

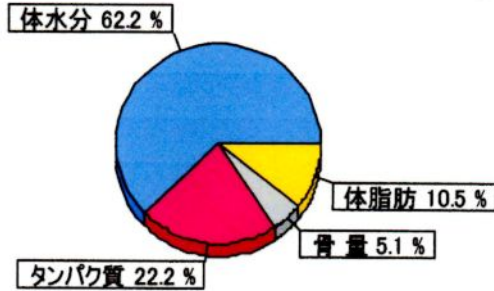
体組成測定結果

| ID | 氏名 | 年齢 | 性別 | 身長 | 今回測定日 | 前回測定日 |
|-------|---------|----|----|-------------|------------------------|-------|
| 00170 | ハシモトヤスオ | 37 | M | 179.8 cm | 2011/07/05 12:45:46 | なし |

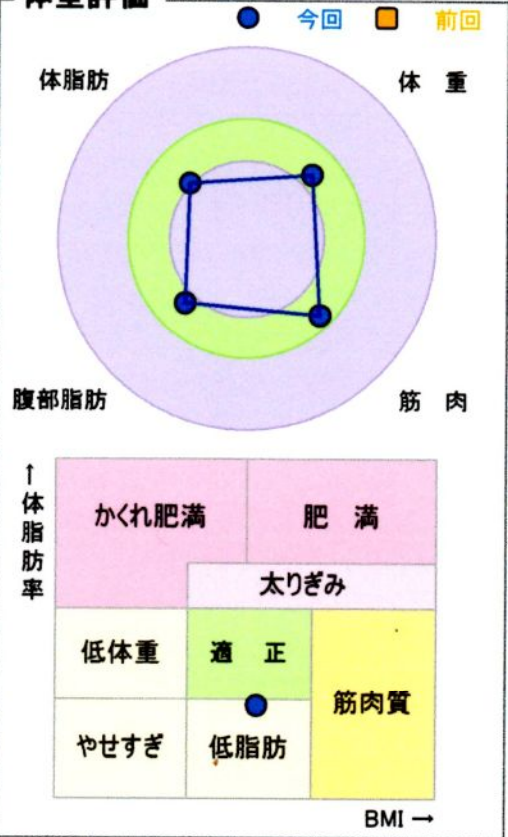


体組成分析

| 体組成 | 前回 | 今回 |
|------------|-----|------|
| 体水分 (L) | 0.0 | 42.6 |
| タンパク質 (kg) | 0.0 | 15.2 |
| 骨量 (kg) | 0.0 | 3.5 |
| 体脂肪量 (kg) | 0.0 | 7.2 |



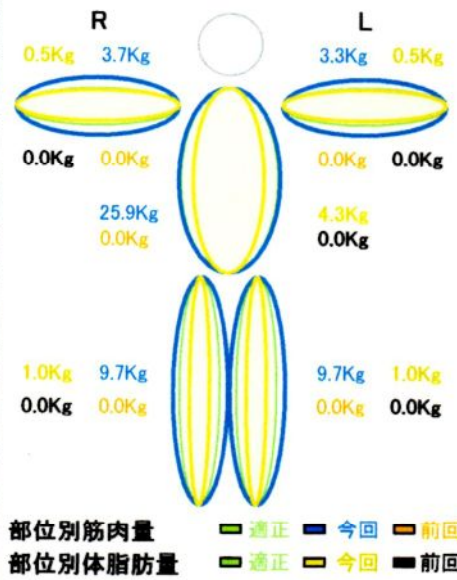
体型評価



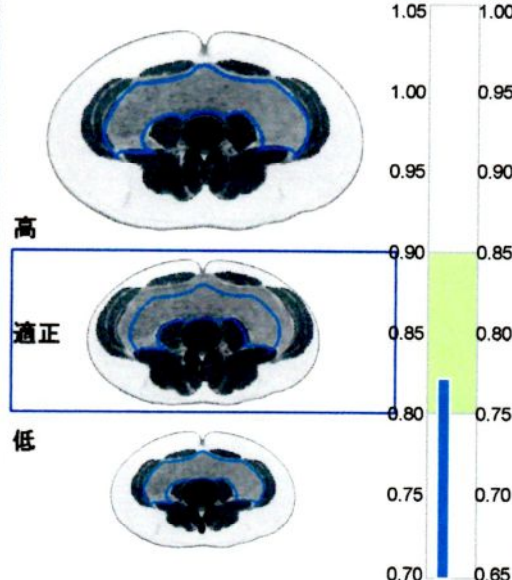
筋肉/体脂肪バランス

| 項目 | 測定値 | 評価 | | | | | | | | | |
|-----------|-------------|-----|-----|-----|-----|------|------|------|------|------|------|
| | | 低 | 適正 | | | 高 | | | | | |
| 体重 (kg) | 68.5 0.0 | 60% | 70% | 80% | 90% | 100% | 110% | 120% | 130% | 140% | 150% |
| 筋肉量 (kg) | 57.8 0.0 | 60% | 70% | 80% | 90% | 100% | 110% | 120% | 130% | 140% | 150% |
| 体脂肪量 (kg) | 7.2 0.0 | 20% | 40% | 60% | 80% | 100% | 150% | 200% | 250% | 300% | 350% |
| 体脂肪率 (%) | 10.5 0.0 | 5% | | 10% | 15% | 20% | 25% | 30% | 35% | 男 | |
| | | 8% | | 13% | 18% | 23% | 28% | 33% | 38% | 43% | 女 |

部位別体組成及びバランス



腹部肥満分析



| 項目 | 前回 | 今回 | 増減 |
|---------|------|------|----|
| 腹部脂肪レベル | 0.00 | 0.82 | 0 |
| 皮下脂肪断面積 | 0.0 | 4.0 | 0 |
| 内臓脂肪断面積 | 0.0 | 31.2 | 0 |
| 合計 | 0.0 | 35.2 | 0 |
| VSR | 0.00 | 7.80 | 0 |

※ 腹部脂肪断面積は推定値です。

| 項目 | 前回 | 今回 | 適正值 | 増減 |
|----------|------|--------|--------------|----|
| BMI | 0.0 | 21.2 | 21.8 | 0 |
| 腹囲 | 0.0 | 77.3 | 85未満 | 0 |
| ウエストヒップ比 | 0.00 | 0.00 | 0.80 0.90 | 0 |
| 基礎代謝量 | 0.0 | 1658.1 | 1677.3 | 0 |
| 一日必要カロリー | 0.0 | 2487.1 | 2516.0 | 0 |
| 細胞外液比 | 0.0% | 33.6% | 30~35 | 0% |

総合評価

| | | |
|---------------------|---|-------------------------|
| 体重調節 及び アドバイス | あなたの適正体重は 69.9kg です。+1.4Kg 体重調節をしましょう。 理想体型になるために、筋肉量は 0.0Kg、体脂肪は +1.4Kg 調節を目標にしましょう。 まず[100Kcal/日]の消費カロリーを目標に運動を実行しましょう。 | 健康指数 89 0 100 |
| | 筋肉が多い方です。 適度な運動で現在の筋肉を維持しましょう。 正しい食習慣を維持し理想的な体型を維持しましょう。 ※ 結果内容に関する詳細はスタッフにお問い合わせください。 | |