

ID	身長	年齢	性別	測定日時
00	156cm	37	男性	2017.04.25. 12:19

体成分分析 Body Composition Analysis

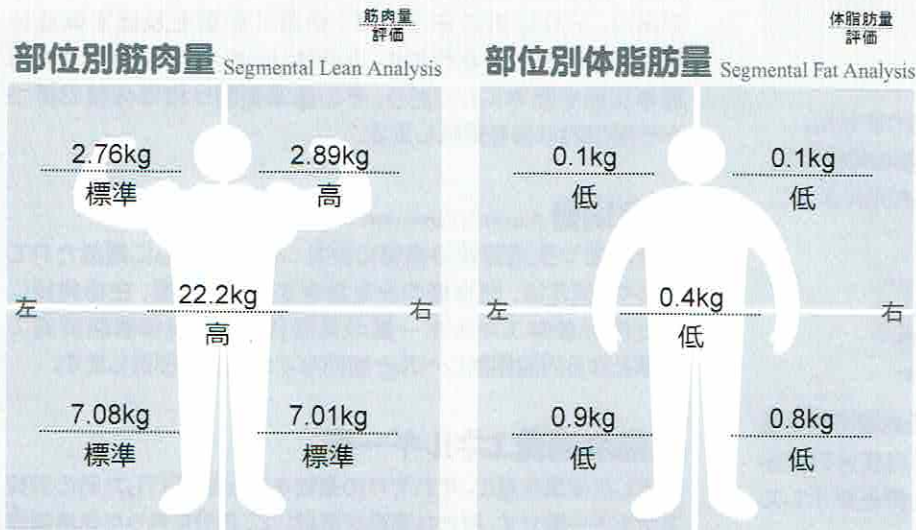
体を構成している	体水分量 (L)	35.3 (30.1~36.7)
筋肉を作る	タンパク質量 (kg)	9.6 (8.1~9.9)
骨を丈夫にする	ミネラル量 (kg)	2.97 (2.78~3.40)
余ったエネルギーを保存する	体脂肪量 (kg)	3.4 (6.4~12.9)
体水分・タンパク質・ミネラル・体脂肪の合計	体重 (kg)	51.3 (45.5~61.5)

筋肉-脂肪 Soft Lean-Fat Analysis

	低	標準	高
体重 (kg)	55 70 85 100 115 130 145 160 175 190 205 %	51.3	
筋肉量 (kg)	70 80 90 100 110 120 130 140 150 160 170 %	45.5	
体脂肪量 (kg)	40 60 80 100 160 220 280 340 400 460 520 %	3.4	

肥満指標 Obesity Index Analysis

	低	標準	高
BMI (kg/m ²)	10.0 15.0 18.5 22.0 25.0 30.0 35.0 40.0 45.0 50.0 55.0	21.1	
体脂肪率 (%)	0.0 5.0 10.0 15.0 20.0 25.0 30.0 35.0 40.0 45.0 50.0	6.7	



体成分履歴 Body Composition History

	17.03.21	17.03.31	17.04.02	17.04.07	17.04.11	17.04.21	17.04.25
体重 (kg)	50.6	50.8	50.2	49.7	50.1	50.8	51.3
筋肉量 (kg)	44.3	44.3	43.8	43.9	44.4	45.1	45.5
体脂肪率 (%)	7.9	8.1	8.2	7.1	6.6	6.6	6.7

☑最近 ☐全体

InBody点数 InBody Score

80/100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	53.5 kg
体重調節	+ 2.2 kg
脂肪調節	+ 2.2 kg
筋肉調節	0.0 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 checked="" type="checkbox"/> 不足 <input type="checkbox"/> 過多

肥満評価 Obesity Evaluation

BMI	<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 標準 軽度肥満 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 checked="" type="checkbox"/> 均衡	<input type="checkbox"/> やや不均衡	<input type="checkbox"/> 不均衡

