

(別紙1)

## 令和6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 学校体育班

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)」が、令和6年4月から7月までの間に実施されました。

令和6年度の本県公立小中学校の実施状況及び結果の概要は、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年度は未実施。

### I 実施状況

校種(学校数)	参加校数	参加児童生徒数
小学校(359校)	339校	13,994人
中学校(168校)	149校	12,680人

※参加校数：小(337/341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(0/18校)

※該当学年の児童生徒数が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。

### II 結果の概要

#### 1 【実技に関する調査結果】

・体力合計点(実技8種目の成績を1点から10点に得点化し、合計した得点)の本県と全国を比較すると、中学校男子は上回りましたが、小学校男女及び中学校女子は下回りました。(昨年度も同様です。)

種目別に比較すると、小・中学校男女合わせて34種目中12種目が上回り、1種目が同値でしたが、21種目が下回りました。(昨年度は13種目が上回り、1種目が同値、20種目が下回りました。)

・令和6年度と令和5年度における本県の体力合計点を比較すると、小学校男女は下回り、中学校男女は上回りました。特に、中学校男子においては、コロナ禍以前(令和元年度)に戻りました。

種目別に比較すると、小・中学校男女合わせて34種目中11種目が上回り、1種目が同値でしたが、22種目が下回りました。(昨年度は12種目が上回り、1種目が同値、21種目が下回りました。)

#### 2 【運動習慣・運動意識・生活習慣調査結果】

・運動習慣について、体育の授業を除く1週間の総運動時間420分以上の本県の児童生徒の割合は、小学校男女で全国を下回るとともに、減少傾向が続いています。中学校男女においては、全国を上回っていますが、減少傾向が続いています。

また、令和5年度の本県と比較すると、小・中学校男子は下回りましたが、小・中学校女子においては上回りました。

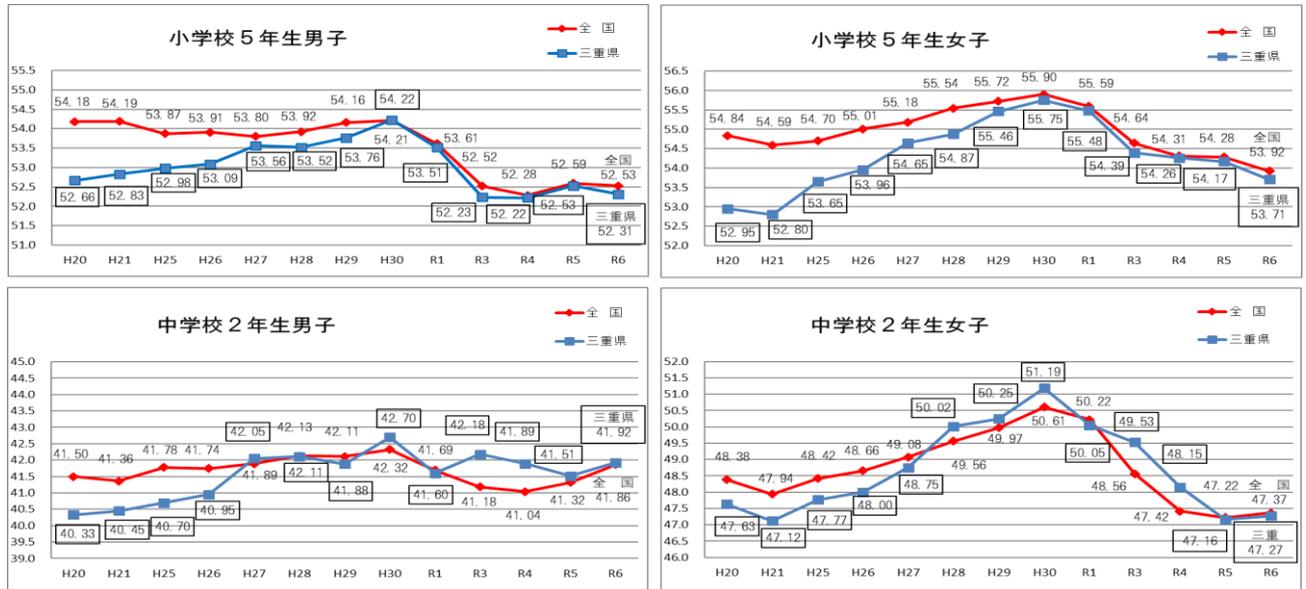
- ・運動意識について、「運動やスポーツは大切と思う」、「体育・保健体育の授業は楽しい」と回答した本県の児童生徒の割合は、全ての種別において全国を上回りました。
- ・生活習慣について、朝食を「毎日食べる」と回答した本県の児童生徒の割合は、令和5年度の本県と比較すると、小学校男女ともに低下しましたが、中学校では男女ともに上回りました。「平日のスクリーンタイムが4時間以上」と回答した本県の児童生徒の割合は、全ての種別において令和5年度の本県を上回るとともに、全国を上回りました。

