

## ◎令和7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

社会環境や生活様式の変化などにより、生活習慣の乱れや運動の機会の減少が問題となっています。健康の保持増進・体力の向上のためには、望ましい生活習慣、運動習慣の確立が求められますが、そのためには、学校と家庭との連携が必要です。

子どもたちの体力・運動能力や運動習慣等の現状を理解していただくとともに、学校教育活動にも積極的な支援をいただくためにも、本年度も本市の状況及び課題について報告いたします。

### 1 横須賀市児童生徒体力・運動能力、運動習慣等調査の調査について

市立小学校・特別支援学校小学部3～6年生と中学校・特別支援学校中学部1～3年生を対象に「横須賀市児童生徒体力・運動能力、運動習慣等調査」を、令和7年4月～7月に実施しました。

本市が実施している調査は、文部科学省が実施している「全国体力・運動能力、運動習慣等調査」の対象である小学校5年生及び中学校2年生と比べ、調査範囲を大きく拡大し、また、分析データを児童生徒一人一人にフィードバックすることにより、家庭の協力を得ながら、効果的な取り組みしていくことをねらいとして実施しています。

令和6年度から、神奈川県立保健福祉大学、味の素株式会社及び横須賀市教育委員会の三者で産学官連携協定を締結し、神奈川県立保健福祉大学は、スポーツ栄養学や健康科学に基づく分析や助言について、味の素株式会社は、本調査にかかる資金協力及び健康教室の開催等、児童生徒の健康の保持増進及び体力向上について多方面から取り組みを行っています。

#### （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、状況を把握します。また、調査結果を集計・分析し、各学校や各個人に還元するとともに、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ことを目的としています。

#### （2）調査の対象及び内容

##### ア 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

##### イ 調査内容

- ・実技に関する調査（新体力テスト）
- ・生活習慣、運動習慣等に関する調査

ウ 実技に関する調査種目（8種目）

		テスト項目						
小学生	握力	上体起 こし	長座 体前屈	反復 横跳び	20m シャトルラン <sup>※1</sup>	50m 走	立ち 幅跳び	ソフト ボール 投げ
中学生					20m シャトルラン または持久走 <sup>※2</sup>			ハンド ボール 投げ

※1 往復持久走（一定の間隔で鳴る電子音に従って20mを走り、折り返し回数を測定）

※2 男子は1500m走、女子は1000m走

エ 評価基準表

	小3	小4	小5	小6	中1	中2	中3
A	53以上	59以上	65以上	71以上	51以上	57以上	60以上
B	46～52	52～58	58～64	63～70	41～50	47～56	51～59
C	39～45	45～51	50～57	55～62	32～40	37～46	41～50
D	32～38	38～44	42～49	46～54	22～31	27～36	31～40
E	31以下	37以下	41以下	45以下	21以下	26以下	30以下

※各実技種目（8種目）の結果を10点満点で換算し、合計80点満点で上記基準表に基づき、A～Eの評価を判定

（3）調査の実施時期

令和7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	2,468	2,381	96.5%
	4年生	2,589	2,496	96.4%
	5年生	2,723	2,552	93.7%
	6年生	2,705	2,582	95.5%
中学校	1年生	2,673	2,405	90.0%
	2年生	2,779	2,402	86.4%
	3年生	2,896	2,483	85.7%

(5) **運動習慣・生活習慣等に関する本市独自調査（県立保健福祉大学との連携調査）**

文部科学省が実施する一般的な調査項目に加え、市独自の運動習慣・生活習慣等に関する調査項目を追加して調査を実施しています。【令和5年度から継続実施】

**※令和7年度独自調査 計73問（内訳）**

- |                       |                   |
|-----------------------|-------------------|
| ・睡眠に関する内容（18問）        | ・運動に関する内容（3問）     |
| ・不定愁訴に関する内容（10問）      | ・食事に関する内容（3問）     |
| ・デバイスの使用に関する内容（22問）   | ・スマホ依存に関する内容（16問） |
| ・その他（足の大きさに関する内容）（1問） |                   |

**[例1：睡眠に関する内容] ※全18問**

**全国調査**

1. 毎日どのくらい寝ていますか。

（6時間未満、6時間以上7時間未満、7時間以上8時間未満、8時間以上9時間未満、9時間以上10時間未満、10時間以上）

**市独自調査**

1. 学校のある月曜日から金曜日は、だいたい何時に起きていますか。

2. 学校のある月曜日から木曜日は、だいたい何時に寝ていますか。

3. 学校のある金曜日は、だいたい何時に寝ていますか。

4. 土曜日は、だいたい何時に起きていますか。

5. 土曜日はだいたい何時に寝ていますか。

6. 日曜日はだいたい何時に起きていますか。

7. 日曜日はだいたい何時に寝ていますか。

※上記1～7 ※時間はすべて10分単位でプルダウン選択

8. 夜19時より遅い時間にカフェインがたくさん入っている飲み物（コーヒー、紅茶、緑茶、コーラ、エナジードリンクなど）を飲むことがありますか（カフェインを含まない麦茶は除く）。

9. 寝る1時間前から寝るまでに、スマートフォンやタブレットPCを見ますか。

10. 寝る1時間前から寝るまでに、音楽を聴きますか。

11. 夜、眠くなるのは何時ころですか。

12. ふとん（またはベッド）に入つてから、すぐに眠れますか。

13. いつもよく眠れますか。

14. 自分の眠り（睡眠）の質は、よいと思いますか。

15. 眠っている間に、よく目を覚しますか。

16. 朝起きるとき、すっきりと目が覚めますか。

17. 朝起きて、ふとん（またはベッド）から出て動き出すまでに、どのくらいの時間がかかりますか。

18. 午前中と夕方では、体はどちらの方がよく動きますか。

[例2：不定愁訴に関する内容] ※全10問

全国調査
なし
<b>市独自調査</b>
<ol style="list-style-type: none"><li>「たちくらみ」や「めまい」をおこすことがありますか。</li><li>朝なかなか起きることができず、午前中に体の調子が悪いことがありますか。</li><li>体のだるさや疲れやすさを感じことがありますか。</li><li>何もやる気が起きないことがありますか。</li><li>イライラすることがありますか。</li><li>授業に集中できないことがありますか。</li><li>授業中に居眠りをしてしまうことがありますか。</li><li>頭が痛くなること（頭痛）がありますか。</li><li>おなかがいたくなること（腹痛）がありますか。 〔<ul style="list-style-type: none"><li>よくある（ほぼ毎日）</li><li>ときどきある（週に1～2日くらい）</li><li>たまにある（月に1～3日くらい）</li><li>まったくない</li></ul>〕</li><li>学校にいるとき、トイレ（排便・排尿）にだいたい何回行きます。 （・0回　・1回　・2～3回　・4～5回　・6回以上）</li></ol>

(6) 産学官連携協定におけるこれまでの取り組みについて

ア 味の素株式会社による味覚教室

- ・令和7年2月21日（金）浦賀小学校5年生3クラス
- ・令和7年2月25日（火）小原台小学校5年生2クラス
- ・令和7年12月12日（金）鴨居中学校1年生3クラス

イ 三者合同公開成果報告会

- ・日 時：令和7年12月13日（土）
- ・会 場：県立保健福祉大学 講堂
- ・参加者：教員、保護者、大学関係者、地域住民等 計約40名

(7) 調査内容の変更点【令和7年度～】

これまで「(2) 運動・スポーツへの意識」として位置付けてきた項目については、運動・スポーツに対する関心にとどまらず、児童生徒が自身の「健康・体力」を自分事として捉え、それらの価値をどのように認識しているかという観点を重視し、項目名を「(2) 運動・スポーツや健康・体力への意識」に改めます。

あわせて、「自分の体力に关心があるか」「自分の健康に关心があるか」の2項目を、新たに調査内容として設定します。

さらに、これまで実施してきた「運動・スポーツが好き」「体育・保健体育の授業が楽しい」に関する調査については、毎年度高い水準で推移している一方、個人の嗜好に左右されやすい側面があることから、上記見直しに伴い、令和6年度をもって終了とします。

