

(別紙1)

令和5年度全国体力・運動能力、運動習慣等調査結果概要について

三重県教育委員会事務局
保健体育課

全国の小学校5年生と中学校2年生の全員を対象とした「全国体力・運動能力、運動習慣等調査(悉皆調査)」が、令和5年4月から7月の間に実施されました。

今年度の本県公立小中学校の実施状況および結果の概要は以下のとおりです。

※本調査は、平成20年度より実施、平成22・24年度は抽出調査、平成23年度・令和2年度は中止

1 実施状況

校種(学校数)	参加学校数	参加児童生徒数
小学校(359校)	340校	14,319人
中学校(168校)	150校	13,545人

※参加学校数：小(338/341校)、義務教育学校(1/1校)、特別支援学校小学部(1/17校)
中(148/149校)、義務教育学校(1/1校)、特別支援学校中学部(1/18校)

※該当学年児童生徒数が0人等で実施できない学校を除く。特別支援学校等に在籍している児童生徒については、障がいの状態等を考慮して参加の判断をしている。

2 結果の概要

体力合計点における三重県と全国平均値との比較では、ほとんど差がなく、小学校男子・女子および中学校女子はやや下回り、中学校男子は全国平均値をやや上回りました。

種目別の三重県と全国平均値との比較では、小学校・中学校男女合わせて34種目中13種目が上回りました。(昨年度は22種目が上回る)

また、三重県における令和5年度の運動習慣等調査結果から、体育の授業以外の1週間の総運動時間420分以上の割合は、コロナ以前の水準には戻っていません。朝食を「毎日食べる」人の割合は、減少傾向が続いています。

新型コロナウイルス感染症の影響による行動制限が緩和されたことで、全国的には令和4年度との比較では若干の回復傾向が見られるものの、全国、三重県ともコロナ以前の水準までは戻っていないため、引き続き取組の強化が必要です。

令和5年度における本県の体力合計点から全国の体力合計点を引いた値

小学校男子	-0.06	小学校女子	-0.11
中学校男子	+0.19	中学校女子	-0.06

3 体力テスト種目別および体力合計点の結果

(1) 小学校第5学年の平均値

調査種目	男子			女子		
	R5年度	R5年度	R4年度	R5年度	R5年度	R4年度
	三重県	全 国	三重県	三重県	全 国	三重県
握力 (kg)	↓ 16.17	16.13	16.36	↓ 16.09	16.01	16.14
上体起こし (回)	↑ 18.51	19.00	18.35	↑ 17.49	18.05	17.39
長座体前屈 (cm)	↓ 33.69	33.98	34.27	↓ 38.18	38.45	38.30
反復横とび (点)	↑ 41.58	40.60	40.98	↑ 39.52	38.73	39.48
20mシャトルラン(回)	↑ 47.30	46.92	46.47	↓ 36.62	36.80	37.26
50m走 (秒)	↑ 9.53	9.48	9.57	9.79	9.71	9.79
立ち幅とび (cm)	↑ 150.98	151.13	150.26	↑ 144.52	144.29	144.43
ソフトボール投げ(m)	↑ 20.56	20.52	20.28	↑ 13.48	13.22	13.35
体力合計点※ (点)	↑ 52.53	52.59	52.22	↓ 54.17	54.28	54.26

: 全国平均値を上回る
 ↑ : 令和4年度の三重県平均値を上回る
 ↓ : 令和4年度の三重県平均値を下回る

※体力合計点：各調査種目の成績を1点から10点に得点化して総和した合計得点

※持久走および50m走は、記録（秒）が速い方（数値が少ない方）が体力合計点は高くなります。

(2) 小学校5年生の状況

①体力合計点における全国との比較

全国平均値と比較して、男子は0.06ポイント、女子は0.11ポイント下回っています。

②種目別における全国との比較

男子は、握力、反復横とび、20mシャトルラン、ソフトボール投げの4種目が全国平均値を上回っています。女子は、握力、反復横とび、立ち幅とび、ソフトボール投げの4種目が全国平均値を上回っています。（合計16種目中8種目が上回る）

