

## 平成 27 年度全国体力・運動能力、運動習慣等調査 栃木県結果概要

### 1 調査の目的

子どもの体力が低下している状況にかんがみ、全国的な子どもの体力の状況を把握・分析することにより、子どもの体力の向上に係る施策の成果と課題を検証し、その改善を図るとともに、そのような取組を通じて子どもの体力の向上に関する継続的な検証改善サイクルを確立する。また、学校における体育・健康に関する指導などの改善に役立てる。

(平成 20 年度から文部科学省で開始されたスポーツ庁による全国体力調査)

### 2 調査実施期間

平成 27 年 4 月から 7 月末まで

### 3 調査の対象とする児童生徒

国・公・私立学校の小学校第 5 学年、特別支援学校小学部第 5 学年、中学校第 2 学年、特別支援学校中学部第 2 学年

### 4 公立学校における調査校数（分校を含む）及び参加児童生徒数（悉皆調査）

		学校参加状況		児童生徒参加状況
		参加学校数	(参加率)	参加人数 (人)
小 5	栃木	387	(97.9%)	17,373
	全国	20,477	(98.8%)	1,068,598
中 2	栃木	172	(96.6%)	17,270
	全国	10,578	(96.6%)	1,061,981

※本調査は、H20・H21・H25・H26 が全国悉皆で実施、H22 から H24 まで全国約 20%抽出で実施（ただし H23 は震災等影響により中止）しており、本年度は H26 に続いての悉皆調査。

### 5 調査事項

#### (1) 児童生徒に対する調査

##### ア 実技に関する調査

- ①握力      ②上体起こし      ③長座体前屈      ④反復横とび  
⑤20mシャトルラン、※持久走（男子1500m・女子1000m）      ⑥50m走  
⑦立ち幅とび      ⑧ボール投げ（小学校：ソフトボール、中学校：ハンドボール）

※小学校は20mシャトルランのみの実施、中学校は持久走か20mシャトルランのどちらかを選択して実施

これらの 8 種目を、それぞれ定められた基準により 10 点満点で評価した得点の合計を「体力合計点」という。(80 点満点であり、性別・学校種別で基準が異なる。)

##### イ 質問紙調査

運動習慣、生活習慣、食習慣等に関する質問紙調査

#### (2) 学校に対する質問紙調査

子どもの体力向上に係る地域・家庭等との連携及び特別活動に関する質問紙調査を実施

## 6 結果概要（児童生徒に対する調査・実技）

### ア 実技に関する調査

- (1) 体力合計点（8種目の得点の合計）をみると、女子は小5・中2ともに全国より高い。（表1）  
 (2) 種目別にみると、反復横とび・20mシャトルラン（及び持久走）は、小5・中2男女すべてにおいて全国より高い。50m走・立ち幅とびは小5・中2男女すべてにおいて全国より低い。（表1）

**表1 実技調査集計表（各種目及び体力合計点の平均値を栃木県と全国で比較したもの）**

種目（単位）	小5			中2		
	男子	女子		男子	女子	
	県平均（全国平均）全国序列	県平均（全国平均）全国序列		県平均（全国平均）全国序列	県平均（全国平均）全国序列	
①握力（kg）	16.36（16.45）33	16.16（16.05）24		29.22（28.93）22	24.01（23.68）14	
②上体起こし（回）	19.43（19.58）20	18.58（18.42）18		27.32（27.43）22	23.53（23.26）12	
③長座体前屈（cm）	31.74（33.05）43	36.42（37.44）40		43.13（43.08）23	45.02（45.53）28	
④反復横とび（点）	42.26（41.60）20	40.65（39.55）18		52.40（51.62）17	46.81（46.09）10	
⑤20mシャトルラン（回）	52.55（51.64）22	42.27（40.69）21		85.96（85.56）24	59.76（58.06）17	
⑥50m走（秒）	9.47（9.38）38	9.67（9.62）32		8.06（8.01）38	8.88（8.84）28	
⑦立ち幅とび（cm）	148.60（151.24）44	143.90（144.77）30		191.18（194.05）43	166.94（167.28）29	
⑧ボール投げ（m）	21.62（22.52）44	13.92（13.77）29		19.55（20.65）47	12.48（12.83）40	
体力合計点	53.17（53.80）37	55.38（55.18）24		41.71（41.89）29	49.37（49.08）16	

