

令和7年度全国体力・運動能力、運動習慣等調査  
帯広市における調査結果の状況

帯広市教育委員会

I

# 調査結果の概要

---

## 1 はじめに

帯広市教育委員会では、平成21年度に国が初めて全ての小学校第5学年、義務教育学校第5学年、中学校第2学年、義務教育学校第8学年を対象に調査実施した「全国体力・運動能力、運動習慣等調査」の結果を受けて、児童生徒が積極的に運動に親しみ、体力・運動能力等の向上を図る教育活動や教育課程、指導方法の具体的な改善点などを明らかにしてまいりました。

また、体力・運動能力等は食生活等の生活習慣と関わりが深いことから、児童生徒保護者向けに、望ましい食習慣に関するリーフレットを作成・配付、児童生徒参加型の食育イベント等の啓発活動に努めるとともに、国の調査が抽出校のみの調査となった平成22年度をきっかけに、帯広市教育委員会としては本市児童生徒の体力・運動能力の概要について独自に実態を把握し、今後の指導の工夫・改善を図るため、「新体力テスト」を活用した「帯広市体力・運動能力調査」を実施し、分析を行っております。

今年度、昨年度に続き国の悉皆調査として実施された結果から、次のとおり本市の概況をまとめました。

## 2 調査の目的

- (1) 国が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、児童生徒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。
- (2) 各教育委員会が、児童生徒の体力の向上に係る施策の成果と課題を把握し、その改善を図るとともに、児童生徒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。
- (3) 各学校が児童生徒の体力や運動習慣、生活習慣、食習慣等を把握し、学校における体育・健康等に関する指導などの改善に役立てる。

## 3 調査の対象学年

市内小学校及び義務教育学校前期課程の第5学年の児童

市内中学校及び義務教育学校後期課程の第2学年（第8学年）の生徒

## 4 調査の方式

悉皆調査（対象の全児童生徒が参加）

## 5 調査時期

令和7年4月から7月末までの期間で実施

## 6 調査の内容

(1) 児童生徒に対する調査

ア 実技に関する調査（測定方法等は新体力テストと同様）

小学校 [8種目]	握力、上体起こし、長座体前屈、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
中学校 [8種目]	握力、上体起こし、長座体前屈、反復横とび、持久走(※)、20mシャトルラン(※)、50m走、立ち幅とび、ハンドボール投げ (※帯広市においては全校においてシャトルランを実施)

※文部科学省が国民の体力・運動能力の現状を明らかにするために、平成11年度から実施している「新体力テスト」の8種目を実施（詳細は文部科学省ホームページ参照）

※ボール投げは、小学生ソフトボール、中学生ハンドボールで実施

※持久走は、男子1500m、女子1000mで実施

イ 質問紙調査

(2) 学校に対する質問紙調査

## 7 実施学校数・児童生徒数

	小学校 (校)	児童 (人)	中学校 (校)	生徒 (人)
全国 (公立)	18,438	913,144	9,430	816,548
北海道 (公立)	935	34,809	576	32,922
帯広市	26	1,158	14	1,138

※表中の全国及び北海道(公立)の数値は、「令和7年度 全国体力・運動能力、運動習慣等調査結果のポイントについて～北海道(公立)における調査結果～」より抜粋

※北海道(公立)は、札幌市を含む公立学校

※小学校実技に関する調査結果については、帯広市独自の集計による。

### 【用語説明】

用語	解説
体力合計点	種目によって単位が異なる測定値を、単位が共通な10点満点の「ものさし(尺度)」に変換し、8種目の結果を合計した得点(80点満点)
T得点	全国平均値に対する相対的位置を示し、単位や標準偏差が異なる調査結果を比較(全国平均を50とした時の数値)

## 8 実技に関する調査結果

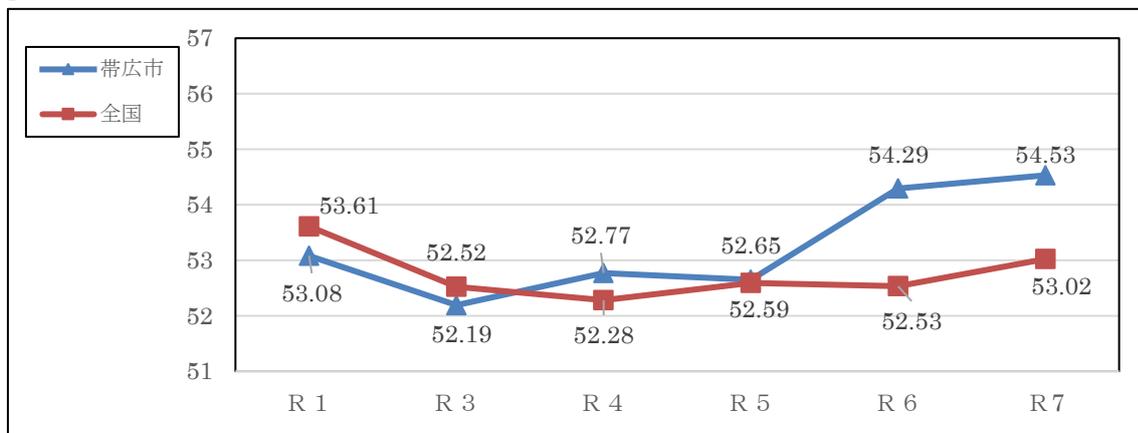
### (1) 小学校男子

#### ①各種目の記録及び体力合計点

		握力 (kg)	上体起こし (回)	長座体前屈 (cm)	反復横とび (点)	20mシャトルラン (回)	50m走 (秒)	立ち幅とび (cm)	ソフトボール 投げ(m)	体力合計点
帯広市	記録	16.91	19.70	34.87	42.67	48.40	9.36	155.85	21.18	54.53
	全国差	0.95	0.24	0.99	1.78	0.46	0.10	4.92	0.12	1.51
	全道差	0.23	0.80	0.74	0.96	2.55	0.30	3.77	▲0.54	1.53
全国	記録	15.96	19.46	33.88	40.89	47.94	9.46	150.93	21.06	53.02
北海道	記録	16.68	18.90	34.13	41.71	45.85	9.66	152.08	21.72	53.00

