

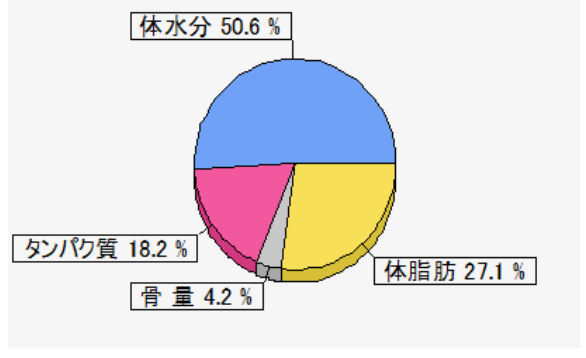
体組成測定結果

ID	氏名	年齢	性別	身長	今回測定日	前回測定日
00123	健康 太郎	41	M	165.0 cm	2012/02/30 17:10:14	2012/01/30 17:08:41

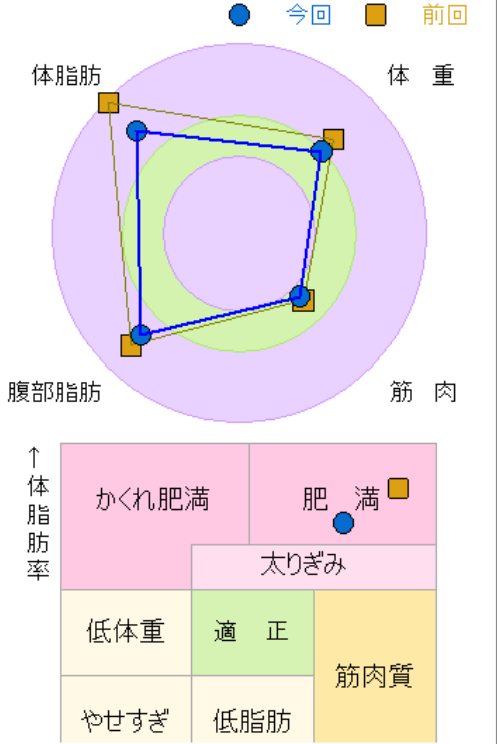


体組成分析

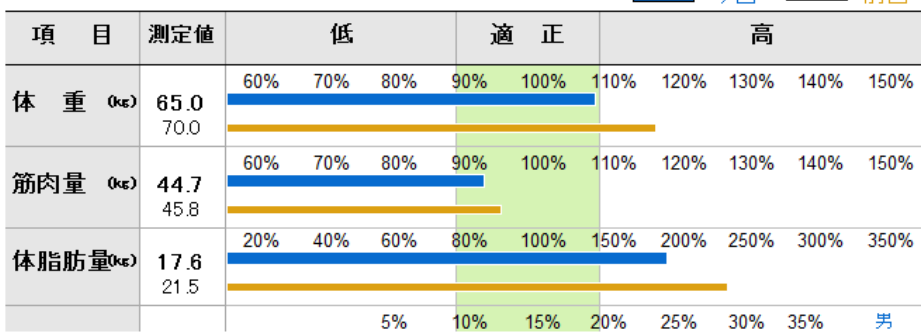
体組成	前回	今回
体水分 (%)	33.7	32.9
タンパク質 (kg)	12.1	11.8
骨量 (kg)	2.7	2.7
体脂肪量 (kg)	21.5	17.6



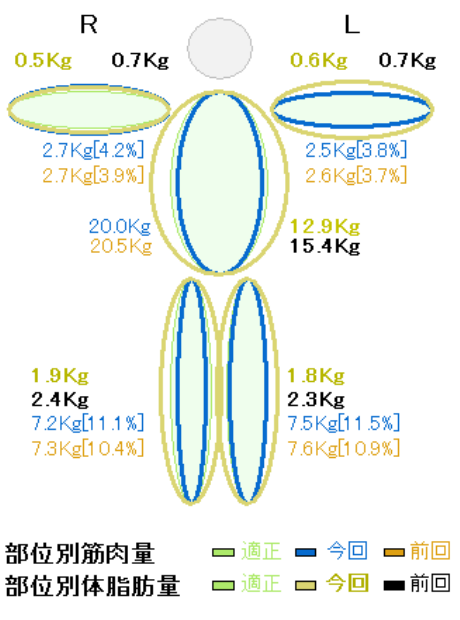
体型評価



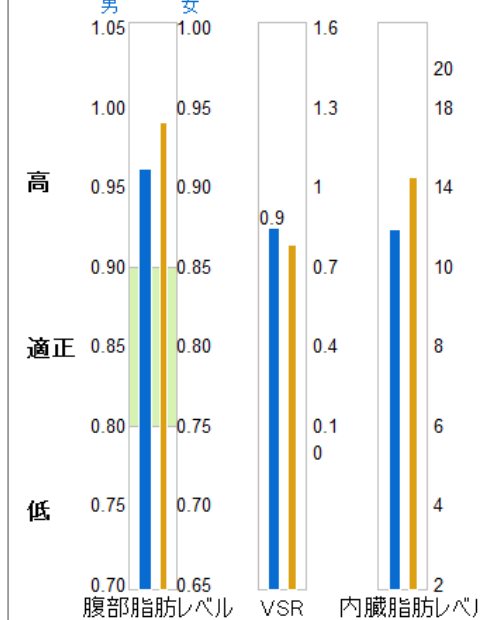
筋肉/体脂肪バランス



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	0.99	0.96	-0.03
皮下脂肪レベル	18.0	13.6	-4.5
内臓脂肪レベル	14.4	11.8	-2.6

項目	前回	今回	適正值	増減
BMI	25.7	23.9	21.8	-1.8
腹囲	97	91	85未満	-6
ウエストヒップ比	0.00	0.00	0.80~0.90	0
基礎代謝量	1577.7	1508.9	1426.4	-68.8
一日必要カロリー	2366.5	2263.3	2139.6	-103.2
細胞外液比	32.9%	33.1%	30~35%	0.2%

総合評価

体重調節 及び アドバイス	あなたの適正体重は 59.0kg です。-6.0Kg 体重調節をしましょう。 理想体型になるために、筋肉量は +2.7Kg、体脂肪は -8.7Kg 調節を目標にしましょう。 まず[100Kcal/回]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 58 0 100
	体脂肪が多い方です。 適度な運動と栄養摂取を心がけましょう。筋肉と脂肪のバランスが取れるようにしましょう。 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。	