- ※ 体力合計点は8種目を各10点満点で評価した得点の合計であり、男女・年齢で評価基準が異なる。  
 ※ ボール投げは、小学生がソフトボール、中学生がハンドボールを用いる。  
 ※ 表については県と全国の2群を比較して高い項目を網掛けで示してある。

### イ 質問紙調査

- (1) 小5男女はほとんど運動をしない（体育を除き週60分未満）児童生徒の割合が全国に比べ高く中2男女は低い。（表2）  
 (2) 中2男女の運動をする生徒としない生徒が二極化している。（表3）  
 (3) 「運動は大切だと思う」「自主的に運動したいと思う」「家の人からの積極的な運動のすすめがある」と回答した児童生徒の割合は、小5・中2男女すべてにおいて全国と比べ高い。「放課後や休日に投げる運動をよくする」と回答した児童生徒の割合は、小5女子以外全国に比べ低い。（表4）オリンピック・パラリンピックに関する質問では、「試合を見に行ってみよう」「運動に関心が高まってきた」に次いで男子は「選手として出場してみたい」、女子は「大会ボランティアをしてみたい」と回答した割合が高かった。（表4）

**表2 週の総運動時間が60分未満（体育の授業を除く）の児童生徒の割合（栃木県と全国との比較）**

年度	小5		中2	
	男子	女子	男子	女子
	県平均（全国平均）	県平均（全国平均）	県平均（全国平均）	県平均（全国平均）
H27	7.4%（6.6%）	13.3%（13.0%）	5.8%（7.1%）	19.0%（21.0%）
H26	7.5%（6.3%）	13.2%（13.4%）	5.3%（6.6%）	18.9%（21.6%）

