

体成分測定について

【設置場所】
市役所 別館1階 健康づくり課 相談室

【時間】
8:30~17:15
※事前に健康づくり課へご予約ください。

市民健康相談・保健指導開催時は市民センター
で実施しています。
市民健康相談は下記の日程をご確認ください。

測定時間は1分ほどです！

- 【測定内容】
- 体重・筋肉・体脂肪量の測定
 - 体水分・たんぱく質・ミネラル量
 - 体脂肪率・内臓脂肪レベル
 - 各部位(腕・脚・体幹)の筋肉量と脂肪量



無料

生活習慣病予防のための食生活、
運動、禁煙等に関する相談をお受け
します。

市民健康相談	
<p>◎要予約</p> <p>時間 9:00~15:00</p> <p>場所 伊万里市民センター 2階 健康推進室</p>	<p>4月22日(火)</p> <p>5月27日(火)</p> <p>6月18日(水)</p> <p>7月22日(火)</p> <p>8月26日(火)</p> <p>9月24日(水)</p> <p>10月28日(火)</p> <p>11月25日(火)</p> <p>12月23日(火)</p> <p>1月27日(火)</p> <p>2月24日(火)</p> <p>3月24日(火)</p>



測定結果表

項目		測定値	標準値	評価
身長	cm	160.0		
体重	kg	59.3		
性別		女性		
年齢	歳	50		
体脂肪率	%	22.3	15.0-25.0	良好
筋肉量	kg	18.7	11.3-16.9	良好
体水分	%	29.2	27.7-31.9	良好
たんぱく質	g/kg	8.00	7.50-8.1	良好
ミネラル	g/kg	3.4	2.4-3.4	良好
内臓脂肪	mm	10	0-10	良好
腕部筋肉	kg	12.66	11.89-13.72	良好
脚部筋肉	kg	7.7.8	80cm未満	良好
体幹筋肉	kg	1.99	2.15-2.83	良好
腕部脂肪	kg	1.09	0.65-0.98	良好
脚部脂肪	kg	1.91	2.15-2.83	良好
体幹脂肪	kg	1.13	0.65-0.98	良好
体脂肪	kg	13.17	16.20-19.79	良好
体水分	kg	8.84	5.63-9.44	良好
たんぱく質	kg	6.26	5.94-7.26	良好
ミネラル	kg	3.04	1.99-2.89	良好
内臓脂肪	kg	6.20	3.94-7.26	良好
腕部	kg	3.08	1.99-2.98	良好
脚部	kg	1.58	1.93-2.83	良好
体幹	kg	0.27	0.27-0.27	良好

《ご予約・お問い合わせ先》
伊万里市役所 健康づくり課 (市役所別館1階)
電話 22-3916