ITO-InBody 検査表

I. D.

年齢 29 オ

身長 170cm

性別 男性

体重 72.2kg

測定日時 2018.8.11 14:42:33

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	7	票準	Ē				高		UNIT:%	標準範囲
体 重	55	70	85	100	115 7	130 2. 2k	145 g	160	175	190	205	54. 1~73. 1
骨格筋量	70	80	90	100	110	¹²⁰ ■ 35	130 . 1kg	140	150	160	170	27. 1~33. 1
体脂肪量	40	60	80	100	10. 3	²²⁰ kg	280	340	400	460	520	7. 6 ~ 15. 3

* 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 61. 9	30 140 150 160 kg	170	48. 6~59. 4
体水分	70 80 90	160 110 120 45. 6	30 140 150 160 kg	170	35. 7~43. 7
タンパク質	70 80 90	100 110 120 12. 2	30 140 150 160 kg	170	9.5~11.7
ミネラル	70 80 90	160 110 120 1 4. 05kg	30 140 150 160	170	3. 30~4. 04

*ミネラルは推定値です。

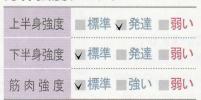
部位別筋肉バランス

日に一下いついいしか、シントン								別内里							
			低		標準					高				i	JNIT:%
右	腕	55	70	85	100	115	130 145 3. 71kg 118. 5%	160	175	190	2 d 5	220	235	250	
左	腕	55	70	85	100	115	130 145 3. 63kg 116. 0%	160	175	190	2 d 5	220	235	250	
胴	体	70	80	90	100	110	120 130 27. 5kg 110. 0%	140	150	160	170	180	190	200	
右	脚	70	80	90	100	110	120 130 9. 53kg .09. 3%	140	150	160	170	180	190	2 d 0	
左	脚	70	80	90	100	110	9. 40kg	140	150	160	170	180	190	200	

身体バランスチェック



身体強度チェック



メタボ情報

		測定	直	標準	範囲		
体重と身長で見る B M	e肥満度 【	25. 0 kg		18. 5~25. 0			
脂肪の割合で見る 体脂肪		14. 3	%	10.0~20.0			
				★今[回 〇前回		
1	アスリ	J		きや思満	肥満		
25. 0	筋肉	型	* i		やや肥満		
BMI	筋肉スリム		1	介	隠れ 肥満		
18. 5	痩せ	**	やや痩せ		介		
10.0 20.0 体脂肪率							
		P-13	רונום				
腹囲	内]臟脂	方レイ	ベル			
	2	0	年齡別	分布 ▲	私の位置		
	-1	5					
78 8	5 -1	0					
	5		L 4				
	ŧ 0	20 30 40 50 60 70 80 年齢					

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 体に点数をつけてみましょう。



インピーダンス

RA LA TR RL LL
20 kHz 239. 8 245. 9 20. 3 214. 9 216. 1
100 kHz 211. 0 216. 0 16. 8 185. 0 186. 3