

モニター調査内容詳細

モニター調査の流れ

自宅等 アンケート回答
事前に (同意取得)

当日

※必ず事前にアンケートに回答頂いてから
ご参加ください。(所要時間 約1時間)

身体機能測定
①～⑤

フィードバック

ご帰宅後

自宅 ⑥腸内細菌叢検査
日常 ⑦自律神経機能評価-2

①体組成測定



あなたの身体の体重・筋肉量・脂肪量のバランスをチェック！

運動を通じて筋肉の量が増えた場合、体重計では単なる体重が増えたことだけでは分かりませんが、InBody では身体の体重・筋肉量・体脂肪量の体成分バランスの変化を提示することによって、増えた体重の成分が脂肪なのか筋肉なのかを確認する機会を提供し、皆さんの健康増進のサポートを行います。

- ★体成分分析
- ★筋肉・脂肪量測定
- ★体型評価
- ★基礎代謝量
- ★部位別筋肉バランス測定 等

②握力測定

③2ステップテスト

2歩分の歩幅を規定し、同時に下肢の筋力・バランス能力・柔軟性などを含めた歩行能力のチェック！



④通常歩行速度・最大歩行速度

5m の距離を初秒で歩けるか歩行速度を測定し、通常歩行時間(いつも歩いているように歩く)および最大歩行時間(できる限り早く歩く)を測定します。移動能力・歩行能力を測定する代表的な評価方法です。



⑤自律神経機能評価-1



⑥自律神経機能評価-2

シール型簡易モニターを1週間つけていただきます。

⑦腸内細菌叢検査

専用の検便キットを用いて自宅にて採取して頂きます。

当日の参加者様へのフィードバック

InBody 測定結果の見方、(筋肉量、体脂肪量など)の説明と、簡単な生活指導もさせていただきます。

InBody 770



自律神経機能評価-1



アクセス



お問い合わせ

大阪大学大学院医学系研究科 先進融合医学共同研究講座 (☎ 06-6210-8347)