

ID	身長	年齢	性別	測定日時
u31642	160cm	23	女性	2024.03.20. 12:15

体成分分析

Body Composition Analysis

	測定値	体水分量	筋肉量	除脂肪量	体重
体水分量 (L)	29.5	29.5	37.9	40.4	61.0
Total Body Water	(27.4~33.4)		(35.2~43.0)	(37.3~45.5)	(45.7~61.9)
タンパク質量 (kg)	7.9				
Protein	(7.4~9.0)				
ミネラル量 (kg)	2.99				
Minerals	(2.53~3.09)				
体脂肪量 (kg)	20.6				
Body Fat Mass	(10.8~17.2)				

※差量 -1.0kg

筋肉-脂肪

Soft Lean-Fat Analysis

	低	標準	高
体重 (kg)	55 70 85 100 115 130 145 160 175 190 205 %	61.0	
Weight			
筋肉量 (kg)	70 80 90 100 110 120 130 140 150 160 170 %	37.9	
Soft Lean Mass			
体脂肪量 (kg)	40 60 80 100 160 220 280 340 400 460 520 %	20.6	
Body Fat Mass			

肥満指標

Obesity Index Analysis

	低	標準	高
BMI (kg/m ²)	10.0 15.0 18.5 21.0 25.0 30.0 35.0 40.0 45.0 50.0 55.0	23.8	
Body Mass Index			
体脂肪率 (%)	8.0 13.0 18.0 23.0 28.0 33.0 38.0 43.0 48.0 53.0 58.0	33.8	
Percent Body Fat			

部位別筋肉量

Segmental Lean Analysis

	低	標準	高
右腕 (kg)	40 60 80 100 120 140 160 180 200 220 240 %	1.91	
Right Arm			
(%)		93.3	
左腕 (kg)	40 60 80 100 120 140 160 180 200 220 240 %	1.90	
Left Arm			
(%)		92.8	
体幹 (kg)	70 80 90 100 110 120 130 140 150 160 170 %	17.8	
Trunk			
(%)		96.1	
右脚 (kg)	70 80 90 100 110 120 130 140 150 160 170 %	6.15	
Right Leg			
(%)		95.1	
左脚 (kg)	70 80 90 100 110 120 130 140 150 160 170 %	6.06	
Left Leg			
(%)		93.8	

体水分均衡

ECW/TBW Analysis

	低	標準	やや高	高
細胞外水分比	0.320 0.340 0.360 0.380 0.390 0.400 0.410 0.420 0.430 0.440 0.450	0.382		
ECW/TBW				

体成分履歴

Body Composition History

体重 (kg)	61.0								
Weight									
筋肉量 (kg)	37.9								
Soft Lean Mass									
体脂肪率 (%)	33.8								
Percent Body Fat									
細胞外水分比	0.382								
ECW/TBW									
✓最近 □全体	24.03.20 12:15								

InBody点数

InBody Score

71/100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	53.7 kg
体重調節	-7.3 kg
脂肪調節	-8.3 kg
筋肉調節	+1.0 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

肥満評価

Obesity Evaluation

B M I	<input checked="" type="checkbox"/> 標準	<input type="checkbox"/> 低体重	<input type="checkbox"/> 過体重
			<input type="checkbox"/> ひどい過体重

体脂肪率	<input type="checkbox"/> 標準	<input type="checkbox"/> 軽度肥満	<input checked="" type="checkbox"/> 肥満
------	-----------------------------	-------------------------------	--

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

部位別体脂肪量

Segmental Fat Analysis

右腕 (1.5 kg)	161.4%
左腕 (1.4 kg)	159.6%
体幹 (10.3 kg)	202.8%
右脚 (3.2 kg)	139.3%
左脚 (3.2 kg)	139.2%

研究項目

Research Parameters

細胞内水分量	18.2 L	(17.0~20.8)
細胞外水分量	11.3 L	(10.4~12.8)
骨格筋量	21.8 kg	(20.3~24.9)
基礎代謝量	1242 kcal	
腹囲	82.4 cm	
内臓脂肪レベル	9	(1~9)
骨ミネラル量	2.47 kg	(2.09~2.55)
体細胞量	26.1 kg	(24.3~29.7)
骨格筋指数(SMI)	6.3 kg/m ²	

インピーダンス

Impedance

	右腕	左腕	体幹	右脚	左脚
Z(Ω) 5 kHz	426.6	434.0	27.3	294.5	303.8
50 kHz	390.1	394.5	23.7	268.3	276.2
500 kHz	340.3	344.2	18.2	233.5	239.7