

## 平成28年度 熊本市の「体力・運動能力、運動習慣等の調査」の概要

## 1 調査の目的

本市児童生徒の体力の状況を把握・分析することにより、子どもの体力の向上に係る施策の成果と課題を検証し、その改善を図るとともに、そのような取り組みを通じて子どもの体力向上に関する継続的な検証改善サイクルを確立する。また、学校における体育・健康に関する指導等の改善に役立てる。

## 2 調査対象者

熊本市立小・中学生 小学校3年生以上は悉皆調査

## 3 調査期間

平成28年4月～6月

## 4 調査事項

## (1) 実技に関する調査(新体力テスト)

## ア 小学校調査〔8種目のテスト項目と体力評価〕

握力(筋力)、上体起こし(筋力・筋持久力)、長座体前屈(柔軟性)、  
反復横跳び(敏捷性)、20mシャトルラン(全身持久力)、50m走(スピード)、  
立ち幅跳び(瞬発力)、ソフトボール投げ(巧緻性・瞬発力)

## イ 中学校調査〔8種目のテスト項目と体力評価〕

握力(筋力)、上体起こし(筋力・筋持久力)、長座体前屈(柔軟性)、  
反復横跳び(敏捷性)、20mシャトルラン(全身持久力)、持久走<男子1500m、  
女子1000m>(全身持久力)、50m走(スピード)、立ち幅跳び(瞬発力)、  
ソフトボール投げ(巧緻性・瞬発力)

20mシャトルランか持久走のどちらかを選択して実施

## (2) 質問紙調査

児童生徒質問紙調査

運動習慣、生活習慣、食習慣等に関する質問紙調査

## 5 参加状況

- (1) 小学校・・・1、2年 4,257人(31.6%)  
3年以上 26,838人  
(2) 中学校・・・全学年 17,651人

( )内は、5/1現在の児童数との比較

## 6 分析

### (1) 小学校

#### ア 基準値との比較(平成28年度の状況)

(ア) 20mシャトルラン、反復横跳びは、男女共に上回っている学年が多い。

(イ) 握力、50m走、立ち幅跳び及びボール投げは、男女共に全学年で下回っている。

基準値・・・平成14年度から平成18年度の全国平均値を平均した値

#### イ 経年での比較

(ア) 基準値を上回る数が前年度より7項目減った。(全96項目中21項目)

(イ) 本年度は、34項目において、本市の前年度平均値を上回った。(全96項目中34項目)

(ウ) 握力、ボール投げは、前年度平均値を上回った学年が多い。(全24項目中19項目)

基準値までは到達しないものの昨年度よりも平均値の数値が高まっている。

### (2) 中学校

#### ア 基準値との比較(平成28年度の状況)

(ア) 上体起こし、反復横跳び及び20mシャトルランは、男女共に全学年で上回っている。

(イ) 男女や学年での差はあまり見られない。

(ウ) 握力、長座体前屈、50m走、立ち幅跳び及びボール投げは、男女共に全学年で下回っている。

#### イ 経年での比較

(ア) 基準値を上回る数が前年度より6項目減った。(全54項目中25項目)

(イ) 本年度は、19項目において、本市の前年度平均値を上回った。(全54項目中19項目)

(ウ) 持久走は、男女とも全学年で前年度平均値を上回った。(全6項目中6項目)

### (3) 体力・運動能力についての課題

本市小・中学校の児童・生徒に共通して「敏捷性・持久力」は優れているが、「筋力・柔軟性・巧緻性・瞬発力」に課題が見られる傾向にある。

(震災により、運動ができない環境であったことが要因の一つと考えられる。)

## 7 現在の取組と今後の方策

### (1) 現在の取組

ア 各学校では、体育・保健体育の授業や休み時間等の活動例を提示した「いきいき健康づくりプログラム」等を活用しながら体力向上に取り組んでいる。

イ 平成24年度から体力向上コーディネーターを各学校に派遣し、体育授業や体力向上に向けた指導助言等を行っている。

ウ 平成24年度から全小学校を対象にクラス毎に8の字跳びの記録に挑戦する「わくわくチャレンジ長なわとびフェスタ」を開催している。

エ 平成26年度から「熊本市子どもの体づくり推進委員会」を設置し、指定を受けた体力向上推進実証校(小学校3校・中学校2校)が取組をすすめている。

### (2) 現在の取組についての課題

ア 体育、保健体育の授業の充実を図るために、実技指導研修等への積極的な参加をすすめ、教師の指導力をさらに高めることが必要である。

イ 学校規模等の違いによって、児童生徒の日常の運動実施の環境が異なるため、各学校の状況に応じた「運動機会の確保(質・量)」について工夫することが必要である。

### (3) 今後の方策

体力向上推進実証校の実践検証をもとに、体力向上のためのプログラムを策定して各学校に周知し、プログラムの活用をすすめる。

平成28年度 基準値比較表

小学校比較表(対基準値)

