

令和5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5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5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	18,533 校	小学校5年生	990,165 人
	中学校	9,502 校	中学校2年生	923,980 人
神奈川県 (政令指定都市を除く)	小学校	327 校	小学校5年生	24,285 人
	中学校	179 校	中学校2年生	21,693 人
藤沢市	小学校	35 校	小学校5年生	3,890 人
	中学校	19 校	中学校2年生	3,601 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)

3 分析にあたり

児童・生徒質問紙にある17の質問項目から、児童・生徒の生活習慣や体育・保健体育の授業に関する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。

令和4年度の分析結果では、コロナ禍における児童・生徒の体育・保健体育の授業を除く1週間の総運動時間について、本市は全国よりも高い数値を示しています。このことを受け、今年度の1つ目の分析項目として、児童・生徒の総運動時間と体力の関係性について、昨年度に引き続き取り上げることとしました。

また、スクリーンタイム(テレビやパソコン、スマートフォン等の視聴時間)の増加については、令和元年度、令和3年度の本市の調査結果において、今年度同様「3時間以上」視聴する児童・生徒の合計割合が男女ともに全国を上回っており、課題であると捉えています。このことを受け、引き続き、2つ目の分析項目として、児童・生徒の平日における学習以外での1日あたりの視聴時間と体力の関係性について取り上げることとしました。

4 藤沢市と全国・県との体力の比較

※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

小学校5年生							
種目(単位)	体力の要素	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)	・力強さ	16.13	16.61	17.66	16.01	16.36	17.34
上体起こし(回)	・動きを持続する能力 ・力強さ	19.00	19.24	19.72	18.05	18.10	18.34
長座体前屈(cm)	・体の柔らかさ	33.98	35.03	<u>33.81</u>	38.45	39.59	<u>38.43</u>
反復横とび(点)	・すばやさ ・タイミングの良さ	40.60	38.66	40.34	38.73	36.08	37.31
20mシャトルラン(回)	・動きを持続する能力	46.92	44.38	46.31	36.80	32.82	33.40
50m走(秒)	・すばやさ ・力強さ	9.48	9.47	9.43	9.71	9.72	9.69
立ち幅とび(cm)	・タイミングの良さ ・力強さ	151.13	149.20	152.93	144.29	141.46	145.96
ソフトボール投げ(m)	・タイミングの良さ ・力強さ	20.52	20.06	20.39	13.22	12.92	<u>12.72</u>
体力合計点(点)/80		52.59	52.25	53.45	54.28	53.29	54.23

※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

中学校2年生							
種目(単位)	体力の要素	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)	・力強さ	29.02	28.78	29.53	23.15	23.00	23.07
上体起こし(回)	・動きを持続する能力 ・力強さ	25.82	25.87	26.20	21.62	21.14	21.42
長座体前屈(cm)	・体の柔らかさ	44.16	44.77	44.51	46.27	46.61	46.61
反復横とび(点)	・すばやさ ・タイミングの良さ	51.22	49.70	50.95	45.65	44.03	45.56
持久走(秒) 〈男子1500m 女子 1000m〉	・動きを持続する能力	409.02	412.34	<u>413.08</u>	306.26	312.62	309.32
20mシャトルラン(回)	・動きを持続する能力	78.07	77.13	79.17	50.70	47.89	50.81
50m走(秒)	・すばやさ ・力強さ	8.01	7.97	7.87	8.95	8.93	8.82
立ち幅とび(cm)	・タイミングの良さ ・力強さ	197.02	195.10	198.31	166.34	162.88	167.04
ハンドボール投げ (m)	・タイミングの良さ ・力強さ	20.40	20.13	20.38	12.43	12.10	12.16
体力合計点(点)/80		41.32	40.84	42.28	47.22	45.90	47.72