### Ⅲ 結果の詳細

#### 1 【実技に関する調査結果】

##### (1) 本調査開始（平成20年度）以降の体力合計点の経年変化について

※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実施されなかったため、除外しています。



#### ①令和6年度の本県と全国の比較

小学校男子	-0.22	小学校女子	-0.21
中学校男子	+0.06	中学校女子	-0.10

#### ②状況

- ・令和6年度の本県と全国を比較すると、小学校男女及び中学校女子は下回り、中学校男子は上回りました。
- ・令和6年度と令和5年度の本県を比較すると、小学校男女は下回り、中学校男女は上回りました。
- ・小学校男子において、令和5年度に改善傾向が見られたものの、令和6年度は令和5年度を下回り、調査開始以降3番目に低い結果でした。
- ・小学校女子において、平成30年度のピーク時から毎年低下し続けています。
- ・中学校男子において、令和6年度は令和5年度を上回り、調査開始以降5番目に高い結果となっています。
- ・中学校女子において、平成30年度のピーク時以降、低下し続けてきましたが、令和6年度は令和5年度を上回りました。しかし、調査開始以降3番目に低い結果となっています。

#### ③総括・今後について

令和6年度と令和5年度を比較すると、全国と同様に、小学校で低下、中学校では向上しており、小学校と中学校で結果の違いが見られました。中学校男子がコロナ禍以前（令和元年度）の数値を上回った一方で、小学校男女及び中学校女子については、コロナ禍以前（令和元年度）の水準への回復が進んでいないことから、体力・運動能力の向上について、引き続き、取組の強化が必要です。

(2) 令和6年度(本年度)の体力テスト種目別及び体力合計点の結果について

○小学校5年生の平均値

調査種目	男子			女子		
	R6年度	R6年度	R5年度	R6年度	R6年度	R5年度
	三重県	全 国	三重県	三重県	全 国	三重県
握力 (kg)	↓ 16.03	16.01	16.17	↓ 15.85	15.77	16.09
上体起こし (回)	↓ 18.39	19.19	18.51	↓ 17.40	18.16	17.49
長座体前屈 (cm)	↓ 33.67	33.79	33.69	↓ 38.01	38.19	38.18
反復横とび (点)	↓ 41.07	40.66	41.58	↓ 39.28	38.70	39.52
20mシャトルラン(回)	↓ 46.52	46.90	47.30	↓ 36.06	36.59	36.62
50m走 (秒)	↓ 9.54	9.50	9.53	↓ 9.86	9.77	9.79
立ち幅とび (cm)	↓ 150.46	150.42	150.98	↓ 143.43	143.13	144.52
ソフトボール投げ(m)	↑ 20.68	20.75	20.56	↓ 13.40	13.15	13.48
体力合計点※ (点)	↓ 52.31	52.53 (R5:52.59)	52.53	↓ 53.71	53.92 (R5:54.28)	54.17

: 全国を上回る     
 ↑ : 令和5年度の三重県を上回る     
 ↓ : 令和5年度の三重県を下回る

※体力合計点：各調査種目（8種目）の成績を1点から10点に得点化し、合計した得点

※持久走及び50m走は、記録(秒)が速い(数値が低い)方が、得点は高くなります。

①令和5年度と令和6年度の体力合計点の比較

		R5→R6		R5→R6
全国	小学校男子	-0.06	小学校女子	-0.36
三重県	小学校男子	-0.22	小学校女子	-0.46

②状況

男女の体力合計点及び男子のソフトボール投げを除く種目において、令和5年度の本県を下回ったことから、筋力、柔軟性、敏捷性、全身持久力、スピード、瞬発力等、各分野での底上げが必要と考えます。

・体力合計点における全国平均値との比較

全国と比較して、男子は0.22ポイント、女子は0.21ポイント下回りました。

・各種目における全国平均値との比較

男子は、握力、反復横とび、立ち幅とびの3種目、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種目において全国を上回りました。(全国を上回った種目：7/16)

・昨年度の本県との比較

体力合計点は、男子は0.22ポイント、女子は0.46ポイント下回りました。種目別に見ると、男子はソフトボール投げの1種目において上回りましたが、女子は全ての種目で下回りました。(昨年度の本県を上回った種目：1/16)

