

第1部

平成20年度札幌市体力・運動能力、運動習慣等調査 結果及び分析

平成20年度札幌市体力・運動能力、運動習慣等調査 分析内容

子どもの体力向上支援委員会

- 1 平成20年度体力運動能力調査の結果
 - (1) 札幌市と全国との比較
 - ①小学校5年生男子
 - ②小学校5年生女子
 - ③中学校2年生男子
 - ④中学校2年生女子
 - (2) 平成20年度と平成3年度との体力水準等の比較
 - ①小学校5年生男子
 - ②小学校5年生女子
 - ③中学校2年生男子
 - ④中学校2年生女子
- 2 平成20年度児童・生徒質問紙調査の結果
 - (1) 生活習慣の状況
 - ①朝食の摂取状況について
 - ②1日の睡眠時間について
 - ③1日のテレビ(テレビゲームを含む)の視聴時間について
 - (2) 運動習慣の状況
 - ①運動部・スポーツクラブへの所属状況について
 - ②運動実施頻度について
 - ③運動実施時間について
 - ④土曜日・日曜日の状況
 - (3) 運動・スポーツや体力等に関する意識
 - ①運動やスポーツをすることは好きですか
 - ②運動やスポーツをすることは得意ですか
 - ③体力に自信がありますか
 - (4) 小学生時の状況
 - ①小学生時のスポーツ少年団やクラブへの所属
 - ②小学生の時、運動が好きだったか
- 3 調査結果の特徴
 - (1) 児童・生徒の状況
 - ①1週間の総運動時間の分布
 - ②運動時間と体力合計点
 - ③1日の運動時間と運動頻度
 - ④1日のテレビ視聴時間と朝食の摂取状況、睡眠時間
 - (2) 児童・生徒の体力向上に向けて
 - ①運動習慣・生活習慣と体力との関連
 - ②朝食と睡眠時間、テレビ視聴時間と体力との関連
 - ③朝食と睡眠時間、テレビ視聴時間と運動習慣との関連
 - (3) 運動習慣と運動嗜好との関連
 - ①体力に自信ありなし
 - (4) 生活習慣と運動嗜好の関連
 - ①1日のテレビ視聴時間
 - (5) 運動習慣・生活習慣と肥満との関連
 - ①運動実施頻度(日数)、朝食の摂取状況、睡眠時間
 - ②1日の睡眠時間、朝食の摂取状況、睡眠時間

1 平成20年度体力運動能力調査の結果

(1) 札幌市と全国との比較

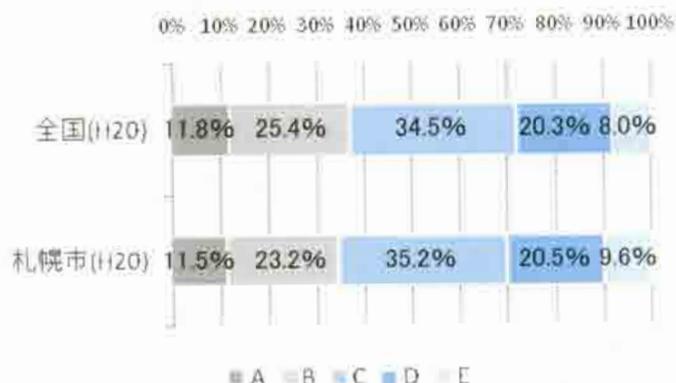
① 小学校5年生男子

- 握力、長座体前屈、ソフトボール投げは全国平均値よりも高かったが、反復横とび、シャトルラン、50m走は全国平均値よりも低かった。上体起こし、立ち幅とびは全国平均値と同程度であった。
- 体格においては、身長、体重、座高のすべてが全国平均値よりも高かった。
- 肥満傾向児・痩身傾向児の出現率は、全国と同様の傾向を示していた。

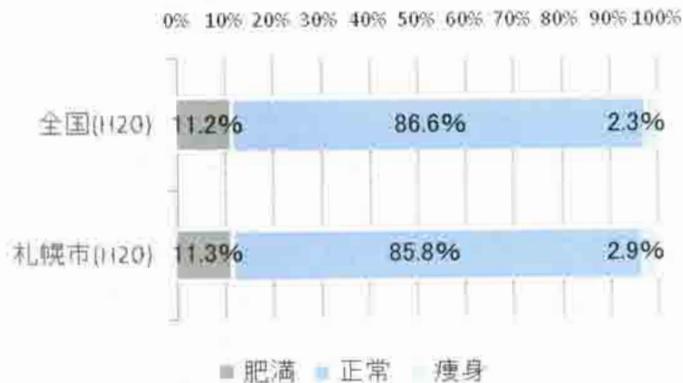
児童数	種目別平均									総合評価(段階別)					
	握力(kg)	上体起こし(回)	長座体前屈(cm)	反復横とび(点)	シャトルラン(回)	50m走(秒)	立ち幅とび(cm)	ソフトボール投げ(m)	体力合計点(点)	A	B	C	D	E	
全国(H20)	394,797	17.01	19.12	32.68	40.98	49.40	9.39	153.95	25.40	54.18	11.8%	25.4%	34.5%	20.3%	8.0%
札幌市(H20)	729	17.54	19.40	34.09	39.79	47.20	9.62	152.79	26.24	53.92	11.5%	23.2%	35.2%	20.5%	9.6%
北海道(H20)	8,439	17.98	18.56	32.70	39.42	42.28	9.71	150.85	25.55	52.45	8.6%	22.0%	33.9%	23.2%	12.2%
全国vs札幌市		***	n.s.	***	***	**	***	n.s.	**	n.s.					

児童数	体格平均			肥満傾向児・痩身傾向児の出現率			
	身長(cm)	体重(kg)	座高(cm)	肥満	正常	痩身	
全国(H20)	394,797	138.93	34.35	74.95	11.2%	86.6%	2.3%
札幌市(H20)	729	139.45	34.93	75.25	11.3%	85.8%	2.9%
北海道(H20)	8,439	139.67	36.24	75.17	17.1%	80.8%	2.1%
全国vs札幌市		*	*	*			

体力総合評価



肥満傾向児・痩身傾向児の出現率



注) 表中の「*」、「**」、「***」は、それぞれ5%、1%、0.1%の確率で有意差のあることを示す。「n.s.」は、有意差が認められないことを示す。

②小学校5年生女子

- 体力合計点は全国平均値よりも低かった。握力、長座体前屈は全国平均値よりも高かったが、反復横とび、シャトルラン、50m走、立ち幅とび、ソフトボール投げは全国平均値よりも低かった。上体起こしは全国平均値と同程度であった。
- 体力総合評価の段階では、「A」と「B」を合わせた児童の割合が33.1%であり、全国の38.7%を下回っていた。
- 体格においては、身長、体重、座高のすべてが全国と同程度であった。
- 肥満傾向児・痩身傾向児の出現率は、全国とほぼ同じ傾向であったが、痩身傾向児が1.4ポイント全国より高い値であった。

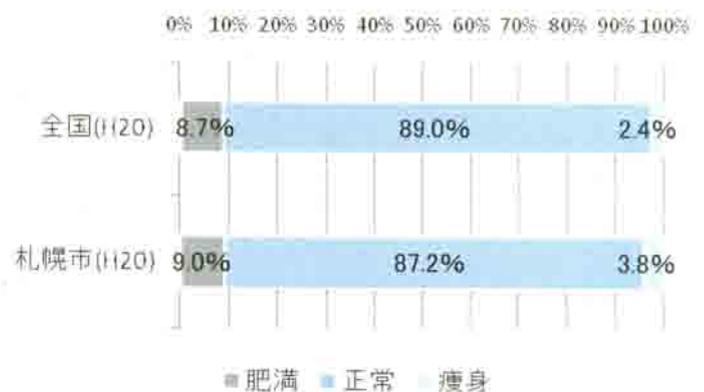
児童数	種目別平均									総合評価(段階別)					
	握力(kg)	上体起こし(回)	長座体前屈(cm)	反復横とび(点)	シャトルラン(回)	50m走(秒)	立ち幅とび(cm)	ソフトボール投げ(m)	体力合計点(点)	A	B	C	D	E	
全国(H20)	378,161	16.45	17.63	36.62	38.76	38.71	9.64	145.74	14.86	54.84	13.0%	25.7%	35.2%	20.1%	6.0%
札幌市(H20)	690	16.84	17.63	38.03	37.60	33.42	9.85	143.68	14.08	53.77	8.5%	24.6%	38.2%	21.0%	7.6%
北海道(H20)	8,079	17.44	16.77	36.69	37.24	32.36	9.90	142.90	15.02	53.03	9.4%	22.0%	34.7%	24.2%	9.7%
全国vs札幌市		**	n.s.	***	***	***	***	**	***	***					

児童数	体格平均			肥満傾向児・痩身傾向児の出現率			
	身長(cm)	体重(kg)	座高(cm)	肥満	正常	痩身	
全国(H20)	378,161	140.20	34.26	75.88	8.7%	89.0%	2.4%
札幌市(H20)	690	140.60	34.38	75.83	9.0%	87.2%	3.8%
北海道(H20)	8,079	141.07	35.74	76.17	13.6%	84.2%	2.3%
全国vs札幌市		n.s.	n.s.	n.s.			

体力総合評価



肥満傾向児・痩身傾向児の出現率



注)表中の「*」、「**」、「***」は、それぞれ5%、1%、0.1%の確率で有意差のあることを示す。「n.s.」は、有意差が認められないことを示す。

③中学校2年生男子

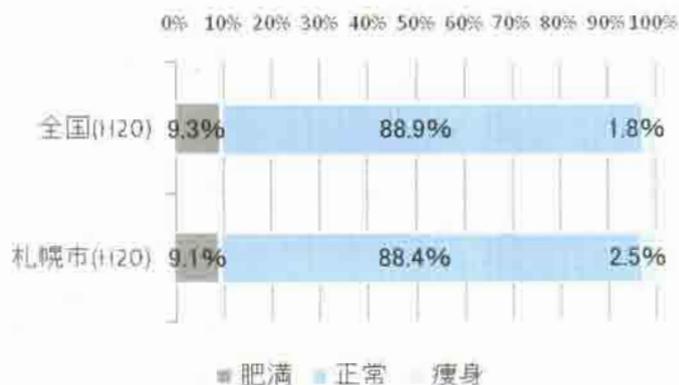
- 体力合計点は全国平均値よりも低かった。全国平均値を上回った種目は無く、上体起こし、反復横とび、持久走、シャトルラン、50m走は全国平均値よりも低かった。握力、長座体前屈、立ち幅とび、ハンドボール投げは全国平均値と同程度であった。
- 体力総合評価の段階では、「A」と「B」を合わせた生徒の割合が24.3%であり、全国の31.1%を6.8ポイント下回っていた。また、「D」と「E」を合わせた生徒の割合は37.6%であり、全国の30.0%を7.6ポイント上回っていた。
- 体格においては、身長、体重、座高のすべてが全国平均値よりも高かった。
- 肥満傾向児・痩身傾向児の出現率は、全国と同様の傾向を示していた。

生徒数	種目別平均										総合評価(段階別)					
	握力(kg)	上体起こし(回)	長座体前屈(cmとび)	反復横とび(点)	持久走1500m(秒)	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)	A	B	C	D	E	
全国(H20)	377,595	30.05	26.76	43.02	50.52	395.71	83.48	8.06	195.32	21.30	41.50	6.3%	24.8%	39.0%	23.4%	6.6%
札幌市(H20)	1909	29.94	25.92	42.96	47.70	409.39	74.35	8.20	194.26	21.05	39.51	4.0%	20.3%	38.2%	27.4%	10.2%
北海道(H20)	11,658	30.41	25.35	41.06	47.25	414.84	74.10	8.27	193.92	21.00	38.61	2.7%	18.4%	38.1%	29.7%	11.0%
全国vs札幌市		n.s.	***	n.s.	***	***	***	***	n.s.	n.s.	***					

生徒数	体格平均			肥満傾向児・痩身傾向児の出現率			
	身長(cm)	体重(kg)	座高(cm)	肥満	正常	痩身	
全国(H20)	377,595	159.99	49.35	84.44	9.3%	88.9%	1.8%
札幌市(H20)	1909	161.64	50.38	84.98	9.1%	88.4%	2.5%
北海道(H20)	11,658	161.26	51.20	84.82	12.3%	85.7%	2.0%
全国vs札幌市		***	***	***			

体力総合評価

肥満傾向児・痩身傾向児の出現率



注)表中の「*」、「**」、「***」は、それぞれ5%、1%、0.1%の確率で有意差のあることを示す。「n.s.」は、有意差が認められないことを示す。

④中学校2年生女子

- 体力合計点は全国平均値よりも低かった。全国平均値よりも高かった種目は長座体前屈のみで、その他の種目はすべて全国平均値よりも低かった。
- 体力総合評価の段階では、「A」と「B」を合わせた生徒の割合が40.7%であり、全国の57.3%に比べて16.6ポイント下回っていた。また、「D」と「E」を合わせた生徒の割合は22.8%であり、全国の14.0%を8.8ポイント上回っていた。
- 体格においては、身長が全国平均値よりも高かったが、体重、座高は全国平均値と同程度であった。
- 肥満傾向児・痩身傾向児の出現率は、全国とほぼ同じ傾向であったが、痩身傾向児が1.9ポイント全国より高い値であった。

	生徒数	種目別平均									総合評価(段階別)					
		握力(kg)	上体起こし(回)	長座体前屈(cmとび(点))	反復横這い(点)	持久走1000m(秒)	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)	A	B	C	D	E
全国(H20)	356,677	24.24	22.26	44.53	44.57	292.62	56.47	8.89	166.66	13.56	48.38	24.2%	33.1%	28.7%	11.9%	2.1%
札幌市(H20)	1695	23.77	20.86	45.40	41.19	311.09	46.53	9.16	163.01	12.40	44.24	12.8%	27.9%	36.5%	19.1%	3.7%
北海道(H20)	11,108	23.88	20.03	43.25	40.86	317.52	45.84	9.20	161.01	12.78	43.40	11.9%	28.2%	32.8%	21.0%	6.1%
全国vs札幌市		***	***	***	***	***	***	***	***	***	***					

	生徒数	体格平均			肥満傾向児・痩身傾向児の出現率		
		身長(cm)	体重(kg)	座高(cm)	肥満	正常	痩身
全国(H20)	356,677	155.12	47.26	83.43	7.9%	88.7%	3.4%
札幌市(H20)	1695	155.78	47.06	83.36	8.1%	86.6%	5.3%
北海道(H20)	11,108	155.57	48.09	83.25	10.4%	85.8%	3.8%
全国vs札幌市		***	n.s.	n.s.			