## 2 調査結果について（概要）

### （1）体力（合計点・各種目）に係る内容

※P 6～11

- ①体力合計点の経年変化
- ②各種目結果の経年変化【小5、中2対象】
- ③体力上位層（新体力テストの総合評価がA・B）の児童生徒の割合（%）
- ④体力下位層（新体力テストの総合評価がD・E）の児童生徒の割合（%）

### （2）運動・スポーツや健康・体力への意識に係る内容

※P 12～20

- ①運動やスポーツが「大切」または「やや大切」と回答する児童生徒の割合（%）
- ②**新規** 自分の「体力」に关心があるかに対する児童生徒の回答割合（%）
- ③**新規** 自分の「健康」に关心があるかに対する児童生徒の回答割合（%）

#### ＜調査・分析結果＞

【参考1】「自分の体力に対する関心」と体力総合評価とのクロス集計

【参考2】「自分の健康に対する関心」と体力総合評価とのクロス集計

### （3）運動習慣・生活習慣に係る内容

※P 21～28

- ①1週間の総運動時間が「0分」と回答する児童生徒の割合（%）
- ②朝食を「食べない」または「食べない日が多い」と回答する児童生徒の割合（%）
- ③1日の睡眠時間が「6時間未満」と回答する児童生徒の割合（%）
- ④平日における1日あたりの「総スクリーンタイム」の時間別割合（%）

#### ＜調査・分析結果＞

【参考3】「平日におけるスクリーンタイム（学習を除く）」と体力合計点とのクロス集計

## (1) 体力(各種目・合計点)に係る内容

### ①「体力合計点」の経年変化

【報告書 P. 24 参照】

※点数が高いほど、よい傾向

＜小学校＞

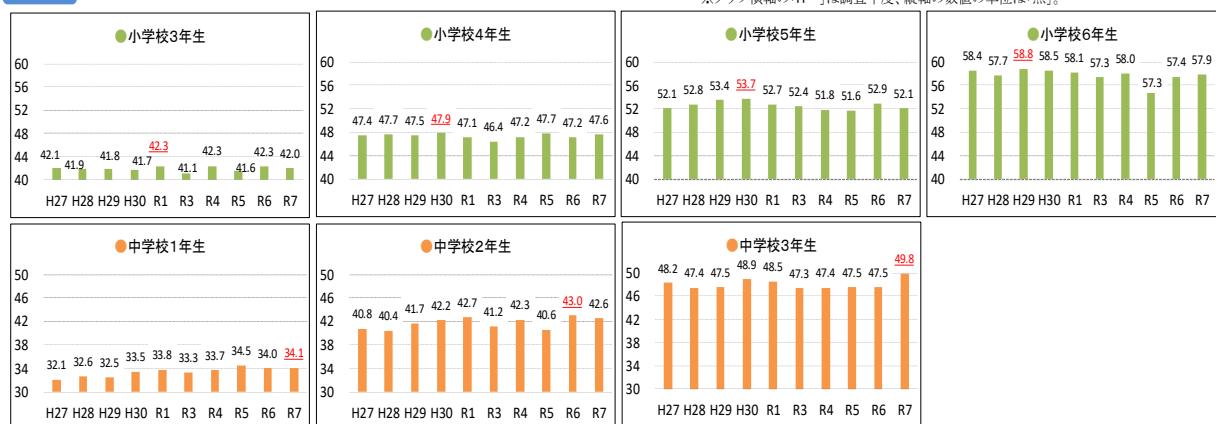
	男子				女子			
	小3	小4	小5	小6	小3	小4	小5	小6
R7 結果	42.04	47.56	52.13	57.87	42.10	47.64	53.20	57.06
前年集団との差	-0.27	+0.39	-0.81	+0.44	+0.32	-0.12	+0.18	-0.49

＜中学校＞

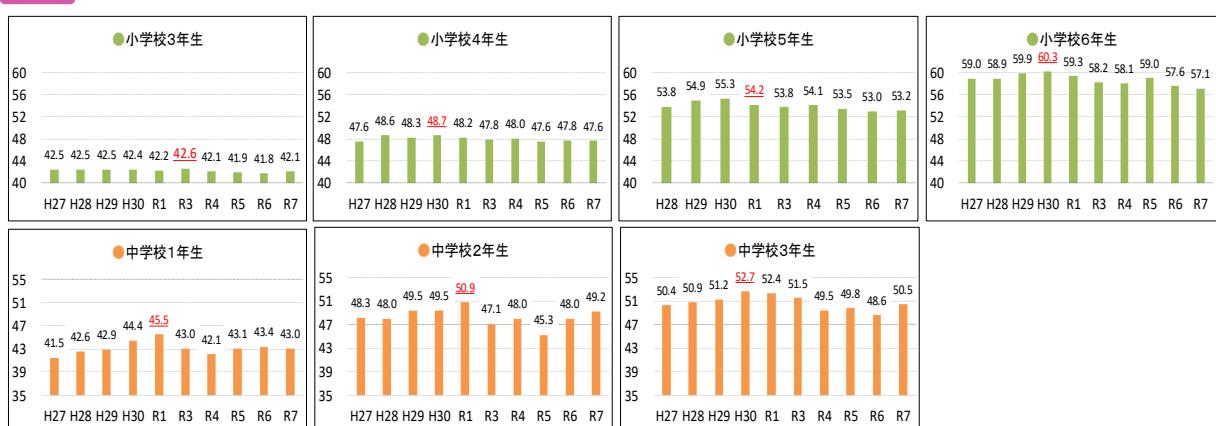
	男子			女子		
	中1	中2	中3	中1	中2	中3
R7 結果	34.10	42.55	49.84	43.04	49.21	50.53
前年集団との差	+0.12	-0.42	+2.33	-0.31	+1.17	+1.90

### 男子

※グラフ横軸の「H～」は調査年度、縦軸の数値の単位は「点」。



### 女子



## 結果及び考察

### 結果

#### 【小学校】

体力合計点については、前年集団の数値と比較し、男女ともに半数の学年で数値が増加しました。一方で、前年集団の数値と比較し、半数の学年で数値が低下し、特に小6女子では、過去最低値を示しました。

#### 【中学校】

体力合計点については、前年集団の数値と比較し、中2男子・中1女子を除き、数値が増加しました。(特に中3男子は+2.33)

### 考察

小学校においては、男子では近年、改善傾向が見られます。一方、女子では、小学校6年生が過去最低値を更新する結果となりました。

中学校においては、男女ともに改善傾向が見られ、特に女子ではその傾向が顕著です。

全体として、男子は小・中学校ともに学年による差はあるものの、概ねコロナ禍以前の水準まで回復している状況がうかがわれます。一方、女子は、特に小学校段階において依然として低い水準にとどまっており、喫緊の課題となっています。

## ②「各種目」の経年変化

※本項目に示した各数値は、「全国体力・運動能力、運動習慣等調査」結果の数値を引用

※50m走については、割合が低下するほど、よい傾向

### ＜小学校第5学年 男子＞

	握力	上体起こし	長座体前屈	反復横跳び	20m シャトルラン	50m 走	立ち幅跳び	ソフトボール投げ	体力合計点
R7 結果	16.44	19.73	34.41	39.05	47.03	9.39	147.77	20.00	52.51
R7 全国結果	15.96	19.46	33.88	40.89	47.94	9.46	150.93	21.06	53.02
R7 全国との差	+0.48	+0.28	+0.53	-1.84	-0.91	-0.07	-3.17	-1.06	-0.52
前年集団との差	+0.42	+0.54	+0.62	-1.62	+0.13	-0.11	-2.69	-0.74	-0.03