※▲は全国平均や全道平均以下

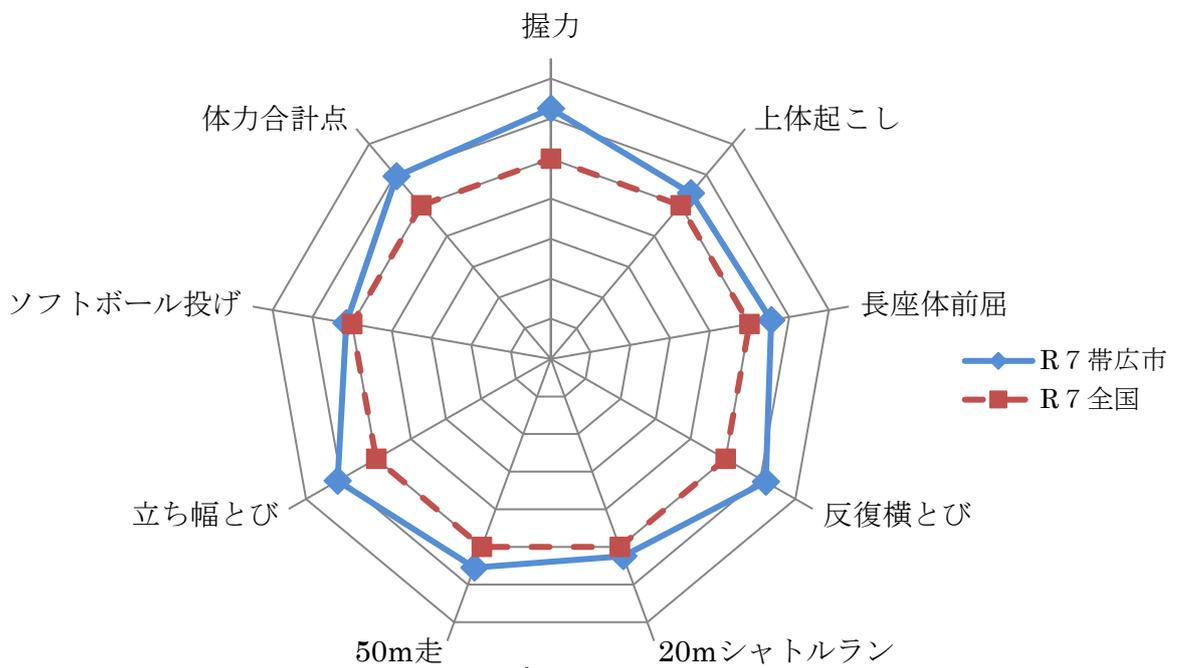
#### ②体力合計点の推移



#### ③各種目の経年及び全国との比較 (T得点)

	握力	上体起こし	長座体前屈	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	体力合計点
R 7帯広市	52.5	50.8	51.1	52.3	50.5	51.1	52.2	50.3	51.9
R 6帯広市	52.7	50.4	50.8	54.4	51.1	▲49.5	52.0	51.0	51.8
R 5帯広市	52.4	50.0	▲49.9	50.7	▲48.8	▲49.0	50.7	▲49.8	50.1

※▲は全国平均以下



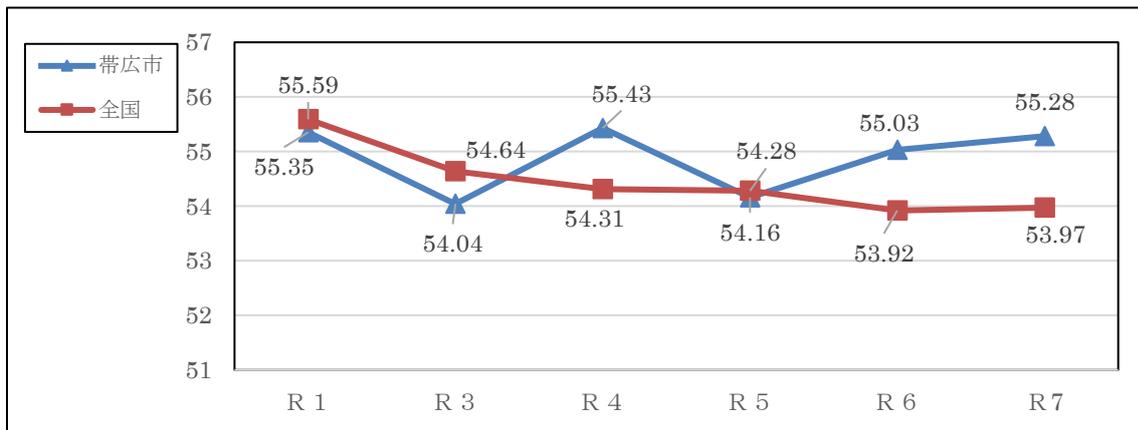
(2) 小学校女子

①各種目の記録及び体力合計点

		握力 (kg)	上体起こし (回)	長座体前屈 (cm)	反復横とび (点)	20mシャトルラン (回)	50m走 (秒)	立ち幅とび (cm)	ソフトボール 投げ(m)	体力合計点
帯広市	記録	16.41	18.64	40.49	40.45	36.09	9.68	147.13	13.46	55.28
	全国差	0.80	0.28	2.34	1.75	▲0.76	0.09	4.79	0.35	1.31
	全道差	0.17	1.10	2.11	1.34	1.74	0.28	3.48	▲0.10	1.73
全国	記録	15.61	18.36	38.15	38.70	36.85	9.77	142.34	13.11	53.97
北海道	記録	16.24	17.54	38.38	39.11	34.35	9.96	143.65	13.56	53.55

※▲は全国平均や全道平均以下

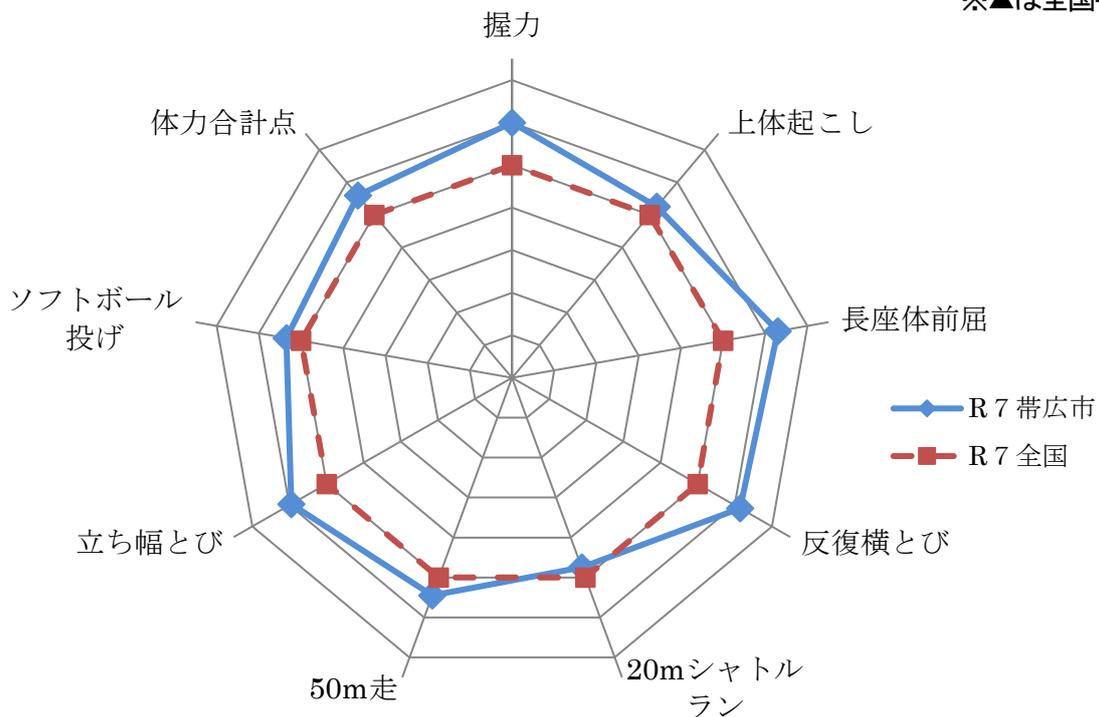
②体力合計点の推移



③各種目の経年及び全国との比較 (T得点)

	握力	上体起こし	長座体前屈	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	体力合計点
R 7帯広市	52.0	50.5	52.6	52.3	▲49.5	50.9	51.9	50.7	51.4
R 6帯広市	52.4	50.5	50.8	53.6	▲49.1	▲49.7	51.8	50.2	51.2
R 5帯広市	51.8	▲49.4	▲49.9	50.4	▲48.4	▲49.0	51.0	▲49.4	▲49.9

