

**MYXY**

## サマリー (遺伝型)

筋線維組成 (速筋)	ACE (rs4341)	C/C	C/G	G/G
	ACTN3 (rs1815739)	C/C	C/T	T/T
	PPARGC1A (rs8192678)	C/C	C/T	T/T
	NRF1 (rs6949152)	G/G	A/G	A/A
	TM6SF2 (rs111033358)	C		A
	TM6SF2 (rs111033358)	A/A	A/G	G/G
酸化	HFE (rs1799945)	C/C	C/G	G/G
	CPNE5 (rs3213537)	C/C	C/T	T/T
	SOD2 (rs4880)	T/T	C/T	C/C
	CRP (rs3093059)	A/A	A/G	G/G
炎症	TNF (rs1800629)	G/G	A/G	A/A
	ACE (rs4341)	G/G	C/G	C/C
筋機能	ACTN3 (rs1815739)	C/C	C/T	T/T
	GALNTL6 (rs558129)	G/G	G/A	A/A
	CPNE5 (rs3213537)	T/T	C/T	C/C
	GNB3 (rs5443)	C/C	C/T	T/T
心筋肥大	MYBPC3 (rs1052373)	C/C	C/T	T/T
	MT-CO1 (rs386419995)	G		A
全身持久力 (有酸素運動能力)	MT-CO1 (rs386419948)	C		T
	PPARGC1A (rs8192678)	T/T	C/T	C/C
ミトコンドリア 機能	HFE (rs1799945)	G/G	C/G	C/C
	NR1H3 (rs7120118)	T/T	T/C	C/C
鉄吸収	ACE (rs4341)	C/C	C/G	G/G
	AGT (rs699)	T/T	C/T	C/C
	ESR1 (rs2234693)	C/C	C/T	T/T
	SOD2 (rs4880)	T/T	C/T	C/C
循環器系能力 (高血圧)	ESR1 (rs2234693)	C/C	C/T	T/T
	SOD2 (rs4880)	T/T	C/T	C/C
軟部組織の疲労蓄積や損傷	ESR1 (rs2234693)	C/C	C/T	T/T

エネルギー代謝	FTO (rs1558902)	T/T	T/A	A/A
	脂肪蓄積 PPARG (rs1801282)	G/G	C/G	C/C
	運動効果 PPAR-δ (rs2267668)	G/G	G/A	A/A
	PPARGC1 (rs17650401)	T/T	C/T	C/C
脂質代謝	APOA5 (rs2075291)	C/C	C/A	A/A
	APOE (rs7412)	T/T	C/T	C/C
	LPL (rs328)	G/G	C/G	C/C
	ESR1 (rs2234693)	C/C	C/T	T/T
コレステロール	SOD2 (rs4880)	T/T	C/T	C/C
	ADIPOQ (rs1063539)	G/G	G/C	C/C
インスリン抵抗性	CDKAL1 (rs2206734)	A/A	A/G	G/G
	BDNF (rs2030323)	T/T	G/T	G/G

メンタル ・ストレス	脳機能 BDNF (rs6265)	C/C	C/T	T/T
	BMP2 (rs10485715)	C/C	C/T	T/T
	体内時計 PER3 (rs228697)	C/C	C/G	G/G
	ホルモンバランス ESR1 (rs2234693)	T/T	C/T	C/C
睡眠	睡眠の質 MPP6 (rs73284230)	A/A	G/A	G/G
	体内時計 PER3 (rs228697)	C/C	C/G	G/G
筋損傷	ACE (rs4341)	G/G	C/G	C/C
	ESR1 (rs2234693)	C/C	C/T	T/T
	COL1A1 (rs1107946)	C/C	A/C	A/A
	COL22A1 (rs11784270)	C/C	A/C	A/A
	COL22A1 (rs6577958)	C/C	T/C	T/T
	COL5A1 (rs12722)	T/T	C/T	C/C
怪我や障害	COL5A1 (rs10628678)	AGGG/AGGG	AGGG/-	-/-
	CYP19A1 (rs936306)	T/T	C/T	C/C
疲労骨折	COL1A1 (rs1107946)	A/A	A/C	C/C
	ACTN3 (rs1815739)	C/C	C/T	T/T
骨折リスク	MTHFR (rs1801133)	G/G	G/A	A/A
	VDR (rs2228570)	G/G	A/G	A/A
色素沈着	BNC2 (rs10810635)	T/T	T/C	C/C
	HSPA12A (rs12259842)	C/C	C/T	T/T
	PPARGC1B (rs251468)	T/T	C/T	C/C
	RAB11FIP2 (rs61866017)	T/T	G/T	G/G
シミ ・そばかす	RAB11FIP2 (rs10444039)	A/A	C/A	C/C
	MTHFR (rs1801133)	G/G	G/A	A/A

