

◎令和5年度横須賀市児童生徒体力・運動能力、運動習慣等調査結果について

1 調査の目的

横須賀市立小学校及び中学校に在籍する児童生徒の体力・運動能力、運動習慣等調査を実施し、状況を把握する。また、調査結果を集計・分析したものを各学校や各個人へ還元するとともに、横須賀市として必要な健康・体力向上推進に関する施策の策定や、各学校の取り組みの工夫改善に役立てる。

2 調査の対象及び内容

(1) 調査対象者

- ・横須賀市立小学校及び特別支援学校小学部の3～6年生全員
- ・横須賀市立中学校及び特別支援学校中学部の1～3年生全員

(2) 調査内容

- ア 実技に関する調査（新体力テスト）
- イ 質問紙調査

3 調査の実施時期

令和5年4月～7月

4 調査の実施状況

		調査対象児童生徒数 (A)	実施児童生徒数 (B)	実施率 (B/A)
小学校	3年生	2,731	2,654	97.1%
	4年生	2,688	2,581	96.0%
	5年生	2,766	2,644	95.5%
	6年生	2,918	2,770	94.9%
中学校	1年生	2,890	2,712	93.8%
	2年生	2,793	2,623	93.9%
	3年生	2,907	2,741	94.2%

5 調査結果について（概要）

（1）実技調査の結果（全国平均値、神奈川県平均値との比較）

※本資料では、「令和5年度市調査結果」ではなく、「令和5年度全国体力・運動能力、運動習慣等調査」結果にて、国・県との比較を示している。

●小5男子

	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
国	16.13	19.00	33.98	40.60		46.92	9.48	151.13	20.52	52.59
県	16.61	19.24	35.03	38.66		44.38	9.47	149.20	20.06	52.25
横須賀市	<u>16.64</u>	<u>19.12</u>	<u>34.36</u>	38.70		45.03	9.49	149.95	19.24	<u>51.80</u>

全国・県平均を下回る

●小5女子

	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
国	16.01	18.05	38.45	38.73		36.80	9.71	144.29	13.22	54.28
県	16.36	18.10	39.59	36.08		32.82	9.72	141.46	12.92	53.29
横須賀市	<u>16.52</u>	<u>18.15</u>	<u>38.65</u>	36.63		34.52	9.75	143.26	12.81	<u>53.52</u>

全国平均を下回る

●中2男子

	握力 (kg)	上体 起こし (回)	長座 体前屈 (cm)	反復 横とび (点)	持久走 1,500m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
国	29.02	25.82	44.16	51.22	409.02	78.07	8.01	197.02	20.40	41.32
県	28.78	25.87	44.77	49.70	412.34	77.13	7.97	195.10	20.13	40.84
横須賀市	28.40	<u>26.11</u>	<u>44.46</u>	50.25	412.70	75.56	8.04	<u>197.23</u>	20.16	<u>40.55</u>

全国・県平均を下回る

●中2女子

	握力 (kg)	上体 起こし (回)	長座 体前屈 (cm)	反復 横とび (点)	持久走 1,000m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
国	23.15	21.62	46.27	45.65	306.26	50.70	8.95	166.34	12.43	47.22
県	23.00	21.14	46.61	44.03	312.62	47.89	8.93	162.88	12.10	45.90
横須賀市	22.65	21.49	<u>46.34</u>	44.08	311.19	47.86	9.01	164.00	12.18	<u>45.31</u>

