

令和 5 年度

山梨県新体力テスト・健康実態調査報告書

令和 6 年 3 月

山梨県教育委員会

目 次

I 調査の概要

1 調査の概要	1
---------	---

II 調査結果の概要

1 実技に関する調査

(1) 体力合計点の経年変化	3
----------------	---

(2) 各種目別の傾向	7
-------------	---

2 健康実態に関する調査

(1) 運動部やスポーツ少年団等への所属状況	16
------------------------	----

(2) 運動やスポーツの実施頻度	17
------------------	----

(3) 運動やスポーツの実施時間	18
------------------	----

(4) 朝食摂取状況	19
------------	----

(5) スナック菓子や炭酸飲料の摂取状況	20
----------------------	----

(6) 家族との夕食の状況	21
---------------	----

(7) 家庭料理摂取状況	22
--------------	----

(8) 一日の睡眠時間	23
-------------	----

(9) 家庭学習時間	24
------------	----

(10) テレビ等の接触時間	25
----------------	----

3 健康実態調査項目と体力合計点との関係

(1) 健康実態調査回答別の体力合計点	26
---------------------	----

(2) 運動実施頻度と体力合計点の関係	29
---------------------	----

(3) 朝食摂取と体力合計点の関係	30
-------------------	----

(4) 睡眠時間と体力合計点の関係	31
-------------------	----

(5) テレビ・スマートフォン等の視聴時間と体力合計点の関係	32
--------------------------------	----

III 考察

IV 基礎データ

1 実技に関する調査の結果(別冊)

2 健康実態に関する調査の結果(別冊)

I 調査の概要

1 調査の概要

(1) 調査の実施主体

山梨県教育委員会教育庁保健体育課

(2) 調査内容

① 文部科学省が定める「新体力テスト実施要項」で測定する8種目

- ア 握力
- イ 上体起こし
- ウ 長座体前屈
- エ 反復横とび
- オ 20mシャトルラン
- カ 50m走
- キ 立ち幅とび
- ク ボール投げ:小学校ソフトボール(1号)
:中・高等学校ハンドボール(2号)

② 健康実態調査

生活習慣に関するアンケート(10項目)

- ア 運動部やスポ少、スポーツクラブへの参加状況
- イ 運動やスポーツの実施頻度
- ウ 運動やスポーツの実施時間
- エ 朝食摂取状況
- オ スナック菓子や炭酸飲料の摂取状況
- カ 家族との夕食の状況
- キ 家庭料理の摂取状況
- ク 1日の睡眠時間
- ケ 家庭学習時間(平日)
- コ テレビ等の接触時間(ビデオ・TVゲームも含む 平日)

(3) 調査時期

令和5年4月～令和5年9月

(4) 調査対象

県内公立小(165校)・中(79校)・高等学校(全日制27校、定時制7校)

調査実施数 66,800名

6歳5,555名 7歳5,839名 8歳5,829名 9歳5,784名 10歳5,842名

11歳6,067名 12歳5,735名 13歳5,526名 14歳5,816名

15歳4,978名 16歳4,865名 17歳4,913名 18歳51名

(5) 報告書のまとめ

山梨大学教育学部学校教育課程芸術身体教育コースに委託

II. 調査結果の概要

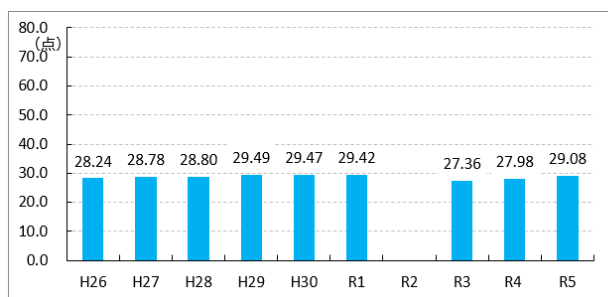
1 実技に関する調査

(1)体力合計点の経年変化

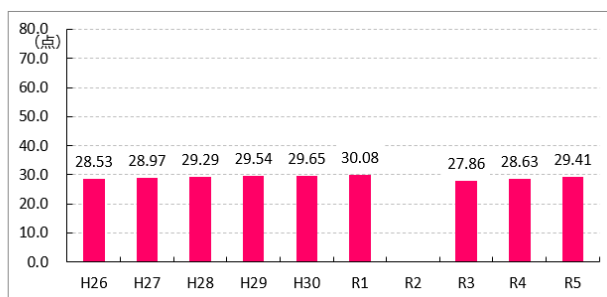
令和5年度の体力合計点について、10年間の推移をもとに学年別にみると、本年度は、男子、女子ともに最も高い値となった学年はなかった。逆に、女子の高校1年生と定時制3年生で、本年度の体力合計点は過去10年間のうち最も低い値となった。なお、令和2年度は、新型コロナウイルスの影響により調査を実施していない。

