令和7年度 全国体力・運動能力、運動習慣等調査における

伊達市の状況について

令和8年3月

伊達市教育委員会

■用語解説と説明

体力テスト種目		単　位	体力要素	測　定
①	握力	kg	筋力	左右握力の平均値
②	上体起こし	回	筋パワー・筋持久力	30秒間に上体を起こした回数
③	長座体前屈	cm	柔軟性	長座位で前屈したときの両手の前方への移動距離
④	反復横とび	点	敏捷性	20秒間に両脚で左右側方に反復跳躍した回数
⑤	20mシャトルラン	回	全身持久力	20m走行の折り返し回数
⑥	50m走	秒	疾走能力	50mの疾走時間
⑦	立ち幅とび	cm	筋パワー・跳躍能力	両脚で前方へ跳躍した直線距離
⑧	ソフトボール投げ	m	巧緻性・投球能力	ソフトボールを遠投した距離
体力合計点		点	8種目の体力テスト成績を1点から10点に得点化して総和した体力テスト合計得点	
総合評価		5段階	8種目の体力テストをすべて実施した場合、体力テスト合計得点の良い方からABCDEの5段階で評定した体力の総合評価	

用　語	解　説
標本数	・平均値、標準偏差、T得点を算出した人数
平均値	・調査結果（テスト成績）の算術平均値で集団の尺度上の位置を示す。 「平均値=調査結果の総和/標本数」
標準偏差	・調査結果の個人差の大きさを示す。平均値±標準偏差の範囲内に全体の68%が入る。 ・平均値±標準偏差の3倍の範囲内にほぼ全体が入る（いずれも正規分布の場合） 「標準偏差=分散の平方根、分散=偏差平方和/(標本数-1)、 偏差平方和=偏差の平方の総和、偏差=調査結果-平均値」
T得点	・全国平均値に対する相対的な位置を示し、単位や標準偏差が異なる調査結果を比較する 平均値50点、標準偏差10点の標準得点。「T得点=50+10×（調査結果-平均値）/標準偏差」

＜標準体重と肥満度判定＞
「児童・生徒の健康診断マニュアル（改訂版）」より
平成18年3月31日発行　財団法人日本学校保健会

・標準体重 ＝ a × 身長(cm) ー b
・肥満度(%) ＝〔自分の体重(kg) ー 標準体重(kg)〕÷ 標準体重(kg) × 100

標準体重を求める係数

年　齢	男　子		女　子	
	a	b	a	b
9（小4）	0.687	61.390	0.652	56.992
10（小5）	0.752	70.461	0.730	68.091
11（小6）	0.782	75.106	0.803	78.846
12（中1）	0.783	75.642	0.796	76.934
13（中2）	0.815	81.348	0.655	54.234
14（中3）	0.832	83.695	0.594	43.264

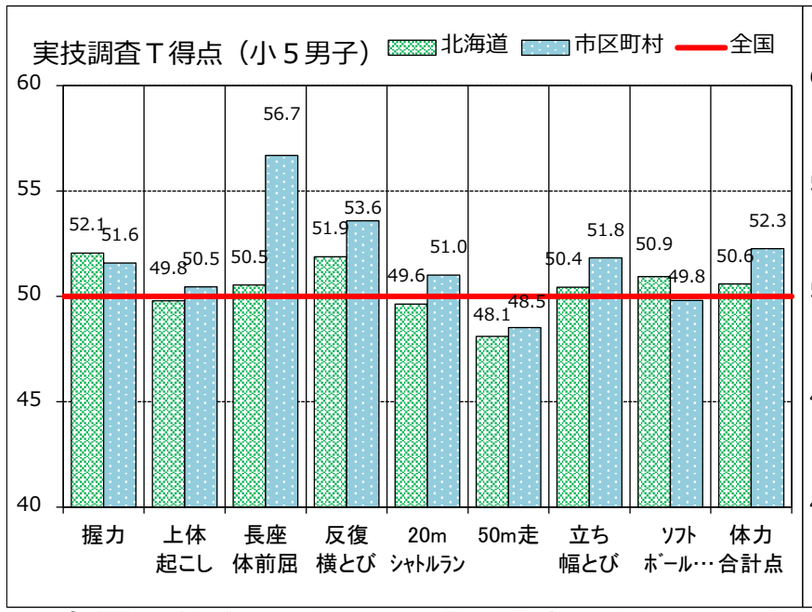
判定基準

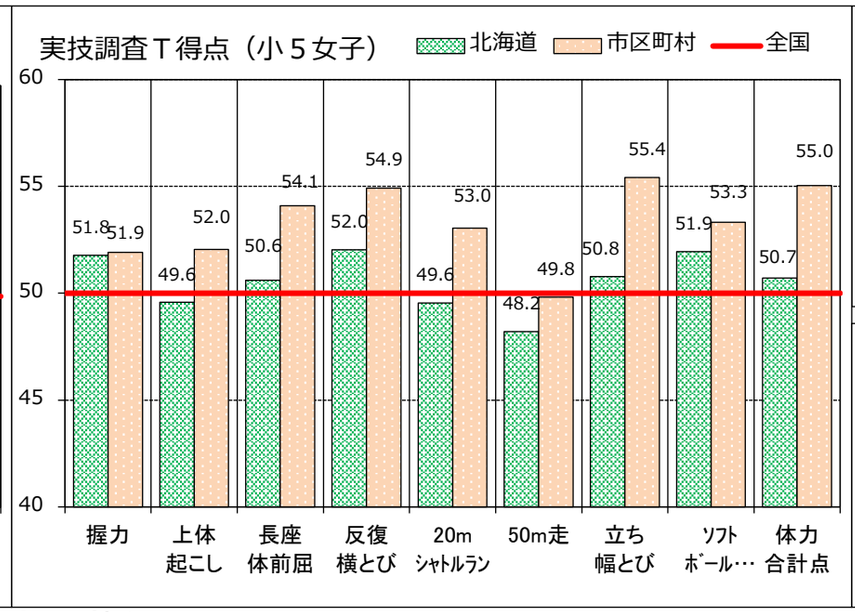
肥満度	判　定
50%以上	高度肥満
30 ～ 49.9%	中等度肥満
20 ～ 29.9%	軽度肥満
-19.9 ～ 19.9%	普通
-29.9 ～ -20%	やせ
-30%以下	高度やせ

