

令和7年度 全国体力・運動能力、運動習慣等調査(スポーツ庁)の 藤沢市の結果について

1 趣旨

令和7年度に国が実施した全国体力・運動能力、運動習慣等調査(悉皆調査)における本市の児童生徒の結果を全国・神奈川県(政令指定都市を除く)の結果と比較・分析し、傾向をまとめたので報告するものです。

2 実施状況

- 調査期間 全国調査 令和7年4月～7月実施
- 調査対象

対象学校数	対象学校数		対象学年・人数	
全 国	小学校	18,868 校	小学校5年生	980,009 人
	中学校	9,497 校	中学校2年生	907,311 人
神奈川県 (政令指定都市を除く)	小学校	337 校	小学校5年生	24,455 人
	中学校	187 校	中学校2年生	22,739 人
藤沢市	小学校	35 校	小学校5年生	3,859 人
	中学校	19 校	中学校2年生	3,558 人

○調査内容

ア 実技(8種目)

種目	体力の要素	
握力	力強さ	各種目 10点 合計 80点
上体起こし	動きを持続する能力、力強さ	
長座体前屈	体の柔らかさ	
反復横とび	すばやさ、タイミングの良さ	
20mシャトルラン または 持久走(中学生のみ)	動きを持続する能力 ※中学生はどちらかを選択	
50m走	すばやさ、力強さ	
立ち幅とび	タイミングの良さ、力強さ	
ソフトボール投げ (中学生はハンドボ ール投げ)	タイミングの良さ、力強さ	



※種目別得点表に基づき、
各種目の得点を合計した
ものが体力合計点
(80点満点)

(参考)種目における得点の例

性別・校種	得点	握力
男子(小学校)	7点	17kgから19kg
女子(小学校)	7点	16kgから18kg
男子(中学校)	7点	43kgから46kg
女子(中学校)	7点	28kgから29kg

※記録によって得られる得点は、
校種・男女により異なる。

3 分析の視点

児童・生徒質問紙にある18の質問項目から、令和4年度から取り上げている8項目を抜粋し、体力合計点とのクロス集計を行い、関連をみましました。そのうえで、今年度本市の特徴として考えられる事項及び検討課題と判断した2項目に焦点をあて、分析を行いました。

1点目としては、平日における1日あたりのテレビやゲーム、スマートフォンなどの視聴時間(以降スクリーンタイム)に関する事項を一昨年度から継続して取り上げることになりました。また、今年度は長時間視聴している児童生徒と体力合計点を関連づけて検討しました。

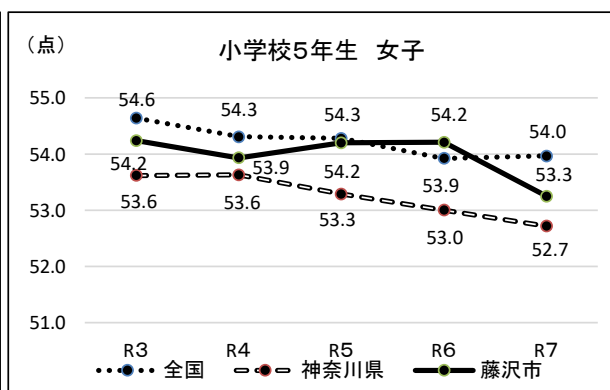
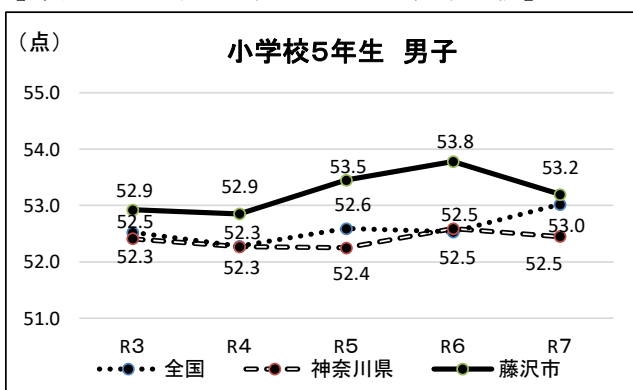
2点目としては、「体育の授業への興味関心」と「体育の授業への参加姿勢」です。学習指導要領で育成を目指す3つの資質の1つに「学びに向かう力、人間性等」の項目があります。これは、保健体育科の目標である「豊かなスポーツライフの実現」に向けてもつながる大事なものと捉えています。

4 藤沢市と全国・県との体力の比較(小学校5年生)