※▲は全国平均以下



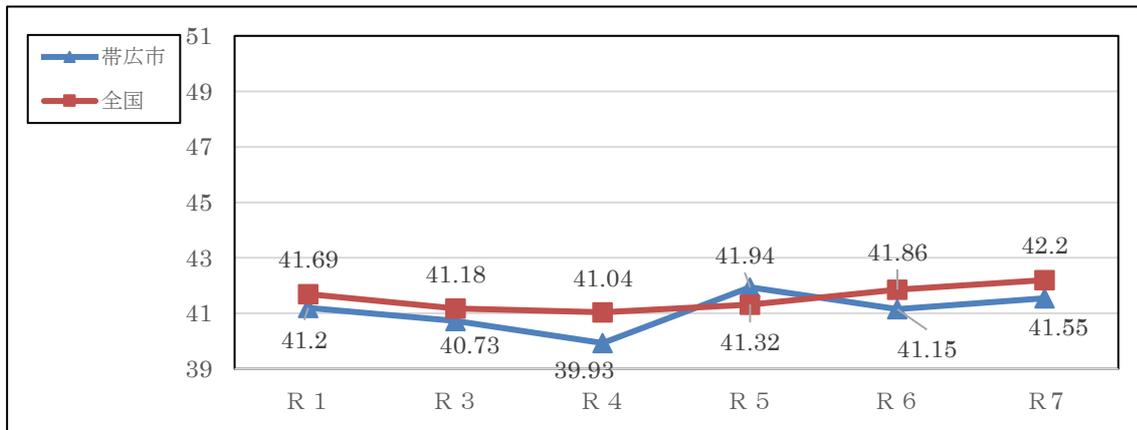
(3) 中学校男子

①各種目の記録及び体力合計点

		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 ラン(回)	50m走(秒)	立ち幅とび (cm)	ハンドボール投 げ(m)	体力合計点
帯広市	記録	28.71	25.49	44.09	50.37	79.60	8.17	197.92	21.93	41.55
	全国差	▲0.24	▲0.60	▲1.03	▲1.27	0.78	▲0.17	0.41	1.19	▲0.65
	全道差	▲0.61	▲0.05	0.45	0.52	4.13	▲0.02	1.68	1.55	0.67
全国	記録	28.95	26.09	45.12	51.64	78.82	8.00	197.51	20.74	42.20
北海道	記録	29.32	25.54	43.64	49.85	75.47	8.15	196.24	20.38	40.88

※▲は全国平均や全道平均以下

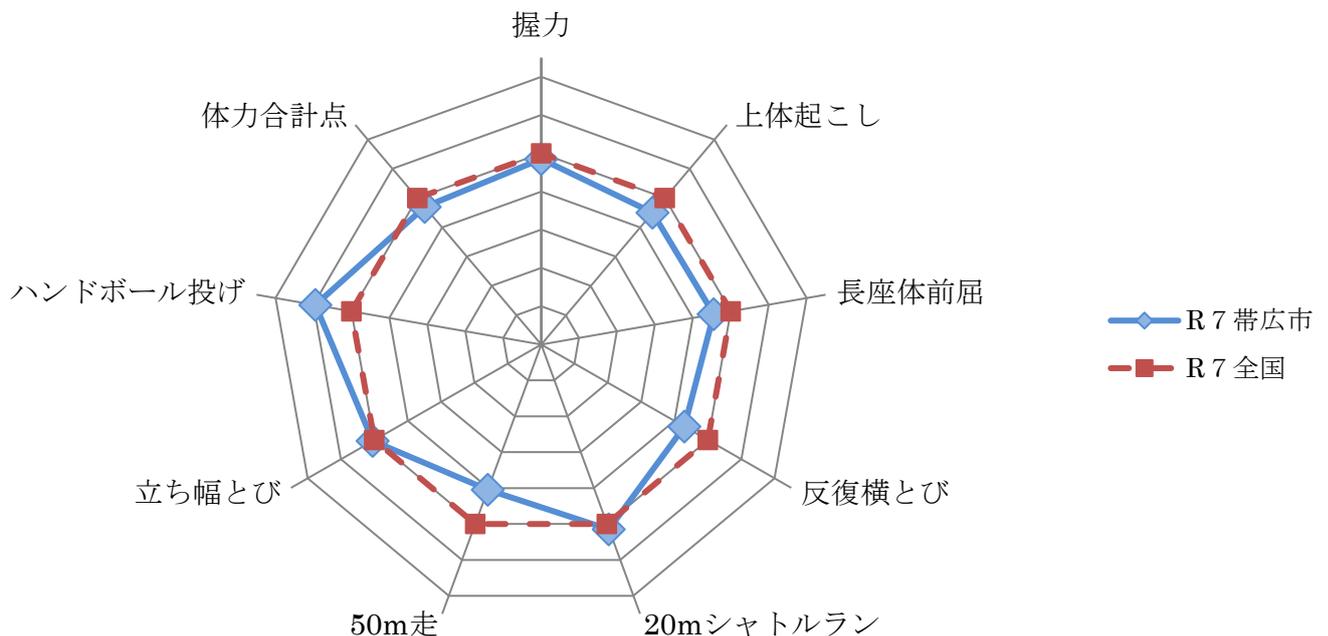
②体力合計点の推移



③各種目の経年及び全国との比較 (T得点)

	握力	上体起こし	長座体前屈	反復横とび	20mシャトルラン	50m走	立ち幅とび	ハンドボール投げ	体力合計点
R7帯広市	▲49.7	▲49.0	▲49.1	▲48.6	50.3	▲48.1	50.1	51.9	▲49.4
R6帯広市	50.7	▲48.7	▲48.7	▲47.2	50.4	▲49.0	50.3	51.1	▲49.3
R5帯広市	50.6	▲49.6	50.1	▲48.4	51.5	▲49.9	51.0	52.5	50.6

※▲は全国平均以下



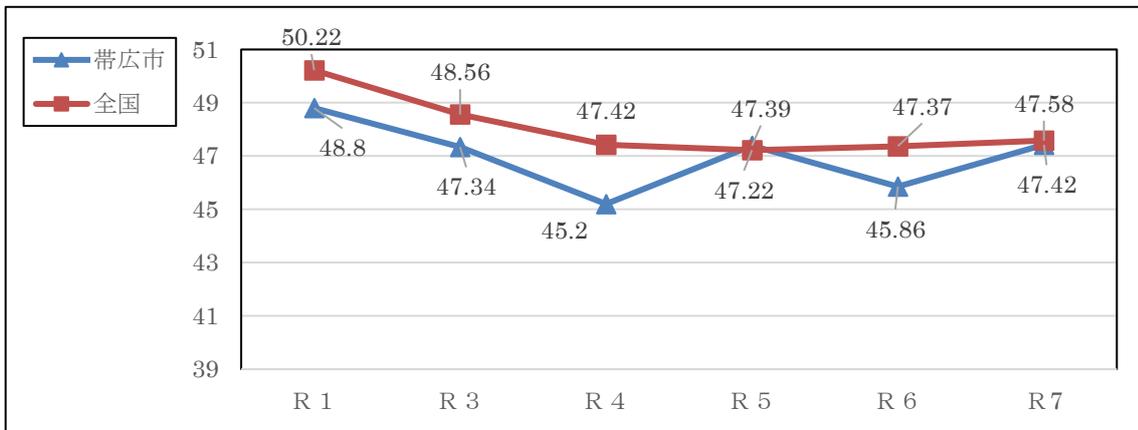
(4) 中学校女子

①各種目の記録及び体力合計点

		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 ラン(回)	50m走(秒)	立ち幅とび (cm)	ハンドボール投 げ(m)	体力合計点
帯広市	記録	22.17	21.05	45.88	44.33	51.01	9.01	167.13	13.06	47.42
	全国差	▲0.98	▲0.65	▲1.11	▲1.41	0.41	▲0.04	0.69	0.63	▲0.16
	全道差	▲0.72	0.52	0.34	0.78	4.91	0.18	5.73	1.14	2.72
全国	記録	23.15	21.70	46.99	45.74	50.60	8.97	166.44	12.43	47.58
北海道	記録	22.89	20.53	45.54	43.55	46.10	9.19	161.40	11.92	44.70