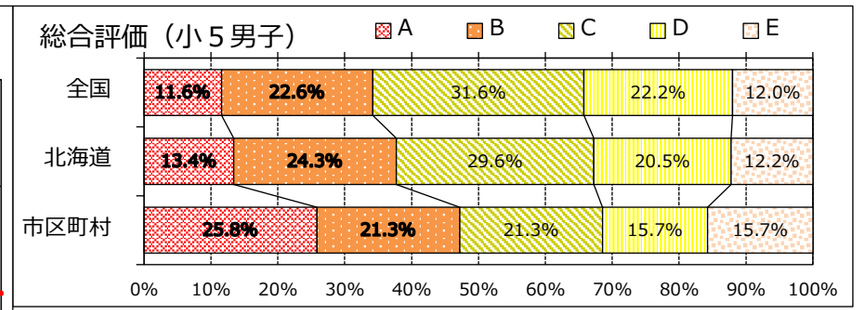
令和7年度全国体力･運動能力調査　小学校5年

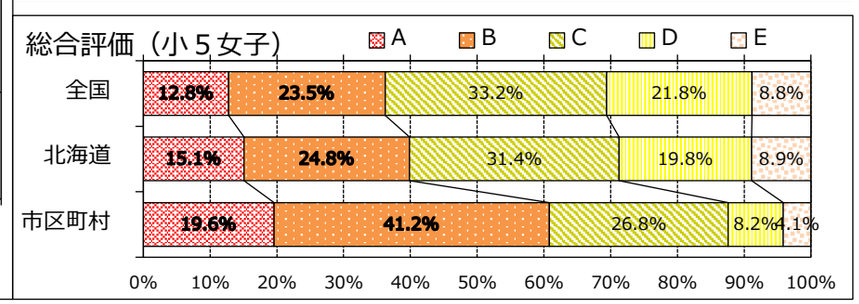
小学校 5年男子		身長(cm)		体重(kg)		握力(kg)		上体起こし(回)		長座体前屈(cm)		反復横とび(点)		20mシャトルラン(回)		50m走(秒)		立ち幅とび(cm)		ソフトボール投げ(m)		体力合計点(点)		総合評価(%)				
	標本数	平均値	T得点	平均値	T得点	平均値	T得点	平均値	T得点	平均値	T得点	平均値	T得点	平均値	T得点	平均値	T得点	平均値	T得点	平均値	T得点	平均値	T得点	A	B	C	D	E
全国	446,285	139.53	50.0	35.01	50.0	15.96	50.0	19.46	50.0	33.88	50.0	40.89	50.0	47.94	50.0	9.46	50.0	150.93	50.0	21.06	50.0	53.02	50.0	11.6%	22.6%	31.6%	22.2%	12.0%
北海道	10,366	140.09	50.9	36.73	52.2	16.76	52.1	19.33	49.8	34.37	50.5	42.49	51.9	47.16	49.6	9.67	48.1	152.02	50.4	21.85	50.9	53.60	50.6	13.4%	24.3%	29.6%	20.5%	12.2%
R7伊達	100	138.85	48.9	35.87	51.1	16.58	51.6	19.74	50.5	39.87	56.7	43.95	53.6	50.09	51.0	9.62	48.5	155.49	51.8	20.91	49.8	55.21	52.3	25.8%	21.3%	21.3%	15.7%	15.7%
R6伊達	106	139.37	49.7	36.33	51.5	16.53	51.3	18.85	49.4	34.32	50.6	39.34	48.4	46.18	49.7	9.72	48.1	151.54	50.5	21.28	50.6	51.91	49.4	9.3%	17.5%	35.1%	24.7%	13.4%
R5伊達	105	139.50	49.8	36.02	50.8	16.61	51.2	19.27	50.4	34.15	50.2	44.67	54.9	44.60	48.9	9.63	48.7	157.11	52.5	20.86	50.4	53.61	51.1	12.8%	22.3%	30.9%	23.4%	10.6%
R4伊達	131	140.12	50.9	37.18	52.1	17.55	53.4	21.15	53.8	37.71	54.4	42.39	52.4	47.44	50.7	9.99	46.3	157.54	52.8	21.77	51.8	55.63	53.5	19.4%	24.7%	32.3%	15.1%	8.6%
R3伊達	115	140.46	51.9	36.93	52.4	17.05	52.1	18.94	50.1	36.25	53.2	41.94	51.9	48.85	51.0	9.76	47.1	153.40	50.9	21.01	50.5	55.27	52.9	13.4%	31.3%	23.9%	23.9%	7.5%

小学校 5年女子		身長(cm)		体重(kg)		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(点)		総合評価(%)				
	標本数	平均値	T得点	平均値	T得点	平均値	T得点	平均値	T得点	平均値	T得点	平均値	T得点	平均値	T得点	平均値	T得点	平均値	T得点	平均値	T得点	平均値	T得点	A	B	C	D	E
全国	433,171	140.81	50.0	34.70	50.0	15.61	50.0	18.36	50.0	38.15	50.0	38.70	50.0	36.85	50.0	9.77	50.0	142.34	50.0	13.11	50.0	53.97	50.0	12.8%	23.5%	33.2%	21.8%	8.8%
北海道	9,878	141.52	51.0	35.93	51.7	16.29	51.8	18.12	49.6	38.71	50.6	40.25	52.0	36.13	49.6	9.95	48.2	144.25	50.8	14.04	51.9	54.61	50.7	15.1%	24.8%	31.4%	19.8%	8.9%
R7伊達	107	141.17	50.5	35.65	51.3	16.34	51.9	19.51	52.0	41.93	54.1	42.44	54.9	41.74	53.0	9.79	49.8	155.46	55.4	14.69	53.3	58.56	55.0	19.6%	41.2%	26.8%	8.2%	4.1%
R6伊達	110	142.29	51.9	36.25	51.8	16.48	51.8	18.30	50.3	38.29	50.1	39.46	49.7	36.70	50.1	9.82	49.4	144.35	50.5	14.15	52.1	54.38	50.5	18.1%	21.9%	33.3%	17.1%	9.5%
R5伊達	114	143.53	53.2	38.64	54.6	17.85	54.7	18.07	50.0	41.28	53.1	42.36	54.9	36.99	50.1	9.84	48.5	152.88	53.9	13.17	49.9	56.47	52.4	18.2%	24.5%	40.0%	13.6%	3.6%
R4伊達	113	141.57	50.4	36.42	51.4	17.04	52.4	19.96	53.8	41.10	53.2	40.70	52.7	38.82	51.2	10.33	43.7	149.98	52.4	13.88	51.5	57.43	53.5	26.3%	22.5%	36.3%	8.8%	6.3%
R3伊達	108	142.12	51.8	37.82	54.2	16.90	52.1	19.34	52.4	40.36	52.8	40.67	52.6	37.10	49.4	9.99	46.0	145.11	50.0	13.31	50.0	56.00	51.5	15.2%	28.8%	31.8%	19.7%	4.6%