## 運動能力

筋線維組成 3

酸化 1

炎症 1

筋機能 4

心筋肥大 1

ミトコンドリア機能 5

鉄吸収 5

コレステロール代謝 3

血圧・血管収縮 3

血管柔軟性 5

血管老化 1

軟部組織の疲労蓄積や損傷 5

## エネルギー代謝

脂肪蓄積 4

運動効果 5

脂質代謝 4

抗酸化作用 5

酸化 1

インスリン作用 1

インスリン生成 5

満腹中枢 1

## コンディショニング

脳機能 3

体内時計 1

ホルモンバランス 1

睡眠の質 3

体内時計 1

筋損傷 4

靭帯損傷 3

疲労骨折 4

骨折リスク 2

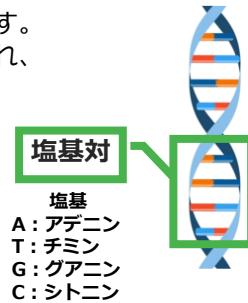
色素沈着 1

ミトコンドリア 5

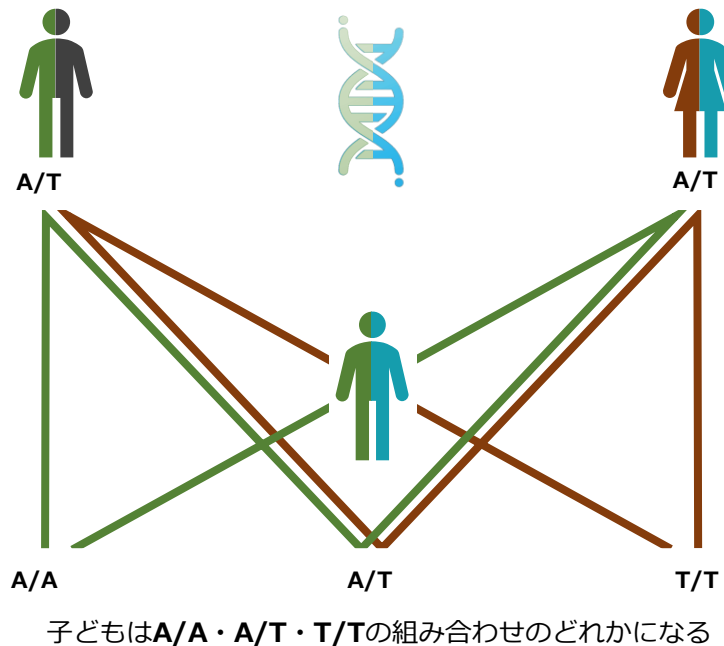
コラーゲン分解 1

## 遺伝子とは

遺伝子とは、人間の体をつくる設計図にあたるものです。  
 遺伝情報は二重らせん構造の塩基配列として書き込まれ、  
 塩基はA(アデニン)・T(チミン)・  
 G(グアニン)・C(シトシン)の  
 組み合わせの塩基対からできています。  
 1つの塩基対は、基本的に4つの文字のうち  
 2文字から成り立っていて、  
 父親と母親から1文字ずつもらい受けます。



「例えば」父親がA/T、母親がA/Tの塩基対を持っていた場合



人間の設計図は99.9%同じですが、残りの0.1%の違いが個人差を生み出しています。  
 人によって異なる塩基配列となっている部位があり、  
 その異なる部位によって見た目の違いや体質の差などの個性が生まれます。

提供元

株式会社Medibody  
 〒160-0004  
 東京都新宿区四谷1-9 三宅ビル6階  
 TEL : 03-5312-7977

監修

- ◆多田 裕一 (理学療法士)  
 株式会社Medibody 代表取締役  
<https://medibody.info/>
- ◆澤田 勝 (トレーナー)  
 AESTHETICA 代表/Performance Coach  
<https://www.aesthetica.jp>