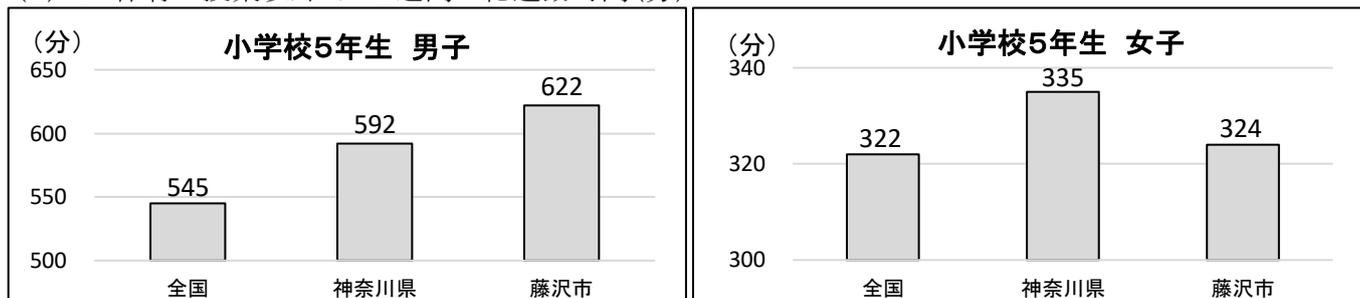
5 藤沢市立小学校5年生の生活習慣等の結果および体力合計点の関係(クロス集計)

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	65.6%	69.0%	72.2%	55.3	49.2%	52.6%	56.6%	56.1
		入っていない	34.4%	31.0%	27.8%	48.4	50.8%	47.4%	43.4%	51.9
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	545分	592分	622分	59.3	322分	335分	324分	59.9
		7時間以上14時間未満				54.9				57.7
		3.5時間以上7時間未満				50.3				55.2
		1時間以上3.5時間未満				48.4				52.3
		1分以上60分未満				42.5				50.1
		0分				44.6				48.2
3	運動やスポーツの「好き・きらい」	好き	72.1%	72.3%	73.0%	55.9	54.5%	54.6%	54.6%	57.4
		やや好き	20.8%	20.9%	19.8%	47.7	31.2%	31.1%	30.5%	51.5
		ややきらい	4.8%	4.6%	5.0%	43.5	9.9%	9.4%	10.1%	48.2
		きらい	2.3%	2.1%	2.1%	43.1	4.5%	4.9%	4.8%	47.6
4	朝食の摂取状況	毎日食べる	80.8%	79.2%	84.2%	53.7	79.4%	78.6%	83.4%	54.4
		食べない日もある	15.1%	16.3%	12.8%	52.1	16.9%	17.4%	13.8%	53.2
		食べない日が多い	3.0%	3.4%	2.3%	50.5	2.9%	3.1%	2.4%	53.0
		食べない	1.1%	1.1%	0.7%	49.7	0.8%	0.9%	0.4%	48.2
5	1日の睡眠時間	10時間以上	10.5%	12.4%	13.2%	53.9	9.9%	12.4%	12.6%	54.5
		9時間以上10時間未満	26.7%	28.9%	32.0%	53.8	28.7%	30.0%	31.7%	54.7
		8時間以上9時間未満	30.6%	27.8%	27.1%	53.7	31.7%	28.7%	30.0%	54.3
		7時間以上8時間未満	20.2%	19.5%	19.3%	52.3	19.1%	18.0%	16.1%	53.6
		6時間以上7時間未満	8.4%	8.0%	6.7%	54.1	8.0%	7.7%	7.1%	53.5
		6時間未満	3.6%	3.5%	1.8%	48.9	2.6%	3.1%	2.5%	52.4
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%	21.3%	17.4%	51.0	13.8%	16.8%	14.3%	52.5
		4時間以上5時間未満	10.6%	12.1%	10.9%	51.5	10.0%	11.2%	11.2%	53.4
		3時間以上4時間未満	14.1%	14.2%	14.1%	52.5	13.2%	13.5%	12.9%	54.0
		2時間以上3時間未満	21.1%	19.1%	19.0%	54.0	19.7%	18.3%	19.1%	54.5
		1時間以上2時間未満	22.9%	20.9%	23.6%	54.8	24.2%	22.7%	23.3%	54.9
		1時間未満	11.9%	10.7%	13.1%	56.1	16.7%	15.4%	16.7%	55.1
7	体育の授業への興味関心	楽しい	74.7%	74.5%	74.3%	55.0	59.0%	58.1%	55.7%	56.8
		やや楽しい	20.0%	20.2%	20.4%	49.4	30.9%	31.0%	33.0%	51.7
		あまり楽しくない	3.7%	3.6%	3.8%	45.8	7.6%	8.1%	8.5%	48.9
		楽しくない	1.6%	1.7%	1.5%	43.9	2.5%	2.8%	2.8%	49.7
		いつも進んで学習している	65.5%	62.8%	64.9%	55.3	56.0%	52.1%	52.2%	56.6
		進んで学習することはない	1.2%	1.1%	0.9%	41.7	1.3%	1.4%	1.9%	50.2

