



×



知ろう！解ろう！自分の身体！

リハビリの専門職(理学療法士)への相談もできます

65歳以上

無料体力測定会

2023年

11月19日(日)

10:00~12:00

体力測定 + 体組成計測



定員 20名

(先着)

事前申し込み

が必要です！



握力 (筋力)	右	kg
	左	kg
ファンクショナルリーチ (動的バランス)		cm
長座位 体前屈 (柔軟性)		cm
最大歩行速度 5m (歩行能力)		秒
開眼片足立ち時間 (静的バランス)		秒

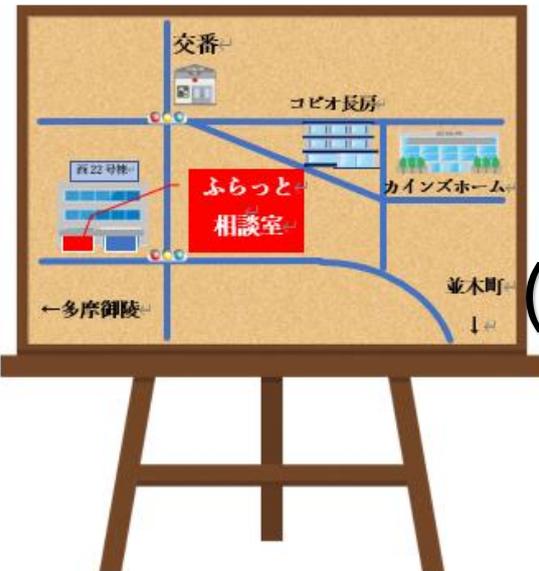
↓

静的
バランス

筋力

動的
バランス

歩行能力 柔軟性



(申し込み先)

シルバーふらっと
相談室長房

電話: 042-629-2531 (西 22 号棟 1 階)

TANITA	
体組成計	
DC-13C	
2022/06/28(火)16:17	
氏名	
入力項目	
体型モード	スタンダード
性別	男性
年齢	44 才
身長	171.0 cm
着衣量 (PT)	1.0 kg
測定結果	
体重	72.1 kg
体脂肪率	16.1 %
脂肪量	11.6 kg
除脂肪量	60.5 kg
筋肉量	57.4 kg
筋肉率	79.6 %
体水分量	44.4 kg
体水分率	61.6 %
推定骨量	3.1 kg
基礎代謝量	1675 kcal
内臓脂肪レベル	10
BMI	24.7
標準体重	64.3 kg
肥満度	12.1 %
体脂肪率標準範囲	
12.0 ~ 22.9 %	
8.3 ~ 18.0 kg	
判定	
◇体脂肪率	やせ 標準 軽肥満 肥満
◇BMI	やせ 普通 肥満1 肥満2
◇内臓脂肪レベル	標準 やや過剰 過剰
◇筋肉量	少 平均 多
◇基礎代謝レベル	燃えにくい 標準 燃えやすい
◇体脂肪率と筋肉量による体型判定	☆筋肉質☆
◇インピーダンス情報	6.25kHz
606.1	519.5 R
-31.6	-68.3 X