

あなたは大丈夫？

ひまん

BMI25以上は**肥満**です



旭川市民は
男性の3人に1人、
女性の5人に1人が
肥満です

(令和3年度 旭川市栄養調査)

BMI = 体重(kg) ÷ 身長(m) ÷ 身長(m)

※BMIとは肥満度を表す体格指数

目標とするBMIの範囲※

- 18～49歳 : 18.5～24.9
- 50～64歳 : 20.0～24.9
- 65歳以上 : 21.5～24.9

※参考：厚生労働省「日本人の食事摂取基準（2020年版）」

肥満者がいる一方で、
50歳以上女性の3人に1人がやせ傾向です

旭川市の食育ホームページはこちら

(検索方法) 旭川市役所トップページ→暮らし→
健康・福祉・衛生・ペット→旭川市の食育

スマホで
今すぐ確認！



あさひかわ食の健康づくり応援の店 令和4年10月発行
旭川市保健所保健指導課