

令和5年度全国体力・運動能力、運動習慣等調査 -相模原市の結果概要-

1 調査の目的

国が全国的な子供の体力・運動能力や運動習慣・生活習慣等を把握・分析することにより、子供の体力・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、その改善を図ることを目的とする。

加えて、教育委員会や学校においても、本調査結果を活用し、子供の体力や運動習慣等の状況を把握するとともに、課題に対応した施策の実施や体育・保健体育の授業等の充実・改善に役立てることを目的とする。

2 対象学年

小学校、義務教育学校前期課程及び特別支援学校小学部の5年生

中学校、義務教育学校後期課程、中等教育学校前期課程及び特別支援学校中学部の2年生

3 実技に関する調査結果 (上段は全国平均値、中段は市平均値、下段は全国との差)

		握力 (kg)	上体起こし (回)	長座体前屈 (cm)	反復横とび (点)	持久走 (秒)	20m ャトルマ (回)	50m走 (秒)	立ち幅とび (cm)	ボール投げ (m)	体力合計点 (点)
小学校	男子	全国	16.13	19.00	33.99	40.61	46.91	9.48	151.16	20.51	52.60
		市	16.21	18.93	34.67	37.97	43.10	9.60	146.93	19.67	51.08
		差	0.08	△ 0.07	0.68	△ 2.64	△ 3.81	△ 0.12	△ 4.23	△ 0.84	△ 1.52
	女子	全国	16.02	18.05	38.47	38.74	36.81	9.71	144.34	13.22	54.29
		市	15.92	17.99	38.54	35.63	31.46	9.85	138.20	12.02	51.74
		差	△ 0.10	△ 0.06	0.07	△ 3.11	△ 5.35	△ 0.14	△ 6.14	△ 1.20	△ 2.55

		握力 (kg)	上体起こし (回)	長座体前屈 (cm)	反復横とび (点)	持久走 (秒)	20m ャトルマ (回)	50m走 (秒)	立ち幅とび (cm)	ボール投げ (m)	体力合計点 (点)	
中学校	男子	全国	28.98	25.71	44.04	51.19	409.02	77.76	8.01	196.97	20.32	41.18
		市	28.14	24.99	42.76	47.83	418.81	72.86	8.10	191.11	20.99	38.82
		差	△ 0.84	△ 0.72	△ 1.28	△ 3.36	△ 9.79	△ 4.90	△ 0.09	△ 5.86	0.67	△ 2.36
	女子	全国	23.12	21.53	46.26	45.65	307.02	50.46	8.95	166.21	12.36	47.08
		市	22.52	20.55	44.59	41.86	313.29	45.30	9.07	160.08	12.33	43.62
		差	△ 0.60	△ 0.98	△ 1.67	△ 3.79	△ 6.27	△ 5.16	△ 0.12	△ 6.13	△ 0.03	△ 3.46

