

令和7年度（2025年度）
全国体力・運動能力、運動習慣等調査
—豊中市の結果—

■目次

内 容	該当ページ
1. 調査の概要	1
（1）調査の目的	1
（2）調査の対象及び調査内容	1
参考①【関連ホームページ】	1
参考②【測定方法】	2
2. 豊中市の調査結果	3
概要版	4
（1）実技に関する調査結果	5
①小・義務教育学校5年生	5～8
②中・義務教育学校2年生（8年生）	9～12
（2）児童生徒質問紙調査結果	13
①運動やスポーツに対する意識	13～14
②体育・保健体育の授業に対する意識	15～16
③生活習慣と体力	17～18

【発行】

令和8年（2026年）3月

豊中市教育委員会事務局 学校教育課

〒561-8501 豊中市中桜塚3-1-1

TEL 06-6858-2847

FAX 06-6846-9649

1. 調査の概要

(1) 調査の目的

- ①国が全国的な子ども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。
- ②各教育委員会が自らの子どもの体力の向上に係る施策の成果と課題を把握し、その改善を図るとともに、子どもの体力の向上に関する継続的な検証改善サイクルを確立する。
- ③各国公立私立学校が各児童生徒の体力や運動習慣、生活習慣等を把握し、学校における体育・健康等に関する指導などの改善に役立てる。

(2) 調査の対象及び調査内容

	児 童	生 徒
調 査 対 象 者	小学校、義務教育学校前期課程及び特別支援学校小学部の5年生全員。 ただし、特別支援学校及び小学校の特別支援学級に在籍している児童については、その障害の状態等を考慮して、参加の是非を適切に判断すること。	中学校、義務教育学校後期課程、中等教育学校前期課程及び特別支援学校中学部の2年生（8年生）全員。 ただし、特別支援学校及び中学校の特別支援学級に在籍している生徒については、その障害の状態等を考慮して、参加の是非を適切に判断すること。
調 査 内 容	ア 実技に関する調査（測定方法等については、新体力テストと同様） 〈テスト項目〉 握力、上体起こし、長座体前屈、反復横とび、20m シャトルラン、50m 走、立ち幅とび、ソフトボール投げ イ 質問紙調査（運動習慣、生活習慣等）	ア 実技に関する調査（測定方法等については、新体力テストと同様） 〈テスト項目〉 握力、上体起こし、長座体前屈、反復横とび、持久走（男子 1500m、女子 1000m）又は 20m シャトルラン、50m 走、立ち幅とび、ハンドボール投げ イ 質問紙調査（運動習慣、生活習慣等）

参考①【関連ホームページ】

○スポーツ庁ホームページ【令和7年度全国体力・運動能力、運動習慣等調査結果】

(https://www.mext.go.jp/sports/b_menu/toukei/kodomo/zencyo/1411922_00014.html)

○大阪府教育庁ホームページ【令和7年度全国体力・運動能力、運動習慣等調査の大阪府の結果】

(<https://www.pref.osaka.lg.jp/o180070/hokentaiiku/kyougisupo-tutop/r7zenkokutairyoku.html>)

参考②【測定方法】※（ ）は各種目における体力評価

○握力（筋力）

- ・握力計を使用して、右左交互に2回ずつ計測する。
- ・左右おのおの良方の記録を平均し、キログラム未満は四捨五入する。

○上体起こし（筋力、筋持久力）

- ・30秒間に仰臥姿勢から上体を起こした回数を記録する。
- ・1回計測する。

○長座体前屈（柔軟性）

- ・長座姿勢から前においた箱に手をあてがい、最大前屈時における箱の移動距離をスケールから読み取る。
- ・記録はセンチメートル単位とし、センチメートル未満は切り捨てる。
- ・2回実施して良方の記録をとる。

○反復横とび（敏捷性）

- ・中央ラインをまたいで立ち、「始め」の合図で右側のラインを越すか、または、踏むまでサイドステップし、次に中央ラインにもどり、さらに左側のラインを越すかまたは触れるまでサイドステップし、それぞれのラインを通過する回数を数える。
- ・20秒間繰り返し、2回実施して良方の記録をとる。

○20mシャトルラン（全身持久力）

- ・20mの間を、間隔が徐々に短くなる電子音にあわせて走り続ける。
- ・2回続けて電子音についていけなくなったときは、電子音についていていた最後の回数を記録する。
- ・1回計測する。

○持久走（全身持久力）

- ・男子1500m、女子1000m。
- ・長距離のタイムを1回計測する。
- ・記録は秒単位とし、秒未満は切り上げる。

○50m走（スピード）

- ・50mのタイムを1回計測する。
- ・記録は1/10秒単位とし、1/10秒未満は切り上げる。

○立ち幅とび（瞬発力）

- ・両足で同時に踏み切って前方へとんだ距離を計測する。
- ・2回実施して良方の記録をとる。
- ・センチメートル未満は切り捨てる。

○ボール投げ（巧緻性、瞬発力）

- ・小学生はソフトボール、中学生はハンドボールを使用する。
- ・ボールが落下した地点までの距離を計測する。
- ・記録はメートル単位とし、メートル未満は切り捨てる。
- ・2回実施して良方の記録をとる。