体力総合評価



肥満傾向児・痩身傾向児の出現率



注)表中の「*」、「**」、「***」は、それぞれ5%、1%、0.1%の確率で有意差のあることを示す。「n.s.」は、有意差が認められないことを示す。

(2) 平成20年度と平成3年度との体力水準等の比較

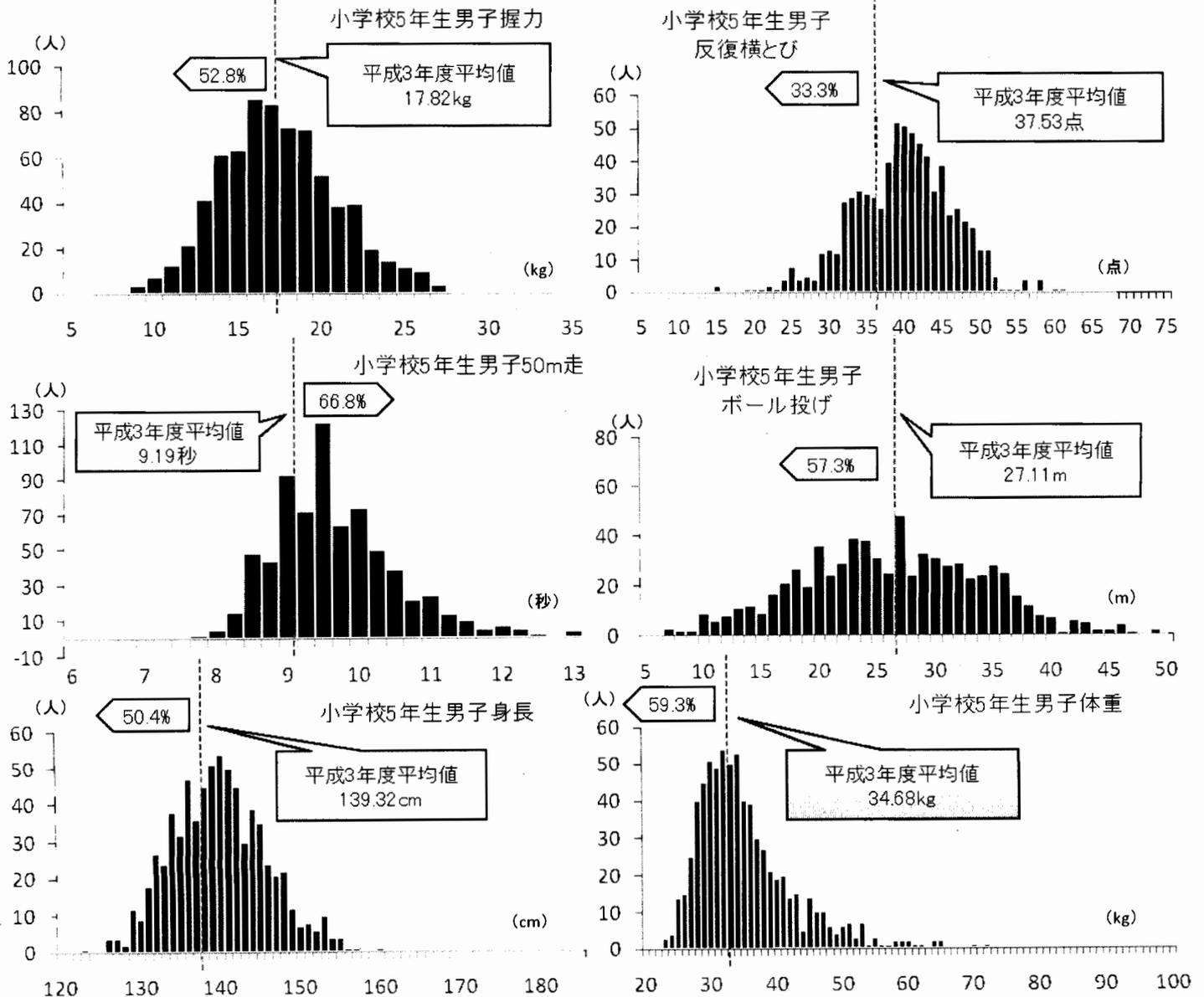
① 小学校5年生男子

- 平成3年度との比較では、反復横とび、座高が高くなっていたが、50m走は低下していた。
- 握力、50m走、ソフトボール投げは、平成3年度の平均値を下回った児童が50%を超えていた。特に、50m走の下位の児童が多かった。一方、反復横とびは、平成3年度の平均値を下回った児童が33.3%であった。
- 身長の数値分布は平成3年度と変わらないが、それに対して体重は、平成3年度の平均値を下回った児童が59.3%と多かった。

	児童数	種目別平均				体格平均		
		握力(kg)	反復横とび(点)	50m走(秒)	ソフトボール投げ(m)	身長(cm)	体重(kg)	座高(cm)
札幌市(H20)	729	17.54	39.79	9.62	26.24	139.45	34.93	75.25
札幌市(H3)	300	17.82	37.53	9.19	27.11	139.32	34.68	74.66
H20年度vsH3年度		n.s.	***	***	n.s.	n.s.	n.s.	**

注)表中の「*」、「**」、「***」は、それぞれ5%、1%、0.1%の確率で有意差のあることを示す。「n.s.」は、有意差が認められないことを示す。

平成20年度調査結果から、平成3年度と比較可能な種目について、平成3年度の平均値を下回った児童の割合を示した。



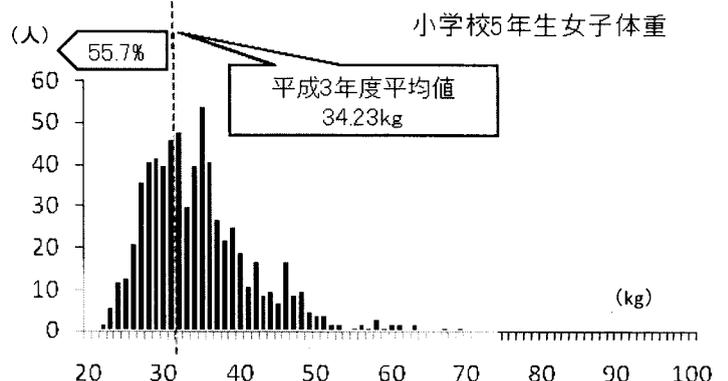
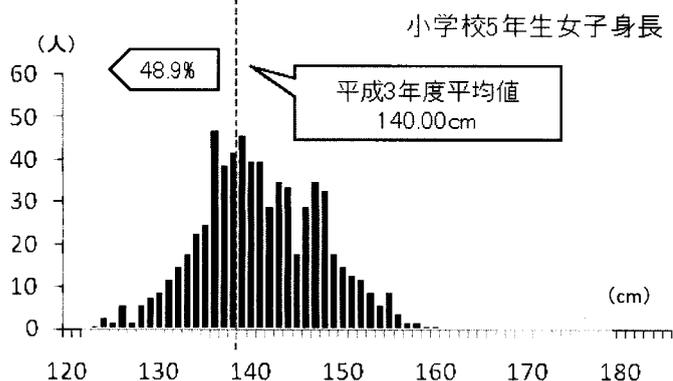
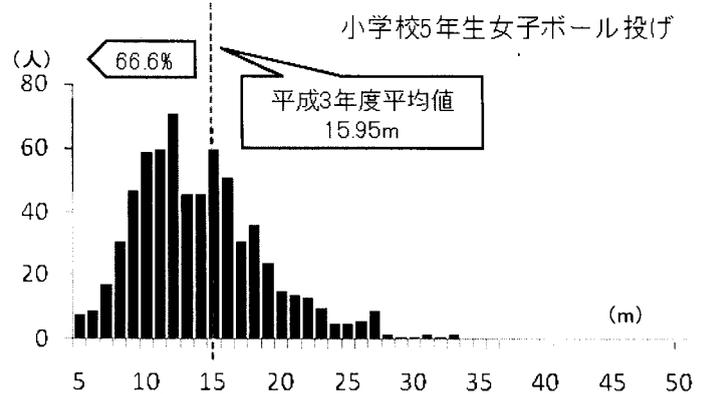
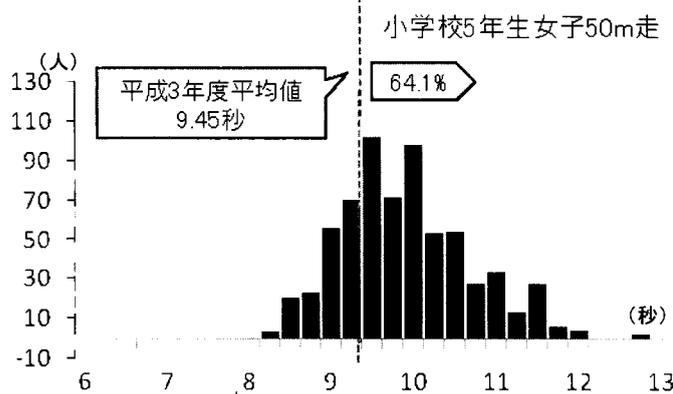
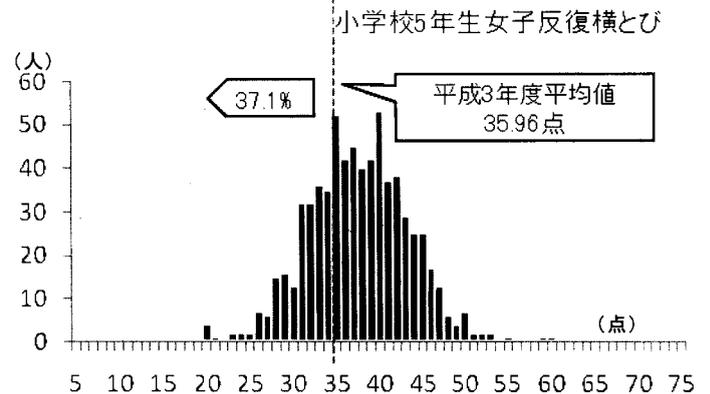
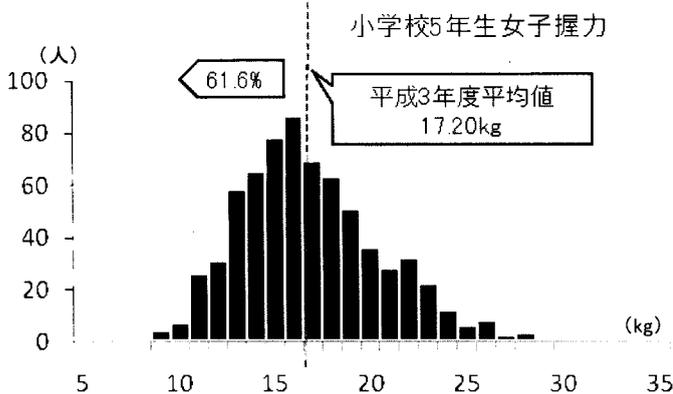
②小学校5年生女子

- 平成3年度との比較では、反復横とび、座高が高くなっていたが、50m走、ソフトボール投げは低下していた。
- 反復横とびと身長を除いては、平成3年度の平均値を下回っていた児童が50%を超えていた。
- 握力、50m走、ソフトボール投げは、60%を超える児童が平成3年度の平均値を下回っていた。一方、反復横とびは、平成3年度の平均値を下回った児童が37.1%であった。
- 身長は平成3年度の平均値を下回った児童が48.9%であったが、体重は平成3年度の平均値を下回った児童が55.7%と多かった。

	児童数	種目別平均				体格平均		
		握力(kg)	反復横とび(点)	50m走(秒)	ソフトボール投げ(m)	身長(cm)	体重(kg)	座高(cm)
札幌市(H20)	690	16.84	37.60	9.85	14.08	140.60	34.38	75.83
札幌市(H3)	300	17.20	35.96	9.45	15.95	140.00	34.23	75.30
H20年度vsH3年度		n.s.	***	***	***	n.s.	n.s.	*

注)表中の「*」、「**」、「***」は、それぞれ5%、1%、0.1%の確率で有意差のあることを示す。「n.s.」は、有意差が認められないことを示す。

平成20年度調査結果から、平成3年度と比較可能な種目について、平成3年度の平均値を下回った児童の割合を示した。



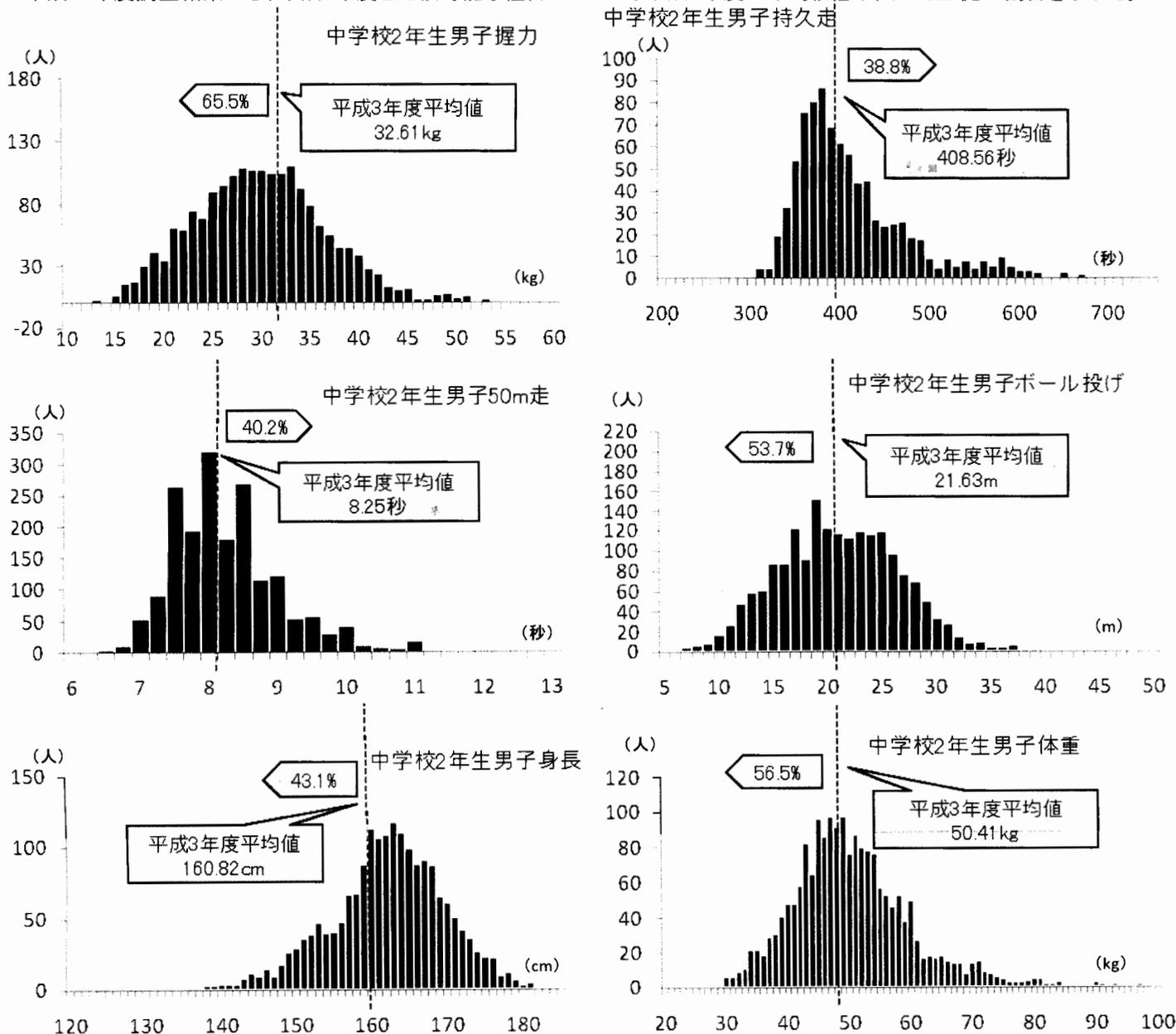
③中学校2年生男子

- 平成3年度との比較では、握力が低下していたが、その他は変化が見られなかった。
- 握力、ハンドボール投げ、体重は、平成3年度の平均値を下回った生徒が50%を超えていた。特に握力は、65.5%の生徒が平成3年度の平均値を下回っていた。
- 50m走と持久走は約60%の生徒が平成3年度平均値を上回っていた。しかし、平成20年度平均値と平成3年度平均値との間には有意な差が認められないことから、極端に記録の低い生徒の数が増加しているものと思われる。
- 身長は平成3年度の平均値を下回った生徒が43.1%であったが、体重は平成3年度の平均値を下回った生徒が56.5%と多かった。

