

令和7年度

# 全国体力・運動能力、運動習慣等調査

## 石狩市集計結果

- I 調査の概要
- II 石狩市結果の概要
- III 小学校体格・実技の結果
- IV 中学校体格・実技の結果
- V 小学校質問調査の結果
- VI 中学校質問調査の結果
- VII 学校質問調査の結果

令和8年3月

石狩市教育委員会

# はじめに

本調査は、全国的な子どもの体力の状況を把握し分析することにより、子どもの体力向上に係る方策の改善を図るために基本的に毎年実施されています。市内全小中学校・義務教育学校で実技・質問による調査を実施し、スポーツ庁が結果を集計、石狩市教育委員会が分析を行いました。以下は、今年度の本市の結果をまとめています。

## I 調査の概要

### 1 調査の目的

- 国が全国的な児童生徒の体力・運動能力や運動習慣・生活習慣等の状況を把握・分析することにより、児童生徒の体力・運動能力や運動習慣等の向上に係る施策の成果と課題を検証し、その改善を図る。
- 石狩市教育委員会は、全国的な状況との関係において、本市の児童生徒の体力・運動能力や運動習慣等の向上に係る施策の成果と課題を把握し、その改善を図るとともに、そのような取組を通じて、児童生徒の体力・運動能力や運動習慣等の向上に関する継続的な検証改善サイクルを確立する。
- 市内小学校及び中学校が、各児童生徒の体力・運動能力や運動習慣、生活習慣、食習慣等を把握し、学校における体育・健康等に関する指導などの改善に役立てる。

### 2 調査の対象

小学校、義務教育学校前期課程の第5学年及び中学校、義務教育学校後期課程の第2学年

### 3 調査の内容

#### (1) 児童生徒に対する調査

##### ①実技に関する調査（以下「実技調査」）

〔小学校〕 握力、上体起こし、長座体前屈、反復横とび、20mシャトルラン、50m走、立ち幅とび、ソフトボール投げ

〔中学校〕 握力、上体起こし、長座体前屈、反復横とび、持久走（男子1500m、女子1000m）又は20mシャトルラン、50m走、立ち幅とび、ハンドボール投げ

##### ②質問調査

運動習慣、生活習慣等

#### (2) 学校に対する質問調査

子どもの体力の向上や運動習慣の確立に向けた取組等

### 4 調査の実施期間

令和7年（2025年）4月～7月までの期間で実施

### 5 調査の実施状況（公立学校）

	小学校（義務教育学校前期課程）		中学校（義務教育学校後期課程）	
	実施校数	実施児童数	実施校数	実施生徒数
全 国	18,424	913,144	9,313	816,548
北海道	935	34,809	576	32,922
石狩市	10	439	7	375

※実施児童数、生徒数は最も参加数の多かった種目の参加人数を記載した。

## 6 種目について

体力テスト種目		単位	体力要素	測 定	
①	握力	kg	筋力	左右握力の平均値	
②	上体起こし	回	筋パワー 筋持久力	30秒間に上体を起こした回数	
③	長座体前屈	cm	柔軟性	長座位で前屈したときの両手の前方への移動距離	
④	反復横とび	点	敏捷性	20秒間に両脚で左右側方に反復跳躍した回数	
⑤-1	持久走（中学校は選択）	秒	全身持久力 長距離走能力	男子1500m、 女子1000mの走行時間	中学校は、どちらか1種目 を選択、両方実施した場合 は高いほうの得点合計
⑤-2	20mシャトルラン （中学校は選択）	回	全身持久力	20m走行の折り返し回数	
⑥	50m走	秒	疾走能力	50mの疾走時間	
⑦	立ち幅とび	cm	筋パワー 跳躍能力	両脚で前方へ跳躍した直線距離	
⑧	ソフトボール投げ（小）	m	巧緻性 投球能力	ソフトボール1号球を遠投した距離	
	ハンドボール投げ（中）			ハンドボール2号球を遠投した距離	
体 力 合 計		点	8種目の体力テスト成績を1点から10点に得点化して総和した体力テスト合計得点		