### ＜小学校第5学年 女子＞

	握力	上体起こし	長座体前屈	反復横跳び	20m シャトルラン	50m 走	立ち幅跳び	ソフトボール投げ	体力合計点
R7 結果	15.91	18.61	38.61	36.69	35.31	9.74	139.69	12.53	53.25
R7 全国結果	15.61	18.36	38.15	38.70	36.85	9.77	142.34	13.11	53.97
R7 全国との差	+0.30	+0.24	+0.46	-2.01	-1.54	-0.03	-2.65	-0.58	-0.72
前年集団との差	+0.13	+0.45	+0.40	-2.02	-1.29	-0.02	-3.49	-0.62	-0.68

### 結果及び考察

#### 結果

##### 【小学校 男子】

令和7年度の結果については、前年集団の数値と比較すると、5種目において改善が見られました。一方で、体力合計点については前年集団の数値を下回る結果となりました。また、令和7年度全国調査との比較においても概ね同様の傾向を示し、体力合計点は全国平均を下回る結果となりました。

##### 【小学校 女子】

令和7年度の結果については、前年集団との比較及び令和7年度全国平均との比較のいずれにおいても、4種目で改善が見られました。一方、体力合計点については全国平均を下回る結果となりました。

#### 考察

男女ともに、「握力」「上体起こし」「長座体前屈」「50m走」の4種目では改善傾向が見られました。一方で、「反復横跳び」及び「立ち幅跳び」については課題がうかがわれます。

※50m走については、割合が低下するほど、よい傾向

＜中学校第2学年 男子＞

	握力	上体 起こし	長座 体前屈	反復 横跳び	持久走	20m シャ トルラン	50m 走	立ち 幅跳び	ハンドボ ール投げ	体力 合計点
R7 結果	29.15	26.90	45.29	50.69	413.06	79.26	7.98	200.08	21.19	42.36
R7 全国結果	28.95	26.09	45.12	51.64	409.25	78.82	8.00	197.51	20.74	42.20
R7 全国 との差	+0.20	+0.80	+0.17	-0.94	+3.81	+0.44	-0.01	+2.57	+0.46	+0.16
前年集団 との差	+0.24	+1.08	+0.97	-0.80	+1.38	+0.61	-0.01	+2.92	+0.70	+0.67

＜中学校第2学年 女子＞

	握力	上体 起こし	長座 体前屈	反復 横跳び	持久走	20m シャ トルラン	50m 走	立ち 幅跳び	ハンドボ ール投げ	体力 合計点
R7 結果	23.44	23.01	48.38	45.59	313.33	52.52	8.90	172.29	12.99	49.25
R7 全国結果	23.15	21.70	46.99	45.74	309.66	50.60	8.97	166.44	12.43	47.58
R7 全国 との差	+0.29	+1.31	+1.39	-0.14	+3.67	+1.91	-0.08	+5.85	+0.55	+1.67
前年集団 との差	+0.30	+1.54	+1.94	-0.08	+3.43	+2.04	-0.06	+6.07	+0.67	+2.03

結果及び考察

結果

【中学校 男子】

令和7年度の結果については、前年集団との比較及び令和7年度全国平均との比較のいずれにおいても、2種目を除いて改善が見られ、体力合計点についても全国平均を上回る結果となりました。

【中学校 女子】

令和7年度の結果については、男子同様、前年集団との比較及び令和7年度全国平均との比較のいずれにおいても、2種目を除いて改善が見られ、体力合計点についても全国平均を上回る結果となりました。

考察

男女ともに、各種目及び体力合計点において、全体として改善傾向が見られます。一方で、種目別に見ると、男女共通して「持久走」は他種目と比べて課題がうかがわれますが、同じ持久系種目である「20m シャトルラン」では改善が見られました。

③体力上位層（新体力テストの総合評価がA・B）の児童生徒の割合（%）

【報告書 P. 28 上段参照】

※割合が上昇するほど、よい傾向

＜小学校＞

	男子				女子			
	小3	小4	小5	小6	小3	小4	小5	小6
R7 結果	29.5	29.7	25.7	29.1	29.3	30.7	26.4	24.3
前年集団との差	-1.9	+0.1	-3.9	+0.9	+1.2	±0	-1.0	-4.1

＜中学校＞

	男子			女子		
	中1	中2	中3	中1	中2	中3
R7 結果	19.5	27.8	37.6	45.6	44.3	36.3
前年集団との差	-0.5	-2.9	+2.1	-3.8	-3.3	+0.3

④体力下位層（新体力テストの総合評価がD・E）の児童生徒の割合（%）

【報告書 P. 28 下段～P. 29 上段参照】

※割合が低下するほど、よい傾向

＜小学校＞

	男子				女子			
	小3	小4	小5	小6	小3	小4	小5	小6
R7 結果	28.0	31.6	32.9	28.9	28.9	32.7	28.2	31.6
前年集団との差	+0.7	-1.4	+2.9	-4.3	-1.9	+0.8	-1.6	-0.9

＜中学校＞

	男子			女子		
	中1	中2	中3	中1	中2	中3
R7 結果	30.4	21.9	14.3	11.9	10.4	15.8
前年集団との差	-0.6	±0	-7.2	+0.5	-3.7	-4.7

## 結果及び考察

### 結果

#### 【小学校】

小学校では、前年集団の数値と比較し、男女ともに半数以上の学年で体力下位層（D・E）の割合が減少し、一定の改善傾向が見られました。一方で、体力上位層（A・B）の割合については、微増した学年は一部あるものの全体的に低下しました。

#### 【中学校】

中学校では、前年集団の数値と比較し、中2男子・中1女子を除くすべての学年で体力下位層（D・E）の割合が減少し、大幅な改善傾向が見られました。（特に、中3男子・中3女子は顕著）一方で、体力上位層（A・B）の割合については、微増した学年は一部あるものの全体的に低下しました。

### 考察

小・中学校全体で見ると、体力下位層（D・E）の割合は概ね減少傾向にあり、一定の改善が見られました。一方、体力上位層（A・B）の割合は学年により増減が見られ、全体として大きな伸びは確認されていません。このため、体力中位層に位置する児童生徒の割合が相対的に増加しており、体力分布が中央に集まる傾向がうかがわれます。

これらを踏まえると、体力の著しい低下は一定程度抑えられている一方で、上位層のさらなる伸長に向けた取り組みの充実が今後の課題です。

(2) 運動・スポーツや健康・体力への意識に係る内容

①運動やスポーツが「大切」または「やや大切」と回答する児童生徒の割合 (%)

【報告書 P. 31~P. 33 参照】

〈小学校〉

	男子				女子			
	小3	小4	小5	小6	小3	小4	小5	小6
R7 結果	93.9	93.9	93.5	93.7	94.3	93.8	89.3	86.0
前年集団との差	-1.3	-1.9	-0.9	-0.9	-1.0	-0.4	-3.7	-5.2

同一集団の経年変化

	男子				女子			
	小3	小4	小5	小6	小3	小4	小5	小6
前年時の値	△	95.2	95.8	94.4	△	95.3	94.2	93.0
前年時との差	△	-1.3	-2.3	-0.7	△	-1.5	-4.9	-7.0

〈中学校〉

	男子			女子		
	中1	中2	中3	中1	中2	中3
R7 結果	94.5	95.1	94.3	88.4	86.0	85.7
前年集団との差	-1.8	-0.4	±0.0	-2.0	-1.4	-2.7

同一集団の経年変化

	男子			女子		
	中1	中2	中3	中1	中2	中3
前年時の値	94.6	96.3	95.5	93.0	90.4	87.4
前年時との差	-0.1	-1.2	-1.2	-2.8	-4.4	-1.7

結果及び考察

結果

【小学校】

令和7年度の結果については、前年集団の数値と比較し、男女ともにすべての学年において数値が低下しました。同一集団の経年変化についても、男女ともにすべての学年において数値が低下しました。(※特に小5女子、小6女子は大幅低下)

【中学校】

令和7年度の結果については、前年集団の数値と比較し、中3男子(増減なし)を除き、すべての集団で数値が低下しました。同一集団の経年変化については、男女ともにすべての学年において数値が低下しました。