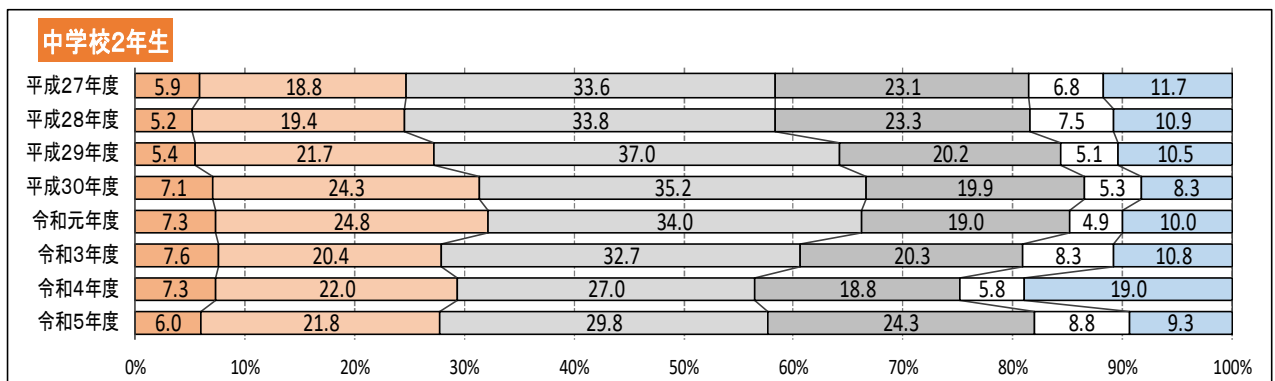
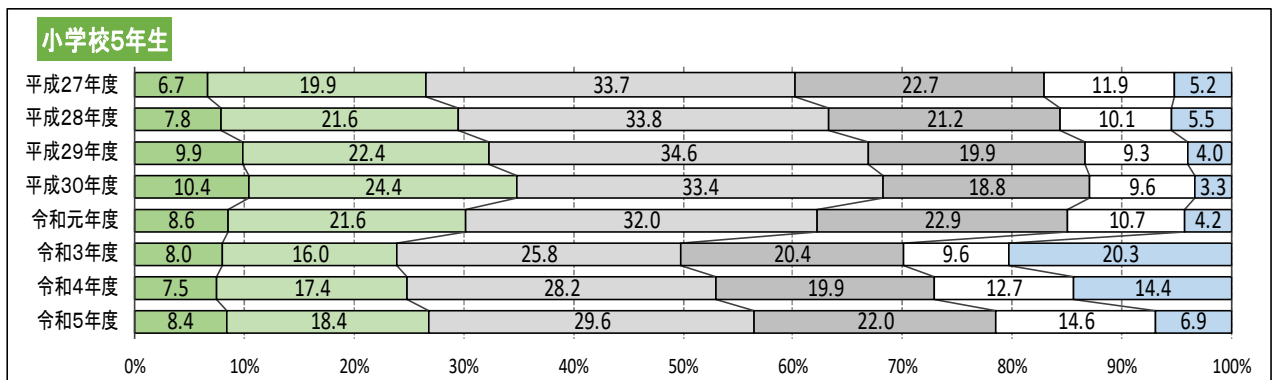
全国・県平均を下回る

※全国平均値より本市平均値が上回っているところに網掛け（数値に下線）している。

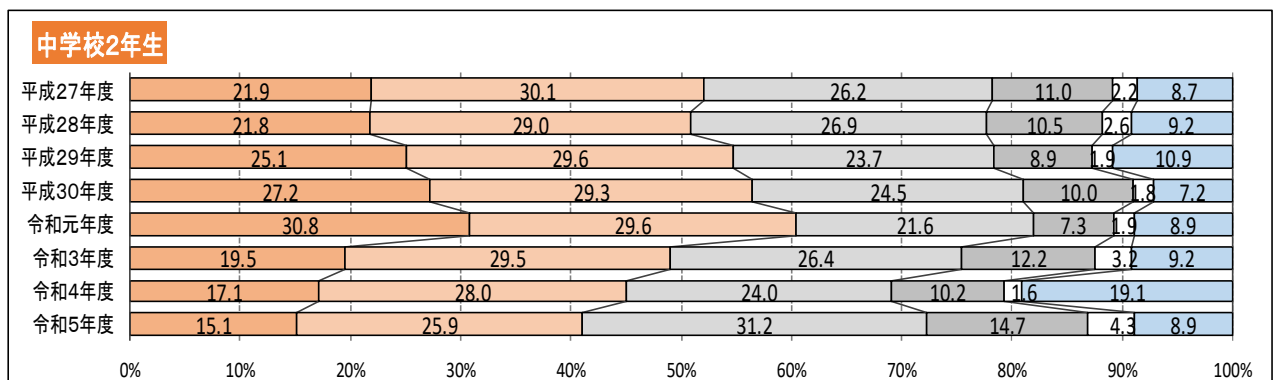
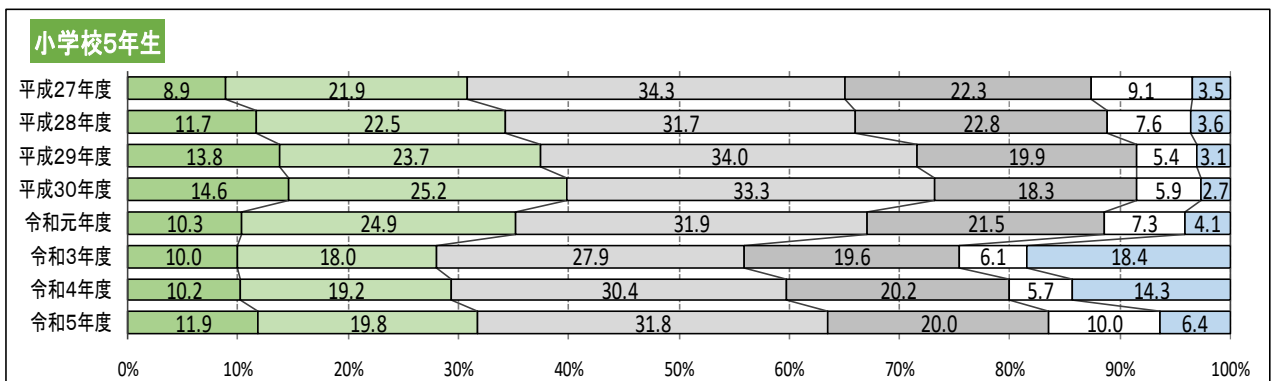
（持久走、50m走は値が小さいほど記録がすぐれている。）