小学校5年生						
種目(単位)	男子			女子		
	全国	神奈川県	藤沢市	全国	神奈川県	藤沢市
握力(kg)	15.96	16.33	17.08	15.61	15.83	16.60
上体起こし(回)	19.46	19.48	19.58	18.36	18.12	18.23
長座体前屈(cm)	33.88	34.92	34.01	38.15	38.90	<u>37.69</u>
反復横とび(点)	40.89	38.34	38.59	38.70	35.62	35.79
20mシャトルラン(回)	47.94	45.80	47.10	36.85	33.85	34.84
50m走(秒)	9.46	9.44	<u>9.49</u>	9.77	9.77	<u>9.83</u>
立ち幅とび(cm)	150.93	148.54	153.19	142.34	138.61	142.68
ソフトボール投げ(m)	21.06	20.44	20.61	13.11	12.76	<u>12.74</u>
体力合計点(点)/80	53.02	52.45	53.20	53.97	52.72	53.25

※太枠・太字は全国・県の平均を上回っている数値、下線は全国・県の平均を下回っている数値

【藤沢市立小学校5年生の体力の経年推移】



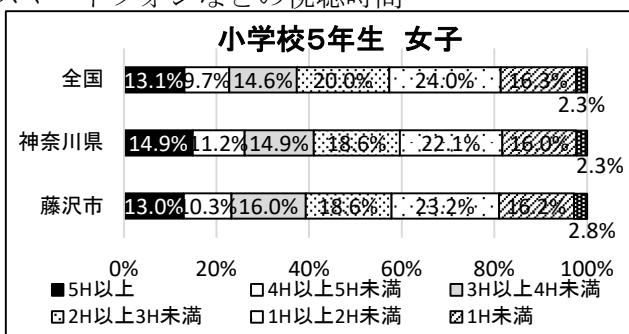
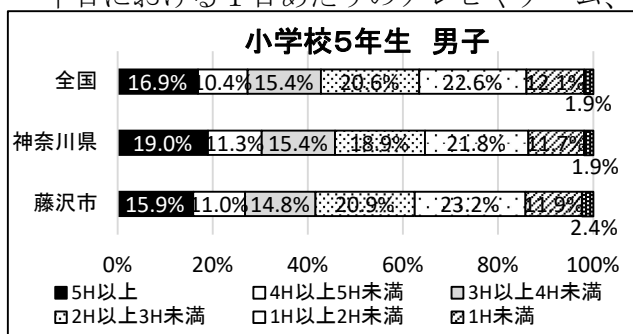
5 藤沢市立小学校5年生の生活習慣等の結果および体力合計点の関係(クロス集計)