全96項目

基準値を上回ったもの

基準値を下回ったもの

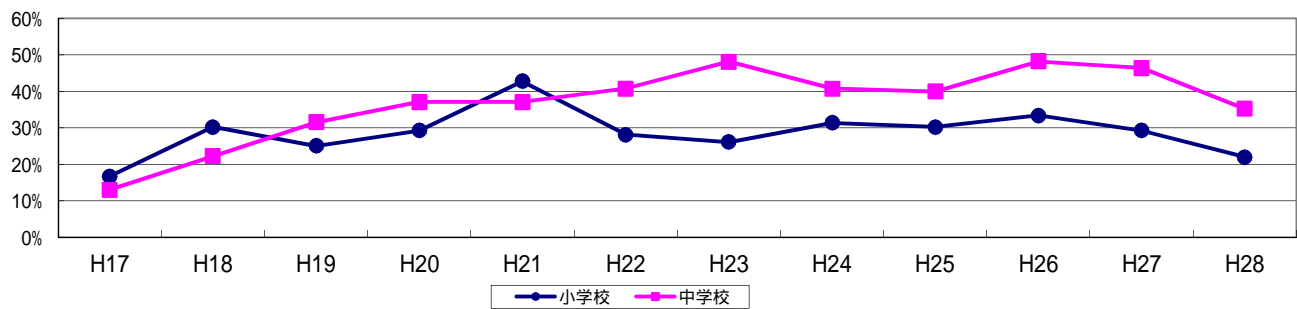
			握力 (kg)	上体起こし (回)	長座体前屈 (cm)	反復横跳び (点)	20m シャトルラン (回)	50m走 (秒)	立ち幅とび (cm)	ボール投げ (m)	基準値上回り数
男子	1年	基準値	9.43	10.83	25.30	26.30	15.75	11.63	114.41	9.25	/
		H28	8.97	10.41	25.82	26.96	16.50	11.73	113.61	8.09	3
	2年	基準値	11.30	13.28	27.34	30.24	24.74	10.77	126.84	12.92	/
		H28	10.55	12.95	26.16	30.64	25.97	10.89	124.59	11.35	2
	3年	基準値	13.13	15.35	29.08	34.07	33.35	10.17	137.94	17.39	/
		H28	12.52	14.36	27.60	33.28	31.37	10.30	133.81	15.45	0
	4年	基準値	15.16	17.32	30.92	38.08	41.86	9.71	146.31	21.76	/
		H28	14.31	16.93	29.28	38.00	40.82	9.86	142.46	19.02	0
	5年	基準値	17.42	19.24	32.77	41.73	49.87	9.33	155.38	25.84	/
		H28	16.63	19.16	31.37	42.26	50.89	9.39	151.77	23.46	2
	6年	基準値	20.53	21.11	34.93	44.58	58.57	8.92	166.20	30.15	/
		H28	19.75	21.09	33.38	45.62	59.75	8.96	161.53	26.85	2
女子	1年	基準値	8.76	10.28	27.42	25.63	13.80	11.94	105.40	5.84	/
		H28	8.53	10.15	27.85	26.06	14.47	12.06	105.17	5.51	3
	2年	基準値	10.53	12.50	29.80	29.10	20.02	11.03	117.28	7.78	/
		H28	10.10	12.06	28.86	29.91	21.16	11.15	116.95	7.19	2
	3年	基準値	12.16	14.14	31.43	32.34	25.82	10.46	127.95	10.00	/
		H28	11.81	13.34	30.65	31.87	24.81	10.59	123.92	9.41	0
	4年	基準値	14.12	15.92	33.90	35.93	32.60	9.97	137.16	12.54	/
		H28	13.80	15.56	32.65	35.99	31.78	10.09	134.33	11.55	1
	5年	基準値	16.78	17.47	36.25	39.38	39.49	9.58	146.90	15.09	/
		H28	16.43	17.94	35.53	40.24	41.19	9.61	145.06	14.49	3
	6年	基準値	19.68	18.50	38.64	41.46	45.91	9.23	154.49	17.38	/
		H28	19.40	19.10	38.04	43.38	47.42	9.24	152.39	16.70	3

中学校比較表(対基準値)

全54項目

			握力 (kg)	上体起こし (回)	長座体前屈 (cm)	反復横跳び (点)	持久走 (秒)	20m シャトルラン (回)	50m走 (秒)	立ち幅とび (cm)	ボール投げ (m)	基準値上回り数
男子	1年	基準値	25.24	23.36	38.78	47.40	423.24	66.85	8.51	181.57	19.14	/
		H28	23.88	23.38	37.13	47.92	429.18	73.78	8.73	176.49	19.14	3
	2年	基準値	31.34	26.95	43.47	51.30	386.37	83.54	7.94	199.44	22.13	/
		H28	29.23	27.51	41.64	52.35	392.62	87.90	8.10	194.08	20.57	3
	3年	基準値	36.57	28.88	46.82	53.50	373.65	90.84	7.57	212.64	24.57	/
		H28	34.24	30.06	45.32	55.12	374.42	95.73	7.67	208.04	23.13	3
女子	1年	基準値	22.19	19.31	41.51	42.83	297.02	49.48	9.03	162.61	12.62	/
		H28	21.61	20.08	40.13	44.49	300.32	56.83	9.20	161.80	11.88	3
	2年	基準値	24.36	21.65	43.84	44.82	287.94	57.33	8.80	169.22	13.95	/
		H28	23.74	23.12	42.80	46.92	288.53	63.21	8.91	169.10	12.79	3
	3年	基準値	25.78	22.21	45.58	45.17	290.70	57.53	8.77	170.94	14.60	/
		H28	24.69	23.55	44.29	47.36	289.88	61.19	8.88	168.72	13.21	4

基準値を上回る数の割合の推移



	H17	H18	H19	H20	H21	H22	H23	H24	H25	H26	H27	H28
小学校	16	30	24	28	42	27	25	30	29	32	28	21
中学校	7	12	17	20	20	22	26	22	21	26	25	19

熊本市小学校体力経年変化(基準値との比較)