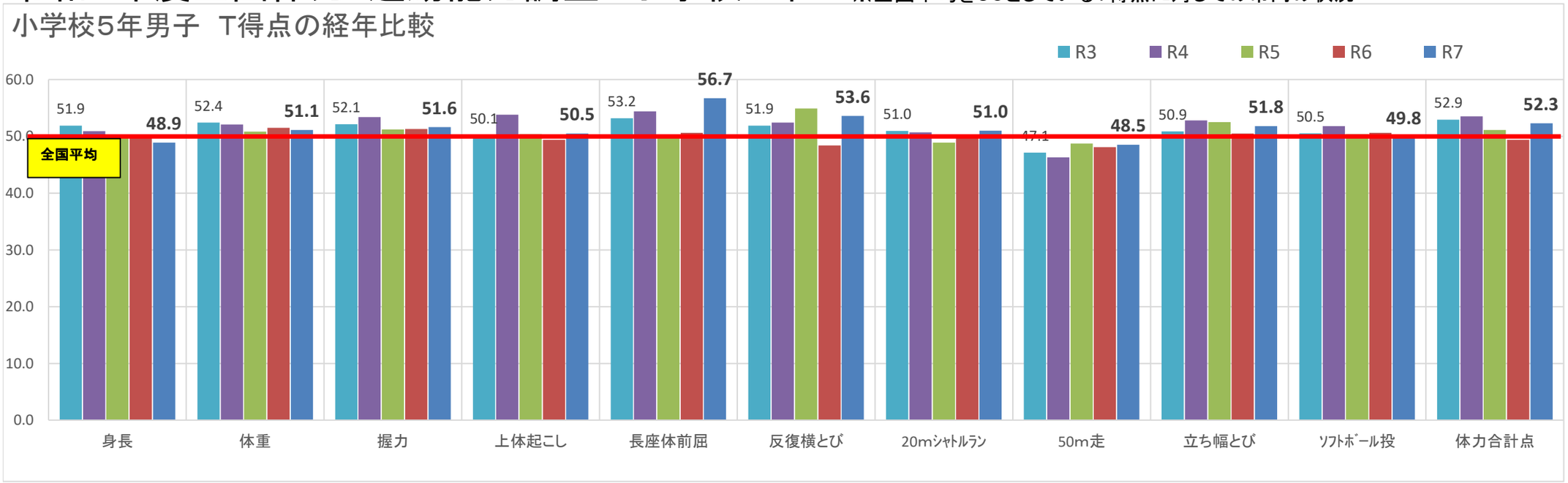




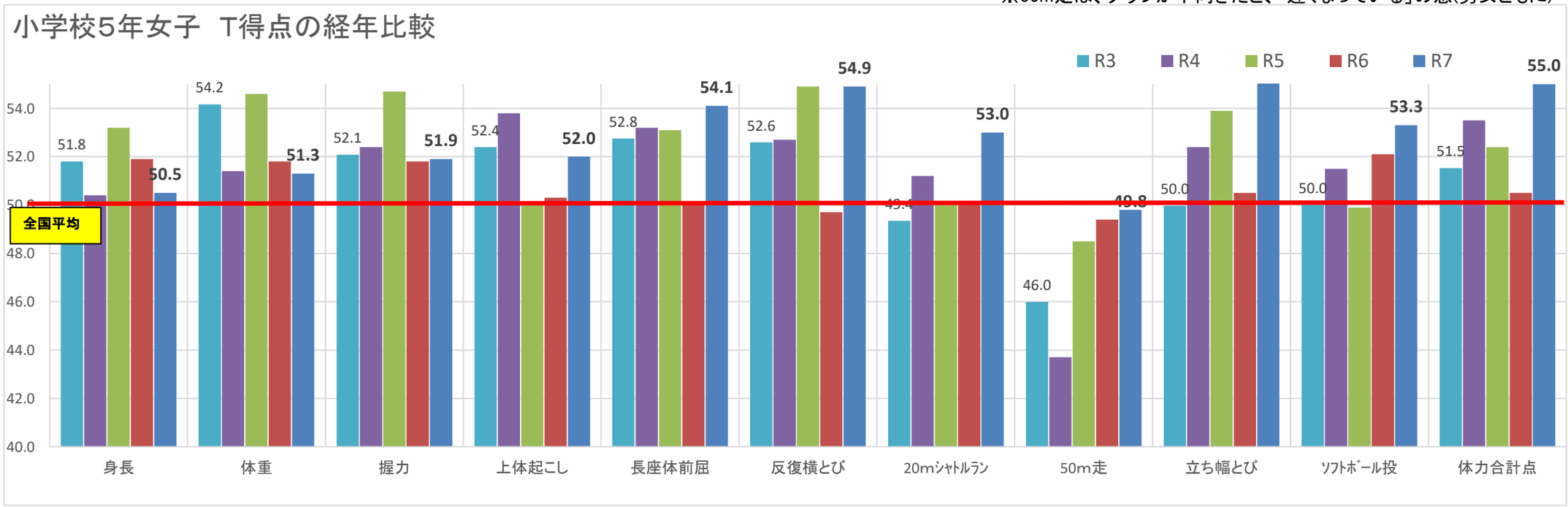
※全国平均を50としているT得点に対しての市内の状況

令和7年度全国体力・運動能力調査　小学校5年

※全国平均を50としているT得点に対しての市内の状況



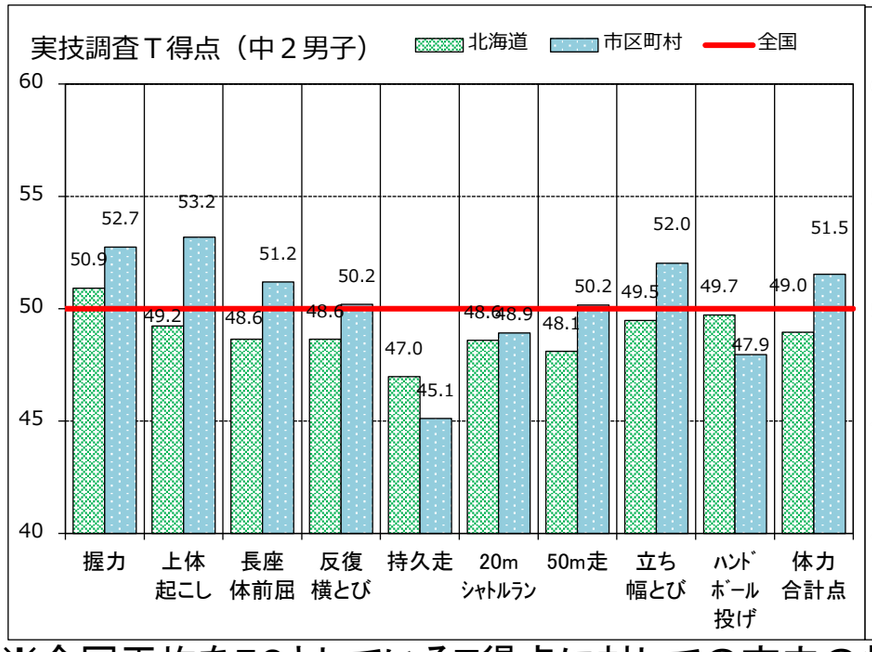
※50m走は、グラフが下向きだと、「遅くなっている」の意(男女ともに)