設問項目		男子				女子				
		全国	神奈川県	藤沢市		全国	神奈川県	藤沢市		
		選択肢に対する割合			体力合計点の平均	選択肢に対する割合			体力合計点の平均	
1	地域のスポーツクラブへの所属状況(スポーツ少年団や習い事を含む)	地域のスポーツクラブ	64.4%	68.0%	72.0%	55.1	48.8%	51.7%	53.2%	55.6
		入っていない	35.6%	32.0%	28.0%	48.0	51.2%	48.3%	46.8%	50.5
2	体育の授業以外での1週間の総運動時間(分)	14時間以上	524分	567分	567分	59.1	316分	324分	318分	60.4
		7時間以上14時間未満				56.1				57.1
		3.5時間以上7時間未満				51.3				54.2
		1時間以上3.5時間未満				47.3				51.5
		1分以上60分未満				43.2				48.2
		0分				41.5				47.5
3	運動やスポーツの「好き・きらい」	好き	72.7%	72.7%	72.7%	55.8	54.1%	54.2%	53.8%	56.2
		やや好き	20.7%	20.8%	21.2%	47.4	31.7%	31.8%	32.0%	51.1
		ややきらい	4.5%	4.7%	4.4%	40.8	10.0%	10.0%	10.1%	47.3
		きらい	2.0%	1.9%	1.8%	37.7	4.2%	4.0%	4.1%	43.9
4	朝食の摂取状況	毎日食べる	82.5%	81.2%	84.6%	53.2	80.4%	80.0%	84.0%	53.5
		食べない日もある	13.7%	14.4%	11.9%	52.1	15.8%	15.9%	13.2%	51.7
		食べない日が多い	2.8%	3.0%	2.6%	53.4	3.1%	3.3%	2.7%	49.1
		食べない	1.0%	1.3%	0.9%	47.3	0.7%	0.8%	0.2%	53.5
5	1日の睡眠時間	10時間以上	10.8%	12.7%	12.4%	53.6	10.1%	12.0%	10.8%	53.0
		9時間以上10時間未満	28.2%	29.4%	32.6%	53.6	30.2%	33.1%	36.5%	53.8
		8時間以上9時間未満	32.8%	31.3%	32.2%	53.3	33.5%	30.2%	30.3%	53.6
		7時間以上8時間未満	17.2%	15.7%	14.2%	53.2	16.7%	15.0%	14.6%	52.7
		6時間以上7時間未満	7.5%	7.4%	6.3%	51.5	7.2%	7.3%	6.0%	51.6
		6時間未満	3.5%	3.5%	2.3%	48.4	2.4%	2.3%	1.9%	50.5
6	平日における1日あたりのテレビやゲーム、スマートフォンなどの視聴時間	5時間以上	16.9%	19.0%	15.9%	49.9	13.1%	14.9%	13.0%	50.9
		4時間以上5時間未満	10.4%	11.3%	11.0%	50.6	9.7%	11.2%	10.3%	51.4
		3時間以上4時間未満	15.4%	15.4%	14.8%	53.0	14.6%	14.9%	16.0%	52.5
		2時間以上3時間未満	20.6%	18.9%	20.9%	53.4	20.0%	18.6%	18.6%	53.6
		1時間以上2時間未満	22.6%	21.8%	23.2%	55.0	24.0%	22.1%	23.2%	55.0
		1時間未満	12.1%	11.7%	11.9%	55.6	16.3%	16.0%	16.2%	53.9
		全く見ない	1.9%	1.9%	2.4%	51.2	2.3%	2.3%	2.8%	54.6
7	体育の授業への興味関心	楽しい	73.7%	73.6%	71.7%	55.1	56.9%	56.8%	58.0%	55.4
		やや楽しい	20.9%	20.8%	22.3%	49.2	31.2%	31.9%	30.5%	51.1
		あまり楽しくない	3.9%	3.9%	3.9%	44.1	9.4%	9.2%	9.6%	48.0
		楽しくない	1.5%	1.7%	2.1%	44.9	2.5%	2.1%	1.9%	43.1
8	体育の授業への参加姿勢	いつも進んで学習している	59.6%	56.2%	59.1%	55.7	50.7%	46.3%	49.0%	55.7
		だいたい進んで学習している	34.7%	37.9%	35.6%	50.3	41.3%	45.9%	43.9%	51.5
		あまり進んで学習していない	4.6%	4.9%	4.2%	43.7	6.7%	6.5%	6.4%	46.5
		進んで学習することはない	1.1%	1.0%	1.0%	38.5	1.2%	1.3%	0.8%	44.3

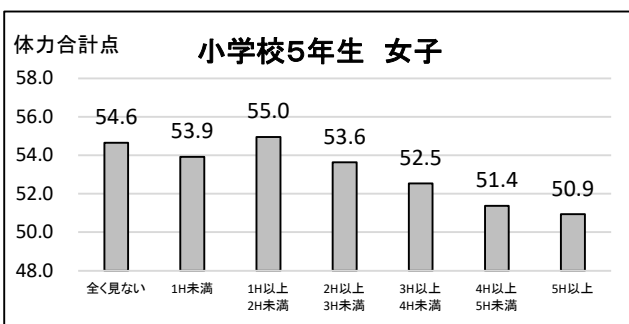
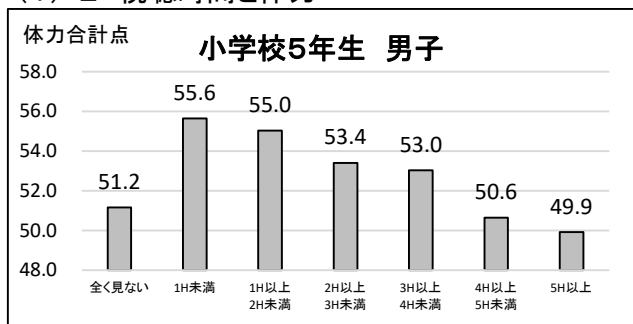
6 藤沢市立小学校5年生の生活習慣および体力の傾向(抜粋)

