MUSCLE REPORT 深層筋・腹部脂肪 可視化レポート（健康管理用）

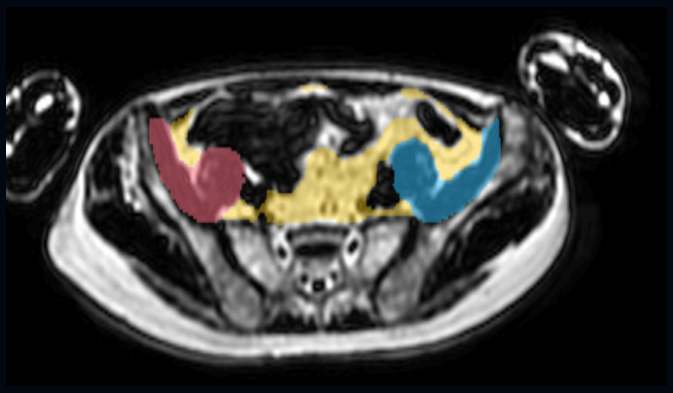
腸腰筋・内臓脂肪 MRI バランスレポート

体組成計では測れない「深層筋（腸腰筋）」と「腹部内臓脂肪」を3次元可視化

ID	氏名	属性	撮影日
0000000	0000000	男性 / 45歳目安	2024/03/13

深層筋・腹部内臓脂肪 可視化イメージ（代表スライス自動抽出）

内臓脂肪: 2711 mL　右腸腰筋: 293.4 mL　左腸腰筋: 325.5 mL　※左=右半身



横断像（Axial）— 腹部内臓脂肪・腸腰筋断面　R ◀ | ▶ L



冠状断像（Coronal）— 腸腰筋走行・体幹断面　R ◀ | ▶ L

腸腰筋 総体積

左右差 10.4%

618.9 mL (cm³)

● 右 293.4 mL　● 左 325.5 mL

腹部 内臓脂肪量

腹部体積

2711.2 mL (cm³)

横隔膜〜骨盤底の腹腔内脂肪体積

前回からの変化

初回記録

Baseline 記録

次回撮影時に筋肉・脂肪の変化率を自動算出

部位別 計測内訳（筋肉・脂肪体積）

計測項目	体積 (mL)	構成比・備考
● 右 腸腰筋	293.4	腸腰筋の 47.4%
● 左 腸腰筋	325.5	腸腰筋の 52.6%
腸腰筋 合計	618.9	左右差 10.4%
● 腹部 内臓脂肪	2711.2	横隔膜〜骨盤底

● **腸腰筋:** 背骨・骨盤から大腿骨へ伸び姿勢と歩行を支える深層筋
● **内臓脂肪:** 腹腔内の臓器周囲に分布する脂肪体積（mL=cm³）

● 初回ベースライン記録完了（腸腰筋 619 mL ／ 内臓脂肪 2711 mL）

深層筋と内臓脂肪のバランスは「他人との比較」以上に「**過去の自分からどう変化しているか**」を記録することが大切です。次回の撮影データを読み込むと、この枠に**筋肉量・内臓脂肪量の経年変化グラフ**が自動で作成されます。

次回比較の目安時期　1年後（2025年3月頃）

健康管理メモ・コメント

体組成計では直接捉えきれない深層筋（腸腰筋）と腹部内臓脂肪の3次元可視化データです。姿勢維持や歩行に関わる筋肉バランスと内臓脂肪量の経時変化を、日々の健康づくり・運動習慣の目安としてご活用ください。

日常の運動・生活習慣づくりのヒント

- **大股ウォーキング:** 歩幅を拳1つ分広げ、腸腰筋と有酸素運動を両立
- **階段・もも上げ:** 骨盤を立てた姿勢で膝を引き上げ深層筋を刺激
- **食事と活動リズム:** 座りっぱなしを減らし日々のエネルギー収支を整える

※本システムおよび本レポートは健康管理・運動習慣づくりのための参考情報（筋肉・脂肪体積の可視化）であり、医療機器ではありません。疾病の診断・治療・予防を目的としたものではありません。PixSpace MuscleR