

ID: ok\*\*\*ki@gmail.com 性別: 男 身長: 175 cm 年齢: 27 歳 測定日時: 2021-04-22 18:04:15 前回の点数との比較 +0

## 体組成概要

	測定値	体脂肪	無機塩	タンパク質
体重 kg	83.3 [65.6~88.8]	18.1 [8.1~16.2]		
除脂肪体重 kg	65.2 [51.5~63.0]		4.3 [3.0~3.7]	
筋肉量 kg	62.3 [48.7~59.5]			13.2 [8.8~10.7]
総水分量 kg	47.5 [37.9~46.3]			

## 脂肪筋評価

	低標準	標準	高標準	標準範囲	前回との比較
体重 kg		83.3		[65.6~88.8]	↓0.4
骨格筋 kg		37.6		[28.9~35.8]	↓8.8
体脂肪 kg		18.1		[8.1~16.2]	↑13.2

## 肥満分析

	低標準	標準	高標準	標準範囲	前回との比較
体脂肪率 %		21.7		[10.0~20.0]	↑15.8
BMI kg/m <sup>2</sup>		27.2		[18.5~24.0]	↑5.9
W/H比		0.94		[0.80~0.90]	↑0.12

	低標準	標準	高標準	標準範囲	前回との比較
基礎代謝 kcal/d		1793.6		[1446.7~1768.1]	↓314.2

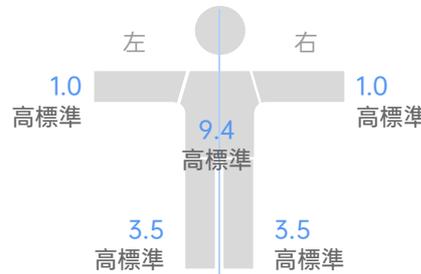
	標準	高標準	標準範囲	前回との比較
内臓脂肪レベル	6.0		[1.0~10.0]	↑5.0

	測定値	肥満評価	黄金比率	調節量
体重 kg	83.3	標準	77.2	-6.1
体脂肪 kg	18.1	過多	12.2	-5.9
筋肉量 kg	62.3	過多	62.3	0.0

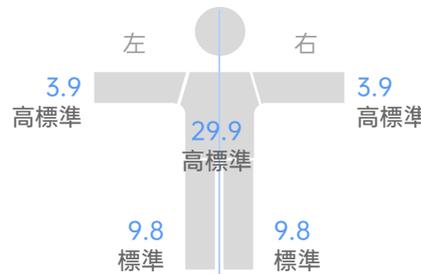
## 過去状態

体重 kg	筋肉量 kg	体脂肪率 %
83.7	75.8	21.7
83.3	62.3	5.9
21/04/21	21/04/21	21/04/21
21/04/22	21/04/22	21/04/22

## 局部脂肪 kg



## 局部筋肉 kg



体重: 体重とは身体の水分・タンパク質・無機塩及び体脂肪の合計を指します。

除脂肪体重: 除脂肪体重とは体重から脂肪を差し引いたものを指します。

筋肉量: 筋肉量とは体重から体脂肪と無機塩の含有量を差し引いたものを指します。

総水分量: 身体の水分は人体を形成する成分の中で最も多く、体重の50~70%を占めています。身体の水分は人体の細胞と体液の中に分布し、大部分が筋肉細胞の中に存在しています。

体脂肪: 体脂肪とは皮下脂肪・内臓脂肪及び筋肉間脂肪の合計を指します。

無機塩: 人体は有機物/無機物/水分で構成されており、体内の無機物を無機塩とよんでいます。無機塩は身体の約5%の重量を占めています。

タンパク質: タンパク質とは窒素を含む固体物質で、体内のすべての細胞に存在し、細胞の構成に関与しています。また、筋肉量の主な成分です。

骨格筋: 骨格筋は横紋筋とも呼ばれ、骨格の筋肉に付着している筋肉の一つで、ここで計算されるのは骨格筋の含有量となります。

体脂肪率: 体脂肪率とは脂肪が体重に占める割合を指します。

BMI: BMIとは主に外観の肥満度を評価するのに用いられ、人間の体がどれだけ太っているか、あるいは痩せているかを示す指標として、国際的によく使われています。

W/H比: ウエストヒップ比とは腰囲と臀囲の比率で、中心性肥満度を判定するのに重要な指標を指します。

基礎代謝: 基礎代謝とは身体が起き安安静している状況の中で、運動・植物・神経の緊張、外界温度の変化などの影響を受けない際に消費する総エネルギー量のことを指します。

