

令和5年度全国体力・運動能力、運動習慣等調査結果について

標記調査結果について、京都市の結果と経年での変容及び全国と比較した傾向等について以下のとおりまとめました。

記

【1 実技調査について】

- (1) 実施種目等は下表のとおり（※各種目に関わる体力・運動能力の要素も記載）。
なお実施時期は令和5年4月～7月。

種目		単位	主な体力・ 運動能力要素	測定	対象	
					小	中
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	○	○ 選 択
	持久走※	秒	全身持久力・ 長距離走能力	男子 1500m 女子 1000m の走行時間	—	
6	5 0 m 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	○	○
8-1	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	○	—
8-2	ハンドボール投げ	m		ハンドボール(中)を遠投した距離	—	○
※「○」…実施種目 「—」…実施しない種目						
※中学校の「持久走」は本市で選択する生徒が約2%と非常に少ないため分析の対象外としている						
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、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			

(2) 評価基準表

	A	B	C	D	E
小学校5年生	65 点以上	58～64 点	50～57 点	42～49 点	41 点以下
中学校2年生	57 点以上	47～56 点	37～46 点	27～36 点	26 点以下

※各実技テストの結果を 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

【2 質問紙調査について】

1 週間の総運動時間、体格、生活習慣、運動やスポーツに対する意識 等

調査結果の概要

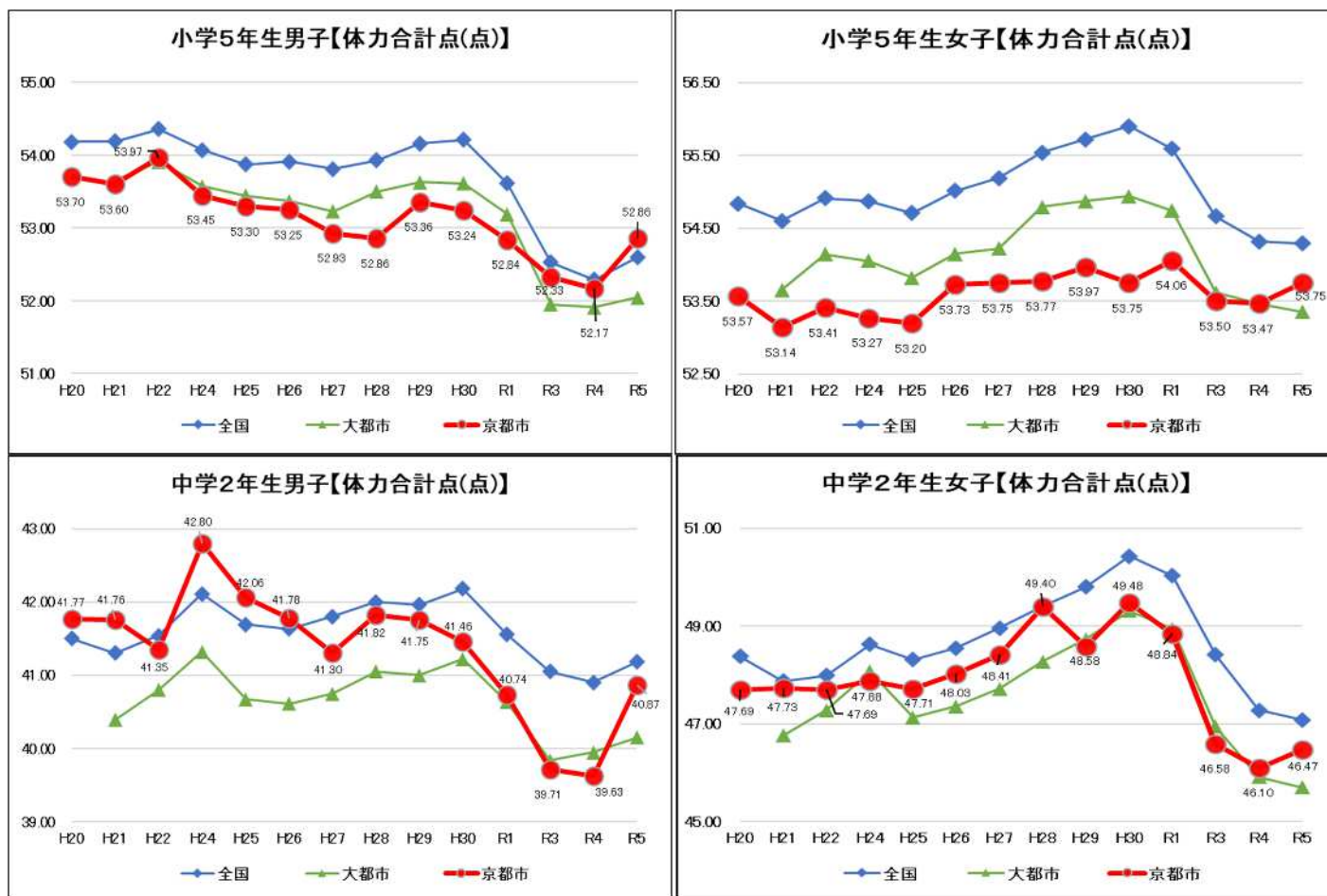
1 児童生徒の体力の状況

(1) 体力合計点の状況

体力合計点について、全国では、令和4年度調査との比較では回復基調であるが、コロナ以前の水準には至っていない。

京都市の小学校では、男女ともに令和4年度を上回り(男子: +0.69p, 女子: +0.28p)、コロナ以前の水準まで戻ってきている。特に男子で大きく上昇がみられ、平成20年度以降初めて全国平均を上回る結果となった。

京都市の中学校では、男女ともに令和4年度を上回り(男子: +1.24p, 女子: +0.37p)、特に男子ではコロナ前の水準まで大きく上昇している。女子についても、回復基調ではあるが、コロナ前の水準には至っていない。



【参考】

(1) 全国における本市順位

区分	小学校5年(男子)		小学校5年(女子)		中学校2年(男子)		中学校2年(女子)	
京都市	52.86 (+0.69p)	21位 (←27位)	53.75 (+0.28p)	40位 (←40位)	40.87 (+1.24p)	39位 (←44位)	46.47 (+0.37p)	41位 (←42位)
全国平均	52.60 (+0.31p)		54.29 (-0.03p)		41.18 (+0.28p)		47.08 (-0.20p)	
大都市平均	52.05 (+0.14p)	40位 (←30位)	53.35 (-0.11p)	42位 (←40位)	40.15 (+0.20p)	43位 (←43位)	45.70 (-0.21p)	45位 (←43位)
京都府	52.18 (+0.43p)	37位 (←37位)	53.33 (-0.08p)	42位 (←40位)	40.85 (+0.69p)	39位 (←39位)	47.11 (+0.34p)	37位 (←39位)

※()内は令和4年度との比較 ※全国=公立・国立・私立学校すべて含む。 ※大都市=政令指定都市+東京23区

(2) 政令指定都市での順位

	小学校5年(男子)		小学校5年(女子)		中学校2年(男子)		中学校2年(女子)	
京都市	5位	(6位)	8位	(11位)	9位	(15位)	9位	(12位)

※()内は令和4年度の順位

【令和4年度・令和元年度との比較】

全国では、体力合計点の令和4年度との比較では回復傾向がみられるが、令和元年度(コロナ前の調査)の水準には至っていない。また、令和4年度と比較すると、小・中学校ともに回復の度合いに男女間で差がある。

京都市では、体力合計点の令和4年度との比較では回復傾向がみられ、男子においては小中学校とも、令和元年度の水準まで戻っている。女子についても回復基調ではあるものの、特に中学校では令和元年度の水準と比較すると低い状況にあり、回復の度合いは、全国と同様、男女間で差がみられる。

【令和4年度との比較】

	小学校男子				小学校女子				中学校男子				中学校女子			
	京都市		全国		京都市		全国		京都市		全国		京都市		全国	
体力合計点(点)	+0.7	↗	+0.3	↗	+0.3	↗	±0	→	+1.2	↗	+0.3	↗	+0.4	↗	-0.2	↘
握力(kg)	-0.2	↘	-0.1	↘	-0.1	↘	-0.1	↘	-0.1	↘	±0	→	-0.2	↘	-0.1	↘
上体起こし(回)	+0.1	↗	+0.1	↗	+0.1	↗	+0.1	↗	+0.7	↗	+0.1	↗	+0.5	↗	-0.1	↘
長座体前屈(cm)	+0.3	↗	+0.2	↗	+0.5	↗	+0.3	↗	+0.4	↗	+0.2	↗	+0.7	↗	+0.2	↗
反復横跳び(点)	+0.7	↗	+0.2	↗	+0.4	↗	±0	→	+0.9	↗	+0.2	↗	+0.3	↗	-0.1	↘
20mシャトルラン(回)	+3.7	↗	+1.0	↗	+1.8	↗	-0.2	↘	+2.1	↗	+0.1	↗	-0.6	↘	-0.8	↘
50m走(秒)	-0.11	↗	-0.05	↗	-0.05	↗	+0.01	↘	-0.11	↗	-0.05	↗	-0.02	↗	-0.02	↗
立ち幅とび(cm)	+0.2	↗	+0.3	↗	-1.7	↘	-0.3	↘	+1.7	↗	+0.2	↗	-0.4	↘	-0.7	↘
ボール投げ(m)	+0.3	↗	+0.2	↗	±0	→	±0	→	+0.4	↗	+0.1	↗	-0.1	↘	±0	→

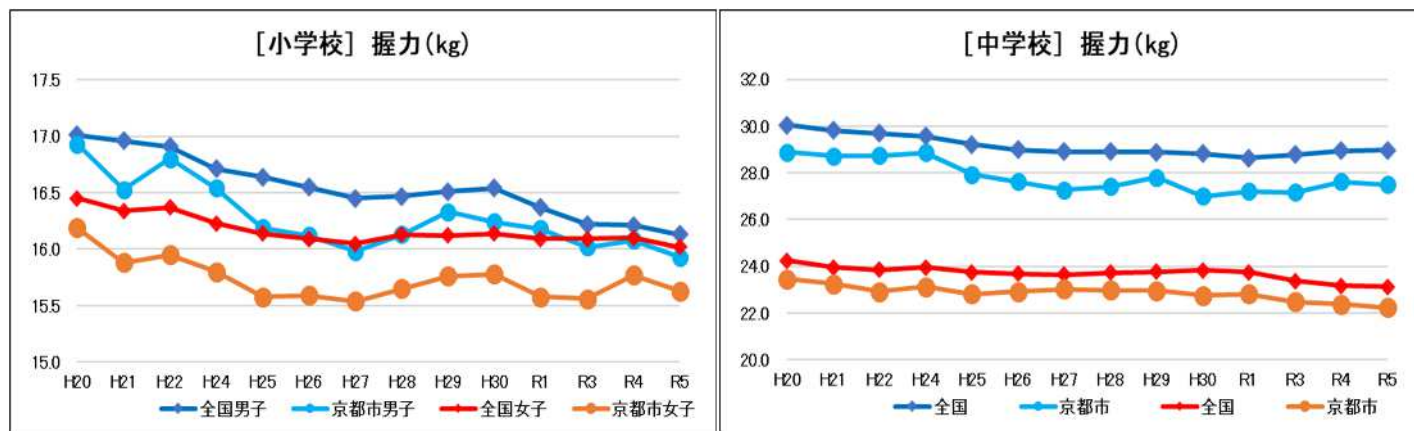
【令和元年度との比較】

	小学校男子				小学校女子				中学校男子				中学校女子			
	京都市		全国		京都市		全国		京都市		全国		京都市		全国	
体力合計点(点)	±0	→	-1.0	↘	-0.3	↘	-1.3	↘	+0.1	↗	-0.4	↘	-2.4	↘	-2.9	↘
握力(kg)	-0.3	↘	-0.3	↘	+0.1	↗	-0.1	↘	+0.3	↗	+0.4	↗	-0.6	↘	-0.6	↘
上体起こし(回)	-0.6	↘	-0.8	↘	-0.7	↘	-0.9	↘	-0.9	↘	-1.2	↘	-1.8	↘	-2.1	↘
長座体前屈(cm)	+2.3	↗	+0.8	↗	+2.1	↗	+0.9	↗	+0.5	↗	+0.6	↗	+1.6	↗	±0	→
反復横跳び(点)	+0.8	↗	-1.1	↘	+0.6	↗	-1.4	↘	+1.2	↗	-0.7	↘	±0	→	-1.6	↘
20mシャトルラン(回)	-1.3	↘	-3.4	↘	-3.2	↘	-4.0	↘	-5.0	↘	-5.3	↘	-8.6	↘	-7.5	↘
50m走(秒)	+0.04	↘	+0.06	↘	+0.06	↘	+0.08	↘	-0.01	↗	-0.01	↗	+0.13	↘	+0.14	↘
立ち幅とび(cm)	+0.6	↗	-0.3	↘	-1.3	↘	-1.4	↘	+3.2	↗	+2.0	↗	-3.3	↘	-3.5	↘
ボール投げ(m)	-0.9	↘	-1.1	↘	-0.5	↘	-0.4	↘	±0	→	-0.1	↘	-0.8	↘	-0.5	↘