表3 1週間の総運動時間の分布（体育の授業を除く）

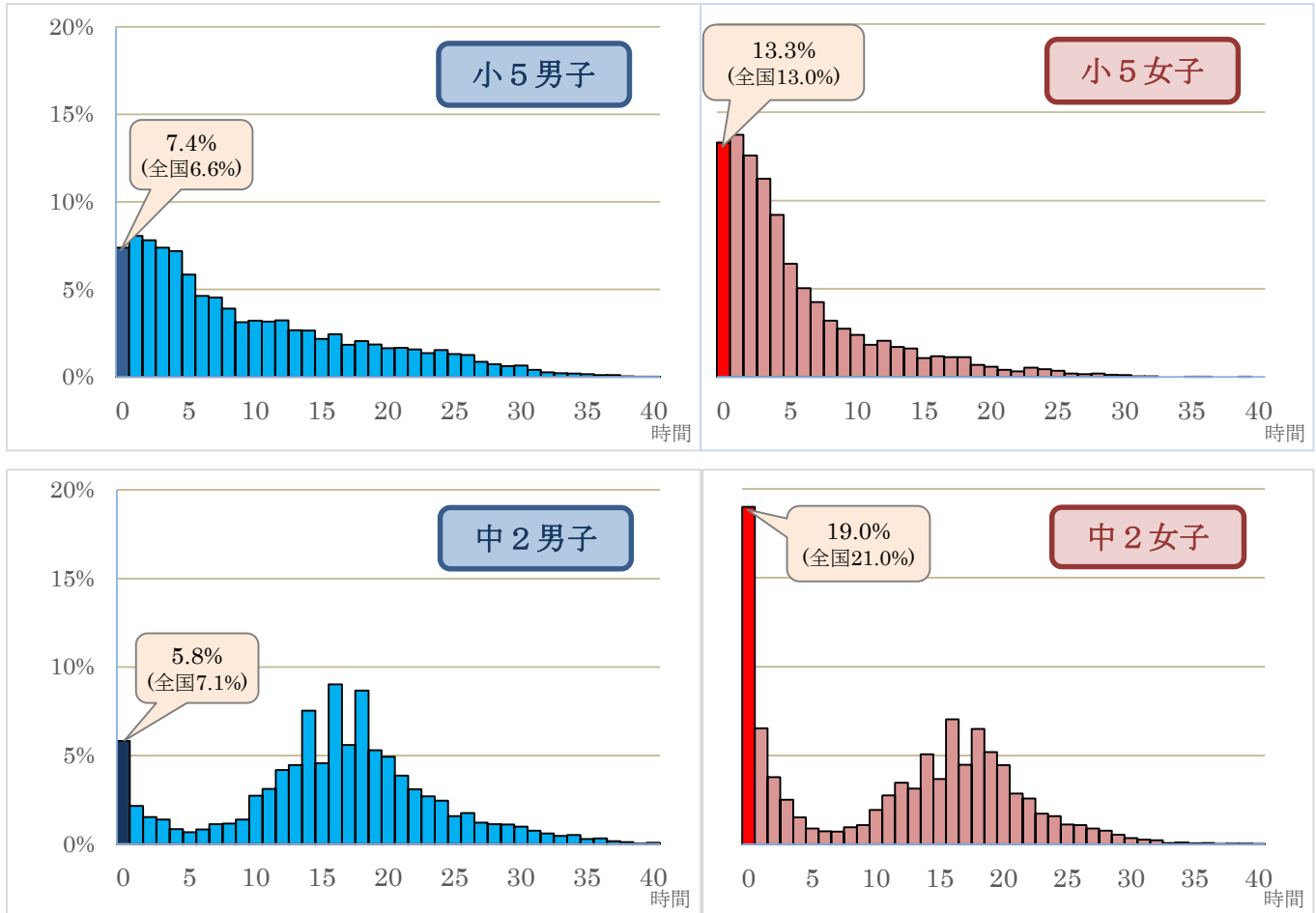


表4 体育の授業以外での運動やスポーツについて（栃木県と全国との比較）

質問	小5			中2					
	男子		女子	男子		女子			
	県平均	(全国平均)	全国序列	県平均	(全国平均)	全国序列	県平均	(全国平均)	全国序列
運動は大切だと思う	69.5%	(68.2%)	14	60.7%	(56.0%)	5	63.0%	(62.7%)	25
自主的に運動したいと思う	73.7%	(73.6%)	27	68.4%	(65.4%)	8	66.6%	(66.6%)	29
家の人から積極的な運動のすすめがある	32.1%	(28.3%)	3	21.1%	(17.8%)	3	23.7%	(21.4%)	10
放課後や休日に投げる運動をよくする	50.9%	(51.8%)	29	29.8%	(27.9%)	15	47.4%	(48.2%)	37
オリンピック・パラリンピックについて									
運動に関心が高まってきた	44.0%	(40.9%)	-	37.6%	(32.8%)	-	43.2%	(39.9%)	-
選手として出場してみたい	35.8%	(36.1%)	-	22.6%	(20.9%)	-	20.4%	(21.1%)	-
試合を見に行ってみたい	59.1%	(59.9%)	-	56.9%	(57.4%)	-	58.0%	(57.8%)	-
大会ボランティアをしてみたい	21.5%	(20.5%)	-	29.3%	(27.0%)	-	15.2%	(13.4%)	-