		握力 (kg)	上体起こし (回)	長座体前屈 (cm)	反復横跳び (点)	20mシャトルラン (回)	50m走 (秒)	立ち幅とび (cm)	ボール投げ (m)	基準値 上回数	
男子	1年	基準値	9.43	10.83	25.30	26.30	15.75	11.63	114.41	9.25	
		H21	8.98	10.79	23.97	26.96	16.98	11.88	112.67	8.76	2
		H22	9.07	10.75	24.30	25.57	16.05	11.81	115.26	8.58	2
		H23	9.13	10.11	24.57	25.96	17.23	11.80	112.47	8.41	1
		H24	8.89	11.17	24.05	26.70	17.27	11.73	113.00	8.26	3
		H25	8.79	10.43	24.61	26.10	17.14	11.83	111.11	8.24	1
		H26	8.78	10.72	24.46	25.98	17.59	11.70	113.50	8.26	1
		H27	8.91	10.43	25.45	26.06	17.66	11.78	111.48	7.89	2
	H28	8.97	10.41	25.82	26.96	16.50	11.73	113.61	8.09	3	
	2年	基準値	11.30	13.28	27.34	30.24	24.74	10.77	126.84	12.92	
		H21	10.84	13.32	25.54	32.06	28.42	10.76	124.00	12.98	5
		H22	10.81	13.09	25.72	30.23	26.72	10.84	123.75	12.48	1
		H23	10.79	13.12	25.91	29.80	28.85	10.79	124.94	12.43	1
		H24	10.64	13.18	25.94	30.17	26.55	10.79	123.88	11.36	1
		H25	10.61	13.39	26.37	30.64	27.36	10.84	124.46	11.74	3
		H26	10.45	13.02	26.89	31.02	27.39	10.84	124.84	11.51	2
		H27	10.47	12.68	26.80	29.91	27.59	10.84	124.78	11.25	1
	H28	10.55	12.95	26.16	30.64	25.97	10.89	124.59	11.35	2	
	3年	基準値	13.13	15.35	29.08	34.07	33.35	10.17	137.94	17.39	
		H21	12.59	14.76	28.48	32.93	34.34	10.28	137.26	17.33	1
		H22	12.61	14.49	27.91	32.71	33.61	10.23	136.21	16.83	1
		H23	12.42	14.54	28.11	33.03	34.66	10.22	135.91	16.34	1
		H24	12.54	14.83	27.80	33.54	35.10	10.24	134.53	15.51	1
		H25	12.46	14.95	28.05	33.77	34.42	10.20	133.89	15.27	1
H26		12.33	15.12	28.17	33.53	34.01	10.23	134.23	15.45	1	
H27		12.31	14.75	28.17	33.61	34.36	10.25	134.28	15.23	1	
H28	12.52	14.36	27.60	33.28	31.37	10.30	133.81	15.45	0		
4年	基準値	15.16	17.32	30.92	38.08	41.86	9.71	146.31	21.76		
	H21	14.83	16.80	29.41	38.35	44.47	9.74	146.09	21.77	3	
	H22	14.48	16.91	29.49	37.54	44.65	9.84	145.06	20.94	1	
	H23	14.36	16.78	29.54	37.81	45.07	9.74	144.90	20.60	1	
	H24	14.45	16.95	29.59	38.21	43.77	9.81	142.84	19.65	2	
	H25	14.52	17.04	29.41	38.11	44.33	9.72	142.66	19.32	2	
	H26	14.27	17.20	29.51	38.78	43.96	9.79	144.99	19.24	2	
	H27	14.40	16.97	29.90	38.36	43.83	9.78	143.00	19.28	2	
H28	14.31	16.93	29.28	38.00	40.82	9.86	142.46	19.02	0		
5年	基準値	17.42	19.24	32.77	41.73	49.87	9.33	155.38	25.84		
	H21	17.08	19.29	31.59	42.68	55.19	9.29	156.08	26.13	6	
	H22	16.76	19.02	31.27	42.31	54.97	9.36	153.37	25.72	2	
	H23	16.70	19.14	31.64	42.90	55.87	9.29	155.04	24.97	3	
	H24	16.69	19.23	31.65	42.60	55.77	9.31	153.26	24.27	3	
	H25	16.64	19.08	31.34	42.20	54.96	9.32	152.00	23.72	3	
	H26	16.72	19.60	32.34	43.31	55.37	9.33	154.23	23.42	3	
	H27	16.58	19.19	32.37	42.95	54.03	9.36	152.82	23.12	2	
H28	16.63	19.16	31.37	42.26	50.89	9.39	151.77	23.46	2		
6年	基準値	20.53	21.11	34.93	44.58	58.57	8.92	166.20	30.15		
	H21	20.08	21.67	34.83	46.57	64.87	8.86	167.97	30.40	6	
	H22	19.64	21.50	34.54	46.03	64.68	8.89	165.86	29.79	4	
	H23	19.72	21.48	34.56	46.29	65.72	8.90	165.45	29.71	4	
	H24	19.76	21.75	34.22	46.60	65.53	8.92	164.97	28.51	4	
	H25	19.67	21.84	34.50	46.32	64.70	8.90	163.26	28.05	4	
	H26	19.60	21.69	34.38	46.92	63.63	8.93	164.20	27.51	3	
	H27	19.82	21.81	35.27	46.91	64.95	8.87	164.06	27.20	5	
H28	19.00	21.09	33.38	45.62	59.75	8.96	161.53	26.85	2		

黄色で着色してある部分は基準値を上回った項目

熊本市小学校体力経年変化(基準値との比較)