(1)-1 視聴時間

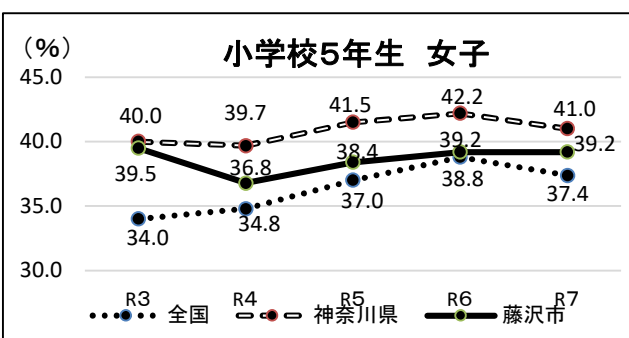
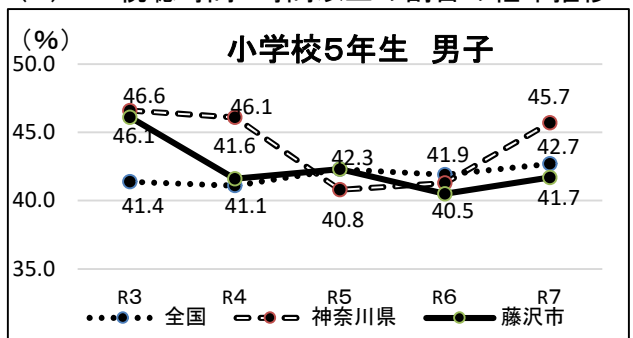
平日における1日あたりのテレビやゲーム、スマートフォンなどの視聴時間



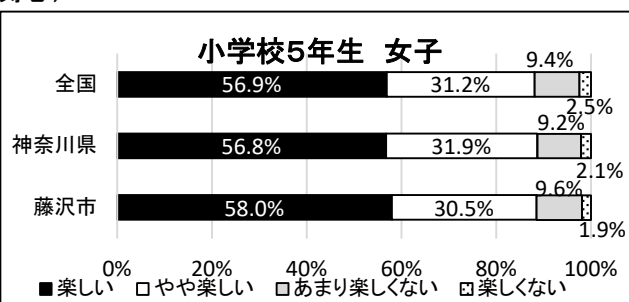
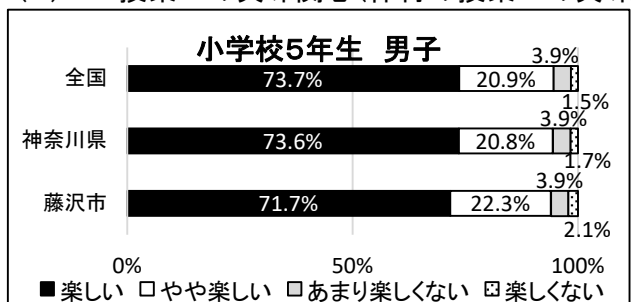
(1)-2 視聴時間と体力



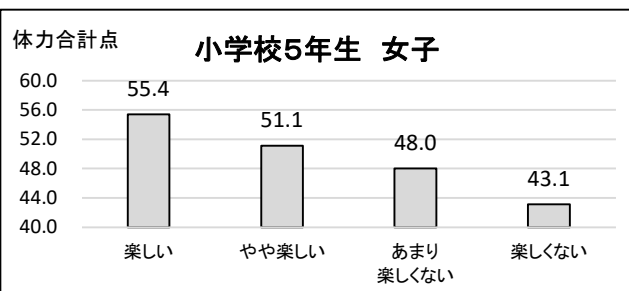
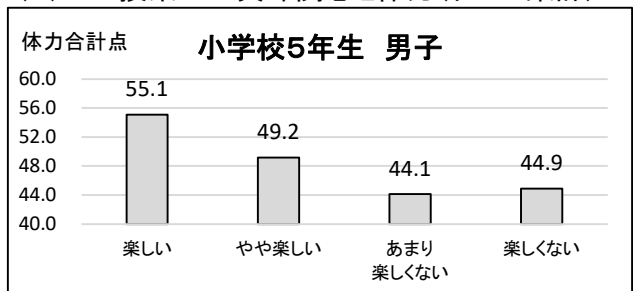
(1)-3 視聴時間3時間以上の割合の経年推移



(2)-1 授業への興味関心(体育の授業への興味関心)



(2)-2 授業への興味関心と体力(クロス集計)