2. 豊中市の調査結果

用語	解説
平均値	調査結果の算術平均値で集団の尺度上の位置を表す。 「平均値＝調査結果の総和/標本数」
実技度数分布	各種目の体力テストの成績を1点から10点に得点化し、それぞれの得点圏の標本数の割合を表したもの。
体力合計点	各種目の体力テストの成績を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。
T得点	全国平均を50としたときの本市平均の偏差値。測定単位が異なる記録の比較をする際に用いる。 「T得点＝50＋10×（調査結果－平均値）/標準偏差」

令和7年度（2025年度）全国体力・運動能力、運動習慣等調査結果 【豊中市の結果（概要）】

◎調査対象および時期

- ・調査対象＝小学校・義務教育学校5年生、中学校2年生・義務教育学校8年生
- ・調査時期＝令和7年（2025年）4月～7月
- ・調査校数＝小学校38校、中学校16校、義務教育学校1校

◎調査の結果（指定都市を除く）※△前年比向上 ▼前年比低下 =前年維持（*R7 持久走は参考値扱い）

小学校・義務教育学校5年生		種目別平均								体力合計点
		握力(kg)	上体起こし(回)	長座体前屈(cm)	反復横とび(点)	20mラン(回)	50m走(秒)	立ち幅とび(cm)	ボール投げ(m)	
男子	R7 全国	15.96	19.46	33.88	40.89	47.94	9.46	150.93	21.06	53.02
	R7 大阪府	15.67	19.11	33.62	39.63	47.00	9.43	148.72	20.67	52.29
	R7 豊中市	△15.49	△19.04	▼34.63	△39.51	△47.98	△9.35	△151.28	△20.88	△52.73
	R6 全国	16.01	19.19	33.79	40.66	46.90	9.50	150.42	20.75	52.53
	R6 大阪府	15.77	18.97	33.75	39.57	45.70	9.48	148.90	20.34	51.89
	R6 豊中市	15.31	18.56	34.67	38.51	44.30	9.45	147.78	20.01	51.40
女子	R7 全国	15.61	18.36	38.15	38.70	36.85	9.77	142.34	13.11	53.97
	R7 大阪府	15.29	18.08	38.12	37.65	35.31	9.80	139.72	12.44	52.96
	R7 豊中市	△15.10	△17.93	△39.20	△36.94	△35.31	▼9.81	△141.88	▼11.87	△52.67
	R6 全国	15.77	18.16	38.19	38.70	36.59	9.77	143.13	13.15	53.92
	R6 大阪府	15.46	17.87	38.20	37.38	34.81	9.80	140.95	12.41	52.73
	R6 豊中市	14.93	17.55	38.93	36.41	33.85	9.77	140.61	12.49	52.34

中学校2年生・義務教育学校8年生		種目別平均								体力合計点	
		握力(kg)	上体起こし(回)	長座体前屈(cm)	反復横とび(点)	持久走(秒)	20mラン(回)	50m走(秒)	立ち幅とび(cm)		ボール投げ(m)
男子	R7 全国	28.95	26.09	45.12	51.64	409.25	78.82	8.00	197.51	20.74	42.20
	R7 大阪府	27.92	26.02	43.66	51.23	422.10	78.21	8.08	193.85	19.82	40.74
	R7 豊中市	▼27.72	▼25.93	△44.61	▼50.87	▼525.17*	▼80.29	▼8.05	▼195.61	▼21.10	△42.08
	R6 全国	28.95	25.94	44.47	51.51	410.69	78.98	7.99	197.18	20.57	41.86
	R6 大阪府	27.94	25.66	42.90	51.27	422.62	78.18	8.06	193.11	19.72	40.43
	R6 豊中市	27.99	26.01	44.45	51.18	454.12	81.04	8.03	197.14	21.32	41.87
女子	R7 全国	23.15	21.70	46.99	45.74	309.66	50.60	8.97	166.44	12.43	47.58
	R7 大阪府	22.59	21.60	46.29	45.38	324.58	50.10	9.09	163.07	11.87	46.23
	R7 豊中市	▼22.49	△21.77	△47.71	△44.57	△335.14*	△52.43	△9.10	▼164.08	△12.43	△47.09
	R6 全国	23.18	21.56	46.47	45.65	309.02	50.67	8.96	166.32	12.40	47.37
	R6 大阪府	22.51	21.32	45.23	45.35	318.67	49.75	9.11	162.62	11.67	45.57
	R6 豊中市	22.50	21.38	45.00	44.09	347.70	51.31	9.11	164.80	12.07	45.81

○体力合計点について、本市では、小・義務教育学校では男女ともに向上し、大阪府と比べて男子は上回り、女子は下回りました。また、中・義務教育学校では男女ともに向上し、それぞれ大阪府を上回りました。

○各種目の記録について、本市では、前年度と比べて、小・義務教育学校では男女ともに複数の種目において向上しました。また、中・義務教育学校では長座体前屈において、男女ともに向上しました。

○運動および生活に関する意識調査（質問紙調査）において、本市では、前年度と比べて、体育の授業が「楽しい」と答えた割合は、男女ともに小・義務教育学校では低下、中・義務教育学校では増加しました。また、朝食を「毎日食べる」と答えた割合は、男女ともに小・義務教育学校では増加、中・義務教育学校では低下しました。