③前年度県平均値との比較

体力合計点は、男子は0.31ポイント上回り、女子は0.09ポイント下回っています。種目別に見ると、男子は上体起こし、反復横とび、20mシャトルラン、50m走、立ち幅とび、ソフトボール投げの6種目が上回っており、女子は上体起こし、反復横とび、立ち幅とび、ソフトボール投げの4種目が上回っています。（合計16種目中10種目が上回る）

令和4年度と令和5年度の体力合計点の比較

		R4→R5		R4→R5
全国	小学校男子	+0.31	小学校女子	-0.03
三重県	小学校男子	+0.31	小学校女子	-0.09

(3) 中学校第2学年の平均値

調査種目	男子			女子		
	R5年度	R5年度	R4年度	R5年度	R5年度	R4年度
	三重県	全国	三重県	三重県	全国	三重県
握力 (kg)	↓ 28.81	29.02	28.89	↓ 23.05	23.15	23.44
上体起こし (回)	↑ 25.57	25.82	25.56	↓ 21.21	21.62	21.30
長座体前屈 (cm)	↓ 43.72	44.16	44.49	↓ 46.15	46.27	46.36
反復横とび (点)	↓ 52.10	51.22	52.16	↓ 46.25	45.65	46.89
持久走 (秒)	↓ 416.71	409.02	409.57	↓ 313.50	306.26	304.91
20mシャトルラン(回)	↓ 77.84	78.07	79.42	↓ 50.87	50.70	52.33
50m走 (秒)	↑ 8.01	8.01	8.04	↓ 9.01	8.95	9.00
立ち幅とび (cm)	↓ 196.92	197.02	198.33	↓ 166.33	166.34	169.10
ハンドボール投げ(m)	↓ 20.47	20.40	20.52	↓ 12.48	12.43	12.62
体力合計点※ (点)	↓ 41.51	41.32	41.89	↓ 47.16	47.22	48.15

: 全国平均値を上回る
 ↑ : 令和4年度の三重県平均値を上回る
 ↓ : 令和4年度の三重県平均値を下回る

※体力合計点：各調査種目の成績を1点から10点に得点化して総和した合計得点

※持久走および50m走は、記録（秒）が速い方（数値が少ない方）が体力合計点は高くなります。

(4) 中学校2年生の状況

①体力合計点における全国との比較

全国平均値と比較して、男子は0.19ポイント上回り、女子は0.06ポイント下回っています。

②種目別における全国との比較

男子は、反復横とび、ハンドボール投げの2種目が全国平均値を上回っています。女子は、反復横とび、20mシャトルラン、ハンドボール投げの3種目が全国平均値を上回っています。（合計18種目中5種目が上回る）