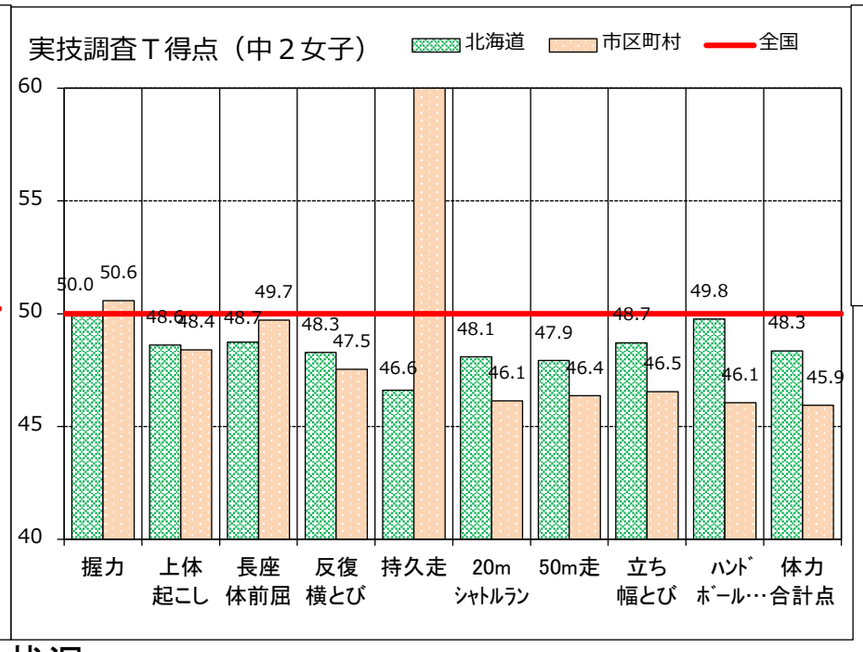


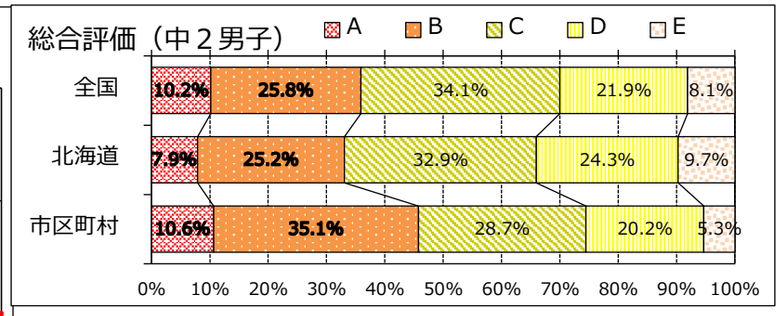
令和7年度全国体力・運動能力調査　中学校2年

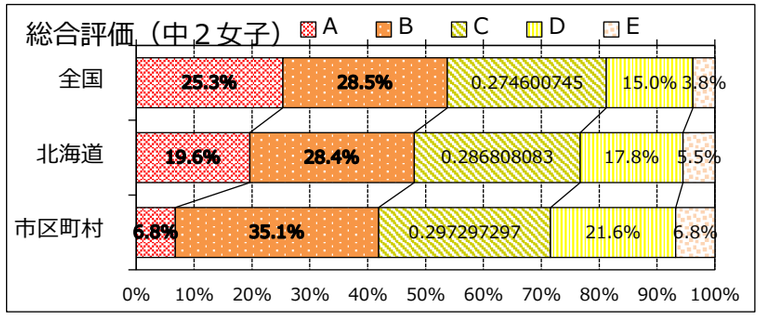
中学校2年男子		身長(cm)		体重(kg)		握力(kg)		上体起こし(回)		長座体前屈(cm)		反復横とび(点)		持久走(秒)		20mシャトルラン(回)		50m走(秒)		立ち幅とび(cm)		ハンドボール投げ(m)		体力合計点(点)		総合評価(%)				
	標本数	平均値	T得点	平均値	T得点	平均値	T得点	平均値	T得点	平均値	T得点	平均値	T得点	平均値	T得点	平均値	T得点	平均値	T得点	平均値	T得点	平均値	T得点	平均値	T得点	A	B	C	D	E
全国	402,259	161.31	50.0	50.11	50.0	28.95	50.0	26.09	50.0	45.12	50.0	51.64	50.0	409.25	50.0	78.82	50.0	8.00	50.0	197.51	50.0	20.74	50.0	42.20	50.0	10.2%	25.8%	34.1%	21.9%	8.1%
北海道	10,253	162.37	51.4	52.07	51.9	29.63	50.9	25.61	49.2	43.58	48.6	50.36	48.6	431.14	47.0	75.24	48.6	8.17	48.1	195.81	49.5	20.57	49.7	41.05	49.0	7.9%	25.2%	32.9%	24.3%	9.7%
R7伊達	108	162.63	51.7	50.98	50.9	30.97	52.7	28.09	53.2	46.48	51.2	51.81	50.2	444.58	45.1	76.08	48.9	7.98	50.2	204.09	52.0	19.44	47.9	43.88	51.5	10.6%	35.1%	28.7%	20.2%	5.3%
R6伊達	99	163.09	52.4	50.69	50.6	30.27	51.8	25.31	49.0	43.44	49.1	52.60	51.2	439.57	46.0	88.12	53.6	8.18	48.0	195.45	49.5	19.87	48.9	40.48	48.7	8.2%	25.9%	28.2%	24.7%	12.9%
R5伊達	112	161.81	50.8	50.65	50.4	30.20	51.6	25.06	48.8	41.61	47.7	50.48	49.2			75.21	48.9	8.20	48.0	190.50	47.9	20.51	50.2	39.92	48.7	2.9%	18.6%	48.0%	19.6%	10.8%
R4伊達	113	162.50	52.0	53.14	52.6	32.13	54.3	25.62	49.8	40.08	46.6	49.70	48.5	434.04	46.6	73.77	48.3	8.04	50.2	195.97	49.7	20.12	49.7	39.46	48.5	4.0%	25.3%	28.3%	31.3%	11.1%
R3伊達	139	161.21	50.8	50.94	51.2	29.81	51.4	25.44	49.1	41.52	48.0	48.23	46.5	438.97	45.4	66.42	44.7	8.40	45.8	193.95	49.2	20.28	50.0	38.48	47.5	5.2%	13.8%	41.4%	26.7%	12.9%

中学校2年女子		身長(cm)		体重(kg)		握力(kg)		上体起こし(回)		長座体前屈(cm)		反復横とび(点)		持久走(秒)		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(点)		総合評価(%)				
	標本数	平均値	T得点	平均値	T得点	平均値	T得点	平均値	T得点	平均値	T得点	平均値	T得点	平均値	T得点	平均値	T得点	平均値	T得点	平均値	T得点	平均値	T得点	平均値	T得点	A	B	C	D	E
全国		155.06	50.0	46.88	50.0	23.15	50.0	21.70	50.0	46.99	50.0	45.74	50.0	309.66	50.0	50.60	50.0	8.97	50.0	166.44	50.0	12.43	50.0	47.58	50.0	25.3%	28.5%	27.5%	15.0%	3.8%
北海道		155.40	50.6	47.69	51.1	23.17	50.0	20.85	48.6	45.62	48.7	44.40	48.3	327.24	46.6	46.84	48.1	9.16	47.9	162.75	48.7	12.34	49.8	45.62	48.3	19.6%	28.4%	28.7%	17.8%	5.5%
R7伊達		155.01	49.9	46.72	49.8	23.43	50.6	20.72	48.4	46.68	49.7	43.81	47.5	237.50	63.9	43.02	46.1	9.31	46.4	156.57	46.5	10.73	46.1	42.77	45.9	6.8%	35.1%	29.7%	21.6%	6.8%
R6伊達	93	155.91	51.7	48.51	52.3	23.02	49.7	19.40	46.4	44.02	47.8	43.21	46.9	312.57	47.6	41.11	45.1	9.25	46.8	158.53	47.2	11.19	47.2	42.95	46.3	14.9%	21.6%	33.8%	21.6%	8.1%
R5伊達	100	154.82	49.8	47.51	50.9	22.58	48.8	19.59	46.6	43.39	47.3	44.48	48.4			46.89	48.0	9.39	45.1	157.07	46.5	11.81	48.5	43.59	46.9	15.0%	30.0%	28.8%	15.0%	11.3%
R4伊達	113	155.27	50.7	47.10	50.0	22.70	48.9	20.39	47.8	40.91	45.1	45.28	49.3	311.30	48.3	56.87	52.7	8.98	49.8	165.17	49.3	12.38	49.8	44.35	47.3	14.3%	28.6%	29.5%	22.9%	4.8%
R3伊達	133	154.98	50.2	48.62	52.2	23.54	50.2	21.53	48.7	43.83	47.7	42.17	44.2	306.92	48.0	39.70	42.7	9.35	44.3	160.42	46.9	11.93	48.1	42.83	45.0	11.5%	26.6%	34.5%	18.6%	8.9%





