

## 健康管理・減量・トレーニングに！<sup>たいそせい</sup>体組成の測定が有効です！

体組成(たいそせい)とは、筋肉や脂肪、骨など、私たちの体を構成する組織のことです。  
体組成を測定することで、自分の体の脂肪量・筋肉量・骨量・BMIなどがわかります。  
まずは自分の体のことを知ること、それが理想の体への近道です！

NEW

2024年4月より開始

### デキサ たいそせい 全身DEXA体組成測定

料金

5,500円(税込)

### 健康運動指導士による 結果説明・運動指導 Inbody測定つき

料金

8,800円(税込)

デキサ  
DEXA  
とは

2種類のX線を使用して身体組成を精密に測定する検査です。  
全身の筋肉量、部位別筋肉量、脂肪率、体脂肪率、基礎代謝、  
部位別の骨量(g)など、様々な分類で計測できます。  
DEXA法を使用して体組成を測定できる施設は多くありません。  
高精度の検査を希望される方はぜひ当プラザへお越し下さい。

横になるだけの  
簡単な検査です



インボディ  
inbody  
とは

体の水分量を元に体脂肪率を測定する検査です。  
DEXAと組み合わせることでより正確な指導が可能です。

この検査だけでは  
骨粗鬆症と診断することは  
できません

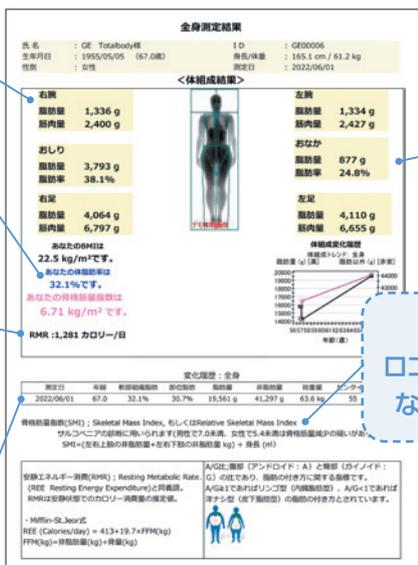
体の部位ごとに  
細かく測定！

体脂肪率  
チェック！

自分の体の  
鍛えるべき箇所が  
わかりやすい！

安静時の1日の  
消費カロリーまで！

検査を受ける度に  
データが残るので  
過去と比較しやすい！



サルコペニア※1や  
ロコモティブシンドローム※2  
などの危険度もわかる！

こんな方におすすめ

- ✓ 脂肪量が気になる
- ✓ 理想の体型を手に入れたい
- ✓ スポーツで上を目指したい
- ✓ 減量に取り組んでいる
- ✓ 自分に合うトレーニング方法を知りたい

<検査結果表イメージ>

#### 検査注意点

- 妊娠している方、または妊娠の可能性がある方は受けることができません。
- 湿布や金属は取り外してください。
- 人工関節を挿入されている場合はお知らせください。
- バリウム検査やPET-CT検査の後には検査できません。

#### お申込み

事前予約が必要ですので、電話でお申し込みください

倉敷中央病院附属予防医療プラザ

TEL 086-422-6800