③前年度県平均値との比較

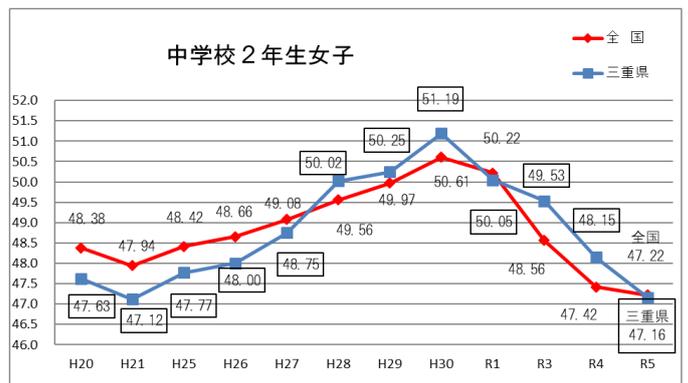
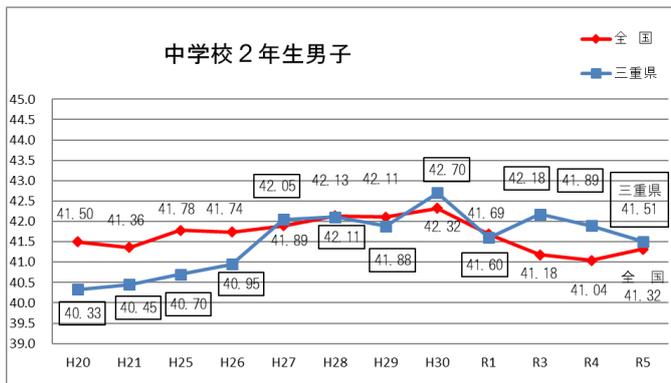
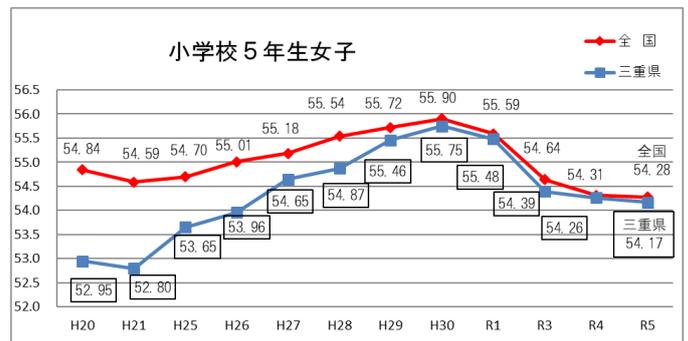
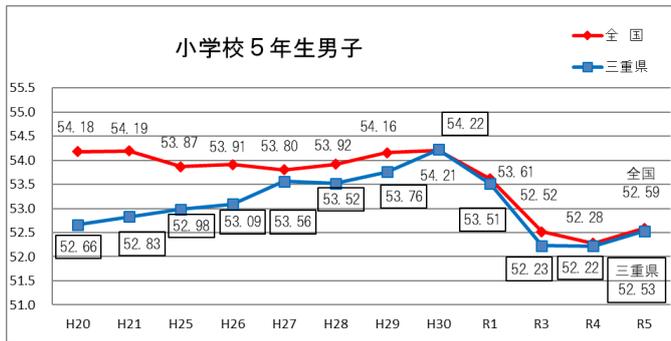
体力合計点は、男子は0.38ポイント、女子は0.99ポイント下回っています。種目別に見ると、男子は、上体起こし、50m走の2種目が上回っており、女子は、全種目で下回っています。（合計18種目中2種目が上回る）

令和4年度と令和5年度の体力合計点の比較

		R4→R5		R4→R5
全国	中学校男子	+0.28	中学校女子	-0.20
三重県	中学校男子	-0.38	中学校女子	-0.99

4 本調査開始（平成 20 年度）以降の体力合計点の経年変化

※ 平成 22・24 年度は抽出調査、平成 23 年度は東日本大震災の影響、令和 2 年度は新型コロナウイルス感染症拡大防止による臨時休業の影響で中止のため、除外しています。



- ・体力合計点における三重県と全国との比較では、ほとんど差がなく、小学校男子・女子および中学校女子はやや下回り、中学校男子は全国平均値をやや上回りました。
- ・体力合計点については、令和 4 年度との比較では、小学校男子は回復傾向がみられますが、令和元年度（コロナ以前の調査）の水準には至っていません。

5 三重県における体力調査状況

(令和5年度と令和4年度・令和元年度の比較)

令和5年度と令和4年度の比較									
		小学校男子		小学校女子		中学校男子		中学校女子	
体力合計点 (点)		+0.31	↗	-0.09	↘	-0.38	↘	-0.99	↘
各 実 技 テ ス ト 種 目	握力 (kg)	-0.19	↘	-0.05	↘	-0.08	↘	-0.39	↘
	上体起こし (回)	+0.16	↗	+0.10	↗	+0.01	↗	-0.09	↘
	長座体前屈 (cm)	-0.58	↘	-0.12	↘	-0.77	↘	-0.21	↘
	反復横とび (点)	+0.60	↗	+0.04	↗	-0.06	↘	-0.64	↘
	持久走 (秒)					+7.14	↘	+8.59	↘
	20mシャトルラン (回)	+0.83	↗	-0.64	↘	-1.58	↘	-1.46	↘
	50m走 (秒)	-0.04	↗	±0	→	-0.03	↗	+0.01	↘
	立ち幅とび (cm)	+0.72	↗	+0.09	↗	-1.41	↘	-2.77	↘
	ハンドボール投げ・ソフトボール投げ (m)	+0.28	↗	+0.13	↗	-0.05	↘	-0.14	↘