## ○中学校2年生の平均値

調査種目	男子			女子		
	R6年度 三重県	R6年度 全 国	R5年度 三重県	R6年度 三重県	R6年度 全 国	R5年度 三重県
握力 (kg)	↑ 28.87	28.95	28.81	↑ 23.14	23.18	23.05
上体起こし (回)	↓ 25.47	25.94	25.57	↓ 20.83	21.56	21.21
長座体前屈 (cm)	↑ 43.99	44.47	43.72	↑ 46.28	46.47	46.15
反復横とび (点)	↑ 52.37	51.51	52.10	↑ 46.44	45.65	46.25
持久走 (秒)	↓ 419.18	410.69	416.71	↓ 317.23	309.02	313.50
20mシャトルラン(回)	↓ 77.35	78.98	77.84	↓ 50.06	50.67	50.87
50m走 (秒)	↑ 7.99	7.99	8.01	9.01	8.96	9.01
立ち幅とび (cm)	↑ 197.34	197.18	196.92	↓ 165.79	166.32	166.33
ハンドボール投げ(m)	↑ 20.82	20.57	20.47	↑ 12.54	12.40	12.48
体力合計点※ (点)	↑ 41.92	41.86 (R5:41.32)	41.51	↑ 47.27	47.37 (R5:47.22)	47.16

: 全国を上回る     
 ↑ : 令和5年度の三重県を上回る     
 ↓ : 令和5年度の三重県を下回る

※持久走と20mシャトルランについては、どちらかを選択して実施  
 ※体力合計点：各調査種目（8種目）の成績を1点から10点に得点化し、合計した得点

※持久走及び50m走は、記録（秒）が速い（数値が低い）方が、得点は高くなります。

### ①令和5年度と令和6年度の体力合計点の比較

		R5→R6		R5→R6
全国	中学校男子	+0.54	中学校女子	+0.15
三重県	中学校男子	+0.41	中学校女子	+0.11

### ②状況

男女とも多くの種目において、令和5年度から改善が見られましたが、男女とも上体起こし、持久走及び20mシャトルランである全身持久力は低いため、各分野の底上げに取り組むつつ、特に注力する必要があります。

#### ・体力合計点における全国平均値との比較

全国と比較して、男子は0.06ポイント上回りましたが、女子は0.10ポイント下回りました。

#### ・各種目における全国平均値との比較

男子は、反復横とび、立ち幅とび、ハンドボール投げの3種目、女子は、反復横とび、ハンドボール投げの2種目において全国を上回りました。（全国を上回った種目：5/18）

#### ・昨年度の本県との比較

体力合計点は、男子は0.41ポイント、女子は0.11ポイント上回りました。種目別に見ると、男子は、握力、長座体前屈、反復横とび、50m走、立ち幅とび、ハンドボール投げの6種目、女子は、握力、長座体前屈、反復横とび、ハンドボール投げの4種目において上回りました。（昨年度の本県を上回った種目：10/18）

## 2【運動習慣・運動意識・生活習慣調査結果】

### (1) 運動習慣・運動意識・生活習慣の状況について

#### ○小学校5年生の割合

調査内容		男子			女子		
		R6年度 三重県	R6年度 全 国	R5年度 三重県	R6年度 三重県	R6年度 全 国	R5年度 三重県
運動習慣	体育の授業を除く1週間の総運動時間420分以上(%)	↓ 49.3	50.5	50.1	↑ 27.9	28.5	25.4
運動意識	運動やスポーツをすることは好き(%)	↓ 73.9	73.0	74.1	↑ 55.7	54.8	54.7
	運動やスポーツは大切と思う(%)	↓ 73.5	71.6	73.8	↓ 61.1	59.0	62.3
	体育の授業は楽しい(%)	↓ 77.2	75.0	77.5	↑ 61.5	59.5	60.5
生活習慣	朝食を毎日食べる(%)	↓ 78.4	81.3	79.2	↓ 76.5	79.5	77.1
	睡眠時間が8時間以上(%)	↓ 69.6	69.4	70.0	↑ 72.7	71.7	71.2
	平日のスクリーンタイムが4時間以上(%)	↓ 31.1	29.7	29.1	↓ 26.7	25.0	24.1

: 全国を上回る     
 ↑ : 令和5年度の三重県を上回る     
 ↓ : 令和5年度の三重県を下回る

※平日のスクリーンタイム（学習以外で、1日当たりのテレビやDVD、ゲーム機、スマートフォン、パソコン等の画面を見る時間）については、数値が低い方を良好な評価とします。

