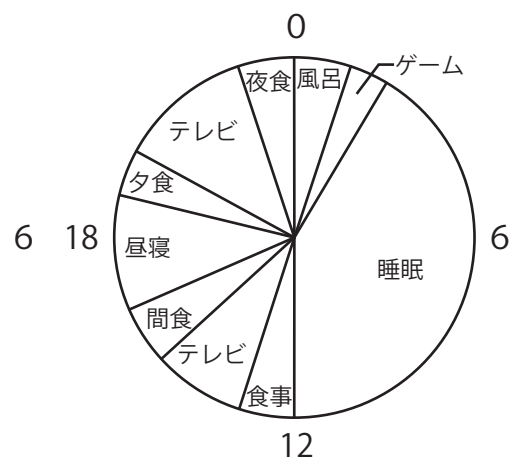
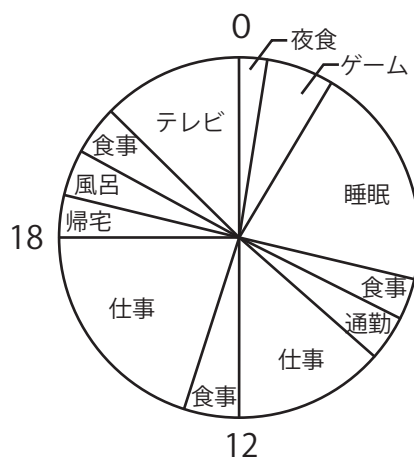


認知科学 第6回 脳の科学 II 演習

あなたは「ダイエットトレーナー」です。次の患者のダイエットプログラムを考えなさい。

～カルテ～

名 前： トム
 年 齢： 28 歳
 性 別： 男
 職 業： 配管工事
 身 長： 178cm
 体 重： 100kg
 運動歴： 特になし
 希 望： 健康的なカラダになりたい

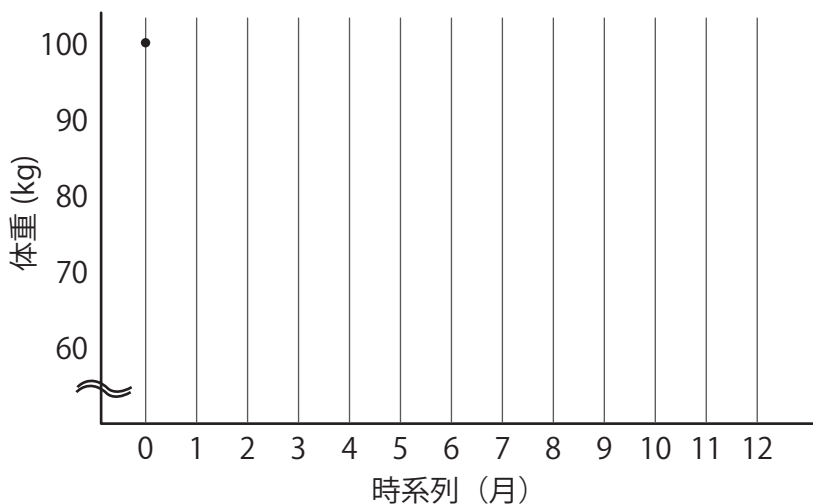


現在の BMI = _____

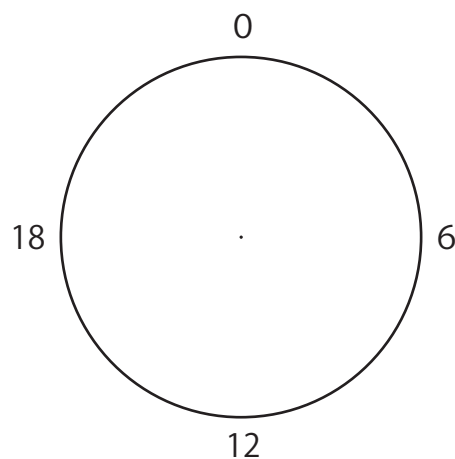
目標の BMI = _____

目標の体重 = _____ kg

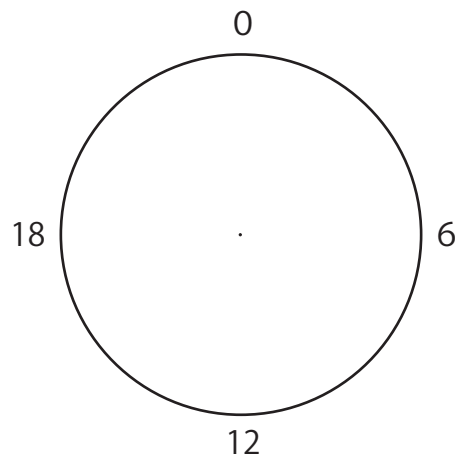
～目標の体重推移～



～目標：平日の過ごし方～



～目標：休日の過ごし方～



～トムに一言～

学籍番号

氏 名