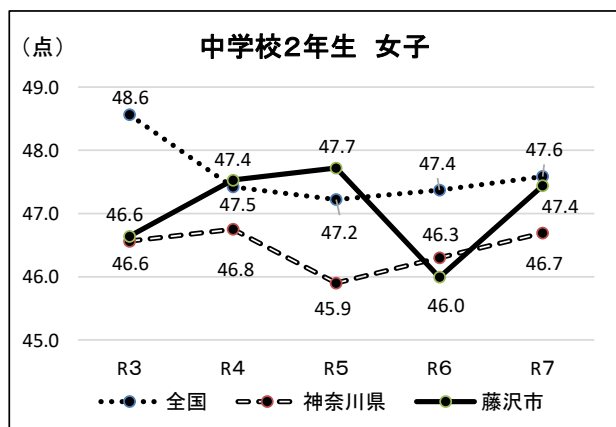
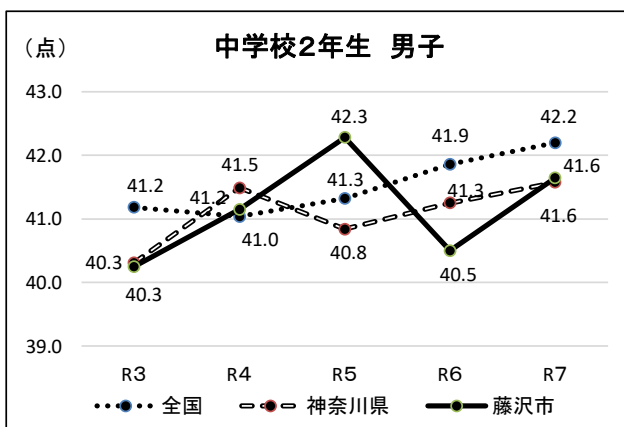


7 藤沢市と全国・県との体力の比較(中学校2年生)

中学校2年生						
種目(単位)	男子			女子		
	全国	神奈川県	藤沢市	全国	神奈川県	藤沢市
握力(kg)	28.95	28.65	<u>28.37</u>	23.15	23.00	<u>22.90</u>
上体起こし(回)	26.09	26.10	26.25	21.70	21.34	21.47
長座体前屈(cm)	45.12	45.08	<u>42.24</u>	46.99	46.82	<u>44.53</u>
反復横とび(点)	51.64	50.03	<u>50.02</u>	45.74	44.21	44.28
持久走(秒) (男子1500m 女子1000m)	409.25	411.40	404.67	309.66	317.43	312.63
20mシャトルラン(回)	78.82	78.64	81.33	50.60	49.53	51.22
50m走(秒)	8.00	7.96	7.87	8.97	8.92	8.79
立ち幅とび(cm)	197.51	195.11	196.41	166.44	163.99	166.73
ハンドボール投げ(m)	20.74	20.50	20.65	12.43	12.13	12.21
体力合計点(点)/80	42.20	41.57	41.64	47.58	46.69	47.44

※太枠・太字は全国・県の平均を上回っている数値、下線は全国・県の平均を下回っている数値

【藤沢市立中学校2年生の体力の経年推移】



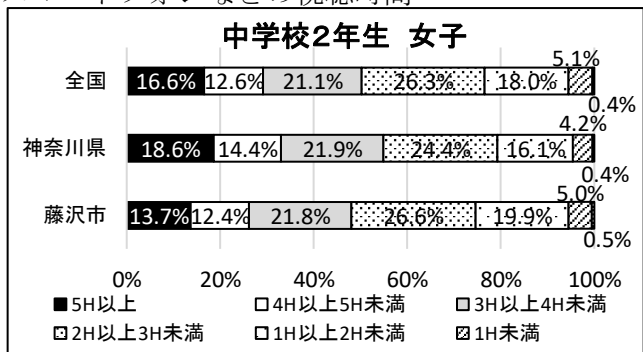
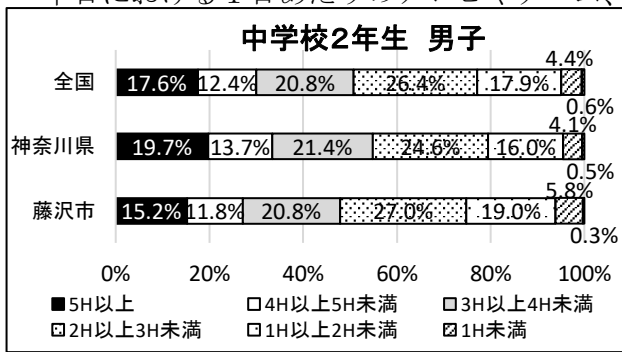
8 藤沢市立中学校2年生の生活習慣等の結果および体力合計点の関係(クロス集計)

