

Physion MD

タイプ別測定データサンプル

株式会社日本シューター

1. メタボリックシンドロームの場合 - 測定画面例

Physion Demo

Physion
体組成計デモソフト

測定画面例

リストから選択

- 01 メタボリックシンドローム
- 02 後期高齢者
- 03 マラソン 金メダリスト
- 04 サッカー元日本代表選手
- 05 テニス愛好者
- 06 バドミントン選手
- 07 アマ野球投手(トレーニング前)
- 08 アマ野球投手(トレーニング後)
- 09 プロ野球投手(セットアップ)
- 10 競輪S級選手
- 11 ボート選手
- 12 重量挙げ選手

画像を選択

- 測定画面
- 設定画面

終了

IMPEDANCE ANALYZER
Physion MD

電極貼付位置 & 測定経過表示

F1: 身体情報

ID:

名前:

誕生日: / /

性別: 男

年齢: 才

身長: 175.0 cm

体重: 108.0 kg

F2: 測定部位

四肢遠位 ⇒ 近位

F3: 四肢長

	左	右	cm
・上腕長:	32.7	32.7	cm
・前腕長:	24.2	24.2	cm
・大腿長:	40.0	40.0	cm
・下腿長:	40.2	40.2	cm

F4:

筋肉量・脂肪量・BMI等の数値が表示されます

体組成測定結果

BMI: 35.3

体重: 108.0 kg

筋肉: 32.2 kg (29.8%)

水分: 52.6 kg (48.7%)

脂肪: 36.2 kg (33.5%)

除脂肪: 71.8 kg (66.5%)

骨: 13.9 kg (12.9%)

その他:

肥満度: 60.5%

基礎代謝量: 2040 kcal/day

遠位 BI 測定値

	RA	LA	RL	LL	TR
遠位 BI 測定値	206.8	210.9	167.8	170.8	22.3
	[Ω]	[Ω]	[Ω]	[Ω]	[Ω]

近位 BI 測定値

	RUA	LUA	RFL	LFL	TR
近位 BI 測定値	96.7	104.1	51.5	52.8	20.7
	[Ω]	[Ω]	[Ω]	[Ω]	[Ω]

ADL Index

	<左>	<右>
大腿四頭筋筋量	2.72 kg	2.77 kg
大腿四頭筋最大筋力	80.46 kg	81.04 kg
体重支持指数(WBI)	0.745	0.759

四肢・体幹筋肉量 & バランス

	左	右	[kg]	左/右 [%]
上腕	0.84	0.92		91.3[%]
前腕	0.61	0.61		100.0
上肢	1.45	1.53		94.8
大腿	5.29	5.38		98.3
下腿	2.00	2.03		98.5
下肢	7.29	7.41		98.4
体幹	7.13	7.39		96.5

体組成電源 OK

使用者に仰臥位姿勢で数分間程度の安静時間を確保してください。
新規登録及びデータをロードされる場合は<F4>を選択してください。身長、体重のみ変更される場合は<F1>を選択してください。

<F1> 身体情報入力 <F2> 測定部位選択 <F3> 四肢サイズ入力 <F4> 新規登録検索/送信 <F5> スタート <F6> エラーログ表示 <F7> 運動プログラム <F8> プリント <F9> 筋肉量評価プログラム <F10> EXIT <F11> 推移グラフ

サンプルデータの説明

30代後半男性の測定例で、BMIが35超で体脂肪率が30%超と、メタボリック真っ只中といった感じです。体脂肪率が高いのは当然問題ですが、筋肉率が低い事こそ実は大問題なのです。体に溜まった脂肪は筋肉でしか消費されませんから、メタボリックシンドロームの解消に食生活の見直しはもちろん大切ですが、筋肉を鍛えて日々のエネルギー代謝量を増やす必要があります。筋肉量が増える → 体重を支える事が容易になる → 生活強度が増す → エネルギー代謝量が増える、という好循環が期待出来ます。