令和5年度と令和元年度の比較									
		小学校男子		小学校女子		中学校男子		中学校女子	
体力合計点 (点)		-0.98	↘	-1.31	↘	-0.09	↘	-2.89	↘
各 実 技 テ ス ト 種 目	握力 (kg)	-0.35	↘	-0.22	↘	+0.34	↗	-0.75	↘
	上体起こし (回)	-0.69	↘	-0.95	↘	-0.79	↘	-1.81	↘
	長座体前屈 (cm)	+0.35	↗	+0.40	↗	+0.32	↗	+0.34	↗
	反復横とび (点)	-1.05	↘	-1.38	↘	-0.75	↘	-1.82	↘
	持久走 (秒)					+11.52	↘	+20.18	↘
	20mシャトルラン (回)	-2.48	↘	-2.88	↘	-5.37	↘	-6.33	↘
	50m走 (秒)	+0.06	↘	+0.08	↘	-0.04	↗	+0.14	↘
	立ち幅とび (cm)	+0.17	↗	-0.88	↘	+2.88	↗	-3.62	↘
	ハンドボール投げ・ソフトボール投げ (m)	-1.01	↘	-0.31	↘	+0.07	↗	-0.60	↘

※持久走は中学生のみ。持久走と20mシャトルランのいずれかを選択して実施

- ・令和4年度と比較すると、中学校女子は、小学校男女・中学校男女の中で、最も低下しており、全国でも同じ傾向がみられます。(三重県の中学校女子は令和4年度と比較して9種目全て低下、全国の中学校女子も7種目で低下)
- ・コロナ以前と比較して、小・中学校男女ともに、上体起こし、反復横とび、持久走、20mシャトルランが全国と同様に下がっています。特に、20mシャトルラン、持久走の低下が大きく、コロナの影響があると考えられます。

6 三重県における運動習慣・生活習慣・運動意識の状況

(令和5年度と令和4年度・令和元年度の比較)

令和5年度と令和4年度の比較										
		小学校男子		小学校女子		中学校男子		中学校女子		
運動習慣	総運動時間420分以上 (%)	+0.1	↗	-3.1	↘	-3.9	↘	-2.6	↘	
	運動意識	運動やスポーツをすることが好き (%)		+3.0	↗	-2.1	↘	+0.5	↗	-2.6
	体育が楽しい (%)	+2.4	↗	-0.9	↘	-0.7	↘	-3.3	↘	
生活習慣	肥満である児童生徒の割合 (%)	-0.3	↘	±0	→	-0.8	↘	+0.5	↗	
	朝食を「毎日食べる」 (%)	-0.8	↘	-1.8	↘	-0.1	↘	-1.6	↘	
	睡眠時間「8時間以上」 (%)	+2.0	↗	+1.8	↗	-0.2	↘	+0.7	↗	
	スクリーンタイム「4時間以上」 (%)	±0	→	+0.6	↗	-1.5	↘	+0.1	↗	

令和5年度と令和元年度の比較										
		小学校男子		小学校女子		中学校男子		中学校女子		
運動習慣	総運動時間420分以上 (%)	-0.1	↘	-2.0	↘	-6.2	↘	-4.8	↘	
	運動意識	運動やスポーツをすることが好き (%)		+1.8	↗	-1.1	↘	+0.9	↗	-3.3
	体育が楽しい (%)	+1.9	↗	-1.6	↘	+2.4	↗	-1.6	↘	
生活習慣	肥満である児童生徒の割合 (%)	+2.7	↗	+1.2	↗	+1.0	↗	+0.3	↗	
	朝食を「毎日食べる」 (%)	-0.9	↘	-2.8	↘	-1.9	↘	-6.5	↘	
	睡眠時間「8時間以上」 (%)	-0.1	↘	-2.8	↘	-2.2	↘	-3.5	↘	
	スクリーンタイム「4時間以上」 (%)	+0.5	↗	+5.2	↗	+7.2	↗	+7.7	↗	

