

令和7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 シャトルラン (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	15.97	19.45	33.88	40.90		47.95	9.46	150.96	21.06	53.03
		市	15.94	19.18	33.93	38.19		44.46	9.48	147.34	20.17	51.32
		差	-0.03	-0.27	+0.05	-2.71		-3.49	+0.02	-3.62	-0.89	-1.71
	女子	全国	15.61	18.36	38.17	38.71		36.87	9.77	142.39	13.10	53.98
		市	15.43	18.15	38.07	35.92		31.93	9.86	137.92	12.33	51.74
		差	-0.18	-0.21	-0.1	-2.79		-4.94	+0.09	-4.47	-0.77	-2.24

		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 シャトルラン (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	28.91	25.99	44.98	51.63	410.24	78.59	8.00	197.50	20.66	42.06
		市	28.42	25.88	44.09	49.09	412.26	75.09	8.03	194.16	22.02	41.19
		差	-0.49	-0.11	-0.89	-2.54	+2.02	-3.50	+0.03	-3.34	+1.36	-0.87
	女子	全国	23.12	21.62	46.97	45.77	310.35	50.44	8.97	166.39	12.36	47.46
		市	22.48	21.05	45.66	42.73	312.86	45.70	9.11	158.71	12.45	44.49
		差	-0.64	-0.57	-1.31	-3.04	+2.51	-4.74	+0.14	-7.68	+0.09	-2.97

※ 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29年度～令和7年度）

※詳細は【資料1】を参照

※□内は令和7年度の数値

【小学5年生 男子】

相模原市：51.3点

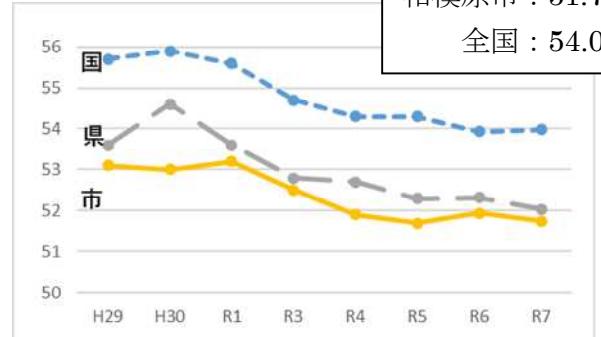
全国：53.0点



【小学5年生 女子】

相模原市：51.7点

全国：54.0点



【中学2年生 男子】

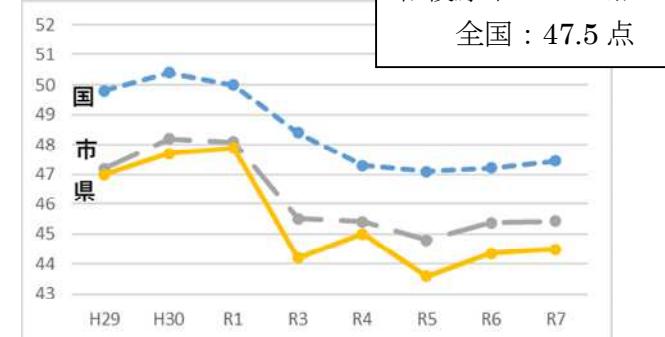
相模原市：41.2点

全国：42.1点

【中学2年生 女子】

相模原市：44.5点

全国：47.5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7年度の数値

【小学5年生 男子】

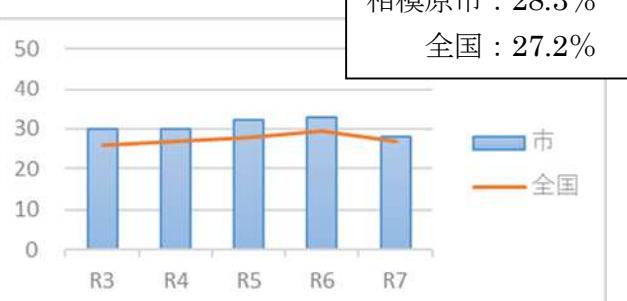
相模原市：28.3%

全国：27.2%

【小学5年生 女子】

相模原市：24.3%

全国：22.6%



【中学2年生 男子】

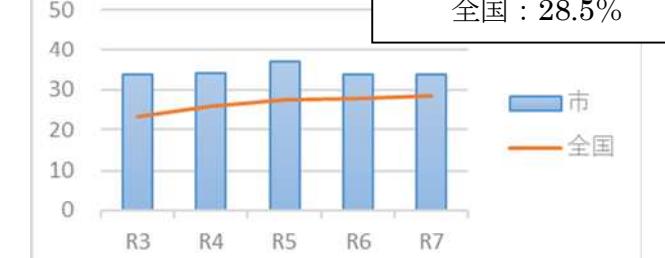
相模原市：33.7%

全国：29.4%

【中学2年生 女子】

相模原市：33.7%

全国：28.5%



6 調査結果からわかること

- 小学校男子の長座体前屈、中学校男子・女子のボール投げにおいては、全国の平均値をやや上回りましたが、全体的には全国を下回る種目が多い結果となりました。
- 「反復横とび」、「立ち幅とび」、「20mシャトルラン」の種目において、全国との差が大きく、敏捷性や持久性に課題があることがわかります。
- 新型コロナウイルス感染症の影響により調査が実施されなかつた令和2年度を境に、体力合計得点が低下した様子が見られ、令和4年度以降は、中学校男子については若干の上昇が見られるものの、全体的にはほぼ横ばいとなっています。
- 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）が「4時間以上」と回答した児童生徒の割合については、全国においても市においても小学校では若干の減少が見られるものの、小学校及び中学校の男女のすべてにおいて、全国の割合よりもやや高くなっています。
- 睡眠時間が8時間以上である児童生徒の割合と、朝食を毎日食べている児童生徒の割合が、昨年度よりもやや増加しました。生活習慣の改善が見られます（詳細は【資料1】を参照）。

7 今後に向けて

児童生徒の体力の向上に向けては、「小学校体育授業サポート事業」等を通じて、ホームタウンチーム（ノジマ相模原ライズ、SC相模原、ノジマステラ神奈川相模原、三菱重工相模原ダイナボアーズ、ほねごり相模原）と連携した授業を実施したり、「アスリートの派遣等による体育授業等の充実事業」の機会を活用したりするなど、体を動かす楽しみや喜びを体感できるような取組を推進します。また、市内大学との連携による健康的な体つくりの推進にも取り組んでおり、令和7年度は市内小学校3校で実施しました。今後も実施校を拡大していきます。日頃の授業においては、児童生徒が身に付ける力を明確にしたうえで、発問の仕方や手立てを工夫していくとともに、体育と保健を関連付けて学べるよう、年間指導計画の見直しを図っていきます。

また、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）や朝食の喫食、睡眠時間等と体力の関係について児童生徒や保護者にフィードバックするとともに、生活習慣改善講座を実施するなど、望ましい生活習慣を考える機会を設けていきます。

さらに、市内全校の屋内運動場に空調設備を設置することにより、児童生徒が熱中症等のリスクを軽減した中で運動ができるような環境を整えていきます。