		握力 (kg)	上体起こし (回)	長座体前屈 (cm)	反復横跳び (点)	20mシャトルラン (回)	50m走 (秒)	立ち幅とび (cm)	ボール投げ (m)	基準値 上回り数	
女子	1年	基準値	8.76	10.28	27.42	25.63	13.80	11.94	105.40	5.84	
		H21	8.47	10.51	26.09	25.96	14.26	12.19	103.43	5.59	3
		H22	8.52	10.32	26.68	24.84	14.47	12.11	105.56	5.57	3
		H23	8.54	9.62	26.81	25.20	14.19	12.15	103.74	5.49	1
		H24	8.50	10.45	26.69	25.89	14.47	12.07	105.94	5.45	4
		H25	8.29	9.85	26.91	25.25	14.68	12.03	103.85	5.40	1
		H26	8.24	10.21	27.06	25.11	14.80	11.96	105.13	5.37	1
		H27	8.43	10.04	27.80	25.00	15.36	12.05	104.60	5.23	2
	H28	8.53	10.15	27.85	26.06	14.47	12.06	105.17	5.51	3	
	2年	基準値	10.53	12.50	29.80	29.10	20.02	11.03	117.28	7.78	
		H21	9.85	12.82	28.15	30.29	20.76	11.08	114.27	7.53	3
		H22	10.12	12.76	28.07	29.28	21.28	11.17	114.16	7.45	3
		H23	10.21	12.27	29.00	29.01	22.51	11.14	115.38	7.50	1
		H24	10.07	12.40	29.04	29.35	20.39	11.10	114.09	7.17	2
		H25	10.15	12.64	28.77	29.43	21.04	11.13	116.09	7.56	3
		H26	9.93	12.61	29.75	29.59	21.32	11.12	115.44	7.02	3
		H27	9.84	12.05	29.38	28.38	22.14	11.14	115.00	7.03	1
	H28	10.10	12.06	28.86	29.91	21.16	11.15	116.95	7.19	2	
	3年	基準値	12.16	14.14	31.43	32.34	25.82	10.46	127.95	10.00	
		H21	11.83	13.61	30.90	31.17	25.51	10.58	126.66	9.72	0
		H22	11.71	13.26	30.55	30.42	24.70	10.58	124.88	9.39	0
		H23	11.74	13.54	30.87	31.20	26.33	10.52	126.25	9.52	1
		H24	11.83	13.75	30.63	31.72	26.74	10.57	124.16	9.41	1
		H25	11.83	14.13	30.96	32.10	26.15	10.48	125.11	9.40	1
H26		11.64	14.34	30.93	31.91	26.14	10.59	125.60	9.25	2	
H27		11.67	13.98	31.06	32.02	26.75	10.51	125.35	9.24	1	
H28	11.81	13.34	30.65	31.87	24.81	10.59	123.92	9.41	0		
4年	基準値	14.12	15.92	33.90	35.93	32.60	9.97	137.16	12.54		
	H21	13.94	15.47	33.04	36.00	33.25	10.06	135.54	12.13	2	
	H22	13.85	15.49	32.63	35.56	33.77	10.10	135.21	11.71	1	
	H23	13.68	15.25	32.71	35.32	33.37	10.07	134.24	11.46	1	
	H24	13.76	15.47	32.58	36.04	33.16	10.10	134.45	11.37	2	
	H25	13.70	15.58	32.71	36.40	33.74	10.05	134.05	11.45	2	
	H26	13.67	16.10	32.88	36.74	33.49	10.06	137.18	11.62	4	
	H27	13.81	15.90	33.30	36.81	34.31	10.04	134.20	11.54	2	
H28	13.80	15.56	32.65	35.99	31.78	10.09	134.33	11.55	1		
5年	基準値	16.78	17.47	36.25	39.38	39.49	9.58	146.90	15.09		
	H21	16.59	17.61	35.52	40.33	43.36	9.57	147.16	14.94	5	
	H22	16.45	17.59	35.50	40.03	43.30	9.60	144.42	14.86	3	
	H23	16.32	17.70	35.30	40.37	44.20	9.55	146.39	14.65	4	
	H24	16.26	17.56	35.32	40.08	43.23	9.61	144.11	14.04	3	
	H25	16.17	17.81	35.22	40.05	43.53	9.54	144.79	14.29	4	
	H26	16.13	18.27	36.09	40.91	43.58	9.58	146.04	14.23	4	
	H27	16.25	18.04	36.42	41.05	43.30	9.58	145.56	14.41	4	
H28	16.43	17.94	35.53	40.24	41.19	9.61	145.06	14.49	3		
6年	基準値	19.68	18.50	38.64	41.46	45.91	9.23	154.49	17.38		
	H21	19.49	19.56	38.62	43.66	50.72	9.20	157.00	17.46	6	
	H22	19.37	19.24	38.73	43.11	50.52	9.19	155.93	17.10	6	
	H23	19.51	19.46	38.61	43.61	51.80	9.20	155.33	17.38	6	
	H24	19.42	19.50	38.48	43.43	51.58	9.22	154.43	16.67	4	
	H25	19.20	19.38	38.38	43.50	50.71	9.21	153.08	16.26	4	
	H26	19.30	19.64	38.79	44.12	50.02	9.19	154.69	16.53	6	
	H27	19.22	19.71	39.43	43.95	51.22	9.19	154.15	16.66	4	
H28	19.40	19.10	38.04	43.38	47.42	9.24	152.39	16.70	3		