## 7 用語について

### (1) 体力合計点

種目によって単位が異なる測定値を、単位が共通な10点満点の尺度に変換し、8種目の結果を合計した得点（80点満点）

### (2) T得点

全国平均値に対する相対的な位置を示し、単位や標準偏差が異なる調査結果を比較する数値  
全国平均を50としたときの数値

### (3) 標準体重と肥満度判定

標準体重 =  $a \times \text{身長 (cm)} - b$

肥満度 (%) =  $[\text{自分の体重 (kg)} - \text{標準体重 (kg)}] \div \text{標準体重 (kg)} \times 100$

標準体重を求める係数

年齢	男子		女子	
	a	b	a	b
6(小1)	0.461	32.382	0.458	32.079
7(小2)	0.513	38.878	0.508	38.367
8(小3)	0.592	48.804	0.561	45.006
9(小4)	0.687	61.390	0.652	56.992
10(小5)	0.752	70.461	0.730	68.091
11(小6)	0.782	75.106	0.803	78.846
12(中1)	0.783	75.642	0.796	76.934
13(中2)	0.815	81.348	0.655	54.234
14(中3)	0.832	83.695	0.594	43.264

標準判定

肥満度	判 定	区分
50%以上	高度肥満	肥満
30～49.9%	中等度肥満	
20～29.9%	軽度肥満	
－19.9～19.9%	普通	普通
－29.9～－20%	や せ	痩身
－30%以下	高度やせ	

「児童生徒等の健康診断マニュアル（平成27年度改訂版）」より

平成27年8月25日発行 財団法人日本学校保健会

## Ⅱ 石狩市結果の概要

### <児童生徒の体格> 全国平均との比較

△ は全国平均より高い  
▼ は全国平均より低い

		身長 (cm)			体重 (kg)		
		全国	石狩市	全国差	全国	石狩市	全国差
小学校	男子	139.53	139.95	△0.42	35.01	36.93	△1.92
	女子	140.81	140.98	△0.17	34.70	36.38	△1.68
中学校	男子	161.31	161.78	△0.47	50.11	52.42	△2.31
	女子	155.06	154.86	▼0.20	46.88	47.10	△0.22

### <肥満傾向・痩身傾向の出現率> 全国平均との比較

△ は全国平均より高い  
▼ は全国平均より低い

		肥満傾向 (%)			痩身傾向 (%)		
		全国	石狩市	全国差	全国	石狩市	全国差
小学校	男子	12.7	21.4	△8.7	3.3	1.5	▼1.8
	女子	9.4	17.6	△8.2	3.5	2.5	▼1.0
中学校	男子	9.9	15.7	△5.8	3.4	2.7	▼0.7
	女子	7.1	7.1	±0	4.4	3.5	▼0.9

### <全国平均を上回った種目>

小学校	男子	握力	上体起こし	長座体前屈	反復横とび	7種目
		20mシャトルラン	立ち幅跳び	ソフトボール投げ		
	女子	長座体前屈	反復横とび	ソフトボール投げ		3種目
中学校	男子	握力				1種目
	女子	握力	上体起こし	50m走		4種目
持久走 (ただし、標本数は少ない)						

本調査では、児童生徒質問調査において「家庭での生活習慣の状況」「体育の授業の状況」等の項目について、また学校質問調査において「体力・運動能力向上に向けた取組」等の項目についての調査が実施されています。その結果、児童生徒の「運動やスポーツ、体育の授業に対する関心・意欲は高い」ことや、「全国平均より朝食を毎日摂取する割合が低いこと、テレビやスマートフォンの長時間の視聴の割合が高く、その差が大きいこと」が分かりました。結果の詳細については、後段のページに記載されています。

石狩市教育委員会は、本調査で明らかになった実技種目や運動習慣等の課題解決のため、新体力テスト等の結果分析に基づく「体力向上プラン」の推進、児童生徒の実態に即した「1校1プラン」の推進、生活習慣の改善に向けた啓発、運動・スポーツイベント等への参加奨励、「石狩市の部活動の在り方に関する方針」に基づいた指導の徹底等の取組を進めてまいります。

子ども達の体力向上を図るには、市民の皆様と成果と課題等を共有し、学校・家庭・地域が一体となって取り組むことが大切であると考えます。今後とも、市民の皆様のご理解・ご協力をお願い申し上げます。