(1)実技に関する調査結果

①小・義務教育学校5年生(男子)

小学校		種目別平均値			
		握力	上体起こし	長座体前屈	反復横とび
		kg	回	cm	点
5年男子	全国	15.96	19.46	33.88	40.89
	大阪府	15.67	19.11	33.62	39.63
	豊中市	15.49	19.04	34.63	39.51

※網掛けは前年度を上回った数値

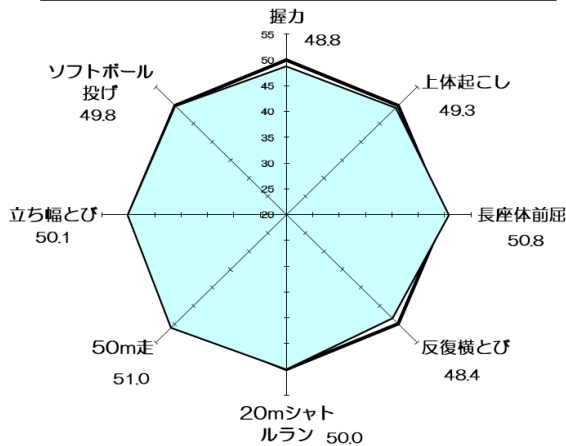
全国平均との比較 ▼ 0.47 ▼ 0.42 △ 0.75 ▼ 1.38

小学校		種目別平均値				体力合計点 平均値
		20mシャトルラン	50m走	立ち幅とび	ボール投げ	
		回	秒	cm	m	
5年男子	全国	47.94	9.46	150.93	21.06	53.02
	大阪府	47.00	9.43	148.72	20.67	52.29
	豊中市	47.98	9.35	151.28	20.88	52.73