【体力合計点の10年間の推移】

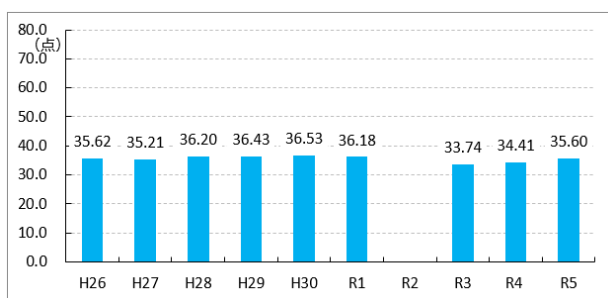
○6歳(小1) 男子



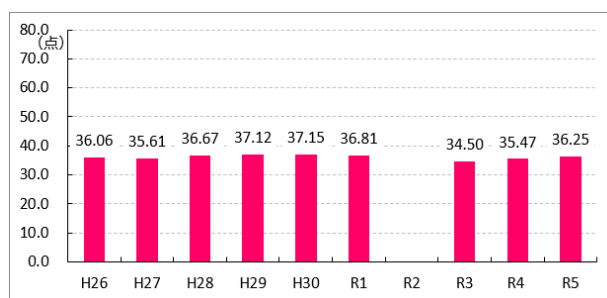
女子



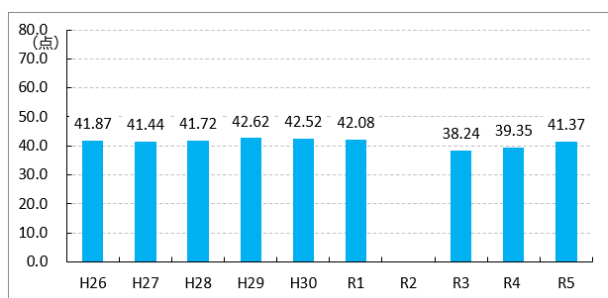
○7歳(小2) 男子



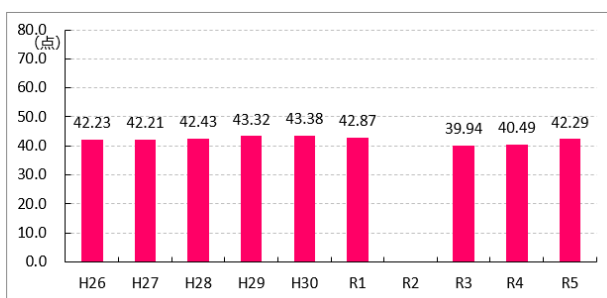
女子



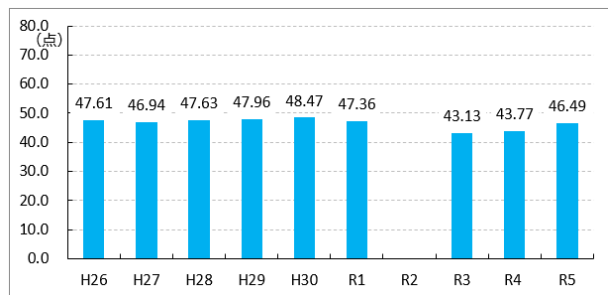
○8歳(小3) 男子



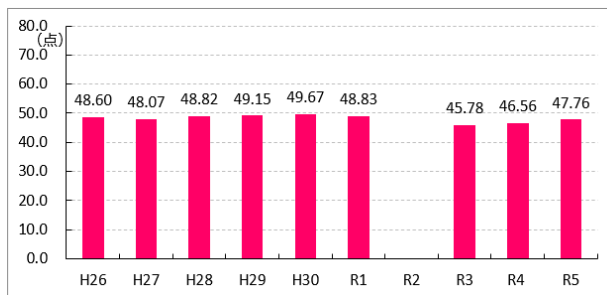
女子



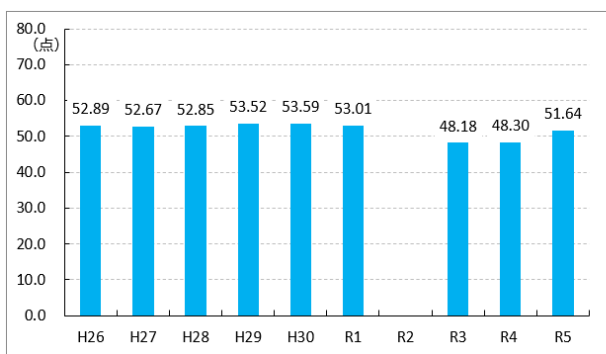
○9歳(小4) 男子



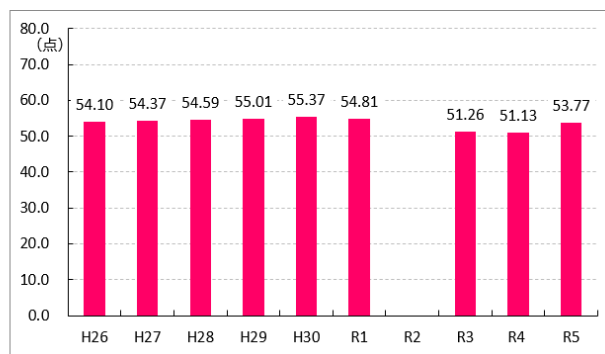
女子



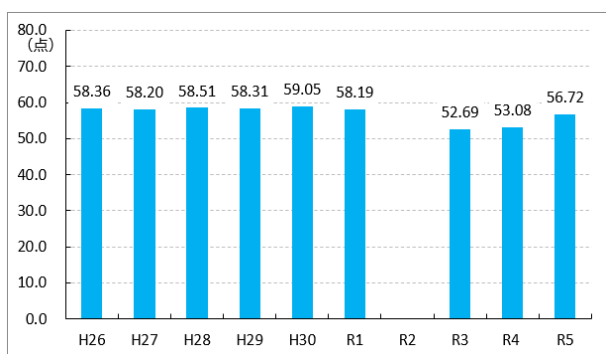
○10歳(小5) 男子



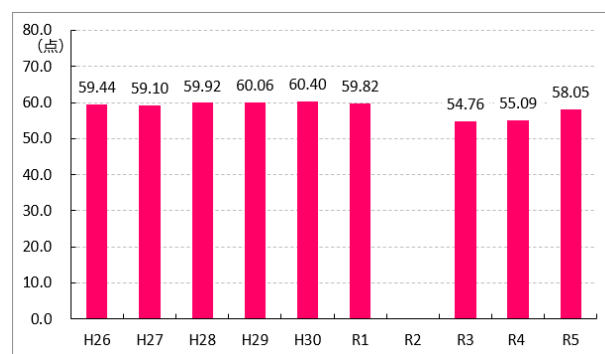
女子



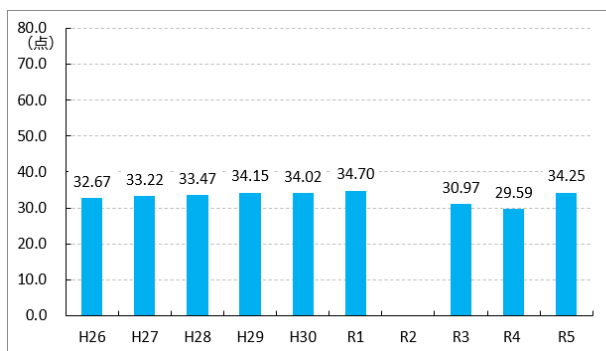
○11歳(小6) 男子



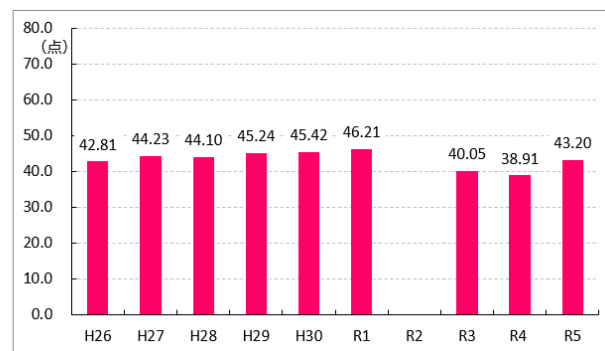
女子



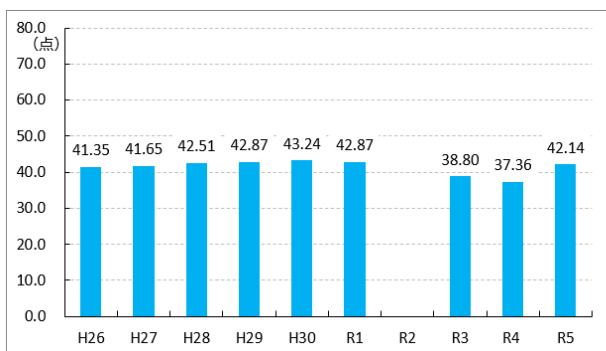
○12歳(中1) 男子



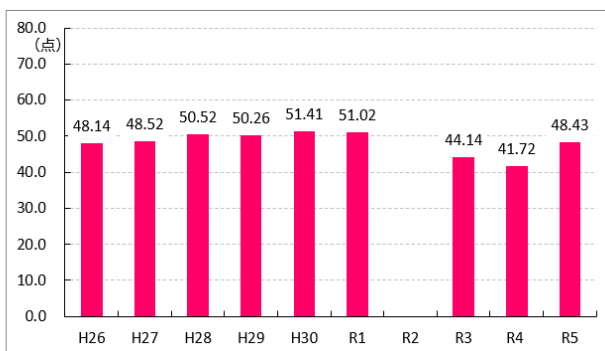
女子



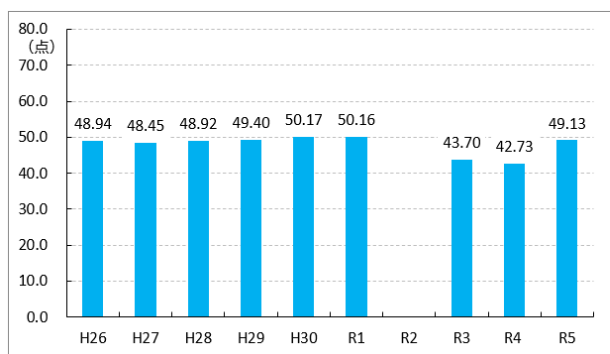
○13歳(中2) 男子



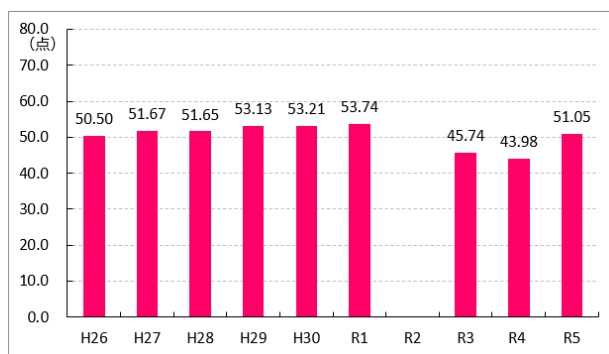
女子



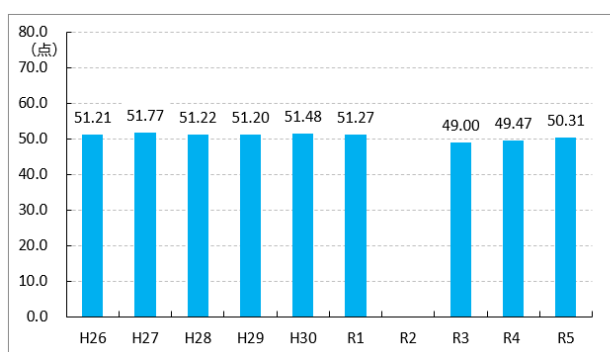
○14歳(中3) 男子



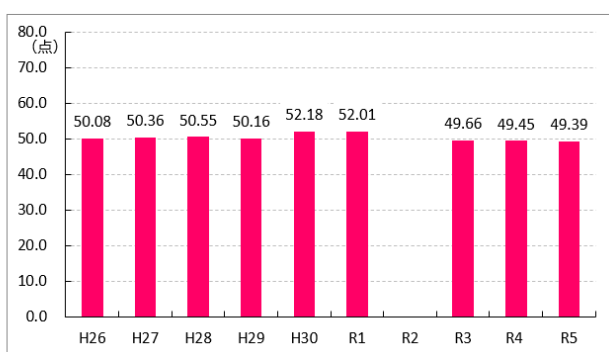
女子



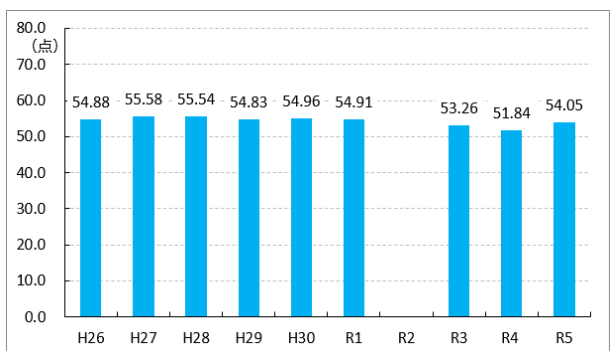
○15歳(高1) 男子



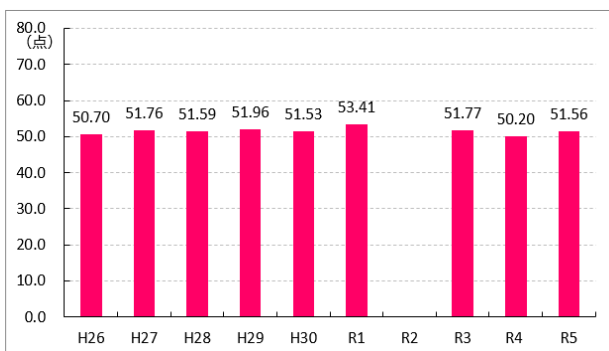
女子



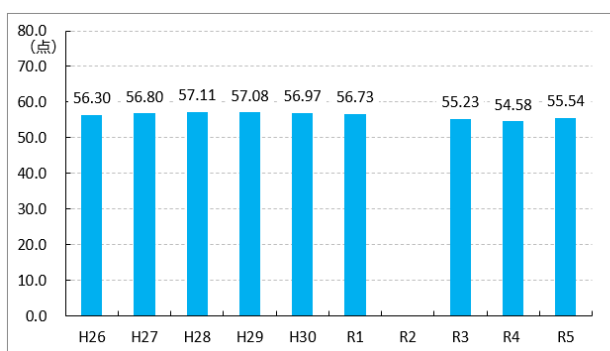
○16歳(高2) 男子



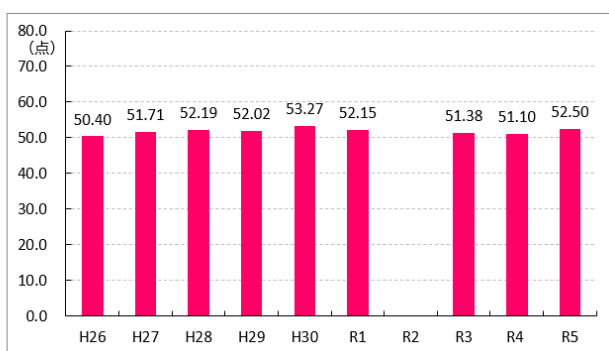
女子



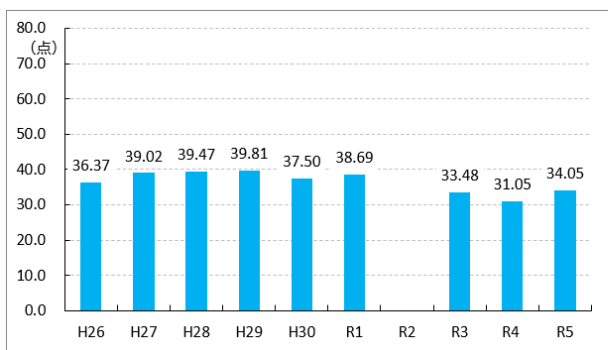
○17歳(高3) 男子



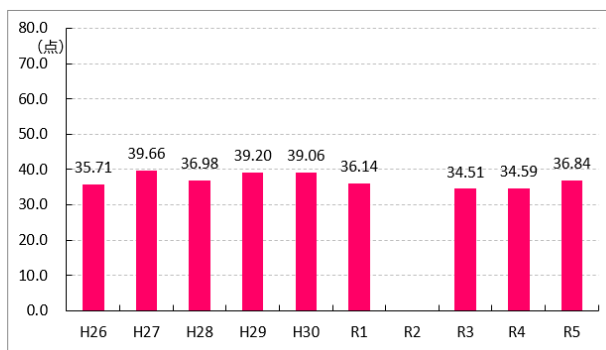
女子



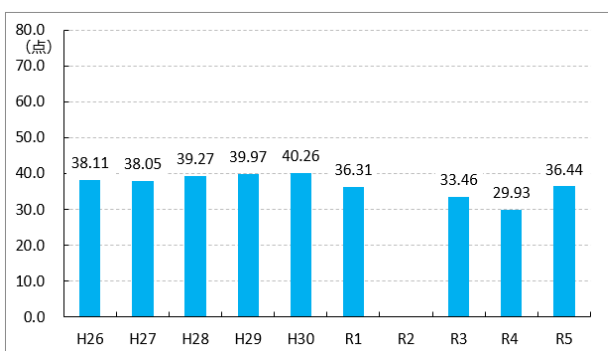
○15歳(定時制1) 男子



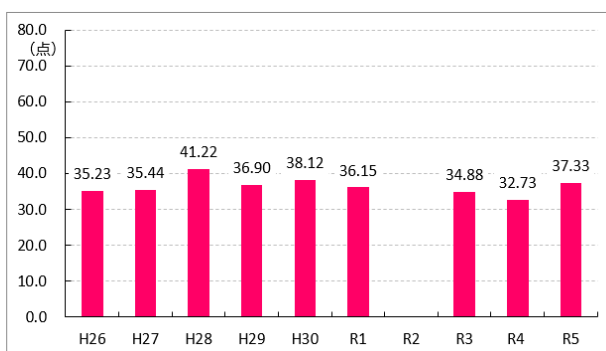
女子



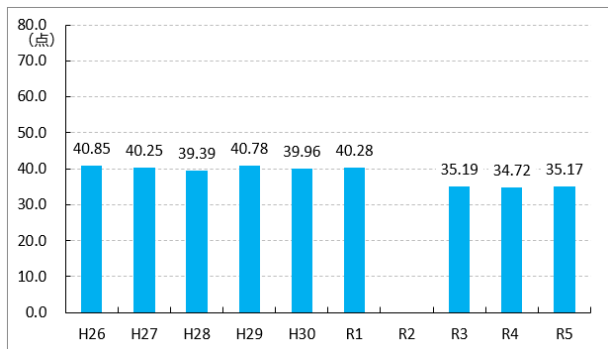
○16歳(定時制2) 男子



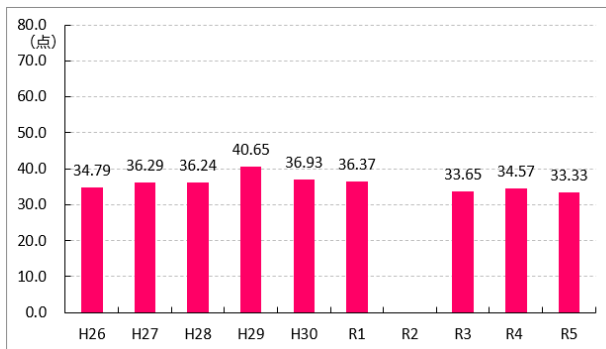
女子



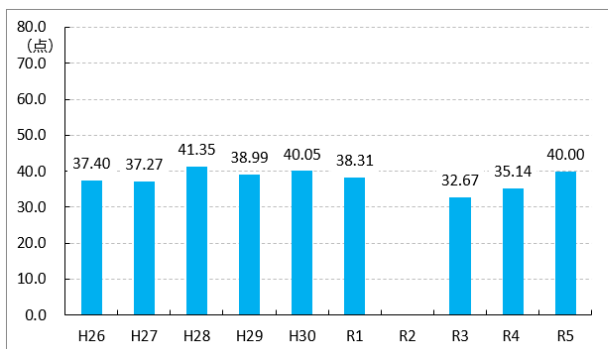
○17歳(定時制3) 男子



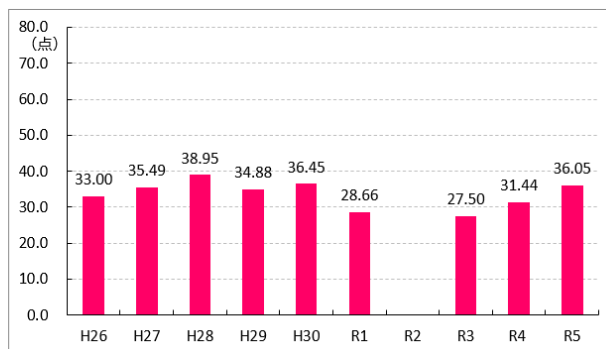
女子



○18歳(定時制4) 男子



女子



(2)各種目別の傾向(過去10年間で比較 男子全16学年、女子全16学年)

①記録が向上している測定項目

- ・長座体前屈は、男子で6つの学年、女子で5つの学年で最高値となった。
- ・立ち幅とびは、男子で4つの学年、女子で2つの学年で最高値となった。

②記録が低下している測定項目

- ・握力は、男子で6つの学年、女子で5つの学年で最低値となった。
- ・上体起こしは、男子で6つの学年、女子で4つの学年で最低値となった。
- ・20mシャトルランは、男子で3つの学年、女子で7つの学年で最低値となった。
- ・ボール投げは、男子で2つの学年、女子で3つの学年で最低値となった。

本年度、過去10年間のうち、最高値を示す学年が多かった種目は、男女ともに、長座体前屈、立ち幅跳びであった。一方で、最低値を示す学年が多かった種目は、握力、上体起こし、20mシャトルランであった。

特に、握力は、男子で6つの学年、女子で5つの学年、20mシャトルランは、男子で3つの学年、女子で7つの学年、ボール投げは、男子で2つの学年、女子で3つの学年と、過去最低値を示す学年が多くみられた。ボール投げは、過去最高値との差は見られるものの、回復傾向を示す学年が多く見られた。

【過去10年間で令和5年度に最も高い得点を示した学年】

種目名	男子(学年)					女子(学年)				
	小学校	中学校	高等学校	定時制高	学年計	小学校	中学校	高等学校	定時制高	学年計
握力		1			1			2		1
上体起こし					0					0
長座体前屈	1.2.5	1.3	1		6	1.2.3.5		2		5
反復横とび					0				4	1
20mシャトルラン					0					0
50m走					0				4	1
立ち幅とび	1.3	1		4	4	1			4	2
ボール投げ		1			1		1			1

【過去10年間で令和5年度に最も低い得点を示した学年】

種目名	男子(学年)					女子(学年)				
	小学校	中学校	高等学校	定時制高	学年計	小学校	中学校	高等学校	定時制高	学年計
握力	2.4.5		3	1.3	6	4.5	2.3		4	5
上体起こし	6	1.2	3	1.2	6	4		1.3	3	4
長座体前屈				3	1					0
反復横とび					0	6				1
20mシャトルラン		2		1.3	3	4.5	1.2.3	1.2		7
50m走	3				1	3	2.3			3
立ち幅とび					0	4.6	1		1	4
ボール投げ	6			3	2	6		3	3	3

【各年齢段階別における10年間の各種目の記録の推移】

※最高値はピンク、最低値はブルーで網掛けしている ※50m走は値が小さいほど記録が優れている

○6歳(小1) 男子

男子	握力 (kg)	上体起こし (回)	長座体前屈 (cm)	反復横とび (点)	20mシャトル (回)	50m走 (秒)	立ち幅とび (cm)	ボール投げ (m)	合計点 (点)
R5	8.77	11.30	26.68	25.88	15.70	11.83	112.80	7.80	29.08
R4	8.67	11.21	26.02	26.00	16.03	11.79	112.31	7.61	27.98
R3	8.78	11.55	25.87	26.33	15.55	11.78	111.16	7.53	27.36
R2									
R1	8.95	11.79	25.98	26.49	15.04	11.77	111.84	7.64	29.42
H30	8.96	11.56	25.91	26.79	15.75	11.93	110.79	7.59	29.47
H29	8.94	11.46	25.39	26.52	15.63	11.75	110.92	7.86	29.49
H28	9.03	11.25	25.47	25.76	14.80	11.82	109.85	7.83	28.80
H27	9.07	11.22	25.39	25.51	14.77	11.79	110.08	7.80	28.78
H26	8.95	10.71	25.05	25.83	14.12	11.90	108.39	8.00	28.24

○6歳(小1) 女子

女子	握力 (kg)	上体起こし (回)	長座体前屈 (cm)	反復横とび (点)	20mシャトル (回)	50m走 (秒)	立ち幅とび (cm)	ボール投げ (m)	合計点 (点)
R5	8.26	11.17	28.82	25.39	13.41	12.17	106.55	5.51	29.41
R4	8.21	11.27	28.32	25.77	13.81	12.10	105.45	5.36	28.63
R3	8.28	11.34	28.22	25.92	13.60	12.13	104.66	5.41	27.86
R2									
R1	8.40	11.93	28.38	26.02	13.58	12.06	105.95	5.41	30.08
H30	8.37	11.44	28.33	25.88	13.65	12.23	104.38	5.33	29.65
H29	8.33	11.26	27.58	25.79	13.58	12.08	104.80	5.43	29.54
H28	8.42	11.08	27.75	25.42	13.10	12.16	103.85	5.54	29.29
H27	8.40	10.88	27.68	24.79	13.01	12.12	103.39	5.37	28.97
H26	8.34	10.44	27.66	25.19	12.54	12.16	102.95	5.47	28.53

○7歳(小2) 男子

男子	握力 (kg)	上体起こし (回)	長座体前屈 (cm)	反復横とび (点)	20mシャトル (回)	50m走 (秒)	立ち幅とび (cm)	ボール投げ (m)	合計点 (点)
R5	10.20	13.69	28.08	29.50	23.71	10.92	122.01	10.78	35.60
R4	10.44	13.93	27.55	29.53	23.34	10.89	123.50	10.54	34.41
R3	10.53	13.77	27.52	29.18	23.01	10.86	123.31	10.47	33.74
R2									
R1	10.55	14.36	27.33	29.85	24.10	10.88	121.73	10.59	36.18
H30	10.81	14.10	27.75	30.53	24.68	10.93	123.03	10.69	36.53
H29	10.74	14.30	27.40	30.40	24.26	10.84	121.31	11.01	36.43
H28	10.80	14.16	27.22	29.79	23.36	10.83	121.16	11.14	36.20
H27	10.44	13.63	26.57	28.98	22.50	10.86	120.42	10.82	35.21
H26	10.69	13.57	26.71	29.30	22.91	10.86	120.89	11.23	35.62

○7歳(小2) 女子

女子	握力 (kg)	上体起こし (回)	長座体前屈 (cm)	反復横とび (点)	20mシャトル (回)	50m走 (秒)	立ち幅とび (cm)	ボール投げ (m)	合計点 (点)
R5	9.55	13.49	31.12	28.65	18.44	11.22	115.14	7.26	36.25
R4	9.88	13.73	30.35	29.03	18.80	11.20	116.39	7.36	35.47
R3	8.28	13.49	30.47	28.49	18.69	11.20	116.00	7.19	34.50
R2									
R1	10.06	14.15	30.41	29.10	19.64	11.18	114.88	7.25	36.81
H30	10.16	13.82	30.00	29.81	19.38	11.29	115.76	7.18	37.15
H29	10.17	13.85	29.95	29.75	19.21	11.17	115.08	7.52	37.12
H28	10.00	13.59	30.02	29.07	18.68	11.13	114.04	7.39	36.67
H27	9.82	13.14	29.59	28.18	17.80	11.15	113.46	7.08	35.61
H26	10.04	13.27	29.73	28.36	18.11	11.21	114.30	7.41	36.06