#### ○中学校2年生の割合

調査内容		男子			女子		
		R6年度 三重県	R6年度 全 国	R5年度 三重県	R6年度 三重県	R6年度 全 国	R5年度 三重県
運動習慣	体育の授業を除く1週間の総運動時間420分以上(%)	↓ 81.1	77.6	81.4	↑ 64.2	56.3	63.9
運動意識	運動やスポーツをすることは好き(%)	↑ 66.4	65.5	65.8	↓ 43.1	43.2	44.4
	運動やスポーツは大切と思う(%)	↑ 70.1	68.2	68.8	↓ 51.1	49.3	51.7
	保健体育の授業は楽しい(%)	↑ 62.4	57.4	61.0	↑ 42.9	39.5	42.4
生活習慣	朝食を毎日食べる(%)	↑ 80.2	81.6	78.9	↑ 74.6	74.4	71.4
	睡眠時間が8時間以上(%)	↑ 36.6	36.3	29.6	↑ 28.2	27.4	23.8
	平日のスクリーンタイムが4時間以上(%)	↓ 33.7	29.6	32.7	↓ 31.6	28.5	30.9

: 全国を上回る     
 ↑ : 令和5年度の三重県を上回る     
 ↓ : 令和5年度の三重県を下回る

※平日のスクリーンタイム（学習以外で、1日当たりのテレビやDVD、ゲーム機、スマートフォン、パソコン等の画面を見る時間）については、数値が低い方を良好な評価とします。

## ①状況

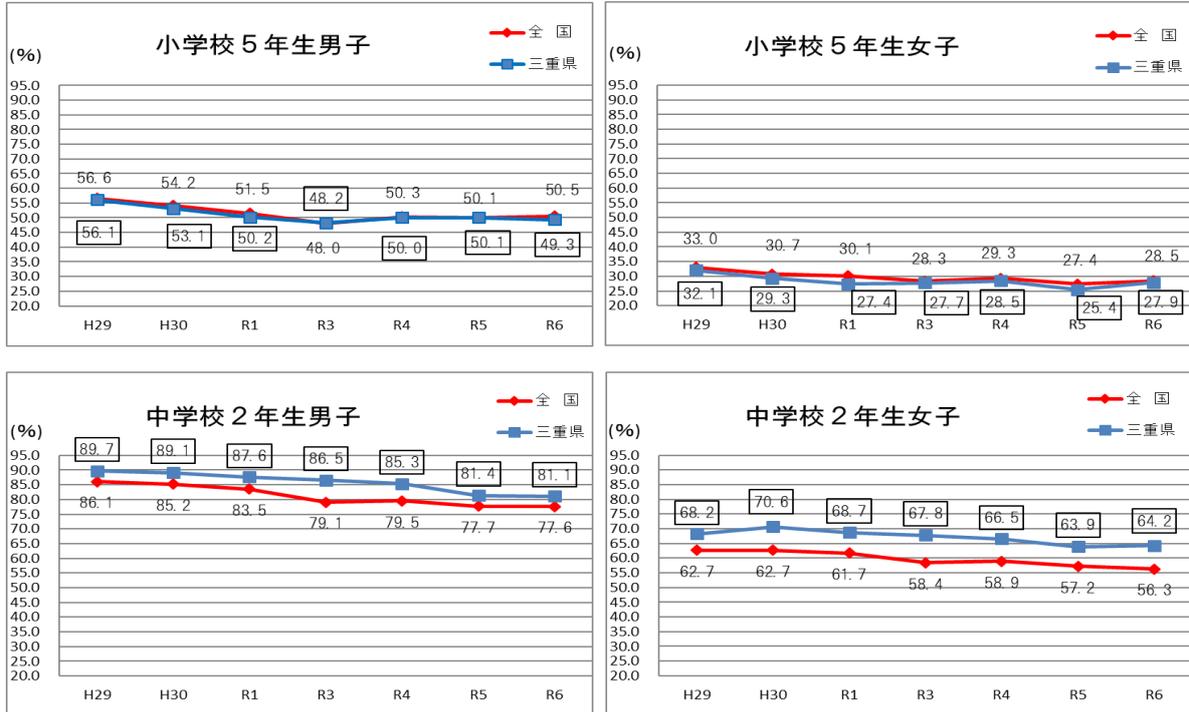
- ・ 体育の授業を除く1週間の総運動時間420分以上の本県の児童生徒の割合は、小学校男女で全国を下回るとともに、減少傾向が続いています。中学校男女においては、全国を上回っていますが、減少傾向が続いています。  
また、令和5年度の本県と比較すると、小・中学校男子は下回りましたが、小・中学校女子においては上回りました。
- ・ 「運動やスポーツは大切と思う」、「体育・保健体育の授業は楽しい」と回答した本県の児童生徒の割合は、全ての種別において全国を上回りました。
- ・ 朝食を「毎日食べる」と回答した本県の児童生徒の割合は、令和5年度の本県と比較すると、小学校男女ともに低下しましたが、中学校では男女ともに上回りました。
- ・ 「平日のスクリーンタイムが4時間以上」と回答した本県の児童生徒の割合は、全ての種別において令和5年度の本県を上回るとともに、全国を上回りました。