※▲は全国平均や全道平均以下

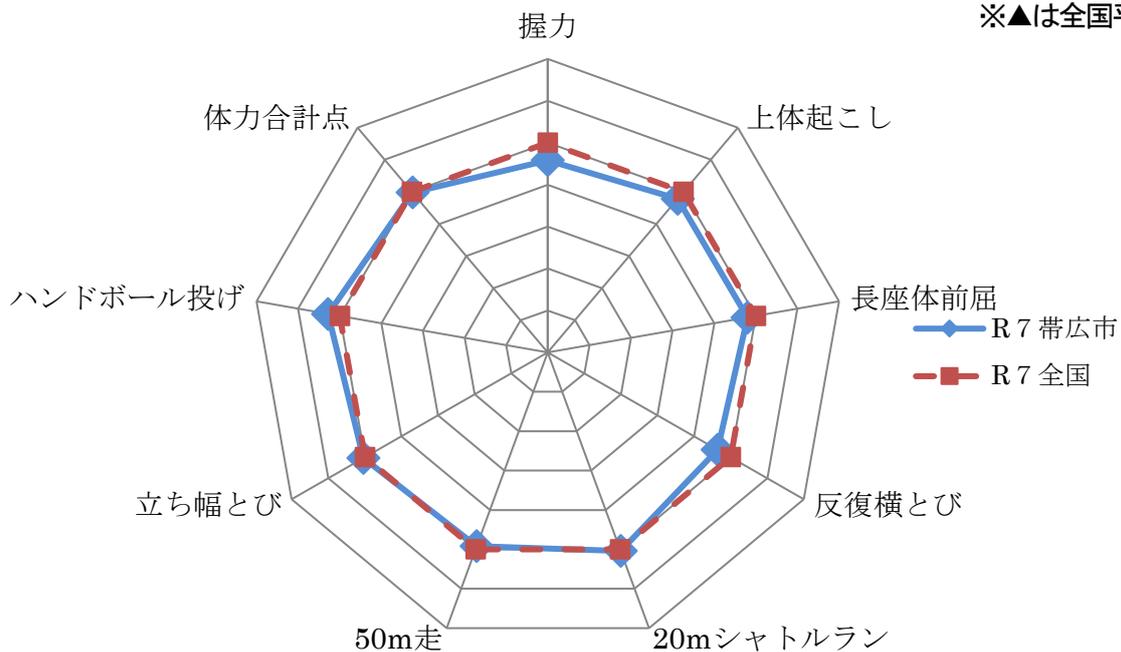
②体力合計点の推移



③各種目の経年及び全国との比較 (T得点)

	握力	上体起こし	長座体前屈	反復横とび	20mシャトルラン	50m走	立ち幅とび	ハンドボール投げ	体力合計点
R7帯広市	▲47.9	▲48.9	▲49.0	▲48.2	50.2	▲49.6	50.2	51.4	▲49.9
R6帯広市	▲48.3	▲49.0	▲48.2	▲46.9	50.0	▲49.9	50.2	50.3	▲48.7
R5帯広市	▲49.3	50.2	▲49.8	▲48.4	50.5	▲49.9	51.3	50.9	50.1

※▲は全国平均以下

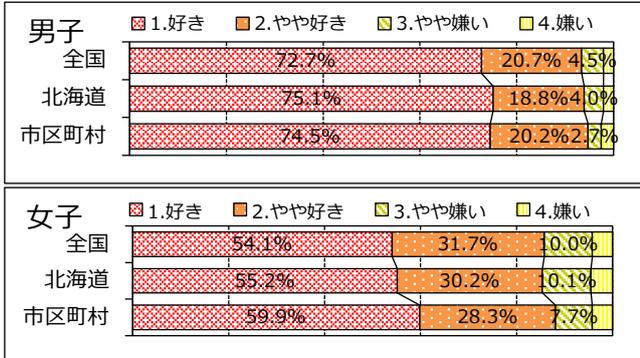


## 9 児童生徒質問紙調査の状況

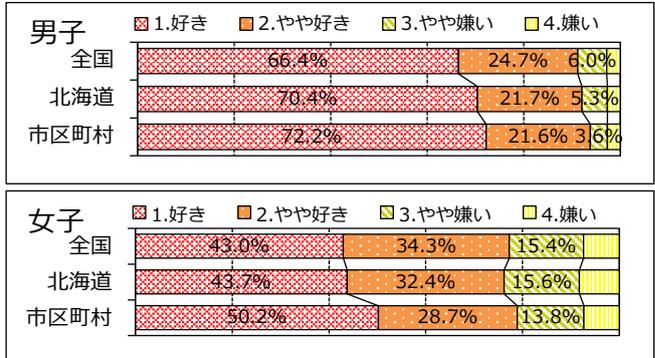
(1) 運動習慣に関する項目 (※グラフの市区町村は、帯広市を指します。)

### ① 運動(体を動かす遊びをふくむ)やスポーツをすることは好きですか。

[小学校]

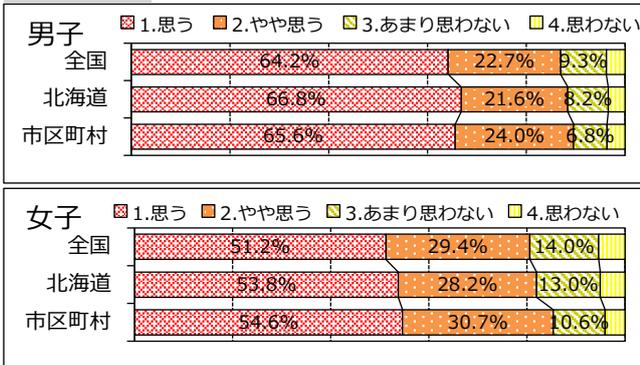


[中学校]

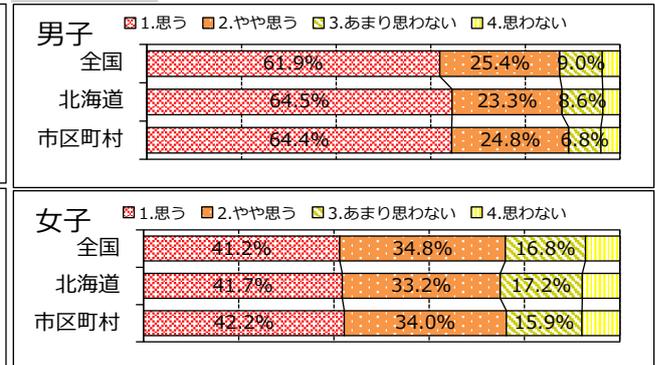


### ② 中学校に進んだら(中学生は卒業後)、授業以外でも自主的に運動(体を動かす遊びをふくむ)やスポーツをする時間を持ちたいと思いますか。

[小学校]

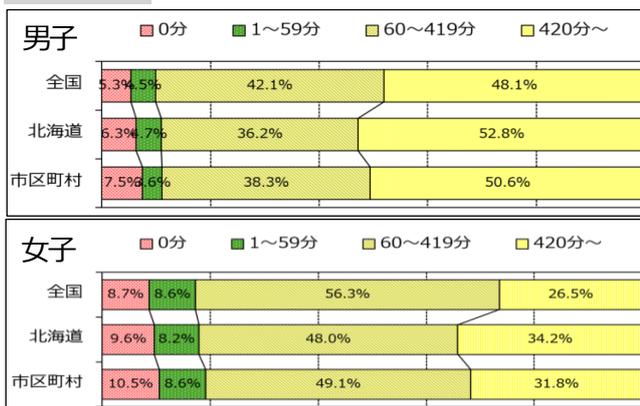


[中学校]