(2) 総合評価の状況 (調査開始時からの経年変化)

男子



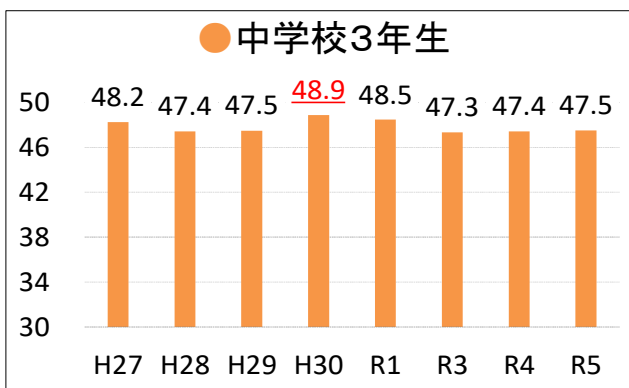
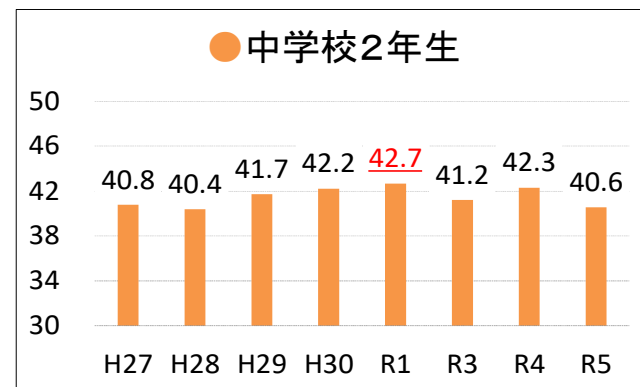
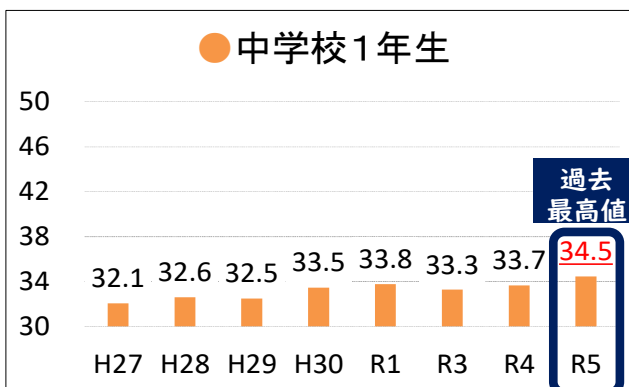
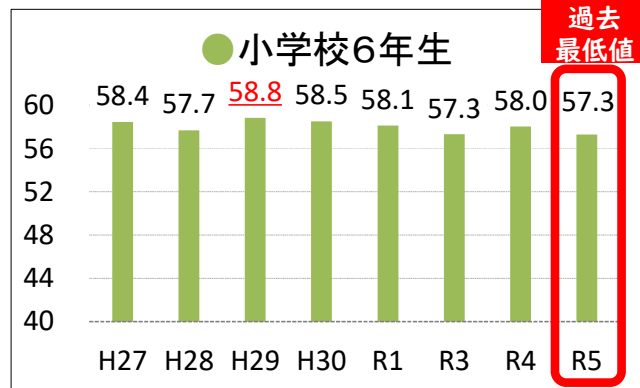
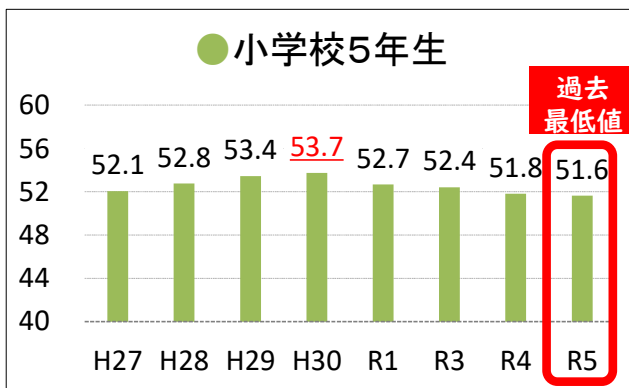
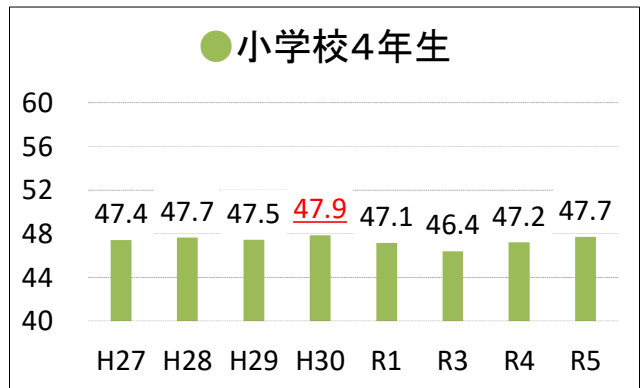
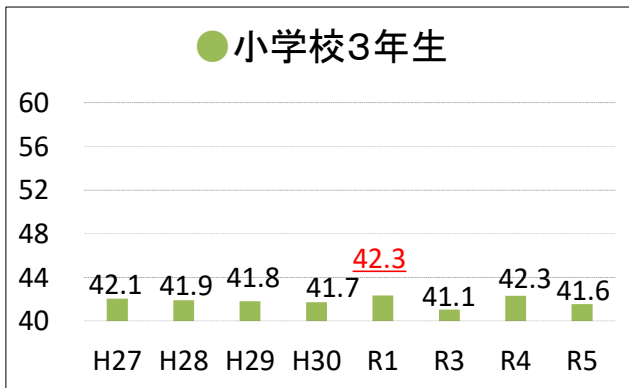
