

ID	身長	年齢	年齢	測定日時
Jane Doe	156.9cm	51	女性	2024.05.04. 09:46

1 体成分分析 Body Composition Analysis

体を構成している	体水分量 (L)	27.5 (26.3 ~ 32.1)
筋肉を作る	タンパク質量 (kg)	7.2 (7.0 ~ 8.6)
骨を丈夫にする	ミネラル量 (kg)	2.63 (2.44 ~ 2.98)
余ったエネルギーを保存する	体脂肪量 (kg)	21.8 (10.3 ~ 16.5)
上記4つの成分を合計すると	体重 (kg)	59.1 (43.9 ~ 59.5)
細胞の健康状態に比例する	位相角 (°)	4.3

着衣量 -0.5kg

2 筋肉-脂肪 Soft Lean-Fat Analysis

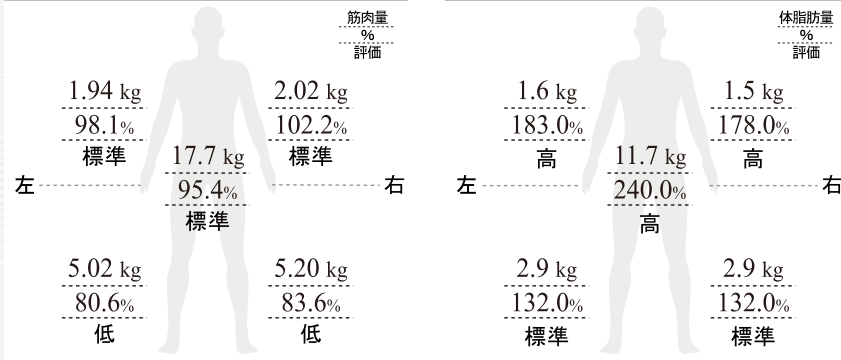
	低	標準	高
体重 (kg)	55 70 85 100 115 130 145 160 175 190 205 %	59.1	
筋肉量 (kg)	70 80 90 100 110 120 130 140 150 160 170 %	35.1	
体脂肪量 (kg)	40 60 80 100 160 220 280 340 400 460 520 %	21.8	

3 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	24.0	
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	36.9	

4 部位別筋肉量 Segmental Lean Analysis

5 部位別体脂肪量 Segmental Fat Analysis



6 体成分履歴 Body Composition History

	23.10.10 09:15	23.10.30 09:40	23.11.02 09:35	23.12.15 11:01	24.01.12 08:33	24.02.10 15:50	24.03.15 08:35	24.05.04 09:46
体重 (kg)	65.3	63.9	62.4	61.8	62.3	60.9	60.5	59.1
筋肉量 (kg)	35.6	35.5	35.2	35.2	35.3	35.2	35.3	35.1
体脂肪量 (kg)	26.9	26.0	24.4	24.1	24.5	23.5	22.8	21.8
体脂肪率 (%)	41.3	40.7	39.2	39.0	39.4	38.6	37.8	36.9
BMI (kg/m ²)	26.5	25.9	25.3	25.0	25.3	24.7	24.5	24.0

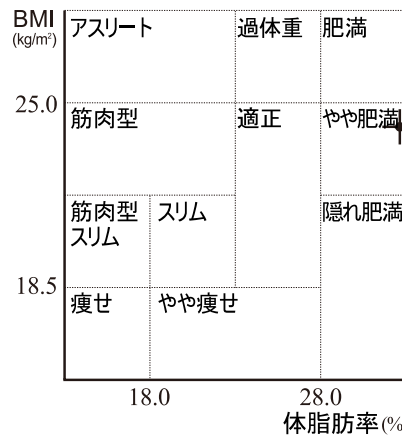
☑最近 ☐全体

7 InBody点数 InBody Score

68/100点

体成分の総合点数です。筋肉量がとても多いと100点を超えることもあります。

8 体型評価 Body Type



9 体重調節 Weight Control

適正体重	51.7 kg
体重調節	-7.4 kg
脂肪調節	-9.9 kg
筋肉調節	+2.5 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 type="checkbox"/> 均衡 <input checked="" type="checkbox"/> やや不均衡 <input type="checkbox"/> 不均衡
上下均衡	<input type="checkbox"/> 均衡 <input checked="" type="checkbox"/> やや不均衡 <input type="checkbox"/> 不均衡