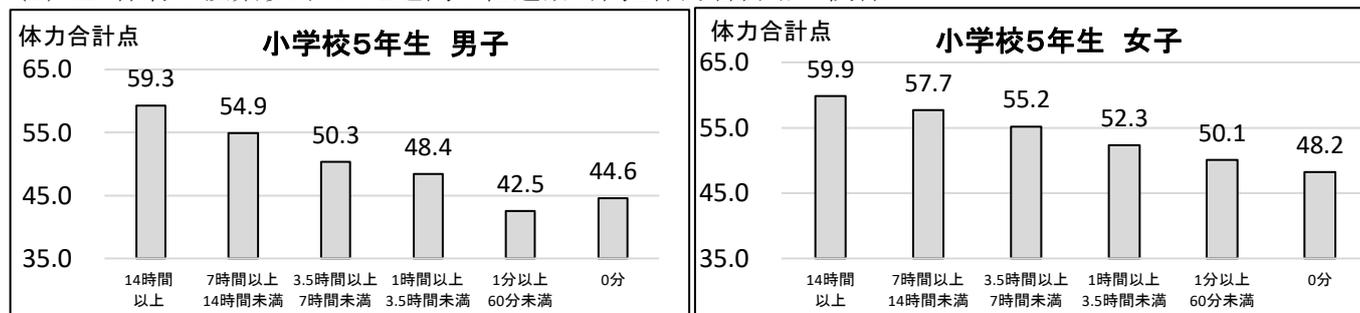
6 藤沢市立小学校5年生の生活習慣および体力の傾向(抜粋)

(2) 体育の授業以外での1週間の総運動時間と体力について

(2)-1 体育の授業以外での1週間の総運動時間(分)