1. メタボリックシンドロームの場合 - 評価画面例

被験者へのご説明には
こちらの画面が効果的です

体組成成分の比率が
表示されます

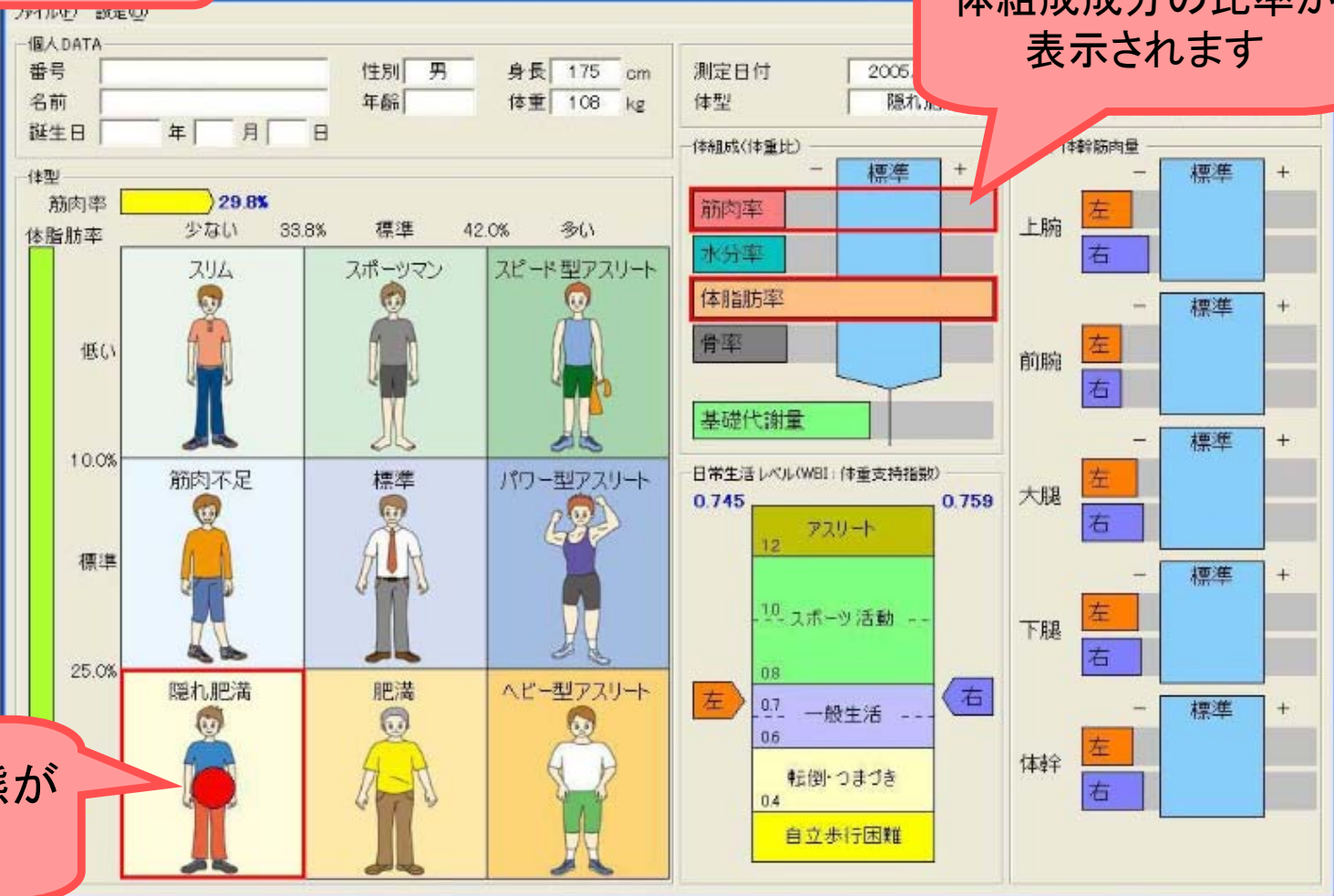
リストから選択

- 01 メタボリックシンドローム
- 02 後期高齢者
- 03 マラソン 金メダリスト
- 04 サッカー元日本代表選手
- 05 テニス愛好者
- 06 バドミントン選手
- 07 アマ野球投手(トレーニング前)
- 08 アマ野球投手(トレーニング後)
- 09 プロ野球投手(セットアップ)
- 10 競輪S級選手
- 11 ボート選手
- 12 重量挙げ選手

画像を選択

- 測定画面
- 評価画面

一目で体の状態が
分かります



サンプルデータの説明

30代後半男性の測定例で、BMIが35超で体脂肪率が30%超と、メタボリック真っ只中といった感じです。体脂肪率が高いのは当然問題ですが、筋肉率が低い事こそ実は大問題なのです。体に溜まった脂肪は筋肉でしか消費されませんから、メタボリックシンドロームの解消に食生活の見直しはもちろん大切ですが、筋肉を鍛えて日々のエネルギー代謝量を増やす必要があります。筋肉量が増える → 体重を支える事が容易になる → 生活強度が増す → エネルギー代謝量が増える、という好循環が期待出来ます。

