

I. D. | 身長 166.3cm | 性別 男性
 年齢 12 才 | 体重 48.1kg | 測定日時 2023.5.8 16:31:45

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	1~62.3
骨格筋量	70	80	90	100	110	120	130	140	150	160	170	22	9~27.9
体脂肪量	40	60	80	100	160	220	280	340	400	460	520	6	5~13.0

* 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	41	5~50.7
体水分	70	80	90	100	110	120	130	140	150	160	170	30	5~37.3
タンパク質	70	80	90	100	110	120	130	140	150	160	170	8	2~10.0
ミネラル	70	80	90	100	110	120	130	140	150	160	170	2	.32~3.44

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	1.94kg	84.9%
左腕	55	70	85	100	115	130	145	160	175	190	205	220	245	270	1.87kg	81.6%
胴体	70	80	90	100	110	120	130	140	150	160	170	180	190	200	17.8kg	97.3%
右脚	70	80	90	100	110	120	130	140	150	160	170	180	190	200	7.37kg	115.8%
左脚	70	80	90	100	110	120	130	140	150	160	170	180	190	200	7.31kg	114.9%

身体バランスチェック

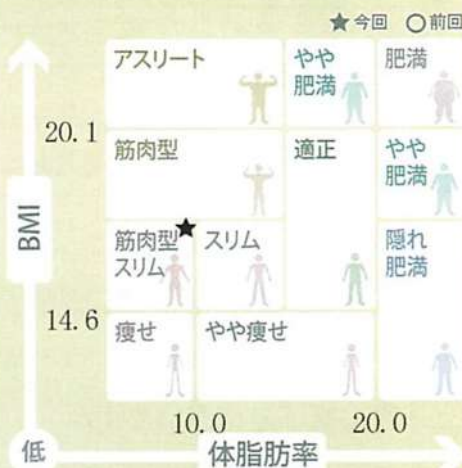
上半身バランス	▼ 均衡	■ やや不均衡	■ 不均衡
下半身バランス	▼ 均衡	■ やや不均衡	■ 不均衡
上下バランス	■ 均衡	■ やや不均衡	▼ 不均衡

身体強度チェック

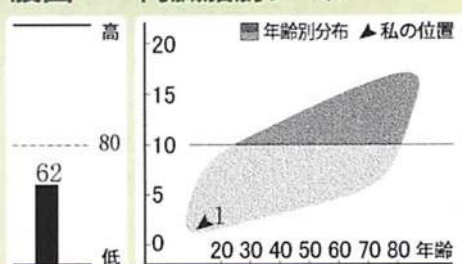
上半身強度	■ 標準	■ 発達	▼ 弱い
下半身強度	■ 標準	▼ 発達	■ 弱い
筋肉強度	▼ 標準	■ 強い	■ 弱い

メタボ情報

	測定値	標準範囲
体重と身長で見る肥満度 BMI	17.4 kg/m ²	14.6~20.1
脂肪の割合で見る肥満度 体脂肪率	8.6 %	10.0~20.0



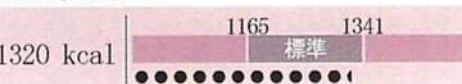
腹囲



理想的な体のためには

調節すべき筋肉量	+ 2.1 kg
調節すべき脂肪量	+ 4.0 kg
調節すべき体重	+ 6.1 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。 94点 / 120点

現在の調子

インピーダンス

Z	RA	LA	TR	RL	LL
20 kHz	392.7	405.9	23.9	251.0	252.7
100 kHz	350.5	369.6	20.3	223.5	226.5

予約なしでいつでも検査可能 (500円)

IT0370-D2-1080/370AB-B101/R370AS-B160/WLOAD-A130