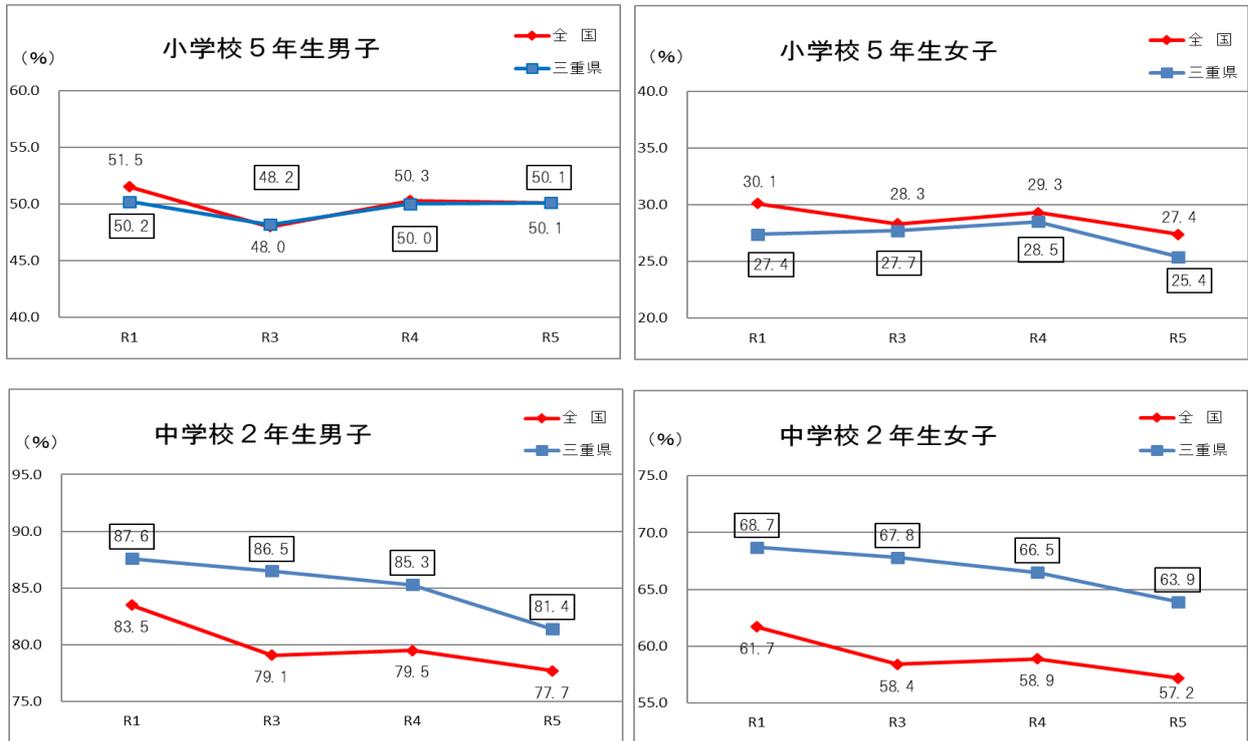
※総運動時間：1週間の体育の授業を除く運動時間

※スクリーンタイム：平日1日当たりのテレビ、スマートフォン、ゲーム機等による映像の視聴時間

- ・令和4年度と比較して、総運動時間420分以上の児童生徒の割合は、小学校女子、中学校男子・女子は減少傾向が続いており、コロナ以前の水準には戻っていません。
- ・運動意識については、小・中学校男子はコロナ以前より高まっていますが、小・中学校女子は戻っていません。
- ・令和4年度と比較して、肥満である児童生徒の割合は、小・中学校男子は全国と同様に回復傾向がみられましたが、コロナ以前の水準には戻っていません。
- ・睡眠時間が「8時間以上」の児童生徒の割合は、コロナ以前の水準には戻っていませんが、令和4年度と比較して、小学校男子・女子および中学校女子は、回復傾向がみられます。
- ・朝食を「毎日食べる」児童生徒の割合は、減少傾向が続いており、特に中学校女子が大きく減少しています。
- ・スクリーンタイムは、小・中学校女子については、コロナ以前から引き続き増加しています。

【参考】 三重県の運動習慣・生活習慣の状況

(1) 総運動時間 420 分以上の割合の推移



(2) 朝食を毎日食べている割合の推移