○8歳(小3) 男子

男子	握力 (kg)	上体起こし (回)	長座体前屈 (cm)	反復横とび (点)	20mシャトル (回)	50m走 (秒)	立ち幅とび (cm)	ボール投げ (m)	合計点 (点)
R5	12.15	15.65	29.92	32.67	30.64	10.39	132.99	13.81	41.37
R4	12.16	15.55	29.98	32.91	29.82	10.31	131.55	13.68	39.35
R3	12.12	15.38	29.29	32.16	30.13	10.32	132.37	13.49	38.24
R2									
R1	12.38	16.23	28.96	33.92	32.01	10.32	131.92	13.92	42.08
H30	12.42	16.36	29.04	34.13	33.55	10.28	132.90	14.21	42.52
H29	12.64	16.40	29.32	33.93	32.38	10.24	132.52	14.58	42.62
H28	12.49	15.72	28.42	33.50	31.76	10.29	129.74	14.55	41.72
H27	12.51	15.61	28.57	32.52	31.06	10.28	130.27	14.42	41.44
H26	12.57	15.73	28.88	33.34	31.19	10.34	131.56	14.85	41.87

○8歳(小3) 女子

女子	握力 (kg)	上体起こし (回)	長座体前屈 (cm)	反復横とび (点)	20mシャトル (回)	50m走 (秒)	立ち幅とび (cm)	ボール投げ (m)	合計点 (点)
R5	11.45	15.07	33.31	31.87	24.18	10.70	125.22	9.40	42.29
R4	11.44	15.01	33.05	31.78	23.23	10.64	124.03	9.32	40.49
R3	11.51	14.97	33.11	31.25	23.85	10.61	128.68	9.24	39.94
R2									
R1	11.67	15.71	32.19	32.88	24.56	10.63	124.90	9.31	42.87
H30	11.76	15.74	32.18	32.98	25.45	10.60	125.72	9.44	43.38
H29	11.85	15.72	32.25	32.87	24.67	10.54	125.77	9.49	43.32
H28	11.77	15.09	31.72	32.57	24.01	10.57	123.69	9.44	42.43
H27	11.79	15.12	32.08	31.50	23.47	10.57	123.17	9.31	42.21
H26	11.66	14.85	32.13	31.87	23.29	10.65	124.43	9.53	42.23

○9歳(小4) 男子

男子	握力 (kg)	上体起こし (回)	長座体前屈 (cm)	反復横とび (点)	20mシャトル (回)	50m走 (秒)	立ち幅とび (cm)	ボール投げ (m)	合計点 (点)
R5	13.74	17.13	31.15	36.61	37.64	9.82	139.31	16.97	46.49
R4	13.98	17.06	31.31	36.62	35.50	9.92	140.23	16.57	43.77
R3	14.01	16.99	31.03	35.98	37.10	9.88	141.77	16.53	43.13
R2									
R1	14.05	18.15	30.72	37.60	39.52	9.84	140.00	17.14	47.36
H30	14.34	18.28	30.72	38.78	41.48	9.83	142.98	17.79	48.47
H29	14.43	18.05	30.79	38.00	40.58	9.78	140.59	18.08	47.96
H28	14.16	17.93	30.67	37.47	39.56	9.80	140.01	18.21	47.63
H27	14.25	17.77	30.22	36.74	38.86	9.85	138.88	18.07	46.94
H26	14.54	17.70	30.79	37.39	39.30	9.84	140.18	18.88	47.61

○9歳(小4) 女子

女子	握力 (kg)	上体起こし (回)	長座体前屈 (cm)	反復横とび (点)	20mシャトル (回)	50m走 (秒)	立ち幅とび (cm)	ボール投げ (m)	合計点 (点)
R5	13.15	16.54	35.13	35.40	27.89	10.13	132.56	11.54	47.76
R4	13.47	16.86	35.39	35.74	28.32	10.13	134.39	11.30	46.56
R3	13.61	16.70	34.86	34.78	29.47	10.10	136.51	11.36	45.78
R2									
R1	13.49	17.62	34.25	36.37	30.20	10.11	133.78	11.52	48.83
H30	13.60	17.38	34.48	37.18	31.79	10.13	136.33	11.53	49.67
H29	13.70	17.27	34.31	36.55	30.39	10.04	134.22	11.85	49.15
H28	13.62	17.33	34.41	36.24	29.43	10.10	133.87	11.84	48.82
H27	13.61	16.76	34.23	35.37	29.06	10.09	133.23	11.54	48.07
H26	13.75	16.97	34.52	35.73	29.21	10.10	133.88	11.85	48.60

○10歳(小5) 男子

男子	握力 (kg)	上体起こし (回)	長座体前屈 (cm)	反復横とび (点)	20mシャトル (回)	50m走 (秒)	立ち幅とび (cm)	ボール投げ (m)	合計点 (点)
R5	15.81	18.85	33.40	40.04	43.06	9.48	149.30	20.08	51.64
R4	15.95	19.28	32.56	40.08	41.74	9.54	148.67	19.33	48.30
R3	16.06	18.48	33.19	39.62	43.76	9.48	149.52	19.93	48.18
R2									
R1	16.17	19.70	32.90	42.04	46.35	9.45	150.95	20.73	53.01
H30	16.50	20.03	32.73	42.53	48.58	9.52	150.74	21.22	53.59
H29	16.41	19.81	32.94	41.81	47.93	9.42	149.95	21.53	53.52
H28	16.42	19.43	32.17	41.54	47.03	9.38	147.13	21.59	52.85
H27	16.32	19.35	33.03	40.69	46.92	9.39	147.88	21.68	52.67
H26	16.61	19.43	32.30	41.29	47.25	9.45	149.03	22.11	52.89

○10歳(小5) 女子

女子	握力 (kg)	上体起こし (回)	長座体前屈 (cm)	反復横とび (点)	20mシャトル (回)	50m走 (秒)	立ち幅とび (cm)	ボール投げ (m)	合計点 (点)
R5	15.81	18.13	38.17	38.78	32.97	9.73	143.77	13.61	53.77
R4	15.94	17.74	37.09	38.47	33.14	9.71	143.64	13.39	51.13
R3	16.11	17.90	37.65	38.57	34.52	9.67	145.06	13.73	51.26
R2									
R1	15.88	18.94	37.03	40.42	36.11	9.72	145.05	13.73	54.81
H30	16.07	18.92	36.98	40.69	37.60	9.77	145.32	14.00	55.37
H29	16.04	18.87	37.06	40.05	36.31	9.65	144.05	14.15	55.01
H28	16.13	18.41	36.51	39.85	36.28	9.60	141.99	14.09	54.59
H27	15.89	18.38	37.28	39.02	36.19	9.63	143.25	13.70	54.37
H26	16.12	18.27	36.30	39.35	35.41	9.72	143.07	14.06	54.10

○11歳(小6) 男子

男子	握力 (kg)	上体起こし (回)	長座体前屈 (cm)	反復横とび (点)	20mシャトル (回)	50m走 (秒)	立ち幅とび (cm)	ボール投げ (m)	合計点 (点)
R5	18.85	20.27	34.91	43.11	50.15	9.12	158.62	22.88	56.72
R4	18.98	20.82	34.42	42.93	49.58	9.13	165.94	23.06	53.08
R3	18.73	20.40	34.03	42.84	51.62	9.09	157.91	22.90	52.69
R2									
R1	18.92	21.42	34.40	44.94	54.20	9.04	159.31	23.93	58.19
H30	19.34	21.59	35.05	45.09	57.11	8.96	160.08	24.69	59.05
H29	19.16	21.28	33.99	44.68	55.44	9.01	159.75	24.66	58.31
H28	19.24	21.23	34.54	44.64	55.84	9.00	159.75	24.98	58.51
H27	19.16	21.24	34.55	43.98	55.64	9.01	158.87	24.85	58.20
H26	19.34	21.16	34.36	44.25	55.73	9.03	159.47	25.51	58.36

○11歳(小6) 女子

女子	握力 (kg)	上体起こし (回)	長座体前屈 (cm)	反復横とび (点)	20mシャトル (回)	50m走 (秒)	立ち幅とび (cm)	ボール投げ (m)	合計点 (点)
R5	18.67	18.80	40.08	40.80	37.58	9.38	148.50	15.20	58.05
R4	18.81	18.71	40.27	40.96	37.30	9.38	150.57	15.41	55.09
R3	18.63	18.94	39.05	41.01	39.49	9.38	150.19	15.51	54.76
R2									
R1	18.63	19.98	39.52	42.93	41.49	9.31	152.60	15.90	59.82
H30	19.06	20.17	40.16	43.15	42.86	9.44	152.19	15.95	60.40
H29	18.95	19.70	39.12	42.73	42.39	9.28	153.21	16.06	60.06
H28	19.01	19.64	39.75	42.38	41.83	9.27	152.92	16.12	59.92
H27	18.79	19.46	39.09	41.45	41.01	9.33	150.58	15.67	59.10
H26	18.92	19.43	39.31	41.66	42.13	9.30	151.87	15.92	59.44

○12歳(中1) 男子

男子	握力 (kg)	上体起こし (回)	長座体前屈 (cm)	反復横とび (点)	20mシャトル (回)	50m走 (秒)	立ち幅とび (cm)	ボール投げ (m)	合計点 (点)
R5	24.65	22.72	41.12	48.93	64.67	8.60	181.64	17.63	34.25
R4	24.23	22.83	39.85	47.39	63.01	8.69	179.26	16.81	29.59
R3	24.46	23.30	39.74	47.97	65.38	8.60	179.20	16.74	30.97
R2									
R1	24.06	24.23	39.63	49.61	69.13	8.58	180.09	17.12	34.70
H30	23.97	24.24	40.11	49.57	68.86	8.62	179.81	16.85	34.02
H29	24.38	24.43	40.44	49.07	69.94	8.58	179.34	17.16	34.15
H28	24.05	23.98	38.92	48.78	69.24	8.57	178.15	17.22	33.47
H27	24.29	23.89	38.86	48.53	68.26	8.61	177.75	17.17	33.22
H26	24.01	23.54	38.86	47.89	68.18	8.65	177.17	17.21	32.67

○12歳(中1) 女子

女子	握力 (kg)	上体起こし (回)	長座体前屈 (cm)	反復横とび (点)	20mシャトル (回)	50m走 (秒)	立ち幅とび (cm)	ボール投げ (m)	合計点 (点)
R5	21.83	19.69	43.28	44.61	44.28	9.13	161.10	11.58	43.20
R4	21.65	19.59	42.76	43.94	45.12	9.16	162.31	11.24	38.91
R3	21.55	20.15	42.22	44.45	46.65	9.12	161.90	11.19	40.05
R2									
R1	22.05	21.47	43.19	46.39	50.39	9.04	164.70	11.48	46.21
H30	21.99	21.27	43.29	46.26	51.61	9.02	165.67	11.47	45.42
H29	22.08	21.62	43.37	45.45	51.74	9.02	164.72	11.53	45.24
H28	22.03	20.91	42.19	45.06	49.75	9.04	162.54	11.55	44.10
H27	21.93	20.91	42.67	44.94	50.75	9.04	163.34	11.49	44.23
H26	21.74	20.25	42.46	43.49	48.54	9.17	161.75	11.35	42.81

○13歳(中2) 男子

男子	握力 (kg)	上体起こし (回)	長座体前屈 (cm)	反復横とび (点)	20mシャトル (回)	50m走 (秒)	立ち幅とび (cm)	ボール投げ (m)	合計点 (点)
R5	29.82	25.95	44.27	52.50	78.79	8.01	198.72	20.32	42.14
R4	30.23	26.17	44.13	51.56	79.54	7.95	199.71	20.41	37.36
R3	29.83	26.41	44.15	52.32	82.50	7.94	198.12	20.17	38.80
R2									
R1	29.42	27.08	44.05	53.12	82.96	7.98	196.67	20.14	42.87
H30	29.96	27.89	44.89	53.16	85.20	7.97	198.03	20.03	43.24
H29	29.98	27.90	43.63	52.38	85.14	7.96	197.30	20.39	42.87
H28	29.79	27.48	43.52	52.31	84.38	7.93	195.84	20.34	42.51
H27	29.29	27.19	42.92	51.62	84.47	8.03	194.93	20.09	41.65
H26	29.91	27.28	42.01	50.89	84.10	8.03	194.02	20.39	41.35

○13歳(中2) 女子

女子	握力 (kg)	上体起こし (回)	長座体前屈 (cm)	反復横とび (点)	20mシャトル (回)	50m走 (秒)	立ち幅とび (cm)	ボール投げ (m)	合計点 (点)
R5	23.61	21.67	45.77	46.57	51.80	8.92	167.41	12.70	48.43
R4	23.70	21.49	45.34	45.78	52.07	8.87	168.04	12.54	41.72
R3	23.90	22.08	45.52	46.44	55.21	8.82	167.98	12.82	44.14
R2									
R1	24.19	23.52	45.06	48.18	58.92	8.72	170.91	13.02	51.02
H30	24.38	24.41	46.44	48.02	59.30	8.73	172.34	12.78	51.41
H29	24.31	23.88	45.02	46.62	58.72	8.78	169.46	13.05	50.26
H28	24.32	23.46	45.34	47.03	58.67	8.70	169.77	12.91	50.52
H27	24.07	22.97	44.37	45.61	56.97	8.83	167.18	12.73	48.52
H26	23.88	22.84	43.92	45.16	56.20	8.85	167.51	12.53	48.14

○14歳(中3) 男子

男子	握力 (kg)	上体起こし (回)	長座体前屈 (cm)	反復横とび (点)	20mシャトル (回)	50m走 (秒)	立ち幅とび (cm)	ボール投げ (m)	合計点 (点)
R5	34.89	28.57	48.29	55.03	86.30	7.58	212.28	23.39	49.13
R4	34.56	28.06	47.30	54.50	85.93	7.56	212.47	23.09	42.73
R3	34.41	28.55	46.64	55.04	89.52	7.53	212.51	22.93	43.70
R2									
R1	34.81	29.55	48.23	56.16	91.62	7.55	211.90	23.08	50.16
H30	34.93	30.16	47.71	55.77	92.41	7.51	212.29	22.93	50.17
H29	35.00	29.79	47.17	54.81	91.19	7.56	211.02	22.97	49.40
H28	34.61	29.46	46.59	54.90	91.75	7.57	209.56	22.67	48.92
H27	35.03	29.47	45.53	53.76	92.12	7.60	209.59	22.88	48.45
H26	35.31	29.83	45.73	53.92	92.38	7.60	209.10	23.63	48.94

○14歳(中3) 女子

女子	握力 (kg)	上体起こし (回)	長座体前屈 (cm)	反復横とび (点)	20mシャトル (回)	50m走 (秒)	立ち幅とび (cm)	ボール投げ (m)	合計点 (点)
R5	25.00	22.95	47.98	47.13	52.34	8.81	169.55	13.68	51.05
R4	25.12	22.50	46.89	46.65	52.51	8.76	171.15	13.69	43.98
R3	25.35	23.57	47.39	47.80	56.21	8.70	171.52	13.73	45.74
R2									
R1	25.64	25.03	48.67	48.77	58.74	8.65	173.76	13.85	53.74
H30	25.65	25.01	47.05	48.43	58.22	8.67	173.70	13.73	53.21
H29	25.85	24.91	47.11	47.61	58.54	8.66	172.90	13.90	53.13
H28	25.41	24.13	46.56	46.89	57.89	8.72	170.49	13.59	51.65
H27	25.58	24.01	46.02	46.54	58.02	8.70	172.13	13.69	51.67
H26	25.03	23.93	45.76	45.90	56.80	8.79	168.33	13.61	50.50

○15歳(高1) 男子

男子	握力 (kg)	上体起こし (回)	長座体前屈 (cm)	反復横とび (点)	20mシャトル (回)	50m走 (秒)	立ち幅とび (cm)	ボール投げ (m)	合計点 (点)
	37.43	27.95	47.59	57.03	84.91	7.44	220.29	22.70	50.31
R4	37.57	28.26	47.46	56.72	84.68	7.45	221.23	22.43	49.47
R3	37.22	27.64	47.37	56.29	85.86	7.47	221.62	22.28	49.00
R2									
R1	37.39	29.60	47.32	56.94	90.46	7.44	220.48	22.77	51.27
H30	37.47	29.58	47.18	57.29	91.11	7.40	220.50	22.79	51.48
H29	37.80	29.56	46.93	56.48	90.95	7.44	220.09	23.17	51.20
H28	38.02	29.45	47.21	56.47	90.37	7.45	220.27	23.24	51.22
H27	38.49	30.36	47.09	56.56	90.98	7.43	220.93	23.37	51.77
H26	38.84	29.88	46.73	56.05	89.65	7.47	219.81	23.72	51.21