女子



※「総合評価」は体力合計点を年齢別の「総合評価基準表」に照らし、AからEまでの5段階で判定したもの。

(3) 体力合計点の経年変化

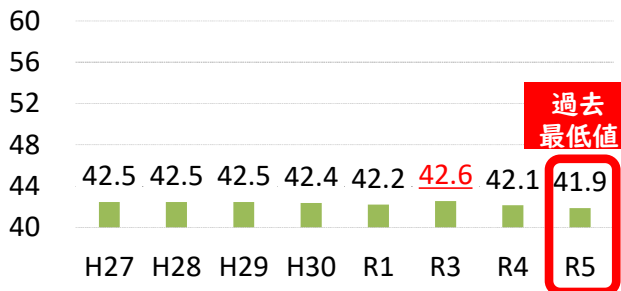
男子



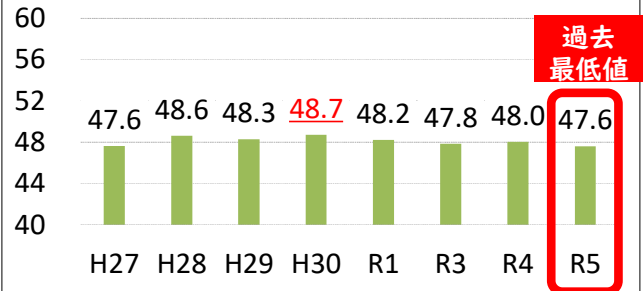
男子については、今年度（令和5年度）の体力合計点において、昨年度と比較して数値が上昇した学年もあるが（3学年/7学年中）、小学校5年・6年が過去最低値を示した。その一方で、中学校1年男子については、過去最高値を示した。（報告書P.23参照）

