

■ 握 力 (男性)

評価区分	低 い										やや低 い					平 均					やや高 い					高 い																													
評価ポイント	5 P (ポイント)										6	7	8	9	10P	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20 P	21	22	23	24	25																									
測定値 kg	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32	33	34	35	36	37	38	39	40	41	42	43	44	45	46	47	48	49	50	51	52	53	54	55	56	57	58	59	60	61	62	63	64	65	66	67	68	69	70	71	72
対象年齢																																																							
20～29歳	5P 10P 20P 25P																																																						
30～39歳	5P 10P 20P 25P																																																						
40～44歳	5P 10P 20P 25P																																																						
45～49歳	5P 10P 20P 25P																																																						
50～54歳	5P 10P 20P 25P																																																						
55～59歳	5P 10P 20P 25P																																																						
60～64歳	5P 10P 20P 25P																																																						
65～69歳	5P 10P 20P 25P																																																						
70～74歳	5P 10P 20P 25P																																																						
75～79歳	5P 10P 20P 25P																																																						
80～84歳	5P 10P 20P 25P																																																						
85歳～	5P 10P 20P 25P																																																						

■ ポイントの見方

・測定値と対象年齢のクロスポイントがあなたのポイントになります。

クロスした着色がポイントになります。

例) 32歳 測定値 45kg

* ポイントは 16