

ID 28886 身長 167cm 年齢 23 性別 女性 測定日時 2024.02.05 16:13

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) Total Body Water	32.4 (29.8~36.4)	32.4	41.7 (38.3~46.9)	44.4 (40.6~49.6)	66.7 (49.8~67.4)
タンパク質量 (kg) Protein	8.8 (8.0~9.8)				
ミネラル量 (kg) Minerals	3.23 (2.76~3.38)				
体脂肪量 (kg) Body Fat Mass	22.3 (11.7~18.8)				

※式量 = 1.0kg

筋肉-脂肪 Soft Lean-Fat Analysis

	低	標準	高
体重 (kg) Weight	55 70 85 100 115 130 145 160 175 190 205 %	66.7	
筋肉量 (kg) Soft Lean Mass	70 80 90 100 110 120 130 140 150 160 170 %	41.7	
体脂肪量 (kg) Body Fat Mass	40 60 80 100 160 220 280 340 400 460 520 %	22.3	

肥満指標 Obesity Index Analysis

	低	標準	高
BMI (kg/m ²) Body Mass Index	10.0 15.0 18.5 21.0 25.0 30.0 35.0 40.0 45.0 50.0 55.0	23.9	
体脂肪率 (%) Percent Body Fat	8.0 13.0 18.0 23.0 28.0 33.0 38.0 43.0 48.0 53.0 58.0	33.5	

部位別筋肉量 Segmental Lean Analysis

標準体重基準 現在体重基準

	低	標準	高
右腕 (kg) Right Arm	40 60 80 100 120 140 160 180 200 220 240 %	2.18 97.6	
左腕 (kg) Left Arm	40 60 80 100 120 140 160 180 200 220 240 %	2.12 94.9	
体幹 (kg) Trunk	70 80 90 100 110 120 130 140 150 160 170 %	19.7 97.5	
右脚 (kg) Right Leg	70 80 90 100 110 120 130 140 150 160 170 %	6.97 98.8	
左脚 (kg) Left Leg	70 80 90 100 110 120 130 140 150 160 170 %	6.89 97.7	

体水分均衡 ECW/TBW Analysis

	低	標準	やや高	高
細胞外水分比 ECW/TBW	0.320 0.340 0.360 0.380 0.390 0.400 0.410 0.420 0.430 0.440 0.450	0.375		

体成分履歴 Body Composition History

体重 (kg) Weight	66.7				
筋肉量 (kg) Soft Lean Mass	41.7				
体脂肪率 (%) Percent Body Fat	33.5				
細胞外水分比 ECW/TBW	0.375				
最近 全体	24.02.05 16:13				

InBody点数 InBody Score

70/100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 58.5 kg
体重調節 -8.2 kg
脂肪調節 -8.9 kg
筋肉調節 +0.7 kg

栄養評価 Nutrition Evaluation

タンパク質量 ☒良好 ☐不足
ミネラル量 ☒良好 ☐不足
体脂肪量 ☐良好 ☐不足 ☒過多

肥満評価 Obesity Evaluation

B M I ☒標準 ☐低体重 ☐過体重
☐ひどい過体重

体脂肪率 ☐標準 ☐軽度肥満 ☒肥満

筋肉均衡 Lean Balance

上半身均衡 ☒均衡 ☐やや不均衡 ☐不均衡
下半身均衡 ☒均衡 ☐やや不均衡 ☐不均衡
上下均衡 ☒均衡 ☐やや不均衡 ☐不均衡

部位別体脂肪量 Segmental Fat Analysis

右腕 (1.6kg) 157.7%
左腕 (1.6kg) 160.0%
体幹 (11.3kg) 204.6%
右脚 (3.4kg) 136.3%
左脚 (3.4kg) 135.3%

研究項目 Research Parameters

細胞内水分量 20.2 L (18.5~22.7)
細胞外水分量 12.2 L (11.3~13.9)
骨格筋量 24.4 kg (22.3~27.3)
基礎代謝量 1328 kcal
腹囲 87.3 cm
内臓脂肪レベル 10 (1~9)
骨ミネラル量 2.69 kg (2.28~2.78)
体細胞量 29.0 kg (26.5~32.3)
骨格筋指数(SMI) 6.5 kg/m²

インピーダンス Impedance

右腕 左腕 体幹 右脚 左脚
Z(Ω) 5 kHz 443.7 459.5 29.3 329.6 336.0
50 kHz 400.2 415.3 25.7 290.5 297.5
500 kHz 346.5 361.4 19.1 250.9 258.4