考察

運動やスポーツが大切であると捉える割合については、小・中学校ともに低下傾向が見られるとともに、学年が上がるにつれて、その重要性を実感しにくくなっている可能性が考えられます。(※数値自体が高いことは留意しなければならない。) 引き続き、運動やスポーツの意義を実感できる機会を増やすとともに、発達の段階に応じた指導の工夫改善が求められます。

②新規 自分の「体力」に关心があるかに対する児童生徒の回答割合 (%)  
 【報告書 P. 34 参照】

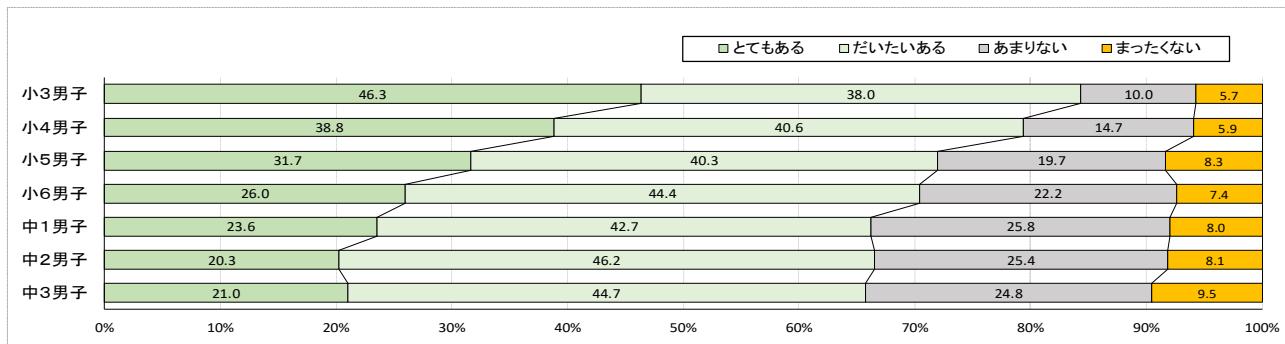
〈小学校〉

		とてもある	だいたいある	あまりない	まったくない
男子	小3	46.3	38.0	10.0	5.7
	小4	38.8	40.6	14.7	5.9
	小5	31.7	40.3	19.7	8.3
	小6	26.0	44.4	22.2	7.4
女子	小3	32.1	45.6	17.0	5.2
	小4	26.4	45.8	20.8	6.9
	小5	16.7	45.3	27.0	11.1
	小6	11.5	38.8	33.1	16.6

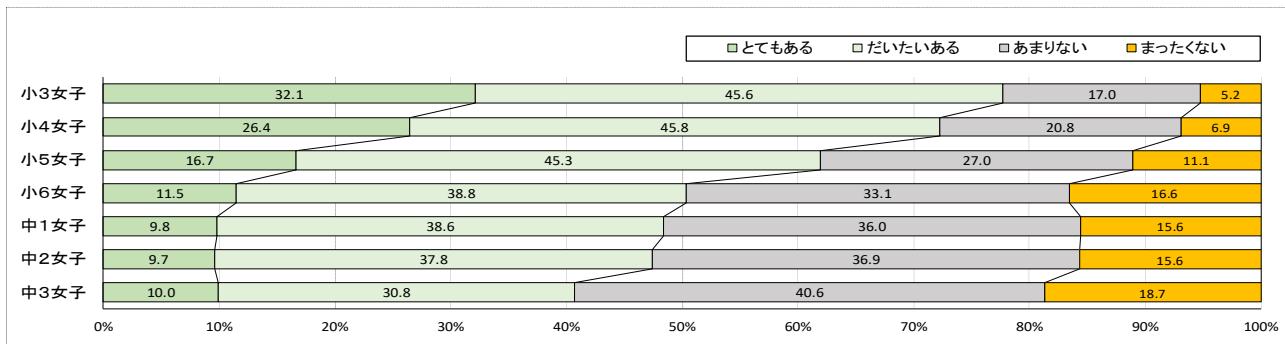
〈中学校〉

		とてもある	だいたいある	あまりない	まったくない
男子	中1	23.6	42.7	25.8	8.0
	中2	20.3	46.2	25.4	8.1
	中3	21.0	44.7	24.8	9.5
女子	中1	9.8	38.6	36.0	15.6
	中2	9.7	37.8	36.9	15.6
	中3	10.0	30.8	40.6	18.7

男子



女子



## 結果及び考察

### 結果

#### 【小学校】

小学校では、男女ともに学年が上がるにつれて、肯定的な回答割合が低下しました。特に高学年になるにつれて、「あまりない」「まったくない」と回答する割合が増加しました。

#### 【中学校】

中学校では、小学校と比較して全体的に数値が低い傾向が見られ、特に女子においてその傾向が顕著に表れました。男子では、いずれの学年においても肯定的な回答割合が半数を超えており、女子では、いずれの学年においてもそれらの割合が半数未満となっています。

### 考察

すべての学年において、男女ともに学年が上がるにつれて肯定的な回答の割合が低下していることから、体力差の顕在化に伴い、運動に対する苦手意識の高まりや自己肯定感の低下が生じている可能性がうかがわれます。また、思春期を迎える中で、身体的変化への戸惑いや不安が高まり、運動そのものへの関心が薄れていることも一因であると考えられます。

一方で、一定数の児童生徒では体力への関心が引き続き保たれており、体力水準の高低と意識との関連も見られます。これらを踏まえると、体力を単なる能力として捉えるのではなく、自身の成長や健康と結び付けて理解できるようにすることが重要です。あわせて、体力を「自分事」として捉える意識の醸成が求められます。

③ **新規** 自分の「健康」に関心があるかに対する児童生徒の回答割合 (%)  
 【報告書 P. 35 参照】

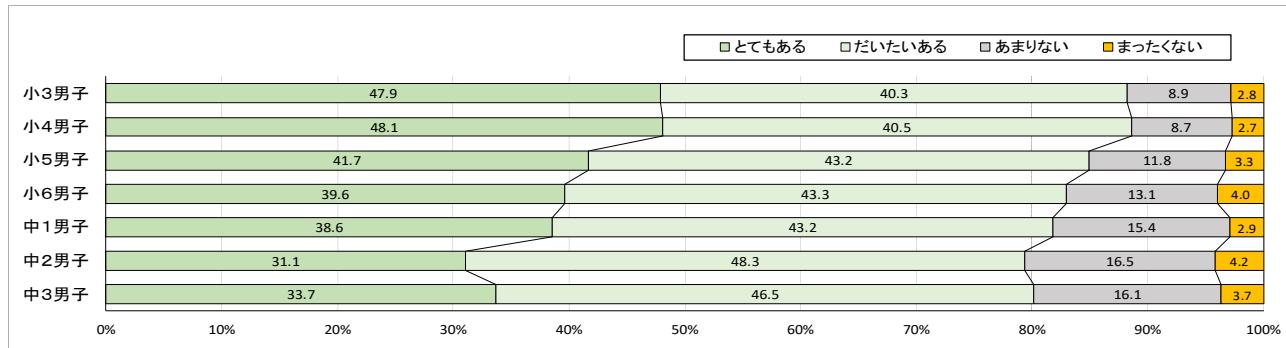
<小学校>

		とてもある	だいたいある	あまりない	まったくない
男子	小3	47.9	40.3	8.9	2.8
	小4	48.1	40.5	8.7	2.7
	小5	41.7	43.2	11.8	3.3
	小6	39.6	43.3	13.1	4.0
女子	小3	46.1	43.5	8.4	2.0
	小4	41.3	45.2	11.7	1.8
	小5	32.5	50.5	14.1	2.9
	小6	26.6	49.7	18.9	4.8

