

健康いきいき ステーション



- ・参加無料!
- ・感染対策実施!
- ・お土産付き

日時

2023年12月22日(金) 14~15時

内容

ノロウイルスにご注意

感染症だけでなく食中毒にも注意が必要な季節です。
生活のなかで注意すべきポイントをご紹介します。



体組成測定

筋肉・体水分・体脂肪などを約15秒で測定します。複雑な操作は
必要なく、痛みや不快感もありません。装置に乗って電極を握るだ
けです。 ※裸足で測定します。



詳細はウラ面へ

健康いきいき

ステーションでは

身体の健康チェックが出来たり、日々の情報交換をしたり、
また専門家に介護や物忘れ
などに関して相談することができます。

どなたでも
お立ち寄りください

お問い合わせ



そうごう薬局 佐野店

群馬県高崎市倉賀野町31-3

TEL 027-345-0021

【受付時間】9:00~18:00(日祝 除く)

高齢者あんしんセンターサンピエール

高崎市上佐野町786-7 TEL 027-346-3760



※サンピエール病院駐車場の
ATM側の道路に入って直進右側
です。

■体組成測定

筋肉・体水分・体脂肪などを約15秒で測定します。複雑な操作は必要なく、痛みや不快感もありません。装置に乗って電極を握るだけです。※裸足で測定します。

InBody

[InBody470]

InBody

Website: www.inbody.co.jp



ID	身長	年齢	性別	測定日時
Jane Doe	156.9cm	51	女性	2021.05.04. 09:46

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)	27.5 (26.3 ~ 32.1)	27.5	35.1 (33.8 ~ 41.7)	37.3 (35.8 ~ 43.7)	59.1 (43.9 ~ 59.5)
タンパク質量 Protein (kg)	7.2 (7.0 ~ 8.6)				
ミネラル量 Minerals (kg)	2.63 (2.44 ~ 2.98)				
体脂肪量 Body Fat Mass (kg)	21.8 (10.3 ~ 16.5)				

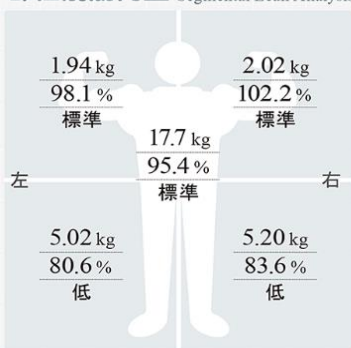
筋肉-脂肪 Soft Lean-Fat Analysis

	低	標準	高
体重 Weight (kg)	65 70 85 100 115 130 145 160 175 190 205 %	59.1	
筋肉量 Soft Lean Mass (kg)	70 80 90 100 110 120 130 140 150 160 170 %	35.1	
体脂肪量 Body Fat Mass (kg)	40 60 80 100 160 220 280 340 400 460 520 %	21.8	

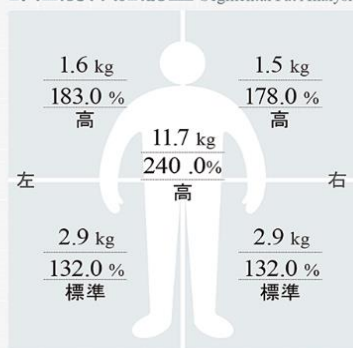
肥満指標 Obesity Index Analysis

	低	標準	高
BMI Body Mass Index (kg/m ²)	10.0 15.0 18.5 21.0 25.0 30.0 35.0 40.0 45.0 50.0 55.0	24.0	
体脂肪率 Percent Body Fat (%)	8.0 13.0 18.0 23.0 28.0 33.0 38.0 43.0 48.0 53.0 58.0	36.9	

部位別筋肉量 Segmental Lean Analysis



部位別体脂肪量 Segmental Fat Analysis



体成分履歴 Body Composition History

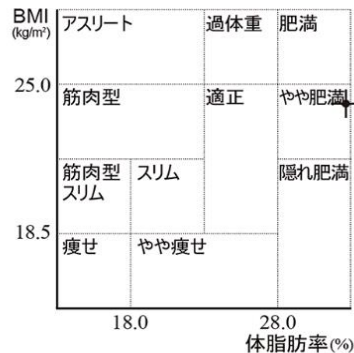
	20.10.10 09:15	20.10.30 09:40	20.11.02 09:35	20.12.15 11:01	21.01.12 08:33	21.02.10 15:50	21.03.15 08:35	21.05.04 09:46
体重 Weight (kg)	65.3	63.9	62.4	61.8	62.3	60.9	60.5	59.1
筋肉量 Soft Lean Mass (kg)	35.6	35.5	35.2	35.2	35.3	35.2	35.3	35.1
体脂肪率 Percent Body Fat (%)	41.3	40.7	39.2	39.0	39.4	38.6	37.8	36.9

InBody点数 InBody Score

68/100点

体成分の総合点数です。筋肉量がとても多いと100点を超えることもあります。

体型評価 Body Type



体重調節 Weight Control

適正体重	51.7 kg
体重調節	- 7.4 kg
脂肪調節	- 9.9 kg
筋肉調節	+ 2.5 kg

栄養評価 Nutrition Evaluation

タンパク質量	<input checked="" type="checkbox"/> 良好	<input type="checkbox"/> 不足
ミネラル量	<input checked="" type="checkbox"/> 良好	<input type="checkbox"/> 不足
体脂肪量	<input type="checkbox"/> 良好	<input type="checkbox"/> 不足 <input checked="" type="checkbox"/> 過多

筋肉均衡 Lean Balance

上半身均衡	<input checked="" type="checkbox"/> 均衡	<input type="checkbox"/> やや不均衡	<input type="checkbox"/> 不均衡
下半身均衡	<input type="checkbox"/> 均衡	<input type="checkbox"/> やや不均衡	<input type="checkbox"/> 不均衡
上下均衡	<input type="checkbox"/> 均衡	<input checked="" type="checkbox"/> やや不均衡	<input type="checkbox"/> 不均衡

内臓脂肪レベル Visceral Fat Level



研究項目 Research Parameters

骨格筋量	19.6 kg	(19.5 ~ 23.9)
基礎代謝量	1176 kcal	
腹囲	91 cm	
骨ミネラル量	2.18 kg	(2.01 ~ 2.45)
骨格筋指数(SMI)	5.8 kg/m	

インピーダンス Impedance

Z (Ω)	右腕	左腕	体幹	右脚	左脚
5 kHz	373.1	385.4	25.7	303.0	314.1
50 kHz	337.2	352.5	23.0	282.3	289.8
250 kHz	307.9	322.9	20.4	263.3	272.7