

I. D. | 身長 156cm | 性別 男性
 年齢 12 才 | 体重 46.8kg | 測定日時 2022. 5. 27 16:05:01

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	46.8kg	37.8~51.2
骨格筋量	70	80	90	100	110	120	130	140	150	160	170	23.5kg	18.5~22.5
体脂肪量	40	60	80	100	160	220	280	340	400	460	520	4.4kg	5.3~10.7

* 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	42.4kg	34.1~41.6
体水分	70	80	90	100	110	120	130	140	150	160	170	31.2kg	25.0~30.6
タンパク質	70	80	90	100	110	120	130	140	150	160	170	8.5kg	6.8~8.3
ミネラル	70	80	90	100	110	120	130	140	150	160	170	2.71kg	2.31~2.83

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	245	270	2.14kg	99.8%
左腕	55	70	85	100	115	130	145	160	175	190	205	220	245	270	2.06kg	95.7%
胴体	70	80	90	100	110	120	130	140	150	160	170	180	190	200	18.4kg	107.4%
右脚	70	80	90	100	110	120	130	140	150	160	170	180	190	200	6.73kg	112.8%
左脚	70	80	90	100	110	120	130	140	150	160	170	180	190	200	6.67kg	111.7%

身体バランスチェック

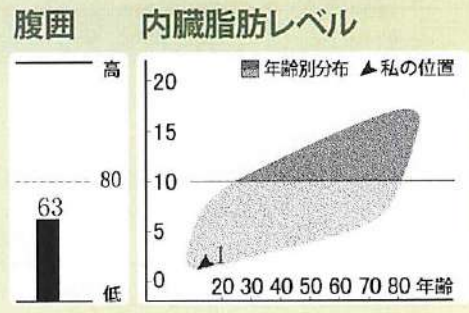
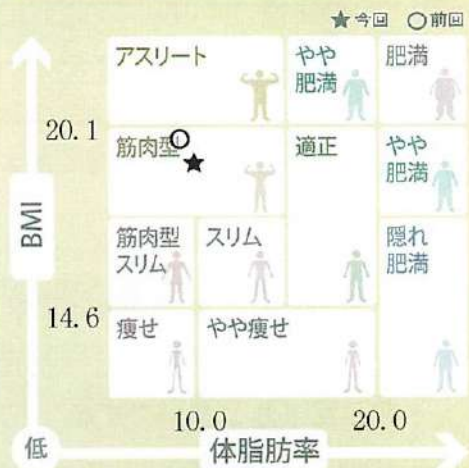
上半身バランス	▼ 均衡	■ やや不均衡	■ 不均衡
下半身バランス	▼ 均衡	■ やや不均衡	■ 不均衡
上下バランス	■ 均衡	▼ やや不均衡	■ 不均衡

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

	測定値	標準範囲
体重と身長で見る肥満度 BMI	19.2 kg/m ²	14.6~20.1
脂肪の割合で見る肥満度 体脂肪率	9.4 %	10.0~20.0



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	0.0 kg
調節すべき体重	0.0 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。 **102点** / 120点

現在の調子

インピーダンス

Z	RA	LA	TR	RL	LL
20 kHz	326.1	339.6	24.1	237.8	240.0
100 kHz	285.8	298.2	20.3	208.2	210.8

予約なしでいつでも検査可能 (500円)

IT0370-D2-1080/370AB-B101/K370AS-B160/WLOAD-A130