全国平均との比較 △ 0.04 △ 0.11 △ 0.35 ▼ 0.18 ▼ 0.29

T得点

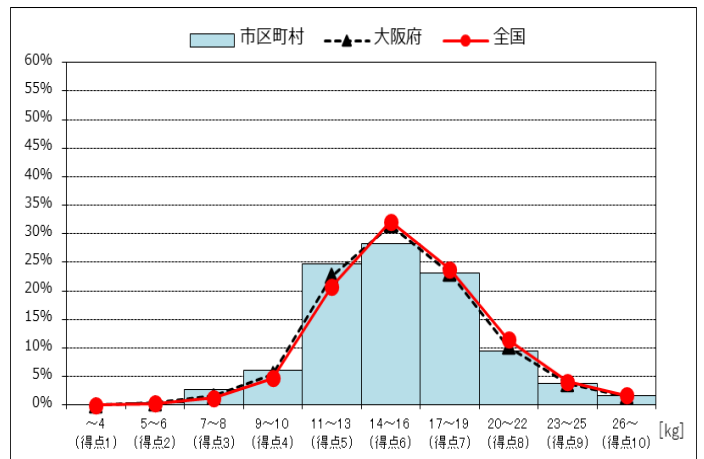
R07(2025) 全国 - 豊中市【T得点】



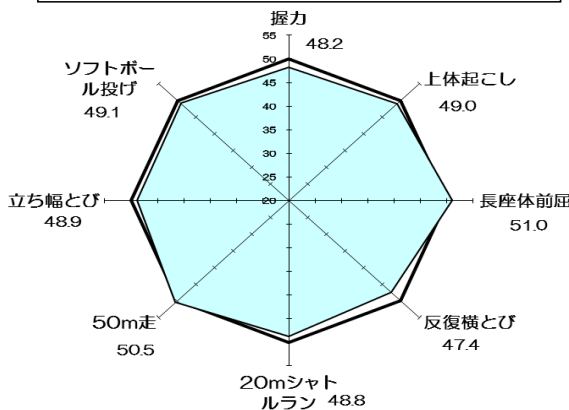
実技度数分布

※市区町村＝豊中市

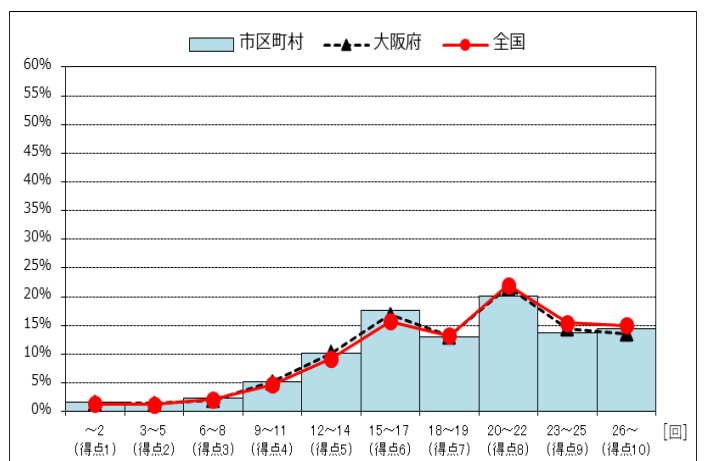
《握力》



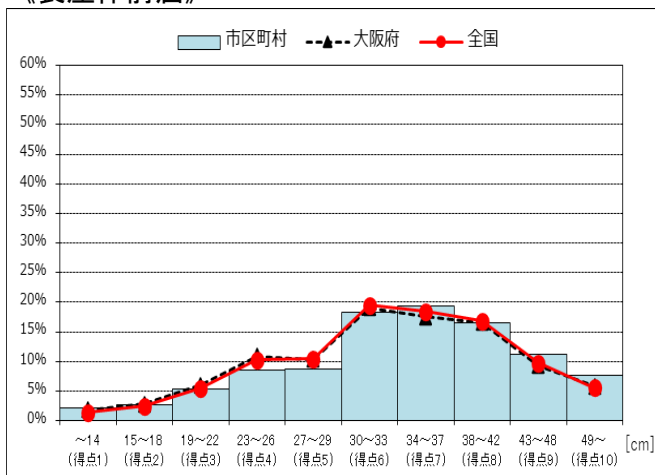
R06(2024) 全国 - 豊中市【T得点】



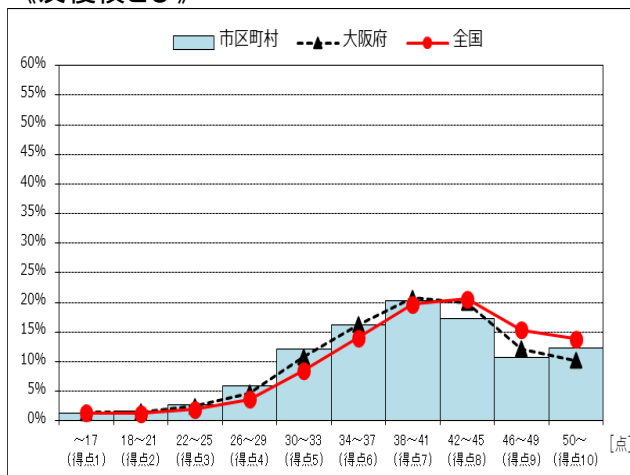
《上体起こし》



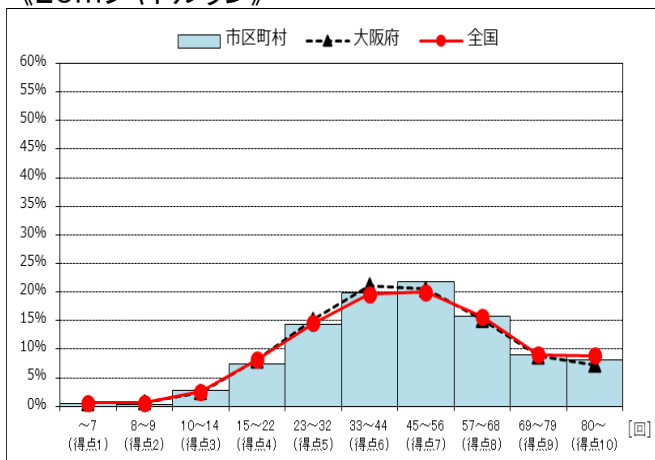
《長座体前屈》



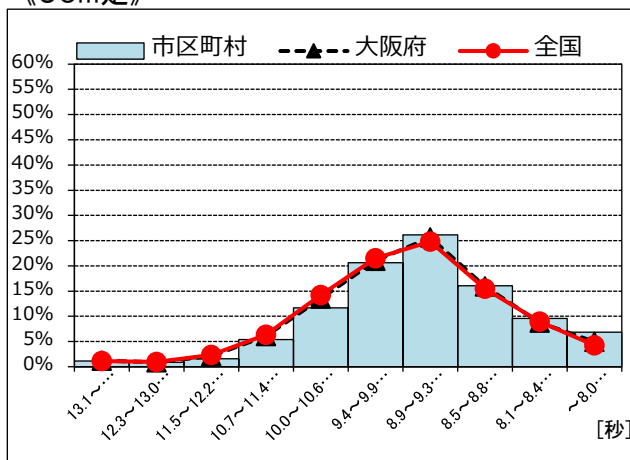
《反復横とび》



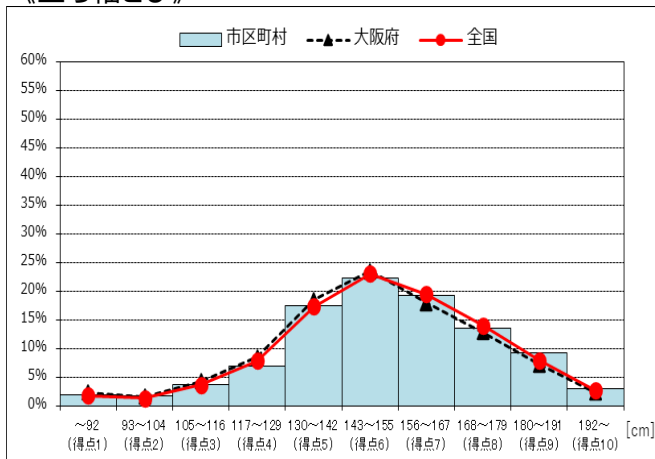
《20mシャトルラン》



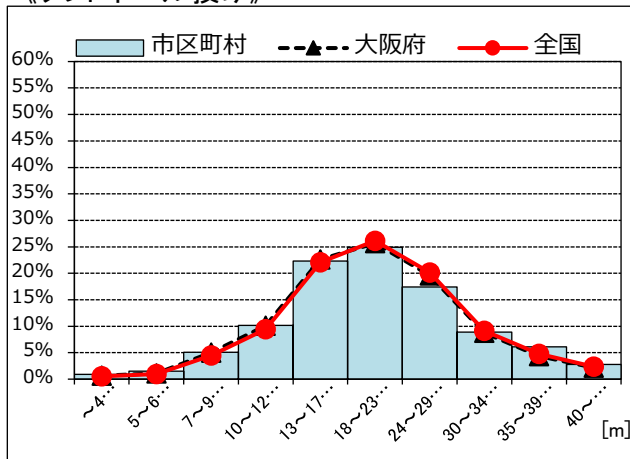
《50m走》



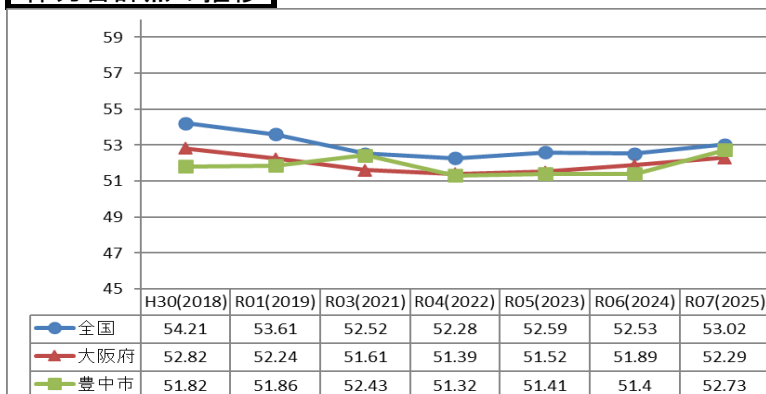
《立ち幅とび》



《ソフトボール投げ》



体力合計点の推移