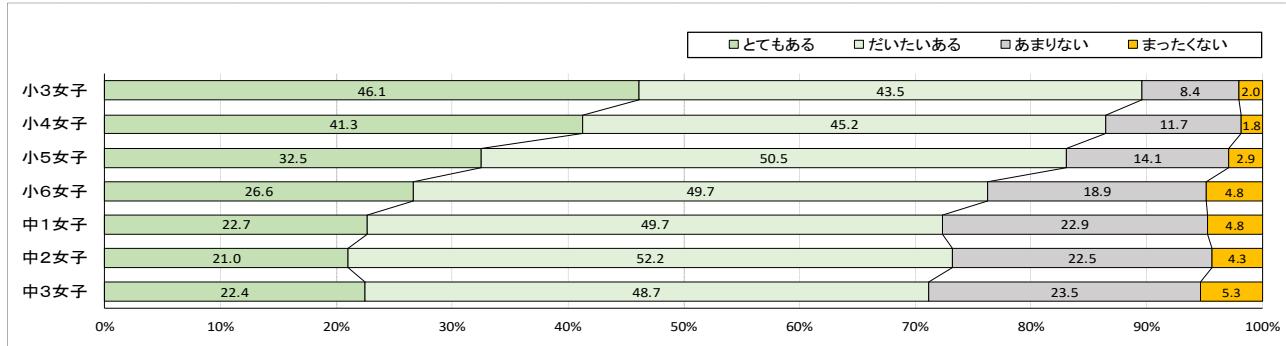
<中学校>

		とてもある	だいたいある	あまりない	まったくない
男子	中1	38.6	43.2	15.4	2.9
	中2	31.1	48.3	16.5	4.2
	中3	33.7	46.5	16.1	3.7
女子	中1	22.7	49.7	22.9	4.8
	中2	21.0	52.2	22.5	4.3
	中3	22.4	48.7	23.5	5.3

男子



女子



## 結果及び考察

### 結果

#### 【小学校】

小学校では、学年が上がるにつれて「自分の健康に関心がある」と回答する割合がやや低下する傾向が見られました。しかし、「体力への関心」と比較すると、健康に対する関心は全体として高い水準を示しました。

#### 【中学校】

中学校では、小学校と比べて全体的に「健康に関心がある」とする割合が低く、特に学年が進むにつれて低下する傾向が見られました。一方で、小学校と同様に、体力への関心と比べると、健康への関心は相対的に高い状況が示されました。

### 考察

体力への関心と比べると、健康に対する関心は比較的高い水準にあるものの、学年が上がるにつれて徐々に低下する傾向が見られます。成長に伴う心身の変化や生活習慣の変化により、健康を身近な課題として捉えにくくなっている可能性が考えられます。

今後は、健康を知識として理解するだけでなく、日常生活や自らの行動と結び付けて捉えられるような働きかけを行い、児童生徒が自身の生活や運動の状況を振り返り、健康の保持増進に向けた行動を選択・継続できるようにする取り組みを推進していくことが重要であると考えられます。

## ＜調査・分析結果＞

### 【参考1】「自分の体力に対する関心」と体力総合評価とのクロス集計

※同一の評価区分内において、肯定的回答割合と否定的回答割合を比較し、割合の高い方を太枠で示している。

#### ＜小6男子（1,165名）＞

	A評価	B評価	C評価	D評価	E評価
とてもある	5.5% (64名)	11.0% (128名)	6.4% (75名)	3.0% (35名)	0.7% (8名)
だいたいある	3.2% (37名)	10.6% (124名)	17.3% (202名)	10.0% (117名)	3.3% (39名)
あまりない	0.9% (11名)	3.8% (44名)	5.9% (69名)	6.8% (79名)	4.5% (52名)
まったくない	0.2% (2名)	0.3% (4名)	1.2% (14名)	2.7% (31名)	2.6% (30名)

#### ＜小6女子（1,214名）＞

	A評価	B評価	C評価	D評価	E評価
とてもある	2.3% (28名)	4.0% (49名)	3.4% (41名)	1.3% (16名)	0.7% (8名)
だいたいある	3.3% (40名)	11.7% (142名)	14.3% (174名)	7.1% (86名)	2.6% (31名)
あまりない	1.1% (13名)	6.2% (75名)	11.9% (145名)	9.6% (116名)	4.2% (51名)
まったくない	0.1% (1名)	1.3% (16名)	4.4% (54名)	6.2% (75名)	4.4% (53名)

#### ＜中3男子（1,103名）＞

	A評価	B評価	C評価	D評価	E評価
とてもある	10.2% (113名)	5.8% (64名)	4.4% (49名)	0.9% (10名)	0.3% (3名)
だいたいある	10.2% (113名)	14.1% (155名)	15.0% (165名)	4.5% (50名)	1.6% (18名)
あまりない	3.2% (35名)	6.3% (70名)	7.6% (84名)	4.6% (51名)	2.0% (22名)
まったくない	0.5% (6名)	1.1% (12名)	2.8% (31名)	2.7% (30名)	2.0% (22名)

#### ＜中3女子（1,047名）＞

	A評価	B評価	C評価	D評価	E評価
とてもある	6.2% (65名)	2.4% (25名)	1.4% (15名)	0.5% (5名)	0.6% (6名)
だいたいある	12.7% (133名)	8.3% (87名)	6.6% (69名)	3.1% (32名)	0.4% (4名)
あまりない	7.7% (81名)	9.3% (97名)	13.7% (143名)	7.5% (79名)	2.0% (21名)
まったくない	2.0% (21名)	2.0% (21名)	6.5% (68名)	5.3% (56名)	1.8% (19名)

## 結果及び考察

### 結果

#### 【小学校6年男子・女子】

男子では、体力総合評価が高い児童ほど、「体力への関心」が高い傾向となりました。女子においても、体力総合評価が高い児童ほど「体力への関心」が高い傾向を示す一方で、中間層にあたるC評価では肯定的回答と否定的回答の割合に大きな差は見られませんでした。また、D評価以降では否定的回答の割合が肯定的回答を上回っており、この点は男子の結果とは異なる傾向となりました。

#### 【中学校3年男子・女子】

男子では、体力総合評価が高い生徒ほど「体力への関心」が高い傾向が見られますが、小学校男子の結果とは異なり、D評価以降では否定的回答の割合が肯定的回答を上回る結果となりました。

女子については、体力上位層にあたるB評価の段階においても否定的回答の割合がやや高く、その後、体力総合評価が下がるにつれて、否定的回答の割合が高まる結果となりました。

### 考察

小・中学校全体で見ると、体力総合評価が高いほど「体力への関心」も高い傾向は共通して見られます。その関係性は学年段階や男女によって異なる様相を示しています。小学校段階では、体力水準に応じた関心の度合いが比較的明確に表れている一方で、中学校段階では、体力水準が高い層であっても体力に対して否定的な捉え方をしている生徒が一定数見られるなど、関心の持ち方がより多様化していることがうかがわれます。背景としては、成長・発達に伴う身体的・心理的変化や、自己評価の形成、運動経験の質や量の違い等が影響している可能性が考えられます。

今後は、運動の得意・不得意にかかわらず、誰もが達成感や成長を実感できる活動を通して、体力に対する前向きな捉え方を育んでいくことが重要です。また、思春期特有の心身の変化や運動への苦手意識にも配慮しつつ、記録や競争の結果のみに着目するのではなく、一人一人の取組過程や変化を評価につなげる指導を行っていくことが、今後一層求められます。

## ＜調査・分析結果＞

### 【参考2】「自分の健康に対する関心」と体力総合評価とのクロス集計

※同一の評価区分内において、肯定的回答割合と否定的回答割合を比較し、割合の高い方を太枠で示している。

#### ＜小6男子（1,166名）＞

	A評価	B評価	C評価	D評価	E評価
とてもある	5.7% (66名)	12.7% (148名)	11.6% (135名)	7.2% (84名)	3.1% (36名)
だいたいある	3.5% (41名)	10.0% (117名)	13.8% (161名)	10.6% (124名)	5.1% (59名)
あまりない	0.7% (8名)	2.5% (29名)	4.6% (54名)	3.5% (41名)	1.6% (19名)
まったくない	0.0% (0名)	0.5% (6名)	0.8% (9名)	1.1% (13名)	1.4% (16名)