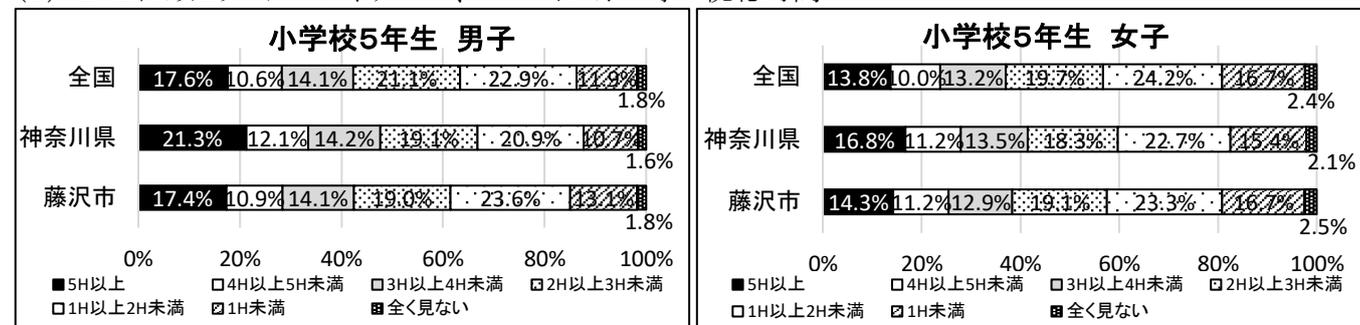


(2)-2 体育の授業以外での1週間の総運動時間と体力合計点の関係

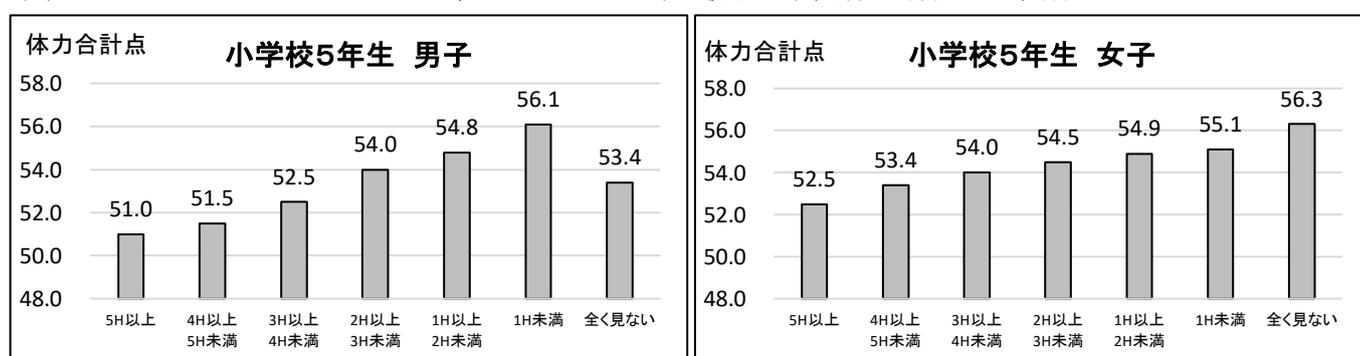


(6) テレビやゲーム、スマートフォン等(学習以外)の視聴時間と体力について

(6)-1 1日あたりのテレビやゲーム、スマートフォン等の視聴時間



(6)-2 1日あたりのテレビやゲーム、スマートフォン等の視聴時間と体力合計点の関係



【(6) 結果】

体育以外での1週間の総運動時間については、男子は622分となっており、全国・県の数値を上回っています。女子は324分となっており、全国の数値より上回っています。体力合計点との関係については、運動時間が長くなるほど体力合計点も高くなっており、日頃から運動頻度が多い児童は体力も高い傾向にあるといえます。

1日あたりの視聴時間について、「3時間以上」と回答した児童は、男子は42.4%、女子は38.4%となっており、男女ともに全国の割合を上回っています。体力合計点との関係について、視聴時間が長くなるほど、体力合計点の数値が低くなる傾向にあるといえます。

7 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)

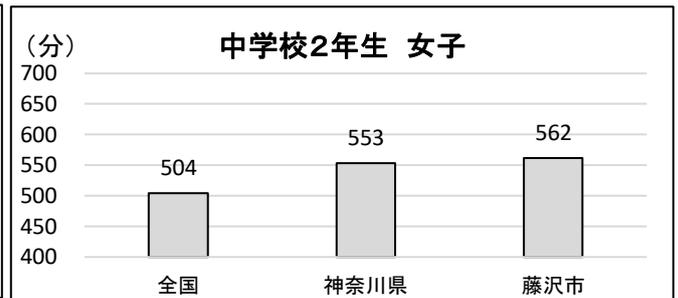
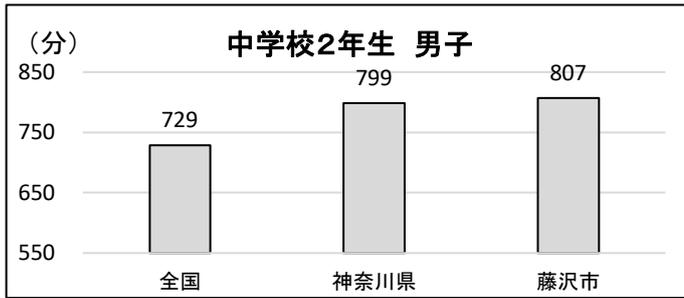
			男子				女子			
			全国	神奈川県	藤沢市		全国	神奈川県	藤沢市	
設問項目			選択肢に対する割合			体力合計点の平均	選択肢に対する割合			体力合計点の平均
1	運動部やスポーツクラブへの所属状況(複数回答可)	運動部	69.8%	67.8%	65.4%	43.7	54.7%	52.4%	49.1%	53.4
		文化部	9.1%	11.2%	14.3%	32.4	27.8%	29.9%	34.5%	40.2
		地域のスポーツクラブ	25.3%	24.0%	25.1%	47.9	15.5%	14.3%	15.3%	54.1
		入っていない	10.3%	9.4%	6.5%	33.0	13.7%	13.7%	11.6%	42.4
2 (1)	部活動の1週間総運動時間(分)	14時間以上	665分	778分	815分	43.7	658分	784分	810分	54.3
		7時間以上14時間未満				43.6				53.0
		3.5時間以上7時間未満				45.7				45.1
		1時間以上3.5時間未満				43.7				41.0
		1分以上60分未満				59.0				
		0分				44.0				
2 (2)	地域クラブ活動、地域のスポーツクラブの1週間総運動時間(分)	14時間以上	614分	642分	696分	52.0	409分	388分	417分	60.4
		7時間以上14時間未満				49.3				56.8
		3.5時間以上7時間未満				43.9				54.2
		1時間以上3.5時間未満				41.4				50.2
		1分以上60分未満				40.5				33.0
		0分				45.0				60.3
2 (3)	それ以外の運動やスポーツの1週間総運動時間(分)	14時間以上	114分	120分	102分	46.6	71分	75分	83分	59.3
		7時間以上14時間未満				43.8				51.3
		3.5時間以上7時間未満				45.8				50.1
		1時間以上3.5時間未満				43.4				48.9
		1分以上60分未満				38.6				46.2
		0分				41.6				47.3
2 (4)	1週間の総運動時間(分)	14時間以上	729分	799分	807分	45.9	504分	553分	562分	55.1
		7時間以上14時間未満				43.3				51.6
		3.5時間以上7時間未満				37.6				43.8
		1時間以上3.5時間未満				32.8				42.3
		1分以上60分未満				30.8				38.6
		0分				30.9				38.2
3	運動やスポーツの「好き・きらい」	好き	63.4%	62.8%	68.1%	45.3	43.1%	42.8%	47.0%	54.0
		やや好き	26.0%	26.1%	22.0%	37.3	33.4%	33.8%	31.4%	44.9
		ややきらい	7.0%	7.2%	5.9%	32.5	15.3%	14.9%	14.0%	38.3
		きらい	3.6%	3.9%	4.0%	31.6	8.2%	8.5%	7.6%	34.8

