

令和4年12月23日
健康こども部健康推進課
0438-23-8376

市内施設に^{たいそせいけい}体組成計『らづBody』を設置しました

市民の健康寿命の延伸及び健康格差の縮小を目指し、自身の健康に対する興味関心を高め、自己管理に役立てもらうため、体組成計『らづBody』を市内施設22ヶ所に設置しました。

靴や靴下を履いたまま気軽かつ簡単に内臓脂肪の状態や筋肉量などを測定できるため、生活習慣病予防や肥満の改善、筋力低下予防などに効果的です。ぜひご活用ください。

1. 設置施設

公民館15か所、金田地域交流センター「きさてらす」、市民活動支援センター「きさらづみらいラボ」、市民体育館、老人福祉センター、市民総合福祉会館、朝日庁舎、朝日庁舎別棟「健診室」

2. 機器について

株式会社タニタ製 デュアル周波数体組成計DC-13C

3. 測定可能年齢

6歳以上

4. 測定項目

体重、体脂肪率、脂肪量、除脂肪量、筋肉量、筋肉率、体水分量、体水分率、推定骨量、基礎代謝量、内臓脂肪レベル、BMI(大人の体格)、ローレル指数(子供の体格)、標準体重、肥満度、判定、グラフ

※17歳以下の場合、基礎代謝量、内臓脂肪レベル、標準体重、肥満度は表示不可。

4. 測定方法

- (1) 靴のまま台にのり、体重測定後に性別・年齢・身長を入力
- (2) グリップを両手で持ち測定スタート
- (3) 約10秒で測定完了

※測定方法を解説した動画を木更津市公式プロモチャンネルにて公開予定です。

5. 費用

無料

6. その他

- ・心臓ペースメーカー等医用電気機器装着者、金属アレルギーのある方は計測できません。
- ・人工透析中の方、むくみの症状がある方、体内に金属を埋め込んでいる方、妊娠中の方は参考値としてご利用ください。

らづBody



結果票（プリントアウト例）

TANITA	
DC-13C	
2018/04/01 (日) 10:10	
氏名	
入力項目	
ID	0000000000000001
体型モード	スタンダード
性別	男性
年齢	37才
身長	170.3 cm
着衣量 (PT)	1.0 kg
測定結果	
体重	69.8 kg
体脂肪率	12.8 %
脂肪量	8.9 kg
除脂肪量	60.9 kg
筋肉量	57.7 kg
筋肉率	82.7 %
体水分量	45.8 kg
体水分率	65.6 %
推定骨量	3.2 kg
基礎代謝量	1693 kcal
内臓脂肪レベル	7
BMI	24.1
標準体重	63.8 kg
肥満度	9.4 %
目標体脂肪率	11.0 ~ 21.9 %
目標体重	7.6 ~ 17.1 kg
目標体脂肪率	20 %
判定	
◇体脂肪率	やせ 標準 軽肥満 肥満
◇BMI	やせ 標準 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 50kHz
	577.9 497.5 R
	-34.1 -51.0 X