ITO-InBody検査表

I. D.	身長 176cm	性別	男性
年齢 51 才	体重 69.3kg	測定日時	2017.4.28 11:06:50

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	69.3kg	57.9~78.3
骨格筋量	33.3kg	29.2~35.6
体脂肪量	9.9kg	8.2~16.4

＊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	59.4kg	52.1~63.7
体水分	43.8kg	38.3~46.9
タンパク質	11.7kg	10.3~12.5
ミネラル	3.91kg	3.55~4.33

＊ミネラルは推定値です。

部位別筋肉バランス

筋肉量 ■■ 体重に対する発達率(%) ▒▒

	低 / 標準 / 高 (UNIT:%)
右腕	3.45kg 105.8%
左腕	3.38kg 103.6%
胴体	26.3kg 101.1%
右脚	9.42kg 104.0%
左脚	9.18kg 101.4%

身体バランスチェック

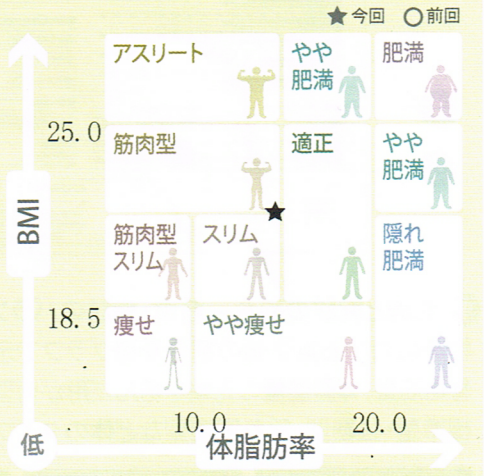
上半身バランス	✓均衡	やや不均衡	不均衡
下半身バランス	✓均衡	やや不均衡	不均衡
上下バランス	✓均衡	やや不均衡	不均衡

身体強度チェック

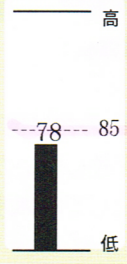
上半身強度	✓標準	発達	弱い
下半身強度	✓標準	発達	弱い
筋肉強度	✓標準	強い	弱い

メタボ情報

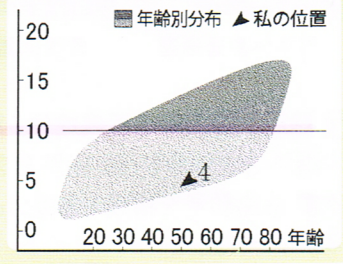
	測定値	標準範囲
体重と身長で見る肥満度 BMI	22.4 kg/m²	18.5~25.0
脂肪の割合で見る肥満度 体脂肪率	14.2 %	10.0~20.0



腹囲



内臓脂肪レベル

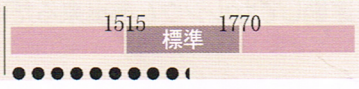


理想的な体のためには

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

1654 kcal



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。

101 点

インピーダンス

Z

	RA	LA	TR	RL	LL
20 kHz	273.7	280.4	21.4	242.4	250.7
100 kHz	246.3	252.2	18.6	211.3	220.1

Copyright© 1996~by InBody Japan Inc.All rights reserved. IR-JPN-ITO370R-161117