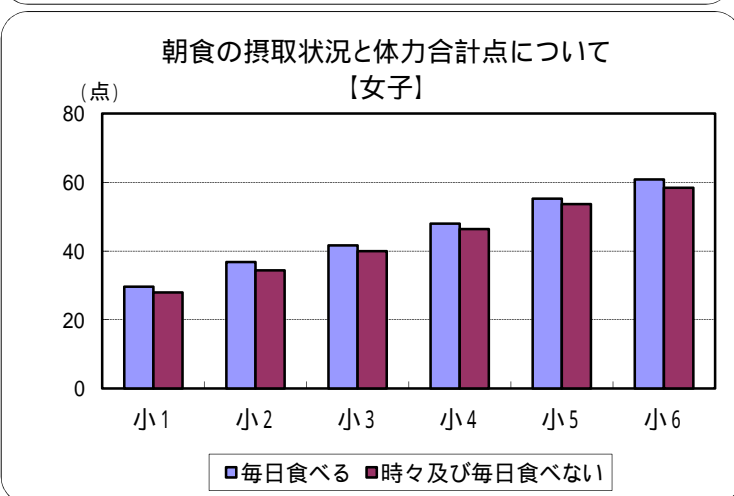
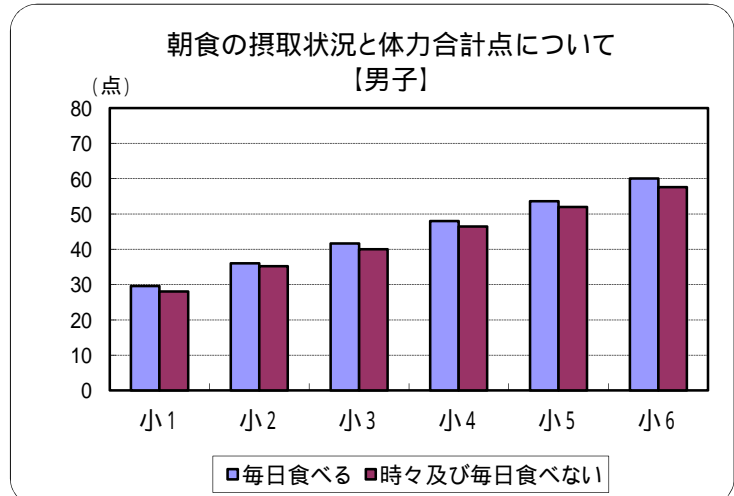
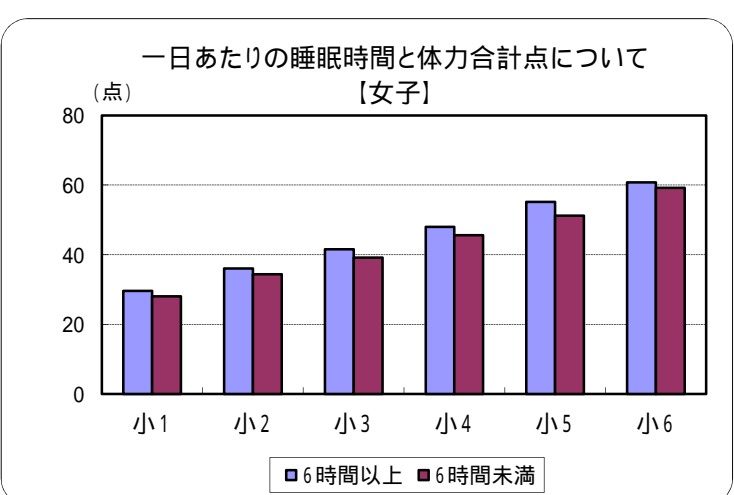
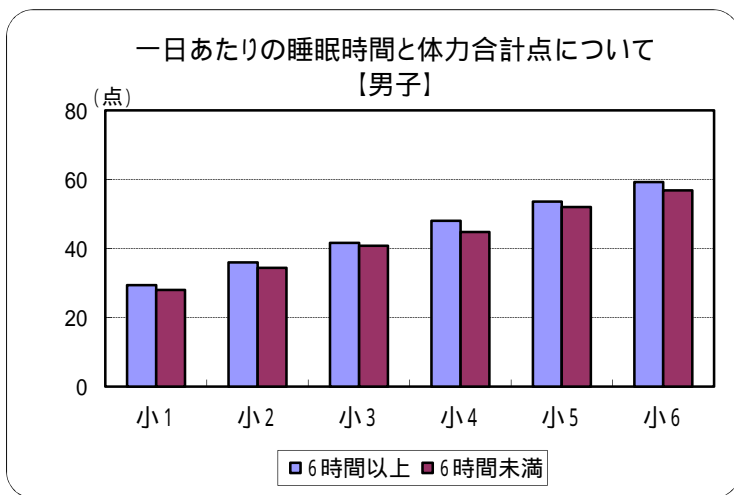
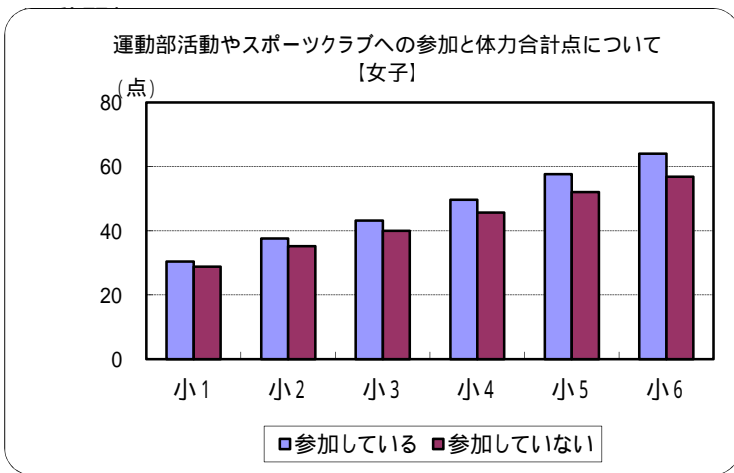
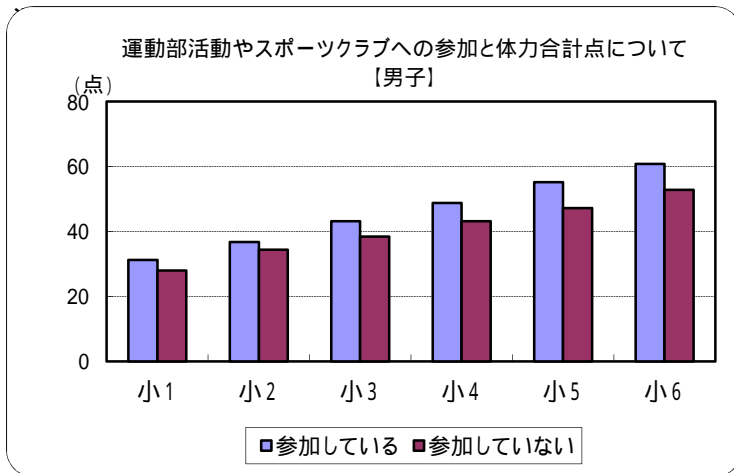
黄色で着色してある部分は基準値を上回った項目

