

「令和7年度全国体力・運動能力、運動習慣等調査」における 防府市立小・中学校の結果について

令和8年3月 防府市教育委員会

1 調査の概要

(1) 調査の目的

児童生徒の体力・運動能力及びこれらと関係の深い基本的な生活習慣の実態を明らかにすることで、体育・保健体育の指導及び児童生徒の心と体の健康づくりの基礎資料として活用する。

(2) 調査の時期

令和7年4月～令和7年7月

2 体力に関する調査について（小学校第5学年及び中学校第2学年）

防府市立小・中学校の児童生徒（小学校第5学年及び中学校第2学年）の平均値を全国・山口県の平均値と比較した。

体力テスト種目	単位	測定	体力要素
握力	kg	左右握力の平均値	筋力
上体起こし	回	30秒間に上体を起こした回数	筋パワー 筋持久力
長座体前屈	cm	長座位で前屈したときの両手の前方への移動距離	柔軟性
反復横とび	点	20秒間に両脚で左右側方に反復跳躍した回数	敏捷性
持久走	秒	男子1500m、女子1000mの走行時間 ※中学校のみ	全身持久力 長距離走能力
20mシャトルラン	回	20m走行の折り返し回数	全身持久力
50m走	秒	50mの疾走時間	疾走能力
立ち幅とび	cm	両脚で前方へ跳躍した直線距離	筋パワー 跳躍能力
ハンド(ソフト)ボール投げ	m	中学生はハンドボール、小学生はソフトボールを遠投した距離	巧緻性 投球能力
体力合計点	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	
総合評価	5段階	8種目の体力テストをすべて実施した場合、体力テスト合計得点の良い方からABCDEの5段階で評定した体力の総合評価	

3 防府市の子どもの実態

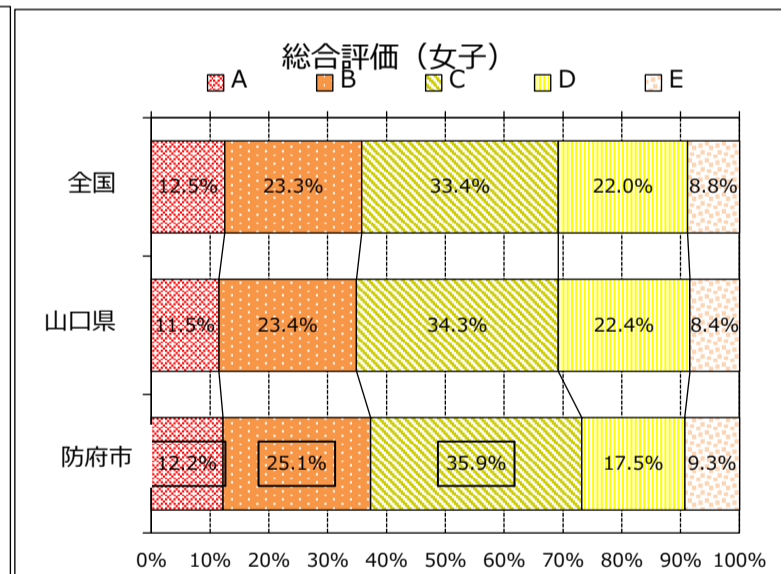
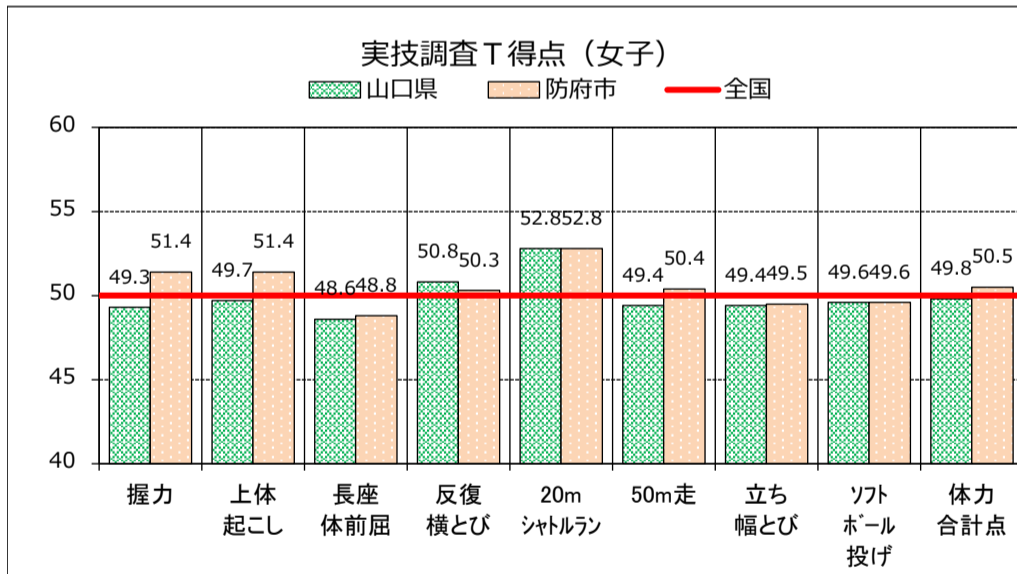
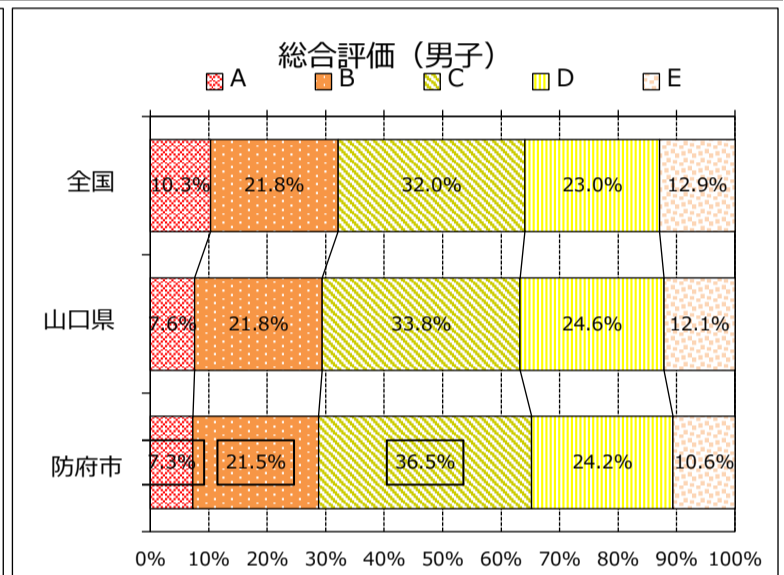
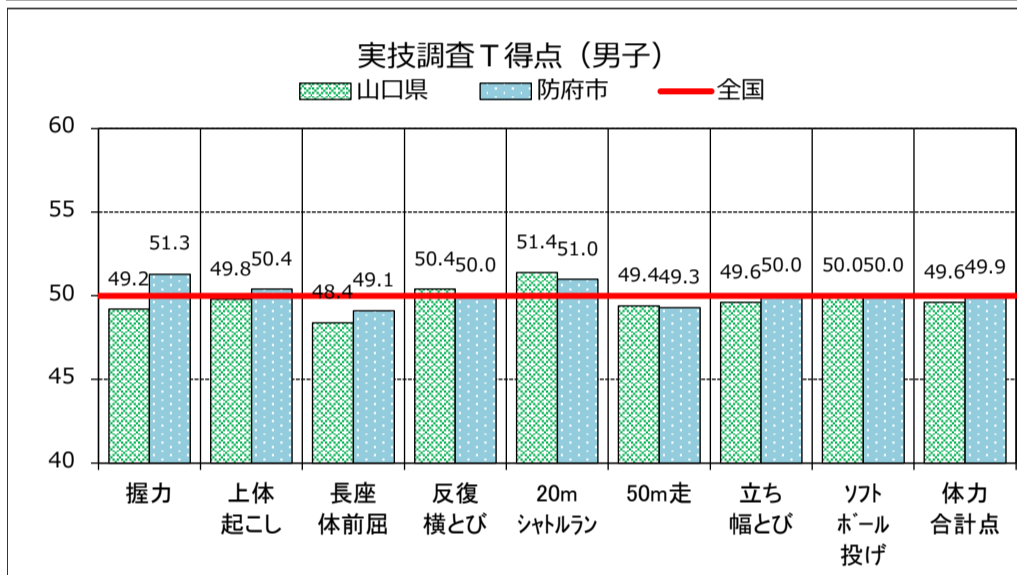
(1) 体力・運動能力調査の結果から

