

# 推定エネルギー必要量計算アプリを作成せよ

## 1) GUI部品によって情報を入力するアプリを作成せよ.

性別・年齢・体重・身体活動レベルを入力すると, 入力内容を表示する.  
性別・身体活動レベル(低中高)はラジオボタンで選択できるようにし,  
年齢(整数)・体重(小数第1位まで)はシークバーを用いて入力できるようにする.

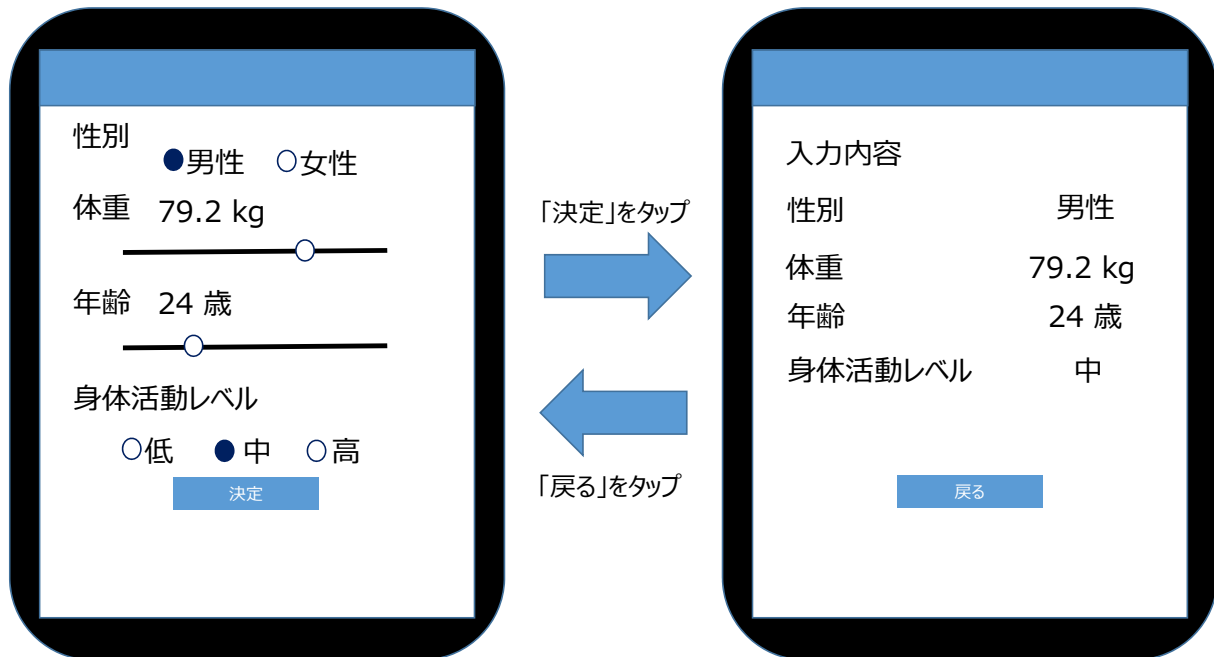
1

## 身体活動レベル[1]

身体活動レベル: 1日あたりの総エネルギー消費量を1日あたりの基礎代謝量で割った指標. 表2参照

身体活動レベル	日常生活の内容
低い	生活の大部分が座位で、静的な活動が中心の場合
普通	座位中心の仕事だが、職場内での移動や立位での作業・接客等、あるいは通勤・買物・家事、軽いスポーツ等のいずれかを含む場合
高い	移動や立位の多い仕事への従事者。あるいは、スポーツなど余暇における活発な運動習慣をもっている場合

## レイアウト例



3

## 推定エネルギー必要量計算アプリを作成せよ

- 2) (1)をもとに推定エネルギー必要量を計算するアプリを作成せよ。  
性別・年齢・体重・身体活動レベルを入力すると、推定エネルギー必要量を表示する。「計算」ボタンをタップすると、推定エネルギー必要量が表示される。このとき、整数部分のみ表示する(小数切り捨て)。  
なお、推定エネルギー必要量は次式で求められる。  
推定エネルギー必要量(kcal/日) = 基礎代謝基準値 \* 体重(kg) \* 身体活動レベル指数