設問項目		男子				女子				
		全国	神奈川県	藤沢市		全国	神奈川県	藤沢市		
		選択肢に対する割合			体力合計点の平均	選択肢に対する割合			体力合計点の平均	
1	運動部やスポーツクラブへの所属状況(複数回答可)	運動部	67.6%	67.5%	66.8%	42.7	52.7%	51.7%	51.5%	52.4
		文化部	9.3%	10.8%	13.1%	33.1	27.7%	29.9%	32.7%	39.9
		地域のスポーツクラブ	31.6%	26.6%	25.1%	46.8	20.0%	18.2%	16.1%	54.5
		地域のクラブ(文化)	1.5%	1.5%	1.3%	43.8	2.8%	2.1%	1.9%	48.5
		入っていない	10.2%	9.6%	7.3%	33.5	15.0%	14.8%	11.7%	40.8
2 (4)	1週間の総運動時間(分)	14時間以上	759分	824分	865分	44.9	520分	580分	618分	54.8
		7時間以上14時間未満				41.6				49.1
		3.5時間以上7時間未満				35.5				44.8
		1時間以上3.5時間未満				35.8				41.7
		1分以上60分未満				29.8				36.6
		0分				32.0				37.3
3	運動やスポーツの「好き・きらい」	好き	66.4%	66.5%	68.0%	44.9	43.0%	42.0%	46.5%	53.7
		やや好き	24.7%	24.5%	24.3%	35.8	34.3%	34.7%	31.3%	45.1
		ややきらい	6.0%	6.0%	5.4%	31.5	15.4%	15.1%	15.6%	37.7
		きらい	2.8%	2.9%	2.3%	30.3	7.4%	8.2%	6.6%	33.8
4	朝食の摂取状況	毎日食べる	81.9%	81.0%	84.6%	42.1	74.4%	73.0%	79.2%	47.9
		食べない日もある	12.2%	12.7%	10.3%	38.7	18.6%	19.8%	15.1%	46.5
		食べない日が多い	3.9%	4.1%	3.6%	39.3	5.0%	5.3%	4.2%	42.9
		食べない	2.0%	2.2%	1.5%	36.5	1.9%	1.9%	1.5%	38.8
5	1日の睡眠時間	10時間以上	3.0%	2.7%	2.4%	39.4	1.6%	1.6%	1.2%	49.8
		9時間以上10時間未満	8.9%	8.9%	8.5%	41.3	6.3%	6.3%	5.7%	47.6
		8時間以上9時間未満	26.3%	25.2%	27.4%	42.1	20.4%	20.0%	20.7%	46.8
		7時間以上8時間未満	36.1%	36.2%	38.0%	42.2	35.4%	34.0%	37.8%	48.6
		6時間以上7時間未満	19.7%	20.3%	18.2%	40.7	27.6%	28.9%	27.3%	46.6
		6時間未満	6.1%	6.7%	5.6%	40.0	8.6%	9.2%	7.2%	45.5
6	平日における1日あたりのテレビやゲーム、スマートフォンなどの視聴時間	5時間以上	17.6%	19.7%	15.2%	37.8	16.6%	18.6%	13.7%	45.0
		4時間以上5時間未満	12.4%	13.7%	11.8%	41.5	12.6%	14.4%	12.4%	44.1
		3時間以上4時間未満	20.8%	21.4%	20.8%	41.5	21.1%	21.9%	21.8%	48.1
		2時間以上3時間未満	26.4%	24.6%	27.0%	43.1	26.3%	24.4%	26.6%	47.9
		1時間以上2時間未満	17.9%	16.0%	19.0%	43.0	18.0%	16.1%	19.9%	49.0
		1時間未満	4.4%	4.1%	5.8%	40.3	5.1%	4.2%	5.0%	49.4
		全く見ない	0.6%	0.5%	0.3%	49.0	0.4%	0.4%	0.5%	51.3
7	保健体育の授業への興味関心	楽しい	56.8%	56.2%	55.7%	44.4	38.0%	35.4%	35.8%	52.8
		やや楽しい	36.4%	36.8%	37.4%	38.9	46.2%	46.7%	47.1%	46.6
		あまり楽しくない	4.8%	4.7%	5.4%	35.5	12.1%	14.0%	14.0%	38.4
		楽しくない	2.0%	2.3%	1.4%	32.2	3.7%	3.9%	3.1%	35.0
8	保健体育の授業への参加姿勢	いつも進んで学習している	47.2%	44.2%	48.5%	44.8	37.2%	31.9%	38.4%	51.6
		だいたい進んで学習している	44.9%	48.5%	46.6%	39.2	51.3%	55.6%	52.8%	45.9
		あまり進んで学習していない	6.5%	6.1%	4.3%	32.8	9.9%	10.9%	7.9%	37.0
		進んで学習することはない	1.3%	1.3%	0.6%	30.5	1.5%	1.6%	0.9%	31.1