○15歳(高1) 女子

女子	握力 (kg)	上体起こし (回)	長座体前屈 (cm)	反復横とび (点)	20mシャトル (回)	50m走 (秒)	立ち幅とび (cm)	ボール投げ (m)	合計点 (点)
R5	25.23	21.48	46.84	48.31	48.28	8.92	170.67	12.78	49.39
R4	25.85	21.86	47.30	48.48	49.99	8.90	172.66	12.78	49.45
R3	25.35	21.85	46.46	48.72	52.01	8.83	174.26	13.07	49.66
R2									
R1	25.42	23.59	46.96	49.07	54.66	8.81	173.70	13.14	52.01
H30	25.56	23.54	46.80	49.14	55.24	8.75	174.76	13.23	52.18
H29	25.14	22.81	46.23	47.62	52.78	8.88	170.41	12.99	50.16
H28	25.39	22.93	46.00	48.17	53.24	8.90	173.43	13.15	50.55
H27	25.25	23.02	46.16	47.54	53.04	8.89	172.13	13.19	50.36
H26	25.68	23.13	45.46	47.10	52.97	8.92	172.04	13.13	50.08

○16歳(高2) 男子

男子	握力 (kg)	上体起こし (回)	長座体前屈 (cm)	反復横とび (点)	20mシャトル (回)	50m走 (秒)	立ち幅とび (cm)	ボール投げ (m)	合計点 (点)
R5	39.75	29.92	49.55	58.50	89.03	7.33	226.97	24.09	54.05
R4	39.71	29.18	49.24	57.41	88.22	7.32	226.07	23.54	51.84
R3	39.92	30.05	49.49	58.68	91.91	7.31	226.99	24.00	53.26
R2									
R1	39.86	31.27	49.55	58.21	94.66	7.28	226.15	24.07	54.91
H30	40.12	31.29	49.78	58.17	93.28	7.29	225.76	24.33	54.96
H29	40.59	31.52	49.23	57.82	93.99	7.31	225.24	24.50	54.83
H28	40.99	31.87	49.28	57.80	94.66	7.28	227.00	24.93	55.54
H27	40.92	31.70	50.19	57.94	93.77	7.30	227.65	25.15	55.58
H26	41.13	31.73	49.73	56.92	93.23	7.34	224.91	25.16	54.88

○16歳(高2) 女子

女子	握力 (kg)	上体起こし (回)	長座体前屈 (cm)	反復横とび (点)	20mシャトル (回)	50m走 (秒)	立ち幅とび (cm)	ボール投げ (m)	合計点 (点)
R5	26.49	22.60	48.69	49.27	49.20	8.90	172.32	13.38	51.56
R4	26.41	22.52	47.93	48.67	50.50	8.88	172.82	13.24	50.20
R3	26.39	23.56	48.24	49.75	52.83	8.85	174.72	13.59	51.77
R2									
R1	26.36	24.49	48.37	49.31	55.11	8.79	173.28	13.68	53.41
H30	25.81	23.60	47.36	48.71	52.47	8.88	172.39	13.40	51.53
H29	26.21	24.01	47.52	48.30	53.20	8.88	172.62	13.66	51.96
H28	26.01	23.97	46.94	47.97	52.43	8.92	173.50	13.74	51.59
H27	26.10	24.16	47.43	47.64	52.98	8.88	173.52	13.72	51.76
H26	26.27	23.98	47.34	46.40	51.17	8.97	170.85	13.74	50.70

○17歳(高3) 男子

男子	握力 (kg)	上体起こし (回)	長座体前屈 (cm)	反復横とび (点)	20mシャトル (回)	50m走 (秒)	立ち幅とび (cm)	ボール投げ (m)	合計点 (点)
R5	41.27	30.48	51.56	58.98	88.59	7.24	229.07	24.64	55.54
R4	41.65	30.71	51.58	58.58	88.00	7.27	229.50	24.60	54.58
R3	41.68	30.98	50.93	58.46	91.57	7.20	230.11	25.18	55.23
R2									
R1	41.68	32.13	51.43	58.85	92.44	7.23	228.51	25.19	56.73
H30	41.92	32.13	51.11	59.05	93.13	7.22	229.90	25.44	56.97
H29	42.35	32.75	51.11	58.41	91.90	7.24	229.06	25.76	57.08
H28	42.55	32.25	51.31	58.91	92.36	7.24	230.71	25.66	57.11
H27	42.47	32.45	51.62	58.19	92.11	7.29	230.38	25.88	56.80
H26	43.02	32.34	50.06	57.66	90.43	7.27	229.15	25.81	56.30

○17歳(高3) 女子

女子	握力 (kg)	上体起こし (回)	長座体前屈 (cm)	反復横とび (点)	20mシャトル (回)	50m走 (秒)	立ち幅とび (cm)	ボール投げ (m)	合計点 (点)
R5	26.89	23.23	49.50	49.53	49.01	8.87	173.52	13.57	52.50
R4	26.92	23.49	49.92	48.78	48.59	8.93	172.58	13.67	51.10
R3	26.49	23.79	49.28	49.06	51.11	8.88	173.71	13.73	51.38
R2									
R1	26.27	24.18	48.87	48.72	50.94	8.91	171.95	13.61	52.15
H30	26.75	24.63	49.03	49.53	52.13	8.85	174.09	13.91	53.27
H29	26.45	24.49	48.80	47.87	50.93	8.94	170.91	14.03	52.02
H28	26.68	24.30	48.54	48.33	50.92	8.93	174.18	13.87	52.19
H27	26.45	24.43	48.62	47.14	49.84	8.98	172.81	14.00	51.71
H26	26.83	23.50	47.16	46.46	48.87	9.05	170.49	13.97	50.40

○15歳(定時制1) 男子

男子	握力 (kg)	上体起こし (回)	長座体前屈 (cm)	反復横とび (点)	20mシャトル (回)	50m走 (秒)	立ち幅とび (cm)	ボール投げ (m)	合計点 (点)
R5	32.80	21.37	38.38	49.52	46.61	8.26	192.78	17.50	34.05
R4	34.41	22.61	39.00	46.34	51.98	8.08	195.05	17.32	31.05
R3	34.18	22.35	39.87	47.73	49.87	8.24	193.07	18.93	33.48
R2									
R1	34.60	24.33	38.75	49.60	59.04	7.90	195.23	19.87	38.69
H30	33.77	23.71	41.49	48.52	54.54	8.10	190.59	19.01	37.50
H29	36.15	23.72	43.93	48.46	60.93	7.88	198.80	20.35	39.81
H28	36.55	24.05	38.70	47.05	55.59	7.79	205.75	21.12	39.47
H27	37.99	24.09	41.42	48.08	52.44	8.19	197.73	20.11	39.02
H26	36.29	24.12	37.64	45.23	52.08	8.34	190.03	20.44	36.37

○15歳(定時制1) 女子

女子	握力 (kg)	上体起こし (回)	長座体前屈 (cm)	反復横とび (点)	20mシャトル (回)	50m走 (秒)	立ち幅とび (cm)	ボール投げ (m)	合計点 (点)
R5	22.95	16.73	40.43	42.30	27.98	9.86	142.55	11.16	36.84
R4	23.05	18.25	39.06	40.64	29.14	10.07	148.27	10.63	34.59
R3	23.35	16.58	40.34	42.32	29.32	9.71	146.58	11.65	34.51
R2									
R1	22.20	17.89	37.66	42.93	27.09	9.50	145.33	10.85	36.14
H30	23.10	17.58	40.79	42.69	32.77	9.60	148.25	11.65	39.06
H29	24.31	18.80	40.07	41.85	32.97	9.53	150.80	12.47	39.20
H28	24.95	16.92	39.33	39.06	28.69	9.76	149.42	11.44	36.98
H27	25.41	19.19	39.64	43.08	31.26	9.57	152.12	11.49	39.66
H26	24.21	17.00	38.20	38.76	28.01	10.01	146.83	11.47	35.71

○16歳(定時制2) 男子

男子	握力 (kg)	上体起こし (回)	長座体前屈 (cm)	反復横とび (点)	20mシャトル (回)	50m走 (秒)	立ち幅とび (cm)	ボール投げ (m)	合計点 (点)
R5	35.00	22.65	39.75	47.28	51.30	7.97	195.33	18.88	36.44
R4	36.25	22.89	37.69	47.63	45.90	8.76	196.24	18.00	29.93
R3	36.88	22.67	39.96	45.91	54.82	8.03	199.40	20.40	33.46
R2									
R1	34.74	24.07	38.85	49.03	48.52	8.35	187.69	18.68	36.31
H30	37.14	22.67	42.53	49.56	59.77	7.84	200.71	20.82	40.26
H29	37.18	24.10	40.89	47.98	59.32	7.96	200.06	20.51	39.97
H28	38.77	23.82	39.60	46.63	54.42	8.12	204.48	21.46	39.27
H27	38.15	23.25	39.48	47.08	51.75	8.34	196.99	19.57	38.05
H26	40.17	24.21	39.83	42.37	55.62	8.15	194.89	22.60	38.11

○16歳(定時制2) 女子

女子	握力 (kg)	上体起こし (回)	長座体前屈 (cm)	反復横とび (点)	20mシャトル (回)	50m走 (秒)	立ち幅とび (cm)	ボール投げ (m)	合計点 (点)
R5	23.21	17.93	41.84	40.85	27.71	10.21	148.31	10.78	37.33
R4	23.81	16.49	39.06	40.04	27.04	10.14	149.94	11.35	32.73
R3	22.82	16.19	42.84	42.91	28.86	9.96	151.84	11.34	34.88
R2									
R1	21.67	17.81	40.45	42.24	25.12	10.13	144.12	10.47	36.15
H30	24.18	18.71	39.31	42.13	30.52	9.78	146.81	11.61	38.12
H29	24.48	17.68	42.41	40.91	29.75	10.15	145.10	11.17	36.90
H28	25.22	19.41	41.24	42.46	33.22	9.46	154.65	13.04	41.22
H27	25.65	17.40	39.12	39.43	28.28	10.69	146.40	11.27	35.44
H26	25.27	18.29	38.07	37.58	29.81	10.45	141.52	10.77	35.23

○17歳(定時制3) 男子

男子	握力 (kg)	上体起こし (回)	長座体前屈 (cm)	反復横とび (点)	20mシャトル (回)	50m走 (秒)	立ち幅とび (cm)	ボール投げ (m)	合計点 (点)
R5	35.43	22.20	37.37	47.49	48.71	8.31	201.37	18.96	35.17
R4	38.66	23.76	40.38	48.48	53.98	8.28	204.60	20.92	34.72
R3	38.30	21.65	38.13	48.92	57.55	8.07	199.41	19.76	35.19
R2									
R1	37.06	23.72	43.36	49.57	53.38	8.25	200.19	20.12	40.28
H30	37.44	23.65	40.13	50.92	55.74	7.95	196.01	20.68	39.96
H29	39.86	24.35	41.70	48.08	58.43	7.85	203.07	20.85	40.78
H28	39.00	23.04	41.69	47.37	53.31	8.30	198.81	21.32	39.39
H27	41.02	23.07	42.42	46.00	57.28	8.26	210.03	21.72	40.25
H26	41.57	23.83	42.91	45.73	53.78	8.36	199.28	21.54	40.85

○17歳(定時制3) 女子

女子	握力 (kg)	上体起こし (回)	長座体前屈 (cm)	反復横とび (点)	20mシャトル (回)	50m走 (秒)	立ち幅とび (cm)	ボール投げ (m)	合計点 (点)
R5	23.98	15.72	38.95	40.40	25.23	10.16	145.36	10.77	33.33
R4	23.37	18.24	42.08	42.04	28.26	10.27	153.70	10.94	34.57
R3	24.07	16.41	39.39	43.04	29.21	10.09	142.42	10.93	33.65
R2									
R1	23.07	19.07	37.51	42.17	27.56	10.40	146.20	11.10	36.37
H30	24.07	18.18	39.78	41.98	25.84	10.17	143.75	11.53	36.93
H29	25.70	19.20	41.48	41.10	34.80	9.83	147.94	12.06	40.65
H28	24.74	17.06	38.36	38.44	27.40	9.84	144.99	11.84	36.24
H27	26.05	17.72	41.35	38.87	28.77	10.54	141.62	11.31	36.29
H26	25.21	16.82	40.12	38.22	24.30	10.81	145.82	11.77	34.79

○18歳(定時制4) 男子

男子	握力 (kg)	上体起こし (回)	長座体前屈 (cm)	反復横とび (点)	20mシャトル (回)	50m走 (秒)	立ち幅とび (cm)	ボール投げ (m)	合計点 (点)
R5	39.57	25.12	40.59	47.52	49.77	8.43	215.33	20.14	40.00
R4	40.74	25.40	39.87	51.10	57.03	8.39	202.24	21.02	35.14
R3	36.93	22.02	38.77	46.14	49.18	8.54	191.86	19.37	32.67
R2									
R1	38.40	25.01	39.57	46.61	47.54	8.09	201.34	20.53	38.31
H30	41.64	23.68	42.52	46.59	53.66	7.96	195.48	21.68	40.05
H29	39.64	22.84	41.00	45.45	51.62	8.14	198.22	20.89	38.99
H28	41.20	24.52	37.80	46.59	61.22	7.92	205.98	23.37	41.35
H27	41.39	23.47	39.12	44.67	45.47	8.71	207.90	20.90	37.27
H26	42.04	23.88	41.39	42.59	45.02	8.39	196.37	22.24	37.40

○18歳(定時制4) 女子

女子	握力 (kg)	上体起こし (回)	長座体前屈 (cm)	反復横とび (点)	20mシャトル (回)	50m走 (秒)	立ち幅とび (cm)	ボール投げ (m)	合計点 (点)
R5	23.04	17.48	40.74	43.87	26.10	10.08	149.35	10.13	36.05
R4	24.23	16.79	40.00	40.43	23.03	10.12	142.26	10.05	31.44
R3	23.59	15.83	39.64	40.84	27.53	10.40	143.48	10.52	27.50
R2									
R1	23.06	13.35	35.29	35.15	16.74	11.57	134.26	10.62	28.66
H30	24.43	17.67	40.65	38.91	26.33	10.23	141.63	12.37	36.45
H29	23.86	17.71	38.79	37.46	26.11	10.13	139.80	10.80	34.88
H28	25.48	20.31	41.89	39.22	29.67	10.26	140.22	13.70	38.95
H27	26.17	16.67	42.90	39.00	23.84	10.52	147.04	12.25	35.49
H26	26.80	16.91	39.22	35.38	22.58	11.25	131.19	10.98	33.00

2 健康実態に関する調査

健康実態調査の各質問項目について、年齢(学年)毎に10年間の調査結果を次の表に示した。
令和5年度と平成26年度(10年前)を比較し特徴的なことを以下に記す。

(1)運動部やスポーツ少年団等への所属状況

運動部活動、スポーツ少年団、スポーツクラブ等への所属について「入っている」と回答した児童生徒の割合は、10年前と比較し、男子の小学1年生、中学1年生で増加した。女子では小学1～5年生、中学全学年、高校2、3年生と定時制1年生で増加した。男子の加入率は、小学3年生から6割程度が加入し、中学1年生で8割を超えた。一方、女子は小学校では5割を超えず、中学校でも6割前後の加入率となっている。