	生徒数	種目別平均				体格平均		
		握力(kg)	持久走1500m(秒)	50m走(秒)	ハンドボール投げ(m)	身長(cm)	体重(kg)	座高(cm)
札幌市(H20)	1,909	29.94	409.39	8.20	21.05	161.64	50.38	84.98
札幌市(H3)	300	32.61	408.56	8.25	21.63	160.82	50.41	85.30
H20年度vsH3年度		***	n.s.	n.s.	n.s.	n.s.	n.s.	n.s.

注)表中の「*」、「**」、「***」は、それぞれ5%、1%、0.1%の確率で有意差のあることを示す。「n.s.」は、有意差が認められないことを示す。

平成20年度調査結果から、平成3年度と比較可能な種目について、平成3年度の平均値を下回った生徒の割合を示した。



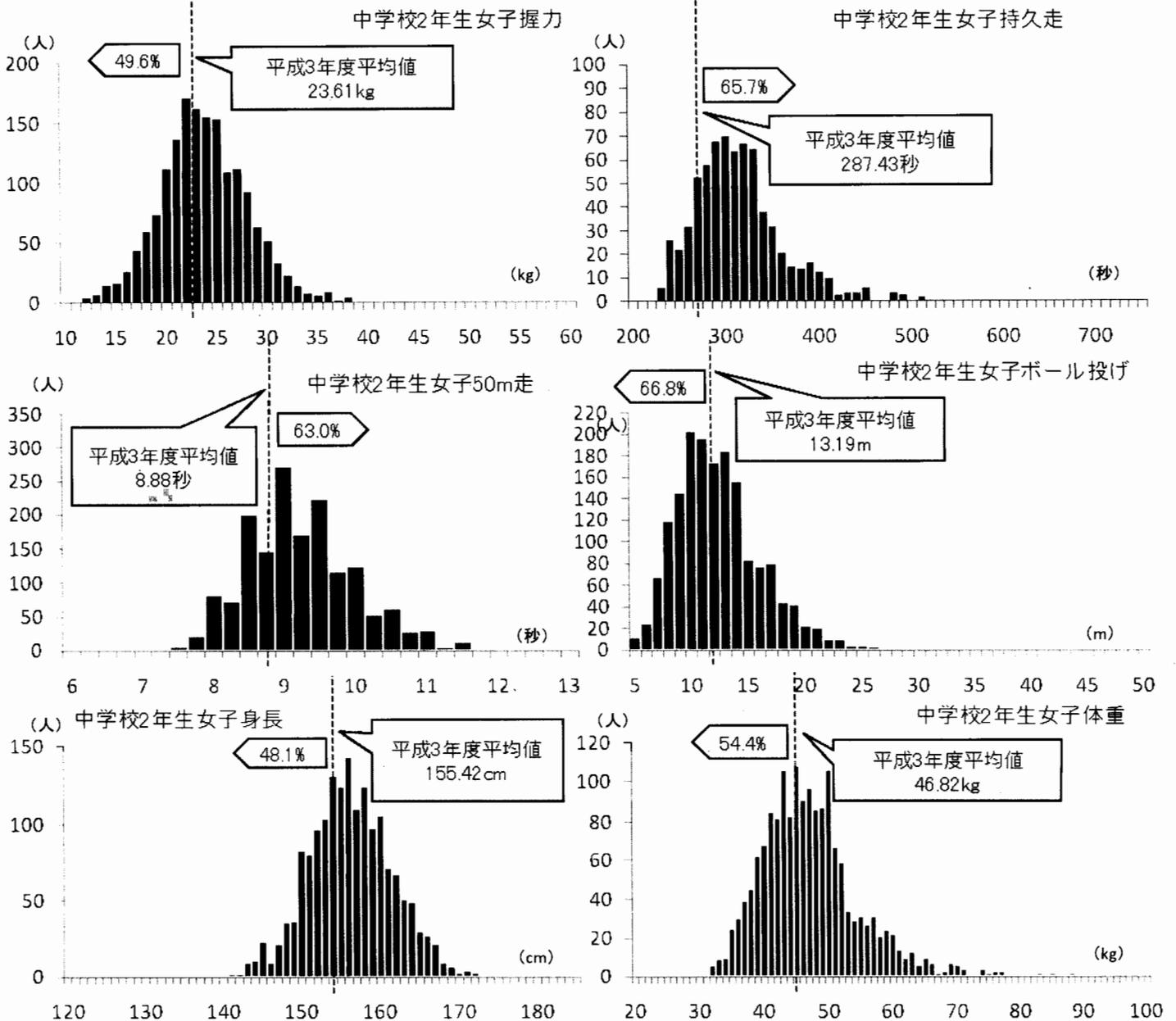
④中学校2年生女子

- 平成3年度との比較では、持久走、50m走、ハンドボール投げが低下していた。握力と体格項目には変化が見られなかった。
- 持久走、50m走、ハンドボール投げは、平成3年度の平均値を下回った生徒が60%を超えていた。
- 身長は平成3年度の平均値を下回る生徒が48.1%であったが、体重は平成3年度の平均値を下回る生徒が54.4%と多かった。

	生徒数	種目別平均				体格平均		
		握力(kg)	持久走1000m(秒)	50m走(秒)	ハンドボール投げ(m)	身長(cm)	体重(kg)	座高(cm)
札幌市(H20)	1,695	23.77	311.09	9.16	12.40	155.78	47.06	83.36
札幌市(H3)	300	23.61	287.43	8.88	13.19	155.42	46.82	83.57
H20年度vsH3年度		n.s.	***	***	***	n.s.	n.s.	n.s.

注)表中の「*」、「**」、「***」は、それぞれ5%、1%、0.1%の確率で有意差のあることを示す。「n.s.」は、有意差が認められないことを示す。

平成20年度調査結果から、平成3年度と比較可能な種目について、平成3年度の平均値を下回った生徒の割合を示した。



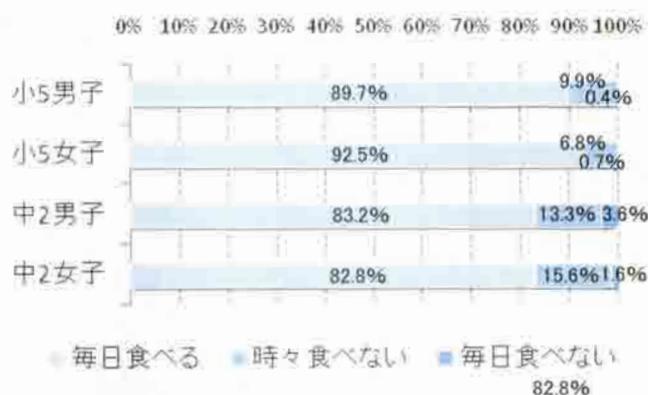
2 平成20年度児童・生徒質問紙調査の結果

(1) 生活習慣の状況

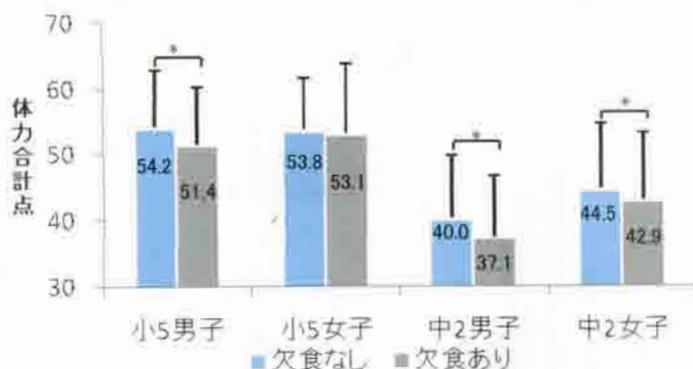
① 朝食の摂取状況について

- 札幌市の調査結果では、朝食を毎日欠かさず食べている児童生徒は、小5男子が89.7%、小5女子が92.5%、中2男子が83.2%、中2女子が82.8%であった。しかし、「時々食べない」「毎日食べない」を合わせた朝食を毎日きちんと摂取していない児童生徒が、小5男女で約10%、中2男女で約17%もいることが明らかとなった。この結果は、全国の調査結果とほぼ同程度であった。
- 朝食を毎日食べる「欠食なし」の児童生徒は、「欠食あり」の児童生徒と比較して体力合計点が高かった。
- 「欠食なし」の児童生徒は、1週間の総運動時間も、小5女子を除いて長い傾向が見られた。
- 小・中学生の女子において、朝食をきちんととらない児童生徒に肥満傾向の割合が多かった。また、小5男女では痩身傾向の児童はわずかであるが、中2男女では痩身傾向の生徒の出現が増加していた。

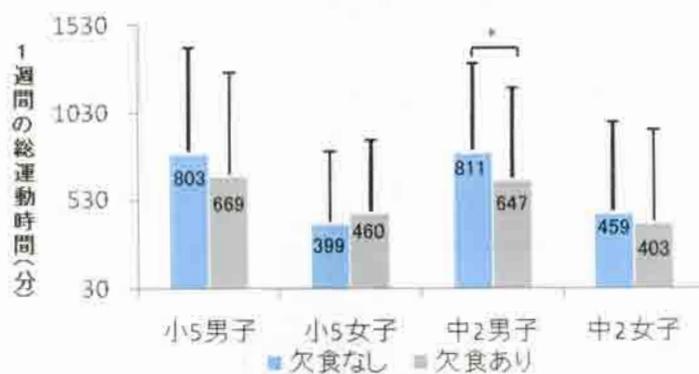
i) 朝食は食べますか



ii) 朝食の摂取状況と体力合計点との関連



iii) 朝食の摂取状況と1週間の総運動時間との関連



注) 図中の「*」は、5%の確率で有意差のあることを示す。

注) 「毎日食べる」を「欠食なし」とし、「時々食べない」と「毎日食べない」を「欠食あり」とした。

iv) 朝食の肥満傾向児・痩身傾向児出現率との関連



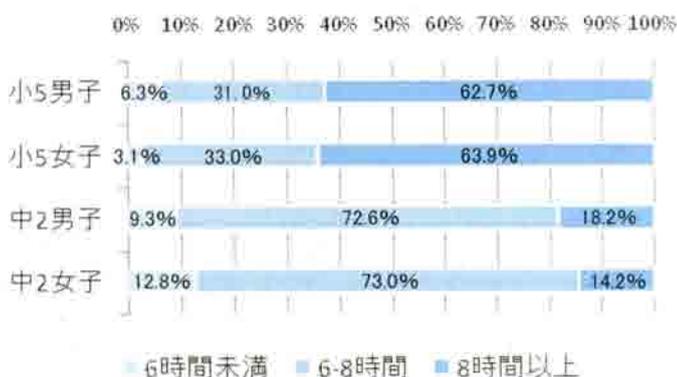
②1日の睡眠時間について

●小学生では、睡眠を8時間以上とる児童が約63%であったが、中学生では6時間以上8時間未満の生徒が約73%を占めていた。一方、小5男子で6.3%、女子で3.1%、中2男子で9.3%、女子で12.8%の児童生徒が6時間未満であった。

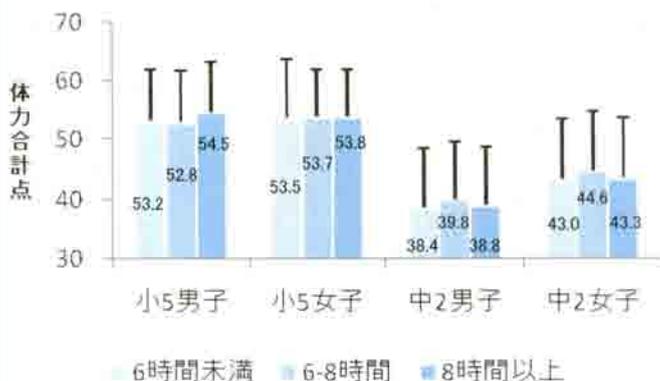
●睡眠時間と体力合計点との関連は、特に認められなかった。

●睡眠時間と1週間の総運動時間との関連については、中2男子において睡眠時間が長いほど総運動時間も長くなっていったが、小5男子、小5女子、中2女子においては特別な関連は認められなかった。

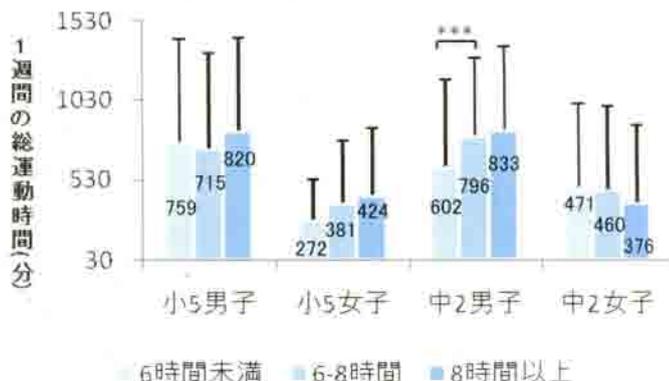
i) 1日の睡眠時間



ii) 1日の睡眠時間と体力合計点との関連



iii) 1日の睡眠時間と1週間の総運動時間との関連



③1日のテレビ(テレビゲームを含む)の視聴時間について

●1日のテレビ(テレビゲームを含む)の視聴時間が3時間以上の児童生徒は、小5男子が37.0%、女子が33.4%、中2男子が32.6%、女子が33.1%であり、小5男子が最も多かった。