## ②総括・今後について

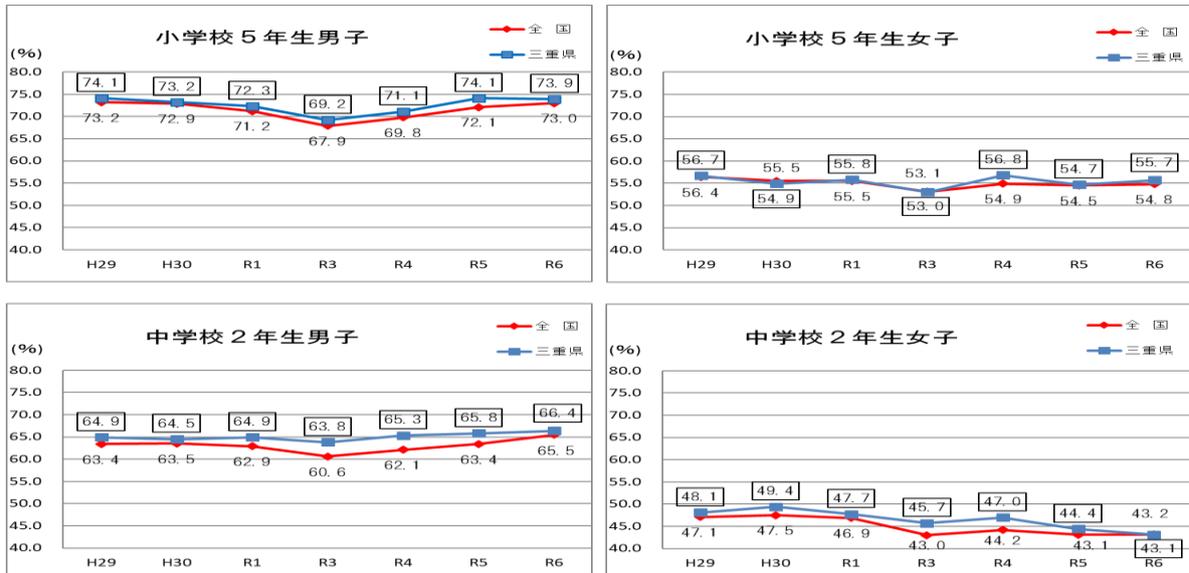
- ・ 体育の授業を除く1週間の総運動時間については、小・中学校女子では改善が見られましたが、全体としては大幅な改善傾向が見られないことから、児童生徒が運動やスポーツを自主的に行う姿を目指し、各学校が実施している「1学校1運動」を運動が苦手な児童生徒も楽しみながら取り組めるよう工夫することや、思わず体を動かしたくなるような環境整備を推進する必要があります。
- ・ 運動意識について、「体育・保健体育の授業は楽しい」と回答した本県の児童生徒の割合は、全ての種別において継続して全国よりも高いことから、各学校において魅力ある体育・保健体育の授業が実践されていると考えられます。引き続き、誰もが運動やスポーツとの多様な楽しみ方や関わり方をすることができる授業が実践されるよう、教員の指導力向上を図る研修会を実施します。
- ・ 生活習慣について、小学校男女における朝食の摂取や全ての種別における平日のスクリーンタイムについては改善傾向にないことから、児童生徒が自らの生活習慣の見直しや改善を図ることができるよう取組を進めます。特に朝食の摂取については、「みえの地物が一番！朝食メニューコンクール」をより一層推進することで、児童生徒が朝食摂取の大切さに気づき、望ましい食習慣の定着を図ります。