男子	6歳(小1)		7歳(小2)		8歳(小3)		9歳(小4)		10歳(小5)		11歳(小6)		12歳(中1)		13歳(中2)	
	入っている	入っていない	入っている	入っていない	入っている	入っていない	入っている	入っていない	入っている	入っていない	入っている	入っていない	入っている	入っていない	入っている	入っていない
令和5年度	37.2	62.8	51.1	48.9	62.1	37.9	67.1	32.9	63.1	36.9	61.3	38.7	81.1	18.9	82.0	18.0
令和4年度	35.8	64.2	51.4	48.6	61.0	39.0	62.7	37.3	64.4	35.6	60.8	39.2	78.8	21.2	84.7	15.3
令和3年度	38.8	61.2	52.8	47.2	59.0	41.0	63.8	36.2	64.0	36.0	62.5	37.5	80.1	19.9	85.4	14.6
令和2年度																
令和1年度	37.5	62.5	51.3	48.7	61.0	39.0	68.1	31.9	69.9	30.1	67.1	32.9	78.6	21.4	83.2	16.8
平成30年度	37.8	62.1	51.5	48.4	66.2	33.7	68.3	31.1	69.7	30.1	66.3	32.8	77.6	22.2	84.0	15.7
平成29年度	35.3	64.6	55.6	44.3	64.5	35.3	70.0	29.9	68.7	30.6	66.7	33.0	79.9	19.8	84.5	15.4
平成28年度	37.7	62.2	52.8	47.2	64.3	35.6	67.9	31.8	69.9	29.7	66.4	33.4	80.5	19.4	84.4	15.5
平成27年度	36.0	63.6	52.8	47.1	63.0	36.9	68.8	31.1	68.9	30.9	67.4	32.5	79.3	20.5	84.3	15.5
平成26年度	35.6	64.3	52.5	47.4	62.2	37.7	67.4	32.6	68.9	30.9	65.8	33.5	79.7	19.7	83.5	16.1

男子	14歳(中3)		15歳(高1)		16歳(高2)		17歳(高3)		15歳(定時制1)		16歳(定時制2)		17歳(定時制3)		18歳(定時制4)	
	入っている	入っていない	入っている	入っていない	入っている	入っていない	入っている	入っていない	入っている	入っていない	入っている	入っていない	入っている	入っていない	入っている	入っていない
令和5年度	82.9	17.1	69.8	30.2	67.1	32.9	61.5	38.5	14.0	86.0	22.5	77.5	16.7	83.3	0.0	100.0
令和4年度	85.4	14.6	68.3	31.7	67.9	32.1	62.2	37.8	32.7	67.3	28.8	71.2	27.3	72.7	34.6	65.4
令和3年度	84.1	15.9	68.3	31.7	70.2	29.8	63.9	36.1	22.5	77.5	27.3	72.7	27.9	72.1	22.8	77.2
令和2年度																
令和1年度	83.5	16.5	74.0	26.0	71.9	28.1	64.8	35.2	44.7	55.3	29.9	70.1	34.5	65.5	27.5	72.5
平成30年度	83.5	16.2	75.1	24.9	70.8	29.2	65.8	34.2	39.8	60.2	45.4	54.6	32.5	67.5	33.9	66.1
平成29年度	83.7	16.1	74.7	25.3	71.9	28.0	68.1	31.9	51.9	48.1	42.2	57.8	40.4	59.6	34.9	64.0
平成28年度	83.1	16.6	75.7	24.3	72.9	27.1	66.2	33.7	45.3	54.7	39.1	60.9	41.4	58.6	43.3	56.7
平成27年度	84.1	15.8	77.1	22.8	71.4	28.5	67.0	33.0	35.3	64.7	40.0	60.0	53.6	43.8	19.6	80.4
平成26年度	84.4	15.2	75.9	24.0	70.9	28.9	66.6	33.3	38.4	61.6	53.8	46.2	44.0	56.0	22.0	78.0

女子	6歳(小1)		7歳(小2)		8歳(小3)		9歳(小4)		10歳(小5)		11歳(小6)		12歳(中1)		13歳(中2)	
	入っている	入っていない	入っている	入っていない	入っている	入っていない	入っている	入っていない	入っている	入っていない	入っている	入っていない	入っている	入っていない	入っている	入っていない
令和5年度	24.9	75.1	36.8	63.2	46.8	53.2	48.5	51.5	44.3	55.7	38.3	61.7	62.6	37.4	65.1	34.9
令和4年度	24.7	75.3	37.3	62.7	45.0	55.0	45.4	54.6	42.6	57.4	40.2	59.8	62.5	37.5	62.4	37.6
令和3年度	26.0	74.0	34.9	65.1	46.1	53.9	44.7	55.3	44.9	55.1	40.2	59.8	58.9	41.1	62.2	37.8
令和2年度																
令和1年度	26.8	73.2	36.1	63.9	45.3	54.7	45.8	54.2	43.1	56.9	42.6	57.4	59.6	40.4	63.9	36.1
平成30年度	26.5	73.5	36.3	63.6	44.7	55.2	45.8	53.8	45.8	54.0	40.7	58.3	60.2	39.5	61.6	38.2
平成29年度	25.7	74.3	34.4	65.5	43.4	56.5	46.8	53.1	43.6	55.9	41.3	58.6	58.1	41.7	65.9	33.8
平成28年度	23.6	76.4	34.0	66.0	43.3	56.7	43.1	56.8	44.9	54.9	39.8	59.9	60.1	39.8	63.4	36.4
平成27年度	23.7	76.1	33.5	66.5	40.3	59.6	44.4	55.5	43.8	56.0	39.5	60.4	58.7	41.2	61.9	38.0
平成26年度	23.4	76.4	31.3	68.6	40.3	59.6	43.9	56.0	43.1	56.8	39.9	59.5	58.7	41.2	63.3	36.5

女子	14歳(中3)		15歳(高1)		16歳(高2)		17歳(高3)		15歳(定時制1)		16歳(定時制2)		17歳(定時制3)		18歳(定時制4)	
	入っている	入っていない	入っている	入っていない	入っている	入っていない	入っている	入っていない	入っている	入っていない	入っている	入っていない	入っている	入っていない	入っている	入っていない
令和5年度	61.4	38.6	38.2	61.8	37.5	62.5	38.5	61.5	18.2	81.8	24.1	75.9	11.4	88.6	8.7	91.3
令和4年度	61.3	38.7	40.2	59.8	40.7	59.3	36.5	63.5	18.2	81.8	11.3	88.7	2.0	98.0	13.2	86.8
令和3年度	63.0	37.0	41.5	58.5	40.2	59.8	36.2	63.8	14.8	85.2	8.9	91.1	15.7	84.3	18.5	81.5
令和2年度																
令和1年度	61.2	38.8	44.5	55.5	41.4	58.6	32.5	67.5	20.7	79.3	15.0	85.0	18.1	81.9	19.4	80.6
平成30年度	64.1	35.7	42.9	57.1	35.6	64.4	36.5	63.4	25.7	73.0	21.6	78.4	37.7	62.3	14.3	85.7
平成29年度	63.4	36.2	38.0	61.9	39.6	60.3	33.8	66.1	32.3	67.7	31.4	68.6	29.6	68.5	32.7	65.4
平成28年度	59.7	40.0	42.4	57.5	37.2	62.8	36.1	63.9	42.7	57.3	35.1	64.9	26.4	72.4	17.9	82.1
平成27年度	63.3	36.5	40.1	59.8	38.9	61.0	34.5	65.4	20.0	80.0	23.7	76.3	21.1	78.9	24.1	75.9
平成26年度	60.5	39.2	41.2	58.8	36.6	63.3	33.1	66.9	17.9	82.1	25.3	73.6	31.9	68.1	9.8	90.2

(7)家庭料理摂取状況

家庭料理摂取について、夕食は「家族が作ったもの」を食べると回答した児童生徒の割合は、男女ともに定時制高校を除くすべての学年で9割を超えている。10年前と比較すると、「作ってある弁当やパン」を食べる児童生徒の割合が、男子の小学3～6年生、中学全学年、高校1、2年生、女子の小学全学年、中学全学年、定時制3年生において増加した。

男子	6歳(小1)			7歳(小2)			8歳(小3)			9歳(小4)			10歳(小5)			11歳(小6)		
	家族が作ったもの	自分たちで作ったもの	作ってある弁当やパン	家族が作ったもの	自分たちで作ったもの	作ってある弁当やパン	家族が作ったもの	自分たちで作ったもの	作ってある弁当やパン	家族が作ったもの	自分たちで作ったもの	作ってある弁当やパン	家族が作ったもの	自分たちで作ったもの	作ってある弁当やパン	家族が作ったもの	自分たちで作ったもの	作ってある弁当やパン
令和5年度	98.6	0.8	0.6	97.6	0.9	1.5	96.0	1.9	2.1	96.0	2.0	2.0	97.9	0.9	1.2	97.0	1.6	1.4
令和4年度	98.9	0.6	0.5	97.6	1.3	1.2	95.7	2.0	2.3	96.8	1.4	1.8	97.2	1.4	1.4	97.4	1.3	1.4
令和3年度	98.9	0.4	0.7	97.5	1.2	1.3	95.8	1.9	2.3	96.8	1.5	1.7	97.3	1.1	1.6	97.8	1.2	1.0
令和2年度																		
令和1年度	97.2	0.8	2.0	96.6	1.8	1.6	96.4	1.7	1.9	96.8	1.4	1.8	97.6	0.9	1.6	97.6	1.1	1.2
平成30年度	98.5	0.5	0.9	97.3	1.1	1.5	96.6	1.7	1.6	95.9	1.6	1.9	97.0	1.2	1.5	97.1	0.9	1.1
平成29年度	98.8	0.4	0.7	97.6	1.2	1.1	95.8	2.0	2.0	96.9	1.4	1.6	97.0	1.4	0.9	97.2	1.3	1.2
平成28年度	98.9	0.5	0.5	97.2	1.3	1.5	96.7	1.4	1.8	96.4	1.5	1.9	97.1	1.2	1.2	97.7	1.2	0.9
平成27年度	98.0	0.8	0.9	97.3	1.3	1.3	96.1	2.1	1.7	97.0	1.6	1.4	97.3	1.4	1.2	98.0	1.1	0.7
平成26年度	98.7	0.6	0.6	96.8	1.5	1.7	95.9	2.0	1.9	96.9	1.4	1.6	97.6	1.2	0.9	97.0	1.3	1.0

男子	12歳(中1)			13歳(中2)			14歳(中3)			15歳(高1)			16歳(高2)			17歳(高3)		
	家族が作ったもの	自分たちで作ったもの	作ってある弁当やパン	家族が作ったもの	自分たちで作ったもの	作ってある弁当やパン	家族が作ったもの	自分たちで作ったもの	作ってある弁当やパン	家族が作ったもの	自分たちで作ったもの	作ってある弁当やパン	家族が作ったもの	自分たちで作ったもの	作ってある弁当やパン	家族が作ったもの	自分たちで作ったもの	作ってある弁当やパン
令和5年度	92.7	2.4	4.9	94.9	1.8	3.3	94.3	1.9	3.7	96.2	2.0	1.8	96.0	1.9	2.1	95.2	2.9	2.0
令和4年度	97.0	1.2	1.9	96.6	1.2	2.2	96.5	1.7	1.8	96.5	1.4	2.1	96.1	2.4	1.5	94.4	2.9	2.7
令和3年度	96.3	1.0	2.7	95.2	1.7	3.1	95.1	2.1	2.8	96.3	2.4	1.3	96.3	1.8	2.0	95.9	2.2	1.9
令和2年度																		
令和1年度	96.0	1.6	2.4	95.9	2.0	2.1	95.6	1.7	2.6	97.0	1.5	1.5	96.0	1.7	2.3	94.7	2.3	3.0
平成30年度	94.0	2.7	3.0	94.7	2.5	2.6	93.9	2.7	3.1	97.0	1.2	1.7	95.8	1.9	2.3	95.2	2.0	2.8
平成29年度	96.6	1.8	1.4	97.0	1.7	1.2	96.6	1.8	1.4	96.5	1.8	1.7	96.2	1.8	1.9	95.2	2.4	2.4
平成28年度	96.9	1.8	1.2	96.7	1.7	1.4	96.5	2.1	1.3	97.2	1.3	1.5	96.3	1.9	1.8	95.7	1.9	2.3
平成27年度	97.3	1.4	1.2	97.1	1.5	1.3	97.0	1.6	1.3	96.6	1.9	1.4	96.8	1.4	1.8	94.9	2.7	2.5
平成26年度	97.0	1.5	1.0	97.1	1.2	1.3	96.9	1.7	1.0	97.7	1.4	0.8	96.4	1.9	1.6	95.4	1.9	2.7

男子	15歳(定時制1)			16歳(定時制2)			17歳(定時制3)			18歳(定時制4)		
	家族が作ったもの	自分たちで作ったもの	作ってある弁当やパン	家族が作ったもの	自分たちで作ったもの	作ってある弁当やパン	家族が作ったもの	自分たちで作ったもの	作ってある弁当やパン	家族が作ったもの	自分たちで作ったもの	作ってある弁当やパン
令和5年度	94.0	4.0	2.0	92.5	5.0	2.5	85.4	8.3	6.3	66.7	22.2	11.1
令和4年度	96.5	1.8	1.8	87.9	9.1	3.0	81.8	3.0	15.2	71.2	19.2	9.6
令和3年度	87.3	4.2	8.5	79.2	7.8	13.0	69.1	17.6	13.2	80.7	8.8	10.5
令和2年度												
令和1年度	77.1	9.6	13.3	81.7	9.8	8.5	69.9	13.3	16.9	74.3	5.4	20.3
平成30年度	87.1	5.4	7.5	83.5	4.1	12.4	76.9	9.4	13.7	69.4	16.1	14.5
平成29年度	84.8	5.7	9.5	83.6	4.5	11.8	75.0	12.0	13.0	80.0	10.0	10.0
平成28年度	91.4	4.3	4.3	78.2	11.8	10.0	78.4	13.8	7.8	73.3	6.7	20.0
平成27年度	87.4	5.0	7.6	83.2	9.6	7.2	75.9	4.5	17.0	76.5	19.6	3.9
平成26年度	68.8	14.5	16.7	82.1	3.8	14.2	75.0	15.5	9.5	69.5	18.6	11.9

女子	6歳(小1)			7歳(小2)			8歳(小3)			9歳(小4)			10歳(小5)			11歳(小6)		
	家族が作ったもの	自分たちで作ったもの	作ってある弁当やパン	家族が作ったもの	自分たちで作ったもの	作ってある弁当やパン	家族が作ったもの	自分たちで作ったもの	作ってある弁当やパン	家族が作ったもの	自分たちで作ったもの	作ってある弁当やパン	家族が作ったもの	自分たちで作ったもの	作ってある弁当やパン	家族が作ったもの	自分たちで作ったもの	作ってある弁当やパン
令和5年度	98.7	0.4	0.9	97.8	1.2	1.0	97.2	1.3	1.5	97.3	1.4	1.3	97.9	1.2	1.0	97.9	1.2	1.0
令和4年度	99.4	0.2	0.4	98.0	1.2	0.8	97.2	1.6	1.3	98.1	1.1	0.8	97.8	1.3	0.9	98.0	0.9	1.0
令和3年度	99.0	0.8	0.3	97.6	1.3	1.1	97.8	0.8	1.4	97.8	1.1	1.1	97.9	0.9	1.1	97.7	1.2	1.0
令和2年度																		
令和1年度	97.6	1.1	1.3	97.9	1.2	0.9	97.4	1.2	1.4	97.6	1.2	1.1	98.3	0.7	1.0	98.0	1.2	0.9
平成30年度	98.9	0.5	0.6	98.5	0.6	0.8	96.7	1.8	1.3	97.4	1.1	1.0	97.6	1.4	0.8	97.1	1.1	0.8
平成29年度	99.0	0.5	0.5	97.8	0.7	1.4	97.4	1.5	1.1	97.4	1.3	1.2	97.9	1.0	0.6	98.4	1.0	0.5
平成28年度	99.2	0.4	0.4	98.2	0.8	0.9	97.6	1.3	1.1	97.6	1.3	1.0	98.0	1.1	0.6	97.9	1.0	0.7
平成27年度	98.7	0.6	0.5	98.3	0.7	1.0	96.9	1.6	1.3	98.2	1.0	0.7	97.9	1.3	0.6	97.5	1.4	1.0
平成26年度	98.9	0.6	0.4	97.7	1.4	0.9	97.4	1.2	1.2	98.3	0.8	0.8	98.2	0.9	0.7	97.8	1.2	0.4