2. 高齢者の場合 - 測定画面例

Physion Demo

Physion
体組成計デモソフト

測定画面例

IMPEDANCE ANALYZER

Physion MD

00/00/00 00:00

電極貼付位置 & 測定経過表示

左 右

上腕 前腕 大腿 下腿

体重 体幹

遠位 BI 測定値

RA: 295.4 LA: 323.6
RL: 255.3 LL: 239.5
TR: 31.6 [Ω]

近位 BI 測定値

RUA: 152.8 LUA: 160.0
RFL: 95.7 LFL: 100.6
TR: 30.5 [Ω]

ADL Index

大腿四頭筋筋量 : <左> 0.88 kg <右> 0.91 kg
大腿四頭筋最大筋力: 26.03 kg 26.92 kg
体重支持指数(WBI): 0.546 0.564

体組成電源 OK

F1: 身体情報

ID:
名前:
誕生日: / /
性別: 女
年齢: 才
身長: 143.0 cm
体重: 47.7 kg

F2: 測定部位

四肢遠位 ⇒ 近位

F3: 四肢長

	左	右	cm
上腕長	29.7	29.7	cm
前腕長	20.6	20.6	cm
大腿長	32.3	32.3	cm
下腿長	31.8	31.8	cm

F4: ファイル情報

測定日時: 2007/07
.TEX

データクリア

終了

体組成測定結果

BMI: 23.3 体重: 47.7 kg

筋肉 13.1 kg 27.5 %
水分 21.5 kg 45.1 %
除脂肪 29.4 kg 61.6 %
脂肪 18.3 kg 38.4 %
骨 5.9 kg 12.4 %
その他

肥満度: 5.9 % 基礎代謝量: 933 kcal/day

四肢・体幹筋量 & バランス

	左	右	[kg]	左/右
上腕	0.38	0.41	0.41	92.7[%]
前腕	0.34	0.37	0.37	91.9
上肢	0.72	0.78	0.78	92.3
大腿	1.84	1.90	1.90	96.8
下腿	1.16	1.00	1.00	116.0
下肢	3.00	2.90	2.90	103.4
体幹	2.69	3.01	3.01	89.4

測定前には被験者に仰臥位姿勢で数分間程度の安静時間を確保してください。
新規登録及びデータをロードされる場合は<F4>を選択してください。身長、体重のみ変更される場合は<F1>を選択してください。

<F1> 身体情報 入力
<F2> 測定部位 選択
<F3> 四肢サイズ 入力
<F4> 新規登録 検索/送信
<F5> スタート
<F6> エラーログ 表示
<F7> 運動 プログラム
<F8> プリント
<F9> 筋量評価 プログラム
<F10> EXIT
<F11> 推移グラフ

サンプルデータの説明

90代女性の測定例です。この位のお歳になりますと、やはり脚(大腿、下腿)の筋量低下が顕著になってきます。ご自分の体重を片脚でどの程度支える事が出来るかを示す『体重支持指数』が0.6を下回っていますから、歩行もままならない状態と考えられます。もし疾患がなく動かそうと思えば動かせる状態、いわゆる『廃用性萎縮』の場合であれば、積極的に体を動かして筋肉を活性化させる事で、日常生活強度をある程度保つ事が出来るでしょう。大きな負荷を掛けず、眠っていた筋肉を呼び覚ますようにストレッチする事から始めましょう。