＜各種目について＞
 ○長座体前屈、20mシャトルラン、50m走、立ち幅とびにおいて全国平均を上回った。
 ○握力、上体起こしをはじめ、複数の種目において前年度を上回った。

＜体力合計点について＞
 ○前年度比 … +1.33ポイント
 ○全国比 … -0.29ポイント
 ○大阪府比 … +0.44ポイント
 ○豊中市は令和6年度から7年度にかけて大幅に上昇し、令和7年度は大阪府の平均を上回った。

①小・義務教育学校5年生(女子)

小学校		種目別平均値			
		握力	上体起こし	長座体前屈	反復横とび
		kg	回	cm	点
5年女子	全国	15.61	18.36	38.15	38.70
	大阪府	15.29	18.08	38.12	37.65
	豊中市	15.10	17.93	39.20	36.94

※網掛けは前年度を上回った数値

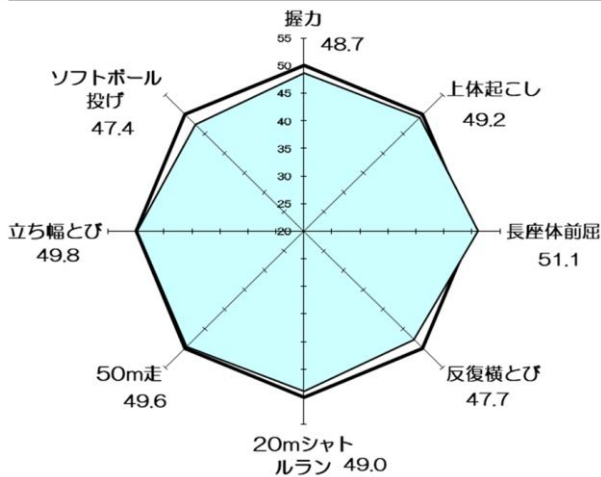
全国平均との比較 ▼ 0.51 ▼ 0.43 △ 1.05 ▼ 1.76

小学校		種目別平均値				体力合計点 平均値
		20mシャトルラン	50m走	立ち幅とび	ボール投げ	
		回	秒	cm	m	
5年女子	全国	36.85	9.77	142.34	13.11	53.97
	大阪府	35.31	9.80	139.72	12.44	52.96
	豊中市	35.31	9.81	141.88	11.87	52.67