(2) 各実技テスト種目の状況（全国との経年比較）

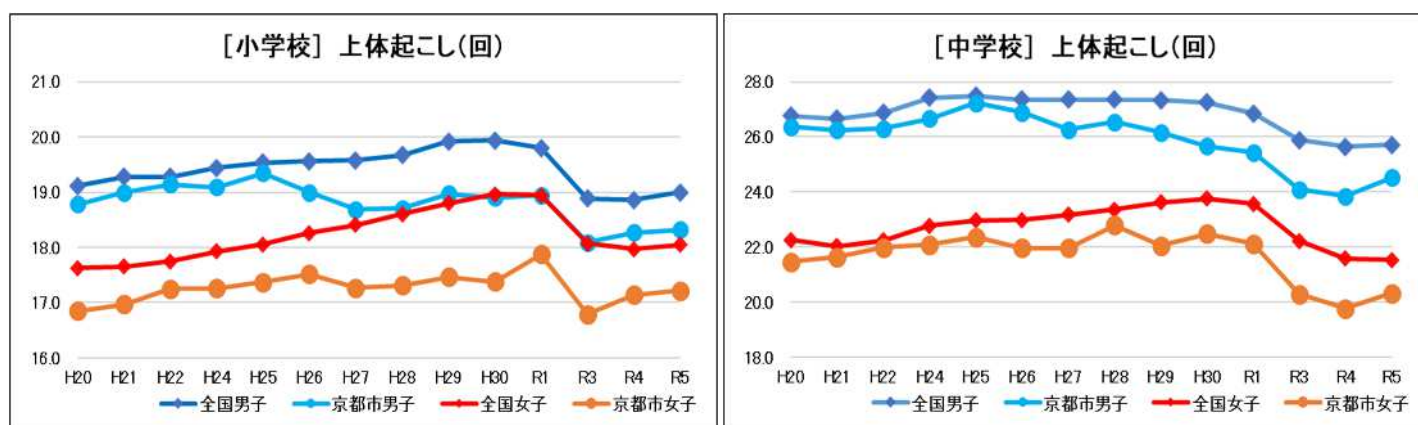
① 握 力

- ・全国・京都市ともに、小・中学校男女とも横ばいまたは緩やかな下降傾向が続いている。
- ・京都市の平均値は全国の平均値に比べてかなり低い状況が続いている。



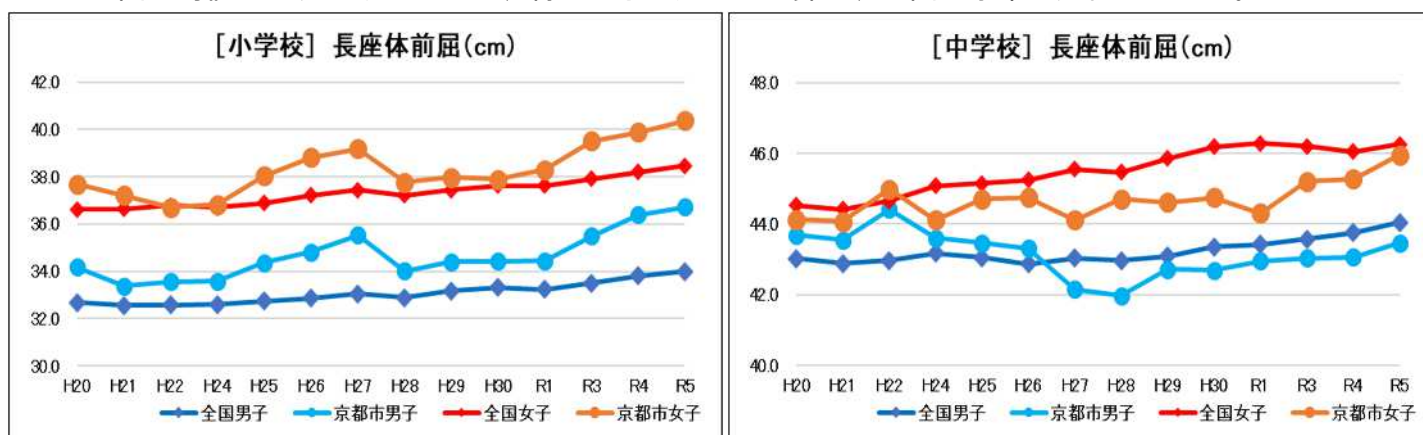
② 上体起こし

- ・コロナで大きく低下がみられたが、全国の中学校女子を除いては回復傾向にある。
- ・京都市は、小・中学校男女とも令和4年度より上昇がみられ、コロナ前（令和元年度）の水準と比較した回復の度合いも全国より高くなっているが、全国平均値に比べると低い状況が続いている。



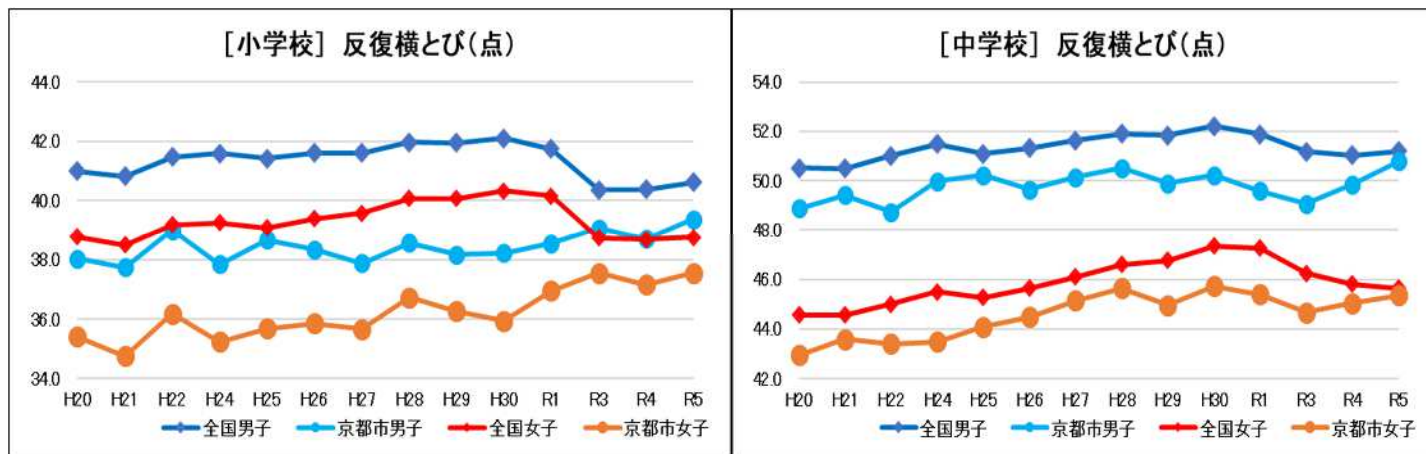
③ 長座体前屈

- ・全国・京都市ともに、小・中学校男女とも上昇傾向が続いている。
- ・京都市は、小学校男女でコロナを経て全国平均値を大きく上回る状況が続いており、中学校は男女とも全国平均値には及ばないものの、特に女子で大きく上昇し、全国の水準に近付いている。



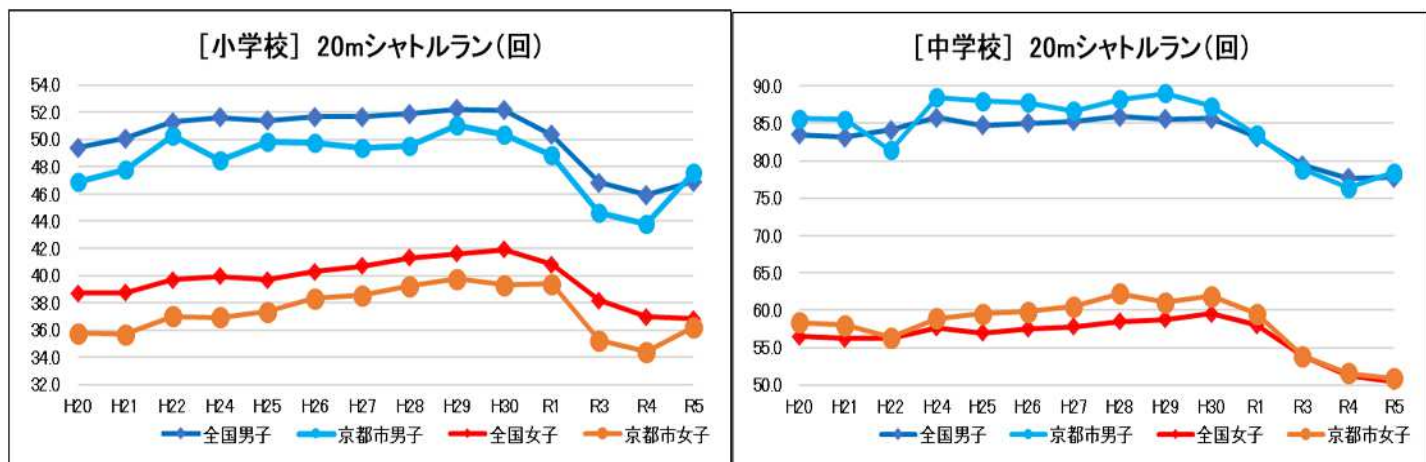
④ 反復横とび

- ・全国では小・中学校男子で回復傾向を示しているが、女子はまだ回復基調には至っていない。
- ・京都市は小・中学校男女とも上昇傾向にあり、特に小学校ではコロナの影響があまり感じられない。
- ・京都市は平成 20 年度以降緩やかな右肩上がりの傾向で、中学校女子を除いて、平成 20 年度以降最高値となった。中学校では男女とも全国平均値とほぼ変わらない水準まで上がってきている。



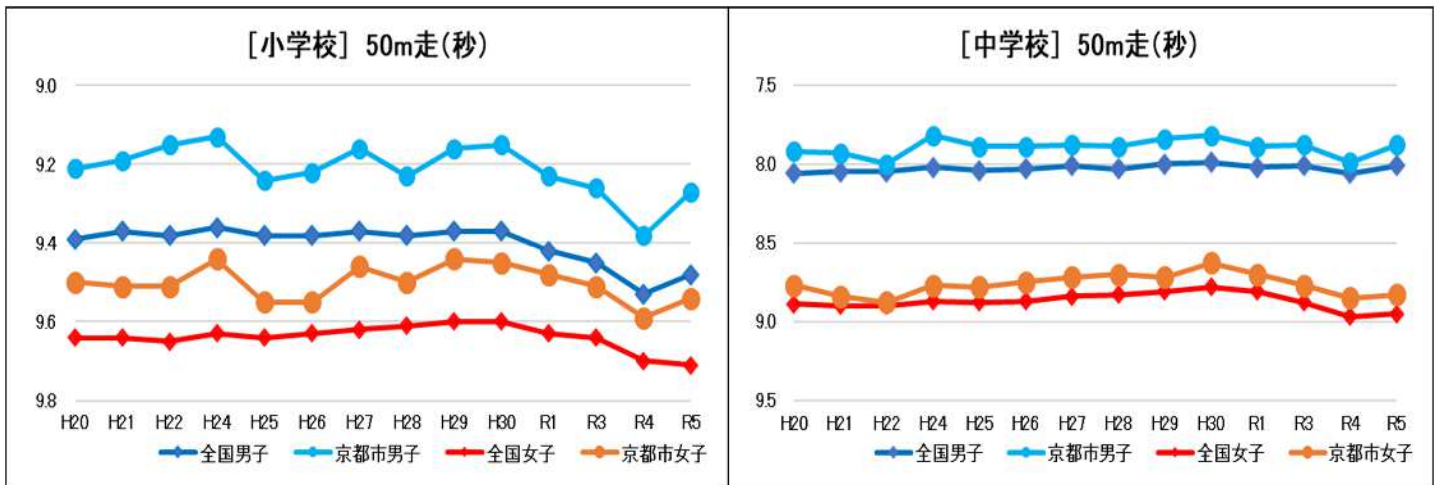
⑤ 20mシャトルラン

- ・全国では小学校男子を除いてまだ回復基調には至っていない。
- ・京都市では、中学校女子を除いて令和 4 年度より上昇し、回復傾向がみられる。
- ・京都市では、特に小学校で顕著な回復傾向を示しており、小学校男子では平成 20 年度以降初めて全国平均値を上回った。