2. 高齢者の場合 - 評価画面例

生活に必要な筋力の維持に
お役立ていただけます

日常生活に必要な
筋量が確認できます

リストから選択

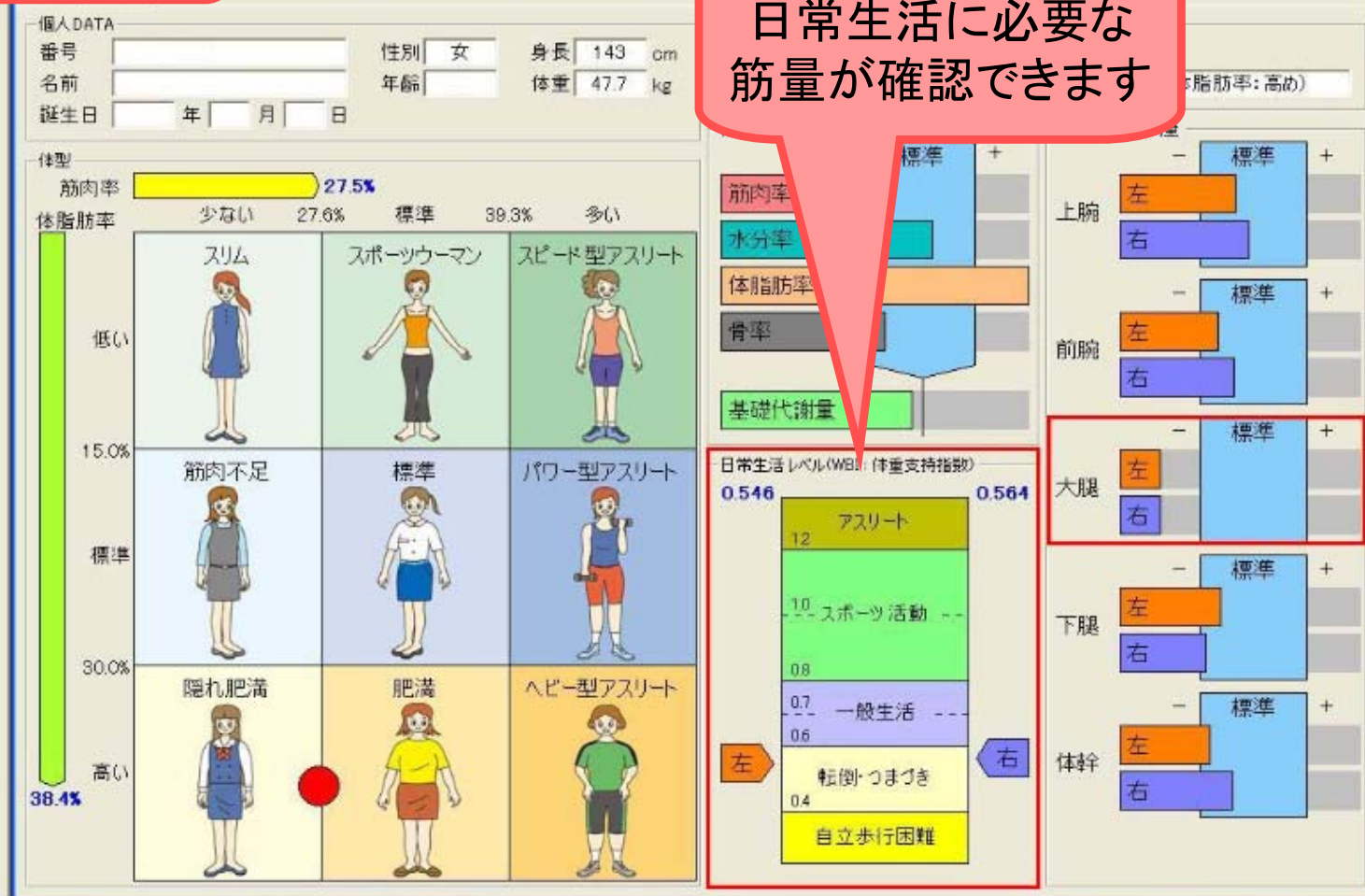
- 01 メタボリックシンドローム
- 02 後期高齢者
- 03 マラソン 金メダリスト
- 04 サッカー元日本代表選手
- 05 テニス愛好者
- 06 バドミントン選手
- 07 アマ野球投手(トレーニング前)
- 08 アマ野球投手(トレーニング後)
- 09 プロ野球投手(セットアップ)
- 10 競輪S級選手
- 11 ボート選手
- 12 重量挙げ選手

画像を選択

- 測定画面
- 評価画面

データクリア

終了




サンプルデータの説明

90代女性の測定例です。この位のお歳になりますと、やはり脚(大腿、下腿)の筋肉量低下が顕著になってきます。ご自分の体重を片脚でどの程度支える事が出来るかを示す『体重支持指数』が0.6を下回っていますから、歩行もままならない状態と考えられます。もし疾患がなく動かそうと思えば動かせる状態、いわゆる『廃用性萎縮』の場合であれば、積極的に体を動かして筋肉を活性化させる事で、日常の生活強度をある程度保つ事が出来るでしょう。大きな負荷を掛けず、眠っていた筋肉を呼び覚ますようにストレッチする事から始めましょう。

3. マラソン金メダリストの場合 - 測定画面例

Physion Demo
測定画面例



リストから選択

- 01 メタリックシンドローム
- 02 後期高齢者
- 03 マラソン金メダリスト
- 04 サッカー元日本代表選手
- 05 テニス愛好者
- 06 バドミントン選手
- 07 アマ野球投手(トレーニング前)
- 08 アマ野球投手(トレーニング後)
- 09 プロ野球投手(セットアップ)
- 10 競輪S級選手
- 11 ボート選手
- 12 重量挙げ選手


