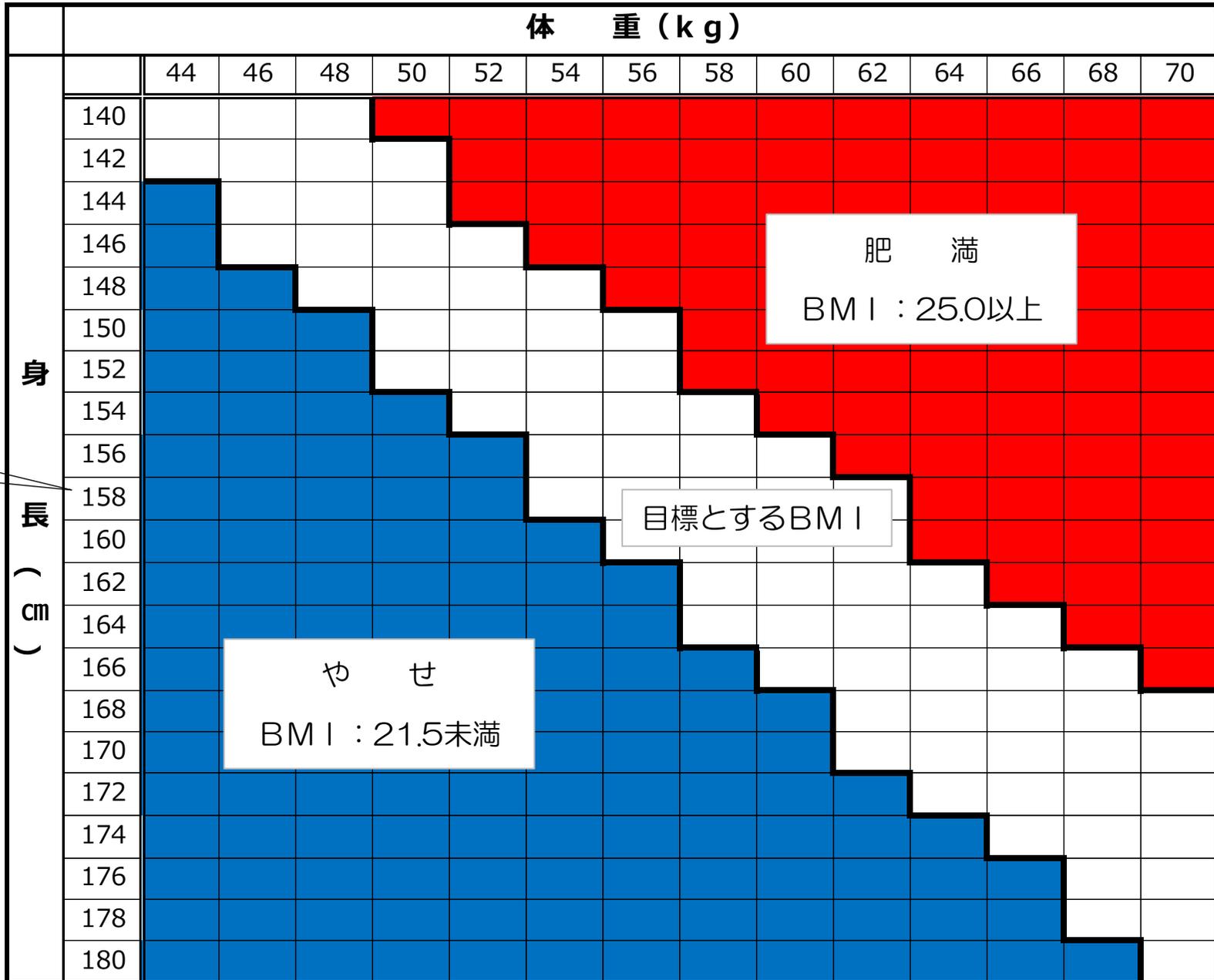


BMI 早見表

体重と身長が交差するところが、あなたのBMIです



肥 満
BMI : 25.0以上

目標とするBMI

や せ
BMI : 21.5未満

身長158cmの場合

適正体重の範囲は
約54~62kg
となります