※「比較」欄は、全国や山口県に対する防府市の記録の評価を記号で表したもの

◎…大きく上回っている、○…やや上回っている、—…同じ、△…やや下回っている、×…大きく下回っている

【小学校5年生】

		握力 (kg)		上体起こし (回)		長座体前屈 (cm)		反復横跳び (点)		20mシャトルラン (回)		50m走 (秒)		立ち幅跳び (cm)		ソフトボール投げ (m)		体力合計点 (点)		身長 (cm)		体重 (kg)	
		平均値	比較	平均値	比較	平均値	比較	平均値	比較	平均値	比較	平均値	比較	平均値	比較	平均値	比較	平均値	比較	平均値	比較	平均値	比較
男子	全国	15.96	○	19.46	◎	33.88	×	40.89	◎	47.94	○	9.46	○	150.93	×	21.06	△	53.02	○	139.53	×	35.01	×
	山口県	15.75	◎	19.36	◎	32.41	△	41.71	◎	51.34	×	9.50	◎	151.01	×	21.36	×	52.98	○	138.75	△	34.32	△
	防府市	16.30		20.22		32.13		42.58		49.15		9.36		148.11		20.46		53.21		138.22		33.60	
女子	全国	15.61	○	18.36	◎	38.15	×	38.70	◎	36.85	◎	9.77	◎	142.34	○	13.11	○	53.97	◎	140.81	×	34.70	×
	山口県	15.35	◎	18.51	◎	36.19	○	39.82	○	41.85	△	9.79	◎	142.85	○	13.23	△	54.34	◎	139.97	△	34.06	△
	防府市	15.93		20.04		36.81		40.42		40.72		9.63		143.19		13.16		55.47		139.60		33.76	