熊本市中学校体力経年変化(基準値との比較)

		握力 (kg)	上体起こし (回)	長座体前屈 (cm)	反復横跳び (点)	持久走 (秒)	20m シャトルラン (回)	50m走 (秒)	立ち幅とび (cm)	ボール投げ (m)	基準値 上回数	
男子	1年	基準値	25.24	23.36	38.78	47.40	423.24	66.85	8.51	181.57	19.14	
		H2 1	24.13	23.81	36.79	48.44	422.79	73.40	8.70	177.92	18.94	4
		H2 2	23.98	23.84	36.85	48.06	424.55	72.13	8.69	177.19	18.63	3
		H2 3	23.88	24.11	36.93	48.21	419.53	74.83	8.67	178.15	18.52	4
		H2 4	24.03	23.90	37.52	48.13	424.96	75.89	8.73	177.09	18.32	3
		H2 5	23.79	24.15	37.69	48.52	421.62	75.88	8.71	176.77	18.13	4
		H2 6	23.91	24.47	37.23	48.89	415.52	76.77	8.63	178.35	18.28	4
		H2 7	23.91	24.16	37.61	48.36	421.46	74.67	8.69	177.51	18.05	4
	H2 8	23.88	23.38	37.13	47.92	429.18	73.78	8.73	176.49	18.13	3	
	2年	基準値	31.34	26.95	43.47	51.30	386.37	83.54	7.94	199.44	22.13	
		H2 1	29.78	27.55	40.69	51.94	387.10	94.03	8.09	193.14	21.52	3
		H2 2	29.75	27.23	41.26	51.62	388.69	91.19	8.09	193.64	21.19	3
		H2 3	29.35	27.34	41.32	51.72	383.40	91.32	8.11	195.24	21.07	4
		H2 4	29.40	27.88	41.54	52.12	387.19	92.47	8.09	193.26	20.96	3
		H2 5	29.47	27.96	42.04	52.18	390.76	89.90	8.09	194.66	20.77	3
		H2 6	29.34	27.92	42.03	52.21	382.47	93.50	8.06	195.11	20.98	4
		H2 7	29.09	28.19	41.89	52.24	384.87	90.98	8.08	194.96	20.78	4
	H2 8	29.23	27.51	41.64	52.35	392.62	87.90	8.10	194.08	20.57	3	
	3年	基準値	36.57	28.88	46.82	53.50	373.65	90.84	7.57	212.64	24.57	
		H2 1	35.02	29.78	45.71	54.54	375.26	99.56	7.73	206.09	23.54	3
		H2 2	34.82	29.85	45.28	54.44	373.52	101.86	7.72	207.64	23.65	4
		H2 3	35.08	29.94	44.96	55.17	369.18	101.60	7.67	208.91	23.36	4
		H2 4	34.53	30.23	45.38	55.18	372.80	102.31	7.69	208.51	23.46	4
		H2 5	34.37	30.33	45.23	54.87	372.79	99.62	7.69	207.80	23.31	4
H2 6		34.48	30.55	46.14	55.18	372.30	98.43	7.65	209.56	23.46	4	
H2 7		33.89	30.62	46.13	54.91	371.28	96.77	7.70	208.19	23.20	4	
H2 8	34.24	30.06	45.32	55.12	374.42	95.73	7.67	208.04	23.13	3		
女子	1年	基準値	22.19	19.31	41.51	42.83	297.02	49.48	9.03	162.61	12.62	
		H2 1	22.00	20.25	39.75	44.37	296.28	55.79	9.17	161.32	12.69	5
		H2 2	22.03	20.54	39.98	44.19	296.24	55.10	9.11	163.84	12.44	5
		H2 3	22.02	20.30	40.03	44.14	296.56	56.84	9.16	163.63	12.13	5
		H2 4	21.99	20.94	40.49	44.57	297.72	58.73	9.17	163.24	12.33	4
		H2 5	21.86	20.48	40.73	44.58	298.53	56.16	9.16	161.66	11.74	3
		H2 6	21.79	20.96	40.31	44.94	294.34	56.14	9.11	163.60	11.81	5
		H2 7	21.84	21.04	41.01	44.83	295.83	55.94	9.17	163.61	11.80	5
	H2 8	21.61	20.08	40.13	44.49	300.32	56.83	9.20	161.80	11.88	3	
	2年	基準値	24.36	21.65	43.84	44.82	287.94	57.33	8.80	169.22	13.95	
		H2 1	24.06	22.75	41.45	45.39	289.26	63.99	9.02	164.04	13.39	3
		H2 2	23.98	22.56	41.93	45.63	287.99	62.67	8.93	165.82	13.29	3
		H2 3	23.92	22.99	42.38	45.95	286.53	63.91	8.93	169.23	13.07	5
		H2 4	24.03	23.21	42.73	46.03	289.65	68.85	8.96	167.60	12.92	3
		H2 5	23.98	23.22	42.71	46.11	287.94	63.91	8.90	168.49	12.92	3
		H2 6	23.99	23.47	43.12	46.18	285.02	63.07	8.88	168.98	12.93	4
		H2 7	23.82	23.29	42.93	46.25	285.42	62.64	8.89	168.68	12.68	4
	H2 8	23.74	23.12	42.80	46.92	288.53	63.21	8.91	169.10	12.79	3	
	3年	基準値	25.78	22.21	45.58	45.17	290.70	57.53	8.77	170.94	14.60	
		H2 1	24.93	23.78	43.50	46.33	292.11	58.61	8.97	165.82	13.87	3
		H2 2	24.97	23.74	43.60	46.43	290.23	62.86	8.96	168.94	13.95	4
		H2 3	24.99	24.08	43.49	47.45	290.23	66.50	8.86	170.59	13.92	4
		H2 4	25.16	24.26	44.09	47.34	289.43	66.58	8.87	171.80	13.69	5
		H2 5	25.07	24.30	45.04	47.18	289.72	66.48	8.91	169.94	13.44	4
H2 6		25.19	24.79	45.01	47.33	286.02	64.73	8.80	172.58	13.91	5	
H2 7		24.78	24.92	45.49	47.25	288.96	62.45	8.83	170.32	13.52	4	
H2 8	24.69	23.55	44.29	47.36	289.88	61.19	8.88	168.72	13.21	4		