			男子				女子			
			全国	神奈川県	藤沢市		全国	神奈川県	藤沢市	
設問項目			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
4	朝食の摂取状況	毎日食べる	79.9%	78.4%	84.0%	42.5	72.7%	70.2%	76.3%	48.3
		食べない日もある	13.7%	14.4%	11.9%	41.3	20.5%	21.7%	18.0%	46.1
		食べない日が多い	4.0%	4.7%	2.9%	39.3	4.7%	5.6%	3.9%	46.0
		食べない	2.4%	2.5%	1.2%	39.2	2.1%	2.5%	1.8%	42.4
5	1日の睡眠時間	10時間以上	2.7%	2.6%	2.6%	42.3	1.4%	1.5%	1.4%	46.1
		9時間以上10時間未満	6.9%	7.2%	7.8%	41.3	5.0%	5.2%	5.4%	48.0
		8時間以上9時間未満	20.2%	20.0%	22.4%	42.3	15.8%	15.2%	16.0%	46.5
		7時間以上8時間未満	37.6%	36.6%	38.6%	42.9	33.7%	33.5%	36.1%	48.3
		6時間以上7時間未満	24.7%	24.9%	22.2%	42.3	32.4%	32.8%	31.8%	48.0
		6時間未満	7.9%	8.7%	6.5%	39.6	11.8%	11.9%	9.4%	47.3
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	17.7%	20.8%	18.7%	40.4	16.4%	19.9%	16.7%	43.8
		4時間以上5時間未満	12.0%	13.4%	12.8%	39.3	12.0%	13.8%	12.8%	45.4
		3時間以上4時間未満	18.4%	19.2%	19.4%	42.1	18.5%	19.9%	21.9%	47.7
		2時間以上3時間未満	26.5%	25.7%	26.0%	43.2	25.8%	24.2%	24.6%	49.3
		1時間以上2時間未満	19.7%	16.6%	18.9%	44.7	20.3%	16.4%	17.7%	49.6
		1時間未満	5.0%	4.0%	3.7%	43.7	6.4%	5.3%	5.9%	50.4
		全く見ない	0.7%	0.4%	0.5%	46.7	0.5%	0.5%	0.3%	44.0
7	保健体育の授業への興味関心	楽しい	53.6%	53.9%	52.9%	44.1	38.6%	37.7%	38.8%	53.1
		やや楽しい	36.1%	36.9%	36.6%	40.7	44.1%	44.7%	44.1%	45.6
		あまり楽しくない	7.5%	6.7%	7.9%	38.7	13.3%	13.4%	13.4%	40.7
		楽しくない	2.8%	2.5%	2.6%	36.8	4.0%	4.2%	3.7%	39.0
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	46.9%	44.1%	45.8%	44.7	38.4%	33.6%	38.1%	51.8
		だいたい進んで学習している	42.7%	46.4%	45.6%	40.7	49.0%	53.3%	51.5%	46.1
		あまり進んで学習していない	8.6%	7.8%	7.3%	36.4	10.8%	11.3%	8.6%	39.8
		進んで学習することはない	1.9%	1.7%	1.3%	40.1	1.8%	1.9%	1.8%	38.3