○グラフについての補足説明

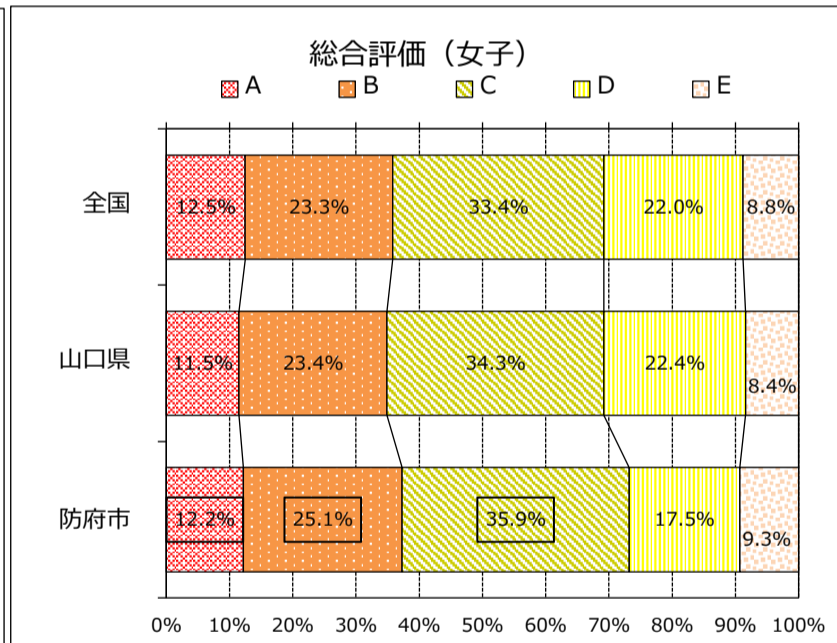
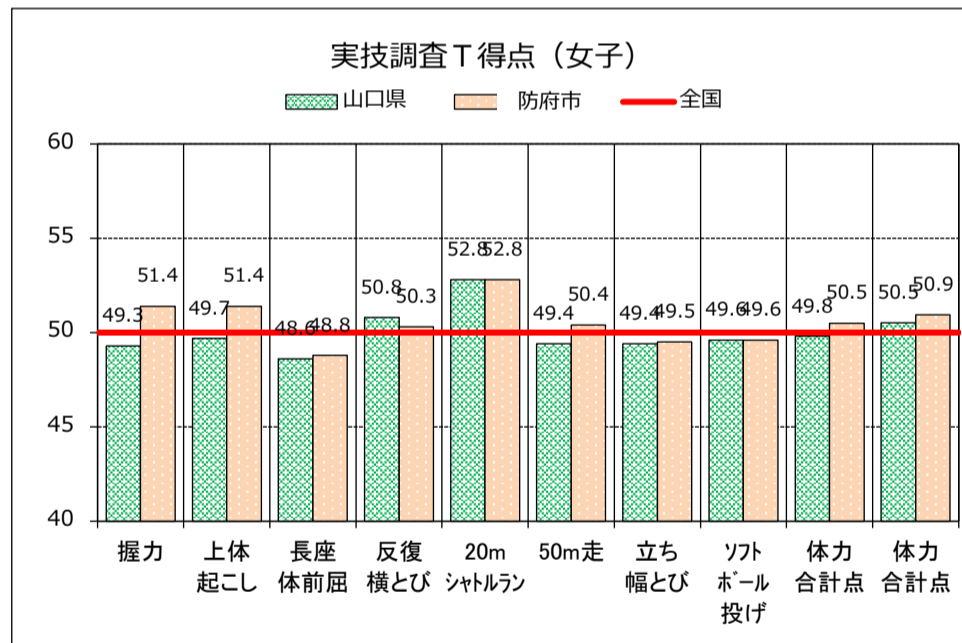
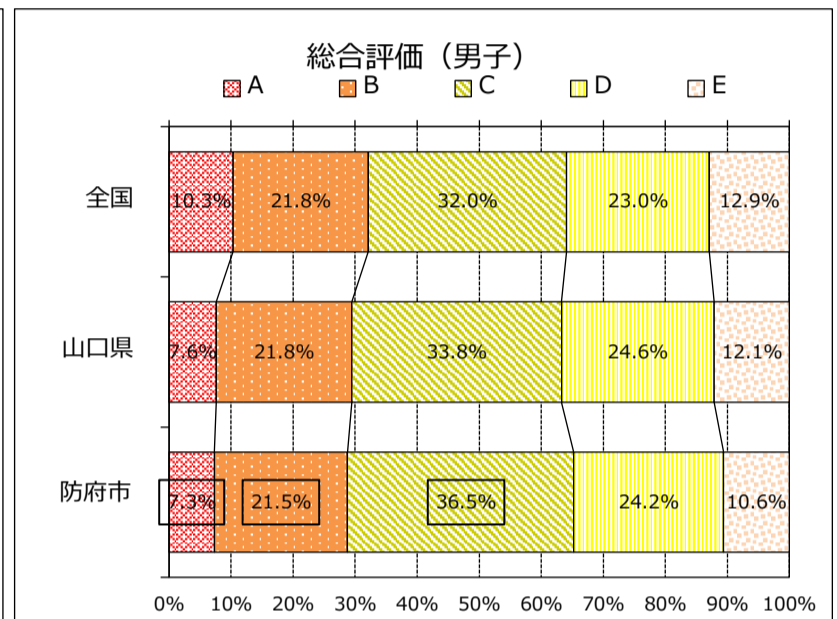
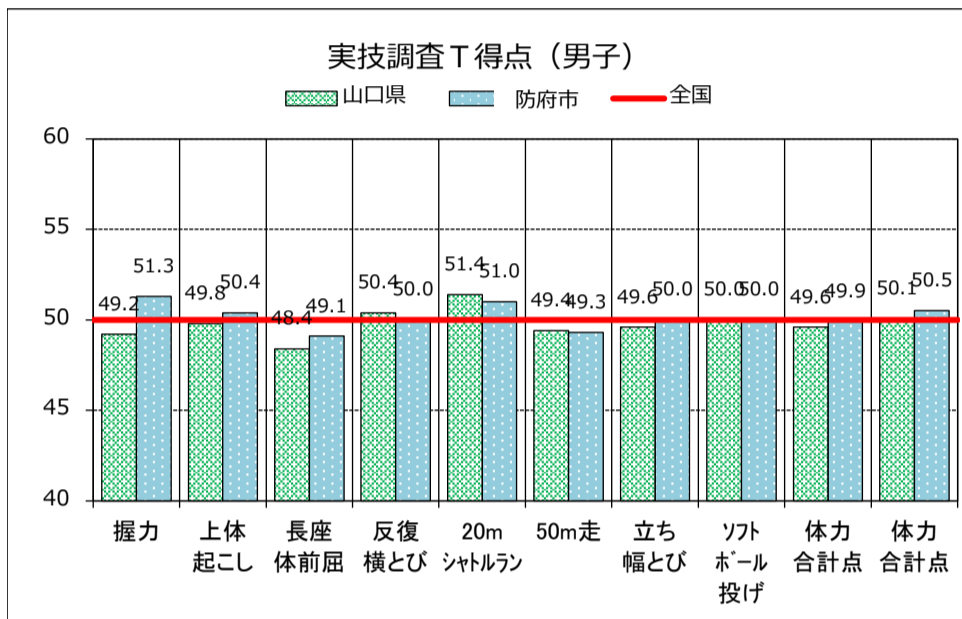
T得点	単位や標準偏差が異なる調査結果を比較することを目的として、全国平均値 (50点) に対する相対的な位置を示したもの
総合評価	8種目の体力テストをすべて実施した場合、体力テスト合計得点の良い方からABCDEの5段階で評定した体力の総合評価

○小学5年生の特徴

- ・「握力」「上体起こし」「反復横跳び」「50m走」は男女ともに、全国・県平均を上回った。一方、「長座体前屈」は男女ともに、全国・県平均を下回った。
- ・総合評価が「C」以上の児童は、男子が69.4%、女子が76.3%である。(防府市の目標=80%)

【中学校2年生】

		握力		上体起こし		長座体前屈		反復横跳び		持久走 男子1500m 女子1000m		20mシャトルラン		50m走		立ち幅跳び		ハンドボール投げ		体力合計点		身長		体重	
		(kg)		(回)		(cm)		(点)		(秒)		(回)		(秒)		(cm)		(m)		(点)		(cm)		(kg)	
		平均値	比較	平均値	比較	平均値	比較	平均値	比較	平均値	比較	平均値	比較	平均値	比較	平均値	比較	平均値	比較	平均値	比較	平均値	比較	平均値	比較
男子	全国	28.95	△	26.09	○	45.12	◎	51.64	◎	409.25	×	78.82	◎	8.00	○	197.51	○	20.74	×	42.20	○	161.31	×	50.11	△
	山口県	28.55	△	26.14	○	44.80	◎	53.02	○	411.18	×	80.50	○	8.04	○	196.23	○	20.24	△	42.28	○	160.30	△	49.71	△
	防府市	28.48		26.48		46.38		53.25		427.26		82.27		7.99		197.76		20.09		42.76		159.95		49.69	
女子	全国	23.15	×	21.70	○	46.99	○	45.74	◎	309.66	○	50.60	◎	8.97	○	166.44	△	12.43	△	47.58	○	155.06	×	46.88	○
	山口県	22.95	△	21.72	○	46.96	○	47.24	○	308.21	○	52.77	○	8.99	○	166.73	△	12.49	△	48.21	○	154.34	○	46.43	○
	防府市	22.54		21.99		47.77		47.59		298.38		54.47		8.91		166.41		12.34		48.70		154.34		46.92	