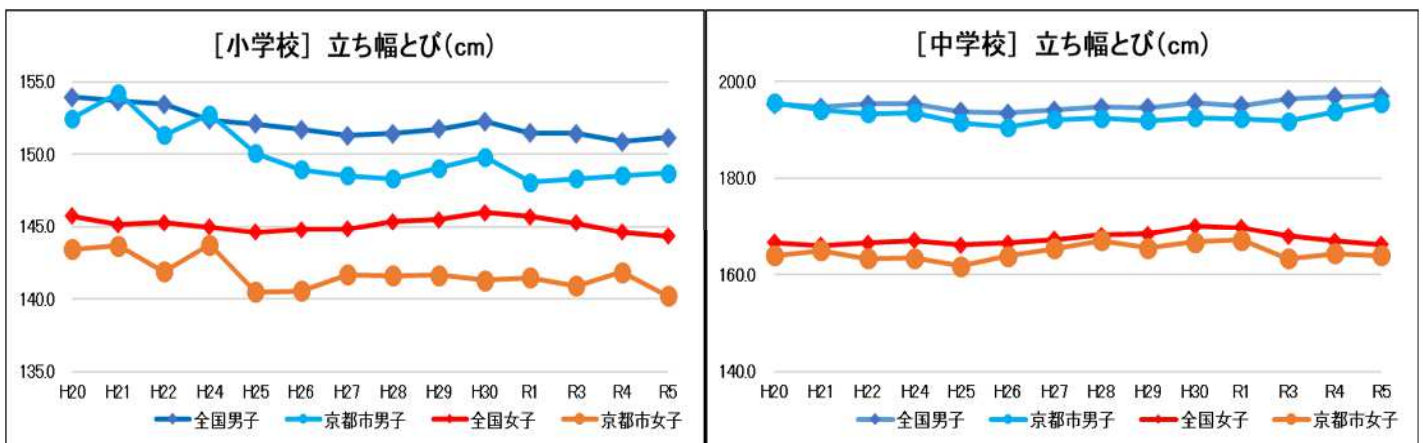
⑥ 50m走

- ・全国では小学校女子を除いて令和4年度より上昇し、回復傾向を示している。
- ・京都市では小・中学校男女とも令和4年度より上昇し、特に小学校では全国よりも回復の度合いが大きい。



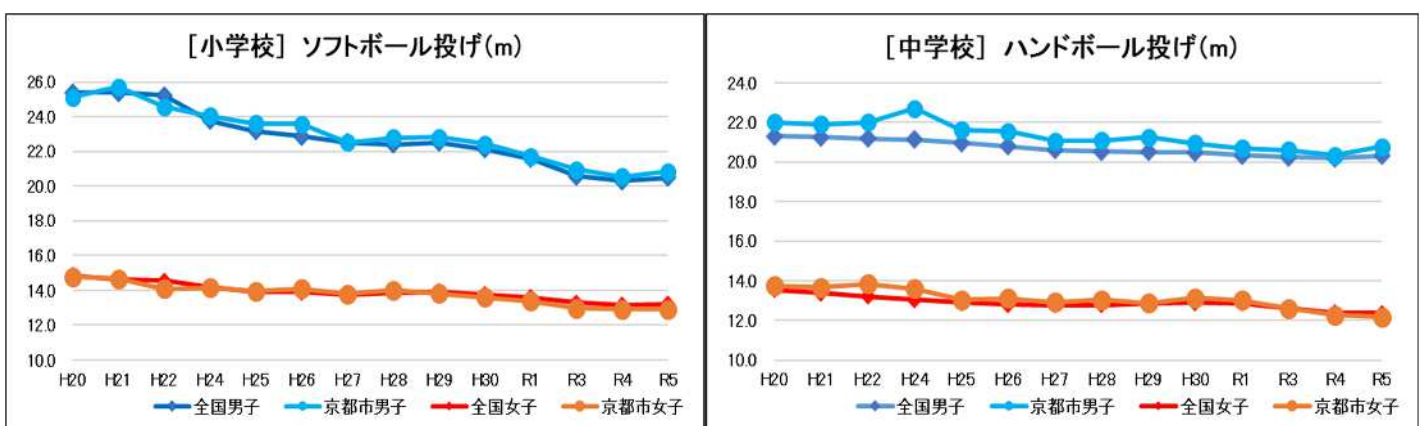
⑦ 立ち幅とび

- ・全国・京都市ともに、小・中学校男子では令和4年度を上回ったが、女子はまだ回復基調には至っていない。
- ・京都市の小学校女子では、平成20年度以降最も低い値となった。



⑧ ソフトボール投げ／ハンドボール投げ

- ・全国では小・中学校男子で少し回復傾向を示しているが、女子はまだ回復基調には至っていない。
- ・平成20年度以降、全国・京都市ともに概ね下降傾向が続いており、小学校男子でその傾向が強い。



2 運動習慣・生活習慣・運動意識の状況

<令和4年度・令和元年度との比較>

- ・全国的に、体育の授業以外の運動時間は概ね減少傾向が続いており、京都市においても小学校男子を除いて減少傾向にある。
- ・運動意識については、全国では小・中学校男子はコロナ以前より高まっているが、小・中学校女子は戻っていない。京都市では、小学校男女、中学校男子でコロナ以前より高まっているが、中学校女子では運動やスポーツをすることが好きと答えた割合が減少している。
- ・肥満の割合、睡眠時間は、全国・京都市ともに令和4年度に比べて回復傾向がみられる。コロナ以前の水準には至っていないが、京都市では小・中学校男子の睡眠時間はコロナ以前を上回った。
- ・スクリーンタイムは、全国・京都市ともにコロナ以前から増加が続いている。

【令和4年度との比較】

	(単位%)	小学校男子				小学校女子				中学校男子				中学校女子			
		京都市		全国		京都市		全国		京都市		全国		京都市		全国	
運動習慣 運動意識	総運動時間 420分以上	+0.7	↗	-0.1	↘	-3.3	↘	-1.9	↘	-2.3	↘	-1.9	↘	-2.1	↘	-1.8	↘
	「運動やスポーツをすることが好き」	+3.8	↗	+2.3	↗	+1.1	↗	-0.4	↘	+3.2	↗	+1.3	↗	-0.1	↘	-1.1	↘
	「体育が楽しい」	+3.7	↗	+1.3	↗	+0.9	↗	-0.3	↘	-4.4	↘	-3.6	↘	-3.3	↘	-3.4	↘
生活習慣	肥満	-1.1	↘	-0.8	↘	-0.2	↘	-0.1	↘	-0.6	↘	-0.9	↘	-0.3	↘	-0.5	↘
	朝食を「毎日食べる」	-0.7	↘	-1.5	↘	-1.4	↘	-1.7	↘	+1.2	↗	-0.1	↘	-0.5	↘	-0.6	↘
	睡眠時間「8時間以上」	+3.0	↗	+0.9	↗	+0.7	↗	+0.8	↗	+3.7	↗	+1.4	↗	+0.1	↗	+1.4	↗
	スクリーンタイム「4時間以上」	+1.1	↗	+0.9	↗	+0.2	↗	+1.6	↗	+0.5	↗	+0.8	↗	+0.4	↗	+1.6	↗

【令和元年度との比較】

	(単位%)	小学校男子				小学校女子				中学校男子				中学校女子			
		京都市		全国		京都市		全国		京都市		全国		京都市		全国	
運動習慣 運動意識	総運動時間 420分以上	+1.2	↗	-1.4	↘	-3.9	↘	-2.7	↘	-8.0	↘	-5.9	↘	-5.0	↘	-4.5	↘
	「運動やスポーツをすることが好き」	+1.1	↗	+0.9	↗	+1.8	↗	-1.0	↘	+0.9	↗	+0.5	↗	-4.0	↘	-3.8	↘
	「体育が楽しい」	+1.9	↗	+0.9	↗	+1.6	↗	-1.1	↘	+0.6	↗	+0.8	↗	+0.2	↗	-2.2	↘
生活習慣	肥満	+1.1	↗	+2.6	↗	+1.6	↗	+1.6	↗	+1.6	↗	+1.9	↗	+0.1	↗	+0.4	↗
	朝食を「毎日食べる」	+1.7	↗	-1.4	↘	-1.2	↘	-2.9	↘	-1.7	↘	-1.6	↘	-3.6	↘	-5.3	↘
	睡眠時間「8時間以上」	+0.9	↗	-0.4	↘	-2.6	↘	-2.5	↘	+0.6	↗	+0.8	↗	-3.0	↘	-1.0	↘
	スクリーンタイム「4時間以上」	+0.4	↗	+3.3	↗	+4.5	↗	+6.9	↗	+10.2	↗	+9.0	↗	+6.7	↗	+9.3	↗

（１） 児童生徒の運動時間（体育の授業を除く。）

【小学校】

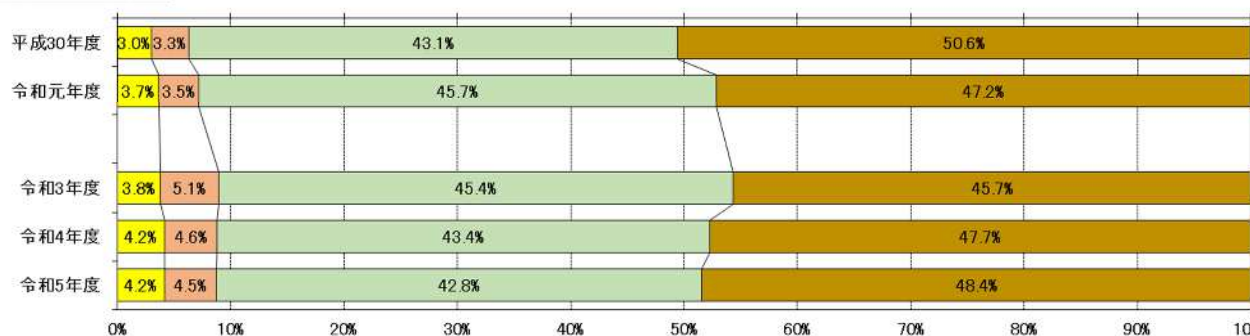
全国の小学校における、1週間の総運動時間が「420分以上」（1日あたり60分以上）の割合は、男女ともに、令和4年度よりも減少した。

本市小学校では、男子では「420分以上」の割合は少し増加したが、女子は全国と同様に減少がみられる。また、女子は60分未満の割合が増加傾向にある。

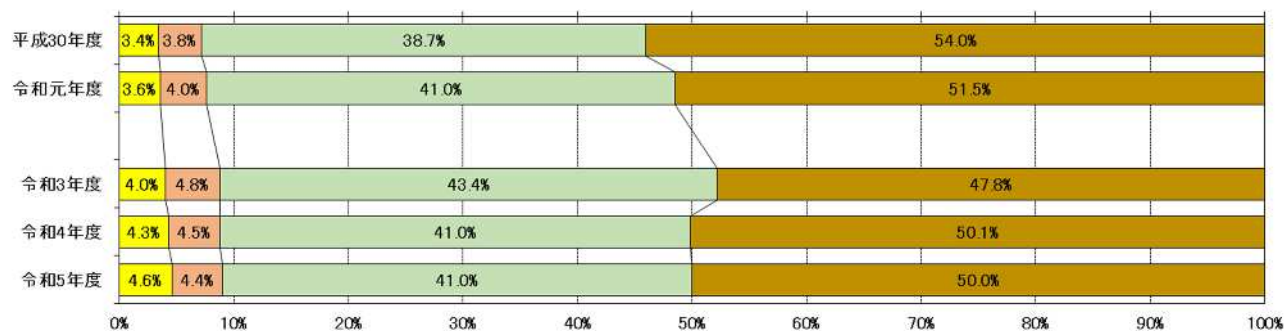
※左から順に「0分」「1～59分」「60～419分」「420分～」

0分 1～59分
60～419分 420分～

京都市 小学校男子



全国 小学校男子



京都市 小学校女子



全国 小学校女子



【中学校】

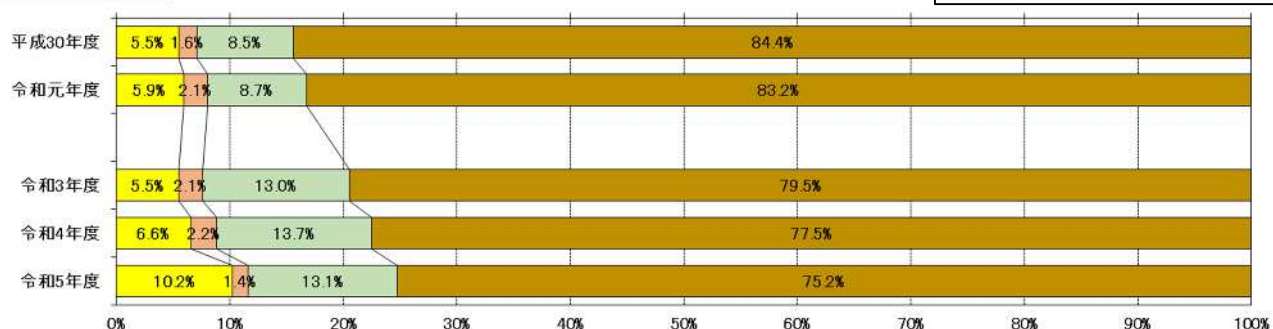
全国の中学校における、1週間の総運動時間が420分以上(1日あたり60分以上)の割合は、令和4年度よりも減少している。京都市についても、全国と同様の傾向。