女子

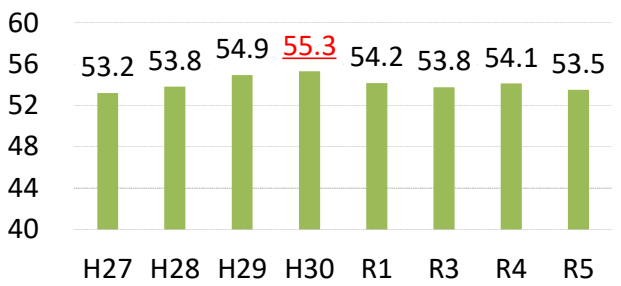
● 小学校3年生



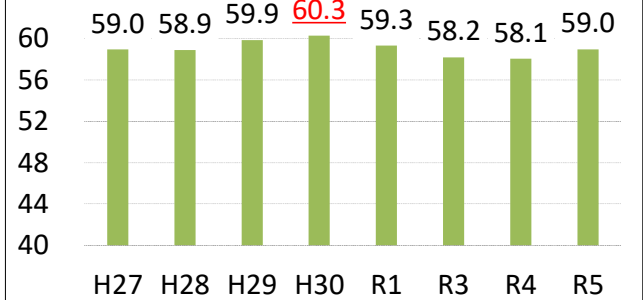
● 小学校4年生



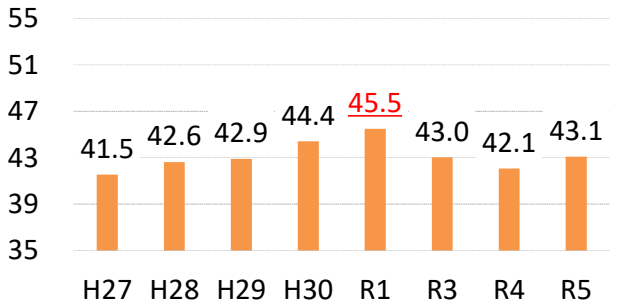
● 小学校5年生



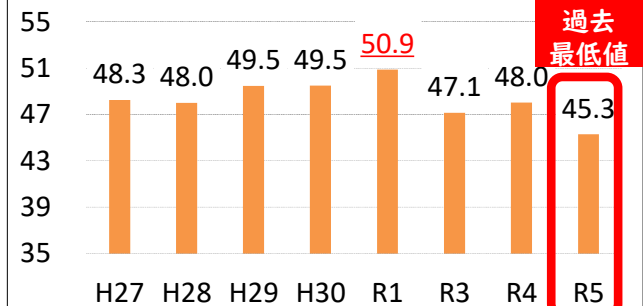
● 小学校6年生



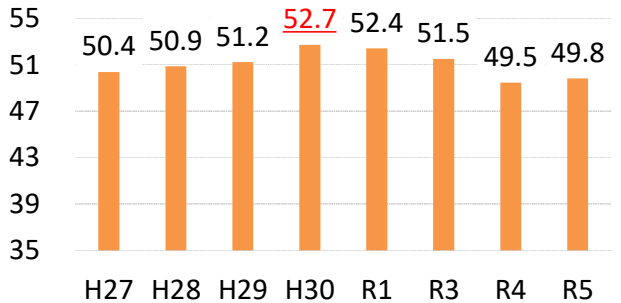
● 中学校1年生



● 中学校2年生



● 中学校3年生

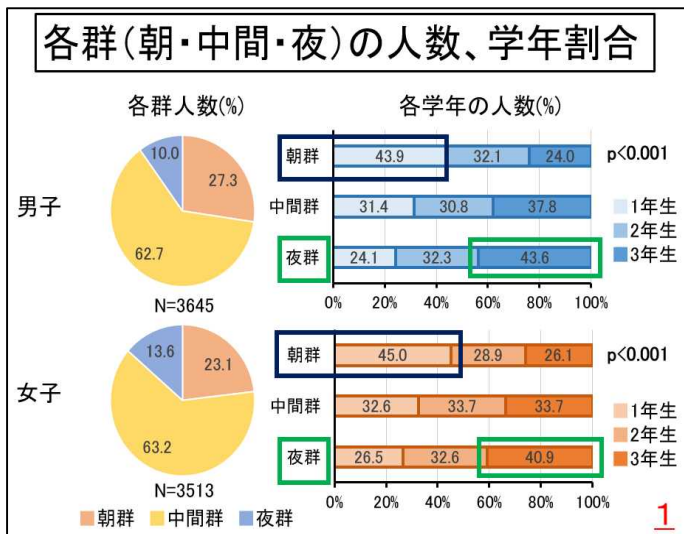


女子については、今年度（令和5年度）の体力合計点において、昨年度と比較して数値が上昇した学年もあるが（3学年/7学年中）、小学校3年・4年、中学校2年が過去最低値を示した。（報告書P.23参照）

「中学生の睡眠に関する研究」