女子	12歳(中1)			13歳(中2)			14歳(中3)			15歳(高1)			16歳(高2)			17歳(高3)		
	家族が作ったもの	自分たちで作ったもの	作ってある弁当やパン	家族が作ったもの	自分たちで作ったもの	作ってある弁当やパン	家族が作ったもの	自分たちで作ったもの	作ってある弁当やパン	家族が作ったもの	自分たちで作ったもの	作ってある弁当やパン	家族が作ったもの	自分たちで作ったもの	作ってある弁当やパン	家族が作ったもの	自分たちで作ったもの	作ってある弁当やパン
令和5年度	93.4	1.8	4.7	95.0	1.8	3.3	94.2	1.6	4.1	97.8	1.4	0.8	97.0	1.8	1.2	96.3	2.2	1.5
令和4年度	97.5	1.0	1.5	96.6	1.0	2.5	96.0	1.6	2.4	97.6	1.5	0.9	96.9	1.9	1.2	95.2	2.8	2.0
令和3年度	95.1	1.8	3.1	95.2	1.9	2.8	95.4	1.7	2.9	97.0	1.6	1.4	95.6	3.3	1.1	94.8	3.5	1.7
令和2年度																		
令和1年度	95.2	1.7	3.1	96.4	1.8	1.8	94.7	2.2	3.1	96.8	1.8	1.4	96.9	1.7	1.3	95.4	2.2	2.4
平成30年度	94.5	2.9	2.3	94.9	2.5	2.4	94.6	2.8	2.4	97.5	1.4	1.0	96.0	2.1	1.9	95.7	2.2	2.0
平成29年度	97.3	1.5	0.9	96.3	2.0	1.5	96.6	2.1	1.0	97.3	1.6	1.1	96.2	2.1	1.6	94.6	2.9	2.4
平成28年度	97.2	1.7	1.1	97.3	1.9	0.7	96.6	2.1	1.0	97.5	1.6	0.8	96.1	2.3	1.6	95.1	3.1	1.8
平成27年度	98.0	1.5	0.3	97.3	1.8	0.8	96.5	2.1	1.1	97.5	1.4	1.0	95.7	2.4	1.8	95.3	2.2	2.3
平成26年度	97.8	1.3	0.8	97.3	1.8	0.7	96.7	2.1	0.8	96.7	2.1	1.2	95.8	2.3	1.9	94.6	3.1	2.3

女子	15歳(定時制1)			16歳(定時制2)			17歳(定時制3)			18歳(定時制4)		
	家族が作ったもの	自分たちで作ったもの	作ってある弁当やパン	家族が作ったもの	自分たちで作ったもの	作ってある弁当やパン	家族が作ったもの	自分たちで作ったもの	作ってある弁当やパン	家族が作ったもの	自分たちで作ったもの	作ってある弁当やパン
令和5年度	91.2	7.0	1.8	85.2	7.4	7.4	70.5	13.6	15.9	91.3	4.3	4.3
令和4年度	90.9	3.0	6.1	77.4	17.0	5.7	79.6	10.2	10.2	78.9	5.3	15.8
令和3年度	82.0	9.8	8.2	83.9	8.9	7.1	80.0	11.4	8.6	70.4	18.5	11.1
令和2年度												
令和1年度	83.5	7.6	8.9	70.9	16.4	12.7	77.6	7.5	14.9	81.3	12.5	6.3
平成30年度	77.0	17.6	4.1	78.4	8.0	13.6	69.6	14.5	15.9	85.7	5.7	8.6
平成29年度	82.6	6.5	10.9	82.1	10.4	7.5	84.9	3.8	9.4	80.0	10.0	8.0
平成28年度	85.2	11.4	3.4	94.6	5.4	0.0	80.5	10.3	8.0	64.3	14.3	21.4
平成27年度	93.1	2.3	4.6	80.6	8.6	10.8	73.7	14.5	11.8	70.4	16.7	13.0
平成26年度	87.5	6.2	6.2	75.9	13.8	9.2	75.4	10.1	14.5	68.3	14.6	17.1

(10)テレビ等の接触時間

テレビ、スマートフォン等の使用時間が「3時間以上」と回答した児童生徒の割合を10年前と比較すると、男子、女子ともに全学年で増加した。特に、「3時間以上」使用している割合は、男女ともに高校・定時制の生徒で顕著に増加している。

Table showing TV contact time percentages for boys across ages 6-11 (grades 1-6) from 2006 to 2024. Columns include age groups (6歳, 7歳, 8歳, 9歳, 10歳, 11歳) and time intervals (1時間未満, 1~2時間, 2~3時間, 3時間以上). Rows show data for each year from 令和5年度 to 平成26年度.

Table showing TV contact time percentages for boys across ages 12-17 (grades 1-3 high school). Columns include age groups (12歳, 13歳, 14歳, 15歳, 16歳, 17歳) and time intervals. Rows show data for each year from 令和5年度 to 平成26年度.

Table showing TV contact time percentages for boys in specific school types: 15歳(定時制1), 16歳(定時制2), 17歳(定時制3), 18歳(定時制4). Columns include time intervals. Rows show data for each year from 令和5年度 to 平成26年度.

Table showing TV contact time percentages for girls across ages 6-11 (grades 1-6) from 2006 to 2024. Columns include age groups (6歳, 7歳, 8歳, 9歳, 10歳, 11歳) and time intervals. Rows show data for each year from 令和5年度 to 平成26年度.

Table showing TV contact time percentages for girls across ages 12-17 (grades 1-3 high school). Columns include age groups (12歳, 13歳, 14歳, 15歳, 16歳, 17歳) and time intervals. Rows show data for each year from 令和5年度 to 平成26年度.

Table showing TV contact time percentages for girls in specific school types: 15歳(定時制1), 16歳(定時制2), 17歳(定時制3), 18歳(定時制4). Columns include time intervals. Rows show data for each year from 令和5年度 to 平成26年度.

3 健康実態調査項目と体力合計点との関係

(1)健康実態調査回答別の体力合計点

次の表は、健康実態調査の質問項目回答別にみた各年齢段階の体力合計点の平均値を男女別に示したものである。(「1 スポーツクラブ等への所属」について、「入っている」と回答した小学校1年生男子の体力合計点の平均値は31.1点を示し、「入っていない」と回答した児童の体力合計点の平均値は27.9点を示している)

- 「スポーツクラブ等への所属」について、「入っている」と回答した児童生徒の「体力合計点」は、所属していない児童生徒と比べて高い。
- 「朝食摂取状況」について、「毎日食べる」児童生徒の「体力合計点」は、「毎日食べない」児童生徒と比べておおむね高い。
- 「テレビ・スマートフォン等を視聴する」時間が 1 時間未満の児童生徒の「体力合計点」は、「3時間以上」の児童生徒と比べて高い。

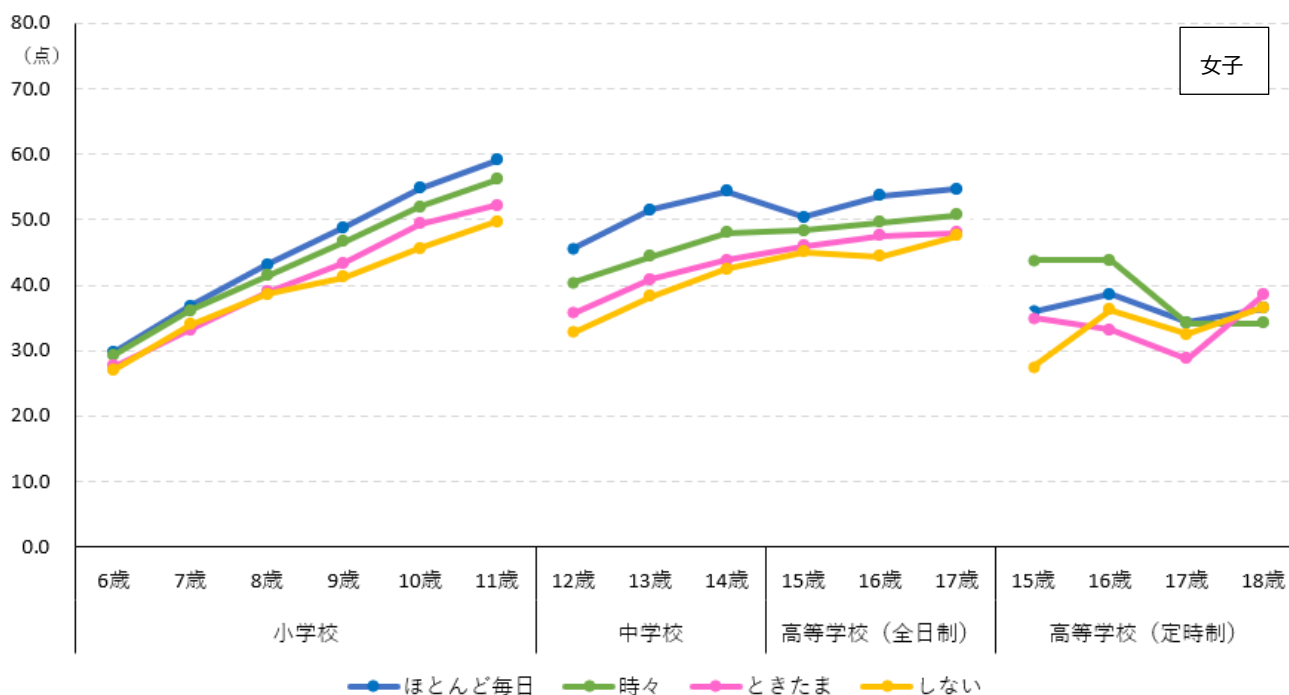
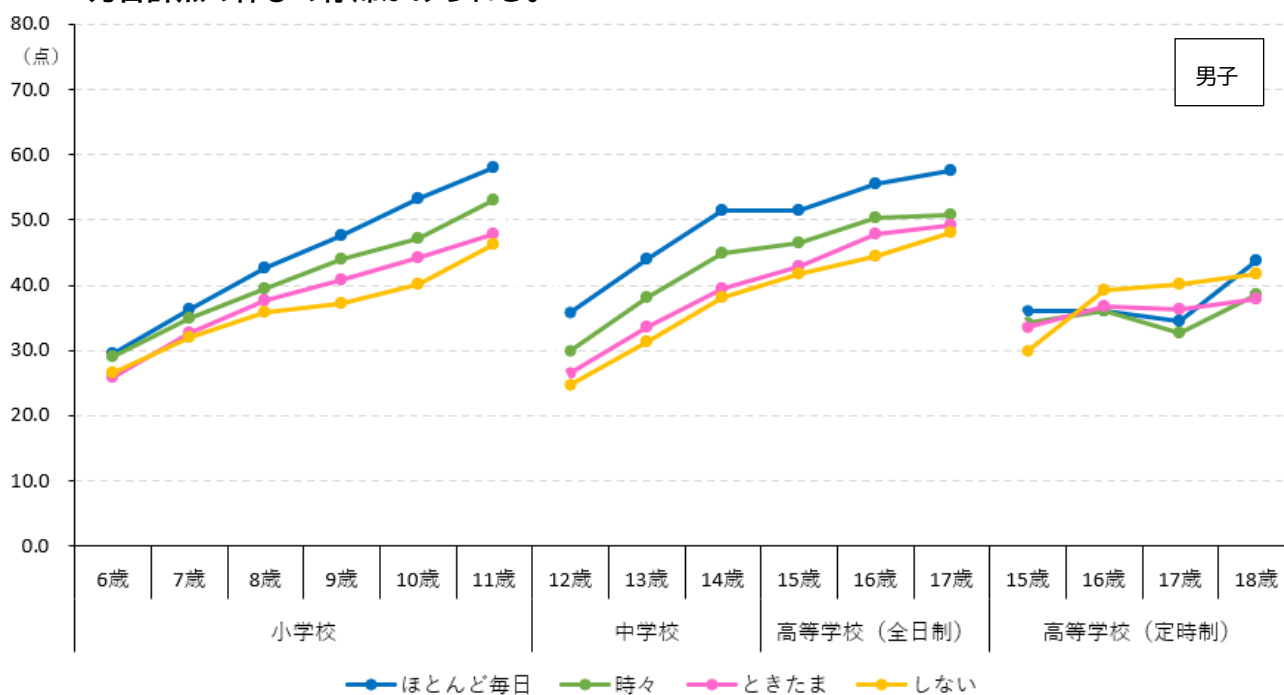
種目 性別	校種 年齢	小学校					中学校			高等学校(全日制)			高等学校(定時制)				
		6歳	7歳	8歳	9歳	10歳	11歳	12歳	13歳	14歳	15歳	16歳	17歳	15歳	16歳	17歳	18歳
1. スポーツクラブ等への所属	入っている	31.1	37.5	43.2	48.4	54	59.4	35.5	43.7	51.2	52.9	57.3	59.6	41.5	39.6	38.4	
	入っていない	27.9	33.5	38.1	42.6	47.5	52.3	28.6	34.5	38.8	44.1	47.3	48.9	33.3	35.5	34.5	40.8
2. 運動の頻度	ほとんど毎日	29.5	36.2	42.5	47.7	53.3	58.1	35.9	44.1	51.6	51.5	55.6	57.6	36.2	36.1	34.6	43.8
	時々	29.1	34.9	39.6	44	47.2	53	30	38.1	44.8	46.5	50.3	50.7	34.2	36	32.8	38.6
	ときたま	26	32.7	37.6	40.9	44.1	47.9	26.5	33.6	39.6	42.8	47.8	49.1	33.5	36.7	36.3	37.8
	しない	26.6	31.9	35.7	37.1	40	46.3	24.8	31.2	38.1	41.6	44.5	48.1	29.9	39.3	40.2	41.8
3. 運動時間	2時間以上	31.9	38.9	45.2	50.2	56.2	61.2	29.2	34.9	43.6	54.1	58.4	61	37.7	36.7	42	
	1～2時間	29.7	36.1	41.4	46.5	51.9	56.8	30.7	39.1	45	49.5	52.8	53.6	36.8	35.4	37.5	46.8
	30分～1時間	27.7	33.2	38.9	43.3	47	52.6	34.5	42.3	49.4	44.9	48.3	49.4	33.1	33.8	31.6	39.4
	30分未満	26.2	31	36.6	39.7	44.6	49.4	37.6	46.1	53.9	47.2	49.8	52.2	32.4	41	35.4	39.7
4. 朝食摂取	毎日食べる	29.2	35.7	41.5	46.7	51.8	57	34.6	42.6	49.8	50.7	54.4	56.2	33.4	36	33.1	34.8
	時々食べない	27.8	35.1	40.3	45.6	50.6	55.3	32.4	39.7	47.3	47.9	53	53.4	36.2	38.2	37.4	40
	毎日食べない	27.9	34.9	39.7	44	47.9	53.3	31.4	38.9	44.7	49.7	51.7	52.3	33.2	33.8	35.8	44.4
5. スナック菓子等の摂取	とらない	28.7	35.6	42.1	46.6	52	55.2	35	42.4	51.7	51.9	55.7	57.2	36	39	35.7	37
	ときどきとる	29.1	35.7	41.8	46.9	52	57	34.2	42.3	49	50	53.8	55.4	34	33.7	35.1	40
	ほとんど毎日とる	29.2	35.5	39.5	45	49.9	56.4	34.6	41.8	49.3	50.5	54.2	55.1	33.3	40.6	35.3	43.6
6. 家族との夕食	いつも家族	29.2	35.5	41.3	46.6	51.6	56.5	34.2	42	48.9	49.5	53.6	55.1	32.1	34.5	31.4	38.9
	ときどき子どもだけ	28.1	36.4	42.1	46.3	52	58	34.6	43.3	50	52	54.9	56	37.1	40	36.9	41.4
	ほとんど子どもだけ	29.5	34.9	40.6	44.7	50.7	56.2	34.3	41.7	50.4	52.6	55.3	57.5	32.5	34.3	41.7	42.3
7. 家庭料理	家族がつくったもの	29.1	35.6	41.5	46.6	51.7	56.9	34.3	42.2	49.2	50.2	54.1	55.7	33.9	36.2	34.8	41.5
	自分たちでつくったもの	27.6	36.1	41.9	47.9	51.3	56	33.7	41.2	45.2	49.1	54	52.3	37	40	38.3	37
	作ってある弁当やパン	30	34.3	37.6	42.5	44.3	49.7	35	39.8	47.1	51.4	52.7	52.3	NULL	39	35.7	44.5
8. 睡眠時間	8(7)時間以上	29.4	35.8	42	47.1	52.4	57.3	32.9	40	47.8	50.3	55.9	55.6	34.7	39	36.8	46.5
	6(5)～8(7)時間	27.9	35.2	40.5	45.8	50.9	56.5	33.6	42.1	49.2	50.3	54.2	56	34.7	36.9	33.6	39.1
	6(5)時間未満	27.8	34.6	39.6	44.8	49.2	52.8	34.9	42.1	48.4	49.9	53.1	54	29	31.3	39	46.7
9. 家庭学習時間	2時間以上	29	36.2	42.1	47.1	52.3	56.5	34.7	42.1	48.7	50	52.8	55.2		31.5		37
	1～2時間	29.1	35.8	41.5	46.6	52.2	57	35	41.8	48.4	50	53.6	55.4	32.4	32.8	34	45
	30分～1時間くらい	29.1	35.3	40.9	45.5	51.6	56.9	33.7	42.7	50.1	50.1	54.6	55.5	33.3	30.5	28	31
	30分未満	29	34.4	39.1	45.4	50.8	56.3	33.1	42.2	50.2	51	54.4	55.7	34.6	38.1	37.2	42.3
10. テレビ視聴時間	1時間未満	30	36.7	43.4	47.8	53.7	57.4	36.8	44.1	51.8	53.4	57.3	58.4	33	43.3	35	44
	1～2時間	29.1	35.9	41.3	47.1	52.4	57.6	34.5	43.4	49.8	51.4	56.2	56.6	NULL	37.7	38.8	31
	2～3時間	28.9	35.3	40.7	46.1	51.5	57	34.3	42.2	49.6	50	53.9	55.9	36.7	36	32.1	43.3
	3時間以上	28.6	34.7	40.4	45.1	49.7	55.3	32.3	39.8	47.3	48	51.1	52.8	33.6	35.4	35.7	41.7

