

ID 31-1001	身長 170cm	年齢 29	性別 男性	測定日時 2017.04.12. 18:22
---------------	-------------	----------	----------	---------------------------

体成分分析 Body Composition Analysis

体を構成している	体水分量 (L)	37.3 (35.7~43.7)
筋肉を作る	タンパク質量 (kg)	10.1 (9.5~11.7)
骨を丈夫にする	ミネラル量 (kg)	3.61 (3.30~4.04)
余ったエネルギーを保存する	体脂肪量 (kg)	15.5 (7.6~15.3)
体水分・タンパク質・ミネラル・体脂肪の合計	体重 (kg)	66.5 (54.1~73.1)

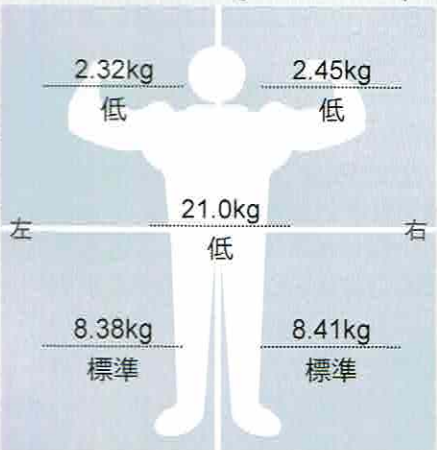
筋肉-脂肪 Soft Lean-Fat Analysis



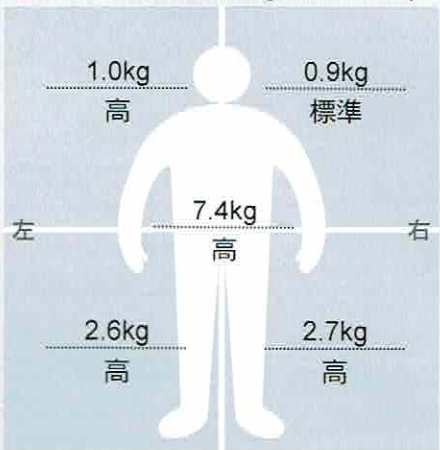
肥満指標 Obesity Index Analysis



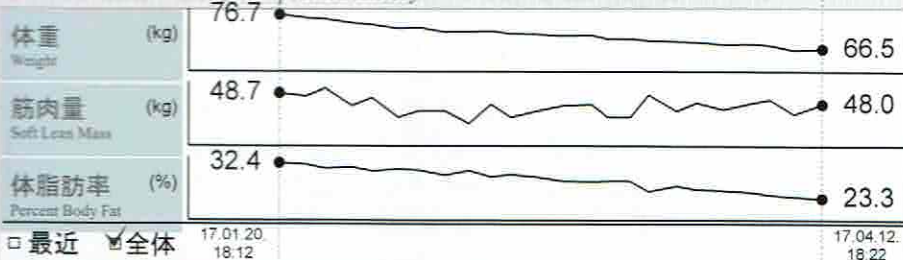
部位別筋肉量 Segmental Lean Analysis



部位別体脂肪量 Segmental Fat Analysis



体成分履歴 Body Composition History



InBody点数 InBody Score

71 / 100 点

*体成分の評価に基づいた点数です。
筋肉量がとても多いと100点を超えることもあります。

体重調節 Weight Control

適正体重	63.6 kg
体重調節	- 2.9 kg
脂肪調節	- 6.0 kg
筋肉調節	+ 3.1 kg

栄養評価 Nutrition Evaluation

タンパク質量	<input checked="" type="checkbox"/> 良好	<input type="checkbox"/> 不足
ミネラル量	<input checked="" type="checkbox"/> 良好	<input type="checkbox"/> 不足
体脂肪量	<input type="checkbox"/> 良好	<input type="checkbox"/> 不足 <input checked="" type="checkbox"/> 過多

肥満評価 Obesity Evaluation

B M I	<input checked="" type="checkbox"/> 標準	<input type="checkbox"/> 低体重	<input type="checkbox"/> 過体重
			<input type="checkbox"/> ひどい過体重

体脂肪率	<input type="checkbox"/> 標準	<input checked="" type="checkbox"/> 軽度肥満	<input type="checkbox"/> 肥満
------	-----------------------------	--	-----------------------------

筋肉均衡 Lean Balance

上半身均衡	<input checked="" type="checkbox"/> 均衡	<input type="checkbox"/> やや不均衡	<input type="checkbox"/> 不均衡
下半身均衡	<input checked="" type="checkbox"/> 均衡	<input type="checkbox"/> やや不均衡	<input type="checkbox"/> 不均衡
上下均衡	<input type="checkbox"/> 均衡	<input checked="" type="checkbox"/> やや不均衡	<input type="checkbox"/> 不均衡

内臓脂肪レベル Visceral Fat Level



研究項目 Research Parameters

骨格筋量	28.4 kg (27.1~33.1)
除脂肪量	51.0 kg
基礎代謝量	1471 kcal
腹囲	77.1 cm
肥満度	105 % (90~110)
推奨エネルギー摂取量	2578 kcal

運動別消費エネルギー量

ゴルフ	117	ゲートボール	126
ウォーキング	133	ヨガ	133
バドミントン	150	卓球	150
テニス	200	自転車	200
ボクシング	200	バスケットボール	200
山登り	217	縄跳び	233
エアロビクス	233	ジョギング	233
サッカー	233	水泳	233
剣道	333	ラケットボール	333
スカッシュ	333	空手	333

*現在の体重基準

*30分運動基準

インピーダンス Impedance

	右腕	左腕	体幹	右脚	左脚
Z(Ω) 20 kHz	378.6	398.3	24.5	249.9	249.5
100 kHz	335.4	360.9	20.7	219.6	220.5