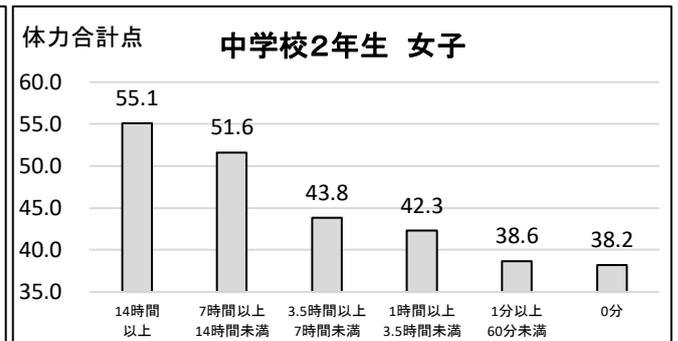
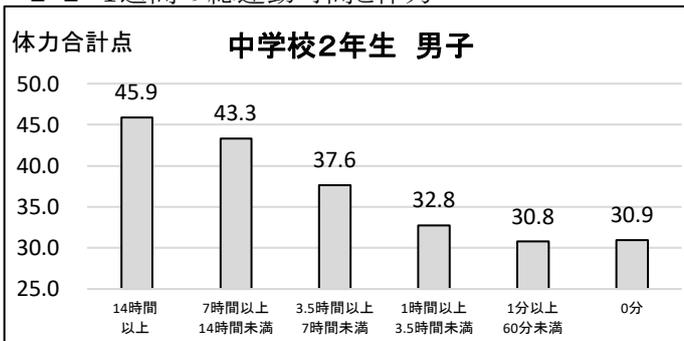
8 藤沢市立中学校2年生の生活習慣および体力の傾向(抜粋)

2 1週間の総運動時間と体力について

2-1 1週間の総運動時間

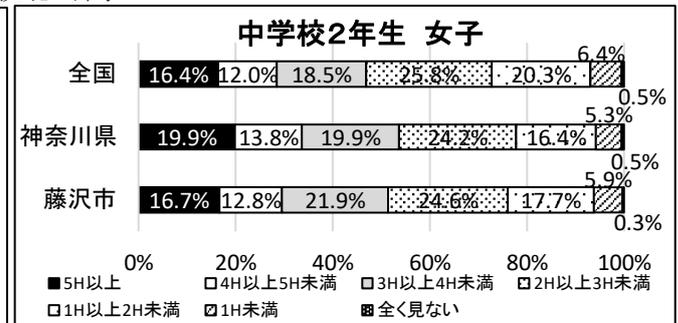
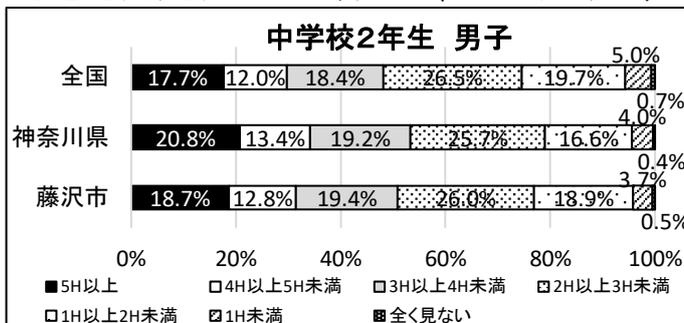


2-2 1週間の総運動時間と体力

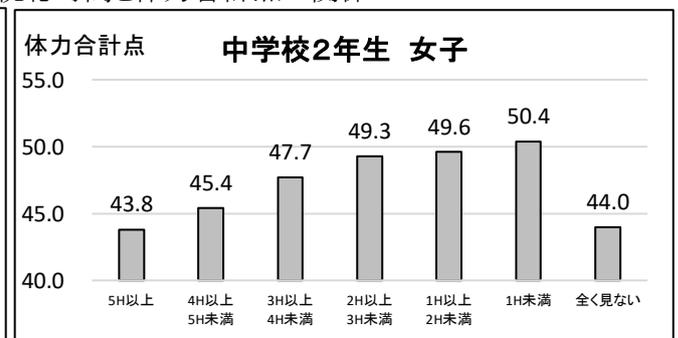
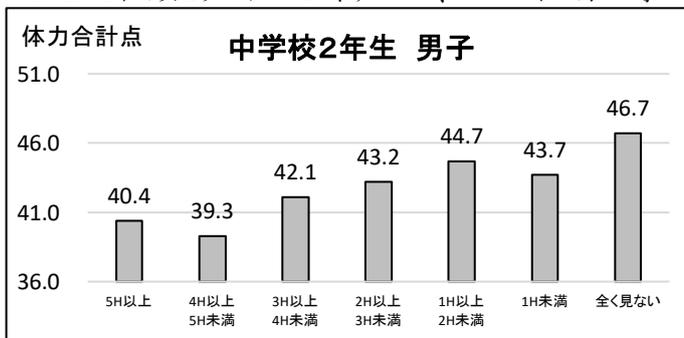