○グラフについての補足説明

T得点	単位や標準偏差が異なる調査結果を比較することを目的として、全国平均値（50点）に対する相対的な位置を示したもの
総合評価	8種目の体力テストをすべて実施した場合、体力テスト合計得点の良い方からABCDEの5段階で評定した体力の総合評価

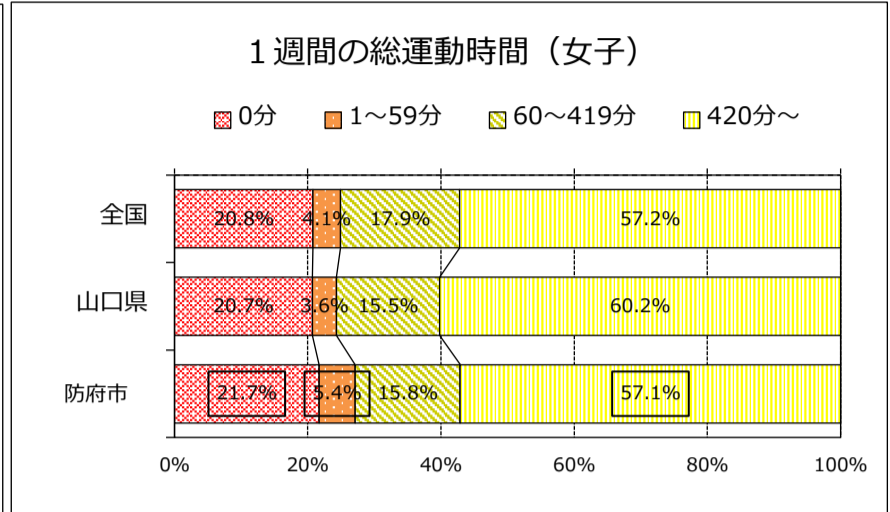
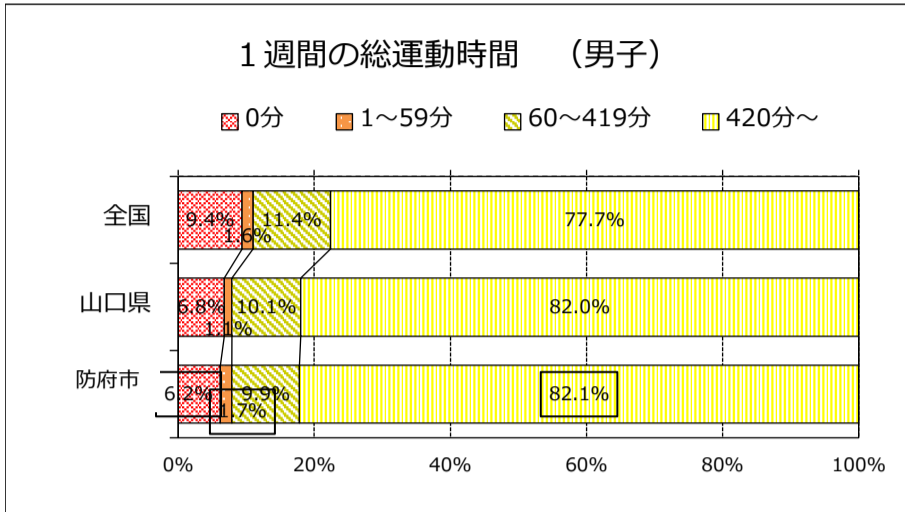
○中学2年生の特徴

- ・「反復横跳び」「20mシャトルラン」「50m走」は男女ともに全国・県平均を上回った。一方、「握力」「ハンドボール投げ」は男女ともに全国・県平均を下回った。
- ・総合評価が「C」以上の生徒は、男子が71.7%、女子が84.8%である。（防府市の目標＝80%）

(2) 運動習慣等調査の結果から

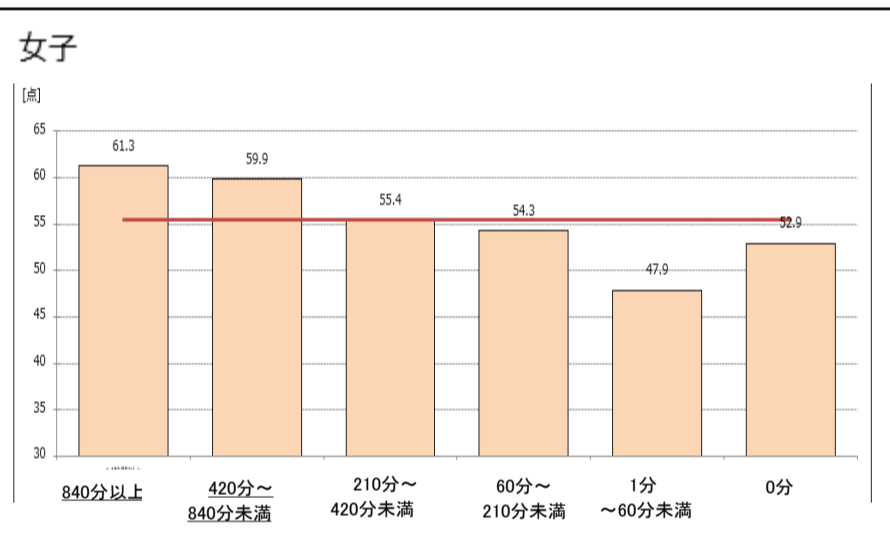
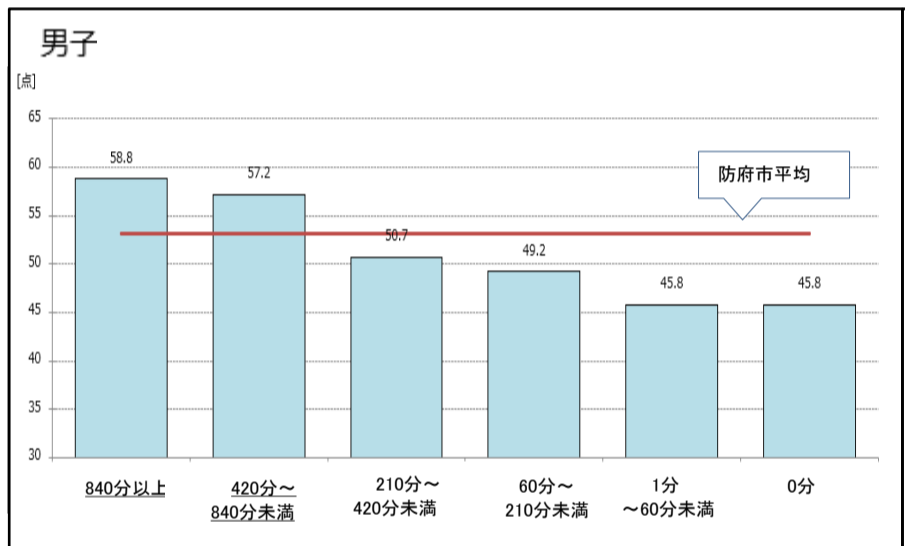
【小学5年生】