【参考】三重県の児童生徒の運動習慣・運動意識・生活習慣の状況

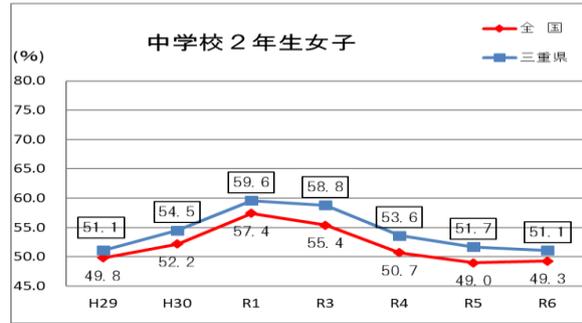
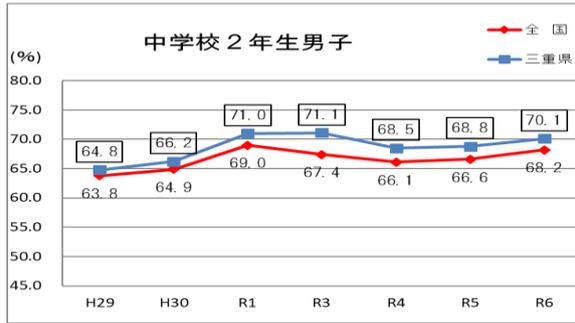
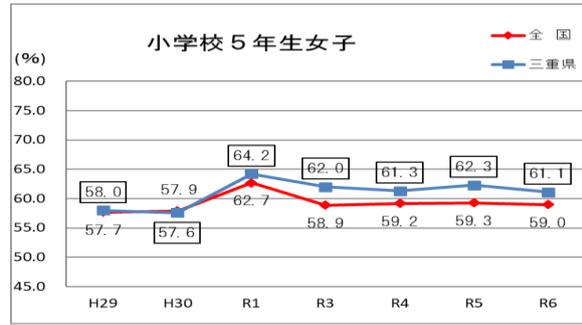
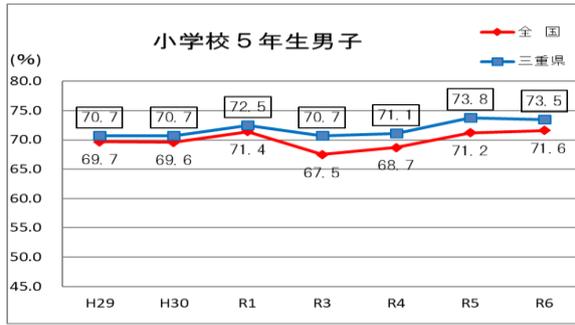
(1) 体育の授業を除く1週間の総運動時間420分以上の割合の推移



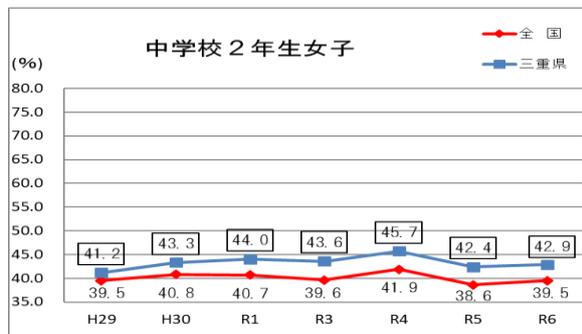
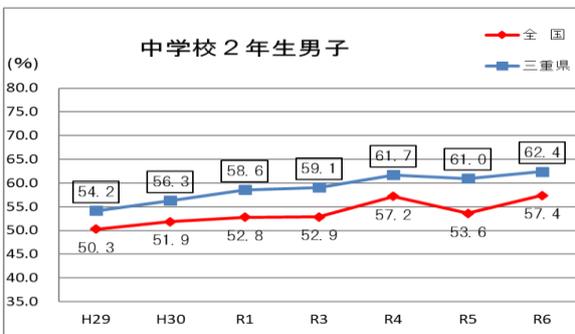
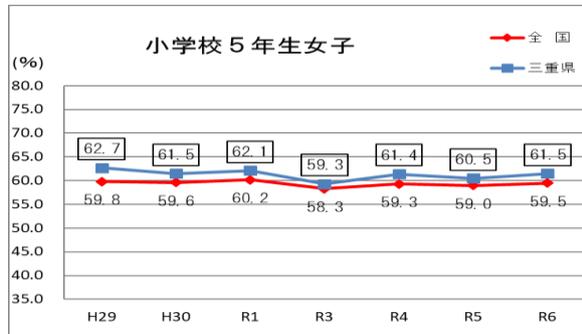
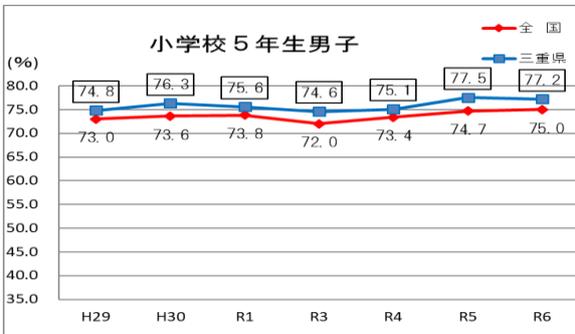
(2) 運動やスポーツをすることは好きと思う割合の推移（「好き」のみ、「やや好き」は含まない）



