

# 内臓脂肪測定について！！

あなたの、内臓脂肪面積ご存知ですか？



内臓脂肪の評価方法：DUAL-BIA法  
(デュアルインピーダンス法)

- ・ 簡単、スピーディな測定
- ・ 検査結果がその場でわかる
- ・ 被曝のない安全測定

内臓脂肪面積を測定してみませんか？

## 内臓脂肪のお話

### どうして内臓脂肪が蓄積するの？

内臓脂肪が蓄積する大きな原因は、食生活と運動不足という生活習慣です。食事により摂取したエネルギーは運動や日常生活の中で消費されますが、必要とするエネルギー以上に摂取してしまうと体内に脂肪として蓄積してしまいます。現代の豊かな食生活と、交通機関の発達や座ったままの仕事など、体を使わない生活習慣が合わさる事で内臓脂肪の蓄積に拍車をかけているのです。

### 内臓脂肪の蓄積によって起こる病気

内臓脂肪の蓄積により、高血圧、脂質異常症、糖尿病といった生活習慣病が進行します。それにより、脳卒中や心筋梗塞といった命にかかわるような病気に繋がることもあり、内臓脂肪を溜めない生活を心がけることが大切です。