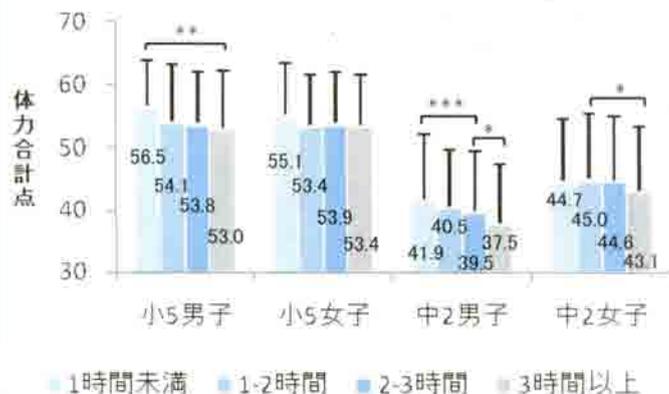
●テレビ視聴時間と体力合計点との関連については、小5女子を除いて、視聴時間が3時間以上の児童生徒は、それ以外の児童生徒と比較して、体力合計点が低い傾向が見られた。

●テレビ視聴時間と1週間の総運動時間との関連については、中2男子においてテレビ視聴時間が3時間以上の生徒は、それ以外の生徒と比較して、総運動時間が短くなっていったが、小5男子、小5女子、中2女子においては特別な関連は認められなかった。

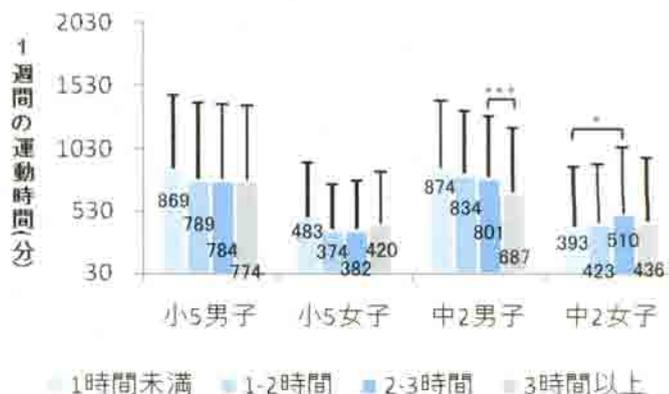
i) 1日にどのくらいテレビを見ますか(テレビゲームも含みます)



ii) 1日のテレビ視聴時間と体力合計点との関連



iii) 1日のテレビ視聴時間と1週間の総運動時間との関連



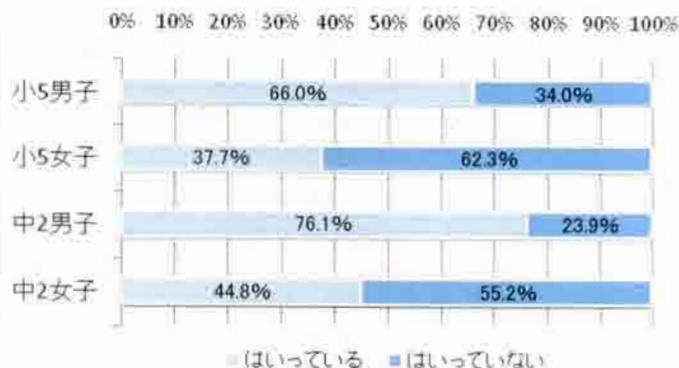
注) 図中の「*」、「**」、「***」は、それぞれ5%、1%、0.1%の確率で有意差のあることを示す。

(2) 運動習慣の状況

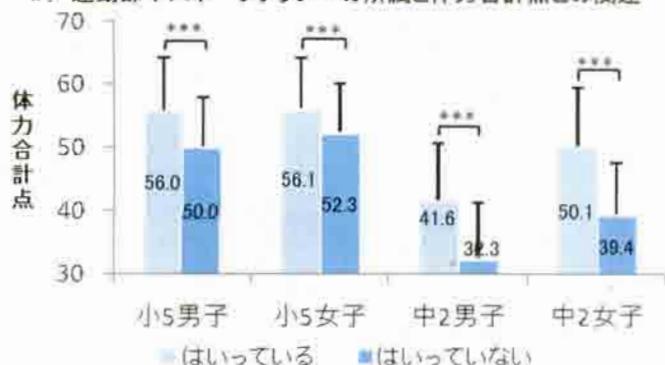
① 運動部・スポーツクラブへの所属状況について

- 札幌市の調査結果では、運動部やスポーツクラブに所属している児童生徒の割合は、小5男子で66.0%、女子で37.7%、中2男子で76.1%、女子で44.8%であった。
- 小5男女、中2男女ともに、運動部やスポーツクラブに所属している児童生徒は、所属していない児童生徒と比較して体力合計点が高かった。
- 運動部やスポーツクラブに所属している児童生徒は、所属していない児童生徒と比較して1週間の総運動時間が長かった。
- 札幌市の運動部やスポーツクラブに所属している児童生徒の割合は、小5男女、中2男女ともに、全国の調査結果に比べて低かった。【参考】平成20年度全国調査結果による所属率
小5男子 72.7%、小5女子 50.4%
中2男子 88.2%、中2女子 63.5%

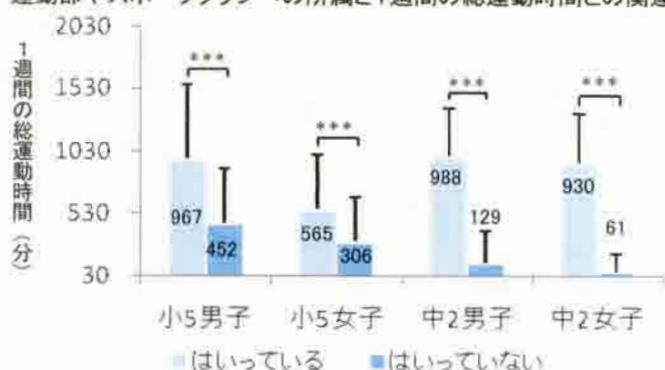
i) 運動部やスポーツクラブに入っていますか(スポーツ少年団も含む)



ii) 運動部やスポーツクラブへの所属と体力合計点との関連



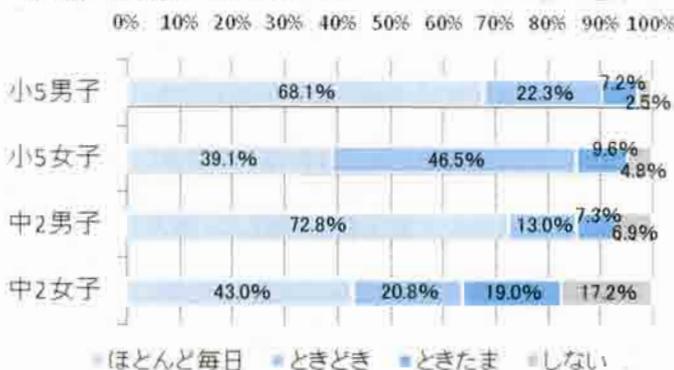
iii) 運動部やスポーツクラブへの所属と1週間の総運動時間との関連



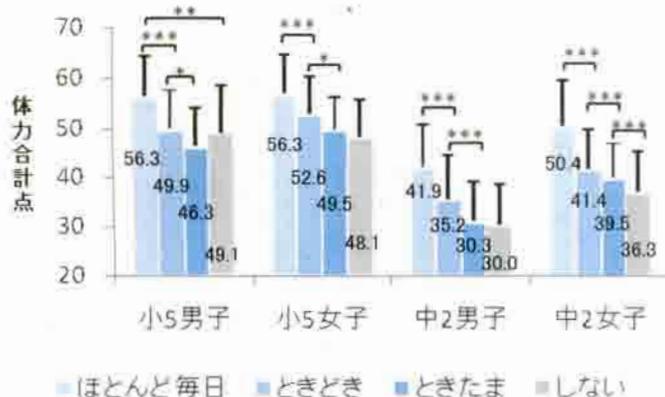
② 運動実施頻度について

- 札幌市の調査結果では、「ほとんど毎日(週に3日以上)」運動やスポーツをしている児童生徒は、小5男子が68.1%、女子が39.1%、中2男子が72.8%、女子が43.0%であった。全国の調査結果では、「ほとんど毎日」運動やスポーツをしている生徒は、中2男子82.4%、中2女子60.5%であり、札幌市の中2男女の値は全国平均をかなり下回っていた。
- 札幌市の中2女子の「しない」生徒の割合は17.2%であり、全国調査結果の13.8%よりも割合が高かった。
- 体力合計点との関連については、運動実施頻度が高くなるにつれて、体力合計点が高くなる傾向が見られた。
- 運動実施頻度が高くなるにつれて、1週間の総運動時間も長くなる傾向が見られた。

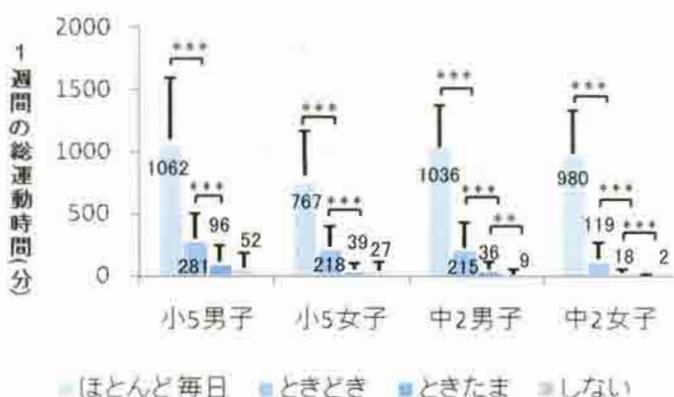
i) 運動やスポーツをどのくらいしていますか(体育授業を除く)



ii) 運動やスポーツの実施頻度と体力合計点との関連



iii) 運動やスポーツの実施頻度と1週間の総運動時間との関連



注) 図中の「*」、「**」、「***」は、それぞれ5%、1%、0.1%の確率で有意差のあることを示す。

③運動実施時間について

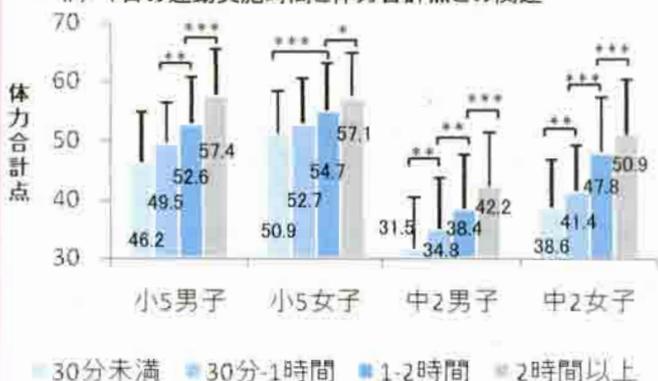
●運動やスポーツをするときの1日の実施時間が2時間以上の割合は、小5男子が48.1%、女子が22.1%、中2男子が62.0%、女子が34.3%であり、男子が女子を上回っていた。また、実施時間が30分未満の割合は、小5男子が8.1%、女子が23.3%、中2男子が14.9%、女子が41.3%であり、女子が男子を上回っていた。

●小中男女ともに、1日の運動実施時間が長くなると、体力合計点が高くなる傾向が見られた。また、実施時間が長くなると、当然ながら1週間の総運動時間も長くなっていた。

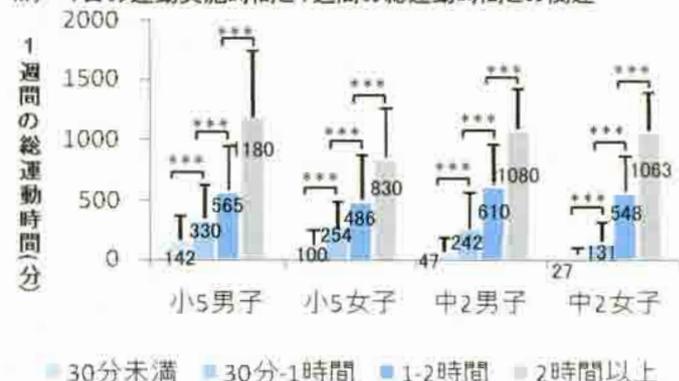
i) 運動部やスポーツをするときは1日にどのくらいの時間しますか(体育授業を除く)



ii) 1日の運動実施時間と体力合計点との関連



iii) 1日の運動実施時間と1週間の総運動時間との関連



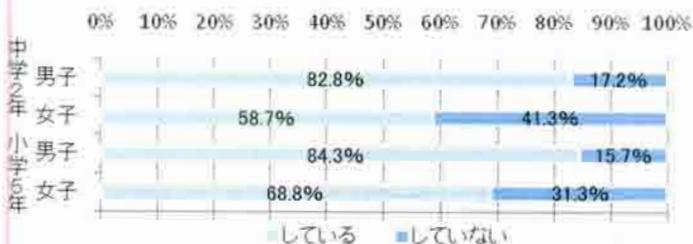
注) 図中の「*」、「**」、「***」は、それぞれ5%、1%、0.1%の確率で有意差のあることを示す。

④土曜日・日曜日の状況

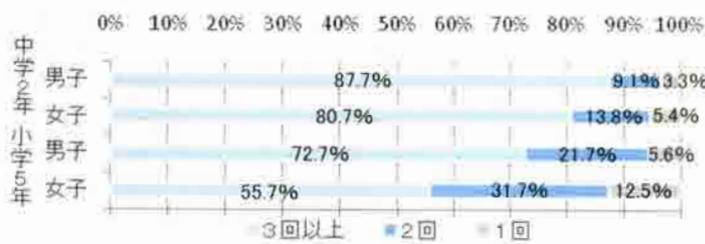
●土曜日の運動やスポーツの実施率は、小5男子は84.3%、女子は68.8%であり、その中でひと月あたり3回以上実施している児童は、男子72.7%、女子55.7%であった。中2男子は82.8%、女子は58.7%であり、その中でひと月あたり3回以上実施している生徒は、男子87.7%、女子80.7%であった。

●日曜日の運動やスポーツの実施率は、小5男子は75.8%、女子は59.8%であり、その中でひと月あたり3回以上実施している児童は、男子60.1%、女子40.6%であった。中2男子は77.3%、女子は52.9%であり、その中でひと月あたり3回以上実施している生徒は、男子79.4%、女子73.8%であった。

