

形態評価表

氏名： _____

年齢： _____ 歳 男 ・ 女

測定日 _____ 年 _____ 月 _____ 日 (_____ 時 _____ 分開始)

測定回数： 初回・2回目・3回目・(_____)回目

身体測定

身長	cm	・ (少数第1位まで)	体重	kg	・ (少数第1位まで)
体脂肪率	%	・ (少数第1位まで)	脂肪量	kg	・ (少数第1位まで)
除脂肪量	kg	・ (少数第1位まで)	体水分量	kg	・ (少数第1位まで)
標準体重	kg	・ (少数第1位まで)	肥満度		
BMI	Kg/m ²	・ (少数第1位まで)			

血圧・心拍数（脈拍数）

最高血圧	mmHg	①		最低血圧	mmHg	①	
		②				②	
心拍数（脈拍数）		bpm		*必ずしも2回測定の必要はない（安静脈拍が80bpm以上は再度測定する）			

握力 利き手（右・左）

右手	kg	①	・ (少数第1位まで)	左手	kg	①	・ (少数第1位まで)
		②	・ (少数第1位まで)			②	・ (少数第1位まで)
		平均	・ (少数第1位まで)			平均	・ (少数第1位まで)

計測 * 巻尺を使用（マーキングには油性ペンが望ましい） 検者名：

前腕長	cm	. (少数第1位まで)		大腿長	cm	. (少数第1位まで)	
上腕長	cm	. (少数第1位まで)		下腿長	cm	. (少数第1位まで)	
前腕周囲径 近位 30%	cm	①	. (少数第1位)	大腿周囲径 近位 50%	cm	①	. (少数第1位)
		②	. (少数第1位)			②	. (少数第1位)
		平均	. (少数第1位)			平均	. (少数第1位)
上腕周囲径 近位 60%	cm	①	. (少数第1位)	下腿周囲径 近位 30%	cm	①	. (少数第1位)
		②	. (少数第1位)			②	. (少数第1位)
		平均	. (少数第1位)			平均	. (少数第1位)
腹囲 (臍位)	cm	. (0.5cm 刻み)					

前腕長：上腕骨外側上顆～尺骨頭の長さ

上腕長：肩峰～上腕骨外側上顆の長さ

大腿長：大転子～膝窩皺の距離

下腿長：膝窩皺～脛骨外果の長さ（前腕長・上腕長・大腿長・下腿長：長さは0.5cm 刻み）

* 同じ項目で1回目と2回目の測定値が5%以上違う場合には3回目を実施（3回測定した場合、値の近かった2つの値を採用し、平均して使用）。