また、全国・京都市ともに、「0分」の割合が、令和4年度に比べて男女とも増加している。特に女子においては、約1.7倍と顕著に増加し、2割を超える生徒が体育以外の運動をしていない状況となっている。

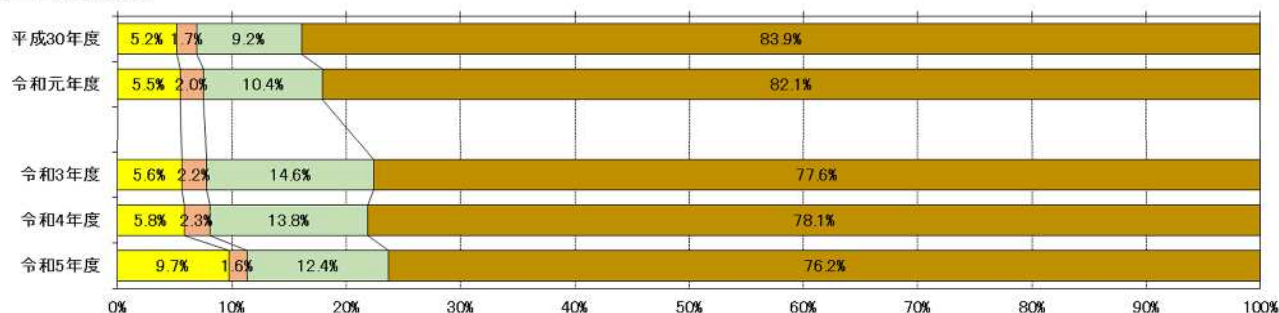
※左から順に「0分」「1～59分」「60～419分」「420分～」

■ 0分 ■ 1～59分
■ 60～419分 ■ 420分～

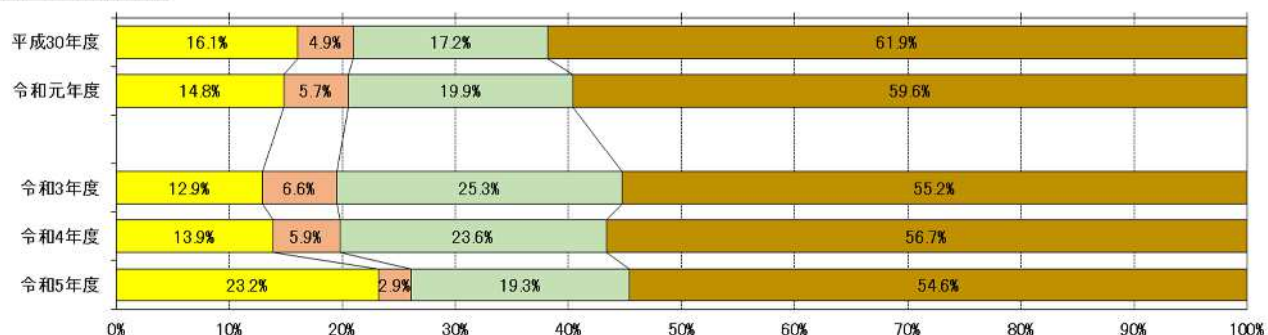
京都市 中学校男子



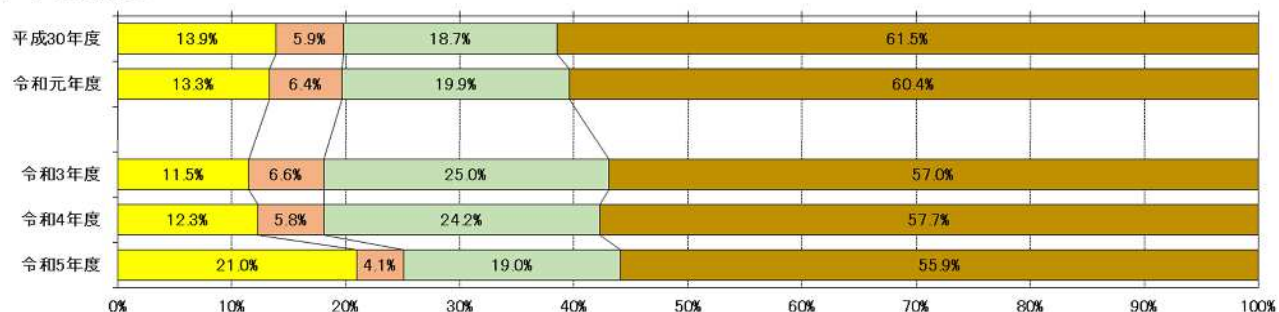
全国 中学校男子



京都市 中学校女子



全国 中学校女子



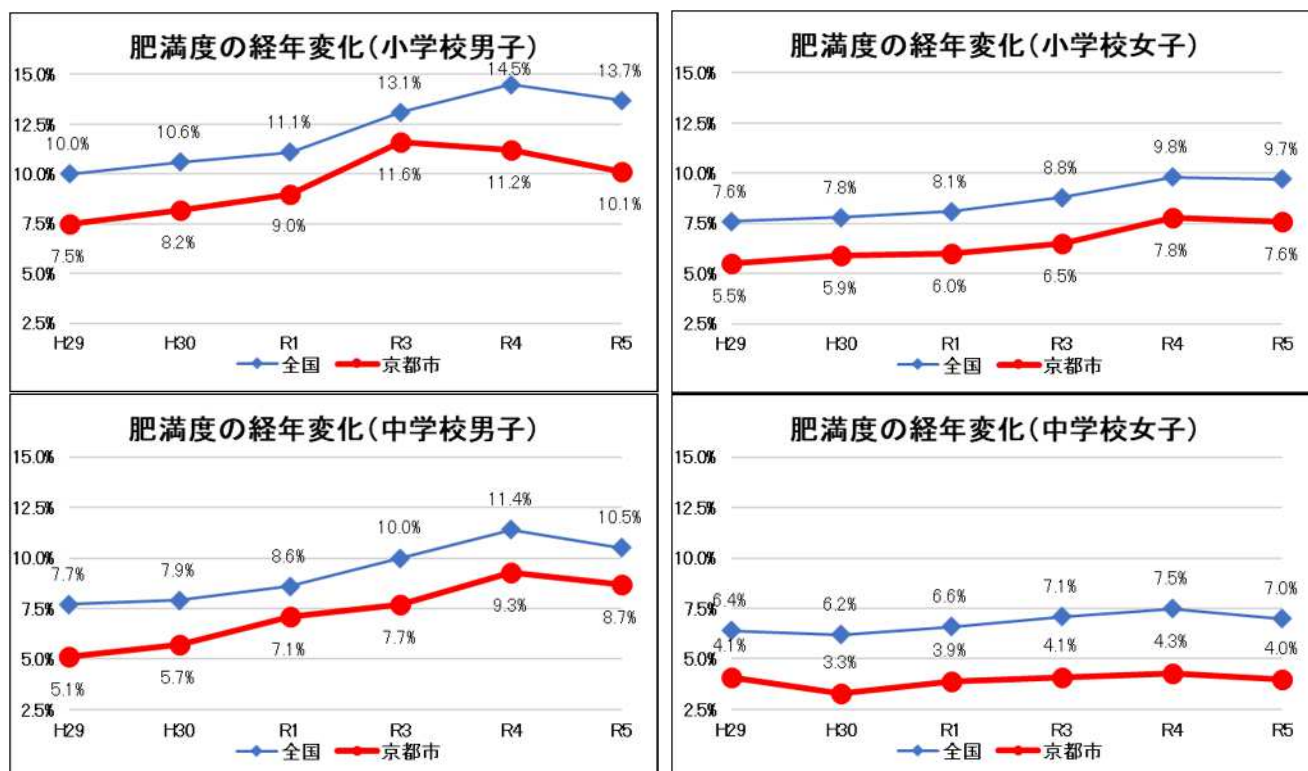
【運動時間別の体力合計点】

1 週間の総運動時間が 420 分以上の児童生徒は、それ以外の児童生徒と比べ体力合計点が高い。

	小学校		中学校	
	男子	女子	男子	女子
0 分以上 60 分未満	43.4点	48.8 点	31.3 点	38.8 点
60 分以上 420 分未満	49.3点	53.3 点	35.8 点	43.4 点
420 分以上	56.8点	59.2 点	43.6 点	52.3 点
全国平均	52.6点	54.3 点	41.2 点	47.1 点

（２）児童生徒の体格の状況

全国では小・中学校の男女ともに、令和4年度に比べて肥満の割合が減少した。本市においても同様の傾向であり、肥満の割合が全国に比べて少ない。



【体格別の体力合計点】

肥満である児童生徒は、その他の児童生徒と比較し、体力合計点が低い。

	小学校		中学校	
	男子	女子	男子	女子
痩身	52.4	53.2	35.6	43.9
普通	53.6	54.8	42.2	47.7
肥満	46.7	49.9	35.1	42.0
全国平均	52.6	54.3	41.2	47.1