内臓脂肪レベル Visceral Fat Level

1	低	10	高
---	---	----	---

研究項目 Research Parameters

骨格筋量	26.8 kg (22.5~27.5)
除脂肪量	47.9 kg
基礎代謝量	1404 kcal
腹囲	65.9 cm
肥満度	96 % (90~110)
推奨エネルギー摂取量	2150 kcal

運動別消費エネルギー量

ゴルフ	90	ゲートボール	98
ウォーキング	103	ヨガ	103
バドミントン	116	卓球	116
テニス	154	自転車	154
ボクシング	154	バスケットボール	154
山登り	167	縄跳び	180
エアロビクス	180	ジョギング	180
サッカー	180	水泳	180
剣道	257	ラケットボール	257
スカッシュ	257	空手	257

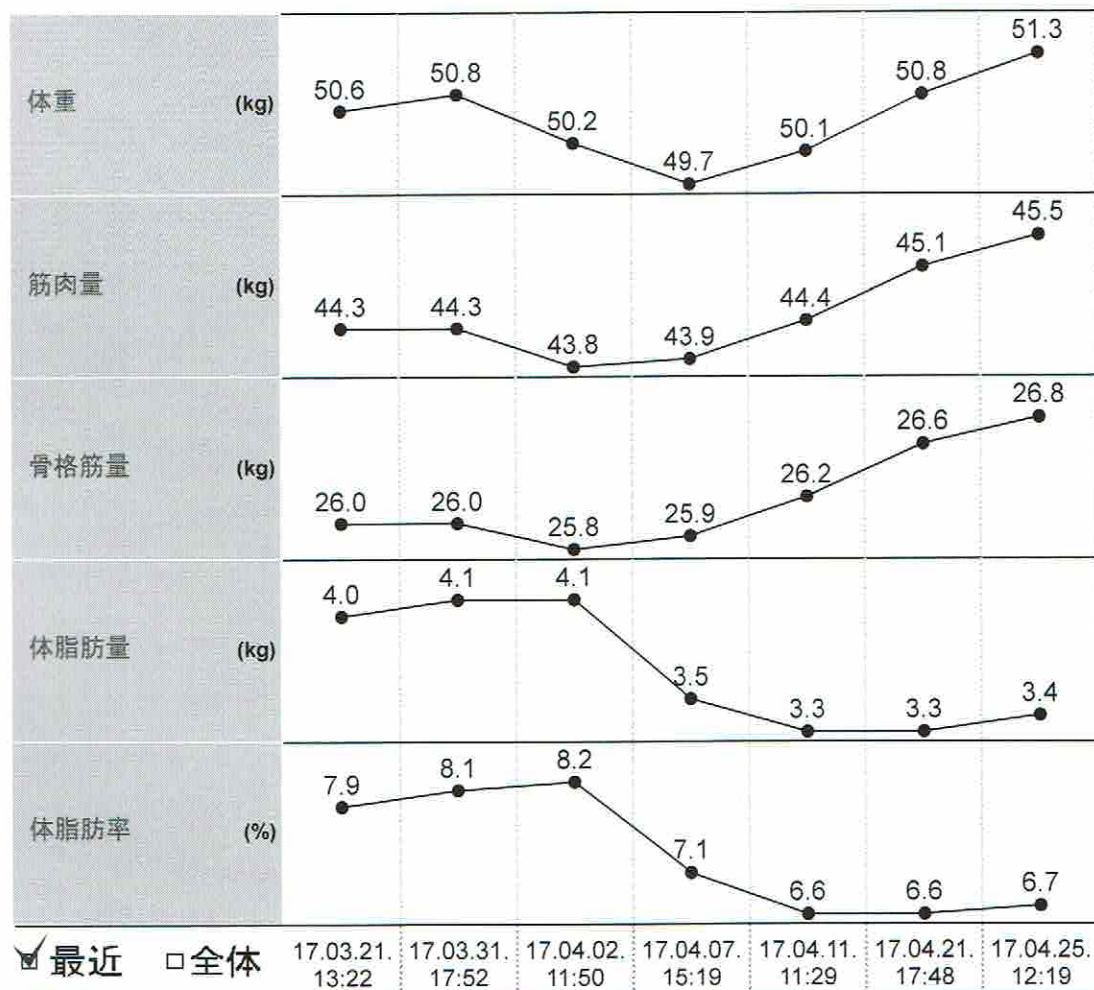
*現在の体重基準
*30分運動基準

インピーダンス Impedance

	右腕	左腕	体幹	右脚	左脚
Z ₁ (Ω) 20kHz	263.5	275.5	19.5	230.3	224.3
100kHz	227.3	238.7	16.1	202.9	197.3