※ 表は、「そう思う」と回答した児童生徒の割合を示している。

※ オリンピック・パラリンピックに関する質問は複数回答可。

小学校 5年		男子		女子			
		栃木県	全国	栃木県	全国		
Q.運動が好き(%)	1.好き	73.4%	74.0%	58.0%	56.4%		
	2.やや好き	20.2%	19.9%	30.6%	31.6%		
	3.ややきらい	4.4%	4.3%	8.5%	8.8%		
	4.きらい	2.0%	1.9%	2.8%	3.2%		
Q.運動が得意(%)	1.得意	49.5%	48.8%	33.6%	30.9%		
	2.やや得意	33.4%	34.3%	37.5%	39.4%		
	3.やや苦手	12.7%	12.7%	21.5%	22.0%		
	4.苦手	4.4%	4.2%	7.3%	7.7%		
Q.中学校で授業外に自主的に運動したい(%)	1.思う	73.7%	73.6%	68.4%	65.4%		
	2.思わない	5.9%	6.0%	6.1%	7.0%		
	3.分らない	20.4%	20.4%	25.5%	27.6%		
学校の授業以外での運動やスポーツについて	Q.曜日ごとの運動時間(%)	1.月 実施(%)	80.5%	82.3%	73.9%	73.9%	
		2.火 実施(%)	81.0%	82.6%	73.1%	73.3%	
		3.水 実施(%)	82.8%	83.6%	76.7%	75.6%	
		4.木 実施(%)	80.3%	82.2%	72.7%	73.2%	
		5.金 実施(%)	80.6%	82.3%	74.4%	74.1%	
		6.土 実施(%)	85.2%	84.1%	80.4%	77.8%	
		7.日 実施(%)	79.5%	78.6%	73.8%	70.1%	
	Q.1週間の総運動時間	1.実施率(%)	96.6%	97.0%	95.2%	95.4%	
		2.平均値(分)	589.27	597.49	344.33	351.65	
	Q.家の人からの積極的な運動のすすめ(%)	1.よくある	32.1%	28.3%	21.1%	17.8%	
		2.ときどきある	34.1%	33.4%	38.6%	35.5%	
		3.あまりない	20.5%	23.0%	27.2%	31.3%	
4.まったくない		13.3%	15.3%	13.0%	15.4%		
Q.放課後や休日に投げる運動をすること(%)	1.よくある	50.9%	51.8%	29.8%	27.9%		
	2.ときどきある	26.4%	26.3%	32.6%	34.5%		
	3.あまりない	14.8%	14.6%	26.1%	25.9%		
	4.まったくない	7.9%	7.3%	11.5%	11.7%		
生活習慣と体力の関連について	健康でいるために大切なこと	Q.健康に運動は大切(%)	1.大切	80.0%	78.4%	77.6%	74.1%
			2.やや大切	16.3%	17.4%	19.6%	22.2%
			3.あまり大切ではない	2.7%	3.1%	2.4%	3.1%
			4.大切ではない	1.0%	1.0%	0.4%	0.6%
	Q.健康に食事は大切(%)	1.大切	92.6%	91.2%	94.6%	92.5%	
		2.やや大切	6.3%	7.5%	4.8%	6.7%	
		3.あまり大切ではない	0.7%	0.9%	0.5%	0.6%	
		4.大切ではない	0.4%	0.3%	0.1%	0.1%	
	Q.健康に睡眠が大切(%)	1.大切	86.5%	83.0%	91.4%	88.6%	
		2.やや大切	10.8%	13.6%	7.5%	10.0%	
		3.あまり大切ではない	2.0%	2.5%	0.9%	1.1%	
		4.大切ではない	0.7%	0.9%	0.2%	0.3%	
Q.朝食を食べる(%)	1.毎日食べる	86.8%	85.3%	88.3%	85.8%		
	2.食べない日もある	11.2%	12.2%	10.2%	12.2%		
	3.食べない日が多い	1.6%	2.0%	1.2%	1.7%		
	4.食べない	0.5%	0.5%	0.3%	0.3%		
Q.夕食を食べる(%)	1.毎日決まった時間に食べる	40.8%	33.7%	34.5%	27.6%		
	2.時間は決まっていないが毎日食べる	55.6%	62.5%	62.8%	69.5%		
	3.食べない日もある	3.2%	3.4%	2.4%	2.8%		
	4.食べない日が多い	0.3%	0.3%	0.2%	0.2%		
	5.食べない	0.1%	0.1%	0.1%	0.0%		
Q.1日の睡眠時間(%)	1.8時間以上	59.0%	59.2%	66.0%	63.4%		
	2.6時間以上8時間未満	36.4%	35.7%	31.8%	33.8%		
	3.6時間未満	4.6%	5.1%	2.1%	2.8%		
Q.就寝時間(%)	1.毎日決まった時間にねる	22.6%	19.3%	21.0%	16.9%		
	2.ほぼ決まった時間にねる	42.0%	41.5%	51.0%	49.8%		
	3.日によってねる時間が異なる	35.4%	39.1%	27.9%	33.2%		
Q.オリンピック・パラリンピックへの気持ち(%) *複数回答可	1.運動に関心が高まってきた	44.0%	40.9%	37.6%	32.8%		
	2.競技種目をやってみたい	34.3%	32.8%	25.0%	23.7%		
	3.内容・歴史を知りたい	30.4%	28.1%	30.2%	28.5%		
	4.選手として出場してみたい	35.8%	36.1%	22.6%	20.9%		
	5.試合を見に行ってみたい	59.1%	59.9%	56.9%	57.4%		
	6.大会ボランティアをしてみたい	21.5%	20.5%	29.3%	27.0%		
	7.わからない	17.4%	17.2%	19.8%	21.0%		
体育の授業について	Q.体育の授業は楽しい(%)	1.楽しい	74.9%	72.7%	63.1%	59.3%	
		2.やや楽しい	19.8%	21.8%	29.4%	31.7%	
		3.あまり楽しくない	3.7%	3.9%	6.0%	6.9%	
		4.楽しくない	1.6%	1.7%	1.6%	2.1%	
	Q.できないことができるようになったきっかけ(%) *複数回答可	1.授業中先生に個別にコツやポイントを教えてもらった	56.0%	52.5%	52.6%	52.3%	
		2.授業中自分で工夫した	42.5%	43.2%	40.4%	40.9%	
		3.自分に合った場やルールが用意された	19.6%	17.4%	17.3%	15.9%	
		4.先生や友達のみねをしてみた	54.4%	55.2%	64.4%	64.9%	
		5.友達に教えてもらった	54.5%	55.3%	69.2%	70.4%	
		6.授業中に自分の動きをビデオを見た	6.5%	7.4%	4.4%	5.9%	
	7.授業外で先生に教えてもらった	14.8%	13.4%	13.0%	12.6%		
	8.授業外で自分で練習した	37.8%	38.1%	47.7%	48.1%		
	9.授業外で自分で本やビデオを見た	20.6%	19.2%	15.3%	14.9%		
	10.できるようになったことがない	3.2%	3.0%	1.4%	1.6%		

