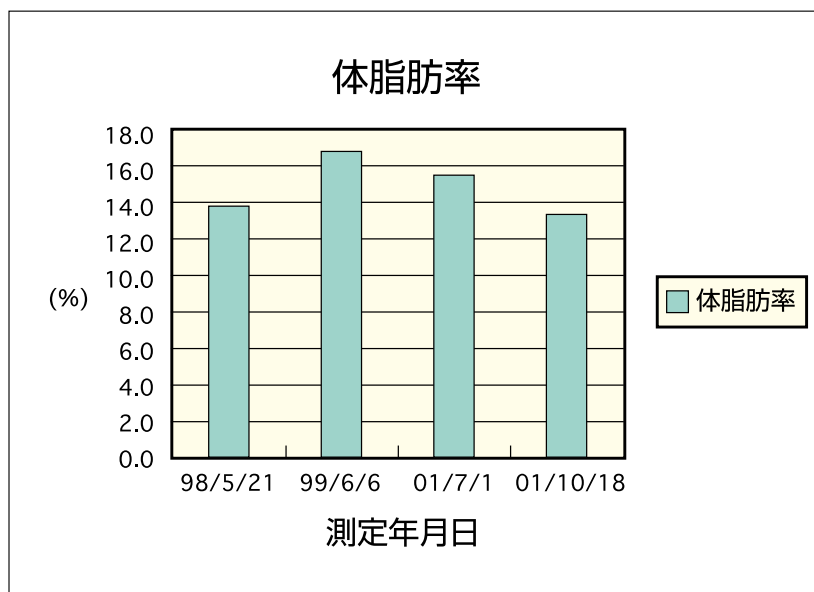




	98/5/21	99/6/6	01/7/1	01/10/18
体 脂 肪 率 (%)	13.7	16.6	15.5	13.4

図・表 2

年を追うごとに体重の増加と比例して除脂肪体重の増加が見られます（図・表 1）。また、体脂肪率の減少も見られます（図・表 2）。体脂肪率が減少し除脂肪体重が増加しているということは、順調に筋量が増加していることがうかがえます。これはトレーニングに対してもそうですが食事に関しても配慮してきたことがうかがえます。中学校 3 年生から高校 1 年生にかけて体重・除脂肪体重が増えていますが、体脂肪率も増えていきます（図・表 1、2）。これは受験期によるトレーニング量の不足が影響しているのではないかと考えられます。