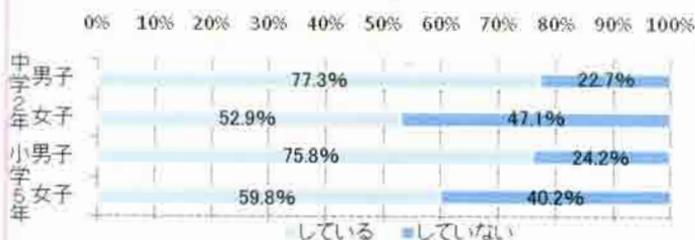
i) 土曜日に運動やスポーツをしていますか



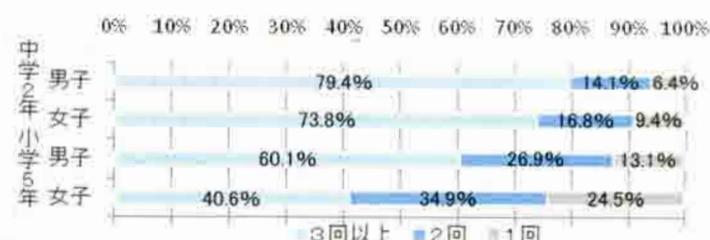
ii) ひと月あたり何回の土曜日にしていますか



iii) 日曜日に運動やスポーツをしていますか



iv) ひと月あたり何回の日曜日にしていますか



●札幌市の調査結果において、土曜日に運動やスポーツを実施している場所で最も多かった回答は、小5男子は「少年団・クラブ活動」で42.7%、小5女子は「学校や公園での自由遊び」で46.8%であった。中学2年生は、男女とも「運動部活動」での実施が最も多く、中2男子が67.8%、女子が59.5%であった。「学校や公園での自由遊び」と回答した小5男子は40.1%、「少年団・クラブ活動」と回答した小5女子は22.3%、「公園」と回答した生徒は、中2男子が11.1%、女子が9.7%であった。これらを全国の調査結果と比較すると、札幌市は「少年団・クラブ」で実施している児童生徒の割合が低く、「公園」と回答した児童生徒の割合が高かった。【参考①】平成20年度全国調査結果による「少年団」の回答率 小5男子:58.0%、小5女子:39.0% 中2男子:79.7%、中2女子:79.5% 【参考②】平成20年度全国調査結果による「公園」の回答率 小5男子:24.6% 小5女子:29.1% 中2男子:5.0% 中2女子:3.9%

●日曜日に運動やスポーツを実施している場所は、土曜日と同じ傾向であった。小5男子の38.3%が「少年団・クラブ活動」で実施しており、小5女子では「学校や公園での自由遊び」の割合が48.9%と最も高かった。また、中2男子の66.8%、中2女子の59.7%は「運動部活動」での実施であった。

v) 土曜日に運動やスポーツをしていると答えた人は、いつもどこでしていますか



vi) 土曜日に「学校や公園で自由にしている」あるいは「その他」と答えた人は、主に誰としていますか



vii) 日曜日に運動やスポーツをしていると答えた人は、いつもどこでしていますか



viii) 日曜日に「学校や公園で自由にしている」あるいは「その他」と答えた人は、主に誰としていますか

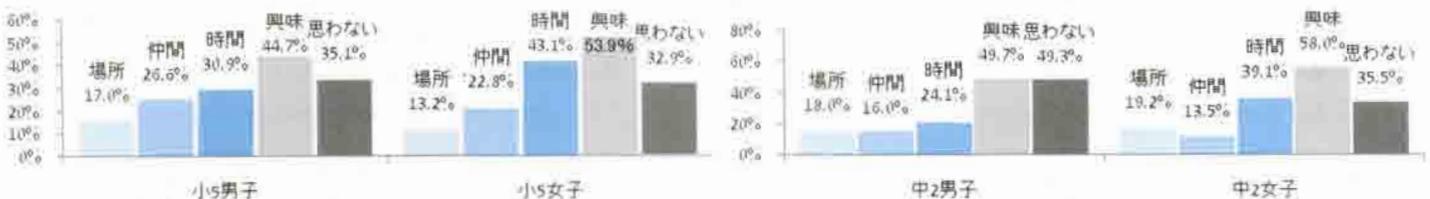


●土曜日・日曜日両日ともに、運動やスポーツをしていない理由は、小中男女ともに「他に興味のあることをしている」が一番多かった。

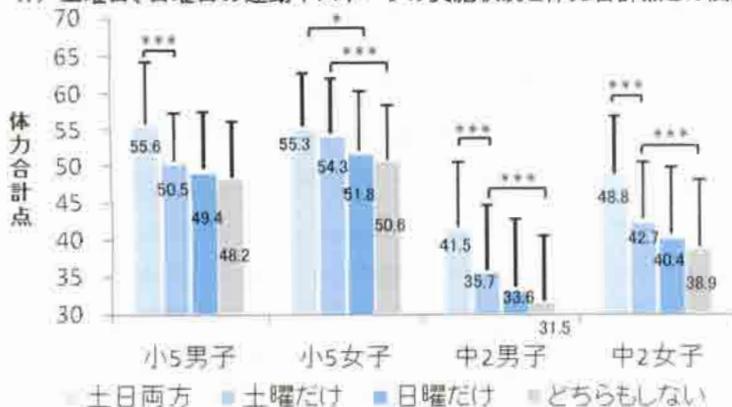
●「場所がない」「仲間がいない」と答えている児童生徒が2割いることから、環境を整えることで運動に参加する児童生徒が増えるのではないと思われる。

●土日両方とも運動している児童生徒は、他の児童生徒と比べて体力合計点が高かった。

ix) 土曜日、日曜日、両日ともに運動やスポーツをしていない人は、その主な理由を教えてください(回答は2つまで)



x) 土曜日、日曜日の運動やスポーツの実施状況と体力合計点との関連



注)上図ixの理由を、具体的に下に示した。

場所:「運動やスポーツをしたいと思うが、する場所がない。」
 仲間:「運動やスポーツをしたいと思うが、する仲間がいない。」
 時間:「運動やスポーツをしたいと思うが、する時間がない。」
 興味:「運動やスポーツをしたいと思うが、他に興味のあることをしている。」
 思わない:「運動やスポーツをしたいと思わない。」

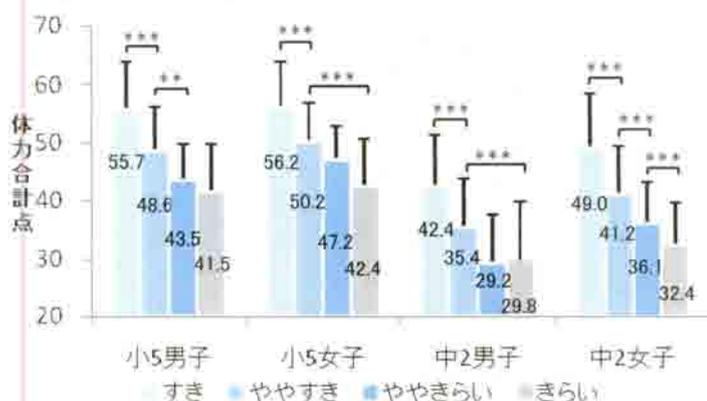
注)図中の「*」、「**」、「***」は、それぞれ5%、1%、0.1%の確率で有意差のあることを示す。

(3) 運動・スポーツや体力等に関する意識

① 運動やスポーツをすることは好きですか

- 運動やスポーツをすることが「好き」または「やや好き」と回答した児童生徒は、小5男子が94.5%、女子が91.6%であり、中2男子は88.8%、女子が81.7%であった。
- 運動やスポーツをすることが「好き」と回答した児童生徒は、それ以外の児童生徒よりも体力合計点が高かった。また、「きれい」と回答した児童生徒は、「好き」「やや好き」と回答した児童生徒と比較して体力合計点が低かった。
- 運動やスポーツをすることが「好き」または「やや好き」と回答した児童生徒は、「ややきれい」「きれい」と回答した児童生徒と比較して1週間の総運動時間が長かった。

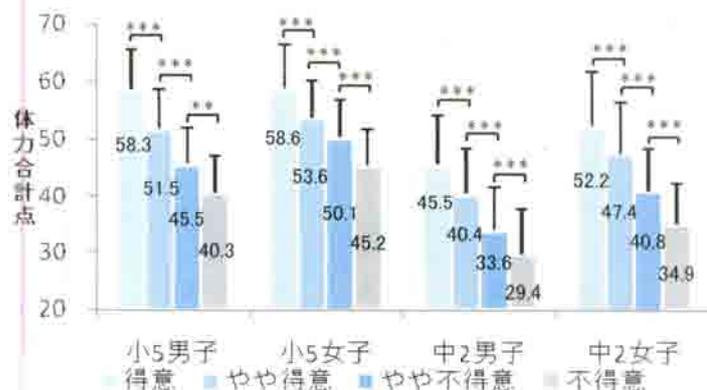
ii) 「運動やスポーツをすることは好きですか」についての回答と体力合計点との関連



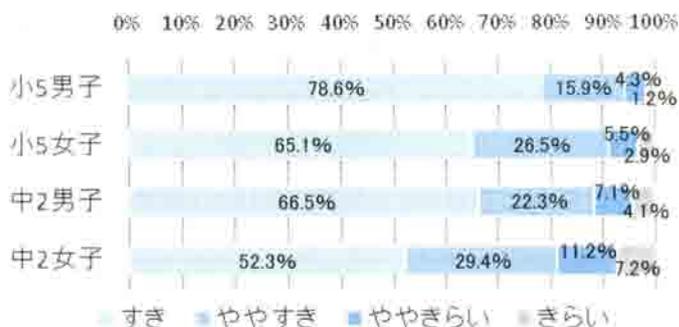
② 運動やスポーツをすることは得意ですか

- 運動やスポーツをすることが「得意」または「やや得意」と回答した児童生徒は、小5男子が84.7%、女子が71.8%であり、中2男子は68.8%、女子が53.2%であった。
- 体力合計点は、運動やスポーツをすることが「得意」「やや得意」「やや不得意」「不得意」の順に高かった。
- 運動やスポーツをすることが得意と感じている児童生徒は1週間の総運動時間が長く、不得意と感じている児童生徒は1週間の総運動時間が短かった。

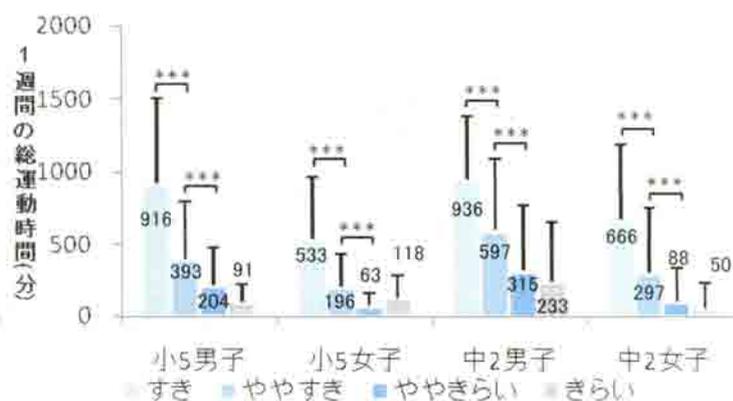
ii) 「運動やスポーツをすることは得意ですか」についての回答と体力合計点との関連



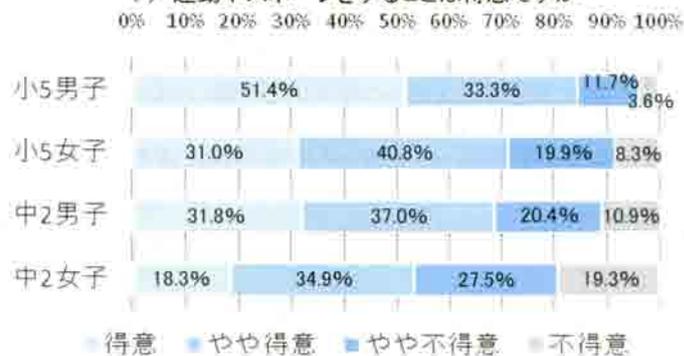
i) 運動やスポーツをすることは好きですか



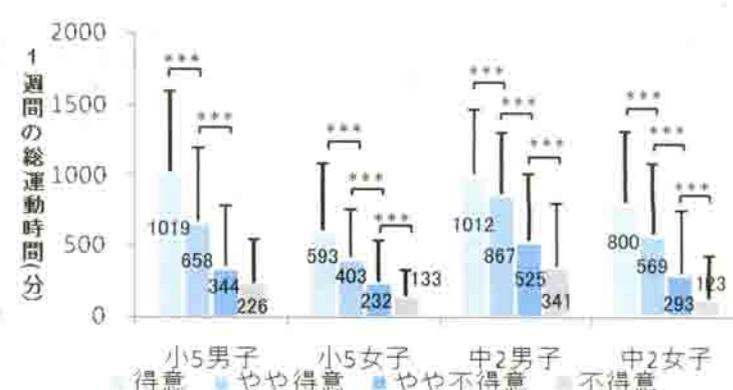
iii) 「運動やスポーツをすることは好きですか」についての回答と1週間の総運動時間との関連



i) 運動やスポーツをすることは得意ですか



iii) 「運動やスポーツをすることは得意ですか」についての回答と1週間の総運動時間との関連



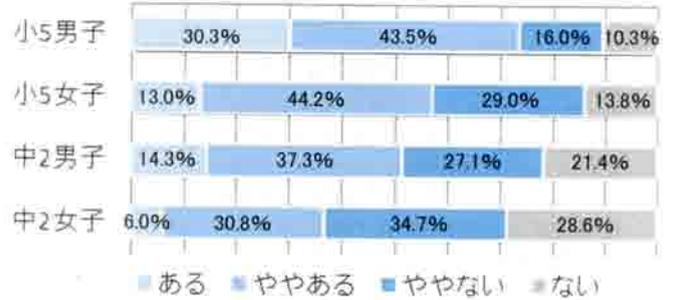
注) 図中の「*」、「**」、「***」は、それぞれ5%、1%、0.1%の確率で有意差のあることを示す。