○ 1週間の総運動時間 ※運動時間には体育の授業を含まない



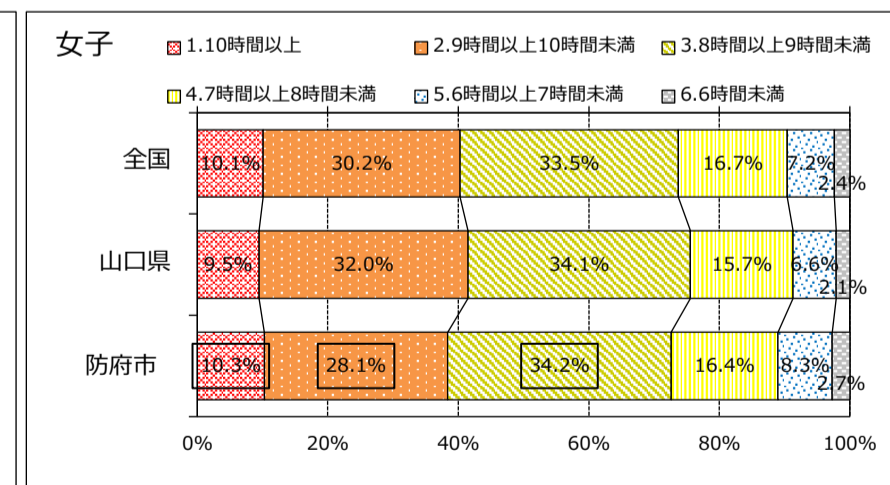
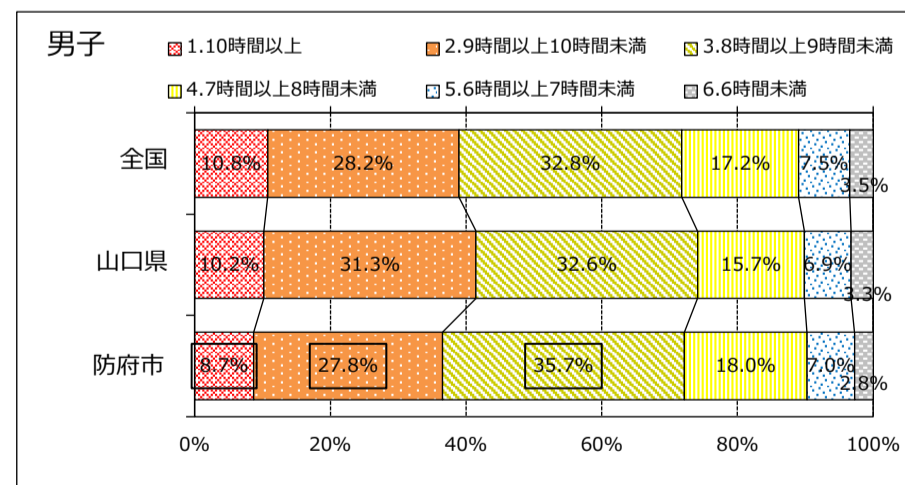
・ 1週間の総運動時間が60分未満の割合は、男子11.5%、女子21.7%であり、全国・県の割合より高い。一方、420分以上の割合は男女ともに全国・県の割合と同程度となっている。

○ 「体力合計点」と「1週間の総運動時間」の相関関係



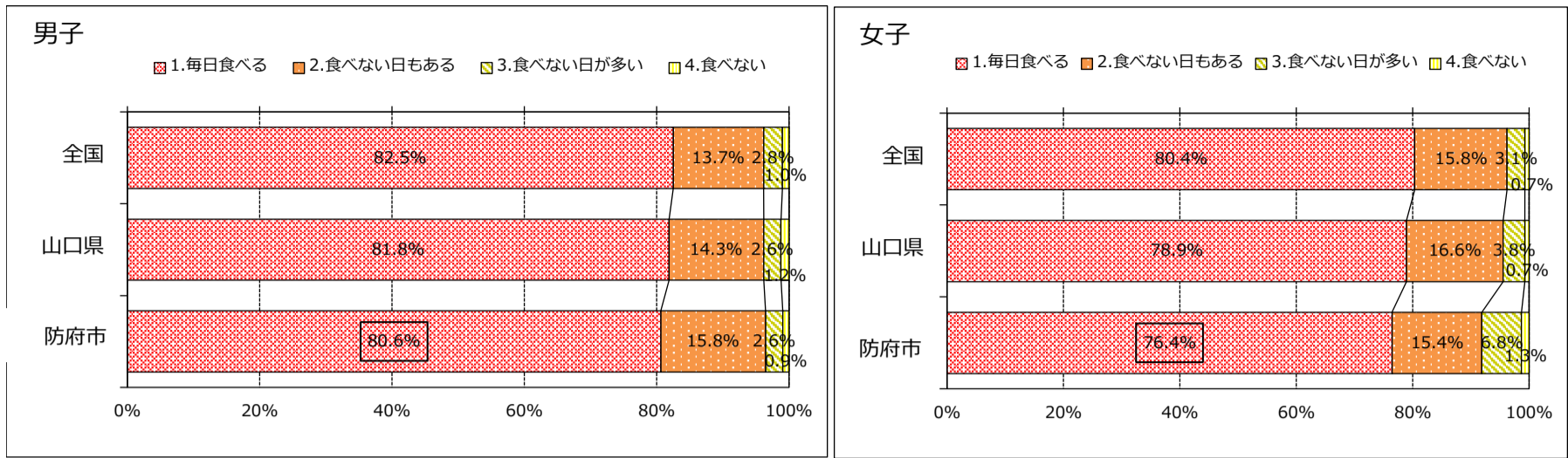
・ 男女ともに、1週間の総運動時間が420分以上の児童の体力合計点の平均は、防府市の平均を超えている。