～神奈川県立保健福祉大学 鈴木志保子教授作成資料より（一部抜粋）～

1、各群（朝・中間・夜）の人数および学年割合

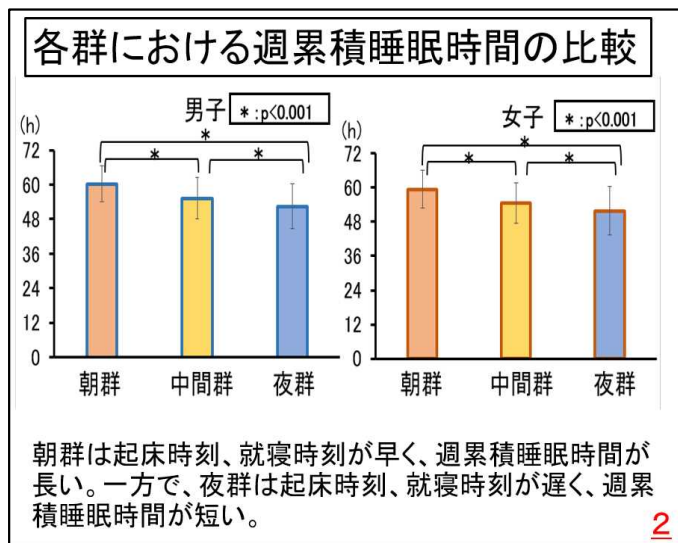


本研究では、横須賀市内の中学1～3年生男女のうち、新体力テスト8種目すべてを実施した6,489名を対象に行いました。

生活習慣調査における「睡眠」に係る各質問回答を得点化し、3つの群（朝群・中間群・夜群）に分けました。

スライド1は、各群の人数および学年割合を示したものです。男女ともに、各群における学年の割合に有意な関係が認められ、朝群で1年生が多く、夜群で3年生が多い結果となりました。

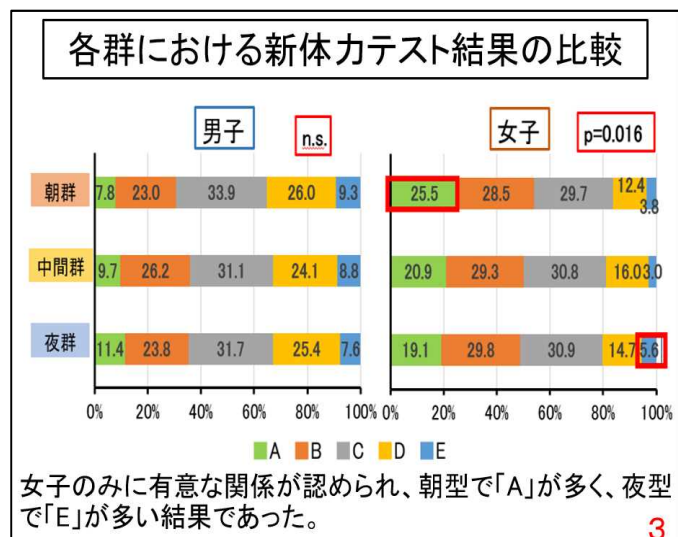
2、各群における累積睡眠時間の比較



スライド2は、各群における週累積睡眠時間（週の睡眠時間を累積したもの）の比較を示したものです。縦軸にその時間を示しています。男女ともに、朝群と比較して中間群、夜群になるにつれ、有意に短い結果となりました。