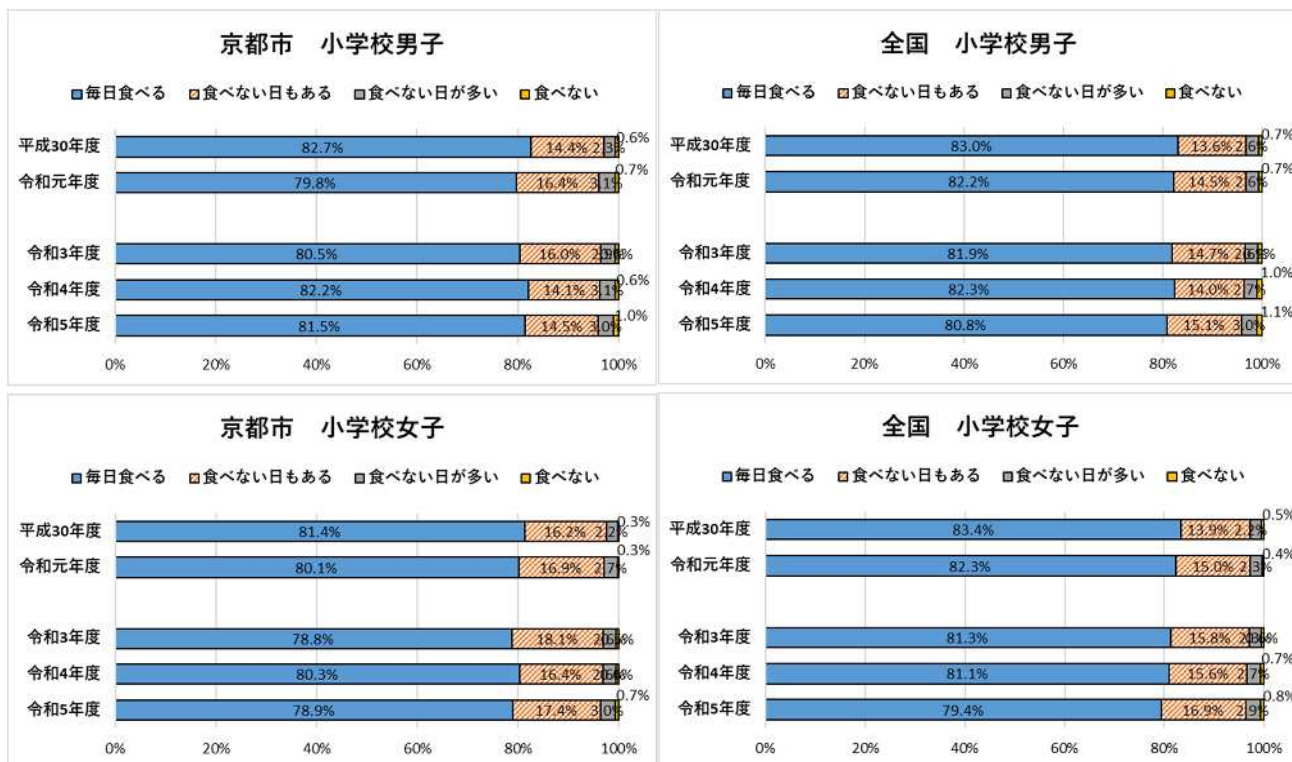
(3) 朝食、睡眠、学習以外のスクリーンタイムの状況

① 朝 食

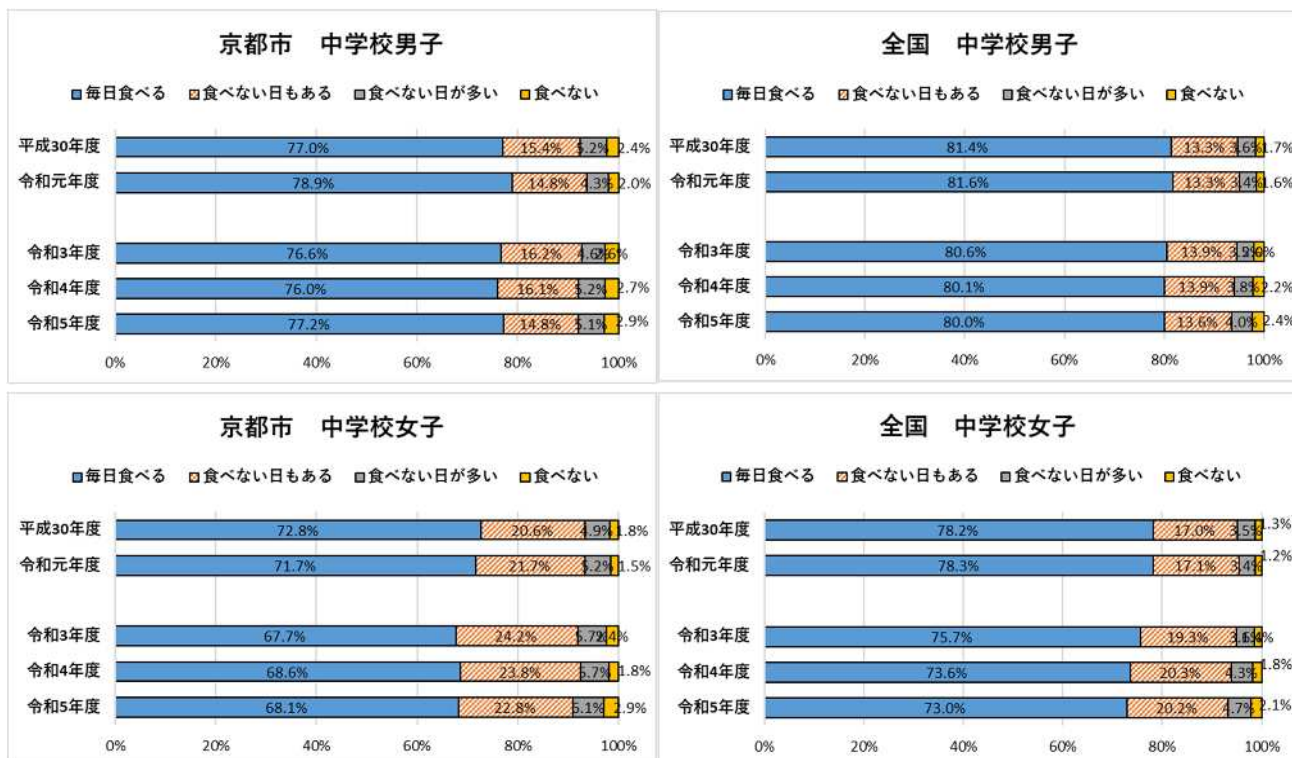
全国では、小・中学校男女とも、朝食を「毎日食べる」児童生徒が減少。

京都市では、中学校男子で「毎日食べる」生徒が増加しており、それ以外は全国と同様に減少している。また、全国と比較すると、「毎日食べる」児童生徒の割合は、小学校男子を除いて低くなっている。

【小学校】



【中学校】

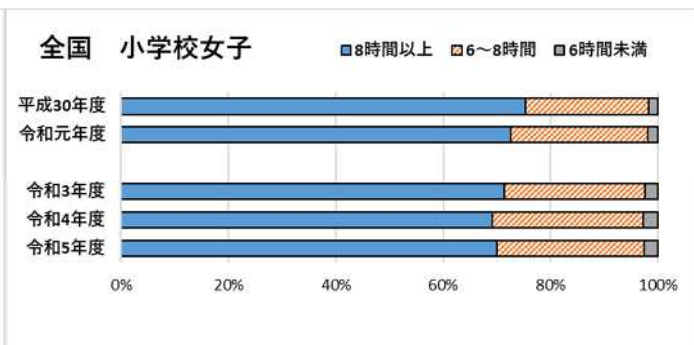
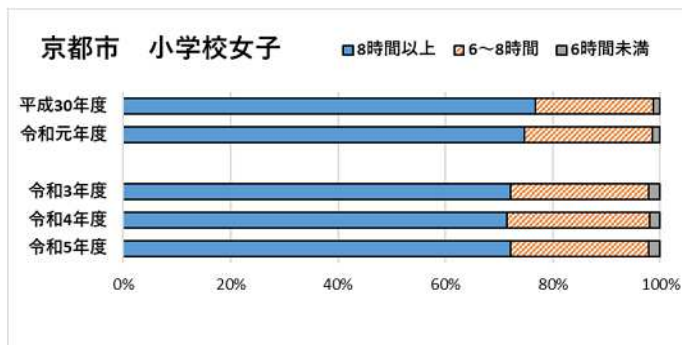
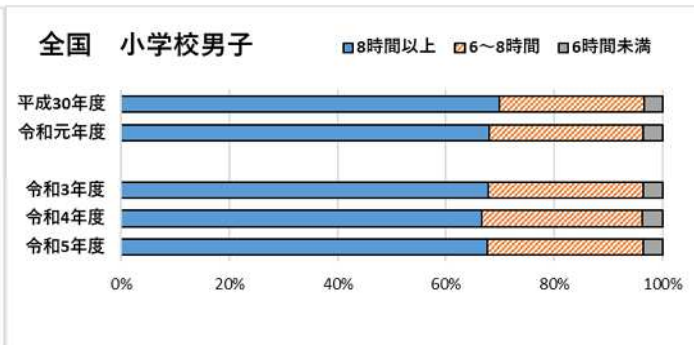
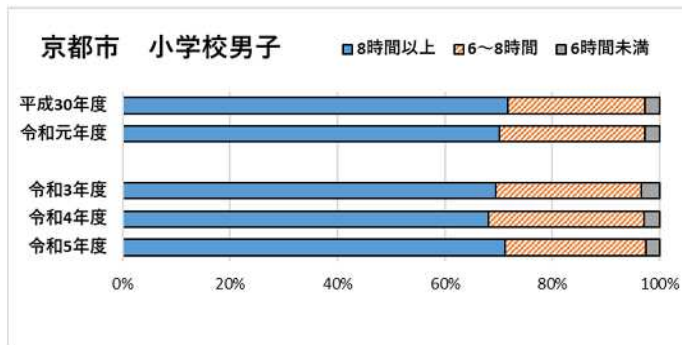


② 睡眠

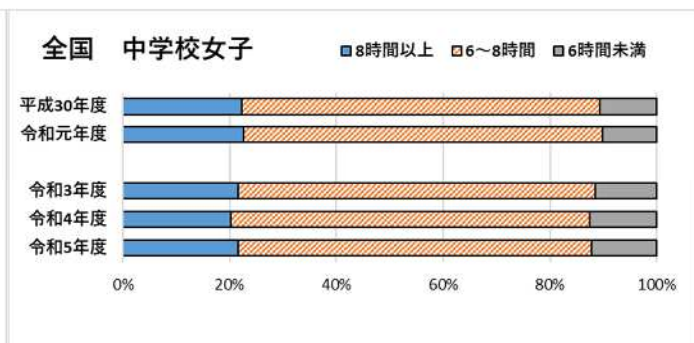
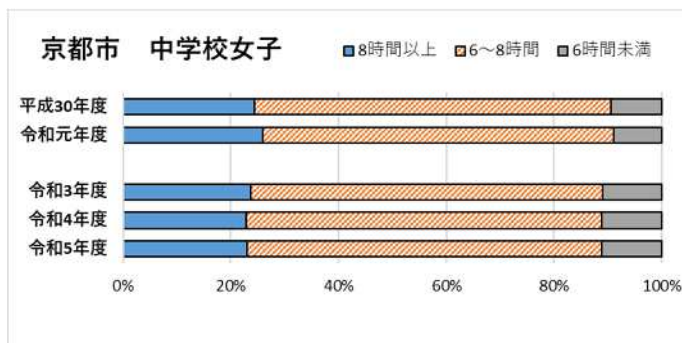
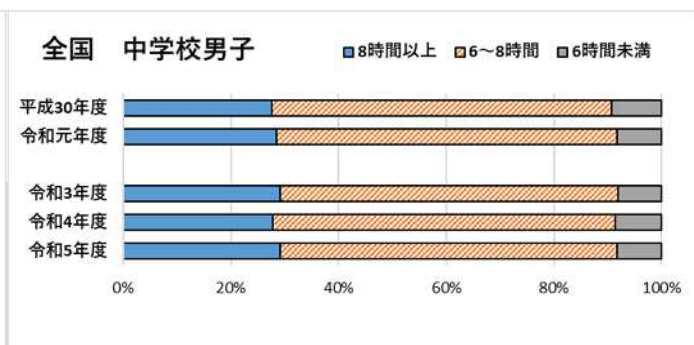
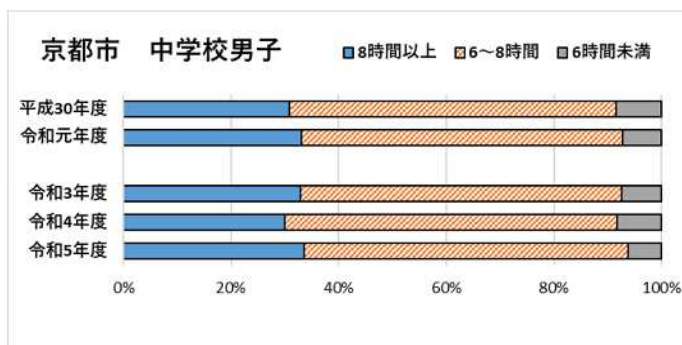
全国では、令和4年度と比較して、睡眠時間が「8時間以上」の割合は、小・中学校男女とも増加した。

京都市も全国と同様に増加しており、「8時間以上」の割合も全国より高くなっている。

【小学校】



【中学校】



③ スクリーンタイム ※平日1日当たりのテレビ、スマートフォン、ゲーム機等による映像の視聴時間

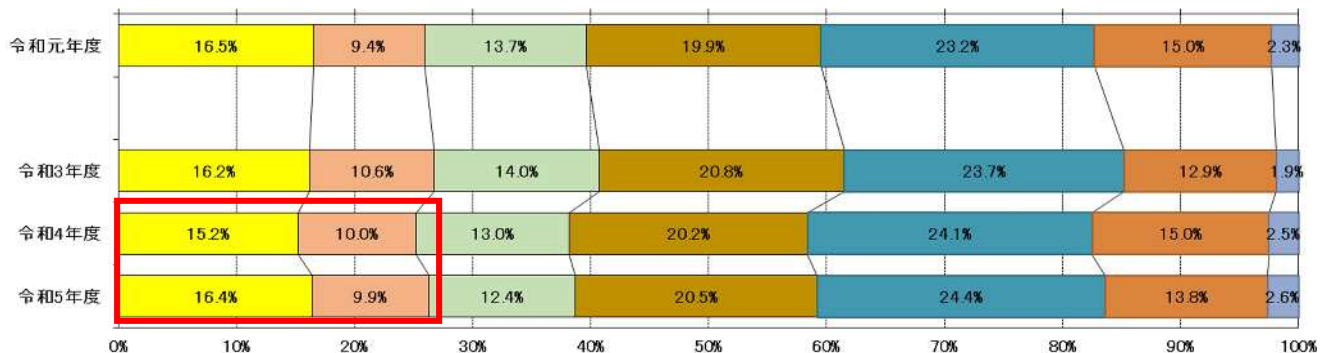
【小学校】

学習以外のスクリーンタイムは、全国的に小学校男女とも「4時間以上」と回答した児童の割合が増加している。

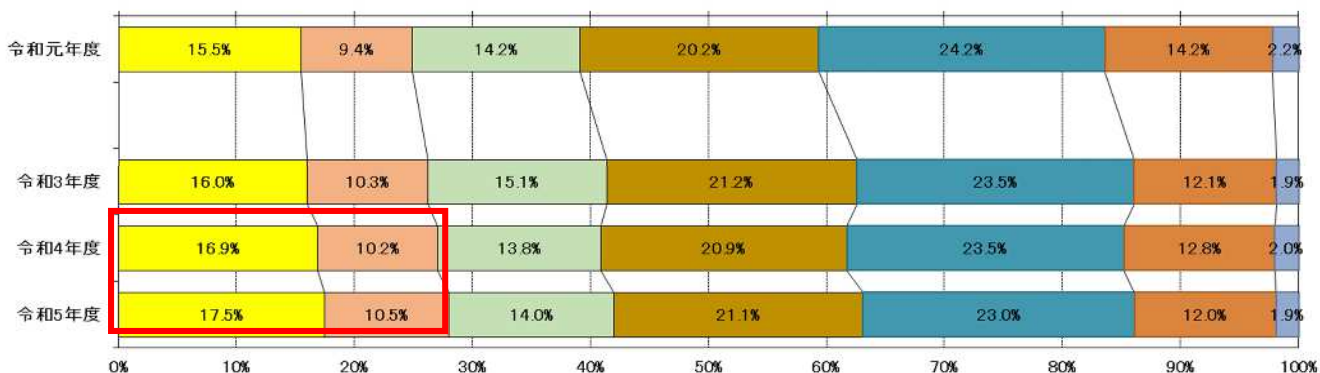
京都市でも同様の傾向がみられるが、全国と比較すると「4時間以上」の割合は少ない。

