

ID	身長 170cm	年齢 29	性別 男性	測定日時 2026.07.12. 11:50
----	-------------	----------	----------	---------------------------

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 Total Body Water	(L) 34.0 (35.7~43.7)	34.0	43.9 (45.9~56.1)	46.3 (48.6~59.4)	53.2 (54.1~73.1)
タンパク質量 Protein	(kg) 9.4 (9.5~11.7)				
ミネラル量 Minerals	(kg) 2.86 (3.30~4.04)	骨外ミネラル量			
体脂肪量 Body Fat Mass	(kg) 6.9 (7.6~15.3)				

筋肉-脂肪 Soft Lean-Fat Analysis

	低	標準	高
体重 Weight (kg)	55 70 85 100 115 130 145 160 175 190 205 %	53.2	
筋肉量 Soft Lean Mass (kg)	70 80 90 100 110 120 130 140 150 160 170 %	43.9	
体脂肪量 Body Fat Mass (kg)	40 60 80 100 160 220 280 340 400 460 520 %	6.9	

肥満指標 Obesity Index Analysis

	低	標準	高
BMI Body Mass Index (kg/m ²)	10.0 15.0 18.5 22.0 25.0 30.0 35.0 40.0 45.0 50.0 55.0	18.4	
体脂肪率 Percent Body Fat (%)	0.0 5.0 10.0 15.0 20.0 25.0 30.0 35.0 40.0 45.0 50.0	12.9	

部位別筋肉量 Segmental Lean Analysis

	低		標準		高					ECW/TBW
右腕 Right Arm	(kg)	55 70 85 100 115 130 145 160 175 %	2.55	100.8						0.365
左腕 Left Arm	(kg)	55 70 85 100 115 130 145 160 175 %	2.64	104.1						0.370
体幹 Trunk	(kg)	70 80 90 100 110 120 130 140 150 %	22.1	109.6						0.365
右脚 Right Leg	(kg)	70 80 90 100 110 120 130 140 150 %	7.67	109.1						0.363
左脚 Left Leg	(kg)	70 80 90 100 110 120 130 140 150 %	7.78	110.6						0.362

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	0.365		

体成分履歴 Body Composition History

体重 Weight (kg)	53.2									
筋肉量 Soft Lean Mass (kg)	43.9									
体脂肪率 Percent Body Fat (%)	12.9									
細胞外水分比 ECW/TBW	0.365									

✓最近 □全体

26.07.12.
11:50

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。

骨格筋指数 Skeletal Muscle Mass Index

7.1 kg/m²

7.1				
26.07.12. 11:50				

体型評価 Body Type

BMI (kg/m ²)	アスリート	過体重	肥満
25.0	筋肉型	適正	やや肥満
	筋肉型 スリム		隠れ肥満
18.5	痩せ	やや痩せ	
	10.0	20.0	体脂肪率(%)

体重調節 Weight Control

適正体重	63.6 kg
体重調節	+ 10.4 kg
脂肪調節	+ 2.7 kg
筋肉調節	+ 7.7 kg

研究項目 Research Parameters

基礎代謝量	1371 kcal
推奨エネルギー摂取量	2593 kcal

運動別消費エネルギー量

ゴルフ	94	ゲートボール	101
ウォーキング	106	ヨガ	106
バドミントン	120	卓球	120
テニス	160	自転車	160
ボクシング	160	バスケットボール	160
山登り	173	縄跳び	186
エアロビクス	186	ジョギング	186
サッカー	186	水泳	186
剣道	266	ラケットボール	266
スカッシュ	266	空手	266

*現在体重基準

*30分運動基準

全身位相角 Whole Body Phase Angle

近位

φ(°) 50 kHz |

7.9°

[装着式, 座位]

[000/000/000]