全国平均との比較 ▼ 1.54 ▼ 0.04 ▼ 0.46 ▼ 1.24 ▼ 1.30

T得点

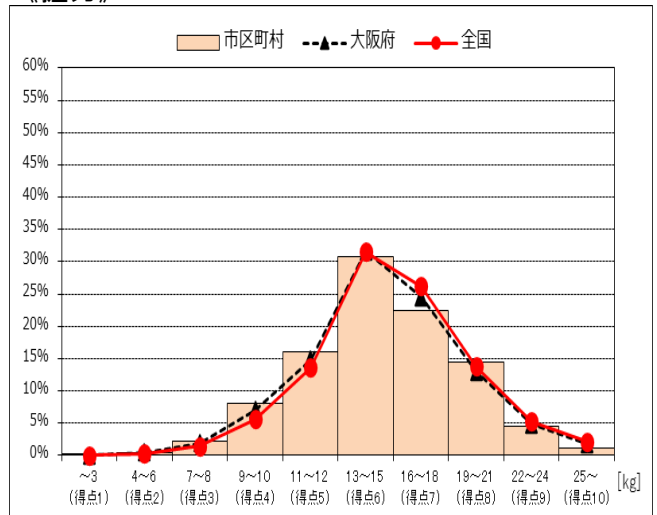
R07(2025) 全国 - 豊中市【T得点】



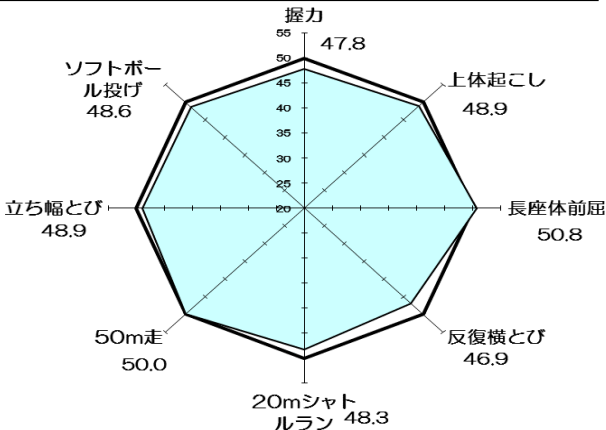
実技度数分布

※市区町村＝豊中市

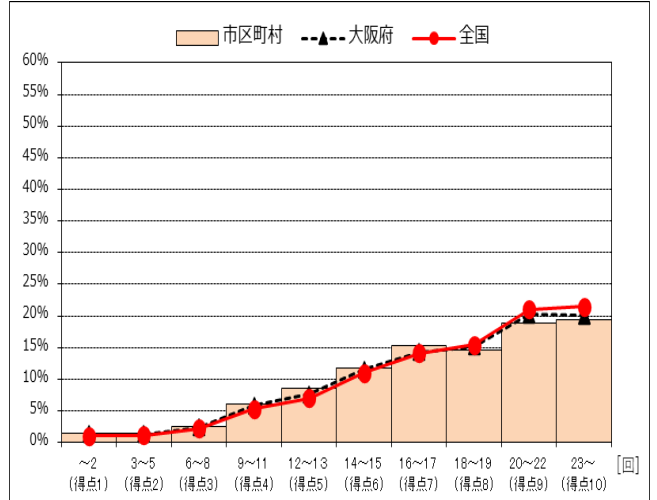
《握力》



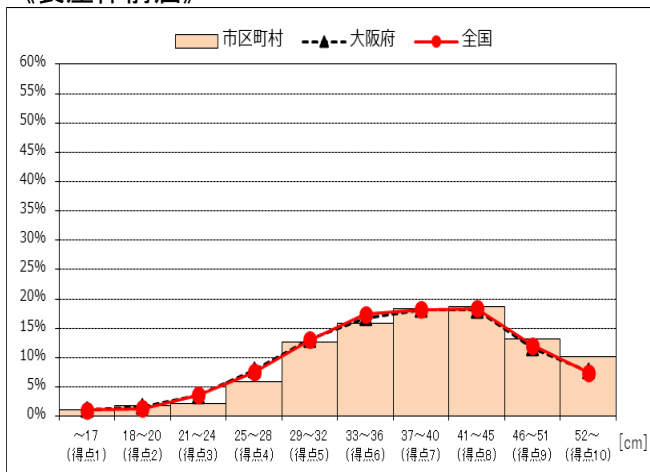
R06(2024) 全国 - 豊中市【T得点】



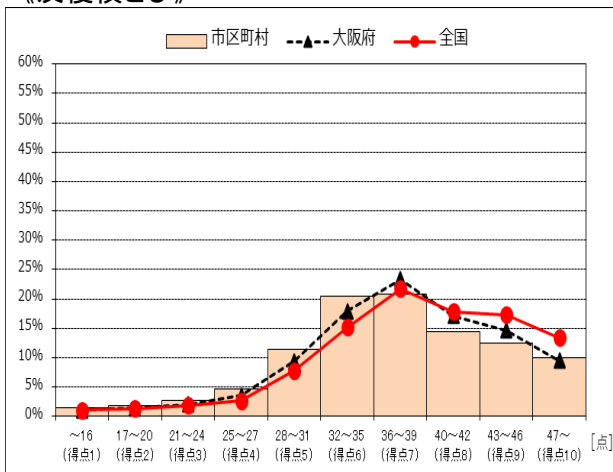
《上体起こし》



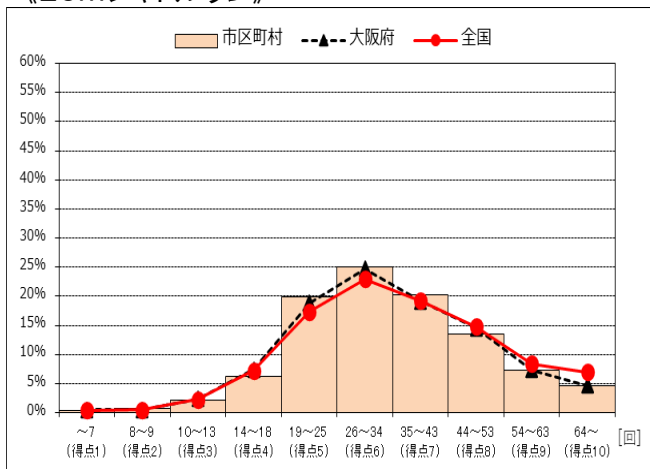
《長座体前屈》



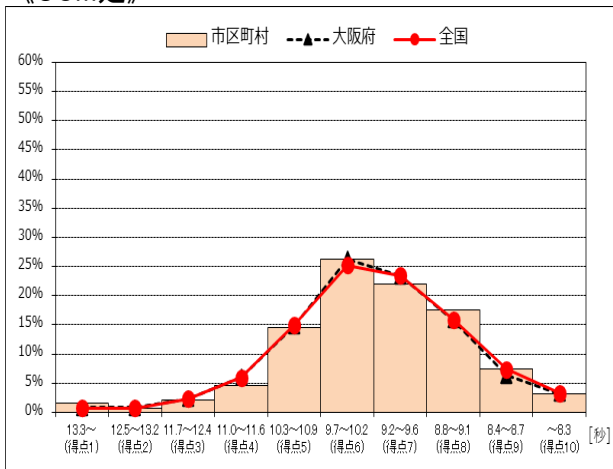
《反復横とび》



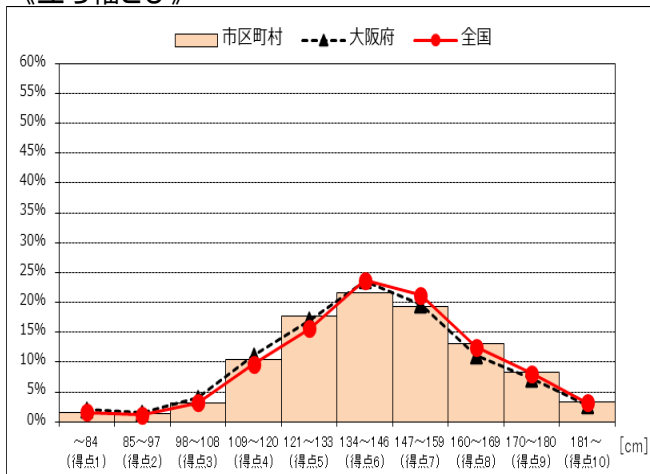
《20mシャトルラン》



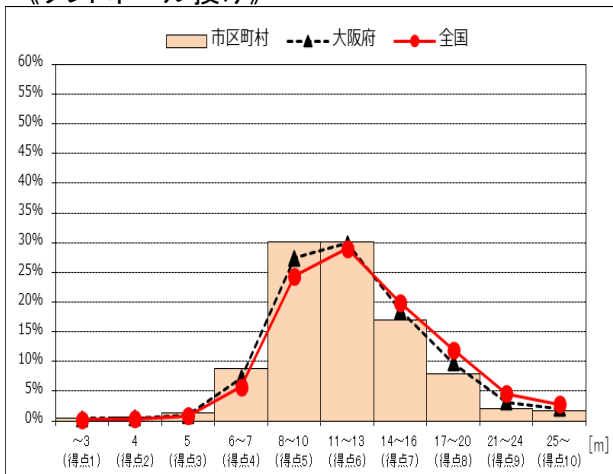