- 1.5時間以上
- 2.4時間以上5時間未満
- 3.3時間以上4時間未満
- 4.2時間以上5時間未満
- 5.1時間以上6時間未満
- 6.1時間未満
- 7.まったく見ない

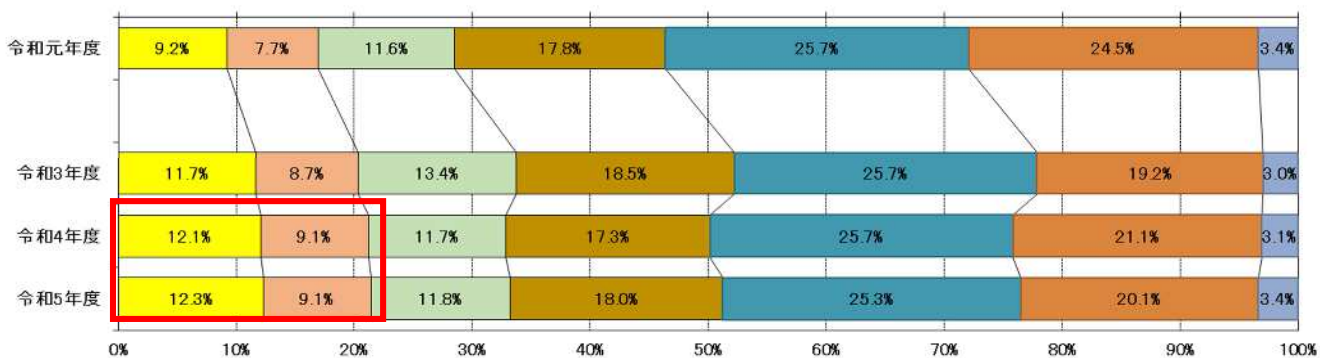
京都市 小学校男子



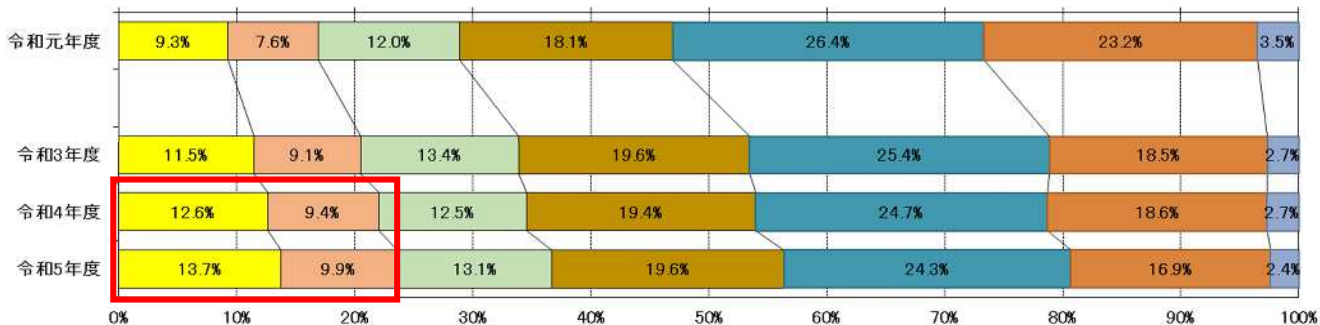
全国 小学校男子



京都市 小学校女子



全国 小学校女子



【中学校】

学習以外のスクリーンタイムは、全国的に中学校男女とも「4時間以上」と回答した児童の割合が増加している。

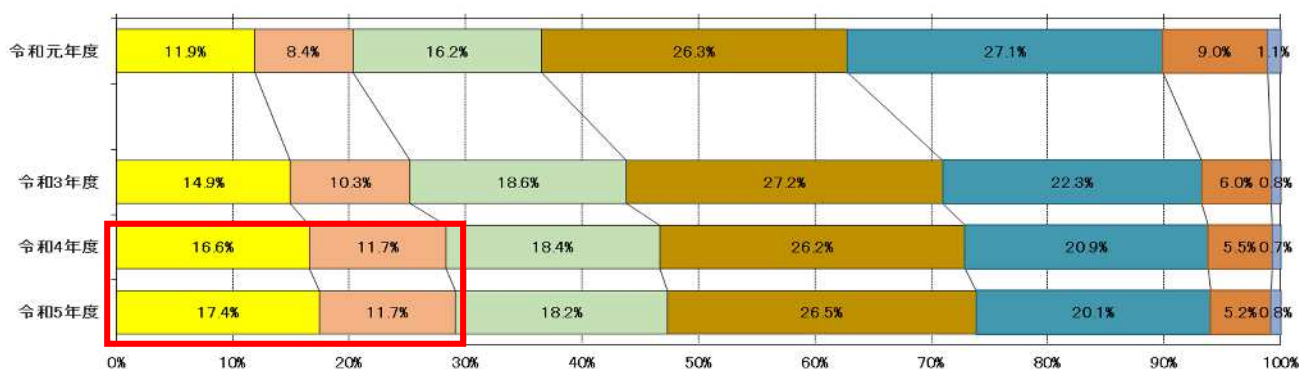
京都市でも同様の傾向がみられ、全国と比較すると「4時間以上」の割合が高くなっている。

- 1.5時間以上
- 2.4時間以上5時間未満
- 3.3時間以上4時間未満
- 4.2時間以上3時間未満
- 5.1時間以上2時間未満
- 6.1時間未満
- 7.まったく見ない