InBody 体成分履歴

ID 00 | 身長 156cm | 年齢 37 | 性別 男性 | 測定日時 2017.03.21, 13:22 ~ 2017.04.25, 12:19

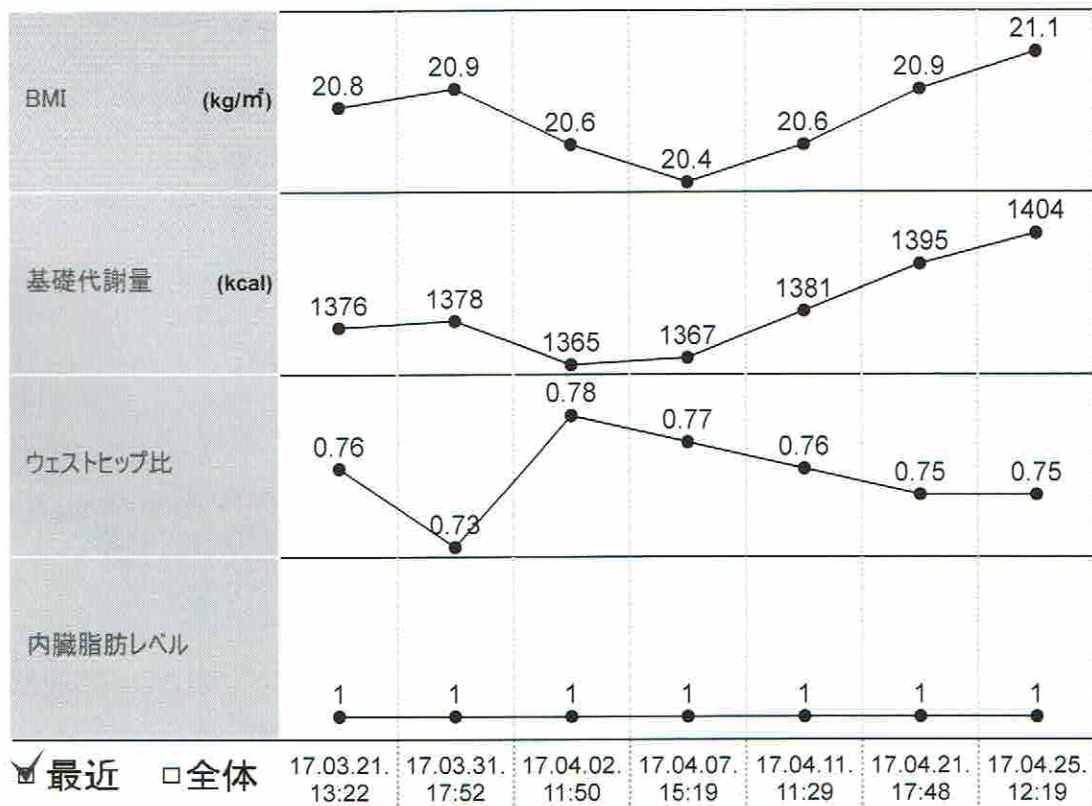


* 最近: 最大15件の測定結果

* 全体: 全ての測定結果

InBody 体成分履歴

ID 00 | 身長 156cm | 年齢 37 | 性別 男性 | 測定日時 2017.03.21. 13:22 ~ 2017.04.25. 12:19



最近 全体

- * 最近: 最大15件の測定結果
- * 全体: 全ての測定結果