○ 1日の睡眠時間



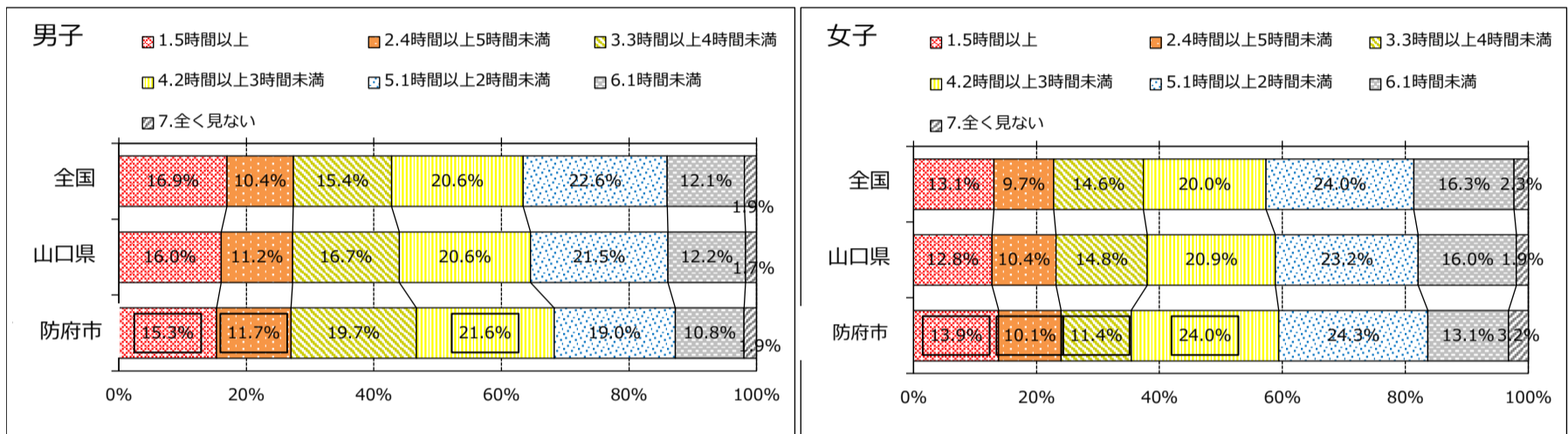
・ 男子では、睡眠時間が8時間以上の割合が72.2%、女子では、睡眠時間が8時間以上の割合は72.6%であり、全国・県の割合と同程度である。

○ 朝食の摂取



・男女ともに、朝食を毎日食べる児童の割合が、全国・県と比べて低い。

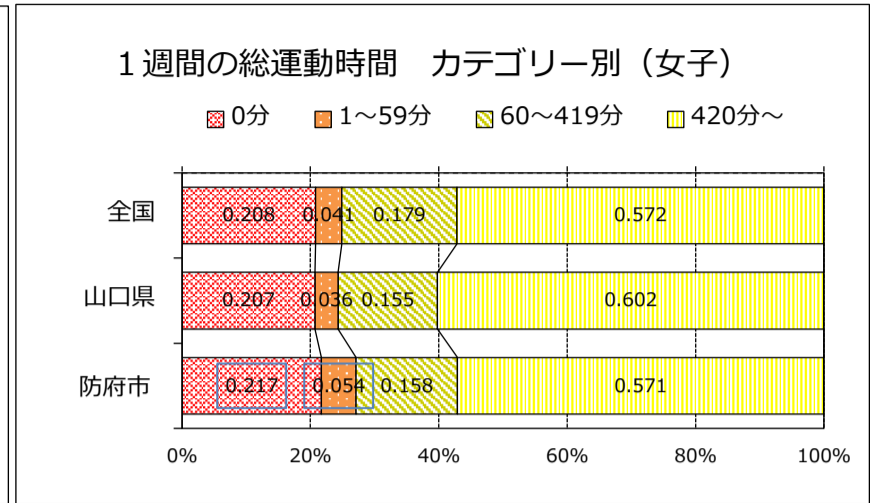
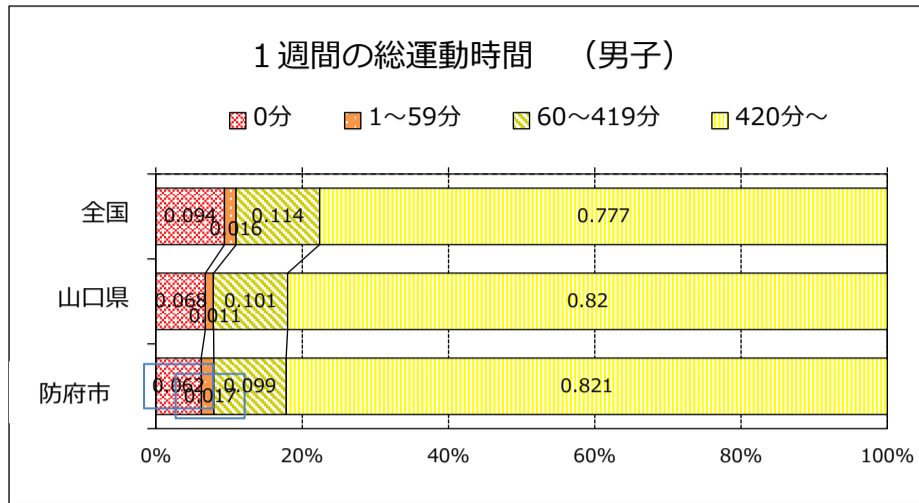
○ スクリーンタイム（平日（月～金曜日）に学習以外でテレビやDVD、ゲーム機、スマートフォン、パソコンなどを見る時間）



