

名前 / ID: / Selvas Health... 測定日時: 2022-05-06 12:36

身長: 174.5 cm 体重: 68.8 kg 性別: 男性 年齢: 42 才

項目		測定値	低	標準	高	適正範囲	調節ガイド	推奨体重: 67.2 kg
筋肉・脂肪	体重	68.8 kg	65 75 85 100 115 125 135 145 155 165 [%]			56.9~77.0	体重調節	-1.6 kg
	骨格筋量	28.8 kg	70 80 90 100 110 120 130 140 150 160 [%]			27.8~34.0	筋肉量調節	+3.5 kg
	体脂肪量	16.9 kg	40 60 80 100 120 170 220 270 320 370 [%]			9.4~14.0	脂肪量調節	-5.1 kg

※ 調節ガイド値は参考値です。専門家とご相談ください。

+:増やす -:減らす

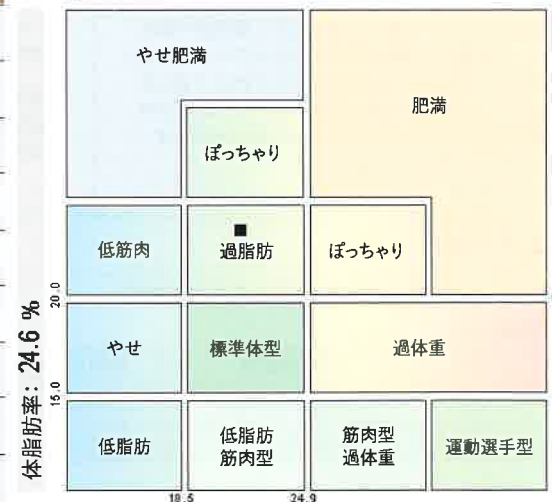
項目	測定値	低	標準	高	適正範囲	栄養評価
体成分分析	体水分	37.4 kg	70 80 90 100 110 120 130 140 150 160 [%]	36.3~44.4	体水分量	☒ 良好 ☐ 不足
	タンパク質	10.6 kg	70 80 90 100 110 120 130 140 150 160 [%]	10.0~12.2	タンパク質	☒ 良好 ☐ 不足
	ミネラル	3.9 kg	70 80 90 100 110 120 130 140 150 160 [%]	3.4~4.2	ミネラル	☒ 良好 ☐ 不足
	体脂肪	16.9 kg	40 60 80 100 120 170 220 270 320 370 [%]	9.4~14.0	脂肪量	☐ 良好 ☐ 低脂肪 ☒ 過脂肪

メタボリック	項目	測定値	低	標準	高	適正範囲	評価	値
	BMI(体格指数)	22.6 kg/m ²	14.50 16.50 18.50 21.70 24.90 27.12 29.35 31.58 33.81 36.04			18.5~24.9	☐ 低い ☒ 標準 ☐ 高い	
	体脂肪率	24.6 %	10.0 12.5 15.0 17.5 20.0 26.4 32.8 39.2 45.7 52.1[%]			15.0~20.0	☐ 低い ☐ 標準 ☒ 高い	
	腹部肥満率	0.90	0.75 0.90			0.75~0.90	☐ 低い ☒ 標準 ☐ 高い	
	内臓脂肪レベル	12	0 4 8 10 15			~8	☐ 皮下型 ☐ 均衡型 ☒ 内臓型	
	基礎代謝量	1491 kcal	1445 1683			1445~1683	☐ 低い ☒ 標準 ☐ 高い	
	ウエスト回り	88.5 cm	85			85cm 未満	☐ 標準 ☒ 高い (実測値ではありません。)	

※ メタボリックの項目は推定計算値です。

項目		測定値	低	標準	高	適正範囲
部位別筋肉量・脂肪量	右腕	筋肉量	2.60	kg	70 80 90 100 110 120 130 140 150 160 [%]	2.83~3.46
		脂肪量	1.07	kg	40 60 80 100 120 170 220 270 320 370 [%]	0.55~0.82
	左腕	筋肉量	2.64	kg	70 80 90 100 110 120 130 140 150 160 [%]	2.83~3.46
		脂肪量	1.04	kg	40 60 80 100 120 170 220 270 320 370 [%]	0.55~0.82
	体幹	筋肉量	22.62	kg	70 80 90 100 110 120 130 140 150 160 [%]	21.30~26.04
		脂肪量	8.26	kg	40 60 80 100 120 170 220 270 320 370 [%]	4.55~6.82
	右脚	筋肉量	8.13	kg	70 80 90 100 110 120 130 140 150 160 [%]	7.82~9.56
		脂肪量	2.60	kg	40 60 80 100 120 170 220 270 320 370 [%]	1.61~2.41
	左脚	筋肉量	8.17	kg	70 80 90 100 110 120 130 140 150 160 [%]	7.82~9.56
		脂肪量	2.57	kg	40 60 80 100 120 170 220 270 320 370 [%]	1.61~2.41

■ 体型チェック

BMI: 22.6 kg/m²SMI: 7.07 kg/m²FFMI: 17.04 kg/m²

ASMI: 0.31 kg/BW

※ SMI-ASMI-FFMI 指数は推定計算値です。

■ 履歴

体重	68.8 kg					
筋肉量	48.0 kg					
体脂肪率	24.6 %					
測定日時	2022.05.06					

V5336-100

■ 総合評価

身体年齢	44 歳
ACCUNIQ スコア	72 点
一日必要エネルギー	2296 kcal

■ インピーダンス (540)

Freq	5K	50K	250K
RA. Imp.	329	294	223
LA. Imp.	325	285	217
Trunk	47	42	32
RL. Imp.	238	214	161
LL. Imp.	236	205	156