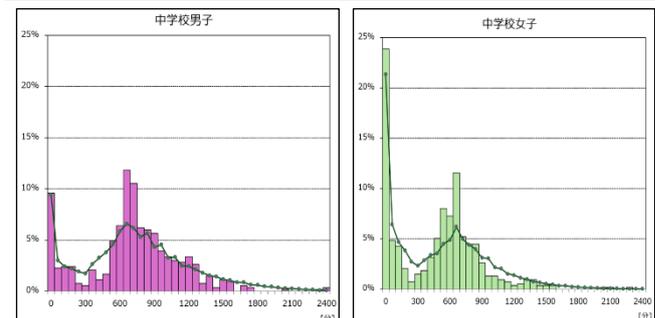
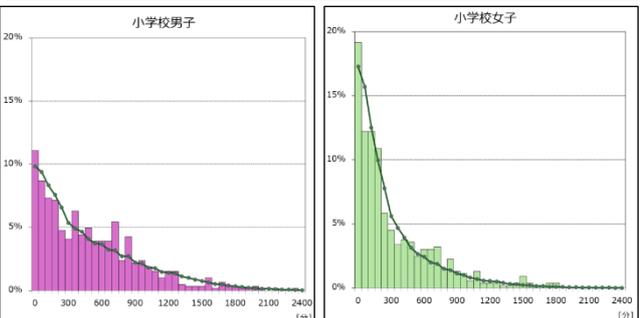
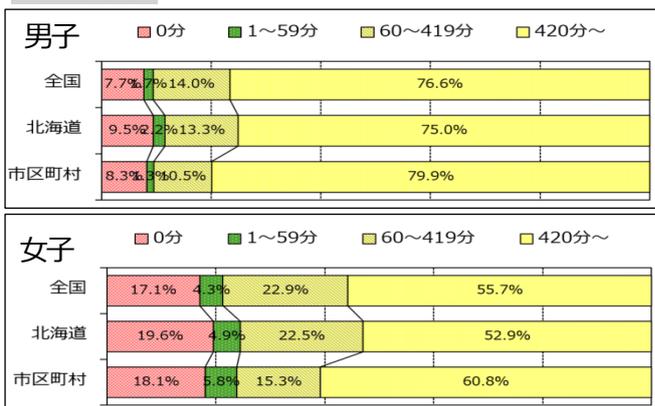


### ③ 学校の体育(保健体育)の授業以外で、運動(体を動かす遊びをふくむ)やスポーツをした1週間の総運動時間

[小学校]



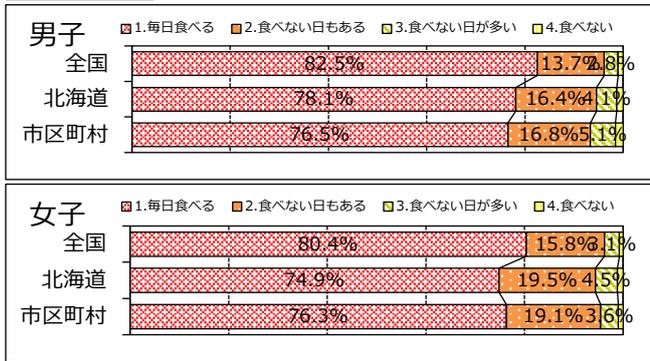
[中学校]



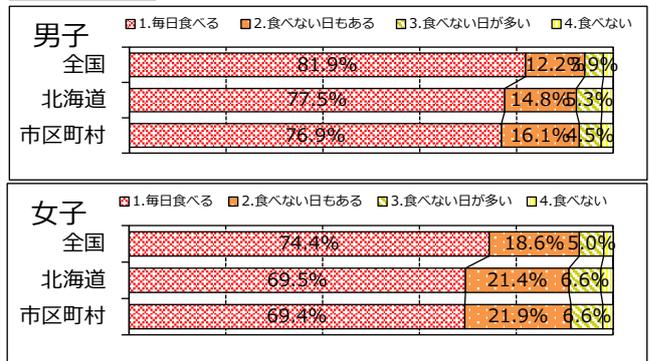
(2) 生活習慣に関する項目 (※グラフの市区町村は、帯広市を指します。)

① 朝食は毎日食べますか。(学校が休みの日も含めます)

[小学校]

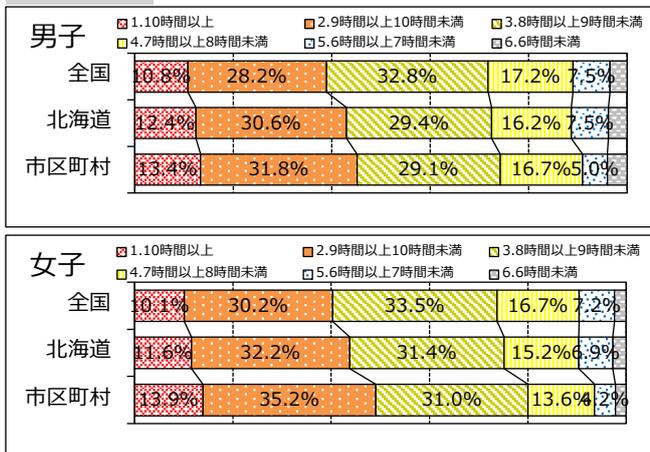


[中学校]

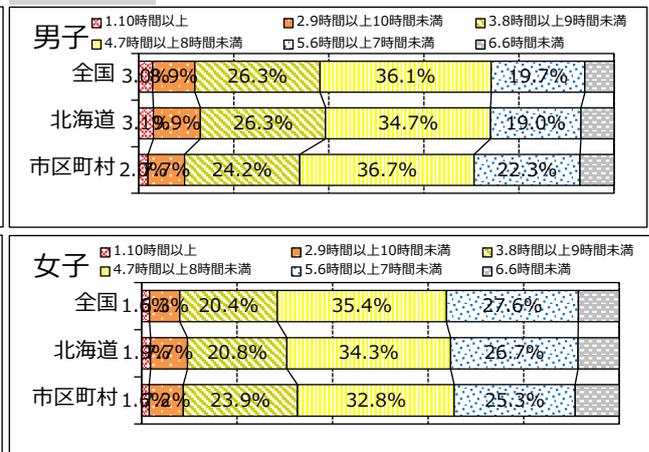


② 毎日どのくらい寝ていますか。

[小学校]

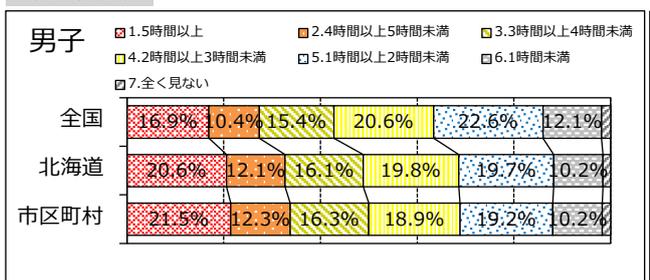


[中学校]