③体力に自信がありますか

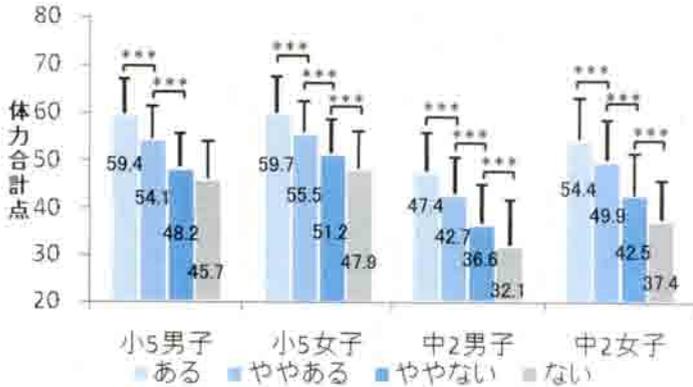
- 「体力に自信がある」または「やや自信がある」と回答した児童生徒は、小5男子が73.8%、女子が57.2%であり、中2男子は51.6%、女子が36.8%であった。
- 体力合計点は、「体力に自信がある」「ややある」「ややない」「ない」の順に高かった。
- 体力に自信がある児童生徒ほど1週間の総運動時間が長く、自信のない児童生徒ほど1週間の総運動時間が短かった。

i) 体力に自信がありますか

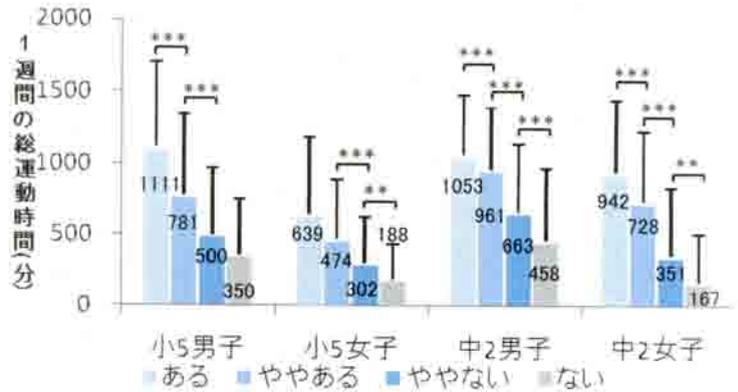
0% 10% 20% 30% 40% 50% 60% 70% 80% 90% 100%



ii) 「体力に自信がありますか」についての回答と体力合計点との関連



iii) 「体力に自信がありますか」についての回答と1週間の総運動時間との関連

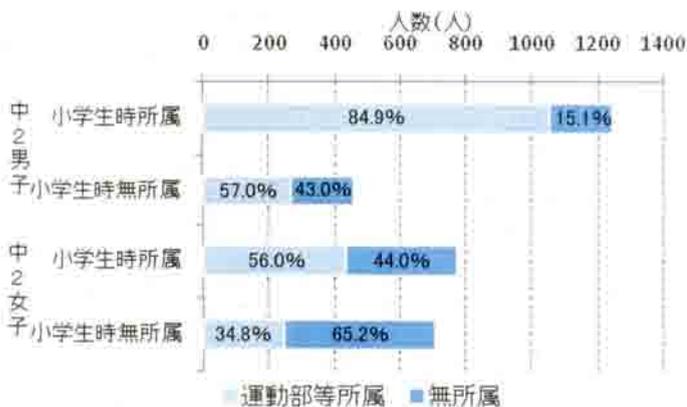


(4)小学生時の状況

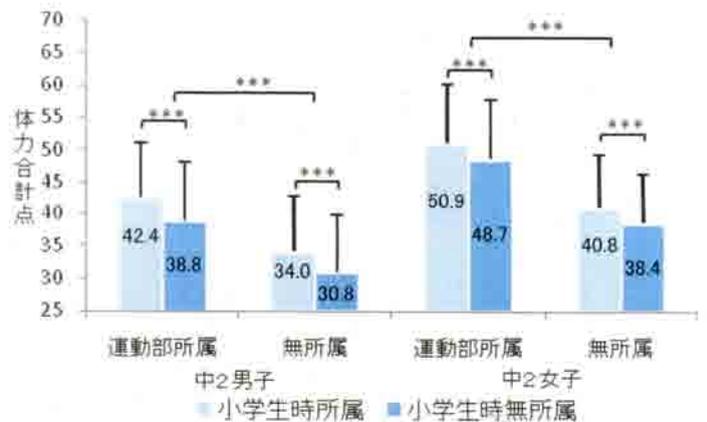
①小学生時のスポーツ少年団やクラブへの所属

- 小学生時にスポーツクラブに所属していた生徒のうち、中学生時にも運動部に所属した生徒は、男子が84.9%、女子が56.0%であった。一方、男子で15.1%、女子で44.0%の生徒が運動部・スポーツクラブへの所属をしなくなっていた。
- 小学生時にスポーツクラブに所属していなかった生徒のうち、男子は57.0%、女子は34.8%の生徒が、中学生時に運動部・スポーツクラブへ所属していた。
- 体力合計点は、男女とも中学生時に運動部に所属している生徒が高かった。また、中学生時の運動部所属の有無に関わらず、小学生時にスポーツ少年団やクラブ活動に所属していた生徒の方が、無所属の生徒と比較して体力合計点が高かった。

i) 小学生時のスポーツ少年団・クラブ活動所属と中学生時の運動部・少年団・クラブ活動所属との継続状況



ii) 小学生時のスポーツ少年団・クラブ活動所属と中学生時の運動部・少年団・クラブ活動所属との継続状況と体力合計点との関連

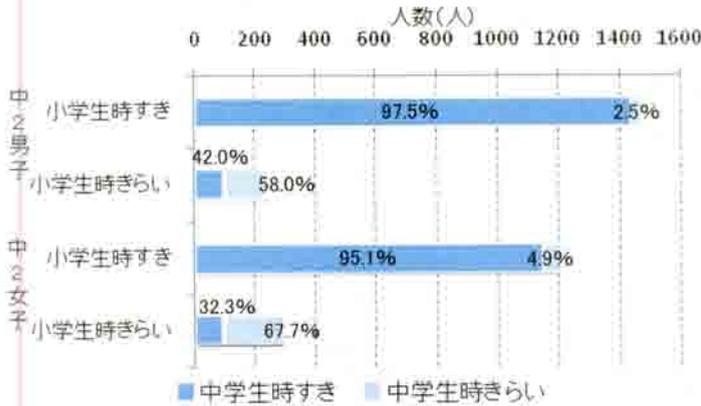


注) 図中の「*」、「**」、「***」は、それぞれ5%、1%、0.1%の確率で有意差のあることを示す。

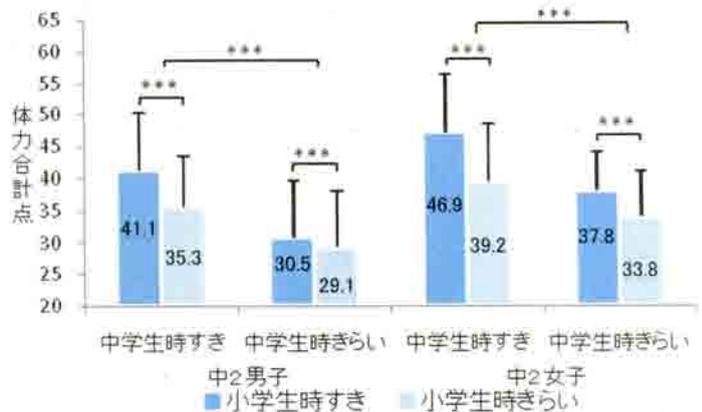
②小学生の時、運動が好きだったか

- 小学生時に運動が「好き」「ややすき」と回答した生徒のうち、中学生時でも「好き」「ややすき」と回答した生徒は、男子が97.5%、女子が95.1%であった。また、中学生になって「ややきらい」「きらい」と回答した生徒は、男子が2.5%、女子が4.9%であった。
- 一方、小学生時に運動が「ややきらい」「きらい」と回答した生徒のうち、男子の42.0%、女子の32.3%が、中学生時には「好き」「ややすき」と回答した。
- 中学生時に運動が「好き」「ややすき」と回答した生徒の体力合計点は、「ややきらい」「きらい」と回答した生徒より高かった。また、中学生時の運動嗜好にかかわらず、小学生時に「好き」「ややすき」と回答した生徒の方が、「ややきらい」「きらい」と回答した生徒よりも体力合計点は高かった。

i) 小学生時の運動嗜好と中学生時の運動嗜好との関連



ii) 小学生時の運動嗜好と中学生時の運動嗜好および体力合計点との関連



注) 図中の「*」、「**」、「***」は、それぞれ5%、1%、0.1%の確率で有意差のあることを示す。

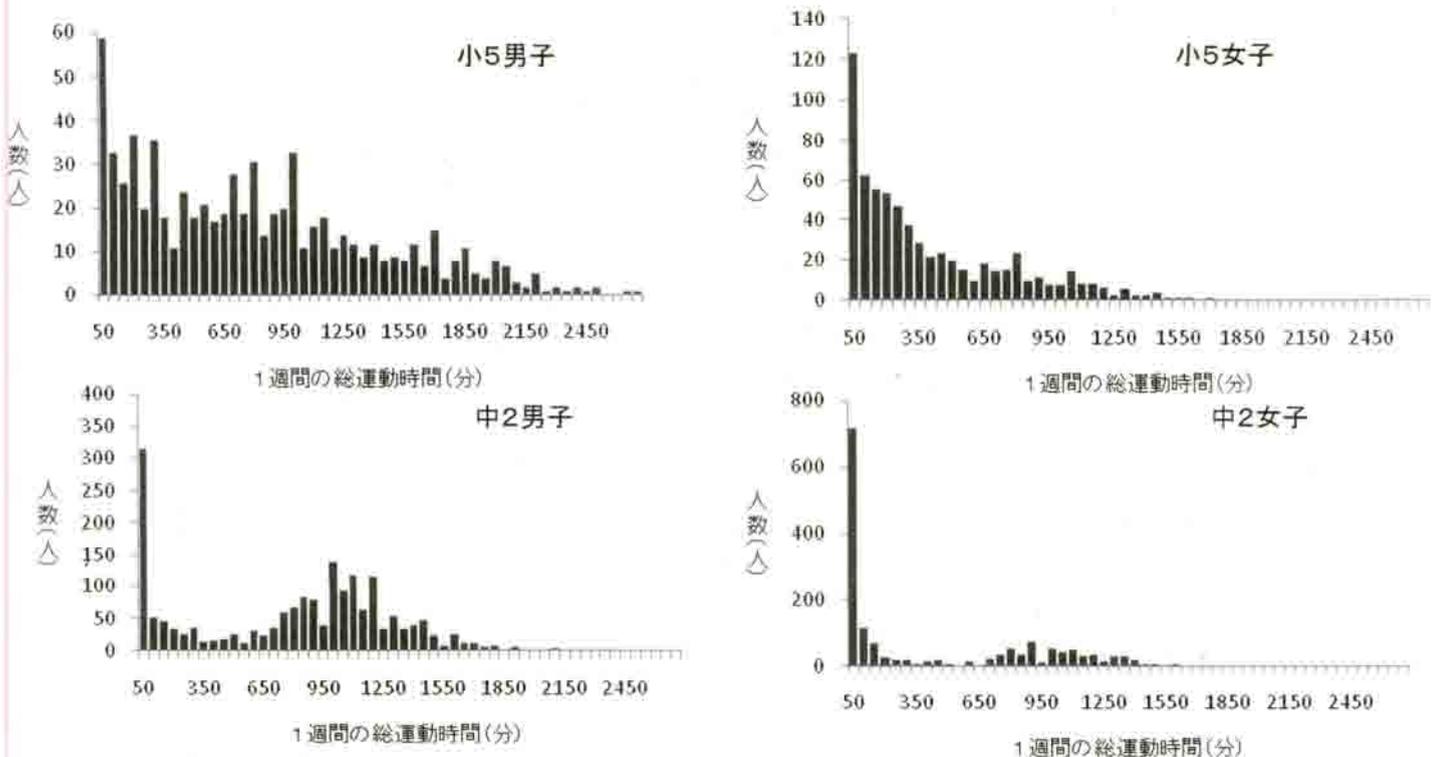
注) 「好き」と「ややすき」の回答を「好き」にまとめ、「ややきらい」と「きらい」の回答を「きらい」にまとめた。

3 調査結果の特徴

(1) 児童・生徒の状況

①1週間の総運動時間の分布

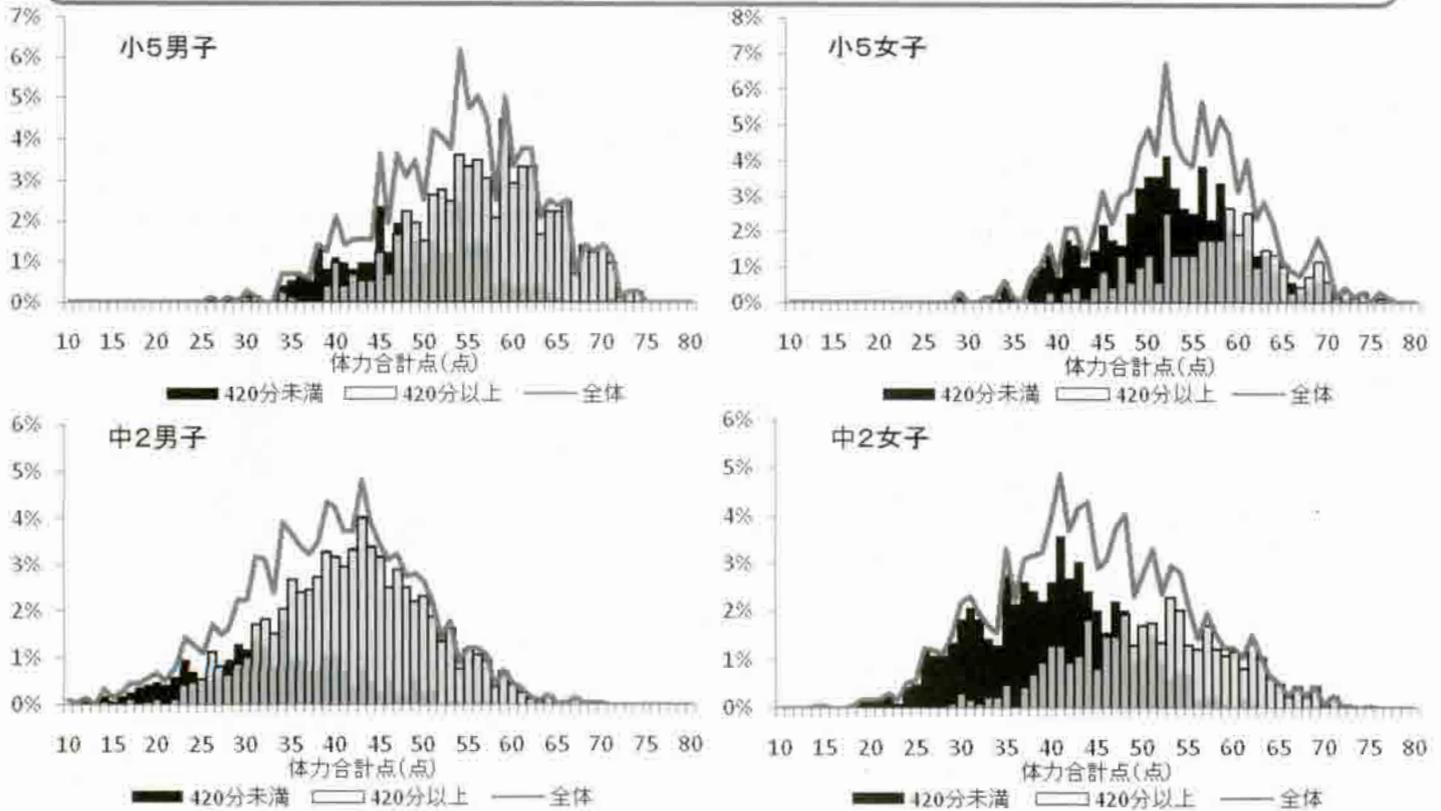
- 中学生では、1週間の総運動時間分布をみると、明確な二極化がみられた。
- 小学生女子、中学生女子において、運動をほとんどしない児童生徒が多数いることがわかった。