※ セルが濃く塗られ、白字となっている項目は、全国の平均値を上回ったもの
 ※ 「ボール投げ」については、小学校：ソフトボール、中学校：ハンドボール

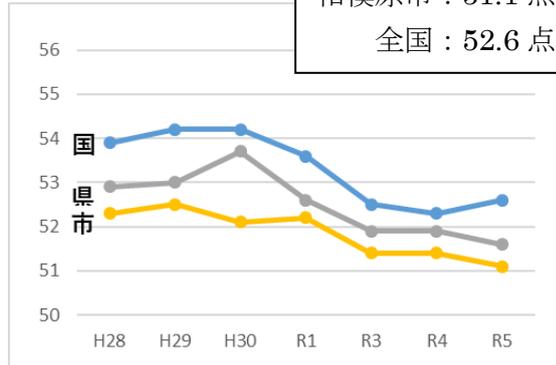
4 体力合計点の平均の推移（平成28年度～令和5年度）

※詳細は【資料1】を参照

※ 内は令和5年度の数値

〔小学5年生 男子〕

相模原市：51.1点
全国：52.6点



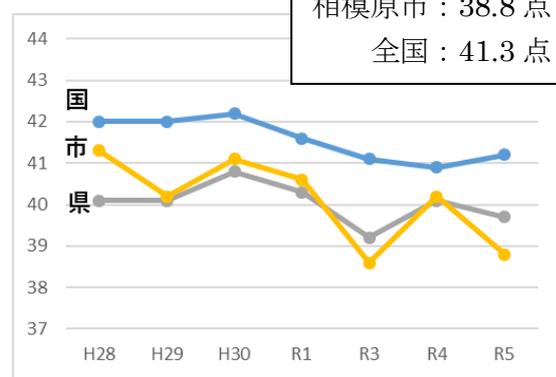
〔小学5年生 女子〕

相模原市：51.7点
全国：54.3点



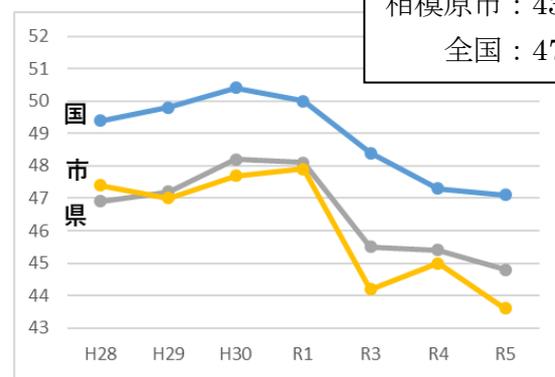
〔中学2年生 男子〕

相模原市：38.8点
全国：41.3点



〔中学2年生 女子〕

相模原市：43.6点
全国：47.2点



5 質問紙調査の結果 ※詳細は【資料1】を参照

平日（月～金曜日）について聞きます。学習以外で、1日にどのくらいの時間、テレビやDVD、ゲーム機、スマートフォン、パソコンなどの画面を見ていますか。

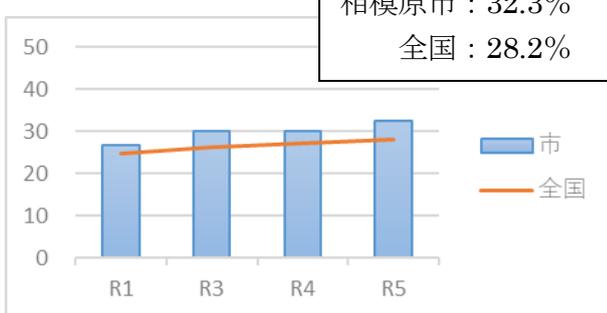
学習以外のスクリーンタイムが「4時間以上」と回答した児童生徒の割合

※「スクリーンタイム」…テレビやスマートフォン、ゲーム機等の画面を見ている時間

※ 内は令和5年度の数値

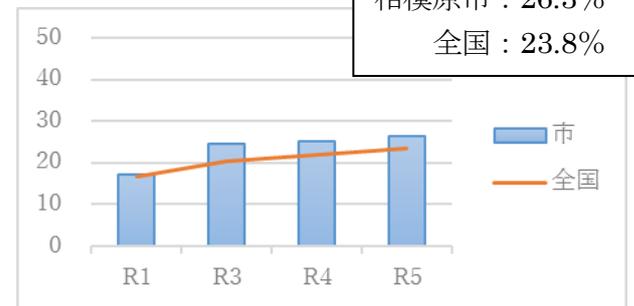
〔小学5年生 男子〕

相模原市：32.3%
全国：28.2%



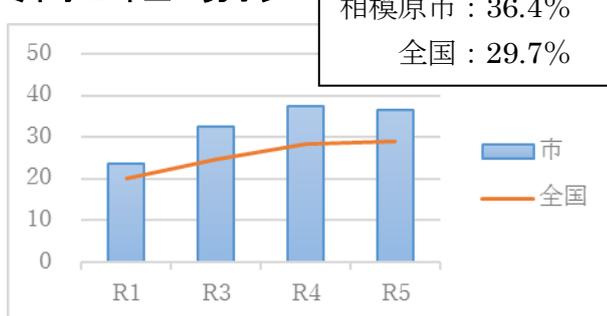
〔小学5年生 女子〕

相模原市：26.3%
全国：23.8%



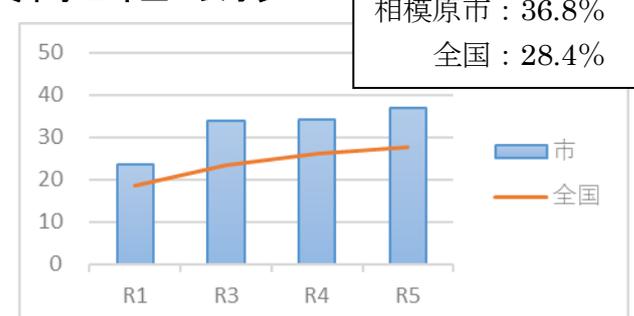
〔中学2年生 男子〕

相模原市：36.4%
全国：29.7%



〔中学2年生 女子〕

相模原市：36.8%
全国：28.4%



6 調査結果からわかること

- 小学校及び中学校の男女ともに全国を下回る種目が多く見られました。特に、「反復横とび」、「立ち幅とび」、「持久走」、「20mシャトルラン」の種目において、全国との差が大きく、敏捷性や瞬発力、全身持久力に課題があることがわかります。
- 小学校男子の「握力」、「長座体前屈」、小学校女子の「長座体前屈」、中学校男子の「ボール投げ」において、全国の平均値を上回りました。
- 令和3年度以降、体力合計得点（1種目10点×8種目＝80点満点）は低下の傾向が見られます。中学校においては、令和4年度に上昇したものの、令和5年度には再び低下する結果となりました。
- 令和5年度、スクリーンタイム（テレビやスマートフォン、ゲーム機等の画面を見ている時間）については、小学校及び中学校の男女のすべてにおいて、全国の割合よりも高い結果となりました。特に、中学校について、全国の割合との差が大きくなっています。

7 今後に向けて

児童生徒が体を動かす楽しみや喜びを体感しながら体力の向上を図っていけるよう、授業づくりに関する研修を実施するとともに、ホームタウンチームと連携した授業の実施を推進します。また、朝食をとることや、スクリーンタイム（テレビやスマートフォン、ゲーム機等の画面を見ている時間）、睡眠時間などの調査結果を児童生徒にフィードバックし、生活改善講座等において、望ましい生活習慣について自ら見直す機会を設け、健康の保持促進を図ります。