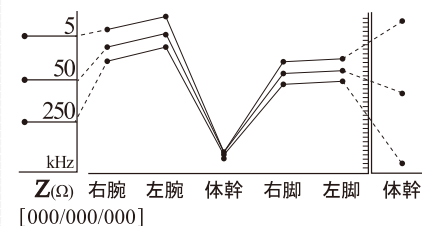
内臓脂肪レベル Visceral Fat Level



10 研究項目 Research Parameters

骨格筋量	19.6 kg (19.5 ~ 23.9)
基礎代謝量	1176 kcal
腹囲	91 cm
骨格筋指数(SMI)	5.8 kg/m ²

11 インピーダンス Impedance



Result Sheet

1 体成分分析

体を化学的観点から4つ(体水分・タンパク質・ミネラル・体脂肪)の成分に分けて現状を表示します。また、各成分と位相角の関係も確認できます。

2 筋肉・脂肪

筋肉量と体脂肪量が体重に対して適切であるかを棒グラフで表示します。身長と性別から求める標準体重を基に筋肉量・体脂肪量の標準値を定めており、グラフの形から体型を視覚化できます。

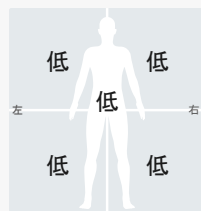
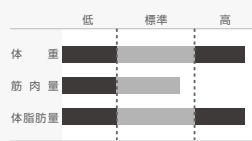


3 肥満指標

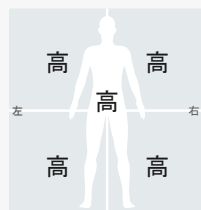
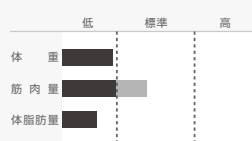
身長と体重で計算したBMIだけでは、体重が標準でも体脂肪率の高い隠れ肥満を正しく評価することができません。InBodyはBMIと体脂肪率を提供するため、総合的な肥満評価ができます。

4 部位別筋肉量

筋肉量を四肢と体幹の部位別に測定し、現在体重に対して筋肉量が十分なのかを判断します。また、上下半身の筋肉の発達程度や左右の均衡が分かるので、運動療法の判断基準になります。部位別筋肉量の表示形式は、棒グラフと人体モデルグラフの2通りから選択できます。



筋肉量が標準値(100%)より多いですが、現在の体重を支えるには足りていない状態です。筋肉量を維持しながら体脂肪量を減らすことで、評価を「低」から「標準」に改善できます。



筋肉量が標準値(100%)より少ないですが、現在の体重を支えるには足りている状態です。しかし、筋肉量を中心に体重を増やす必要があります。

5 部位別体脂肪量

四肢と体幹の脂肪分布を示しています。量だけでなく、標準体重に対する各体脂肪量の多さと評価も表示しますので、どの部位に体脂肪が多く溜まっているか分かります。

6 体成分履歴

測定ID毎に直近データを8件まで表示します。履歴表示する項目は環境設定から変更できます。

7 InBody点数

体成分の状態を分かりやすく点数化して表示します。筋肉量と体脂肪量の均衡を基に評価しています。

8 体型評価

BMIと体脂肪率により体型評価を行います。身長、体重だけでは分からない身体の中身も考慮して入れて評価するので、より正確な評価が可能です。

9 体重調節

体成分を考慮した適正体重と調節すべき筋肉量や体脂肪量を表示します。この数値を目標にすることで健康的で体成分の均衡が取れた体重管理が可能になります。

10 研究項目

栄養評価・生活習慣指導・研究などで活用できます。特に下記の項目は様々な分野で注目されています。

骨格筋指数 (SMI)

サルコペニアの診断に活用される項目で、四肢骨格筋量(kg)を身長(m)の二乗で除して計算します。アジア人における診断基準は次の通りです。¹

男性 < 7.0kg/m²、女性 < 5.7kg/m²

11 インピーダンス

各部位・周波数別のインピーダンス(Z)情報をエラーコードと一緒に表示します。インピーダンスは交流電流が体水分に沿って流れる際に発生する抵抗であり、全ての体成分結果の基になります。