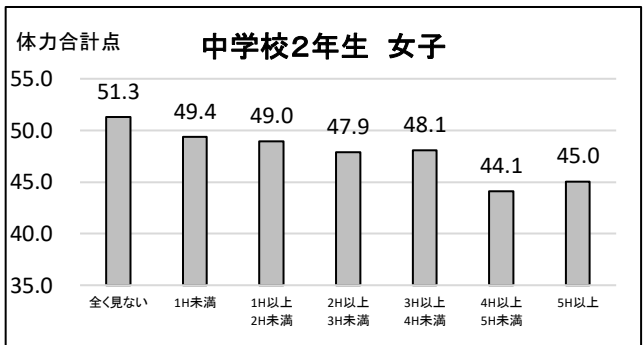
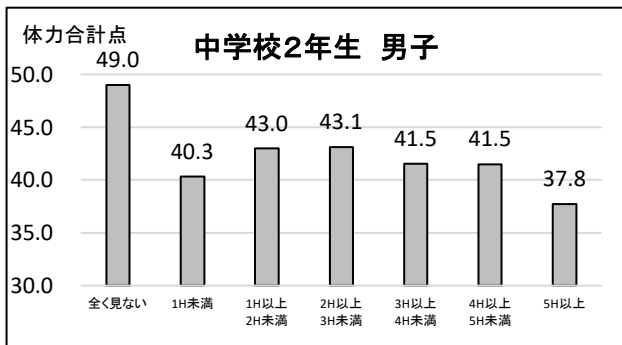
9 藤沢市立中学校2年生の生活習慣および体力の傾向(抜粋)

(1)-1 視聴時間

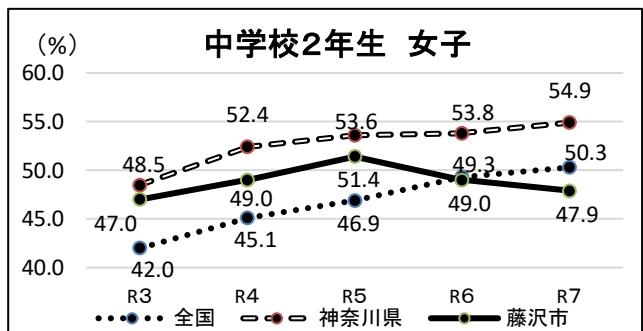
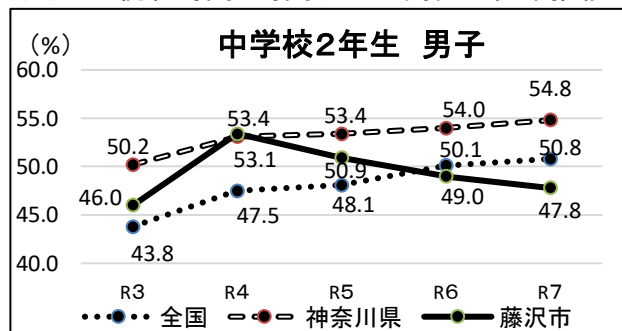
平日における1日あたりのテレビやゲーム、スマートフォンなどの視聴時間



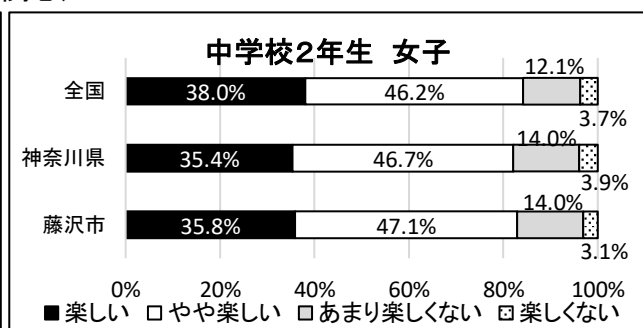
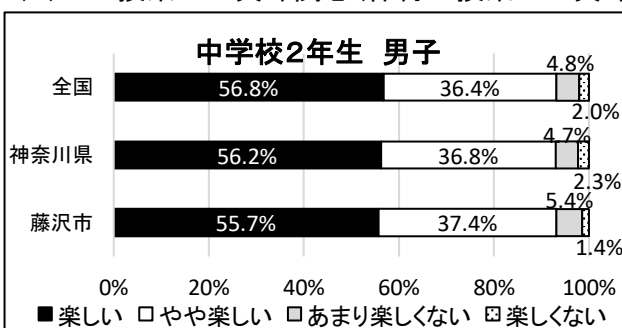
(1)-2 視聴時間と体力



