

グラフの調整

エクセルを使うと、データを簡単にグラフにできます。ただ、「ちょっとここを修正したい」となることも多く、場合によっては「イメージとまったく違うぞ」なんてことも。そんなときのために、調整法を学習しておきましょう。

1. 表の作成

①エクセルで、以下のような表を作成してください。

日付	体重(kg)	骨格筋量(kg)	体脂肪率(%)	基礎代謝(kcal)	BMI(kg/m2)
2013/7/20	62.3	30.6	13.1	1539	21.1
2013/9/24	62.4	30.4	13.5	1536	21.1
2013/11/8	62.2	30.7	12.8	1541	21.0
2014/1/15	61.4	30.5	12.0	1538	20.8
2014/3/30	61.6	30.1	13.5	1521	20.8
2014/5/28	61.5	30.5	12.6	1531	20.8
2014/7/30	61.6	30.6	12.2	1538	20.8
2014/9/6	64.0	31.9	11.9	1588	21.6
2014/10/2	64.9	32.0	13.1	1588	21.9
2014/11/7	65.2	31.9	13.8	1584	22.0
2015/1/21	65.7	32.8	12.4	1613	22.2

②上表のように、「体重」「骨格筋量」「体脂肪率」「BMI」は、小数第一位まで表示するよう設定してください。

(ヒント)「ホーム」タブ→「小数点以下の表示桁数を増やす／減らす」で調整。

③作成した表を、たとえば下図のように、デザインしてみましょう。(デザインは、お好みでかまいません。「ホーム」タブ→「テーブルとして書式設定」を使って、お好みのスタイルにし、「範囲に変換」するとカンタン。)

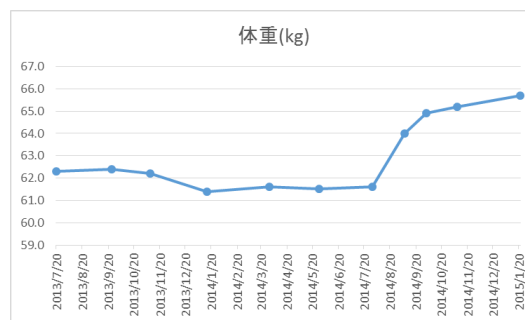
	A	B	C	D	E	F
1	日付	体重(kg)	骨格筋量(kg)	体脂肪率(%)	基礎代謝(kcal)	BMI(kg/m2)
2	2013/7/20	62.3	30.6	13.1	1539	21.1
3	2013/9/24	62.4	30.4	13.5	1536	21.1
4	2013/11/8	62.2	30.7	12.8	1541	21.0
5	2014/1/15	61.4	30.5	12.0	1538	20.8
6	2014/3/30	61.6	30.1	13.5	1521	20.8
7	2014/5/28	61.5	30.5	12.6	1531	20.8
8	2014/7/30	61.6	30.6	12.2	1538	20.8
9	2014/9/6	64.0	31.9	11.9	1588	21.6
10	2014/10/2	64.9	32.0	13.1	1588	21.9
11	2014/11/7	65.2	31.9	13.8	1584	22.0
12	2015/1/21	65.7	32.8	12.4	1613	22.2