画像を選択

測定画面

終了

Physion MD

電極貼付位置 & 測定経過表示



F1: 身体情報

ID:

名前:

誕生日:

性別: 女

年齢: 才

身長: 163.0 cm

体重: 50.4 kg

F2: 測定部位

四肢遠位 ⇒ 近位

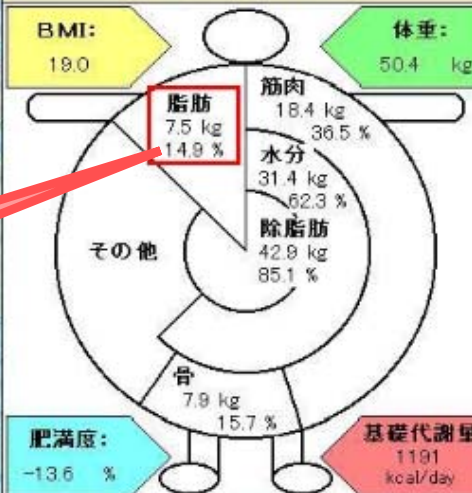
F3: 四肢長

	左	右
上腕長	29.9	29.9
前腕長	21.9	21.9
大腿長	37.7	37.7
下腿長	36.6	36.6

体組成測定結果

BMI: 19.0

体重: 50.4 kg



肥満度: -13.6 %

基礎代謝量: 1191 kcal/day

遠位 BI 測定値

RA: 302.5	LA: 302.3
RL: 203.4	LL: 200.5
TR: 22.2	[Ω]

近位 BI 測定値

RUA: 142.0	LUA: 141.1
RFL: 68.8	LFL: 66.7
TR: 23.5	[Ω]

ADL Index

	<左>	<右>
大腿四頭筋筋量	1.54 kg	1.50 kg
大腿四頭筋最大筋力	45.55 kg	44.37 kg
体重支持指数(WBI)	0.904	0.880

四肢・体幹筋肉量 & バランス

	左	右	[kg]	左/右
上腕	0.45	0.44	0.44	102.3[%]
前腕	0.38	0.38	0.38	100.0
上肢	0.83	0.82	0.82	101.2
大腿	3.12	3.05	3.05	102.3
下腿	1.59	1.58	1.58	100.6
下肢	4.71	4.63	4.63	101.7
体幹	3.70	3.71	3.71	99.7

測定前には被験者に仰臥位姿勢で数分間程度の安静時間を確保してください。
新規登録及びデータをロードされる場合は<F4>を選択してください。身長、体重のみ変更される場合は<F1>を選択してください。

<F1> 身体情報入力
<F2> 測定部位選択
<F3> 四肢サイズ入力
<F4> 新規登録検索/送信
<F5> スタート
<F6> エラーログ表示
<F7> 運動プログラム
<F8> プリント
<F9> 筋肉量評価プログラム
<F10> EXIT
<F11> 推移グラフ

サンプルデータの説明

30代の女性マラソン選手です。世界大会金メダル獲得経験のあるランナーで、測定時はトレーニングオフ期間でした。それでも体脂肪率は非常に低く、更に特筆すべきは全身の筋肉バランスです。左右の筋肉量はどの部位もほぼ均等に揃っていて、これが特定の部位に過度な負担を掛けずにハードなトレーニングに耐え得る原因なのではないでしょうか。

脂肪が少なく理想に近い状態です

Copyright (C) 2008 Nippon Shooter Ltd. All Rights Reserved.

