

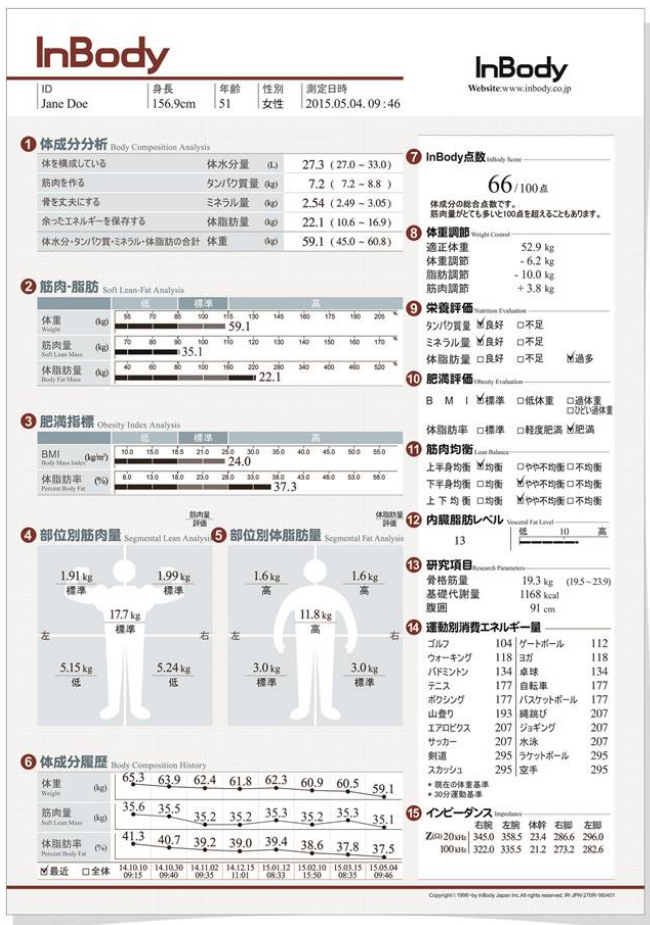
「InBody」検査をしてみませんか？ あなたの体内状態を知りましょう

最近お腹の脂肪が気になる・筋力の衰えを感じるという方、脂質や血糖が高いと言われ、運動・食事療法をお考えになられている方、またはダイエットやトレーニングをしていて体型には自信があるという方、体内状態を測定してみませんか？

**ご自身の体内状態を多角的に理解する事により健康管理、
体型維持を具体的に計画する事が出来ます。**

**「InBody」検査を利用し、目標を持って生活改善に
取り組むことができます。**

1回 500円（税別）



乗るだけ簡単 30秒！！
ご希望の方や質問はスタッフまで

「InBody」検査で解る 15 のポイント

① 体重を構成している体成分の測定結果を提供します。

② 筋肉と体脂肪の均衡がわかります。数値は各項目の測定値を示します。表にある100%は測定者の体格(身長)から算出した理想体重を基準とした理想値を意味します。

③ 測定者の体型と肥満の有無が解ります

④ 部位別(右腕・左腕・体幹・右脚・左脚)の筋肉量と発達程度を確認する事が出来ます。

⑤ 部位別(右腕・左腕・体幹・右脚・左脚)の体脂肪量確認する事が出来ます。

⑬ 測定が正常に行われたかどうか確認する指標です

⑥ 過去計測した履歴が解ります。こまめに測定する事をお勧めします。

⑦ 一般の方が体成分の測定結果を簡単に理解していただけるように点数化したものです。除脂肪量と体脂肪量の実測値を標準値と比べることで点数を算出します。

⑧ 適正体重は測定者の体成分を考慮し、筋肉量と体脂肪量が理想的になった状態の体重です

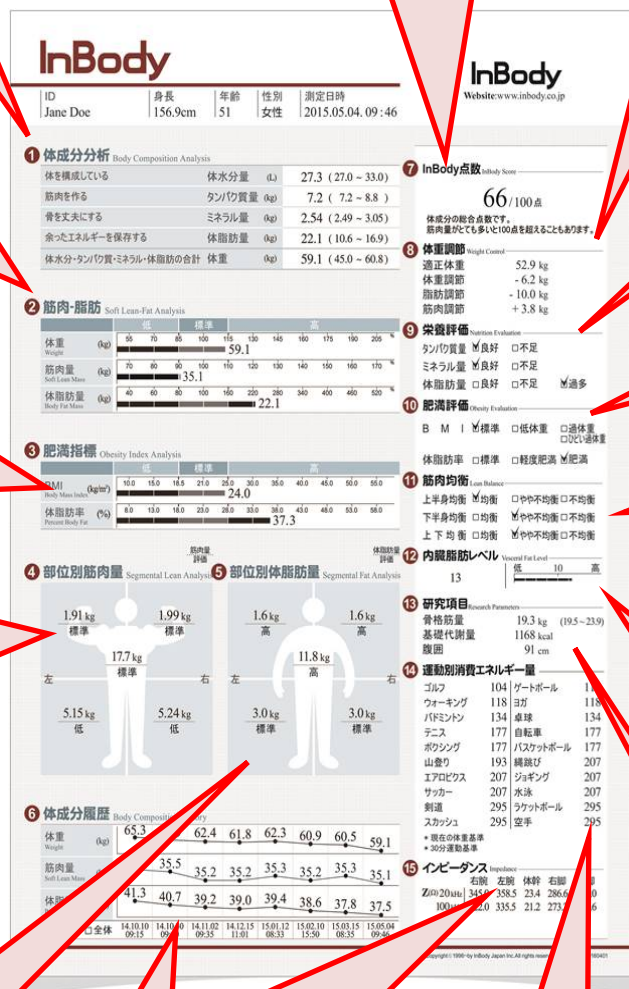
⑨ 測定者の栄養摂取量が適量であるかどうか判断します

⑩ 肥満になっていないか判断します

⑪ 両腕・両脚・上下の筋肉量が均等であるか判断します

⑫ 内臓の間に存在する内臓脂肪の量を推定したレベルです。内臓脂肪レベルを10以下に維持することが健康な状態と言えます、10を超えると注意が必要です。

⑬ 骨格筋量、基礎代謝量、腹囲の実数値です



⑭ 測定者の今現在の運動別消費エネルギー量をお知らせします。