

ヘルスケアチェック (体組成測定 & 骨密度測定)

計測時間は約5分、計測方法は素足で乗るだけ!

結果用紙の一部をご紹介します



体組成測定 & 骨密度測定

フィットネススコア

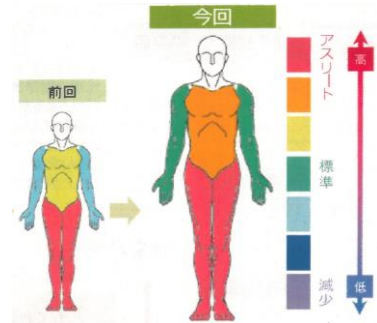
測定結果を総合的にみて点数化

フィットネススコア ポイント表					フィットネススコア		
~59	~60	70~	80~	90~	初回	前回	今回
生活習慣改善	運動不足	一般	優良者	スポーツ選手並	73	73	72
					ポイント		

筋肉バランス



右腕、左腕、体幹、右脚、左脚の部位別の筋肉量がわかります。
ご自身の目的に応じて、どこを鍛えたらいいのかなどを知ることができます。



筋肉量	初回	前回	今回	前回からの変化	低い	標準	高い					
					40%	60%	80%	100%	120%	140%	160%	
腕	右	1.62 kg	1.49 kg	1.60 kg	0.11 kg	[Bar chart showing muscle mass level]						
	左	1.59 kg	1.46 kg	1.58 kg	0.12 kg	[Bar chart showing muscle mass level]						
体幹		15.9 kg	15.0 kg	15.8 kg	0.7 kg	70%	80%	90%	100%	110%	120%	130%
						[Bar chart showing muscle mass level]						
脚	右	6.02 kg	6.60 kg	6.03 kg	-0.56 kg	[Bar chart showing muscle mass level]						
	左	5.99 kg	6.58 kg	6.00 kg	-0.58 kg	[Bar chart showing muscle mass level]						

【料金】※ 令和6年度から料金を変更しています。
※ 現金でお支払いください。

一般 800円/回 (税込) 小中高生 400円/回 (税込)

※ 体調不良の方は、測定をお控え願います。

※ ペースメーカーを装着されている方、妊娠もしくはその可能性がある方は測定できません。

お申込み・お問い合わせについて

●お申込み方法●

予約制です。事前にお電話いただき、ご希望の日時をお知らせください。

●申込・問い合わせ先●

広島県立総合体育館 本館1階 健康・体力サポートセンター

〒730-0011 広島市中区基町4-1

TEL (082) 228-1111 FAX (082) 228-4992



広島県立総合体育館

検索