※ 表については県と全国の2群を比較して高い項目を網掛けで示してある

中学校 2年			男子		女子		
			栃木県	全国	栃木県	全国	
Q.運動が好き(%)	1.好き		63.6%	65.0%	47.3%	48.0%	
	2.やや好き		25.8%	24.6%	31.7%	31.2%	
	3.ややきらい		7.2%	6.8%	14.3%	13.8%	
	4.きらい		3.4%	3.5%	6.7%	7.0%	
Q.運動が得意(%)	1.得意		33.5%	33.5%	20.0%	19.5%	
	2.やや得意		40.4%	39.7%	36.5%	36.2%	
	3.やや苦手		18.6%	18.8%	27.5%	27.4%	
	4.苦手		7.5%	8.0%	16.1%	16.9%	
Q.中学校卒業後、自主的に運動したい(%)	1.思う		66.6%	66.6%	54.5%	53.2%	
	2.思わない		9.5%	9.4%	12.1%	12.5%	
	3.分からない		24.0%	24.0%	33.4%	34.3%	
学校の保健 体育の授業 以外での運 動やスポーツ について	Q.曜日ごとの運動時間(分)	1.月 実施(%)	86.3%	83.2%	71.7%	68.2%	
		2.火 実施(%)	91.8%	88.8%	76.2%	73.0%	
		3.水 実施(%)	79.7%	86.8%	64.5%	71.1%	
		4.木 実施(%)	91.4%	88.3%	76.3%	72.7%	
		5.金 実施(%)	91.9%	89.3%	76.6%	73.9%	
		6.土 実施(%)	92.6%	90.4%	81.9%	78.5%	
		7.日 実施(%)	82.1%	78.6%	68.1%	63.5%	
	Q.1週間の総運動時間	1.実施率(%)	96.0%	95.0%	87.9%	86.1%	
		2.平均値(分)	963.40	913.98	714.96	653.99	
	Q.家の人からの積極的な運動のすすめ(%)	1.よくある		23.7%	21.4%	16.7%	14.8%
2.ときどきある		32.0%	30.4%	32.0%	29.8%		
3.あまりない		29.6%	31.2%	35.9%	38.0%		
4.まったくない		14.7%	17.1%	15.4%	17.3%		
Q.放課後や休日に投げる運動をすること(%)	1.よくある		47.4%	48.2%	29.3%	29.4%	
	2.ときどきある		22.0%	21.3%	22.5%	21.2%	
	3.あまりない		18.2%	17.8%	26.5%	26.3%	
	4.まったくない		12.4%	12.6%	21.6%	23.1%	
生活習慣と 体力の関連 について	健康でいる ために大切 なこと	Q.健康に運動は大切(%)	1.大切	76.5%	75.8%	69.5%	68.2%
			2.やや大切	19.5%	19.8%	26.1%	27.2%
			3.あまり大切ではない	3.1%	3.1%	3.6%	3.7%
			4.大切ではない	0.9%	1.3%	0.8%	0.9%
	Q.健康に食事は大切(%)	1.大切	90.5%	89.4%	88.7%	87.3%	
		2.やや大切	8.2%	9.2%	10.3%	11.4%	
		3.あまり大切ではない	1.0%	1.0%	0.9%	1.1%	
		4.大切ではない	0.3%	0.4%	0.1%	0.2%	
	Q.健康に睡眠が大切(%)	1.大切	83.5%	82.1%	86.2%	84.9%	
		2.やや大切	13.3%	14.6%	12.2%	13.3%	
		3.あまり大切ではない	2.4%	2.4%	1.3%	1.5%	