#### ＜小6女子（1,214名）＞

	A評価	B評価	C評価	D評価	E評価
とてもある	2.8% (34名)	7.6% (92名)	8.4% (102名)	5.7% (69名)	2.5% (30名)
だいたいある	3.3% (40名)	11.9% (145名)	17.9% (217名)	11.9% (144名)	4.8% (58名)
あまりない	0.5% (6名)	3.4% (41名)	6.3% (76名)	5.6% (68名)	3.0% (36名)
まったくない	0.2% (2名)	0.3% (4名)	1.6% (19名)	1.0% (12名)	1.6% (19名)

#### ＜中3男子（1,103名）＞

	A評価	B評価	C評価	D評価	E評価
とてもある	11.1% (122名)	9.4% (104名)	9.2% (102名)	3.3% (36名)	0.9% (10名)
だいたいある	11.2% (123名)	13.1% (144名)	13.8% (152名)	6.1% (67名)	2.7% (30名)
あまりない	1.8% (20名)	4.0% (44名)	5.6% (62名)	2.5% (28名)	1.5% (17名)
まったくない	0.1% (1名)	0.8% (9名)	1.3% (14名)	0.9% (10名)	0.7% (8名)

#### ＜中3女子（1,048名）＞

	A評価	B評価	C評価	D評価	E評価
とてもある	8.4% (91名)	6.8% (71名)	4.9% (51名)	2.5% (26名)	1.0% (11名)
だいたいある	14.7% (154名)	10.4% (109名)	13.5% (141名)	8.7% (91名)	2.1% (22名)
あまりない	4.7% (49名)	3.8% (40名)	8.0% (84名)	4.4% (46名)	1.0% (10名)
まったくない	0.6% (6名)	1.0% (10名)	1.9% (20名)	0.9% (9名)	0.7% (7名)

## 結果及び考察

### 結果

#### 【小学校6年男子・女子】

男女ともに、「健康への関心」については、体力総合評価のすべての層において、肯定的な回答の割合が否定的な回答の割合を上回る結果となりました。

#### 【中学校3年男子・女子】

小学校同様、男女ともに、「健康への関心」については、体力総合評価のすべての層において、肯定的な回答の割合が否定的な回答の割合を上回る結果となりました。

### 考察

健康への関心は、体力への関心と比べて、学年が上がっても比較的維持されやすい傾向が見られます。特に中学校段階では、体力への関心が低下する一方で、健康に対する意識は一定程度保たれている点が特徴です。

今後は、体力向上そのものを目的とするのではなく、成功体験や達成感を得られる学習機会を通して、体力に対する肯定的な捉えを育むことが重要です。そのためには、体力水準に応じた配慮や個別の支援に加え、運動の意義や価値を多様な視点から伝える工夫が求められます。

また、健康への関心を起点として運動と結び付けていくとともに、小学校から中学校への円滑な接続を意識し、発達の段階に応じた継続的な指導を進めることが、体力への関心の維持・向上につながると考えられます。

### (3) 運動習慣・生活習慣に係る内容

①1週間の総運動時間が「0分」と回答する児童生徒の割合 (%)

【報告書 P. 36~P. 37 参照】

※割合が低下するほど、よい傾向

＜小学校＞

	男子				女子			
	小3	小4	小5	小6	小3	小4	小5	小6
R7 結果	9.3	8.2	11.7	9.0	9.8	8.4	8.4	8.5
前年集団との差	+0.1	+0.4	+6.1	-0.6	+0.6	+0.5	-0.4	-7.7

同一集団の経年変化

	男子				女子			
	小3	小4	小5	小6	小3	小4	小5	小6
前年時の値		9.2	7.8	5.6		9.2	7.9	8.8
前年時との差		-1.0	+3.9	+3.4		+0.8	+0.5	-0.3

＜中学校＞

	男子			女子		
	中1	中2	中3	中1	中2	中3
R7 結果	14.3	15.4	16.0	14.5	20.6	22.8
前年集団との差	+7.8	+8.1	+3.9	+0.9	+3.4	-2.0

同一集団の経年変化

	男子			女子		
	中1	中2	中3	中1	中2	中3
前年時の値	9.6	6.5	7.1	16.2	13.6	17.2
前年時との差	+4.7	+8.9	+8.9	-1.7	+7.0	+5.6

### 結果及び考察

#### 結果

##### 【小学校】

令和7年度の結果については、すべての学年において、約1割前後の児童が「総運動時間が0分」と回答しました。前年集団との比較では、小学5年男子で6.1ポイント増加する一方、小学6年女子では7.7ポイント減少するなど、学年や性別によって増減の傾向に差が見られました。また、同一集団の経年変化をみると、一部の学年では数値が低下しているものの、全体としては増加傾向を示しました。

##### 【中学校】

令和7年度の結果については、すべての学年において、約1.5~2割前後の生徒が「総運動時間が0分」と回答しました。前年集団との比較では、中3女子を除き、すべての学年において数値が増加しました。(特に男子では大幅増) また、同一集団の経年変化をみると、中1女子を除き、すべての学年において数値が大幅に増加しました。

#### 考察

小・中学校ともに、「運動時間」の減少傾向が顕著に見られます。ゲームやスマートフォンの普及に加え、「ボール遊び禁止」等の公園ルールの拡大など、外遊びを取り巻く環境の変化も影響し、運動習慣が十分に定着していないことが要因の一つである可能性がうかがわれます。

②朝食を「食べない」または「食べない日が多い」と回答する児童生徒の割合 (%)

【報告書 P. 38~P. 40 上段参照】

※割合が低下するほど、よい傾向

＜小学校＞

	男子				女子			
	小3	小4	小5	小6	小3	小4	小5	小6
R7 結果	4.1	3.8	7.0	6.5	3.0	3.5	3.9	6.6
前年集団との差	-0.2	-1.2	+2.7	-0.6	-0.1	+0.1	-1.5	-0.1

同一集団の経年変化

	男子				女子			
	小3	小4	小5	小6	小3	小4	小5	小6
前年時の値		4.3	5.0	4.3		3.1	3.4	5.4
前年時との差		-0.5	+2.0	+2.2		+0.4	+0.5	+1.2

＜中学校＞

	男子			女子		
	中1	中2	中3	中1	中2	中3
R7 結果	7.5	6.3	9.6	8.5	8.3	10.7
前年集団との差	+1.9	-1.2	+2.1	+1.3	-0.5	+0.8

同一集団の経年変化

	男子			女子		
	中1	中2	中3	中1	中2	中3
前年時の値	7.1	5.6	7.5	6.7	7.2	8.8
前年時との差	+0.4	+0.7	+2.1	+1.8	+1.1	+1.9

## 結果及び考察

### 結果

#### 【小学校】

令和7年度の結果については、前年集団の数値と比較し、小5男子と小4女子を除き、すべての学年・性別で朝食を「食べない」または「食べない日が多い」と回答する児童の割合が低下しました。しかし、同一集団の経年変化で見ると、小4男子を除き、すべての学年・性別で当該割合が増加しました。

#### 【中学校】

令和7年度の結果については、前年集団の数値と比較し、中2男女を除き、すべての学年・性別で朝食を「食べない」または「食べない日が多い」と回答する児童の割合が増加しました。合わせて、同一集団の経年変化についても、すべての学年・性別で当該割合が増加しました。

### 考察

小・中学校ともに、年々、朝食を欠食する児童生徒の割合が増えていました。一部の学年では欠食率の低下も見られるものの、学年が上がるにつれて生活の乱れが進行し、朝食欠食の傾向が強まっている可能性がうかがわれます。

③1日の睡眠時間が「6時間未満」と回答する児童生徒の割合 (%)

【報告書 P. 40 下段～P. 42 参照】

※割合が低下するほど、よい傾向

＜小学校＞

	男子				女子			
	小3	小4	小5	小6	小3	小4	小5	小6
R7 結果	2.0	1.6	1.4	1.6	1.4	1.3	1.5	1.7
前年集団との差	+0.2	+0.1	+0.1	-0.5	+1.1	+0.4	+0.2	+0.1