6 テレビやゲーム、スマートフォン等(学習以外)の視聴時間と体力について

6-1 1日あたりのテレビやゲーム、スマートフォン等の視聴時間



6-2 1日あたりのテレビやゲーム、スマートフォン等の視聴時間と体力合計点の関係



【(6) 結果】

1週間の総運動時間について、男子は807分、女子は562分となっており、男女ともに全国、県の数値を上回っています。総運動時間と体力合計点の関係については、男女ともに総運動時間が長いほど、体力合計点が高い傾向にあるといえます。

1日あたりの視聴時間について、「3時間以上」と回答した生徒は、男子は50.9%、女子は51.4%となっており、男女ともに全国を上回っています。体力との関係について、視聴時間が長くなるほど、体力合計点の数値が低くなる傾向にあるといえます。

9 調査結果のまとめ

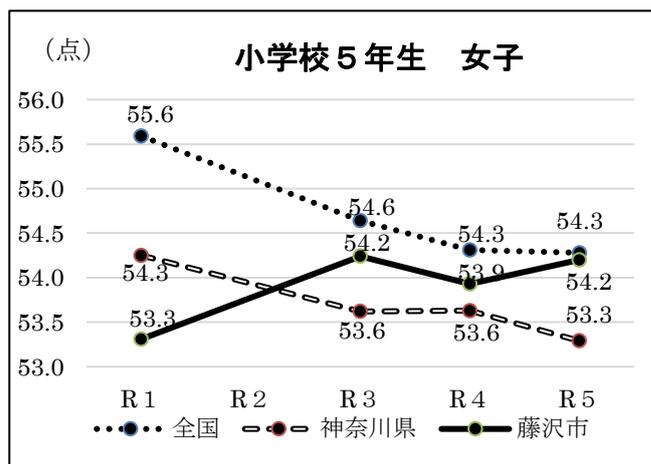
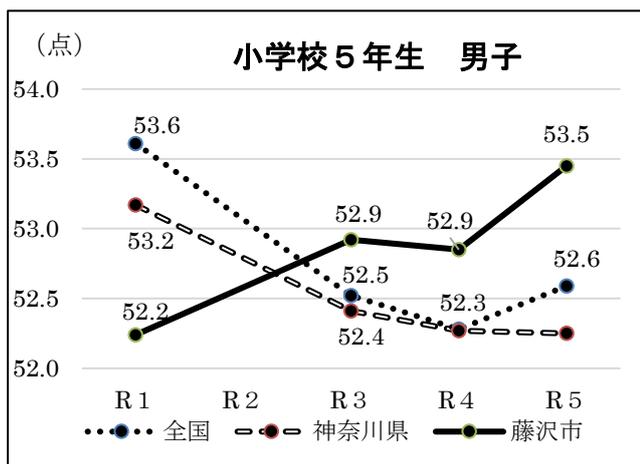
令和5年度における本市の児童・生徒の体力・運動能力の状況としては、体育・保健体育の授業をはじめ、学校の教育活動全体や地域の活動を通して、実施方法や実施形態を工夫しながら運動に親しむ時間を保障してきたことから、体力合計点については、男女とも県よりも高い数値になったと考えられます。昨年度と比較しても、男女とも増加しています。

また、児童・生徒質問紙にある「運動やスポーツをすることが好きか」の質問項目において、「好き」と回答した児童・生徒の割合が全国・県より概ね高い数値を示しています。このことから、引き続き、学校の教育活動全体を通して、運動やスポーツに対する児童・生徒の興味・関心を高める取組を行うことが大切であると考えます。