以上の結果より、朝群は起床時刻、就寝時刻が早く、累積睡眠時間が長い一方で、夜群は起床時刻、就寝時刻が遅く、累積睡眠時間が短いということが分かりました。

3、各群における新体力テスト結果の比較



スライド3は、各群における新体力テスト結果との比較を示したものです。女子のみに有意な関係が認められました。朝群でA判定が多く、夜群でE判定が多い結果となりました。

4、不定愁訴の得点算出方法について

不定愁訴の得点算出方法

質問項目
 ①たちくらみやめまい ②午前中の体調不良 ③倦怠感
 ④やる気が起きない ⑤イライラすることがある
 ⑥授業に集中ができない ⑦授業中の居眠り ⑧頭痛
 ⑨腹痛

回答に応じて得点をつけ、9項目の合計得点を算出した。

回答	得点
よくある	1
ときどきある	2
たまにある	3
まったくない	4

9
全項目
「よくある」

18
全項目
「ときどきある」

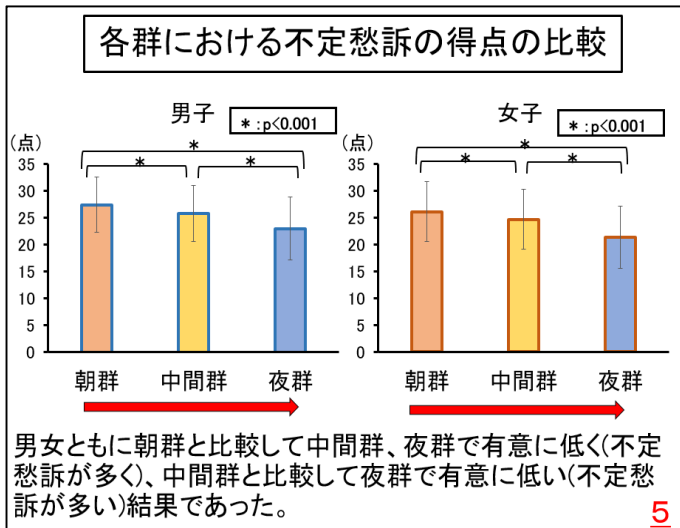
27
全項目
「たまにある」

36
全項目
「まったくない」

4

スライド4は、不定愁訴の得点算出方法を示したものです。不定愁訴とは、「めまいやイライラなどの原因不明の体調不良」を指します。不定愁訴に関する質問9項目において「よくある」から「まったくない」の4択で回答を得て、回答に応じて得点をつけ、合計得点を算出しました。9項目全てをよくあると回答した場合9点、全てをまったくないと回答した場合36点となっています。

5、各群における不定愁訴の得点の比較



スライド5は、各群における不定愁訴の得点の比較を示したものです。男女ともに、朝群と比較して中間群、夜群になるにつれ、有意に低い結果、すなわち、不定愁訴が多い結果となりました。

6、結論

結論

	午前中に活発に動く生徒	夜に活発に動く生徒
睡眠時間	平均8時間以上	平均7時間程度
朝食	毎日食べる	欠食が多い
デバイス使用	使用する頻度が低く、使用時間が短い	使用する頻度が高く、使用時間が長い

	午前中に活発に動く生徒	夜に活発に動く生徒
不定愁訴	少ない	多い
新体力テスト	評価が高い者が多い傾向がある	評価が低い者が多い傾向がある

不定愁訴が少ない「午前中に活発に動く生徒」に近づけるためには、

- ①朝食を食べる時間を確保できる時刻に起きる
- ②就寝時刻を早め、週累積睡眠時間を確保する
- ③デバイスの使用時間と目的を考慮する

6

スライド6は、結論を示したものです。午前中に活発に動く生徒と夜に活発に動く生徒を比較すると、午前中に活発に動く生徒は、不定愁訴が少なく、新体力テスト結果が良い者が多い傾向がありました。一方で、夜に活発に動く生徒は、不定愁訴が多く、新体力テスト結果が悪い者が多い傾向がありました。不定愁訴が少ない「午前中に活発に動く生徒」に近づけるためには、日頃から就寝時刻を早め、週累積睡眠時間を確保する必要があると考えます。(※朝食、デバイス使用との関連性については省略)