Excel108

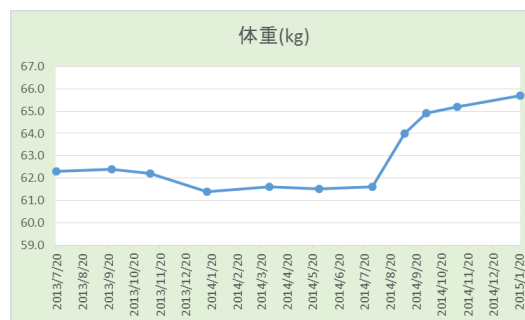
2. グラフの挿入と調整

①右図のような、「横軸＝日付、縦軸＝体重」の、折れ線グラフを作ってください。

（ヒント）A1～B12セルを選択して、「挿入」タブ→「折れ線グラフの挿入」から、「マーカー付き折れ線グラフ」を選択。



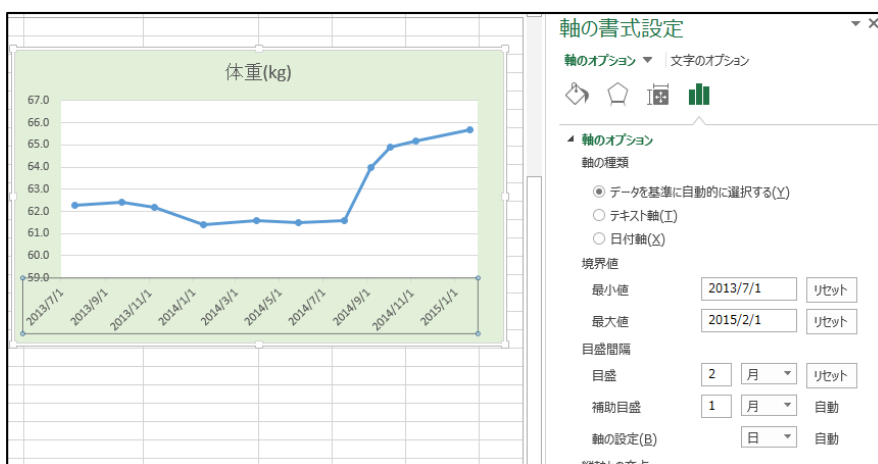
②右図のように、グラフエリアに薄い色、プロットエリアは白、としてください。



③日付がゴチャゴチャといっぱい書いてあって、うるさい感じですね。

2013/7/1 から 2 ヶ月毎に表示するよう、調整してみましょう。

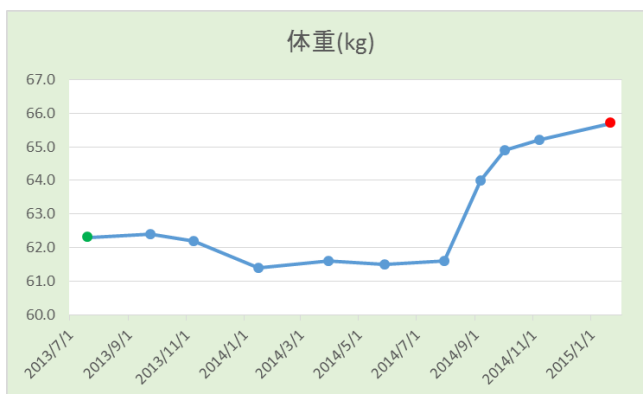
（ヒント）横軸を選択して、「書式」タブ→「選択対象の書式設定」で、書式設定ウィンドウを表示します。最小値を 2013/7/1、目盛を 2 月に設定します。



④体重（縦軸）は、変化をわかりやすくするために、60.0～67.0 で、1kg ごとの表示としてください。

⑤スタート位置のマーカーを緑に、最新データのマーカーを赤に、変更しましょう。

（ヒント）スタート位置のマーカーを 1 回クリックすると、マーカー全てが選択されます。もう 1 回クリックすると、そのマーカーのみが選択できます。その状態で、書式設定ウィンドウを使って、塗りつぶし色を設定します。



〔練習問題〕

①横軸に日付、縦軸に骨格筋量の折れ線グラフを作ってください。

日付は体重グラフと同様に2ヶ月毎の表示に、骨格筋量は29.0～34.0の表示にします。

マーカーは、体重グラフと同様に、スタート＝緑・最新＝赤にしてください。

（ヒント）表の範囲選択は、A1～A12とC1～C12を同時に選択します。離れた範囲を同時に選択するには、Ctrlキーを使います。

②基礎代謝量についても、同様のグラフを作ってください。

基礎代謝量の表示範囲は、1500～1640で、20kcalごとの表示としてください。

③体脂肪率についても、同様のグラフを作ってください。

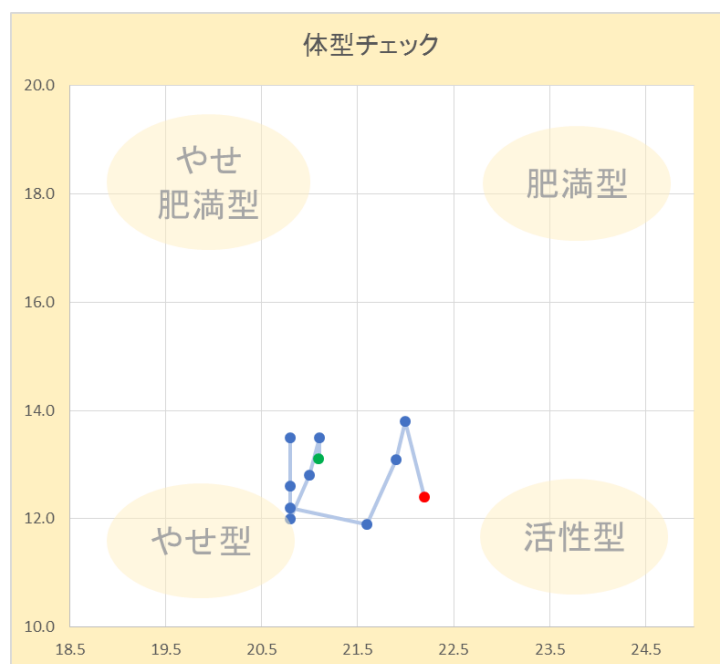
体脂肪率の表示範囲は、10～20で、2%ごとの表示としてください。

〔発展問題〕

右図のような、横軸＝BMI、縦軸＝体脂肪率の、体型チェック散布図を作ってみましょう。

（ヒント）

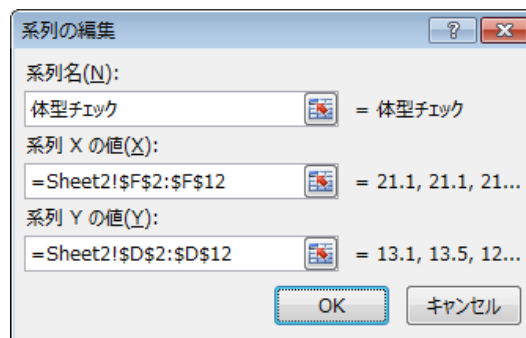
①BMIを横軸とするためには、最初に表の一部を選択してグラフ挿入しても、うまくいきません。まず、何もないセルを選択して、「散布図（直線とマーカー）」を挿入します。



②「デザイン」タブ→「データの選択」→「追加」で、系列X（横軸）にF2～F12、系列Y（縦軸）にD2～D12を指定します。

③BMIや体脂肪率の表示範囲を、男性の標準値に設定します。

（男性の標準値は、BMI＝18.5～25.0、体脂肪率＝10～20）



④「肥満型」などの指標は、楕円を挿入し（透過性50%で塗りつぶし）、右クリック→「テキストの編集」で文字を入力します。