《50m走》



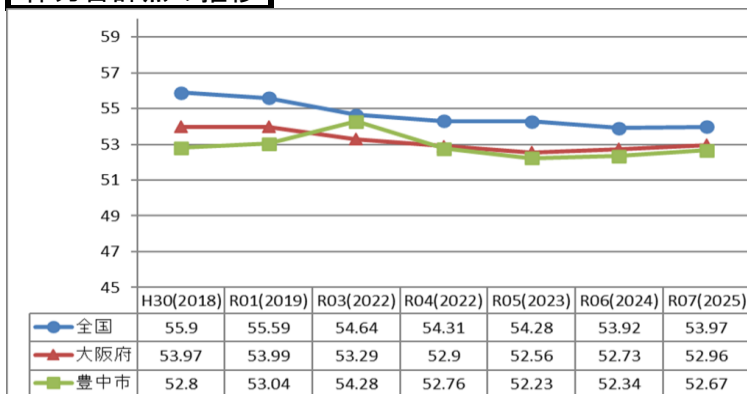
《立ち幅とび》



《ソフトボール投げ》



体力合計点の推移



＜各種目について＞
 ○長座体前屈において全国平均を上回った。
 ○握力、上体起こしをはじめ、複数の種目において前年度を上回った。

＜体力合計点について＞
 ○前年度比 … +0.33ポイント
 ○全国比 … -1.3ポイント
 ○大阪府比 … -0.29ポイント
 ○豊中市は令和6年度から7年度にかけて、上昇傾向がみられた。

②中学校2年生・義務教育学校8年生(男子)

※網掛けは前年度を上回った数値

中学校		種目別平均						
		握力	上体起こし	長座体前屈	反復横とび	持久走*	20mシャトルラン	50m走
		kg	回	cm	点	秒	回	秒
2年男子	全国	28.95	26.09	45.12	51.64	409.25	78.82	8.00
	大阪府	27.92	26.02	43.66	51.23	422.10	78.21	8.08
	豊中市	27.72	25.93	44.61	50.87	525.17	80.29	8.05