・男女ともに、全国・県と比べて2時間以上の児童が多い傾向がある。

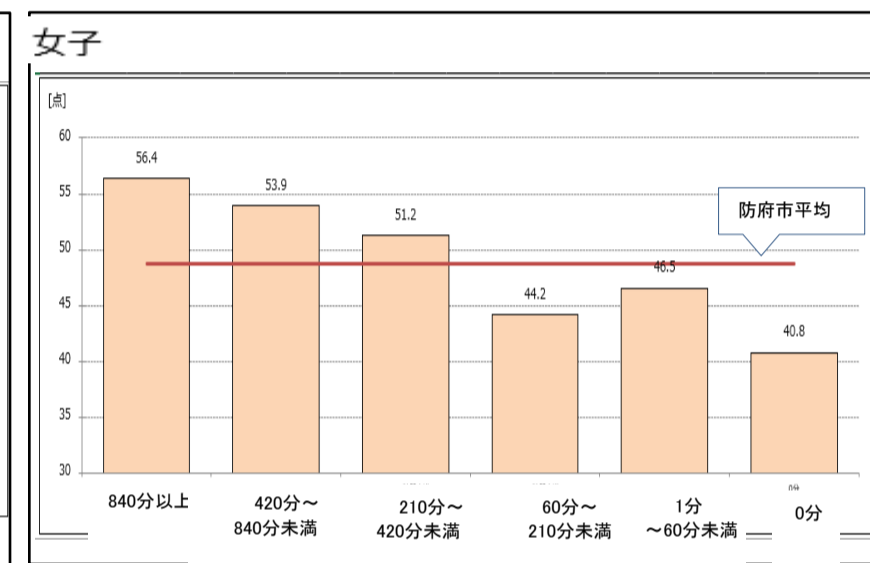
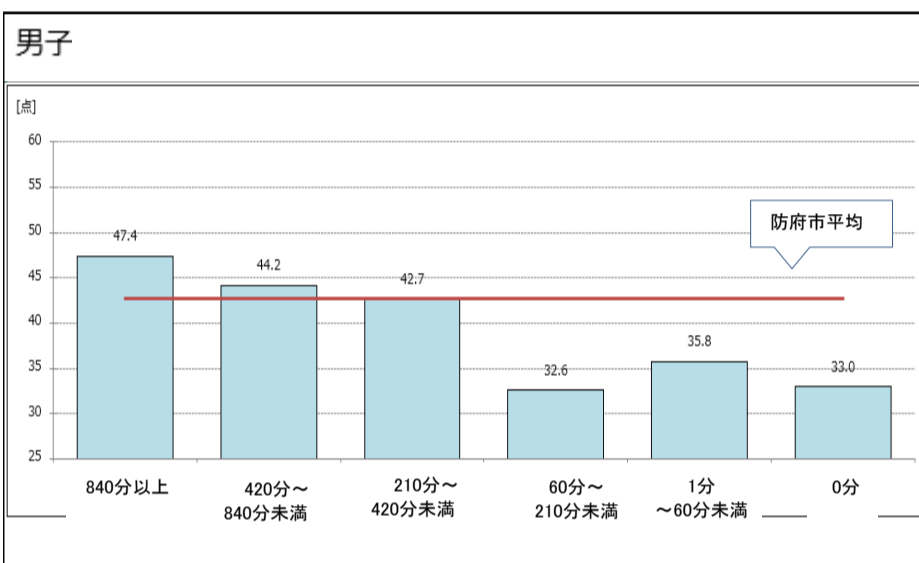
【中学2年生】

○ 1週間の総運動時間 ※運動時間には体育の授業を含まない



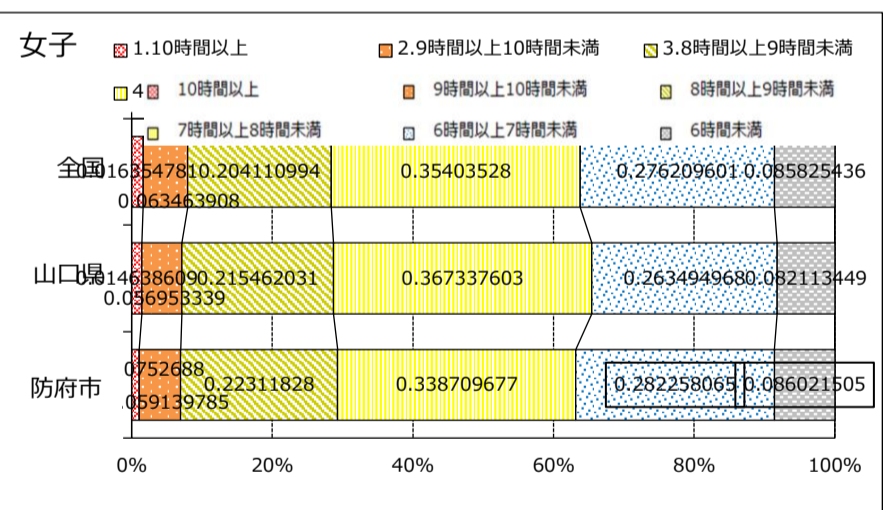
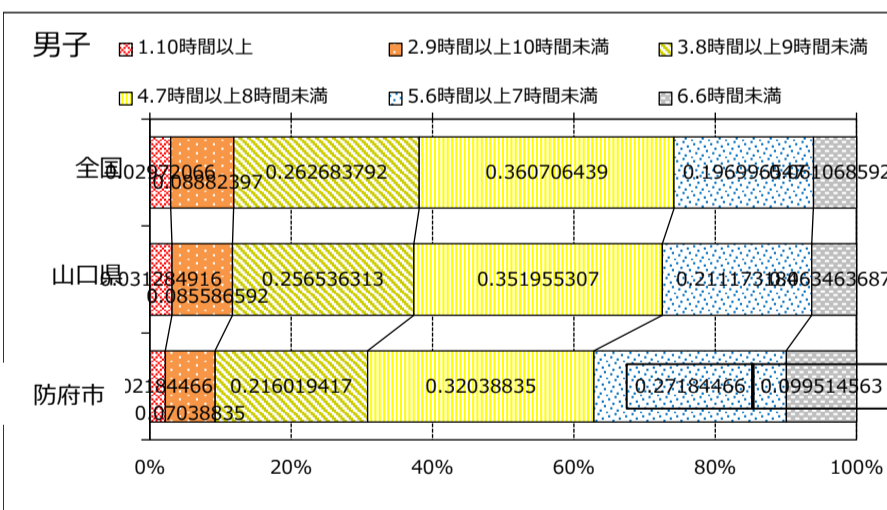
・男女ともに、1週間の総運動時間が59分以下の割合は、全国・県と比べて高い。