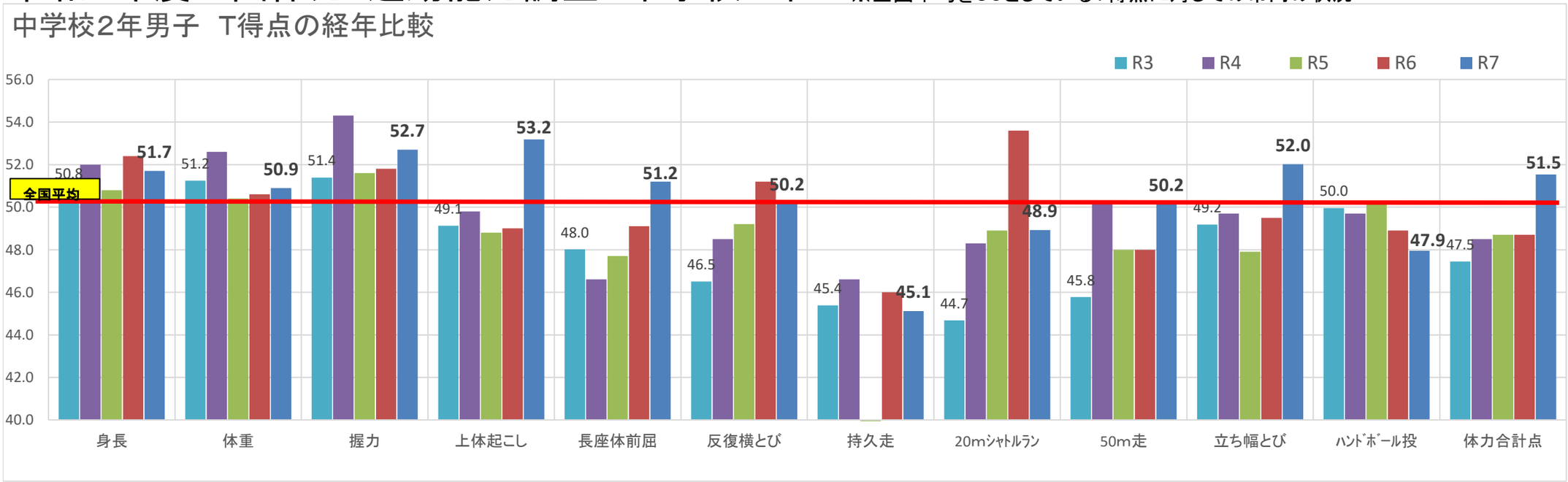




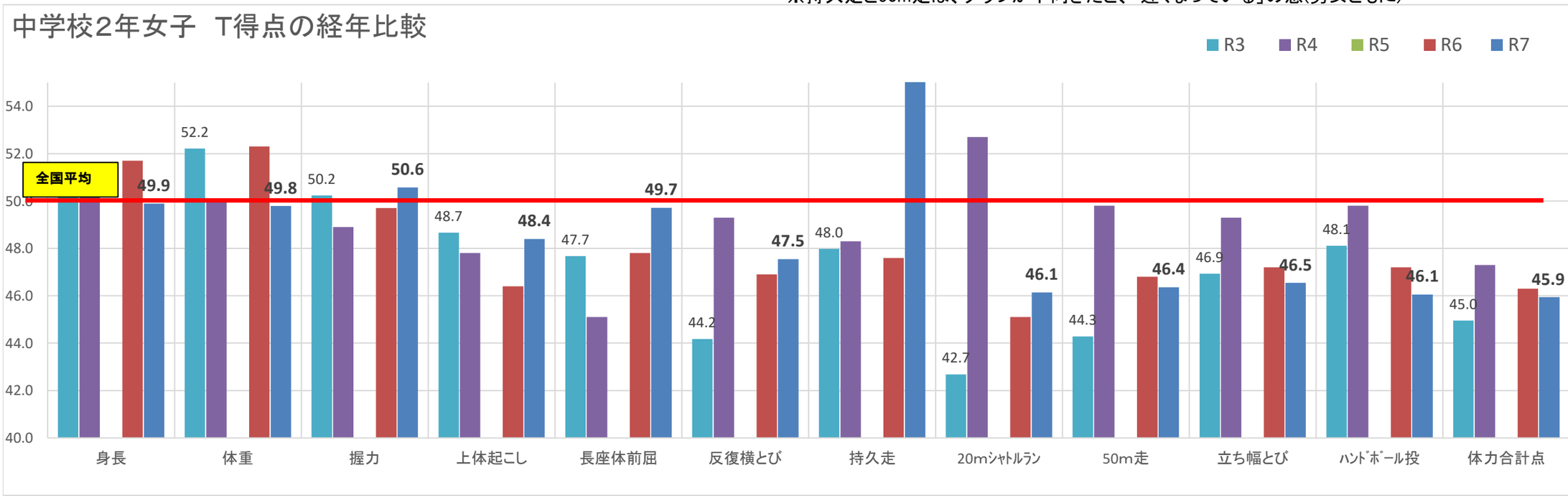
※全国平均を50としているT得点に対しての市内の状況

令和7年度全国体力・運動能力調査　中学校2年

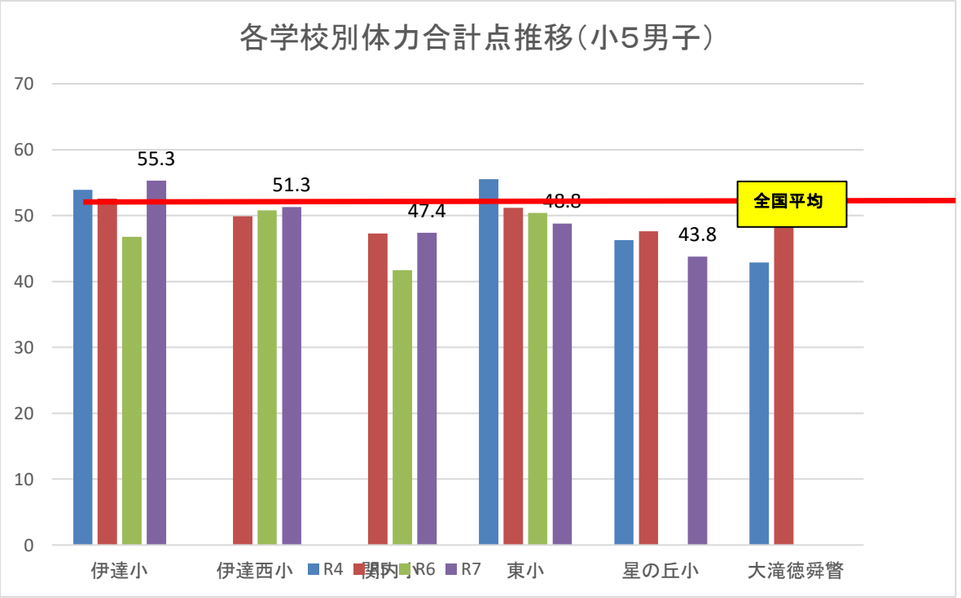
※全国平均を50としているT得点に対しての市内の状況



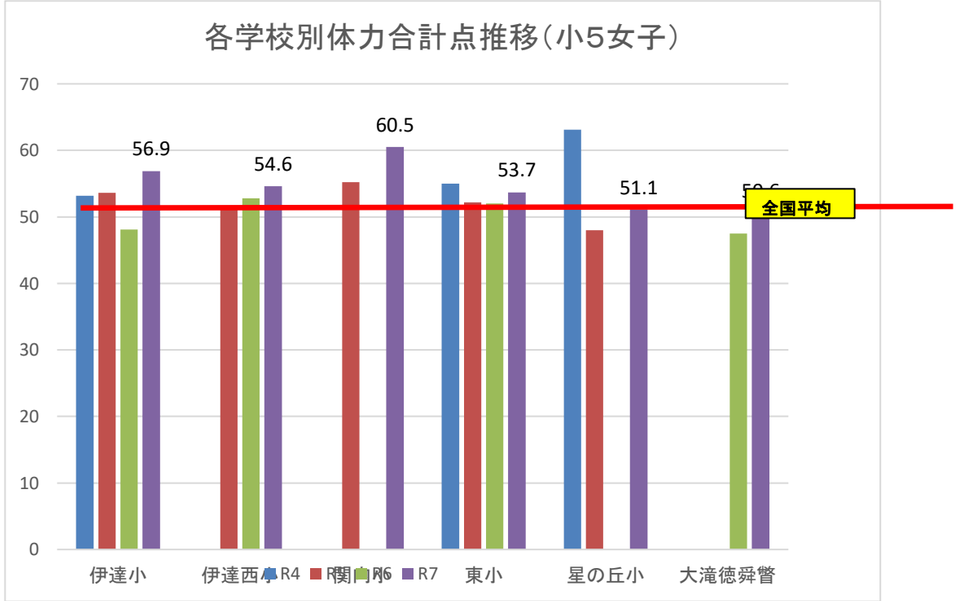
※持久走と50m走は、グラフが下向きだと、「遅くなっている」の意(男女ともに)