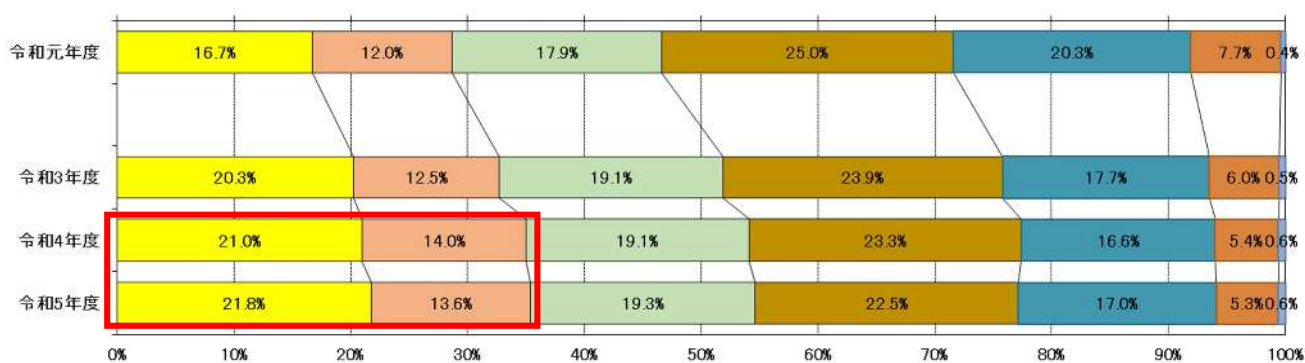
京都市 中学校男子



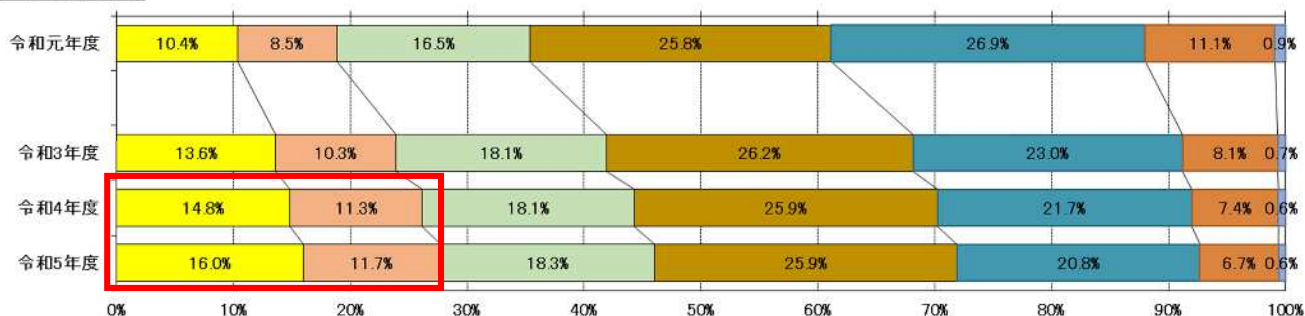
全国 中学校男子



京都市 中学校女子



全国 中学校女子



(4) 運動やスポーツに対する意識

① 運動やスポーツをすることが好き

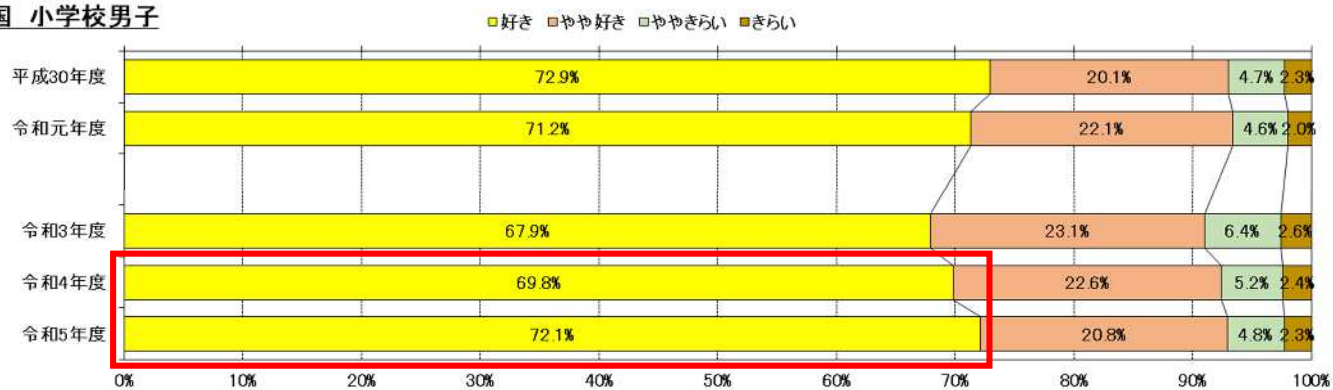
【小学校】

全国では「運動が好き」と答えた児童は令和4年度との比較で男子は増加し、女子は低下している。京都市では、男女とも「運動が好き」と答えた児童が増加している。

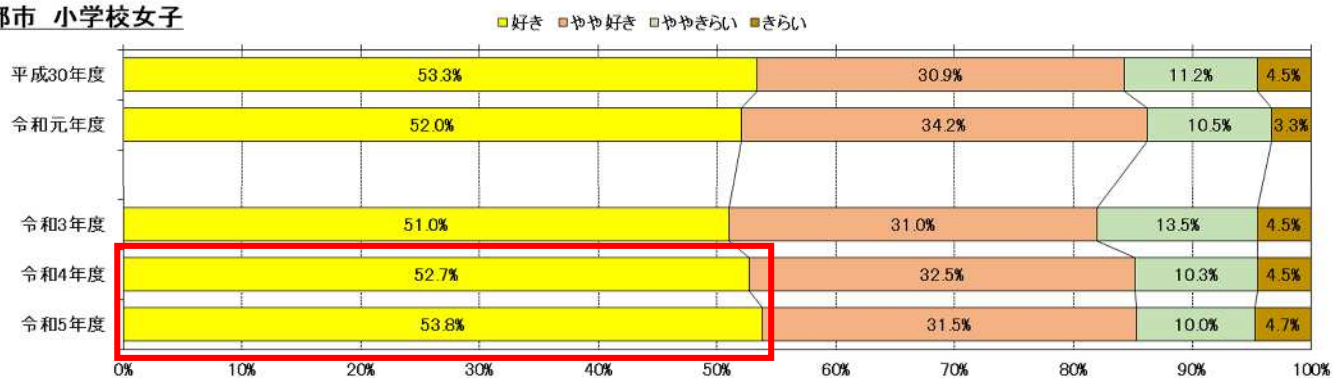
京都市 小学校男子



全国 小学校男子



京都市 小学校女子



全国 小学校女子

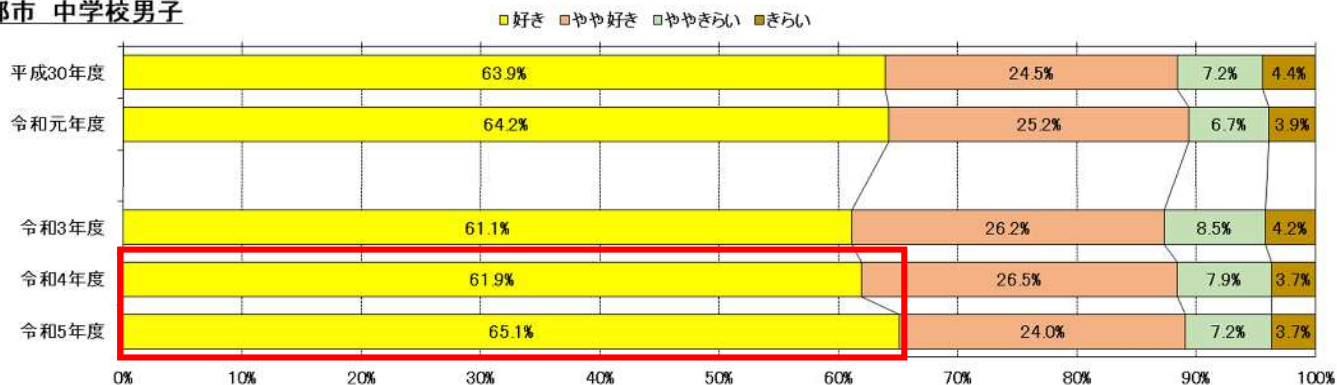


【中学校】

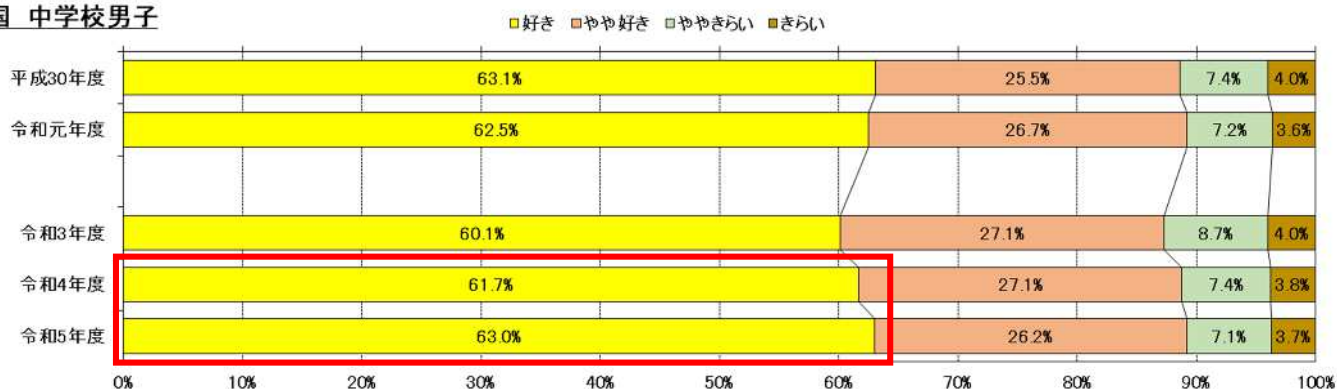
全国では「運動が好き」と答えた生徒は令和4年度との比較で男子は増加し、女子は減少しており、京都市でも同様の傾向。

