

健康體重

行政院衛生署調查發現，本國體重超重的成年人比例逐年增加，教育部因此推動「中小學健康體位五年計畫」，並針對八年級學生（14歲）製作「身高與健康體重對照表」，張貼於全國各所國中的訓導處及健康中心，提醒學生時時刻刻注意自己的體重，並養成均衡飲食及規律運動的好習慣。

八年級學生（14歲）身高與健康體重對照表

健康體重下限 (kg)	身高 (cm)	健康體重上限 (kg)	健康體重下限 (kg)	身高 (cm)	健康體重上限 (kg)
60.2	185	77.7	46.2	162	59.6
59.6	184	76.9	45.6	161	58.8
58.9	183	76.0	45.1	160	58.1
58.3	182	75.2	44.5	159	57.4
57.7	181	74.4	43.9	158	56.7
57.0	180	73.5	43.4	157	56.0
56.4	179	72.7	42.8	156	55.2
55.8	178	71.9	42.3	155	54.5
55.1	177	71.1	41.7	154	53.8
54.5	176	70.3	41.2	153	53.1
53.9	175	69.5	40.7	152	52.4
53.3	174	68.7	40.1	151	51.8
52.7	173	67.9	39.6	150	51.1
52.1	172	67.2	39.1	149	50.4
51.5	171	66.4	38.6	148	49.7
50.9	170	65.6	38.0	147	49.1
50.3	169	64.8	37.5	146	48.4
49.7	168	64.1	37.0	145	47.7
49.1	167	63.3	36.5	144	47.1
48.5	166	62.6	36.0	143	46.4
47.9	165	61.8	35.5	142	45.8
47.3	164	61.1	35.0	141	45.1
46.8	163	60.3	34.5	140	44.5

以身高 160 cm 的人為例，從上表可得知：

未達 45.1 kg	45.1 kg 以上、未達 58.1 kg	58.1 kg 以上
體重過輕	體重健康	體重超重

問題 1 (2 分)：

小佳是某國中八年級的學生，她的身高為 165 cm，請問她的體重應在幾公斤以上、未達幾公斤，她的體重才算是健康？

問題 2 (1 分)：

小全是某國中八年級的學生，他的身高為 183 cm，體重為 80kg，則他的體重是健康、過重或過輕？如果不健康，至少應該要增重或減重多少 kg，才是健康的體重？

問題 3 (2 分)：

成德是某國中八年級的學生，他的體重是 60 kg，他的身高是 x cm。若他的體重健康，請問 x 的範圍？