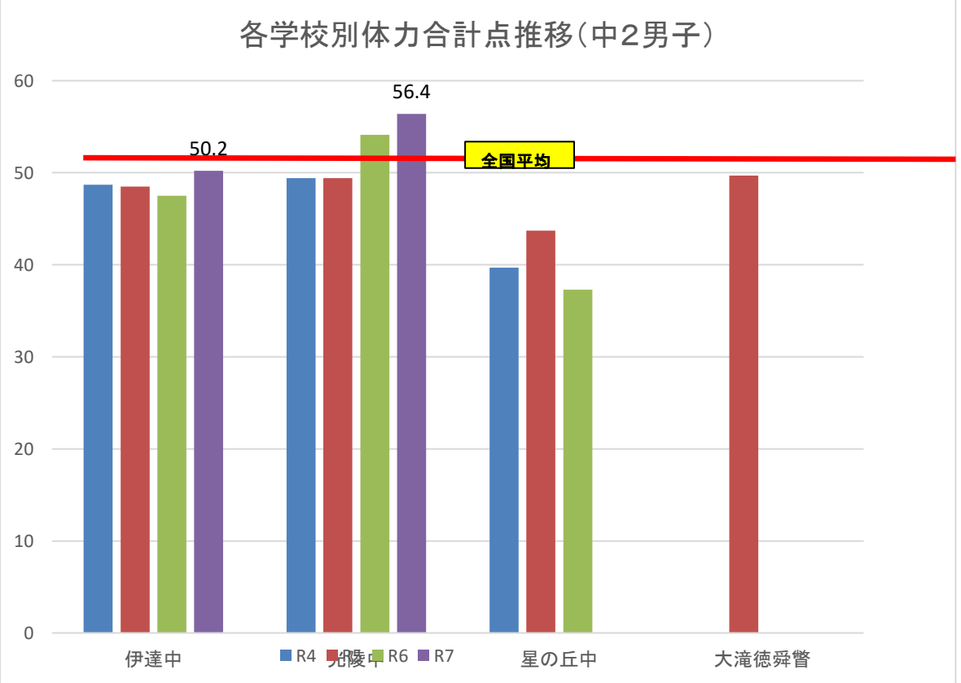


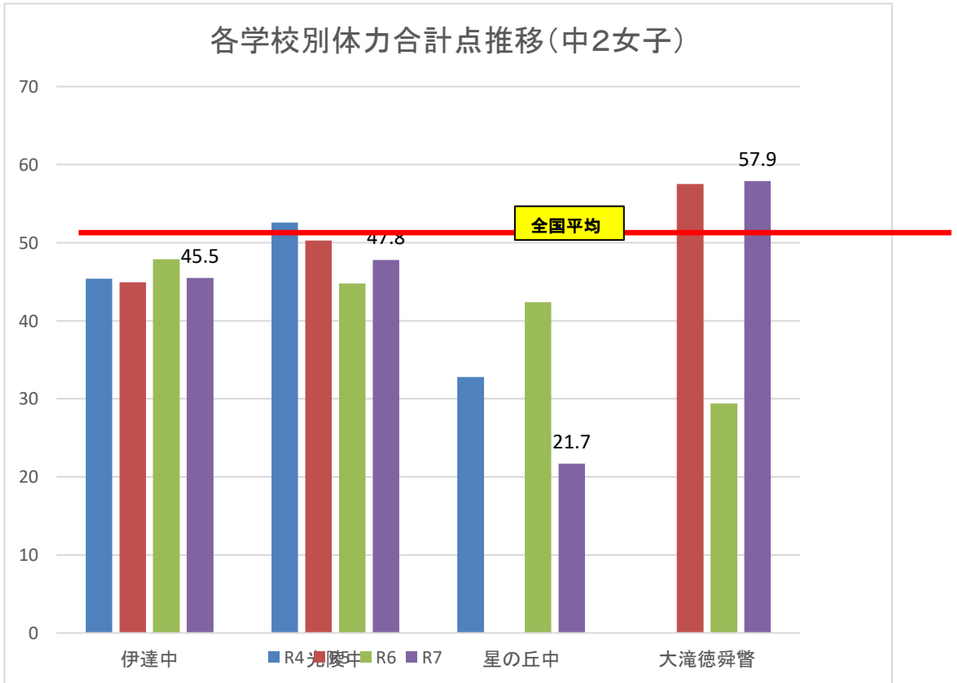
全国を50としたときの体力合計点推移



全国を50としたときの体力合計点推移

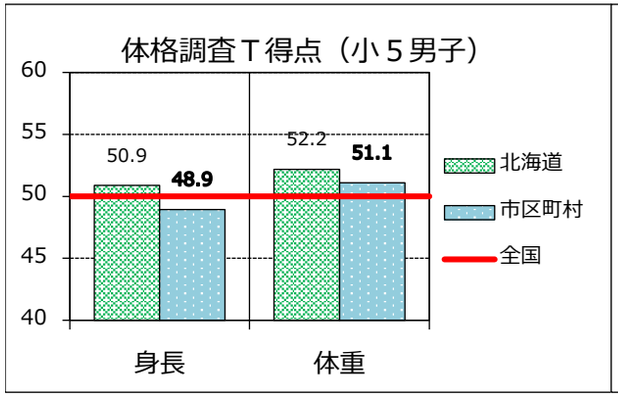


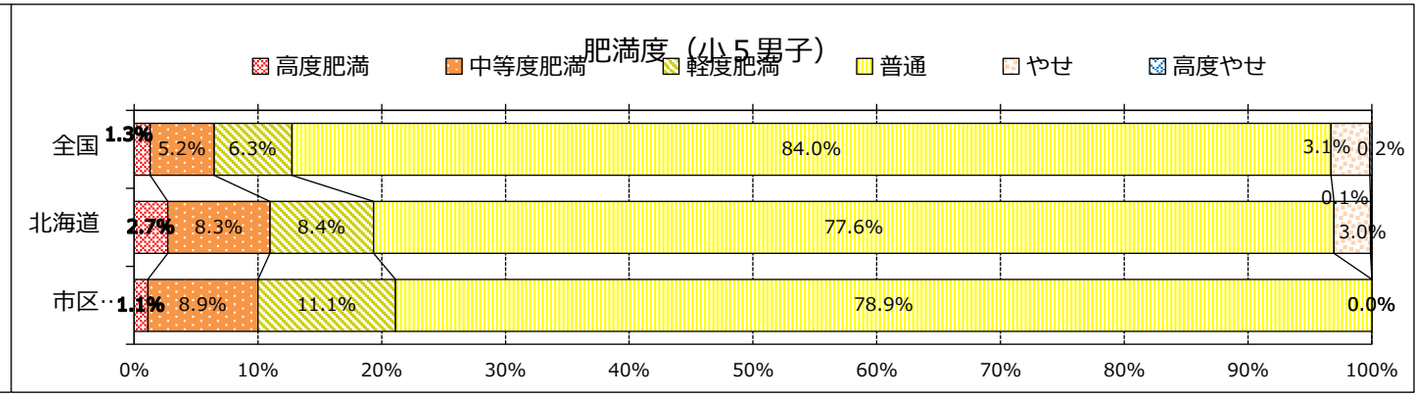




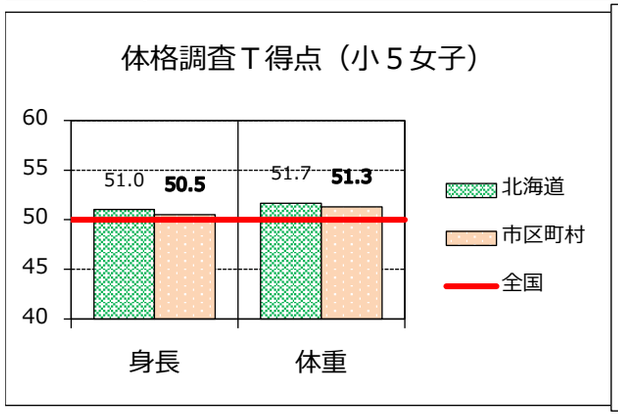
令和7年度全国体力･運動能力調査　小学校5年【体格集計】

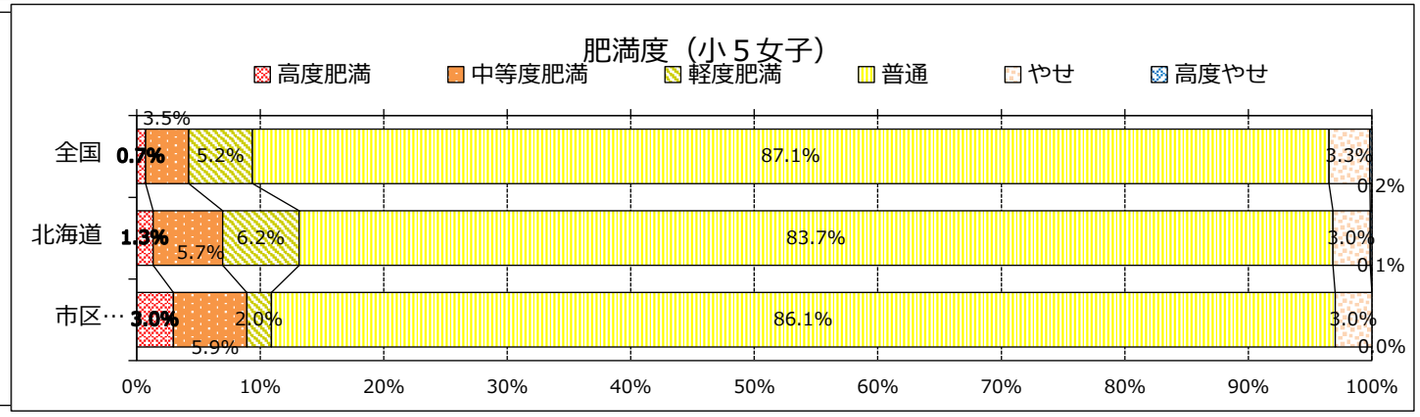
小学校 5年男子	身長(cm)				体重(kg)				肥満傾向児･痩身傾向児の出現率(%)						
	標本数	平均値	標準偏差	T得点	標本数	平均値	標準偏差	T得点	標本数	高度肥満	中等度肥満	軽度肥満	普通	やせ	高度やせ
全国	389,116	139.53	6.39	50.0	395,310	35.01	7.85	50.0	383,033	1.3%	5.2%	6.3%	84.0%	3.1%	0.2%