4

# 計算に必要なデータ集[1]

性別	男性	女性
年齢	基礎代謝基準値 (kcal/kg体重/日)	基礎代謝基準値 (kcal/kg体重/日)
1-2	61.0	59.7
3-5	54.8	52.2
6-7	44.3	41.9
8-9	40.8	38.3
10-11	37.4	34.8
12-14	31.0	29.6
15-17	27.0	25.3
18-29	24.0	22.1
30-49	22.3	21.7
50-69	21.5	20.7
70以上	21.5	20.7

表1.年齢階級別基礎代謝基準値

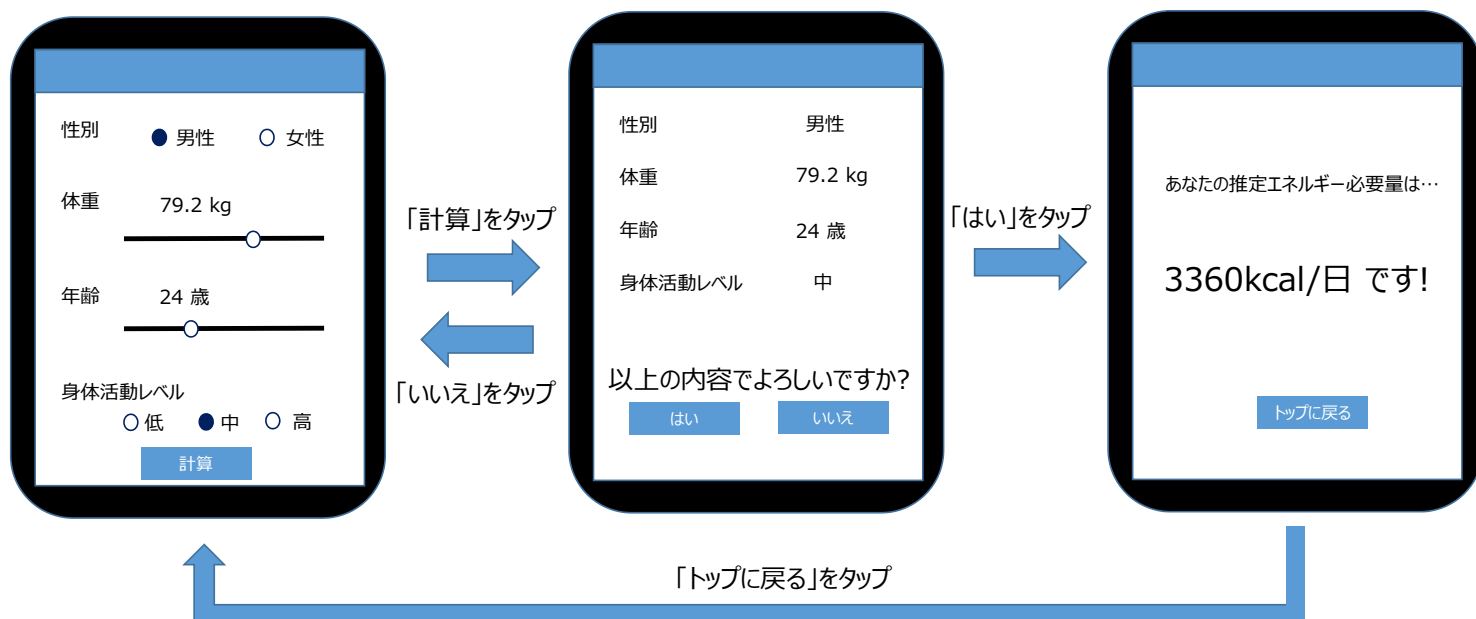
年齢\身体活動レベル	レベルⅠ（低い）	レベルⅡ（ふつう）	レベルⅢ（高い）
1-2	-	1.35	-
3-5	-	1.45	-
6-7	1.35	1.55	1.75
8-9	1.40	1.60	1.80
10-11	1.45	1.65	1.85
12-14	1.45	1.65	1.85
15-17	1.55	1.75	1.95
18-29	1.50	1.75	2.00
30-49	1.50	1.75	2.00
50-69	1.50	1.75	2.00
70以上	1.45	1.70	1.95

表2.年齢階級別にみた身体活動レベルの群分け（男女共通）

[1]日本医師会 <https://www.med.or.jp/forest/health/eat/01.html>

5

## レイアウト例



6