

I. D. | 身長 160cm | 性別 男性
 年齢 12 才 | 体重 62.3kg | 測定日時 2023. 4. 24 11:42:02

nakai_sports
seikotsuin

InBody検査とは

InBody検査は、私たちの体を構成している体成分が均衡的なのか、腕と脚はバランス良く発達しているのか、腹部に脂肪は溜まっていないかなどが一目で分かる検査です。定期的なInBody検査で体の健康をチェックしていきましょう。

筋肉と脂肪の割合

	低	標準	高	UNIT%	標準範囲								
体重	55	70	85	100	115	130	145	160	175	190	205	62.3kg	40.7~55.1
骨格筋量	70	80	90	100	110	120	130	140	150	160	170	26.5kg	20.0~24.4
体脂肪量	40	60	80	100	160	220	280	340	400	460	520	14.4kg	5.7~11.5

* 体重は参考値です。計量法上の取引・証明用には使えませんのでご注意ください。

除脂肪量 & その構成成分

	低	標準	高	UNIT%	標準範囲								
除脂肪量	70	80	90	100	110	120	130	140	150	160	170	47.9kg	36.6~44.8
体水分	70	80	90	100	110	120	130	140	150	160	170	35.1kg	26.9~32.9
タンパク質	70	80	90	100	110	120	130	140	150	160	170	9.5kg	7.2~8.8
ミネラル	70	80	90	100	110	120	130	140	150	160	170	3.27kg	2.49~3.05

ミネラルが2本の赤い線を超えていない場合は、身長検査を受けることをおすすめします

部位別筋肉バランス

	低	標準	高	UNIT%												
右腕	55	70	85	100	115	130	145	160	175	190	205	220	235	250	2.48kg	100.9%
左腕	55	70	85	100	115	130	145	160	175	190	205	220	235	250	2.46kg	100.3%
胴体	70	80	90	100	110	120	130	140	150	160	170	180	190	200	20.6kg	105.3%
右脚	70	80	90	100	110	120	130	140	150	160	170	180	190	200	7.11kg	104.1%
左脚	70	80	90	100	110	120	130	140	150	160	170	180	190	200	7.07kg	103.4%

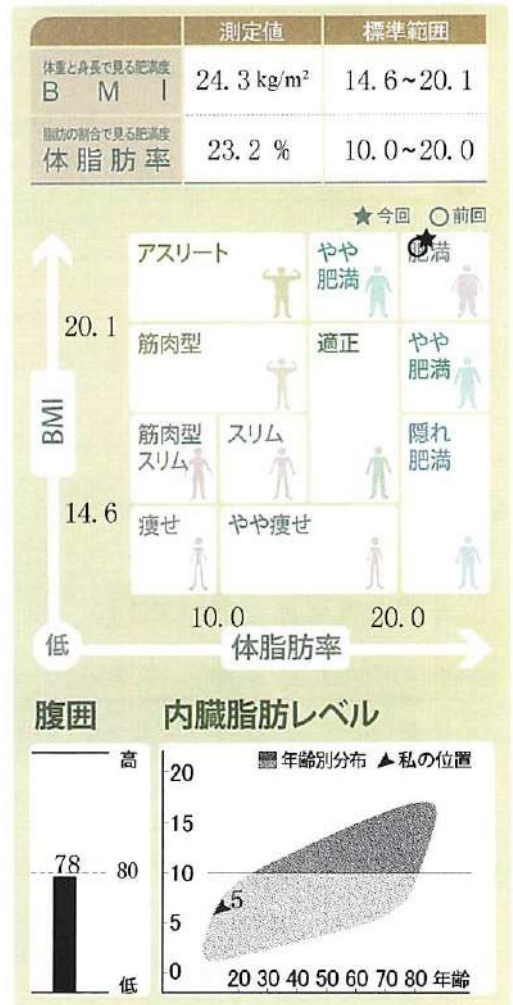
身体バランスチェック

上半身バランス	✓ 均衡	■ やや不均衡	■ 不均衡
下半身バランス	✓ 均衡	■ やや不均衡	■ 不均衡
上下バランス	✓ 均衡	■ やや不均衡	■ 不均衡

身体強度チェック

上半身強度	✓ 標準	■ 発達	■ 弱い
下半身強度	✓ 標準	■ 発達	■ 弱い
筋肉強度	✓ 標準	■ 強い	■ 弱い

メタボ情報



理想的な体のためには

調節すべき筋肉量	0.0 kg
調節すべき脂肪量	- 6.0 kg
調節すべき体重	- 6.0 kg

基礎代謝量



身体点数

体成分の割合から体点数をつけてみましょう。 **101点** / 120点

現在の調子

インピーダンス

Z	RA	LA	TR	RL	LL
20 kHz	303.8	304.9	22.0	224.7	225.5
100 kHz	274.3	275.7	18.5	199.7	199.2

予約なしいつでも検査可能 (500円)

IF0370-D2-1080/370AB-BT01/K370AS-B160/WLOAD-A130