6

3. マラソン金メダリストの場合 - 評価画面例

効果的なトレーニングにお役立ていただけます

リストから選択

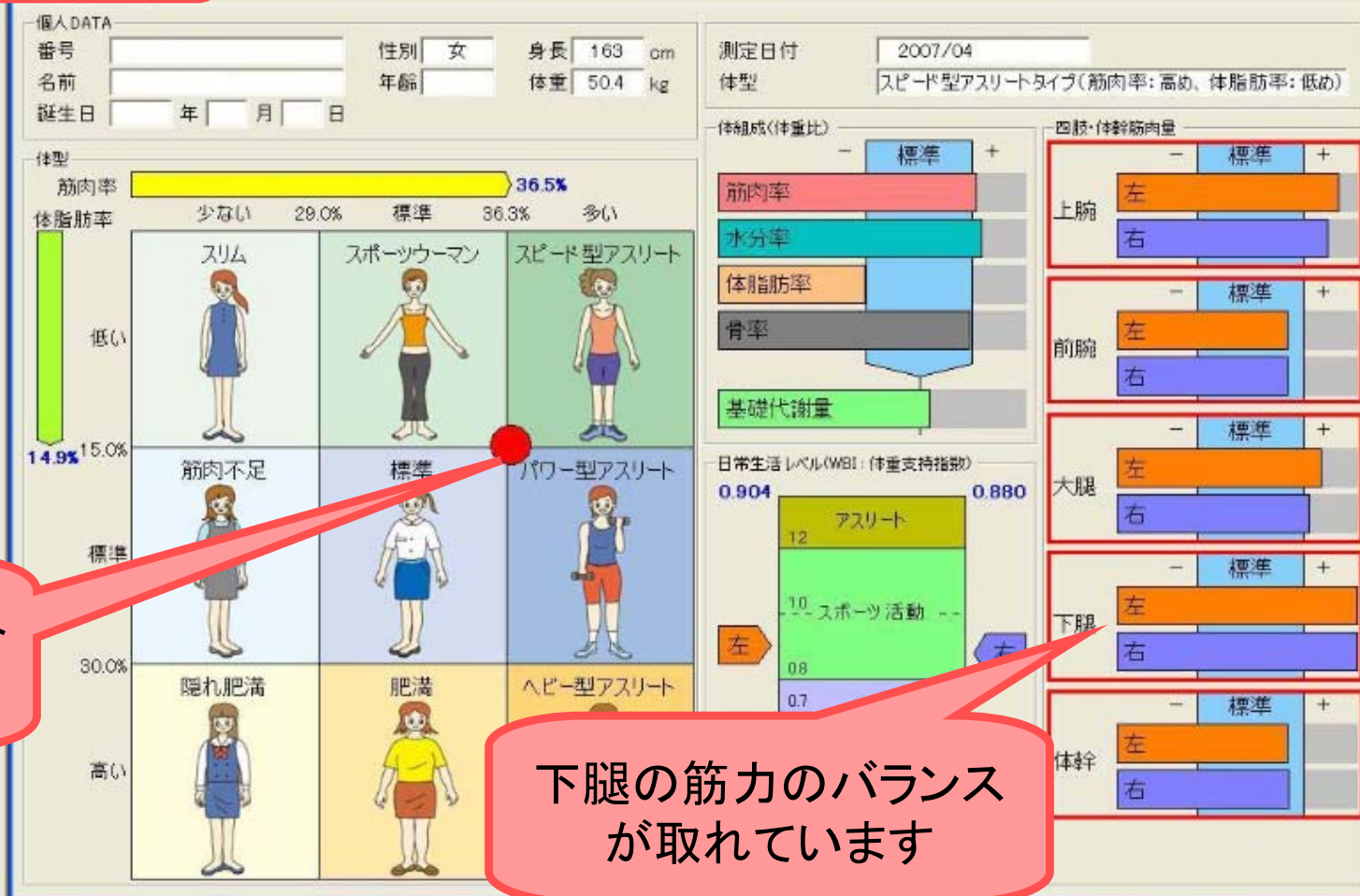
- 01 メタボリックシンドローム
- 02 後期高齢者
- 03 マラソン金メダリスト
- 04 サッカー元日本代表選手
- 05 テニス愛好者
- 06 バドミントン選手
- 07 アマ野球投手(トレーニング前)
- 08 アマ野球投手(トレーニング後)
- 09 プロ野球投手(セットアップ)
- 10 競輪S級選手
- 11 ボート選手
- 12 重量挙げ選手

画像を選択

測定画面

スピード型アスリートに近い

終了




下腿の筋力のバランスが取れています

サンプルデータの説明

30代の女性マラソン選手です。世界大会金メダル獲得経験のあるランナーで、測定時はトレーニングオフ期間でした。それでも体脂肪率は非常に低く、更に特筆すべきは全身の筋肉バランスです。左右の筋肉量はどの部位もほぼ均等に揃っていて、これが特定の部位に過度な負担を掛けずにハードなトレーニングに耐え得る原因なのではないでしょうか。