(3) 運動やスポーツは大切と思う割合の推移（「大切」のみ、「やや大切」は含まない）

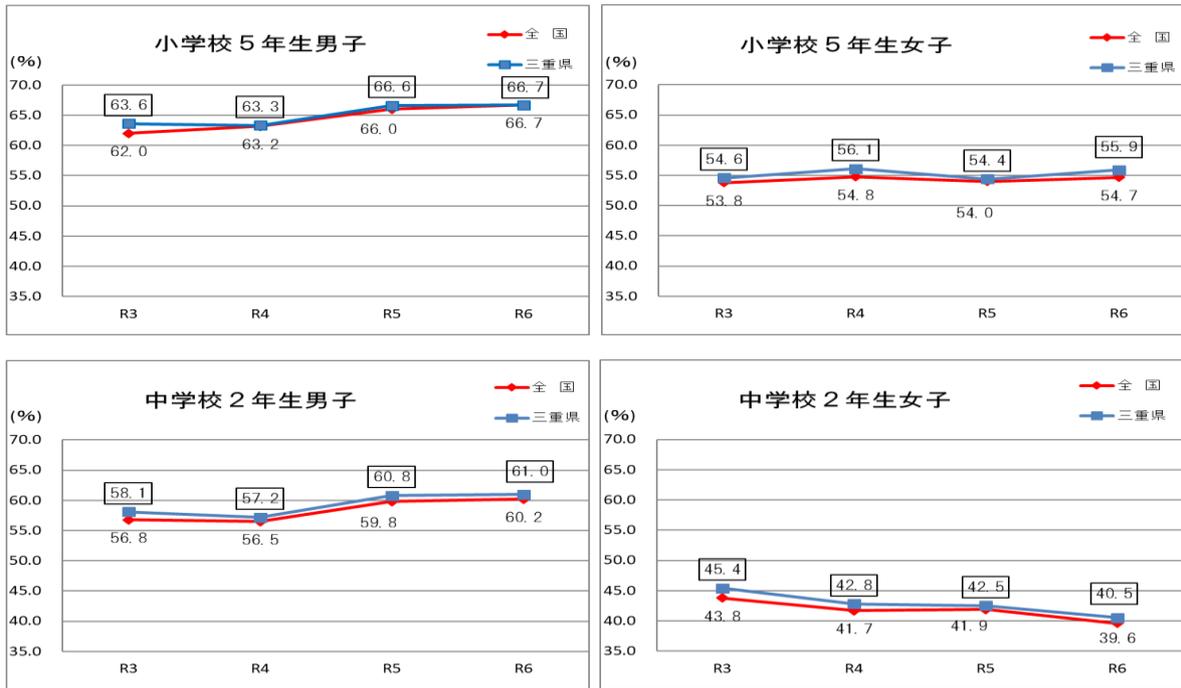


(4) 体育・保健体育の授業は楽しいと思う割合の推移（「楽しい」のみ、「やや楽しい」は含まない）

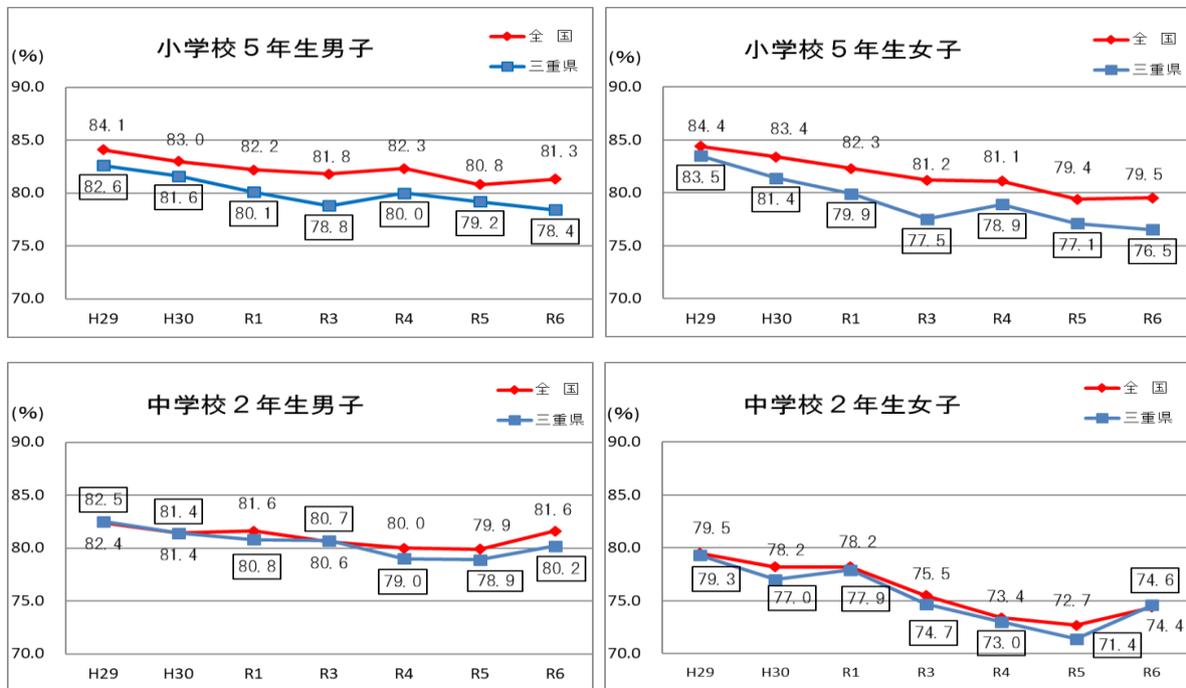


(5) 将来、自主的に運動やスポーツをする時間を持ちたいと思う割合の推移（「思う」のみ、「やや思う」は含まない）

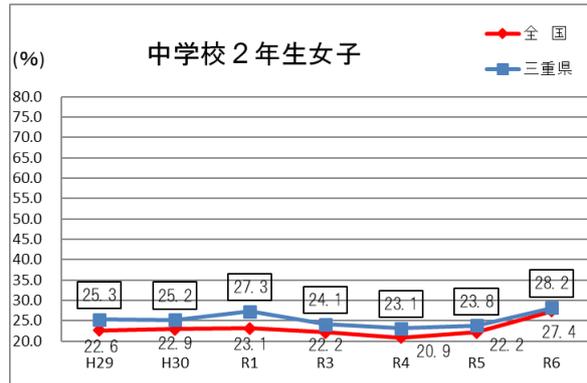