中学校女子は全国と比較して、運動が「やや嫌い」「嫌い」と答えた生徒の割合が少し高い。

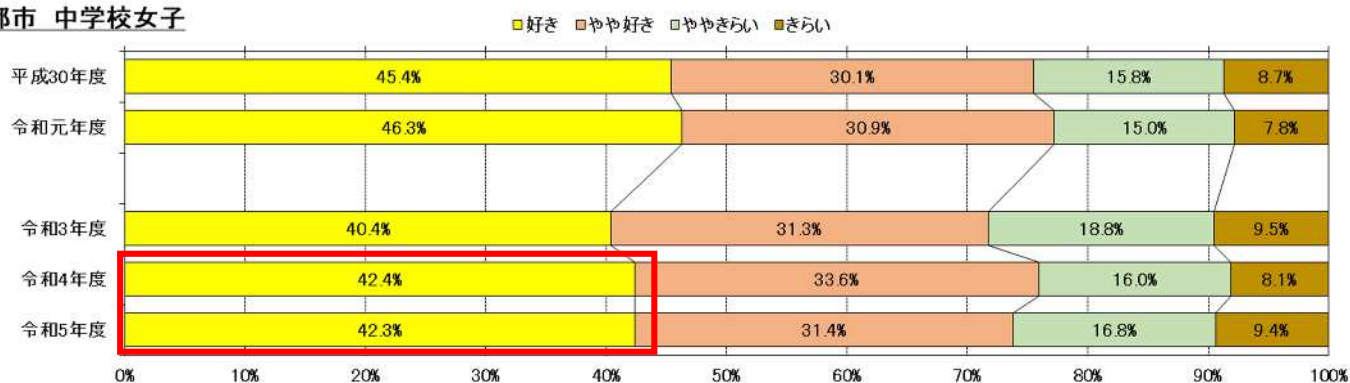
京都市 中学校男子



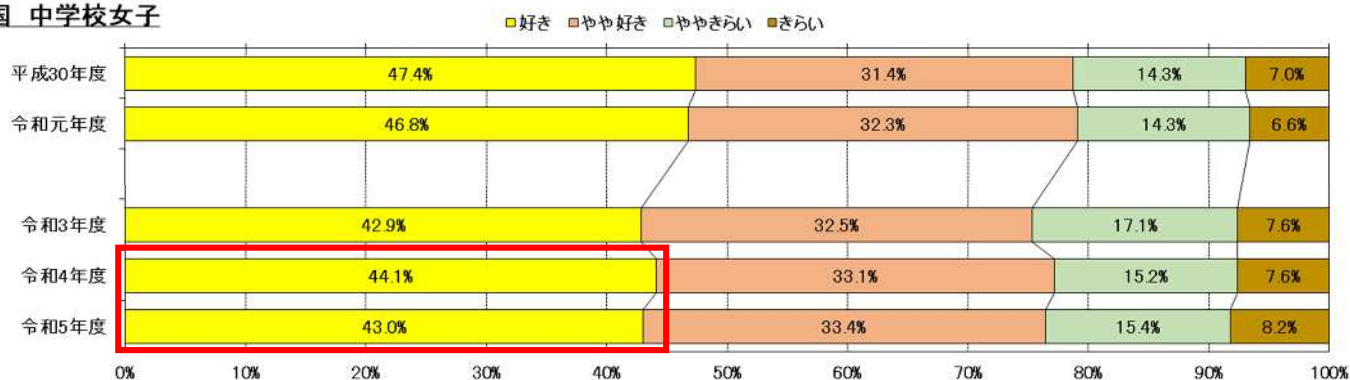
全国 中学校男子



京都市 中学校女子



全国 中学校女子

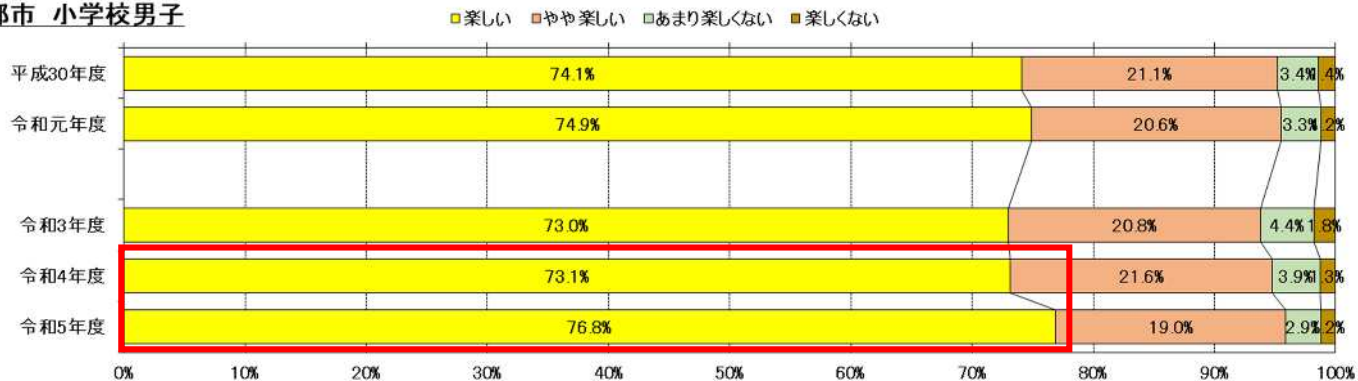


② 体育が楽しい

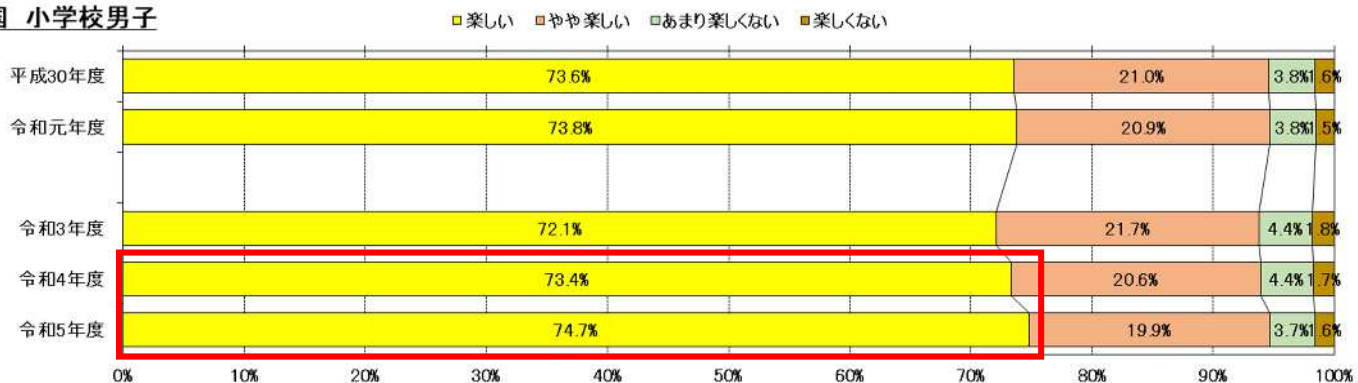
【小学校】

全国では、「体育が楽しい」と答えた児童は、男子は過去最高、女子は令和4年度より減少している。京都市では、男女とも増加し、特に男子で大きく増加している。

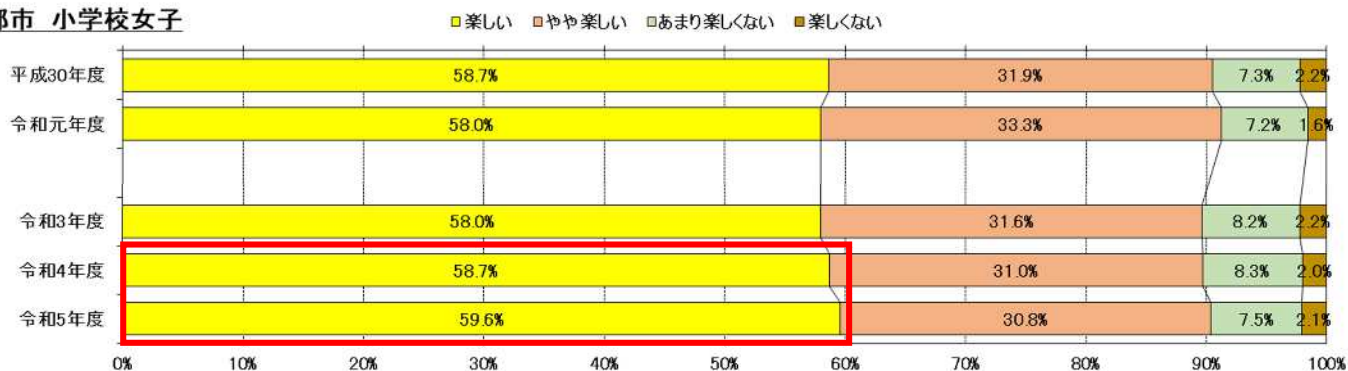
京都市 小学校男子



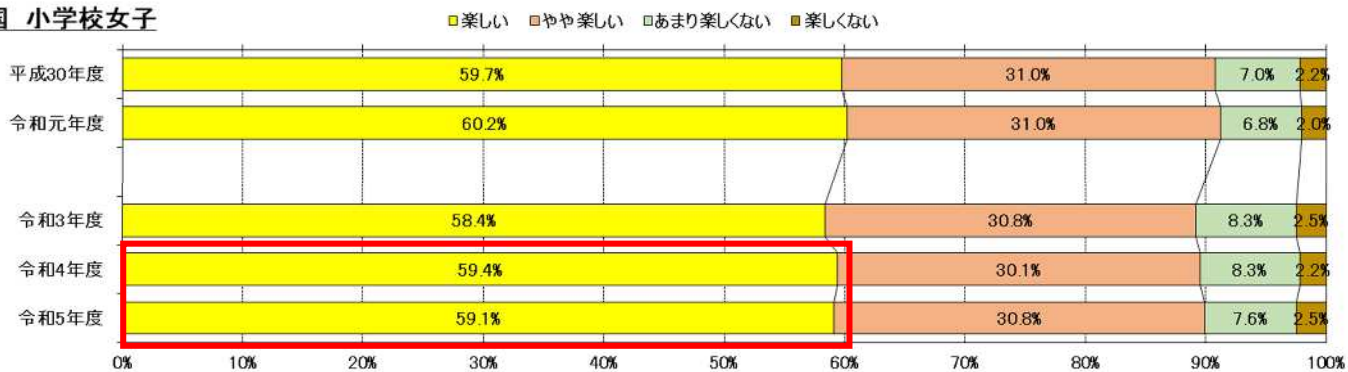
全国 小学校男子



京都市 小学校女子



全国 小学校女子

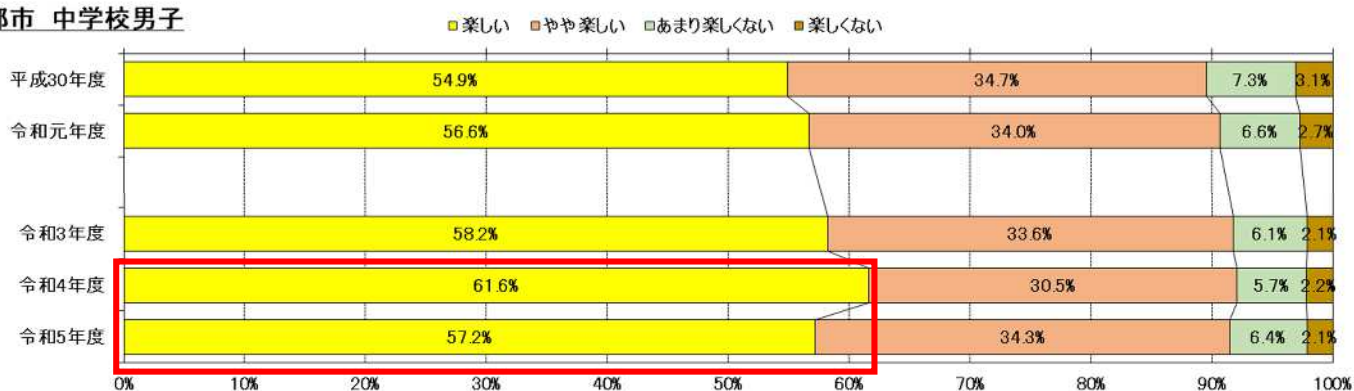


【中学校】

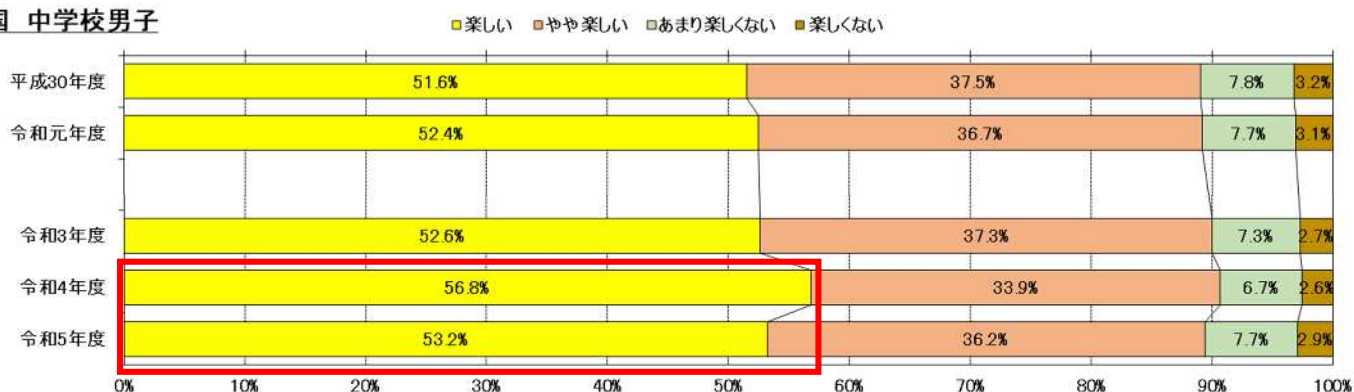
全国では、「体育が楽しい」と答えた生徒は、男女ともに令和4年度より減少している。

京都市でも同様に令和4年度より減少しているが、全国と比較して、男女ともに「体育が楽しい」と答えた生徒の割合が高い。

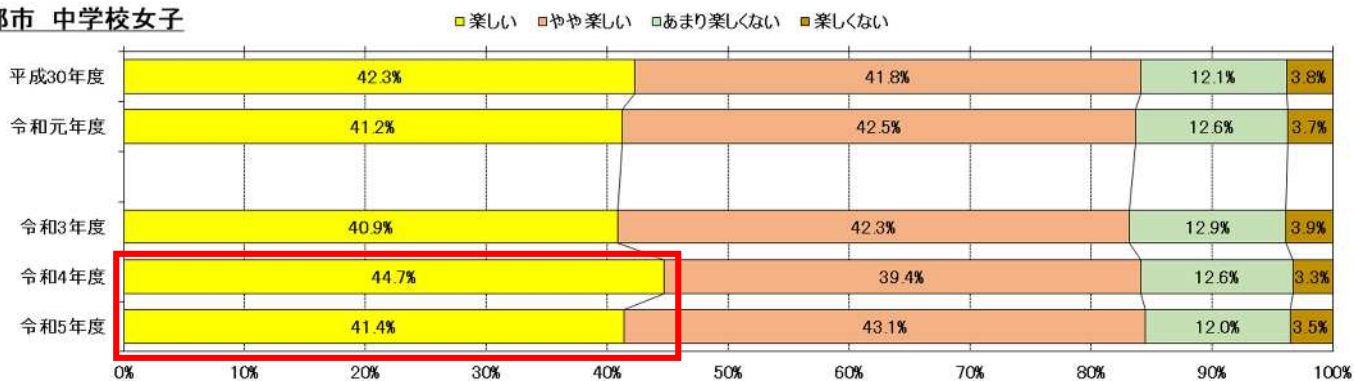
京都市 中学校男子



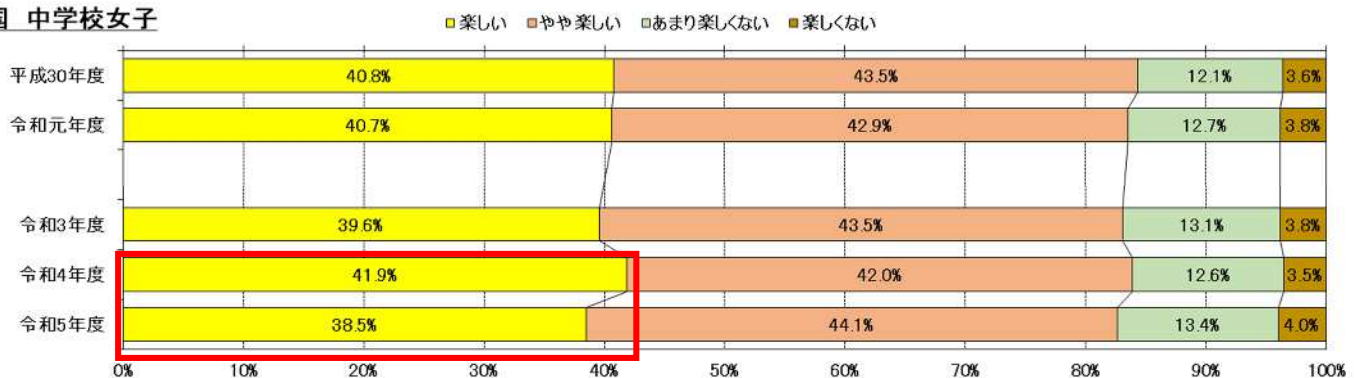
全国 中学校男子



京都市 中学校女子



全国 中学校女子

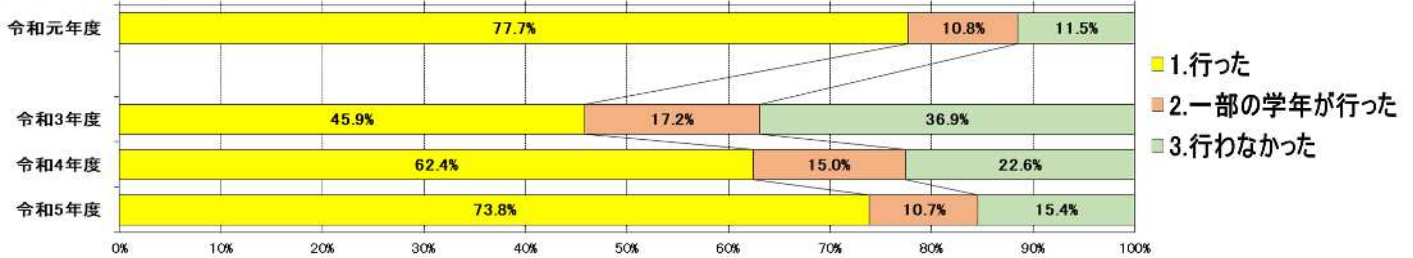


3 学校による授業以外の取組状況

全国では、前年度(令和4年度)の活動として体育の授業以外で体力向上の取組を行った学校は、小学校で増加したが、中学校では減少している。

京都市でも同様の傾向であり、小学校では、取組を行った学校が大幅に伸びているものの、依然として全国の割合よりも低い状況となっている。

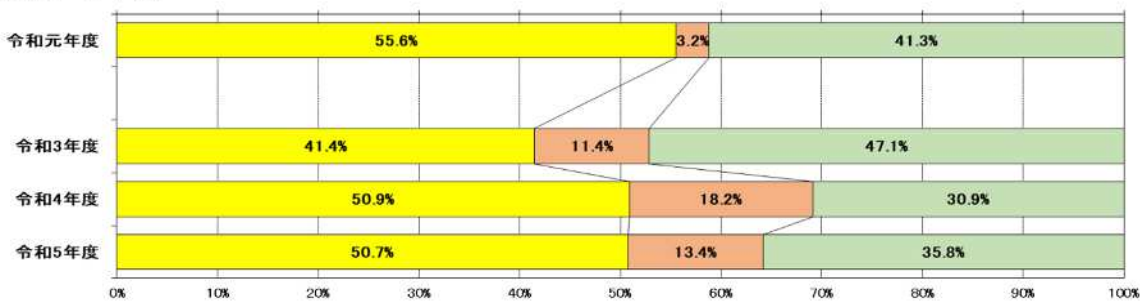
京都市 小学校



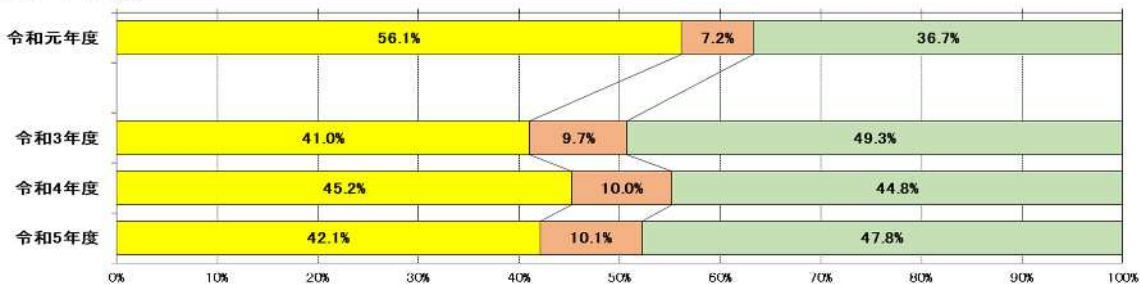
全国 小学校



京都市 中学校



全国 中学校



【参考：「どのような活動を行いましたか（複数回答可）」に対する回答（京都市）】

