

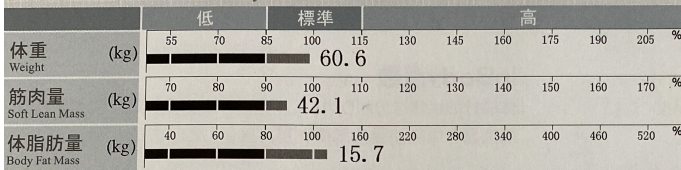
ID 078	身長 171cm	年齢 46	性別 女性	測定日時 2021.02.27. 10:57
-----------	-------------	----------	----------	---------------------------

体成分分析 Body Composition Analysis

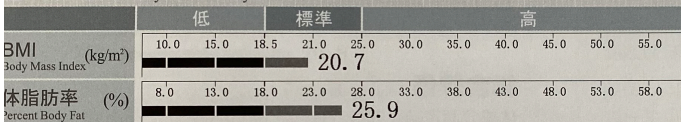
体を構成している	体水分量 (L)	32.8	(31.3~38.3)
筋肉を作る	タンパク質量 (kg)	8.8	(8.4~10.2)
骨を丈夫にする	ミネラル量 (kg)	3.34	(2.90~3.54)
余ったエネルギーを保存する	体脂肪量 (kg)	15.7	(12.3~19.7)
体水分・タンパク質・ミネラル・体脂肪の合計	体重 (kg)	60.6	(52.2~70.6)

※差 -1.0kg

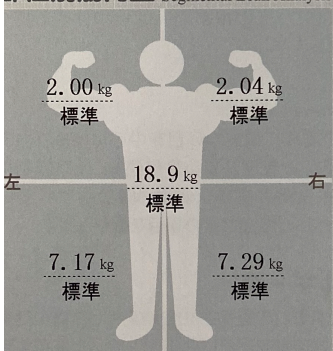
筋肉-脂肪 Soft Lean-Fat Analysis



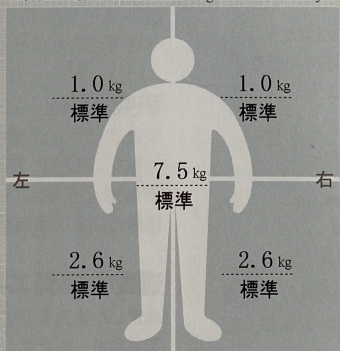
肥満指標 Obesity Index Analysis



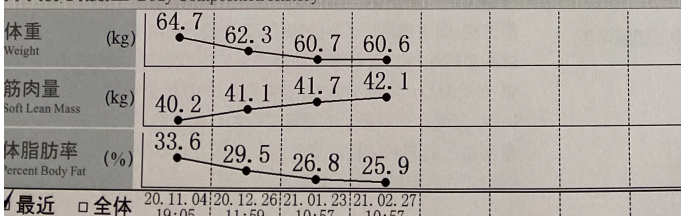
部位別筋肉量 Segmental Lean Analysis



部位別体脂肪量 Segmental Fat Analysis



体成分履歴 Body Composition History



最近 □ 全体

InBody点数 InBody Score

76/100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	61.4 kg
体重調節	+0.8 kg
脂肪調節	-1.6 kg
筋肉調節	+2.4 kg

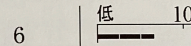
栄養評価 Nutrition Evaluation

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 checked="" type="checkbox"/> 良好	<input type="checkbox"/> 不足 <input type="checkbox"/> 過多

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



研究項目 Research Parameters

骨格筋量	24.4 kg	(23.5~28.5)
基礎代謝量	1340 kcal	
腹囲	77.2 cm	
SMI	6.3 kg/m²	

運動別消費エネルギー量

運動	消費エネルギー (kcal)	消費時間 (分)
ゴルフ	107	ゲートボール 1
ウォーキング	121	ヨガ 1
バドミントン	137	卓球 1
テニス	182	自転車 1
ボクシング	182	バスケットボール 1
山登り	198	縄跳び 2
エアロビクス	212	ジョギング 2
サッカー	212	水泳 2
剣道	303	ラケットボール 3
スカッシュ	303	空手 3

*現在体重基準

*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) 20kHz	439.3	446.8	24.3	291.9	301.1
100kHz	403.6	412.1	21.5	264.5	272.1