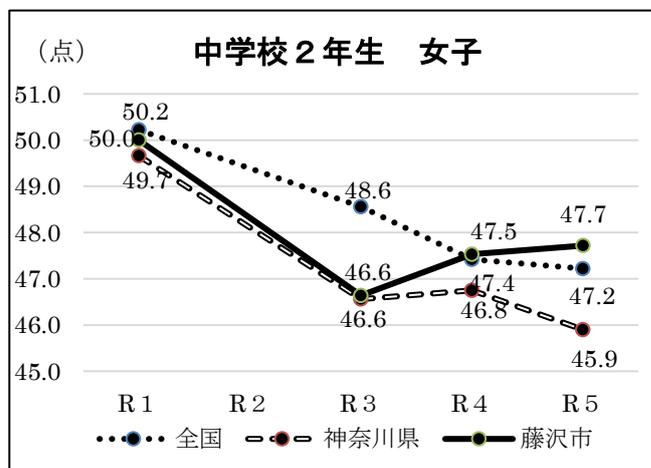
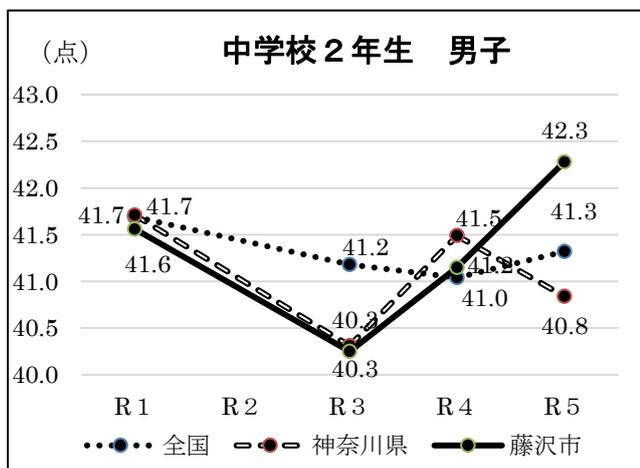
さらに、「朝食の摂取状況」の質問項目において、「毎日食べる」と回答した児童・生徒の割合が全国・県より高い数値を示しています。加えて、「1日の睡眠時間」の質問項目において、「8時間以上」と回答した児童・生徒の合計の割合も全国・県より高い数値を示しています。このことから、生活習慣が整っていると考えられます。

一方、昨年度のスポーツ庁本調査の報告では、体力の低下の要因として、スクリーンタイムの増加などの生活習慣の変化が指摘されています。今年度は、令和元年度、令和3年度に引き続き、「3時間以上」視聴する児童・生徒の合計割合が男女ともに全国を上回っており、課題であると捉えています。

< 藤沢市小学校5年生の体力の経年推移 >



< 藤沢市中学校2年生の体力の経年推移 >



【今後の具体的な取組】

(1) 児童・生徒の取組

- ① 「体力テスト指導ポイントカード」を事前に配付し、体力テストに対する児童・生徒の興味・関心を高め、意欲的に体力向上に努める児童・生徒の姿を目指していきます。
- ② 運動が苦手な児童・生徒も運動の楽しさを味わい、生涯にわたって運動に親しめるよう、運動・スポーツを「する・みる・支える・知る」などの多様な関わり方があることを、身体活動や他者との関わりを通して体験的に学ぶことで、運動・スポーツへの意欲を育てていきます。

(2) 学校の取組

- ① 生涯にわたって運動に親しむ資質や能力を育てるために、児童・生徒の能力・適性、興味・関心等に応じて運動の楽しさや喜びを味わい、自ら考えたり工夫したりしながら運動の課題を解決するなどの学習に取り組めます。
- ② 体育・保健体育の授業で取り扱う「体づくり運動」のうち、特に「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、「体づくり運動」の単元に加えて、各領域においても授業の導入段階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。
- ③ 保健等の授業において、パソコンやタブレット、スマートフォン等の視聴時間と健康への影響について取り扱うこと、さらには、「藤沢市ICT活用のてびき」等を活用し、児童・生徒が自らの健康について自覚を持ち、利用時間を決めて、できるだけ遠くを見て目を休めたりする等、端末を活用する際のリテラシーとして習得することで、児童・生徒のスクリーンタイム縮減につながるよう努めます。

(3) 教育委員会の取組

- ① 神奈川県教育委員会が実施している体力向上支援事業の「体力向上キャラバン隊派遣研修講座」等を活用し、教員の指導力向上を図り、各学校における健康・体力づくりの取り組みを推進します。
- ② 学校へは、神奈川県教育委員会が実施している「体力向上研修集中講座」など、児童の体力向上に関する指導力の向上を目的とした、教員向け講習会の情報を周知するとともに、体育の授業や休み時間を通して、体力・運動能力の向上につながる取組に対する指導と助言を行っていきます。
- ③ 家庭へは、児童・生徒のテレビやパソコン、スマートフォン等の活用について、啓発資料を配付するなどの働きかけをしていきます。
- ④ 環境整備については、学校内の運動施設や用具の充実を図り、児童・生徒の体力・運動能力向上を目指して環境を整えていきます。
- ⑤ 情報提供としては、今回の調査結果を学校へ周知するとともに、本市教育委員会ホームページ上に公開していきます。