北海道	9,623	140.09	6.56	50.9	9,745	36.73	9.00	52.2	9,488	2.7%	8.3%	8.4%	77.6%	3.0%	0.1%
伊達市	91	138.85	6.12	48.9	90	35.87	8.06	51.1	90	1.1%	8.9%	11.1%	78.9%	0.0%	0.0%





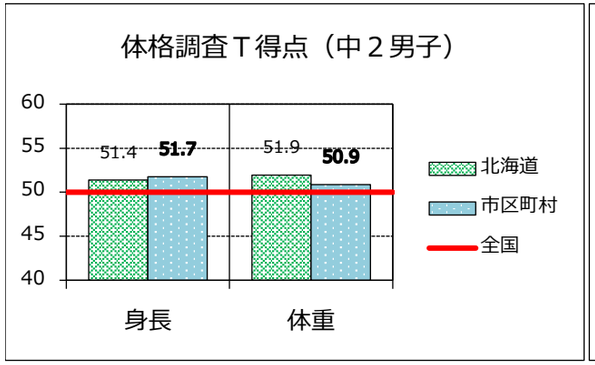
小学校 5年女子	身長(cm)				体重(kg)				肥満傾向児･痩身傾向児の出現率(%)						
	標本数	平均値	標準偏差	T得点	標本数	平均値	標準偏差	T得点	標本数	高度肥満	中等度肥満	軽度肥満	普通	やせ	高度やせ
全国	389,294	140.81	6.99	50.0	394,577	34.70	7.32	50.0	382,628	0.7%	3.5%	5.2%	87.1%	3.3%	0.2%
北海道	9,341	141.52	7.03	51.0	9,456	35.93	8.03	51.7	9,195	1.3%	5.7%	6.2%	83.7%	3.0%	0.1%
伊達市	101	141.17	6.74	50.5	101	35.65	8.34	51.3	101	3.0%	5.9%	2.0%	86.1%	3.0%	0.0%

