

ITO-InBody 検査表

I. D. MS104

年齢 25才

身長 170cm

体重 73.7kg

性別 女性

測定日時 2009.05.18 08:26:37

B.Hospital

Doctor Cha

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	73.7kg			51.6 ~ 69.8
骨格筋量	70 80 90 100 110 120 130 140 150 160 170	25.0kg			23.2 ~ 28.4
体脂肪量	40 60 80 100 120 140 160 180 200 220 240 260 280 300 320 340 360 380 400 420 440 460 480 500 520	27.9kg			12.1 ~ 19.4

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	45.8kg			42.2 ~ 51.4
体水分	70 80 90 100 110 120 130 140 150 160 170	33.4kg			31.0 ~ 37.8
タンパク質	70 80 90 100 110 120 130 140 150 160 170	9.0kg			8.3 ~ 10.1
ミネラル	70 80 90 100 110 120 130 140 150 160 170	3.47kg			2.85 ~ 3.50

*ミネラルは推定値です。

部位別筋肉バランス

	低	標準	高	UNIT %
右 腕	40 60 80 100 120 140 160 180 200 220 240 260 280 300	2.10kg		101.0%
左 腕	40 60 80 100 120 140 160 180 200 220 240 260 280 300	2.10kg		100.7%
胴 体	70 80 90 100 110 120 130 140 150 160 170 180 190 200	19.6kg		86.1%
右 脚	70 80 90 100 110 120 130 140 150 160 170 180 190 200	7.54kg		96.8%
左 脚	70 80 90 100 110 120 130 140 150 160 170 180 190 200	7.64kg		98.1%

身体バランスチェック

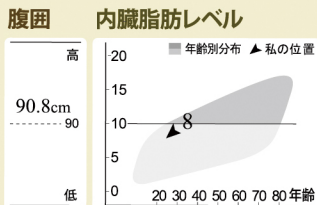
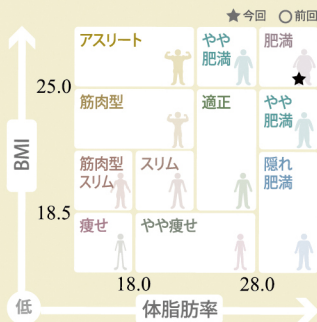
上半身バランス	▼ 均衡	■ やや不均衡	■ 不均衡
下半身バランス	▼ 均衡	■ やや不均衡	■ 不均衡
上下バランス	▼ 均衡	■ やや不均衡	■ 不均衡

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 B M	25.5 kg/m ²	18.5 ~ 25.0
脂肪の割合で見る肥満度 体脂肪率	37.8 %	18.0 ~ 28.0



理想的な体のためには

調節すべき筋肉量	+ 0.9 kg
調節すべき脂肪量	- 13.9 kg
調節すべき体重	- 13.0 kg

基礎代謝量

1359 kcal	1445 標準 1650
-----------	--------------

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。

85点

メモ

- 収縮期血圧: 98 mmHg
- 拡張期血圧: 67 mmHg
- 脈 拍 数: 67 bpm

インピーダンス

Z	RA	LA	TR	RL	LL
20kHz	443.8	444.0	29.0	340.7	330.6
100kHz	407.3	408.8	26.6	299.5	289.8