

●機器紹介 InBody®(インボディ)●

# 体成分分析機って何？

市民体育館交流ホールに体内成分分析機（InBody®）を設置しています。  
問合せ・詳細は同館窓口でお問い合わせください。



体成分分析機とは人の体の中の体水分、タンパク質、ミネラル、体脂肪の割合を測り、そのバランスの状態を分析し、成分の過不足を評価する機器です。計測は体重計のような台に乗り1分ほどで終了。計測が終わると分析表が出力されます。分析表には、筋肉量と脂肪量などを基に算定された総合評価点数や強靱型、肥満型など体のタイプが判定できる体型評価グラフ、腕や脚、体幹など部位別にどこに筋肉や脂肪がついているかを示す筋肉量・脂肪量結果値、内臓脂肪レベル値などが表示されます。定期測定会では、この機器を使い体成分の分析を行い、測定結果について説明します。