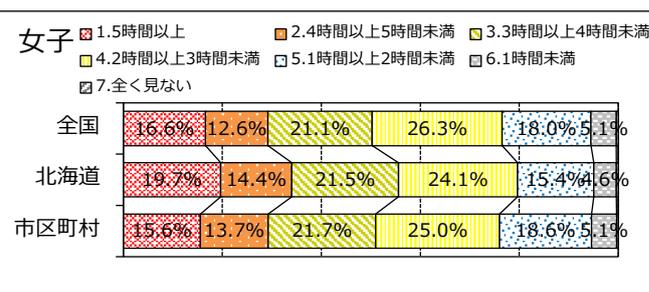
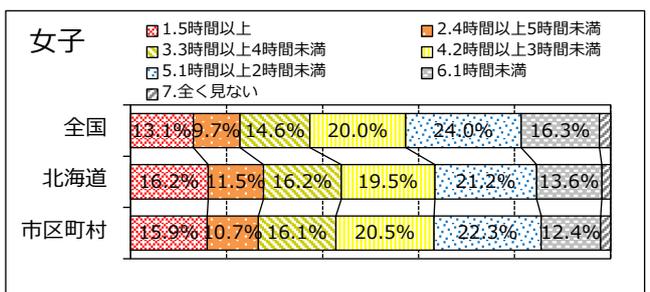
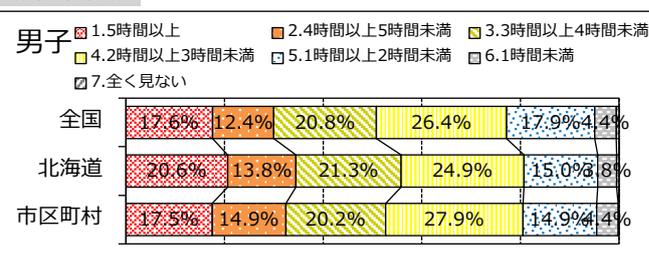


③ 平日、学習以外で、1日にどのくらいの時間、TVやDVD、ゲーム機、スマートフォン、パソコン等どの程度を見ていますか。

[小学校]



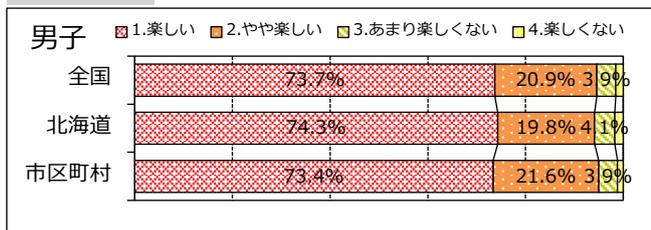
[中学校]



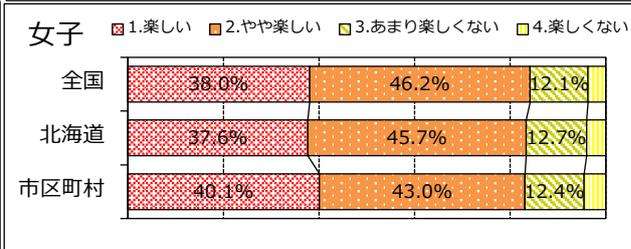
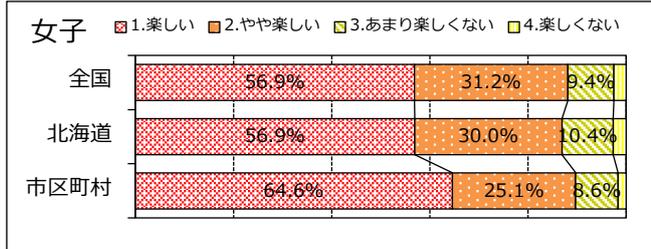
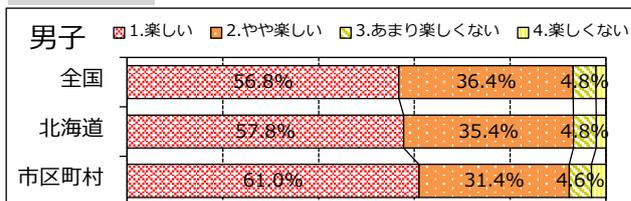
(3) 体育・保健体育の授業に関する項目 (※グラフの市区町村は、帯広市を指します。)

① 体育(保健体育)の授業は楽しいですか。

[小学校]

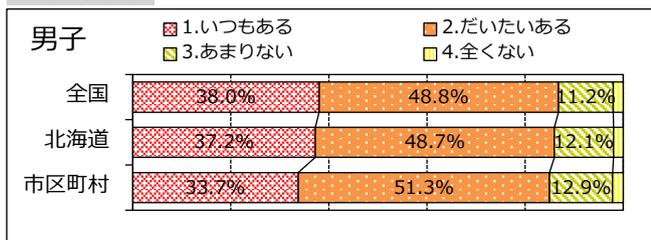


[中学校]

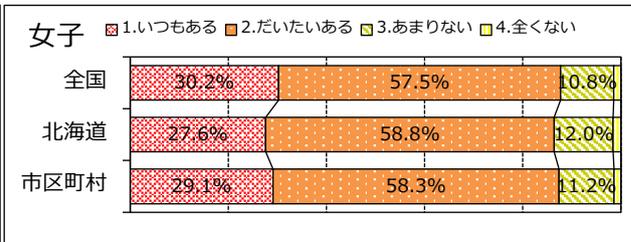
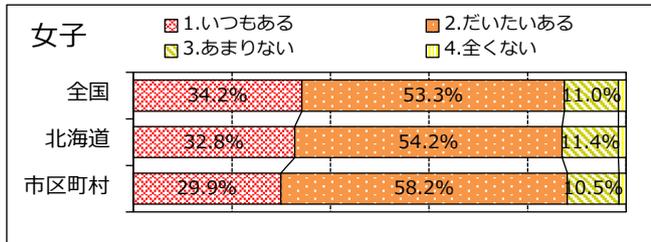
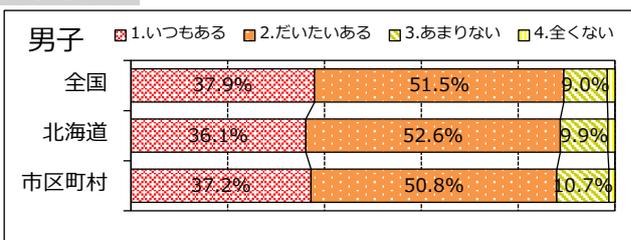


② 体育(保健体育)の授業で、友達と助け合ったり、教え合ったりして学習することで、「できたり、わかったり」することがありますか。

[小学校]

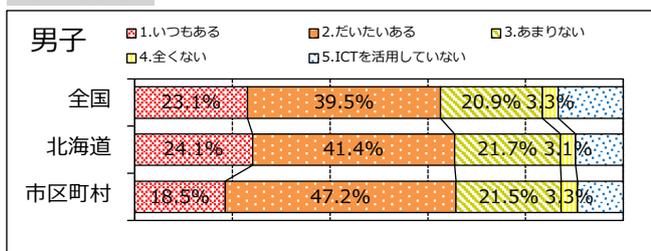


[中学校]

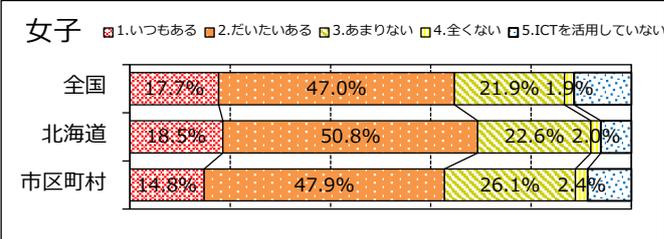
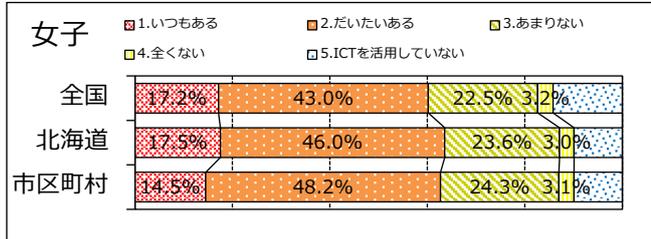
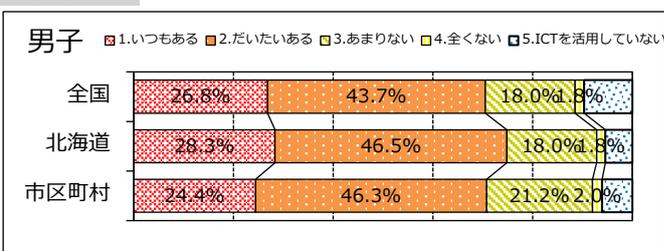


