.6	44.0	44.9	46.0	47.6	48.7	49.4	49.2
154						44.3	44.8	45.7	46.6	48.2	49.2	50.0	49.8
155						45.1	45.6	46.4	47.3	48.8	49.8	50.5	50.4
156						45.8	46.4	47.2	47.9	49.4	50.4	51.1	50.9
157						46.5	47.2	48.0	48.6	50.0	50.9	51.7	51.5
158						47.2	48.0	48.8	49.3	50.6	51.5	52.3	52.1
159						48.0	48.8	49.6	49.9	51.2	52.0	52.8	52.7
160						48.7	49.6	50.4	50.6	51.8	52.6	53.4	53.3
161						49.4	50.4	51.2	51.2	52.4	53.2	54.0	53.9
162							51.2	52.0	51.9	53.0	53.7	54.6	54.5
163							52.0	52.8	52.5	53.6	54.3	55.2	55.1
164							52.8	53.6	53.2	54.2	54.8	55.7	55.7
165							53.6	54.4	53.8	54.7	55.4	56.3	56.3
166							54.5	55.2	54.5	55.3	56.0	56.9	56.9
167							55.3	56.0	55.2	55.9	56.5	57.5	57.5
168								56.8	55.8	56.5	57.1	58.0	58.1
169								57.6	56.5	57.1	57.6	58.6	58.7
170								58.4	57.1	57.7	58.2	59.2	59.3
171									57.8	58.3	58.8	59.8	59.9
172										58.9	59.3	60.4	60.5
173										59.5	59.9	60.9	61.1
174													61.7

性別、年齢別、身長別標準体重 = a × 実測身長(cm) - b

この性別、身長別標準体重の計算式は、平成14年度厚生労働省厚生科学研究費補助金健康科学総合研究事業、小児の栄養・運動・休養からみた健康度指標とQOLに関する研究、分担研究

身体活動からみた健康度指標とQOLに関する研究 村田光範、伊藤けい子：学齢期小児の適正体格についてに基づくものである