同一集団の経年変化

	男子				女子			
	小3	小4	小5	小6	小3	小4	小5	小6
前年時の値		1.8	1.5	1.3		0.3	0.9	1.3
前年時との差		-0.2	-0.1	+0.3		+1.0	+0.6	+0.4

＜中学校＞

	男子			女子		
	中1	中2	中3	中1	中2	中3
R7 結果	2.7	2.4	4.3	2.8	4.1	4.5
前年集団との差	+0.3	-1.3	±0.0	-0.7	-0.5	-2.5

同一集団の経年変化

	男子			女子		
	中1	中2	中3	中1	中2	中3
前年時の値	2.1	2.4	3.7	1.6	3.5	4.6
前年時との差	+0.6	±0.0	+0.6	+1.2	+0.6	-0.1

### 結果及び考察

#### 結果

##### 【小学校】

令和7年度の結果については、前年集団の数値と比較し、小6男子を除き、すべての学年・性別において、「6時間未満」と回答する児童の割合が増加しました。しかし、同一集団の経年変化においては、男子では半数以上の学年で数値が低下、女子ではすべての学年で数値が増加しました。

##### 【中学校】

令和7年度の結果については、前年集団の数値と比較し、半数以上の学年において、「6時間未満」と回答する生徒の割合が低下しました。(女子はすべての学年で低下)しかし、同一集団の経年変化においては、小6女子を除き、すべての学年で数値が増加しました。(※中2男子は増減なし)

#### 考察

小学校については、特に女子において「睡眠時間」の短縮傾向が顕著に表れています。一方で、小学校男子や中学校女子では、全体として改善傾向が見られます。近年は、コロナ禍による生活リズムの乱れが指摘されてきましたが、社会活動の正常化に伴い、睡眠リズムが一定程度回復した可能性も考えられます。

④平日における1日あたりの総スクリーンタイムの時間別割合 (%)

【報告書 P.43 参照】

＜小学校＞

R 7結果と同一集団における前年との差

(上段・・R 7結果、下段・・同一集団における前年との差)

R 7結果	男子				女子			
	小3	小4	小5	小6	小3	小4	小5	小6
5時間以上	20.0 ( - )	17.4 (+1.3)	21.5 (+2.0)	19.3 (+0.3)	12.0 ( - )	12.7 (-0.5)	16.6 (+3.5)	19.3 (+3.1)
4～5時間	7.3 ( - )	6.8 (-3.7)	9.6 (+1.2)	8.4 (±0.0)	5.1 ( - )	6.5 (-1.1)	6.8 (-1.6)	8.8 (+1.0)
3～4時間	10.0 ( - )	13.3 (+2.9)	12.9 (+0.1)	15.3 (+1.6)	7.4 ( - )	10.5 (+0.5)	11.9 (+0.9)	12.6 (+0.3)
2～3時間	15.8 ( - )	20.2 (+5.0)	20.2 (+3.8)	23.8 (+4.5)	15.1 ( - )	17.3 (+2.4)	19.5 (+3.9)	22.0 (+3.7)
1～2時間	25.5 ( - )	25.8 (+2.4)	24.4 (+2.2)	23.9 (+0.8)	28.2 ( - )	26.8 (+3.1)	28.4 (+2.7)	25.0 (-0.7)
1時間未満	17.8 ( - )	14.7 (+0.1)	10.0 (-1.8)	8.2 (-1.0)	27.7 ( - )	23.4 (+3.2)	15.9 (-1.1)	11.1 (-1.7)
まったく 見ない	3.7 ( - )	1.9 (-1.5)	1.5 (-0.8)	1.0 (-0.1)	4.5 ( - )	2.9 (-3.1)	0.9 (-2.0)	1.2 (-0.6)

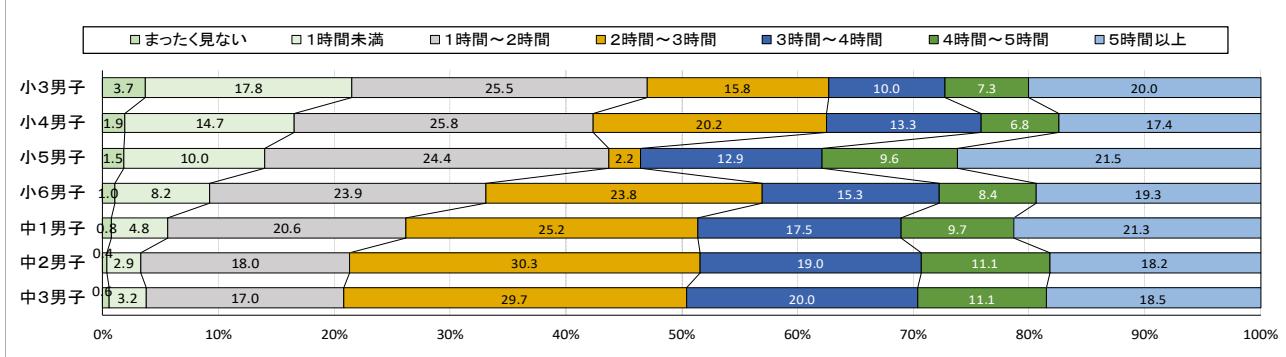
＜中学校＞

R 7結果と同一集団における前年との差

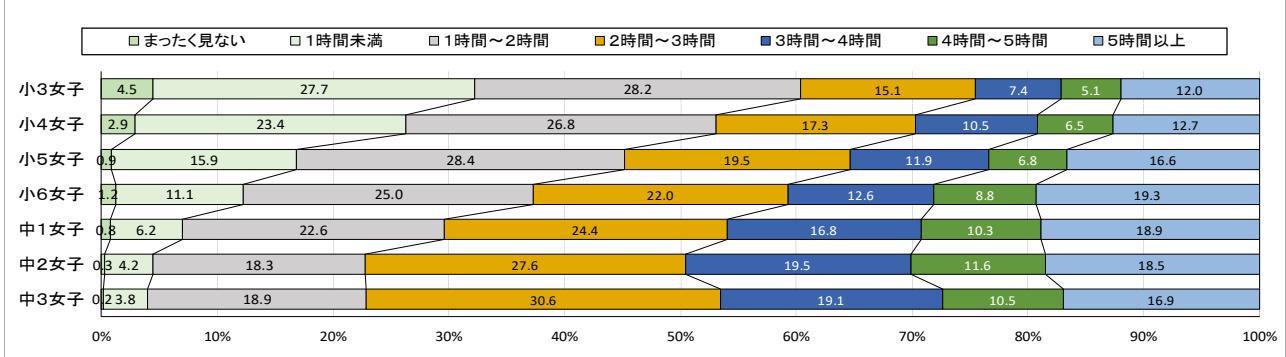
(上段・・R 7結果、下段・・同一集団における前年との差)

R 7結果	男子			女子		
	中1	中2	中3	中1	中2	中3
5時間以上	21.3 (-2.3)	18.2 (-2.2)	18.5 (+1.1)	18.9 (+0.7)	18.5 (-2.9)	16.9 (-2.1)
4～5時間	9.7 (-1.5)	11.1 (+1.3)	11.1 (-1.1)	10.3 (-1.1)	11.6 (+0.1)	10.5 (-4.1)
3～4時間	17.5 (+2.4)	19.0 (+0.4)	20.0 (-0.2)	16.8 (+1.8)	19.5 (+1.3)	19.1 (+0.7)
2～3時間	25.2 (+6.2)	30.3 (+6.4)	29.7 (+3.3)	24.4 (+6.0)	27.6 (+2.6)	30.6 (+4.3)
1～2時間	20.6 (+2.2)	18.0 (-1.2)	17.0 (-0.9)	22.6 (-1.0)	18.3 (+1.1)	18.9 (+2.1)
1時間未満	4.8 (-1.1)	2.9 (-2.6)	3.2 (+0.2)	6.2 (-2.3)	4.2 (+1.0)	3.8 (+0.5)
まったく 見ない	0.8 (+0.2)	0.4 (+0.1)	0.6 (+0.4)	0.8 (-0.1)	0.3 (-0.1)	0.2 (+0.2)