黄色で着色してある部分は基準値を上回った項目

# 熊本市小学生の運動習慣・生活習慣・食習慣について



本市小学生の運動習慣、生活習慣、食習慣について、それぞれ運動部活動やスポーツクラブへの参加、一日あたりの睡眠時間、朝食の摂取状況と体力合計点との関連を考察してみると、上のグラフから次のような点が挙げられる。

## 運動習慣について

・運動部活動やスポーツクラブ等へ参加して、定期的に運動している児童の方が、運動クラブ等へ所属していない児童に比べて、全学年および男女を問わず体力合計点が高い傾向にある。さらに、学年が上がるにつれてその傾向が顕著になっている。

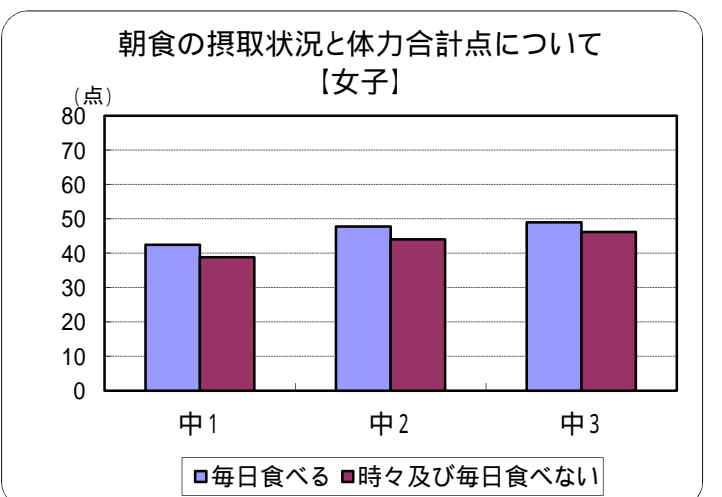
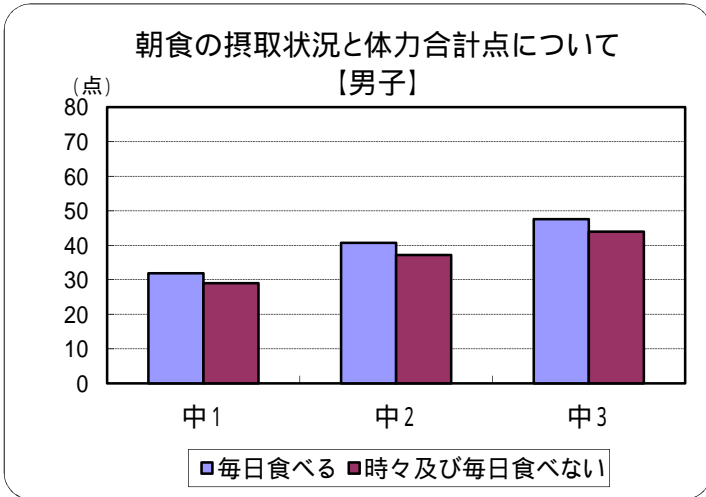
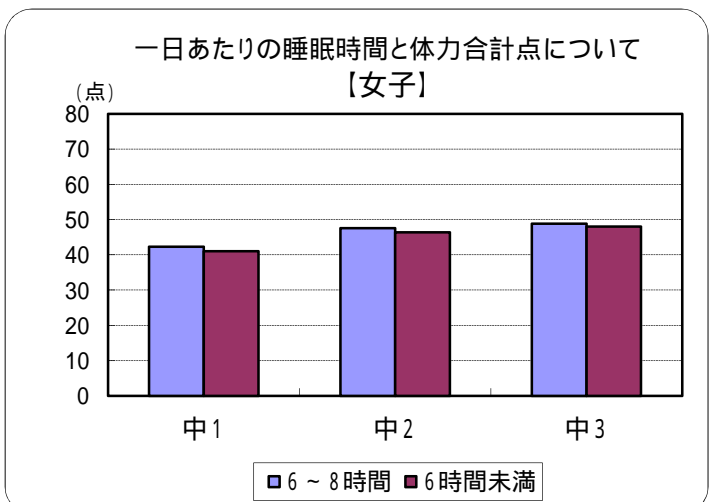
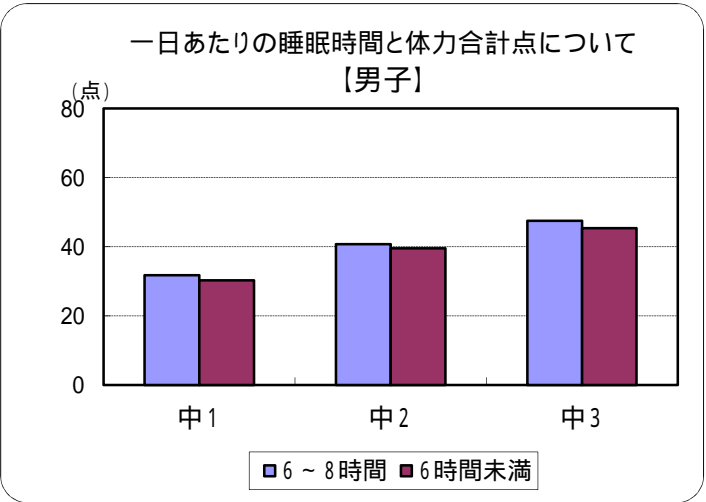
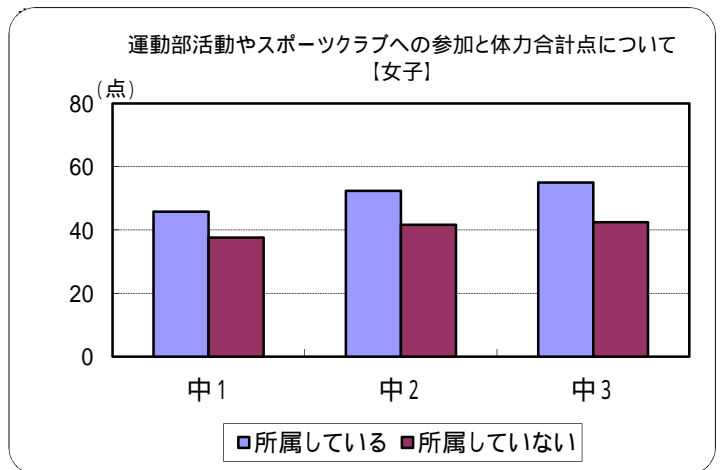
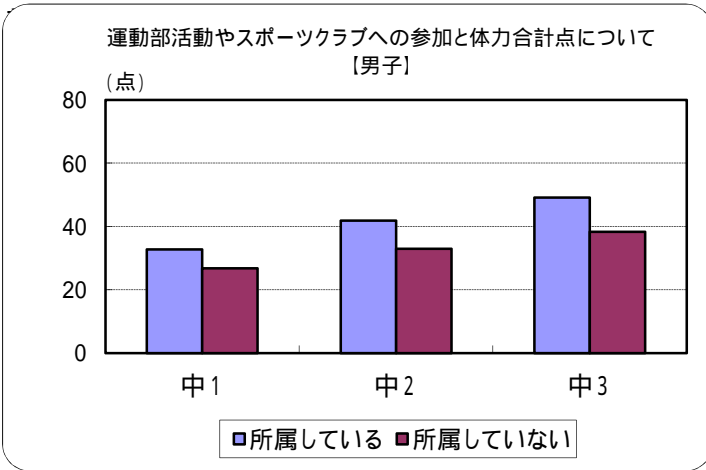
## 生活習慣について

・一日あたりの睡眠時間を6時間以上確保している児童は、一日の生活リズムが確立されている場合が多く、6時間未満の児童に比べて、体力合計点が高い。

## 食習慣について

・朝食を毎日食べる児童は、時々及び毎日食べない児童に比べて、体力合計点が高い。

# 熊本市中学生の運動習慣・生活習慣・食習慣について



本市中学生の運動習慣、生活習慣、食習慣について、それぞれ運動クラブへの所属、一日あたりの睡眠時間、朝食の摂取状況と体力合計点との関連を考察してみると、上のグラフから次のような点が挙げられる。

## 運動習慣について

・運動部活動やスポーツクラブ等へ参加して、定期的に運動している生徒の方が、運動クラブ等へ所属していない生徒に比べて、学年および男女を問わず体力合計点が明らかに高い。

## 生活習慣について

・一日あたりの睡眠時間を6時間から8時間確保している生徒と、6時間未満の生徒の体力合計点には関連はあまり認められない。

## 食習慣について

・朝食を毎日食べる生徒の方が、時々及び毎日食べない生徒に比べて体力合計点が高い。

体力合計点・・・各個人の記録を1種目10点満点で点数化し、8種目の合計点数で表したもの