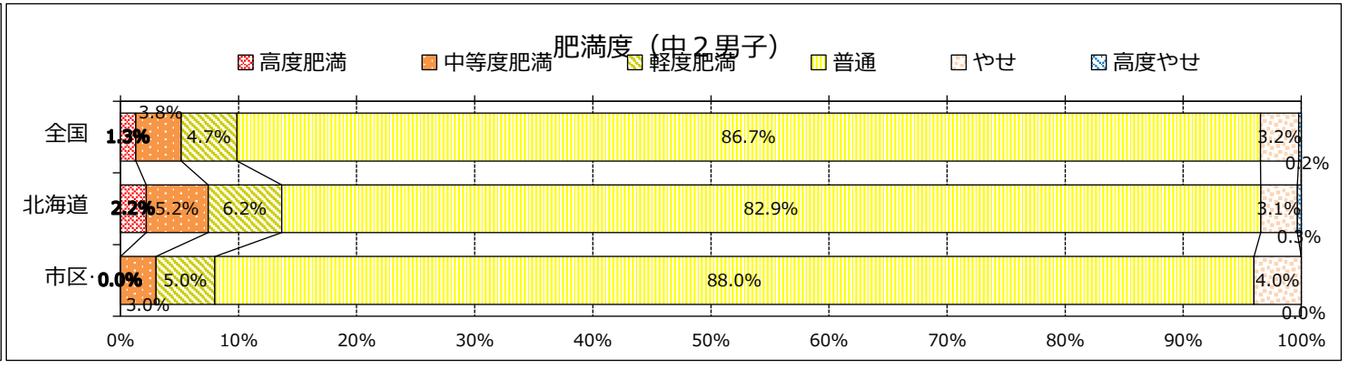




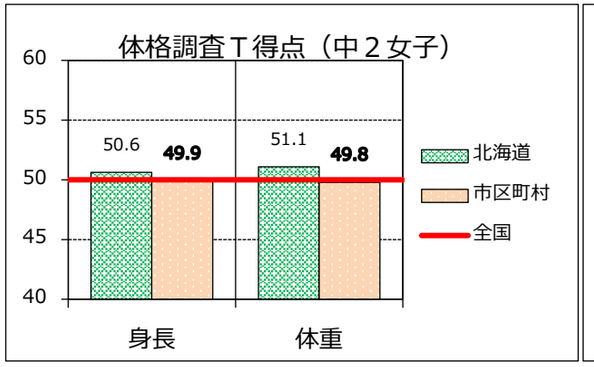
令和7年度全国体力・運動能力調査　中学校2年【体格集計】

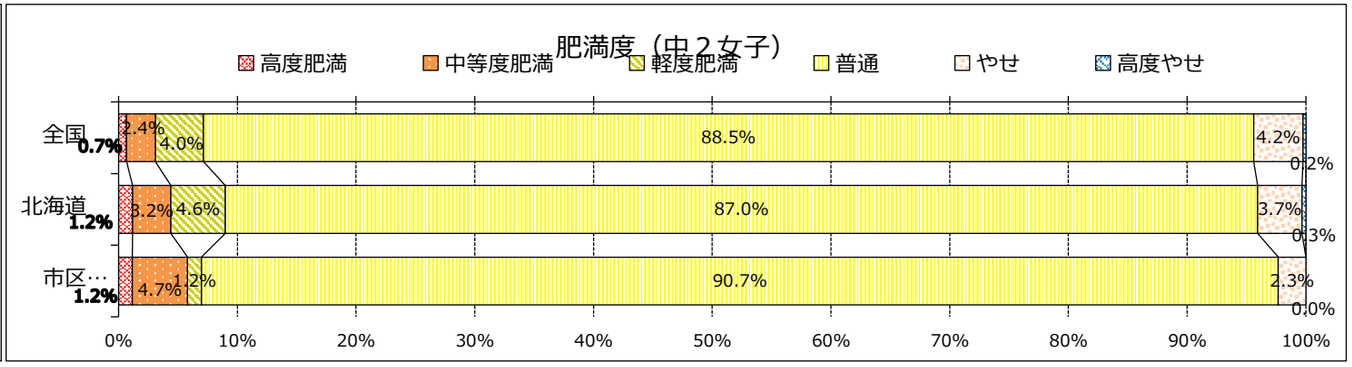
中学校2年男子	身長(cm)				体重(kg)				肥満傾向児・痩身傾向児の出現率(%)						
	標本数	平均値	標準偏差	T得点	標本数	平均値	標準偏差	T得点	標本数	高度肥満	中等度肥満	軽度肥満	普通	やせ	高度やせ
全国	364,648	161.31	7.60	50.0	366,381	50.11	10.11	50.0	358,989	1.3%	3.8%	4.7%	86.7%	3.2%	0.2%
北海道	9,754	162.37	7.57	51.4	9,884	52.07	11.11	51.9	9,643	2.2%	5.2%	6.2%	82.9%	3.1%	0.3%
伊達市	101	162.63	7.43	51.7	103	50.98	9.80	50.9	100	0.0%	3.0%	5.0%	88.0%	4.0%	0.0%





中学校2年女子	身長(cm)				体重(kg)				肥満傾向児・痩身傾向児の出現率(%)						
	標本数	平均値	標準偏差	T得点	標本数	平均値	標準偏差	T得点	標本数	高度肥満	中等度肥満	軽度肥満	普通	やせ	高度やせ
全国	363,389	155.06	5.38	50.0	361,106	46.88	7.48	50.0	355,974	0.7%	2.4%	4.0%	88.5%	4.2%	0.2%
北海道	9,490	155.40	5.43	50.6	9,489	47.69	8.02	51.1	9,333	1.2%	3.2%	4.6%	87.0%	3.7%	0.3%
伊達市	90	155.01	5.37	49.9	87	46.72	8.05	49.8	86	1.2%	4.7%	1.2%	90.7%	2.3%	0.0%





体力・運動能力調査の概要

【小学校男子】
・体力合計点（T得点）は、全国水準を上回った。（伊達市：52.3p）
・ほとんどの種目で全国平均を上回っている。
・全国平均以下の種目～50m走、ソフトボール投げ
・昨年度比較で体力合計点は上昇（49.4p→52.3p）
・昨年度比較で反復横とびは大きく改善（48.4p→53.6p）
・昨年度比較で総合評価Aの割合が増加（9.3%→25.8%）

【小学校女子】
・体力合計点（T得点）は、全国水準を大きく上回った。（伊達市：55.0p）
・ほとんどの種目で全国平均を上回っている。
・全国平均以下の種目～50m走
・昨年度比較で体力合計点は大きく上昇（50.5p→55.0p）
・総合評価A・Bの割合が増加（40.0%→60.8%）

【中学校男子】
・体力合計点（T得点）は、全国水準をやや上回った。（伊達市：51.5p）
・全国平均以上の種目→ 握力、上体起こし、長座体前屈、反復横とび、立ち幅とび
・全国平均以下の種目→ 持久走、20mシャトルラン、ハンドボール投げ
・昨年度比較で体力合計点は上昇した。（48.7p → 51.5p）
・昨年度比較で総合評価A・Bの割合が増加した。（34.1% → 45.7%）
・全体として改善傾向が見られる。

【中学校女子】
・体力合計点（T得点）は、全国水準をやや下回った。（伊達市：45.9p）
・握力以外は全国平均を下回っている。
・昨年度比較で体力合計点はほぼ横ばい。（46.3p → 45.9p）
・昨年度比較で総合評価Aの割合は減少した。（14.9% → 6.8%）
・全体として持久系・敏捷性の課題が見られる。

調査結果の分析

【小学校】
・体力合計点は、男子・女子ともに全国平均を上回った（男子52.3p、女子55.0p）。特に女子は多くの種目で全国を上回った。
・男子は柔軟性・敏捷性の向上が得点上昇の要因と考えられる一方、走力・投力には課題が見られる。
・肥満傾向児は全国より多く、特に男子の中等度肥満（8.9%）が高い。
・体力は向上しているが、生活習慣改善が課題である。

【中学校】
・体力合計点は、男子は全国をやや上回り上昇傾向にある一方、女子は全国を下回り横ばいである。
・男子は筋力系で強みが見られるが持久力に課題、女子は全体的に全国平均を下回り持久力・敏捷性が課題である。
・身長・体重は全国と同水準で、肥満傾向も大きな差はない。
・一部にやせ・中等度肥満の増加が見られ、体格管理に留意が必要である。

調査結果の考察

小学校では、男女ともに全国水準を上回り、これまでの体力向上の取組の成果が表れていると考えられる。特に、敏捷性や柔軟性、跳躍力など基礎的な運動能力の向上が全体の底上げにつながっている。一方で、体格面では肥満傾向も見られることから、体力向上と併せて生活習慣の改善が必要である。

中学校では、男子は改善傾向が見られるものの、女子は全国水準に届かず、持久力や敏捷性に課題が見られる。小学校段階での基礎的運動能力の定着や、思春期における体格・生活習慣の変化が影響している可能性も考えられる。

今後は、体育授業での運動量を確保し、持久力や筋力を高める運動を継続的に取り入れることで、運動習慣の定着を図ることが重要である。あわせて、家庭と連携しながら生活習慣の改善を進め、体力と体格の両面から支援していく必要がある。