注) 1週間の総運動時間の算出方法は、平成20年度全国体力・運動能力、運動習慣等調査報告書(文部科学省)のp40およびp124の方法に従った。

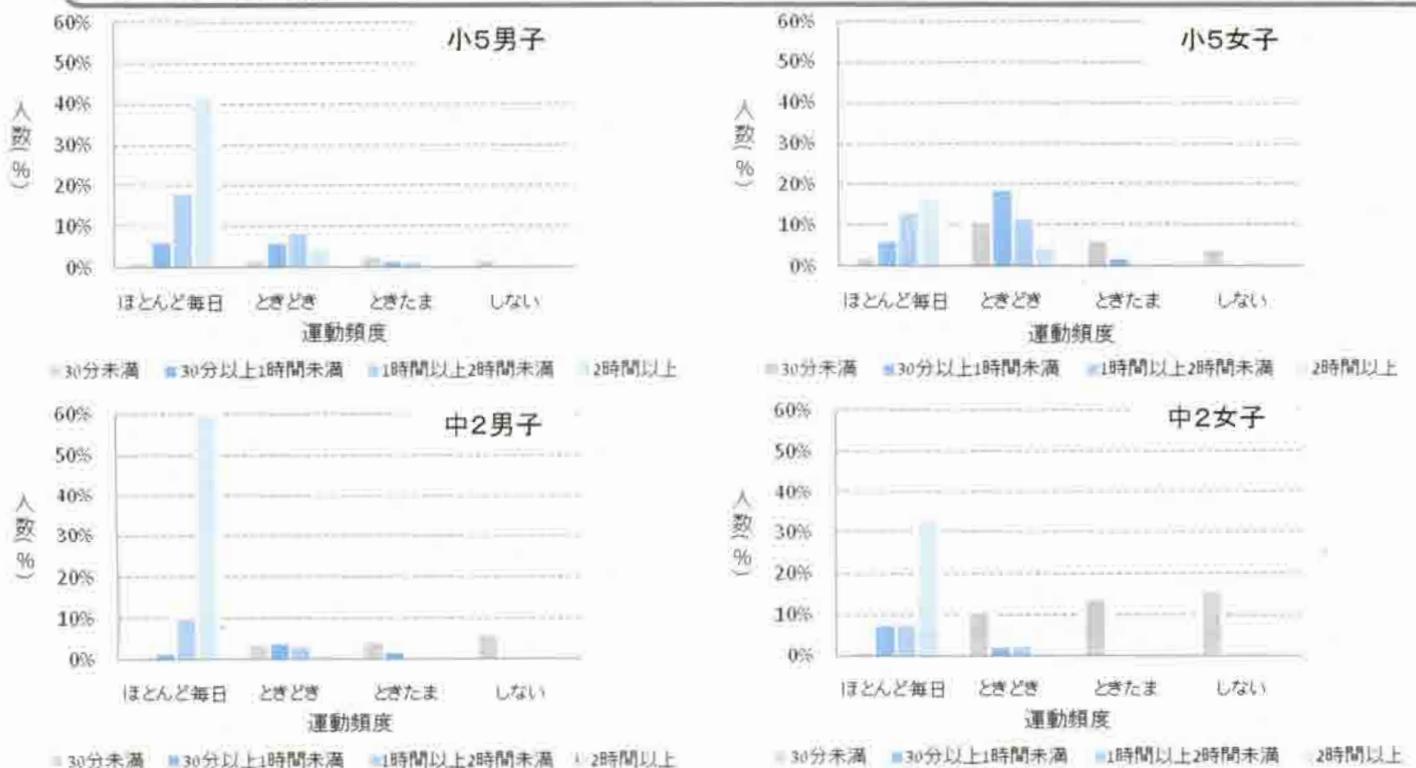
②運動時間と体力合計点

●1週間の総運動時間が420分未満の児童生徒と、420分以上の児童生徒の割合を、体力合計点別に表した結果、小5・中2の男女ともに運動時間による体力差が明らかになった。



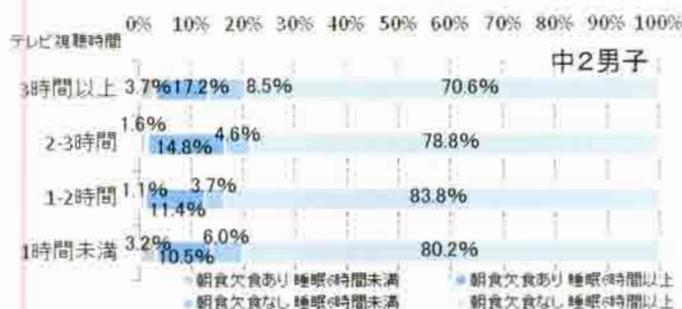
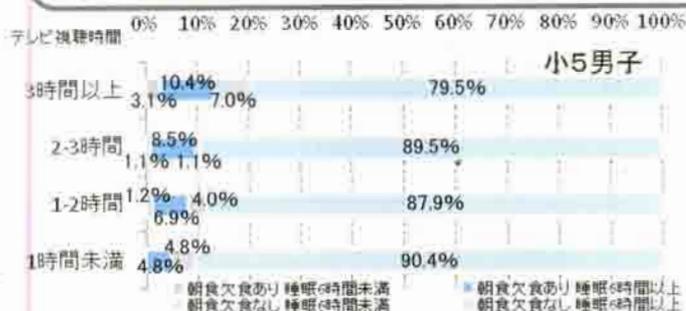
③1日の運動時間と運動頻度

●「ほとんど毎日(週に3日以上)運動する」と回答した児童生徒は、1日の運動時間が2時間以上の割合が最も多い。
●一方、「運動やスポーツをしない」と回答した児童生徒は、1日の運動時間が30分未満であり、特に、中2女子に多いことが明らかとなった。



④1日のテレビ視聴時間と朝食の摂取状況、睡眠時間

- 1日のテレビ視聴時間が3時間以上の児童生徒では、朝食を欠食(「時々食べない」「毎日食べない」)したり、睡眠時間が6時間未満である割合が、テレビ視聴時間3時間未満の児童生徒よりも多くなっている。また、その傾向は、小学生よりも中学生の方が顕著に見られる。
- テレビ視聴時間3時間以上の生徒においては、中2男子で20.9%、中2女子で21.8%の生徒が朝食を「時々食べない」か「毎日食べない」と回答していた。



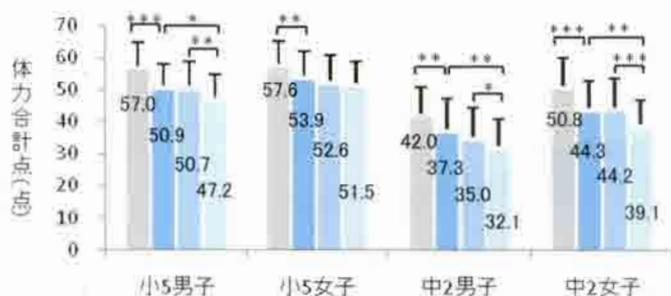
注)朝食の摂取状況について、「毎日食べる」を「欠食なし」とし、「時々食べない」と「毎日食べない」を「欠食あり」とした。また、睡眠時間について、「6時間以上8時間未満」と「8時間以上」をまとめて「6時間以上」とした。

(2)児童・生徒の体力向上に向けて

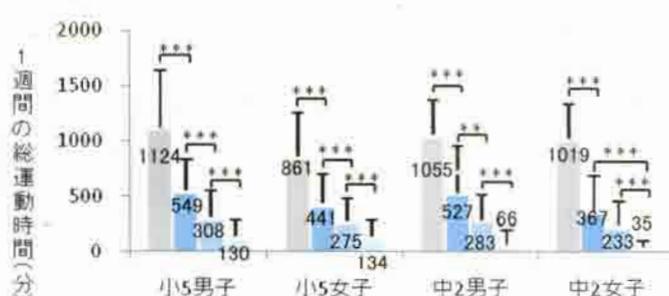
①運動習慣・生活習慣の体力との関連

- 運動・スポーツを「ほとんど毎日(週3日以上)」実施し、なおかつ1日に1時間以上(「1時間以上2時間未満」と「2時間以上」)行う児童生徒は、運動頻度が週3日未満で運動時間が1時間未満の短い他の児童生徒よりも、体力合計点が高かった。また、「ほとんど毎日(週3日以上)」実施するが、1日の運動時間が1時間未満(「30分以上1時間未満」と「30分未満」)の児童生徒は、小5女子を除いて、「週3日未満1日1時間未満」の児童生徒よりも体力合計点が高かった。運動頻度は週3日未満で、なおかつ1日の運動時間が1時間未満の児童生徒は、小5女子を除いて、「週3日未満1日1時間以上」の児童生徒よりも体力合計点が低かった。
- 1週間の運動時間は、「週3日以上1日1時間以上」>「週3日以上1日1時間未満」>「週3日未満1日1時間以上」>「週3日未満1日1時間未満」の順に長かった。

i) 運動頻度・運動時間と体力合計点との関連



ii) 運動頻度・運動時間と1週間の総運動時間との関連



注)図中の「*」、「**」、「***」は、それぞれ5%、1%、0.1%の確率で有意差のあることを示す。

注)運動頻度について、「ときどき(週に1~2日くらい)」と「ときたま(月に1~3日くらい)」の回答を「週3日未満」にまとめた。また、運動時間について、「30分未満」と「30分以上1時間未満」の回答を「1日1時間未満」にまとめ、「1時間以上2時間未満」「2時間以上」の回答を「1時間以上」にまとめた。

②朝食と睡眠時間、テレビ視聴時間と体力との関連

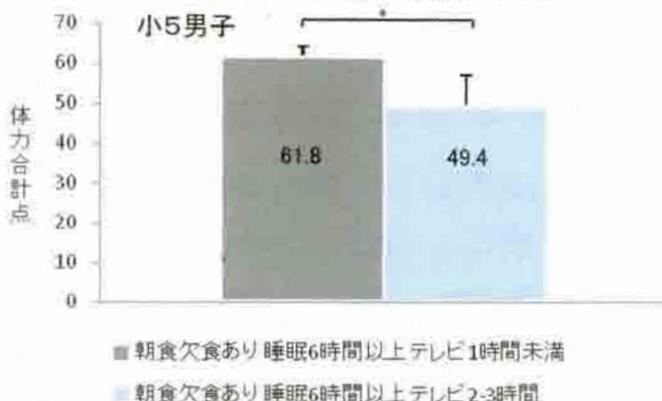
●11ページで触れたように、朝食を毎日食べる「欠食なし」の児童生徒は、「欠食あり」の児童生徒と比較して体力合計点が高く、1週間の総運動時間も、小5女子を除いて長い傾向が明らかとなった。さらに、睡眠時間、テレビ視聴時間と体力との関連を見た結果、以下のような特徴が認められた。

●小5男子では、「朝食欠食あり」「睡眠6時間以上」の児童のうち、「テレビ視聴1時間未満」と「テレビ視聴2～3時間」の児童の体力合計点に有意差が認められた。

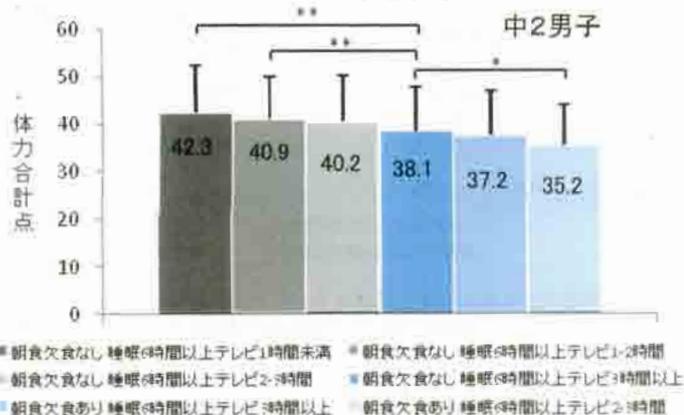
●中2男子では、「朝食欠食なし」「睡眠6時間以上」の生徒のうち、テレビ視聴が2時間未満の生徒の体力合計点は、テレビ視聴が2時間以上の生徒の体力合計点よりも高いという傾向が認められた。

●中2女子では、「朝食欠食なし」「睡眠6時間以上」「テレビ視聴1～2時間」の生徒の体力合計点が、「朝食欠食あり」「睡眠6時間以上」「テレビ視聴3時間以上」の生徒の体力合計点よりも高かった。

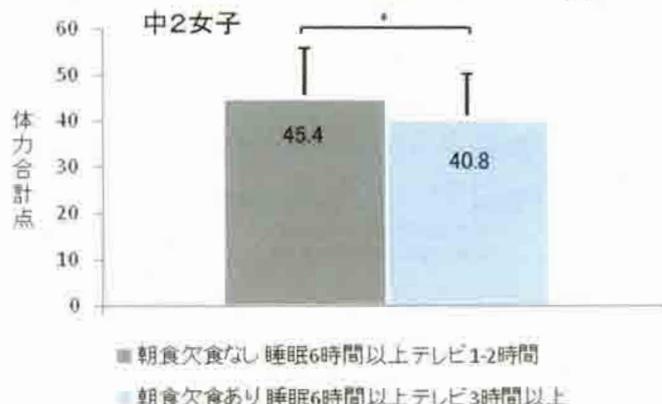
i) 生活習慣と体力合計点との関連—小5男子の特徴



i) 生活習慣と体力合計点との関連—中2男子の特徴



i) 生活習慣と体力合計点との関連—中2女子の特徴



注) 図中の「*」、「**」、「***」は、それぞれ5%、1%、0.1%の確率で有意差のあることを示す。

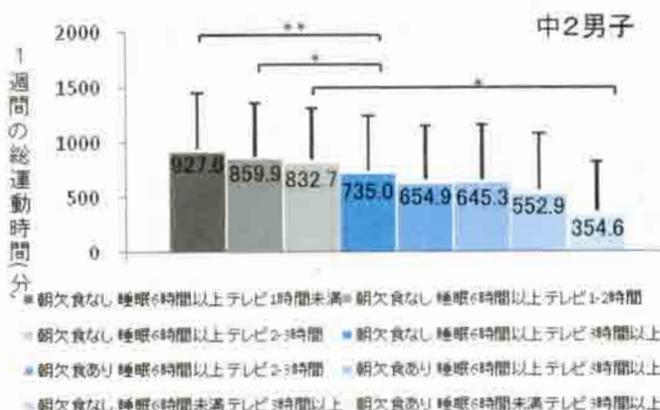
注) 小5女子については、体力合計点に有意差が見られた生活習慣別カテゴリーは無かった。