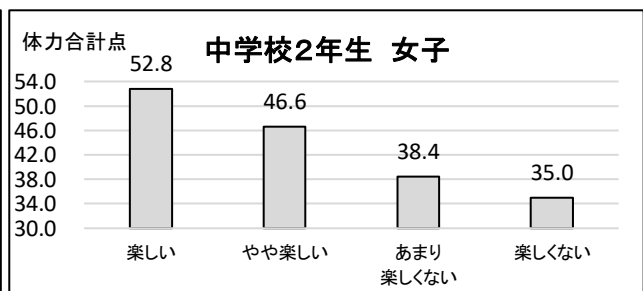
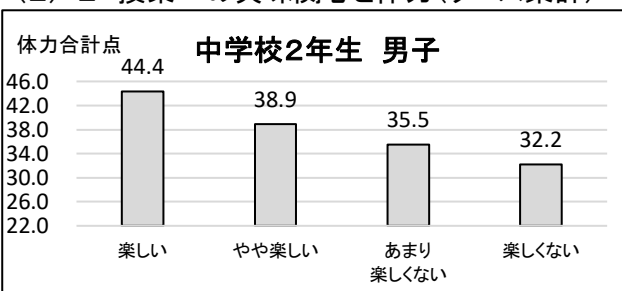
(1)-3 視聴時間3時間以上の割合の経年推移



(2)-1 授業への興味関心(体育の授業への興味関心)



(2)-2 授業への興味関心と体力(クロス集計)



【調査結果のまとめ】

令和7年度における本市の児童生徒の体力合計点は、小学校では、昨年度と比べて男女ともに微減したものの国や県の結果と大きな差はありませんでした。中学校では、男女ともに昨年度を上回る結果となり改善がみられました。また、昨年度も課題であった体の柔らかさに関しては、小学校男子は国の結果よりわずかに上回るものの、小学校女子、中学校男女ともに国や県の結果より低い数値でした。

体力合計点が高くなる要因としては、体育・保健体育の授業をはじめ、学校の教育活動全体や地域の活動を通して、運動に親しむ時間を保障することがあげられます。また、教師が生涯体育の視点やインクルーシブな視点をもつことで、体力や技能の程度や性別の違い等に関わらずどの子ども主体的に取り組むことができたり、児童生徒の困り感を共有し、みんなで課題を解決したりしていく体育の学習が実践できること等があげられます。

クロス集計の分析からも「体育の授業への興味関心」が高くなるほど体力合計点が高くなる傾向があることが分かりました。本市では、小学校・中学校の男女ともに肯定的な回答が80パーセントを超えており、依然として高い傾向が続いていることも特徴といえます。加えて、「体育の授業への参加姿勢」の肯定的な回答が小中学校男女ともに90パーセントを超えており、意欲的に体育の授業へ参加していることが推察されます。

他にも「朝食の摂取状況」や「1日の睡眠時間」の質問項目の結果では、児童生徒の生活習慣が整っていると感じられる傾向が読み取れます。また、昨年度と同様にスクリーンタイムが3時間以上の割合が、国や県と比較して同等または低くなっています。本市に限らず、スクリーンタイムが5時間以上と極端に長く視聴している児童生徒の体力合計点が低くなっていることから、生活習慣に関わるこれらの項目については引き続き注視していく必要があると考えています。

【今後の具体的な取組】

- 生涯にわたって運動やスポーツに親しむ資質能力を育てるために、児童生徒が主体的に学びに向かえるよう、「主体的・対話的で深い学び」につながるような授業について様々な機会をとらえて周知したり、教員向けの研修会を周知したりすることを通して、個別最適な学びや協働的な学びを意識した授業の推進に取り組みます。
- 全ての児童生徒が、運動やスポーツの楽しさを味わえるように、運動会や体育祭に加えてその他の様々な体育的行事を通して、「する」・「みる」・「支える」・「知る」などの多様な関わり方を学べるよう取り組みます。
- 運動が苦手な児童生徒も、鬼遊びをはじめ、長縄跳びや伝承遊びなど親しみやすい種目を体育の授業を通して知ること、仲間と楽しみながら運動することの良さを味わえるように努めていきます。
- 体育・保健体育の授業で取り扱う「体づくり運動」の中に含まれている「体の柔らかさ」を高める運動について、全身や各部位を振ったり、回したり、ねじったりする動きや、ゴムひもやボールなどの用具を用いた運動を日常的に準備運動に取り入れていくことで、年間を通して児童生徒の体力向上を図っていきます。また、夏の教員研修でも体の柔らかさを高める運動を知る機会を用意していきたいと思えます。

【ご家庭へ】

子どもたちが外遊びや集団遊びなどのいろいろな運動をすることで、多様な動きを身に付けることになります。地域の方とともに子どもたちが自由に外遊びをできるように見守ってください。