○ 「体力合計点」と「1週間の総運動時間」の相関関係



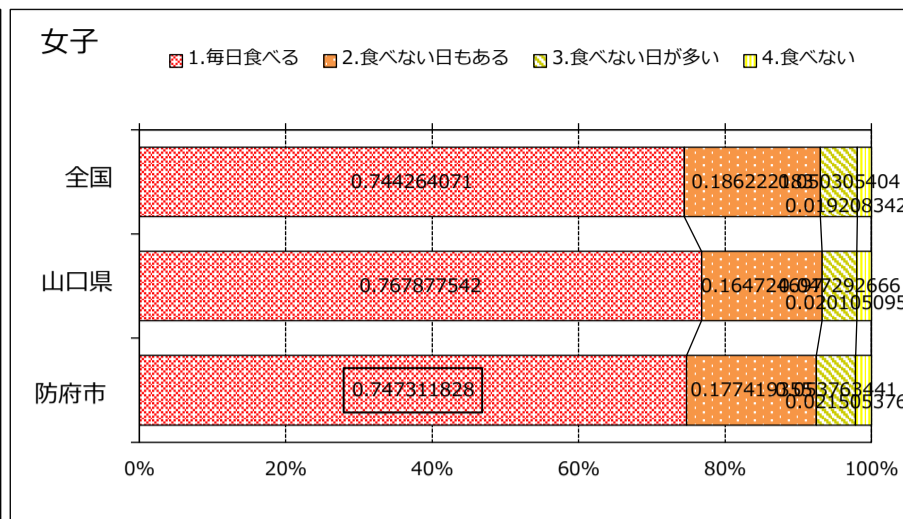
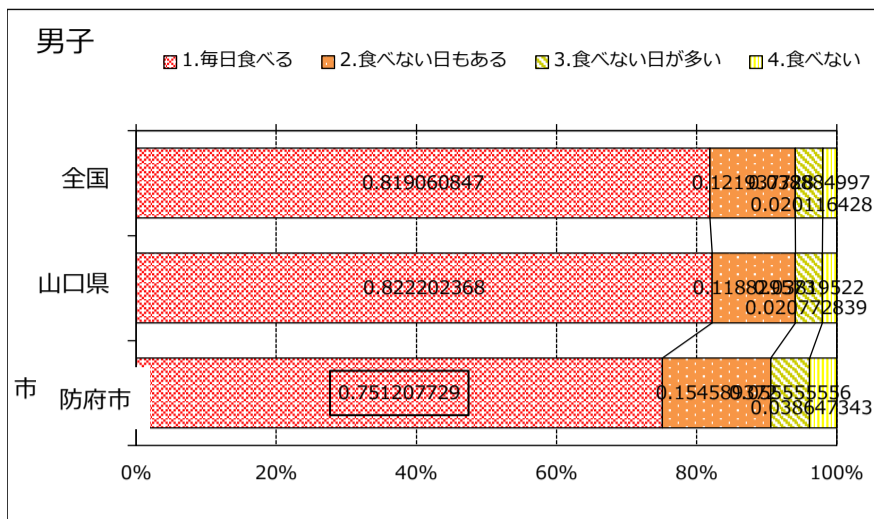
・男女ともに、1週間の総運動時間が210分以上の生徒の体力合計点は、防府市の平均を超えている。

○ 1日の睡眠時間



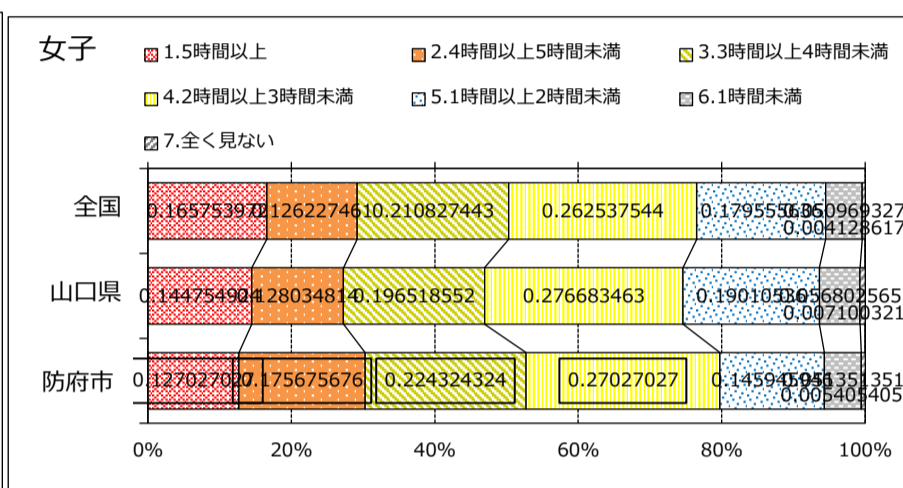
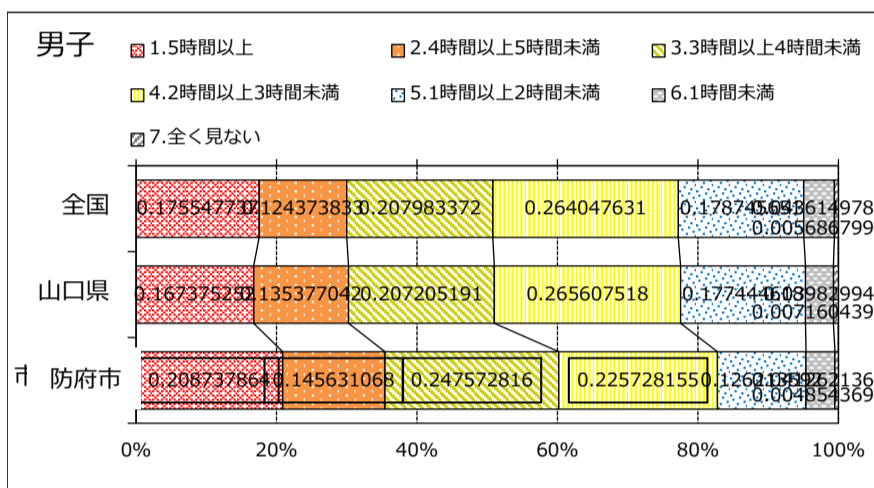
・1日の睡眠時間が7時間未満の生徒の割合は、全国・県と比べて、男子は高く、女子は同程度である。

○ 朝食の摂取



・朝食を毎日食べる生徒の割合は、全国・県と比べると、男子は低く、女子は同程度である。

○ スクリーンタイム（平日（月～金曜日）に学習以外でテレビやDVD、ゲーム機、スマートフォン、パソコンなどを見る時間）



・スクリーンタイムが2時間以上の生徒の割合を全国と比較すると、男女ともに高くなっている。

5 今後の取組

(1) 運動の楽しさを実感できる体育授業づくり

生涯にわたって心身共に健康な生活を送るためには、生涯にわたって運動を行う習慣を身に付けることが重要である。そのために、体育の授業をとおして、運動の楽しさを実感できるよう、以下の点に留意する。

○個々の目標を設定したり、体カテストの平均値を児童生徒に提示したりするなどして、記録に挑戦できるようにする。【挑戦する楽しさ】

○児童生徒自身の運動の結果を記録したり、ICT機器で運動の様子を撮影したりするなどして、成長を実感できるようにする。【成長する楽しさ】

○ペアやチームなどでの活動を積極的に取り入れ、仲間と関わる楽しさを実感できるようにする。【協働する楽しさ】



(2) 生活習慣改善に向けた取組の充実

今回の調査結果から、朝食の摂取や睡眠時間、スクリーンタイム等に課題があることが分かった。児童生徒に対し、保健指導や委員会活動をとおして、生活習慣の改善に向けた啓発を継続して行っていく必要がある。また、生活習慣の改善には、保護者への働きかけも重要であることから、学校保健安全委員会での啓発、学校運営協議会での議題としての取り上げ、メディアコントロールデーの設定などを、引き続き推進する。

6 参考

・山口県教育庁学校安全・体育課ホームページ「やまぐち体力向上維新プロジェクト」

<https://sites.google.com/g.vsn21.jp/tairvoku-up-ishin/%E3%83%9B%E3%83%Bc%E3%83%A0>