項目 性	校種 年齢	小学校						中学校			高等学校(全日制)			高等学校(定時制)			
		6歳	7歳	8歳	9歳	10歳	11歳	12歳	13歳	14歳	15歳	16歳	17歳	15歳	16歳	17歳	18歳
1. スポーツクラブ 等への所属	入っている	31.1	38.5	44.5	50.4	57	62.2	46.1	51.9	55.3	54.7	58	59.7	42	43.8	43.4	43
	入っていない	28.9	34.9	40.4	45.3	51.2	55.4	38.1	41.6	43.8	46	47.6	48	34.8	34.8	31.7	35.3
2. 運動の頻度	ほとんど毎日	29.7	36.7	43.2	48.8	54.8	59.1	45.6	51.5	54.4	50.4	53.6	54.7	36	38.6	34.3	36.5
	時々	29.4	36.1	41.5	46.7	51.9	56.1	40.4	44.4	48	48.3	49.6	50.7	43.8	43.8	34.2	34.2
	ときたま	27.7	33.1	38.9	43.3	49.4	52.2	35.8	40.8	43.8	46	47.6	48	35	33.2	28.8	38.5
	しない	27.1	34	38.6	41.2	45.6	49.7	32.9	38.3	42.5	45.1	44.4	47.6	27.5	36.2	32.5	36.6
3. 運動時間	2時間以上	31.6	38.8	45.1	51.9	58.1	63.4	37	42.1	45.3	55.7	59.3	61.4	45.6	42	40	35
	1～2時間	30.6	36.9	43.7	48.4	55.1	59.6	40.3	44.6	48	50.2	52.3	52.2	41.4	39.2	33	37.7
	30分～1時間	28.5	35	41	46.2	51.6	55.7	44.6	50.4	53.6	47	47.8	49.2	34.6	37.2	35.7	35
	30分未満	26.5	34.1	39.1	43.2	49.1	53.7	49.4	54.8	57.5	46	47.6	48.4	29.9	33.1	31.3	35.5
4. 朝食摂取	毎日食べる	29.5	36.4	42.4	48	54.1	58.3	43.6	49	51.5	49.9	52	52.9	40.3	36.7	30.6	35.5
	時々食べない	28.6	34.7	41.2	46.1	51.7	56.8	41.1	45.7	49.5	47.3	50.5	51.9	33.5	36.4	35.3	38.5
	毎日食べない	27.7	36.2	39.3	44.4	50.7	53.7	41.3	44.8	47	46.3	48	48.9	31.8	39.5	32.7	34.8
5. スナック菓子 等の摂取	とらない	28	36.6	41.9	47.6	52.8	57.2	43.6	47.6	50.8	50.4	51.6	53.3	48.5	41	34.5	35.3
	ときどきとる	29.5	36.4	42.5	47.9	53.9	58.1	43.3	48.5	51	49.2	51.3	52.4	35.5	37.2	33.5	36.1
	ほとんど毎日とる	29.6	35.7	41.8	47.3	54	58.3	42.7	48.7	52	50	52.6	52.9	46.3	36.8	31.5	36.7
6. 家族との夕食	いつも家族	29.5	36.2	42.1	47.8	53.9	58	42.9	48.4	51.1	49.2	51.3	52.4	34.8	36.6	30.9	35.5
	ときどき子どもだけ	29.2	36.7	43.2	48.4	53.7	58.3	43.2	48.9	51.5	50	52.4	53.5	40	37.5	37.6	37.8
	ほとんど子どもだけ	29.6	35	42.8	45	52.6	57.8	46.5	48.7	50.7	49.6	52.1	51.5	37.7	40	33.7	
7. 家庭料理	家族がつくったもの	29.5	36.3	42.3	47.9	53.9	58.1	42.8	48.4	51.2	49.4	51.6	52.6	36.5	37.4	32.9	36.1
	自分からつくったもの	27.4	37.7	42.1	47.2	51.3	56.5	45	45.4	49.2	48.9	50.5	51.7	55	37	36	NULL
	作ってある弁当やパン	27.4	34.9	39.3	42.3	48.9	56.9	44.9	49	50.5	51.6	47	45.8	32	36.7	32.7	35
8. 睡眠時間	8(7)時間以上	29.6	36.6	42.8	48.3	54.1	58.4	39.4	47.1	49.9	49.1	50.3	51.7	39.9	34.9	39	32.5
	6(5)～8(7)時間	28.8	35.8	41.8	47.3	53.6	57.9	42.8	48.2	51.1	49.2	51.5	52.4	37.3	37.3	31.3	36
	6(5)時間未満	28.9	33.6	38.3	43.1	50.8	56.1	43.7	49.6	50.5	49.8	51.9	52.8	33	39.3	34.9	37.3
9. 家庭学習 時間	2時間以上	30.2	35.9	42.8	48.3	53.6	58.4	44	48.8	50.7	50.6	51.9	53.8	39	NULL	29	30
	1～2時間	29.4	36.5	42.7	48	54.4	58.8	43.4	48.1	50.8	49.3	51.3	53.1	34.7	42.3	39	47
	30分～1時間くらい	29.2	36	41.1	46.5	53.8	57.7	42.7	48.8	51.5	49.3	51.5	52.1	35.1	39	29.9	36
	30分未満	30.4	36.2	39.8	45.8	52.8	57.2	40.7	48.5	52.5	48.6	51.7	51	38.3	36.2	34.3	35.7
10. テレビ視聴 時間	1時間未満	29.3	37.3	43	48.6	54.6	58.5	46.2	50.3	53.8	51.7	52.3	53.7	25.5	35	29.5	41.5
	1～2時間	29.5	36.5	42.4	48	54.4	59	42.9	49.1	51.6	50.4	53	54.4	40.3	46	40.3	44.5
	2～3時間	29.5	35.8	42	47.6	53.3	57.7	42.6	48.7	51.2	48.2	51.4	52.3	38.8	39	30.1	38
	3時間以上	28.2	34.4	41.1	46.3	52.3	57	42	46.2	48.8	47.8	50	49.7	35.8	36.7	34.1	34.2

(2) 運動実施頻度と体力合計点の関係

ここでの運動実施頻度とは、学校の体育（保健体育）授業以外に、運動やスポーツをどのくらい実施しているのかであり、それを「ほとんど毎日(週3日以上)」、「時々(週1～2日くらい)」、「ときたま(月に1～3日くらい)」、「しない」の4段階で示している。下記の図は、各年齢段階別にみた運動実施頻度と体力合計点の関係を示したものである。

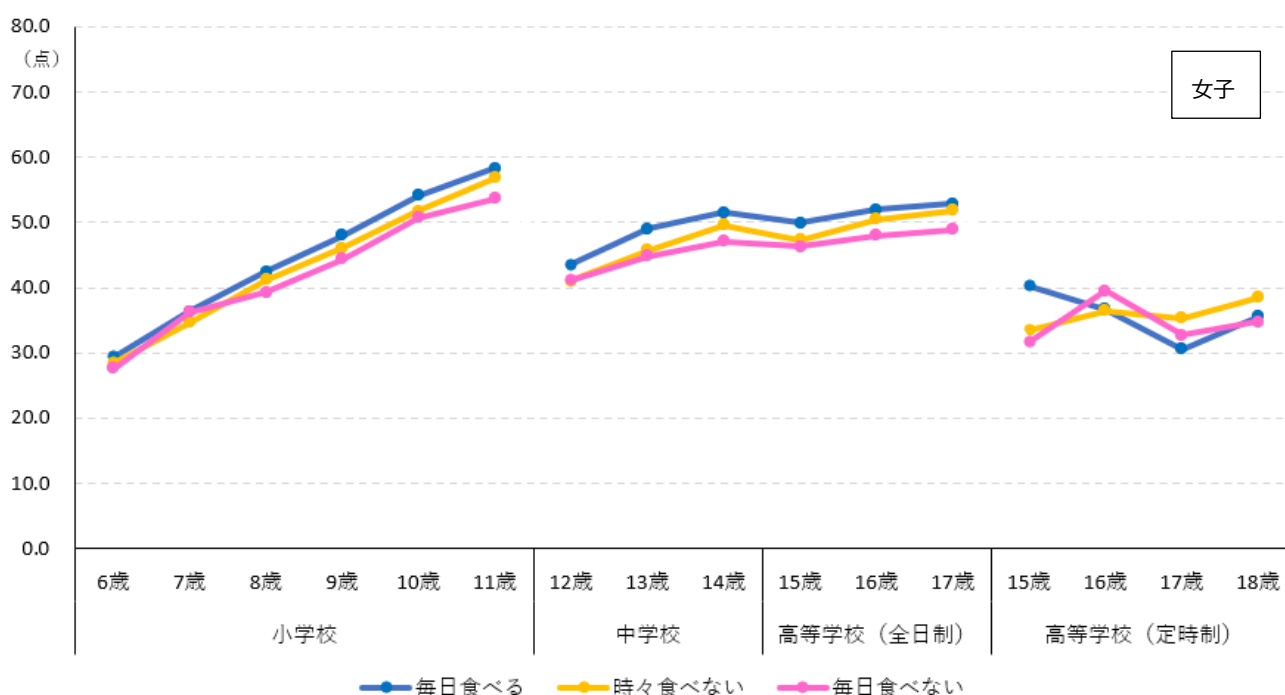
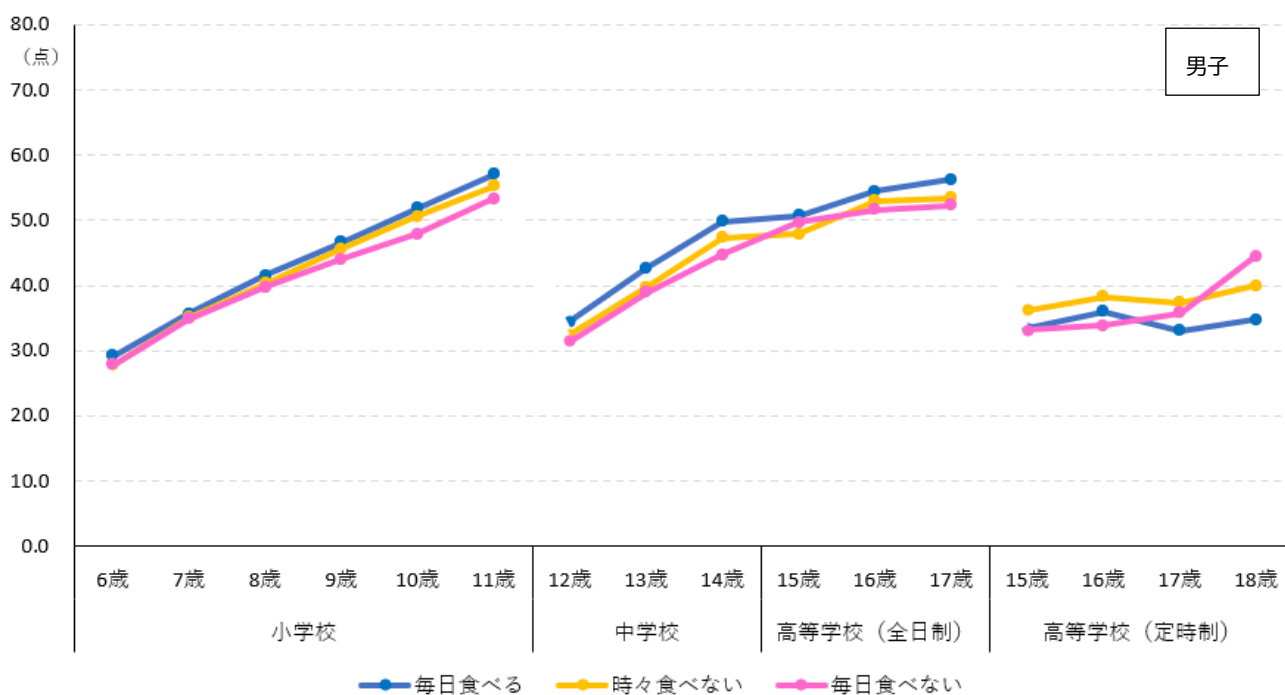
- 男女ともにすべての年齢(定時制高校を除く)において、「ほとんど毎日」、「時々」運動を実施している児童生徒は、運動の実施頻度に比例して、体力合計点が高い。
- 男女ともに中学3年生から高校1、2年生にかけて、「ほとんど毎日」運動をしている生徒の体力合計点の伸びの停滞がみられる。