		4.大切ではない	0.8%	0.9%	0.2%	0.3%	
Q.朝食を食べる(%)	1.毎日食べる		84.2%	83.2%	83.2%	80.6%	
	2.食べない日もある		11.3%	12.3%	13.6%	15.4%	
	3.食べない日が多い		3.2%	3.1%	2.2%	3.0%	
	4.食べない		1.3%	1.4%	1.0%	1.0%	
Q.夕食を食べる(%)	1.毎日決まった時間に食べる		41.1%	37.1%	33.1%	29.7%	
	2.時間は決まっていないが毎日食べる		56.5%	60.3%	62.0%	65.2%	
	3.食べない日もある		2.2%	2.3%	4.5%	4.7%	
	4.食べない日が多い		0.2%	0.2%	0.3%	0.3%	
	5.食べない		0.0%	0.1%	0.0%	0.1%	
Q.1日の睡眠時間(%)	1.8時間以上		21.0%	23.1%	15.0%	16.6%	
	2.6時間以上8時間未満		67.7%	66.5%	72.0%	70.5%	
	3.6時間未満		11.3%	10.4%	13.0%	13.0%	
Q.就寝時間(%)	1.毎日決まった時間にねる		13.6%	12.9%	8.4%	7.5%	
	2.ほぼ決まった時間にねる		48.9%	50.0%	52.8%	52.9%	
	3.日によってねる時間が異なる		37.4%	37.0%	38.8%	39.7%	
Q.オリンピック・パラリンピックへの気持ち(%) *複数回答可	1.運動に関心が高まってきた		43.2%	39.9%	38.0%	34.2%	
	2.競技種目をやってみたい		20.5%	20.7%	13.8%	13.4%	
	3.内容・歴史を知りたい		18.7%	15.5%	19.9%	16.1%	
	4.選手として出場してみたい		20.4%	21.1%	9.1%	8.5%	
	5.試合を見に行ってみたい		58.0%	57.8%	62.1%	59.9%	
	6.大会ボランティアをしてみたい		15.2%	13.4%	24.0%	20.3%	
	7.わからない		18.5%	19.8%	19.2%	23.1%	
体育の授業 について	Q.体育の授業は楽しい(%)	1.楽しい	48.8%	49.8%	38.0%	38.5%	
		2.やや楽しい	38.0%	38.4%	44.4%	44.0%	
		3.あまり楽しくない	9.7%	8.5%	13.8%	13.4%	
		4.楽しくない	3.5%	3.3%	3.9%	4.1%	
	Q.できないことができるようになったきっかけ(%) *複数回答可	1.授業中先生に個別にコツやポイントを教えてもらった		46.8%	46.0%	53.5%	50.9%
		2.授業中自分で工夫した		38.8%	40.0%	34.6%	34.3%
		3.自分に合った場やルールが用意された		9.6%	8.5%	9.6%	8.1%
		4.先生や友達のまねをしてみた		45.8%	46.6%	55.5%	55.3%
		5.友達に教えてもらった		49.6%	49.4%	68.8%	69.0%
		6.授業中に自分の動きをビデオで見た		4.1%	4.7%	3.8%	5.2%
7.授業外で先生に教えてもらった		5.4%	5.2%	5.3%	5.2%		
8.授業外で自分で練習した		13.9%	14.6%	16.9%	16.9%		
9.授業外で自分で本やビデオを見た		6.8%	6.7%	4.2%	4.8%		
10.できるようになったことがない		5.0%	5.4%	2.8%	3.7%		

※ 表については県と全国の2群を比較して高い項目を網掛けで示してある