## 男子



## 女子



## 結果及び考察

### 結果

#### 【小学校】

平日における1日あたりのスクリーンタイムの総時間については、男子では全学年平均で「5時間以上」の割合が全体の約20%、女子では約15%を示しました。また、同一集団の経年変化を見ると、「まったく見ない」及び「1時間未満」と回答した割合はいずれも減少しており、それに対して「3時間以上」など長時間帯の割合が増加する傾向が見られました。

#### 【中学校】

平日における1日あたりのスクリーンタイムの総時間については、男女ともに全学年平均で「5時間以上」が全体の約19%を示しました。また、同一集団の経年変化を見ると、若干であるものの「5時間以上」、「4～5時間」と回答した割合が減少しました。

### 考察

平日におけるスクリーンタイムについては、長時間利用の割合が小学校・中学校ともに高く、校種による大きな差は見られませんでした。特に「5時間以上」の割合は、いづれの校種においても一定程度を占めており、学年の進行に伴って段階的に増加するというよりも、早い段階から長時間化している実態がうかがわれます。こうした「スクリーンタイムの総時間」の増加は、「睡眠時間」や「運動時間」の減少、さらには、「朝食欠食」につながる要因の一つである可能性が考えられます。また、家庭環境の面では、共働き世帯の増加や親の教育観の変化等により、児童生徒がスマートフォン等を自由に使用できる機会が増えている可能性も推察されます。

## ＜調査・分析結果＞

### 【参考3】「平日におけるスクリーンタイム（学習を除く）」と体力合計点とのクロス集計



## 結果及び考察

### 結果

#### 【小学校】

小学校では、男女ともに一定のばらつきは見られるものの、スクリーンタイムの時間が長い児童ほど、体力合計点が低い結果となりました。

#### 【中学校】

中学校では、小学校同様に、男女ともにスクリーンタイムの時間が長い生徒ほど、体力合計点が低い結果となりました。一方で、小学校と比較し「2～3時間」、「3～4時間」と回答した集団において、体力合計点が比較的高い傾向が見られました。

### 考察

小学校・中学校ともに、児童生徒の生活の中にスマートフォン等の情報機器は定着しており、生活環境は大きく変化しています。平日に学習以外で「5時間以上」スクリーンタイムを利用している児童生徒も一定数見られました。

調査結果からは、男女を問わず、スクリーンタイムの時間が長い児童生徒ほど体力合計点が低い傾向が確認されており、特に長時間利用との関連は明らかです。今後は、情報機器の利用そのものを問題視するのではなく、利用の長時間化を防ぐとともに、運動や休養を含めた生活全体のバランスを意識した取り組みの推進が課題であると考えられます。

## 2 調査結果から見られた本市の成果・課題及び今後の取り組みについて（まとめ）

体力等調査は、児童生徒の体力や運動能力を数値化して評価するものです。目に見える成果（結果）に目が向きがちですが、体力向上や健康の保持増進を支える土台となるものは、「内面的な心の成長」であると考えます。

それらを踏まえ、調査結果から見えた本市の成果・課題及び今後の取り組みについて、次のとおり考えます。

	成果・課題	今後の取り組み
（1）体力（合計点・各種目）に係る内容	<ul style="list-style-type: none"> <li>・体力合計点及び各種目の結果について、男子においては、小・中学校ともに、学年によって多少の差はあるもののコロナ禍以前の水準まで回復している状況が伺えます。</li> <li>・一方で、女子においては、中学校段階では、大幅な改善が見られるものの、小学校段階では相対的に低い水準にとどまっており、喫緊の課題となっています。</li> <li>・各種目に着目すると、男女共通して、小学校では「反復横跳び」、「ソフトボール投げ」、中学校では「握力」に課題が見られました。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・児童生徒の体力の実態把握（本市全体及び各校の傾向）を踏まえ、体育・保健体育の授業を通じて、体力の総合的な向上に向けた取り組みを推進します。</li> <li>・具体的には、令和7年度から小学校低学年を対象に導入している「スポーツリズムトレーニング」について、対象学年や実施校の拡大を図るとともに、取り組みの趣旨及び指導内容が指導者間で適切に共有されるよう周知・研修等を行います。</li> <li>・あわせて、「アクティブ・チャイルド・プログラム」のモデル事業で得られた取り組みの内容及び成果について整理の上、各校への周知・普及を進め、児童生徒の体力向上に取り組みます。</li> </ul>
（2）運動・スポーツや健康・体力への意識に係る内容	<ul style="list-style-type: none"> <li>・「運動やスポーツが大切である」と捉える割合については、小・中学校ともに、ほぼすべての学年において同一集団の経年変化と比較して低下が見られました。一方で、依然として一定の水準を維持している点には留意が必要です。</li> <li>・今年度から新たに実施した「健康・体力への関心」に関する調査では、体力への関心と比べて健康への関心は比較的高い水準を示しました。</li> <li>・また、体力評価が低い層においても、一定数が自身の健康に関心を示しており、中学校段階では全体として健康への関心が一定の水準に保たれていることが確認されました。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・学年の進行に伴い、運動・スポーツの重要性に対する認識や、健康・体力への意識が相対的に弱まる傾向がうかがわれます。このため、発達段階に応じて、その意義を実感しやすい働きかけを行っていく必要があります。児童生徒の意識や行動の変容につなげていくためには、体育・保健体育授業の在り方について、引き続き検討していくことが重要です。</li> <li>・また、「できたから楽しい」「できないから楽しくない」といった結果に偏った学習とならないよう、チャレンジ要素を取り入れた段階的な指導を行い、「できた」という成功体験を積み重ねられるようにすることが大切です。あわせて、結果だけでなく過程や挑戦を重視した評価となるよう、授業改善や指導力の向上を図っていきます。</li> </ul>

	成果・課題	今後の取り組み
(3) 運動習慣・生活習慣に係る内容	<p>・「1週間の総運動時間が「0分」と回答する児童生徒の割合」については、小・中学校ともに、同一集団の経年変化で比較した際、一部の学年を除き、すべての学年で数値が大幅に上昇しました。(※数値が低下するほどよい傾向)</p> <p>・「朝食喫食率」については、同一集団の経年変化で比較した際、小・中学校ともに一部の学年を除き、改善傾向は見られませんでした。</p> <p>・「睡眠」については、同一集団の経年変化で比較した際、中学校において、若干の改善傾向が見られました。</p> <p>・「1日あたりの総スククリーンタイム」については、長時間利用の割合が小学校・中学校ともに高く、校種による大きな差は見られませんでした。特に「5時間以上」の割合は、いずれの校種においても一定程度を占めており、早い段階から長時間化している実態がうかがえます。</p>	<p>・「運動時間の確保」「朝食喫食率」「睡眠時間の確保」等に関する結果を総合的に見ると、スククリーンタイムの増加が、これらの生活習慣に一定の影響を及ぼしている可能性がうかがわれます。こうした状況を踏まえ、児童生徒や教職員に加え、保護者とも現状を丁寧に共有し、家庭と連携しながら生活習慣の改善に向けた取り組みを進めていくことが重要です。</p> <p>・その上で、運動習慣の定着に向けては、運動が義務的なものとならないよう、授業を含む日常の教育活動の中で、児童生徒が主体的に参加しやすい工夫や、遊びの要素を取り入れた指導を進めていきます。</p> <p>・また、生活習慣全般の改善に向け、栄養教諭等と連携した食に関する指導を継続するとともに、学校内外の関係者と協働し、家庭と連携した指導体制の構築に取り組みます。</p> <p>・さらに、これらの取り組みに共通して、児童生徒が自身の健康や生活習慣を「自分事」として捉えられるよう、活動前後の身体の変化への気付き、データの活用、身近な生活との関連付け等を通じて、学校教育活動全体における指導の工夫・改善を図っていきます。</p>