(3)朝食摂取と体力合計点の関係

下記の図は、各年齢段階別にみた朝食摂取状況と体力合計点の関係を示したものである。「毎日食べる」、「時々食べない」、「毎日食べない」、の3段階で示している。

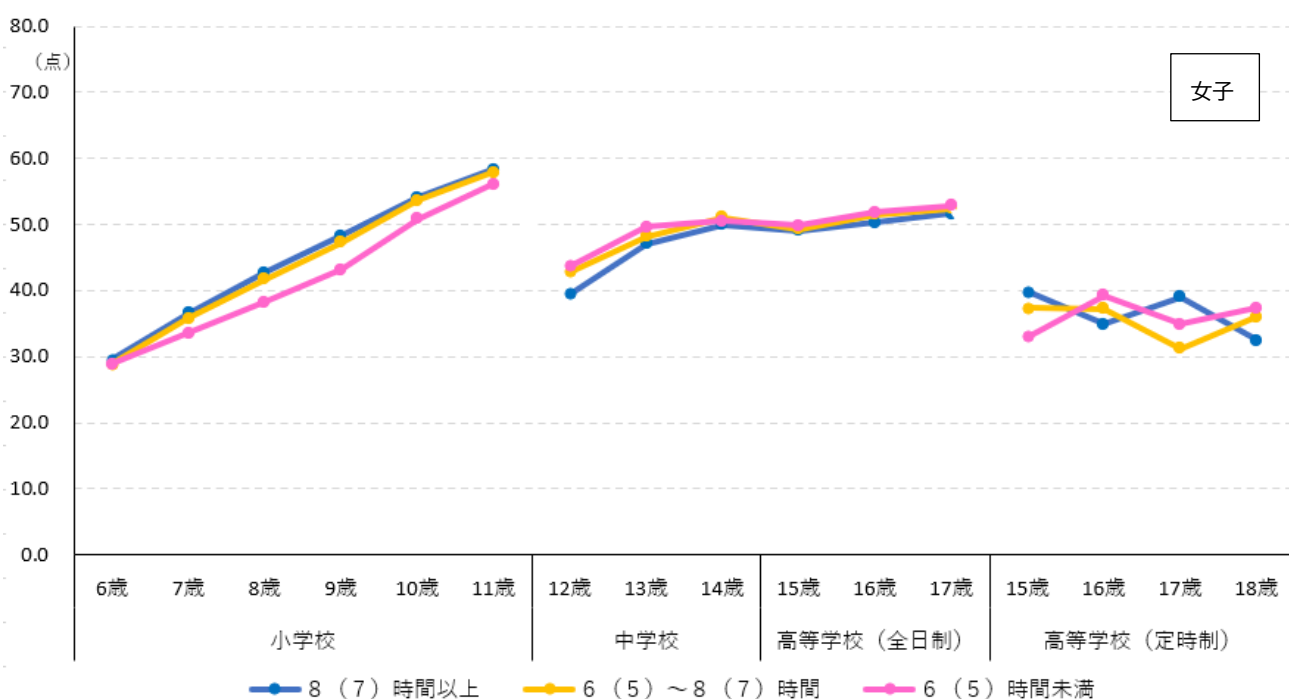
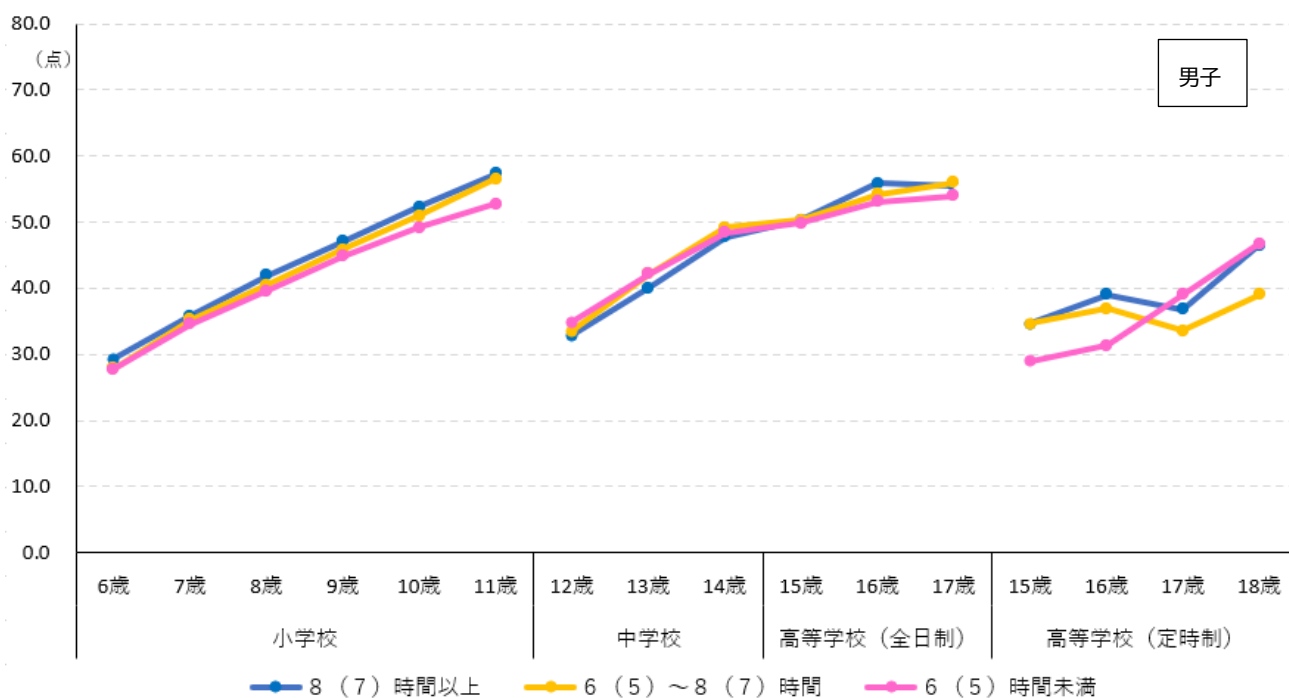
- 男子では朝食を「毎日食べる」児童生徒は、「毎日食べない」児童生徒に比べ体力合計点がおおむね高い。
- 男子の小学5、6年生、中学1～3年生、高校3年生と女子の小学3～6年生、中学1～3年生、高校1～3年生では、「毎日食べる」、「時々食べない」生徒と、「毎日食べない」生徒との合計点に差がみられる。



(4)睡眠時間と体力合計点の関係

下記の図は、各年齢段階別にみた1日の睡眠時間と体力合計点の関係を示したものである。1日の睡眠時間の状況を、「8時間以上」、「6～8時間」、「6時間未満」の3段階で示している。

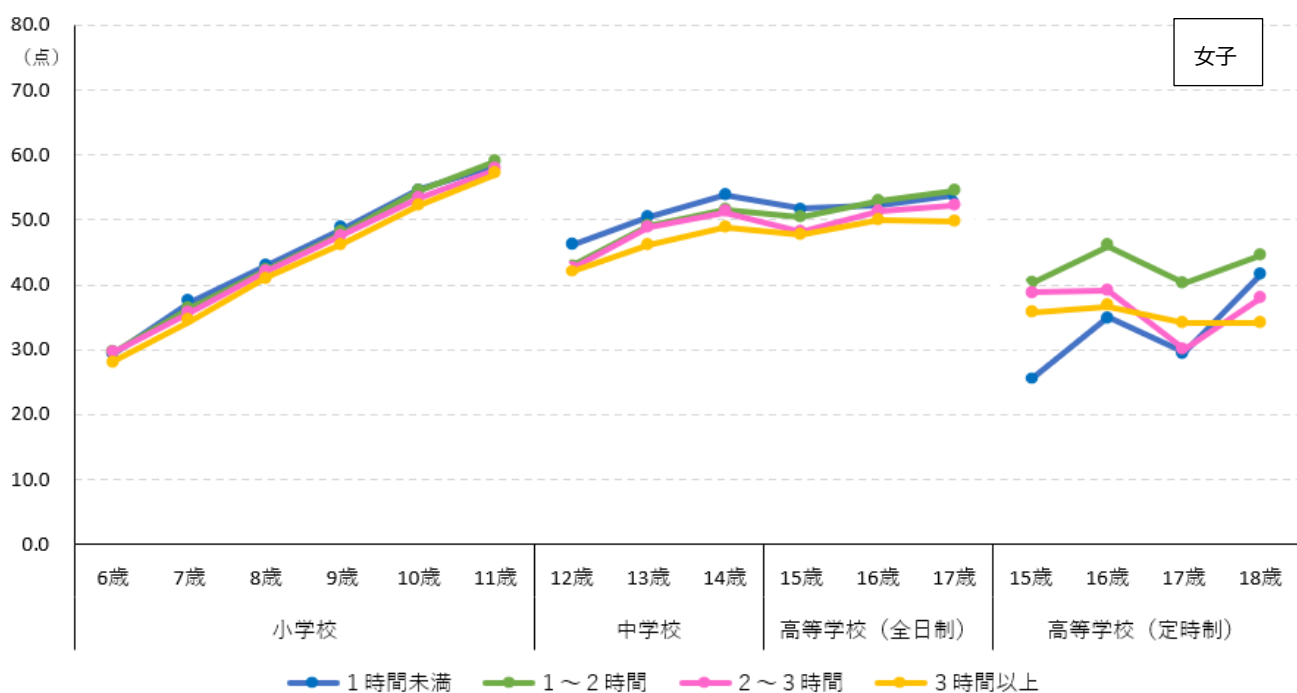
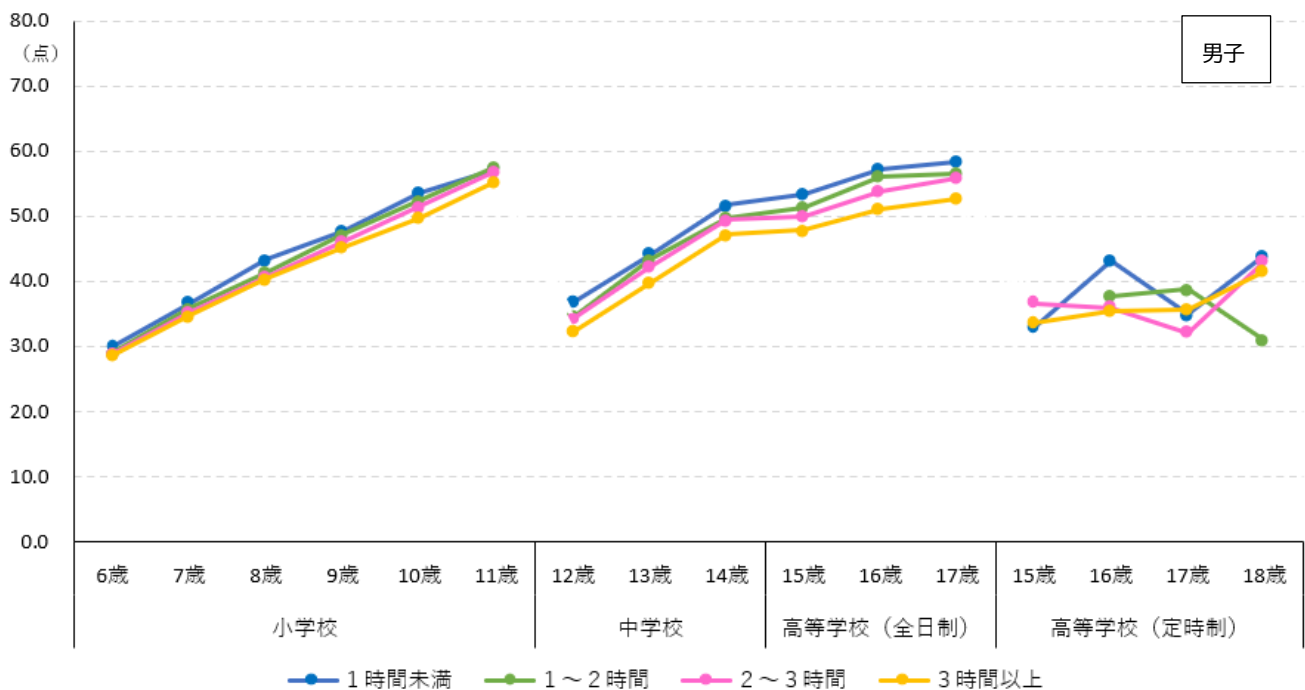
- 小学校においては、男女ともに睡眠時間が「8時間以上」または「6～8時間」の児童生徒の合計点の方が、「6時間未満」の児童生徒の合計点よりも高い傾向にある。
- 男女ともに中学生においては、睡眠時間が「8時間以上」よりも「6時間未満」の生徒の方が、体力合計点が高い傾向にあり、高校生の女子でも、睡眠時間が「8時間以上」よりも「6時間未満」の生徒の方が、体力合計点が高い傾向にある。



(5) テレビ・スマートフォン等の視聴時間と体力合計点の関係

下記の図は、各年齢段階別にみた1日のテレビ・スマートフォン等の視聴時間と体力合計点の関係を示したものである。1日のテレビ・スマートフォン等の視聴時間の状況を、「1時間未満」、「1～2時間」、「2～3時間」、「3時間以上」の4段階で示している。

- 男女ともに、定時制を除くすべての学年において、1日のテレビ・スマートフォン等の視聴時間が「3時間以上」の児童生徒は、体力合計点が低い傾向にある。
- 1日のテレビ・スマートフォン等の視聴時間が「1時間未満」、「1～2時間」の児童生徒の合計点の方が、「2～3時間」、「3時間以上」の児童生徒の合計点よりもおおむね高い傾向にある。



Ⅲ. 考察

○ 過去10年間において、令和5年度の体力合計点は、令和4年度に引き続き、男女ともに最も高い値となった学年がなかった。逆に、女子の高校1年生と定時制3年生で、本年度の体力合計点は過去10年間のうち最も低い値となった。令和4年度の体力合計点との比較では、男子は全ての学年で、女子は高校1年生と定時制3年生を除く全ての学年において、回復傾向が見られた。学年ごとに数値の差は見られるものの、体力合計点が回復傾向を示した学年が増えた要因としては、コロナ感染症の5類引き下げにより、休み時間や体育活動などの運動機会が確保されてきたことが考えられる。

今後は、体育的活動や日常の運動機会の確保が期待できるようになったため、各学校において、その要因や背景の分析を行い、その課題に応じた運動や体を動かすことを保障するための取組を、体育・保健体育といった授業時や休み時間等を実施したり、次年度の「健康・体力つくり一校一実践運動」の計画に反映させたりしていくことが、体力向上に向けた各学校の取組として必要となる。

○ 各測定種目別の傾向をみると、上体起こしは、令和元年度で向上傾向を示していたが、令和5年度は、昨年度と同様に低下傾向を示している。また、平成30年度まで向上傾向であった20m シャトルランは、令和5年度において最高値を示した学年はなく、記録の伸びがみられなかった。上体起こしについても令和5年度において最高値を示した学年はなく、記録の伸びがみられなかった。ボール投げの小学校記録は、6年生の男女において、過去10年間のうち最低値となったが、1年生から5年生までの推移としては、やや改善の傾向を示す学年が多く見られた。中学高校においては、中学1年男女が過去10年間の最高値を示し、他の学年においてもばらつきが見られるものの改善傾向または横ばいの傾向が多く見られた。上肢を使った運動や投げる動きを伴った運動の不足が原因と考えられる。

○ 健康実態に関する調査の運動やスポーツの実施頻度について、「ほとんど毎日」運動すると回答した児童生徒の割合は、男子は、小学4,6年生等9つの学年、女子は、中学2,3年生等5つの学年で令和4年度以上となった。10年前と比較すると、男子の中学3年生を除くすべての学年において「ほとんど毎日」運動する割合が増加しており、児童生徒の運動習慣が定着しつつあるといえる。現在までに運動頻度が高く、運動習慣が定着している児童生徒は、体力合計点が高いことが明らかとなっており、児童生徒の運動の習慣化に加え、どのような運動に親ませるかという視点を含めて体力向上の取組を検討する必要があると考えられる。

- 朝食摂取の状況について、「毎日食べる」児童生徒の割合が、男子は小学3年生から、女子は小学5年生から9割を下回った。男女ともに、10年前と比較すると、小中学校のほとんどの学年において「毎日食べる」割合の減少と低年齢化が進んでいることが伺える。朝食を「毎日食べる」児童の体力合計点は「食べない」児童の体力合計点が多く、学年が上がるにしたがい朝食摂取習慣のある児童生徒の体力合計点が高い傾向がはっきりしてくる。生活習慣と体力には深い関係があり、体力向上のためには、生活習慣の見直しも必要である。「健康・体力づくり一校一実践運動」では、運動により直接的に体力を向上させる取組とともに、生活習慣改善に着目した取組の推進も期待される。

- TV、スマートフォンの使用時間について、「3時間以上」と回答した児童生徒の割合を10年前と比較すると、男女ともに小学1年生でも使用時間が増加しており、低学年においてTV、スマートフォンの使用時間が増加している。また、TV、スマートフォンの使用時間は、高校男女、定時制男女ともにすべての学年で顕著に増加している。特に、定時制のすべての学年において、男女ともに5割を超える生徒が「3時間以上」使用しているといえる。男女ともに定時制1,3年生を除くすべての学年において、「使用時間1時間未満」の児童生徒の体力合計点は、「3時間以上使用」の児童生徒の体力合計点を上回っており、学年が上がるにしたがって、その差が開く傾向がある。今後、児童生徒の健康的な生活習慣を定着させていく上で、TV、スマートフォンの使用時間についても注視していかなければならない。

IV. 今後の取り組み

- 県教育委員会では、令和元年度(コロナ以前)の水準に戻すことを目指しつつ、過去10年間で最も高かった平成30年度前後の平均値と同水準に近づけることを今後の目標とする。
各校種における具体的な取組として、
 - ・小学校では、
自ら進んで体を動かす時間を確保し、運動の楽しさを実感できるよう、特に休み時間における運動遊びを推奨する。具体的には、短なわや馬跳びなど他校と記録を競い合う「目指せ!やまなしチャンピオン!」事業や主に投能力を高める「もっと楽しい体育授業で体力アップ!」事業の積極的な活用を促す。
 - ・中学校、高等学校(定時制含む)では、
生徒が主体的に運動に取り組む意欲が醸成できるよう、達成感などを十分に味わわせる授業の工夫・改善に努め、生徒の体力向上を図る。
 - ・小・中学校および高等学校(定時制含む)では、
各学校の体力の課題に取り組む「健康・体力づくり一校一実践運動」の着実な実践を促す。

Ⅲ. 基礎データ

1 実技に関する調査の結果
別冊

2 健康実態に関する調査の結果
別冊