4. サッカー元日本代表選手の場合 - 測定画面例

Physion Demo



体組成計デモソフト

リストから選択

- 01 メタボリックシンドローム
- 02 後期高齢者
- 03 マラソン 金メダリスト
- 04 サッカー元日本代表選手
- 05 テニス愛好者
- 06 バドミントン選手
- 07 アマ野球投手(トレーニング前)
- 08 アマ野球投手(トレーニング後)
- 09 プロ野球投手(セットアップ)
- 10 競輪S級選手
- 11 ボート選手
- 12 重量挙げ選手

画像を選択

測定画面

評価画面

データクリア

終了

測定画面例

IMPEDANCE ANALYZER

Physion MD

F1: 身体情報

ID:

名前:

誕生日:


性別: 男

年齢: 才

身長: 170.0 cm

体重: 67.0 kg

電極貼付位置 & 測定経過表示



遠位 BI 測定値

RA: 239.9 LA: 242.5

RL: 147.1 LL: 175.1

TR: 17.7 [Ω]

近位 BI 測定値

RUA: 99.0 LUA: 107.6

RFL: 45.3 LFL: 46.5

TR: 18.1 [Ω]

F2: 測定部位

四肢遠位 ⇒ 近位

F3: 四肢長

	左	右	cm
上腕長	31.4	31.4	cm
前腕長	23.1	23.1	cm
大腿長	39.3	39.3	cm
下腿長	38.6	38.6	cm

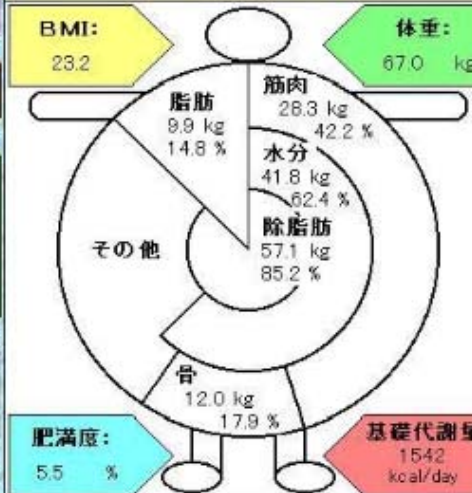
F4: ファイル情報

測定日時: 2007/03

.TEX

体組成測定結果

BMI: 23.2 体重: 67.0 kg



肥満度: 5.5 % 基礎代謝量: 1542 kcal/day

ADL Index

	<左>	<右>
大腿四頭筋筋量	2.38 kg	2.43 kg
大腿四頭筋最大筋力	70.40 kg	71.88 kg
体重支持指数(WBI)	1.051	1.073

四肢・体幹筋肉量 & バランス

	左	右	[kg]	左/右
上腕	0.70	0.78	89.7[%]	
前腕	0.50	0.50	100.0	
上肢	1.20	1.28	93.8	
大腿	4.75	4.85	97.9	
下腿	1.78	2.29	77.7	
下肢	6.53	7.14	91.5	
体幹	6.17	5.98	103.2	

測定前には被験者に仰臥位姿勢で数分間程度の安静時間を確保してください。
新規登録及びデータをロードされる場合は<F4>を選択してください。身長、体重のみ変更される場合は<F1>を選択してください。

<F1> 身体情報入力 <F2> 測定部位選択 <F3> 四肢サイズ入力 <F4> 新規登録検索/送信 <F5> スタート <F6> エラーログ表示 <F7> 運動プログラム <F8> プrint <F9> 筋肉量評価プログラム <F10> EXIT <F11> 推移グラフ

サンプルデータの説明

30代の男性サッカー選手で、元日本代表右サイドのスペシャリストです。やはり下肢の筋肉量が非常に大きいのが分かります。急激な体重移動を支える大腿部分は左右均等に極めて大きく発達している一方、下腿の筋肉に大きく左右差があるのが特徴です。ボールを蹴る際、足首のスナップを利かせて様々な回転をかけている為、とりわけ利き足の下腿部が発達したものと推測されます。

Copyright (C) 2008 Nippon Shooter Ltd. All Rights Reserved.

