

ID	身長 164cm	年齢 15	性別 男性	測定日時 2022.03.07. 19:44
----	-------------	----------	----------	---------------------------

体成分分析 Body Composition Analysis

体を構成している	体水分量 (L)	37.4	(29.3~35.9)
筋肉を作る	タンパク質量 (kg)	10.3	(7.8~9.6)
骨を丈夫にする	ミネラル量 (kg)	3.51	(2.72~3.32)
余ったエネルギーを保存する	体脂肪量 (kg)	12.6	(6.3~12.5)
体水分・タンパク質・ミネラル・体脂肪の合計	体重 (kg)	63.8	(44.4~60.0)

新体重: -0.5kg

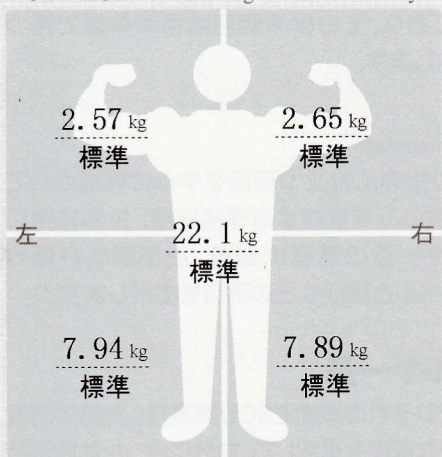
筋肉-脂肪 Soft Lean-Fat Analysis

	低	標準	高
体重 Weight (kg)	55 70 85 100 115 130 145 160 175 190 205 %	63.8	
筋肉量 Soft Lean Mass (kg)	70 80 90 100 110 120 130 140 150 160 170 %	48.3	
体脂肪量 Body Fat Mass (kg)	40 60 80 100 160 220 280 340 400 460 520 %	12.6	

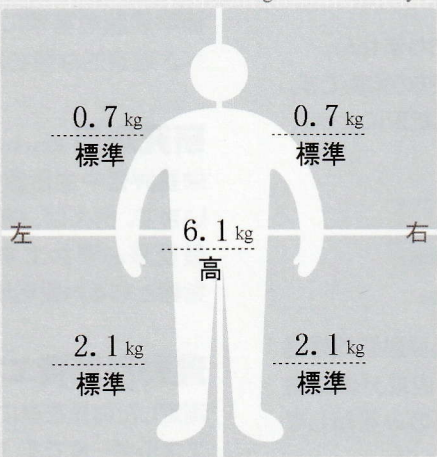
肥満指標 Obesity Index Analysis

	低	標準	高
BMI Body Mass Index (kg/m ²)	10.2 13.2 16.2 19.8 22.8 25.2 27.2 29.2 31.2 33.2 35.2	23.7	
体脂肪率 Percent Body Fat (%)	0.0 5.0 10.0 15.0 20.0 25.0 30.0 35.0 40.0 45.0 50.0	19.7	

部位別筋肉量 Segmental Lean Analysis



部位別体脂肪量 Segmental Fat Analysis



体成分履歴

項目	値	測定日時
体重 (kg)	63.8	22.03.07 19:44
筋肉量 (kg)	48.3	
体脂肪率 (%)	19.7	

最近 全体

InBody点数 InBody Score

83/100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	60.3 kg
体重調節	-3.5 kg
脂肪調節	-3.5 kg
筋肉調節	0.0 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 type="checkbox"/> 良好 <input type="checkbox"/> 不足 <input checked="" 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

4 | 低 10 高

研究項目 Research Parameters

骨格筋量	28.9 kg	(22.0~26.8)
基礎代謝量	1476 kcal	
腹囲	76.7 cm	
骨格筋指数(SMI)	7.8 kg/m ²	

運動別消費エネルギー量

ゴルフ	112	ゲートボール	121
ウォーキング	128	ヨガ	128
バドミントン	144	卓球	144
テニス	191	自転車	191
ボクシング	191	バスケットボール	191
山登り	208	縄跳び	223
エアロビクス	223	ジョギング	223
サッカー	223	水泳	223
剣道	319	ラケットボール	319
スカッシュ	319	空手	319

*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) 20 kHz	337.5	348.7	23.4	257.3	251.4
100 kHz	298.1	308.3	19.7	220.4	216.0