注) 朝食の摂取状況について、「毎日食べる」を「欠食なし」とし、「時々食べない」と「毎日食べない」を「欠食あり」とした。また、睡眠時間について、「6時間以上8時間未満」と「8時間以上」をまとめて「6時間以上」とした。

③朝食と睡眠時間、テレビ視聴時間と運動習慣との関連

●中2男子では、「朝食欠食なし」「睡眠6時間以上」で「テレビ視聴2時間未満」の生徒の1週間の総運動時間が、「テレビ視聴2時間以上」の生徒の運動時間よりも長い傾向が認められた。

i) 生活習慣と1週間の総運動時間との関連—中2男子の特徴



注) 図中の「*」、「**」、「***」は、それぞれ5%、1%、0.1%の確率で有意差のあることを示す。

注) 小5男子、小5女子、中2女子については、1週間の総運動時間に有意差が見られた生活習慣別カテゴリーは無かった。

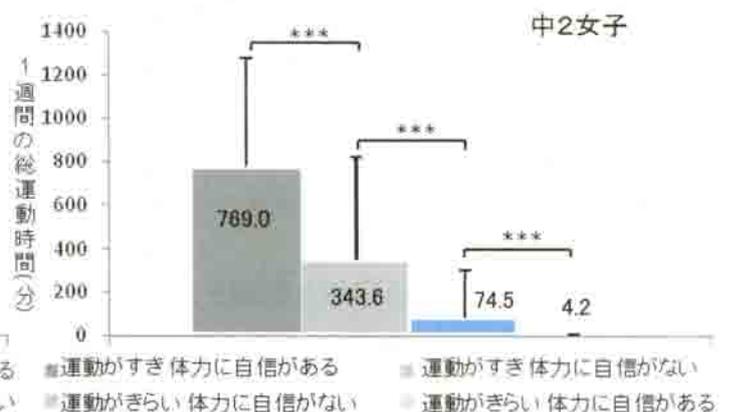
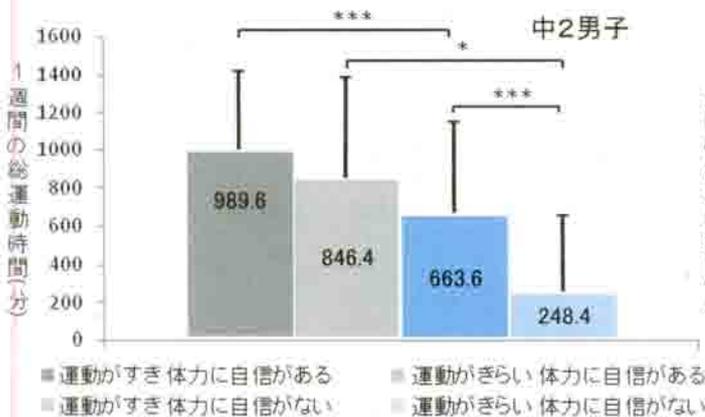
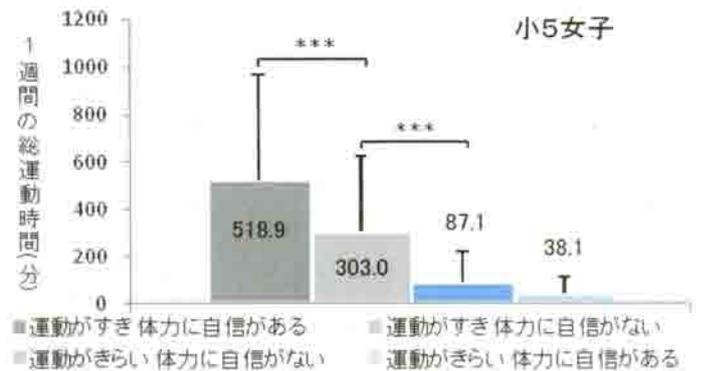
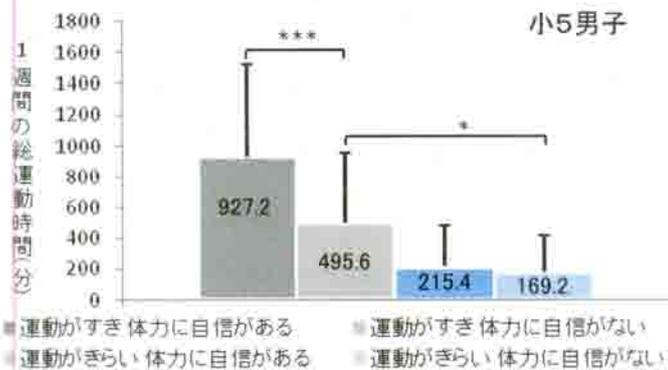
注) 朝食の摂取状況について、「毎日食べる」を「欠食なし」とし、「時々食べない」と「毎日食べない」を「欠食あり」とした。また、睡眠時間について、「6時間以上8時間未満」と「8時間以上」をまとめて「6時間以上」とした。

(3) 運動習慣と運動嗜好との関連

① 体力に自信ありなし

- 小5男女、中2男女において、「運動がすき」かつ「体力に自信のある」児童生徒が、最も1週間の総運動時間が長かった。
- 小5男女においては、「運動がすき」と回答した児童の方が、1週間の総運動時間が長い傾向を示した。
- 中2男子では、「体力に自信のある」と回答した生徒の方が、1週間の総運動時間が長い傾向を示した。また、体力への自信の有無が同じであれば、「運動がすき」と回答した生徒の方が総運動時間が長かった。
- 中2女子では、「運動がすき」と回答した生徒の方が、1週間の総運動時間が長い傾向を示した。また、運動嗜好が同じであれば、「体力に自信のある」と回答した生徒の方が総運動時間が長かった。

i) 運動嗜好、体力への自信と1週間の総運動時間との関連



注) 図中の「*」、「**」、「***」は、それぞれ5%、1%、0.1%の確率で有意差のあることを示す。

注) 運動が「すき」と「ややすき」の回答を「すき」にまとめ、「ややきらい」と「きらい」の回答を「きらい」にまとめた。

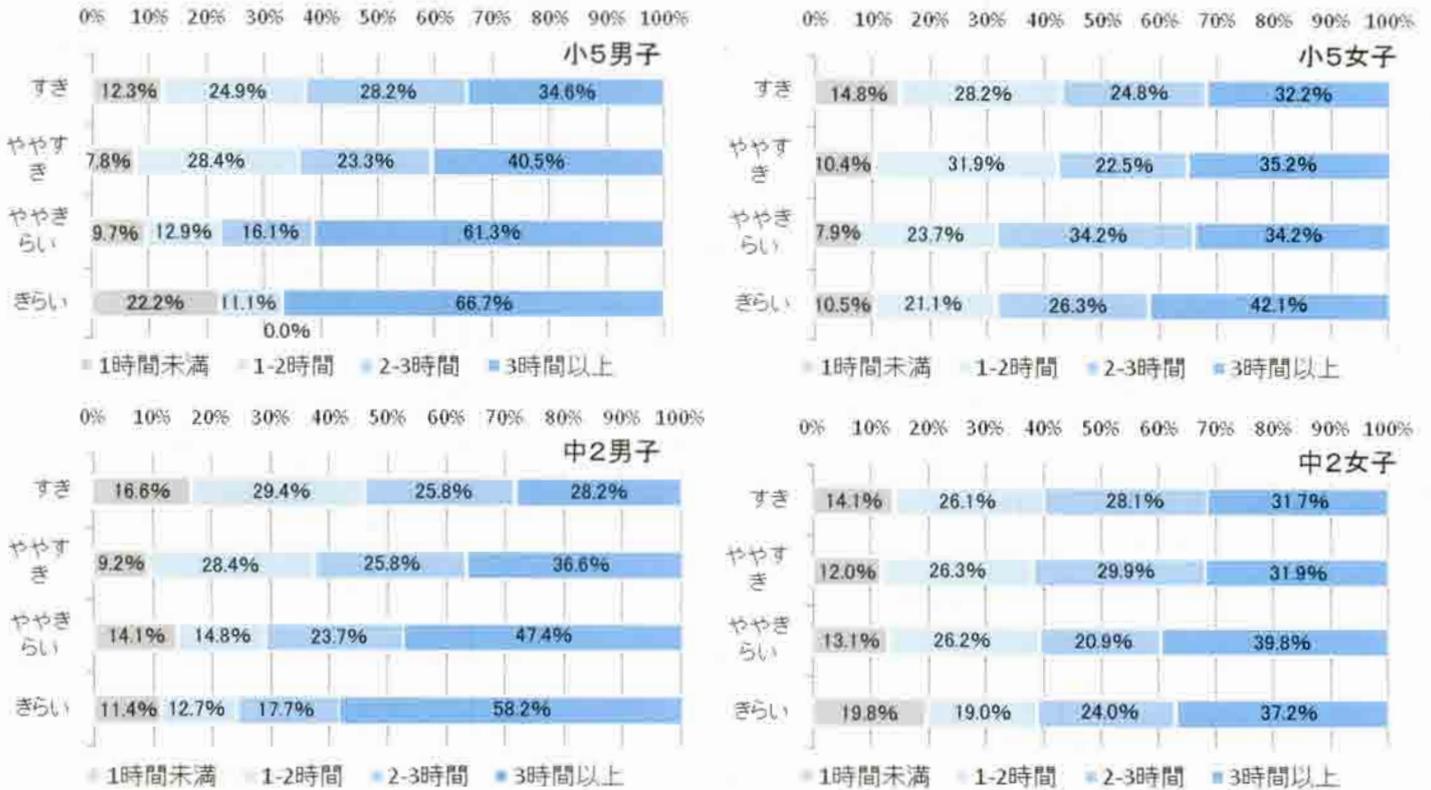
体力に「自信がある」と「やや自信がある」の回答を「自信がある」にまとめ、「やや自信なし」と「自信なし」の回答を「自信がない」にまとめた。

(4) 生活習慣と運動嗜好との関連

① 1日のテレビ視聴時間

●運動嗜好とテレビ(テレビゲームを含む)の視聴時間には相関がみられ、運動がすきになるほど1日のテレビ(テレビゲームを含む)視聴時間が短くなる傾向がみられた。特に、小中ともに男子では、「運動がきらい」「ややきらい」の児童生徒における「テレビ(テレビゲームを含む)の視聴時間3時間以上」の割合が、「運動がすき」「ややすき」の児童生徒における割合を大きく上回っている。

i) 1日のテレビ視聴時間と運動嗜好との関連

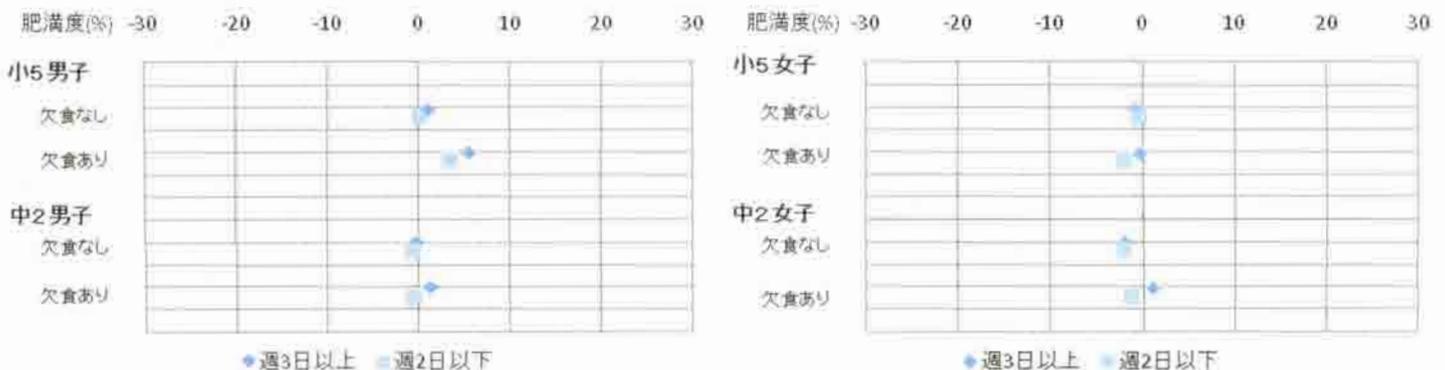


(5) 運動習慣・生活習慣と肥満との関連

① 運動実施頻度(回数)、朝食の摂取状況と肥満度との関連

●H20年度全国調査では、小中男女すべてにおいて、朝食摂取状況と肥満度に相関がみられ、「毎日食べる」児童生徒は、それ以外の児童生徒と比較して肥満度が低い傾向であったと報告されている。札幌市においては、小5男子の「時々欠かす」「まったく食べない」と回答した児童に肥満度が高い傾向がみられた。さらに、全国の調査では、小中男女すべてにおいて、運動頻度が増えると肥満度が低くなるという関連がみられているが、本調査ではそのような傾向は認められなかった。

i) 運動実施頻度(回数)、朝食の有無と肥満度との関連



注) 朝食の摂取状況について、「毎日食べる」を「欠食なし」とし、「時々食べない」と「毎日食べない」を「欠食あり」とした。

②1日の睡眠時間、朝食の摂取状況と肥満度との関連

● H20年度全国調査では、小中男女すべてにおいて、1日の睡眠時間と肥満度に相関がみられ、1日の睡眠時間が6時間未満になると、肥満度が高くなるという傾向が報告されている。札幌市においては、小5女子において、そのような傾向がみられた。
また、中2女子では、小5男子、小5女子、中2男子に比べ、肥満度が低い(痩身)傾向がみられた。

1) 1日の睡眠時間、朝食の有無と肥満度との関連



注) 朝食の摂取状況について、「毎日食べる」を「朝食欠食なし」とし、「時々食べない」「毎日食べない」を「朝食欠食あり」とした。