8

4. サッカー元日本代表選手の場合 - 評価画面例

効果的なトレーニングにお役立ていただけます

リストから選択

- 01 メタボリックシンドローム
- 02 後期高齢者
- 03 マラソン 金メダリスト
- 04 サッカー元日本代表選手
- 05 テニス愛好者
- 06 バドミントン選手
- 07 アマ野球投手(トレーニング前)
- 08 アマ野球投手(トレーニング後)
- 09 プロ野球投手(セットアップ)
- 10 競輪S級選手
- 11 ボート選手
- 12 重量挙げ選手

画像を選択

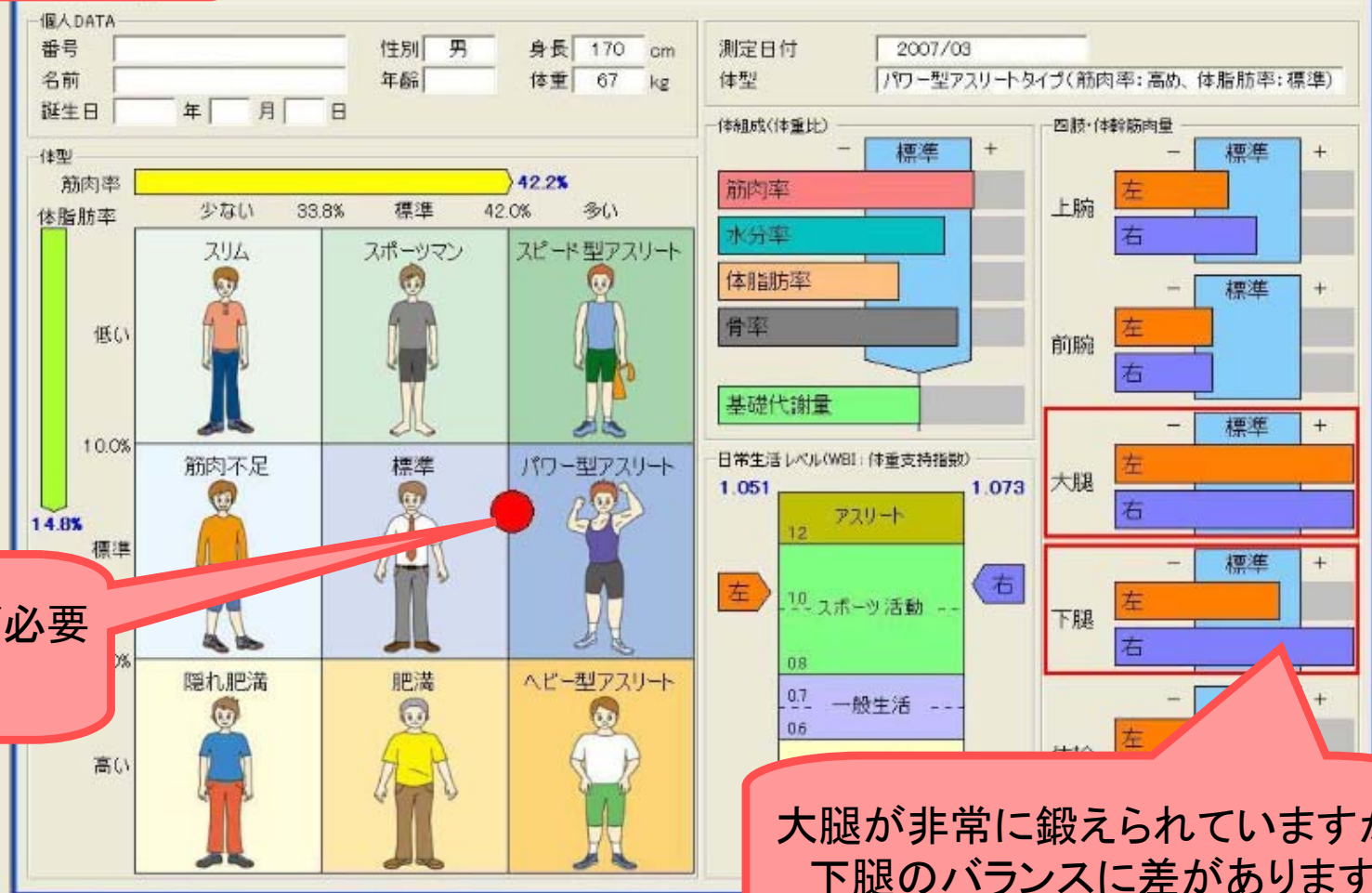
測定画面

瞬発力、持久力が必要なパワー型

終了

サンプルデータの説明

30代の男性サッカー選手で、元日本代表右サイドのスペシャリストです。やはり下肢の筋肉量が非常に大きいのが分かります。急激な体重移動を支える大腿部分は左右均等に極めて大きく発達している一方、下腿の筋肉に大きく左右差があるのが特徴です。ボールを蹴る際、足首のスナップを利かせて様々な回転をかけている為、とりわけ利き足の下腿部が発達したものと思われます。



大腿が非常に鍛えられていますが、下腿のバランスに差があります