

適正体重へのスタートをきる！

自分の体重、BMI、体脂肪を把握していますか？



肥満はこんな病気を引き起こす

肥満は糖尿病、高血圧、脂質異常症などを発症する要因となります。肥満を放置していると、動脈硬化を引き起こし、心筋梗塞や脳卒中などの重大な病気になります。国立がん研究センターの統計によると、肥満度が高いほど、死亡率が上がるといったデータもあります。

腰痛・関節痛

脂肪肝

睡眠時無呼吸
症候群

高血圧

 月経異常

脳梗塞

脂質異常症

心臓病

糖尿病

痛風