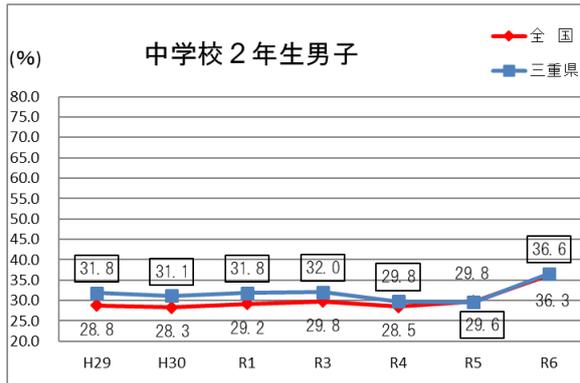
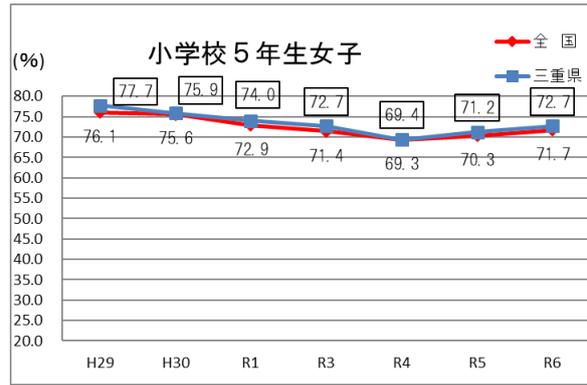
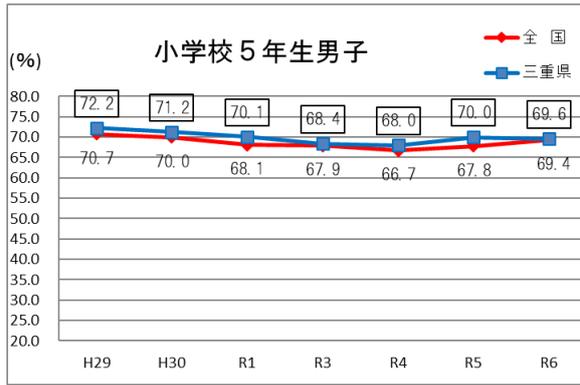
※令和元年度以前は、令和3年度以降と回答する選択肢が異なるため、令和3年度以降のみとします。



(6) 朝食を毎日食べる割合の推移



(7) 睡眠時間が8時間以上の割合の推移



(8) 平日のスクリーンタイムが4時間以上の割合の推移