③ 体育(保健体育)の授業で、タブレットなどのICTを使って学習することで、「できたり、わかったり」することがありますか。

[小学校]



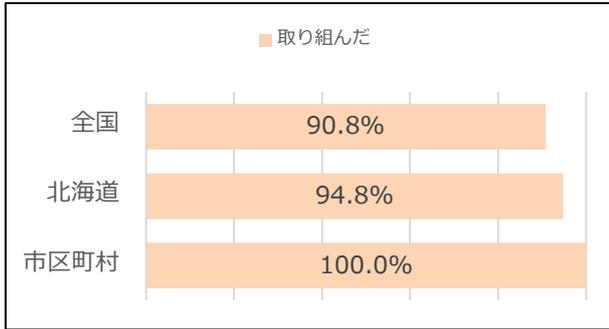
[中学校]



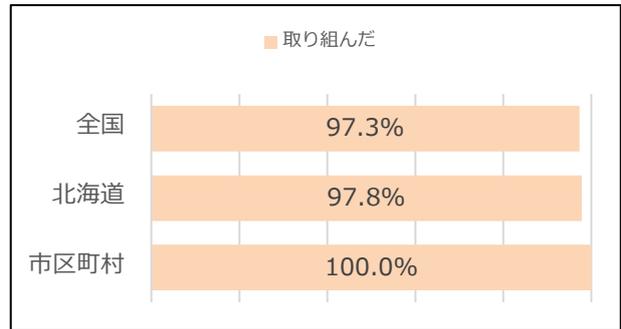
10 学校質問紙調査の状況 (※グラフの市区町村は、帯広市を指します。)

① 児童生徒が主体的に体力向上に取り組むための授業改善に取り組んでいる。

[小学校]

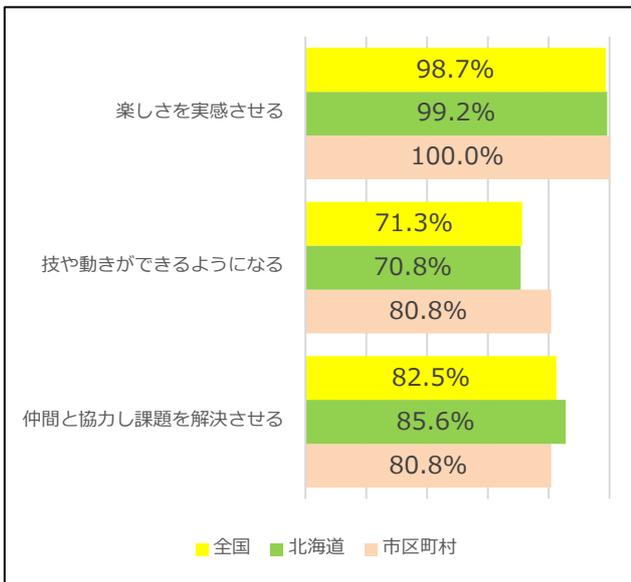


[中学校]

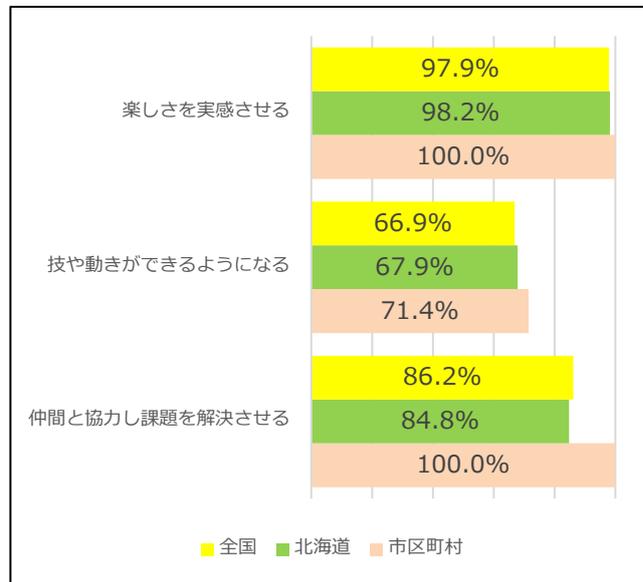


② 保健体育の授業で大切にしていること。

[小学校]

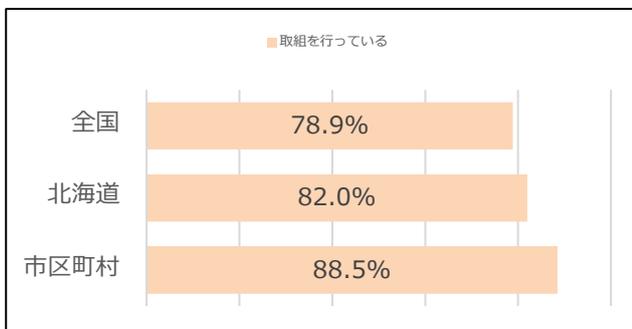


[中学校]

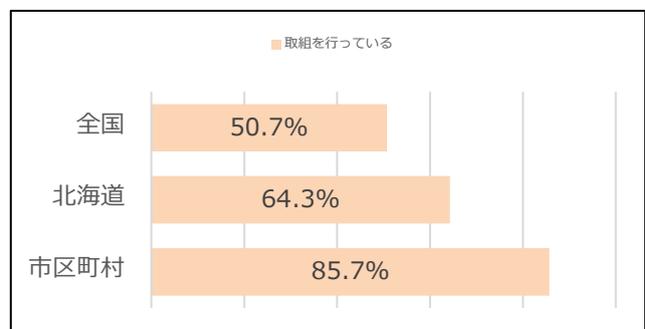


③ 体育(保健体育)授業以外での、体力・運動能力の向上に係る取組

[小学校]



[中学校]



## Ⅱ

# 調査結果の総括

---

## 調査結果のまとめ

### ■体力合計点及び各種目の記録について

#### 【体力合計点】

小学校においては、男女ともに全国平均を上回り、特に男子においては4年続けて上回った。

中学校においては、男女ともに全国平均を下回った。

また、全国的に体力合計点については、中学校男子を除き、新型コロナウイルス感染症拡大前の水準に至っていないという結果となっているが、帯広市の小学校においては、昨年度に引き続き上昇傾向にある。中学校においては、昨年度に引き続き全国平均を下回ったものの、女子では全国平均と差が縮まる結果となった。

#### 【各種目の記録】

小学校においては、男子が「握力」「上体起こし」「長座体前屈」「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」の全8種目、女子が「握力」「上体起こし」「長座体前屈」「反復横とび」「50m走」「立ち幅とび」「ソフトボール投げ」の7種目で全国平均を上回った。

中学校においては、男子が「20mシャトルラン」「立ち幅とび」「ハンドボール投げ」の3種目、女子が「20mシャトルラン」「立ち幅とび」「ハンドボール投げ」の3種目で全国平均を上回った。

小学校及び中学校ともに、「50m走」が継続して全国平均を下回る傾向にあり、本市の課題種目となっているが、中学校女子が全国平均と差が縮まる結果となるなど改善傾向も見られる。なお、「50m走」については、引き続き冬期間の積雪寒冷期間による運動機会の減少による影響に配慮し、冬期間の運動機会の確保を目指す取組を継続することが必要である。

### ■運動習慣及び生活習慣について

#### 【運動習慣】

小学校及び中学校ともに、1週間の総運動時間が「60分未満」の割合及び「420分以上」の割合が全国よりも高い傾向にあり、運動習慣の2極化が懸念される状況となっている。また、小学校及び中学校において、「全くしない(0分)」と回答した児童生徒の割合は、昨年度調査よりも中学校男子を除き増加する結果となった。

1週間の総運動時間が「60分未満」の児童生徒は、それ以外の児童生徒に比べ、体力合計点が低い傾向が見られる。児童生徒における良好な運動習慣の獲得は、体力の向上の基板となることはもとより、運動を通じた社会性の向上、基本的な生活習慣の獲得等にもつながることから、児童生徒の良好な運動習慣の育成を目指した取組を検討する必要がある。

#### 【生活習慣について】

朝食の欠食については、依然として小学校、中学校ともに全国より低い傾向にあるが、小学校において昨年比で毎日食べる児童の割合が増加するなど、改善傾向が見られる。

スクリーンタイムについては、「3時間以上見ている」という割合が全国を上回っており課題の1つになっているが、昨年度と比較して、女子児童生徒については改善傾向にある。

これまでの調査でも朝食を「毎日食べる」児童生徒の体力合計点が高いことや、スクリーンタイムが3時間以上を超えると体力合計点が低くなることが確認されている。

健康三原則（運動、食事、休養及び睡眠）の大切さを伝える中で、改めて児童生徒に朝食の摂取が自身の体力に与える影響や、ICT機器の利活用の広まりに伴い、学校と家庭が連携し、児童生徒にICT機器を有効に活用するために必要な正しい知識と技術を身に付けさせるなど、適切な利用する態度を育成していくことが必要である。

## ■体育・保健体育の授業について

### 【授業が楽しい】

体育・保健体育の授業に対する意識においては、小学校男子で全国平均を上回り、小学校女子及び中学校男子と女子において全国平均をやや下回る結果となったものの、ほぼ同水準の結果となった。昨年度と比較すると小学校で改善傾向が見られた。

「友達と助け合ったり、教え合ったりして学習することで『できたり、わかったり』することがある」と回答した割合については、小学校で改善傾向が見られ、昨年度比で全国平均との差を縮める結果となった。友だちとの学び合いを通じた「できた」「わかった」という実感は、「楽しい」という気持ちにつながり、より主体的に運動に取り組むことにつながるため、授業中に大切にしていきたい要素である。

これまでの調査でも、「楽しい」と感じる児童生徒は運動時間が長く、体力合計点が高いことが示されており、今後も児童生徒が友だちとの関わりを通して、楽しさや喜び、達成感を味わえるような工夫が求められる。

### 【ICT活用】

体育・保健体育の授業におけるICT活用については、小学校、中学校ともに全国より高く、ICT活用を通して「できた」「わかった」と感じている児童生徒の割合も高い傾向にある。

ICTの適切な活用による学習の効率化は、児童生徒の運動に対する正しい理解を促し、体力向上や望ましい運動習慣の形成につながると考えられることから、今後も適切に活用することが重要である。

## ■学校の特徴について

### 【体育・保健体育の授業改善】

児童生徒が主体的に体力向上に取り組むための授業改善に取り組んでいると回答した学校は、小学校及び中学校において100%となり、授業改善の必要性と体力向上への意識の高まりが見られた。

また、体育・保健体育の授業で大切にしていることとして、「楽しさを実感させる」と回答した学校の割合は、小学校及び中学校ともに全国より高い状況となっている。また、小学校及び中学校においては「技や動きができるようになる」、中学校においては「仲間と協力し課題解決させる」と回答した学校の割合が全国より高い状況となっている。

これらは、運動やスポーツに対する意欲向上に欠かせないことであり、日頃から各学校において高い意識をもって体育・保健体育の授業が行われていることを表す結果であったと思われる。

## 【体育・保健体育の授業以外での体力・運動能力の向上に係る取組について】

体育・保健体育の授業以外での体力・運動能力の向上に係る取組について、行っていないと回答する学校が一定数見られた。

前述の「運動習慣及び生活習慣について」で記載したとおり、本市において週の総運動時間が「60分未満」の児童生徒の割合は、全国と比較して高い傾向にある。学校の体育・保健体育の授業以外にはほとんど運動をしていない児童生徒の運動時間を確保するためには、各学校において児童生徒が身体を動かす機会を意図的に提供する中で、運動時間を増やすことはもとより、友だちとの関わりの中で運動やスポーツに親しむ経験を重ねていくことは効果的である。

## 調査結果を踏まえた帯広市の取組

### ■ 実施時期の配慮 及び 専門家との連携

本市は、特に中学校女子において改善が見られたものの、小学校及び中学校ともに「50m走」が全国を下回る傾向がある。冬期間の積雪寒冷期間による運動機会の減少による影響を考慮し、新体力テストの実施時期を工夫するよう各学校へ通知することで、大きな成果が見られていることから、次年度以降も継続して取り組んでいくこととしていく。しかしながら、近年の気候変動に伴い、熱中症事故の危険性にも配慮する必要がある。

また、令和7年度には、体力向上推進プロジェクトチーム会議において、有識者を招いて「日常的に運動に親しむ習慣づくり」や「冬季間の体力向上の取組」について専門的な知見から助言をいただき、各エリアにおける体力向上の取組の更なる充実を目指してきた。

引き続き、児童生徒の経年での体力・運動能力の傾向を把握し、体力・運動能力の向上の対策に資するため、新体力テストを全ての学年において全種目実施する。冬期間の積雪寒冷期間による運動機会の減少による影響や熱中症事故防止を鑑みた実施時期とすることを考慮し、実施時期は6～7月を基本とする。また、おびひろスクールラボを活用した体力向上に関する研修等の更なる充実を図ることで、専門的な知見を根拠とした日常的な運動機会、運動時間を増やす効果的な取組を展開する。

### ■ ICTを活用した学びの充実

ICT活用の頻度は、全国と比較しても高い割合であり、小・中学校の体育・保健体育の授業の中で活用されている。さらなる学びの充実を目指して、今までの活用から、見本運動の動画提供や、自己の学習状況を捉えるタブレット端末の活用と振り返りの視点等を充実させることが重要である。そのことで、児童生徒が自らの課題や変容を認識することを促す振り返りの工夫や、授業者の授業改善に資する効果的な学習評価の在り方等につながる。「個別最適な学びと協働的な学びの一体的な充実」という視点から、今後もICTの効果的な活用により「できた」「わかった」という学びの実感を生む授業づくりが必要であると考えられる。

引き続き、体力向上推進プロジェクトチームを組織し、エリア連携による9年間を見通した取組の充実を図るとともに、中学校教員や専科教諭等の活用促進により、専門性の高い授業実践に触れる機会を設けることで、授業改善に資するICTを活用した体育・保健体育の授業力の向上を図る。

## ■ 家庭や地域、関係機関と連携した取組

朝食の欠食、スクリーンタイムの増加等、生活習慣の改善に課題が見られる状況である。こうした食習慣や生活習慣を改善するために、学校と家庭、地域が協働して課題を意識し、改善に向けて啓発等を行う必要がある。

生活習慣においては、学校運営協議会と積極的に連携し、地域、家庭を巻き込み ICT 機器を有効に活用するための知識と技能を身に付けさせるなど、適切な利用に努めることが必要である。また、良好な生活習慣確立に向けた家庭との連携についても、各学校の実態に応じて外部講師等を活用し周知するなど、各校で創意工夫を重ねていく必要がある。

食習慣においては、引続き、帯広市 PTA 連合会と連携し、児童参加型の食育イベント等を通じて、望ましい食習慣について考えたり、親子で一緒に体を動かしたり、帯広市教育委員会の食育指導専門員や栄養教諭からの食に関する学習を通して食について考えたりすることで、児童生徒の体力・運動能力や健康と家庭生活の在り方について啓発していく。