全国平均との比較 ▼ 1.23 ▲ 0.16 ▼ 0.51 ▼ 0.77 ▼ 115.92 △ 1.47 ▼ 0.05

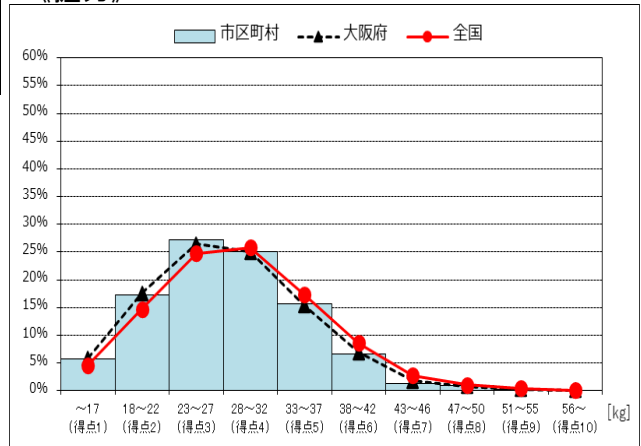
(*R7 持久走は参考値扱い)

中学校		種目別平均		体力合計点
		立ち幅とび	ボール投げ	
		cm	m	
2年男子	全国	197.51	20.74	42.20
	大阪府	193.85	19.82	40.74
	豊中市	195.61	21.10	42.08

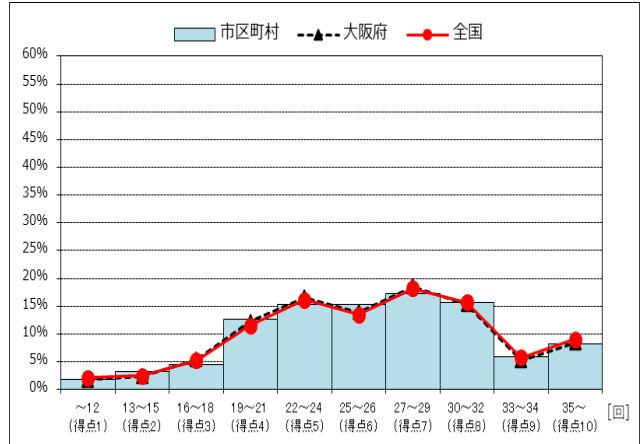
全国平均との比較 ▼ 1.90 △ 0.36 ▲ 0.12

実技度数分布

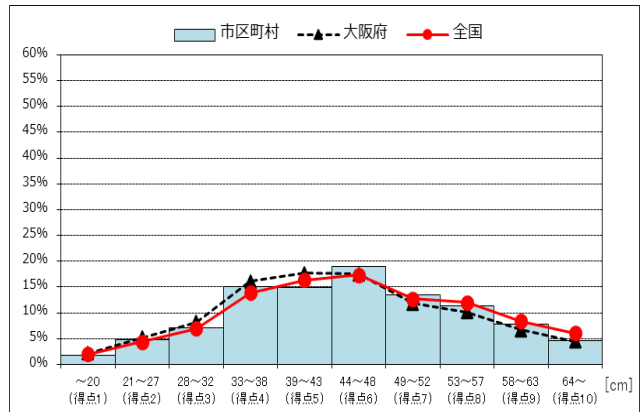
《握力》



《上体起こし》

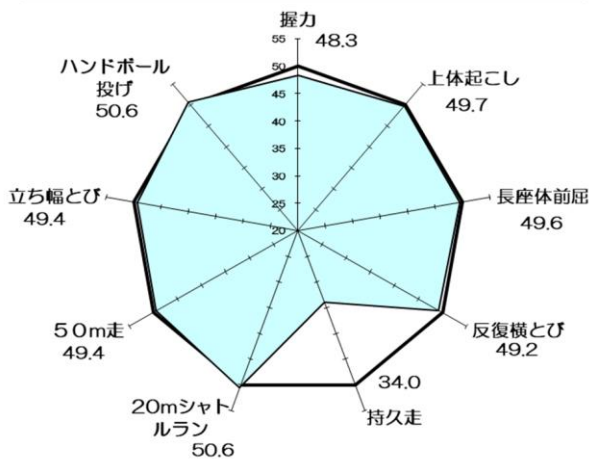


《長座体前屈》

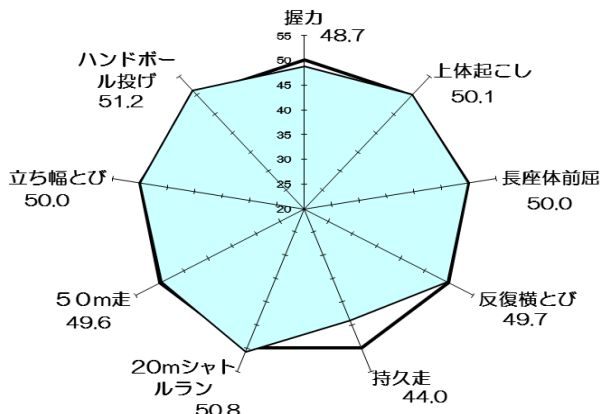


T得点

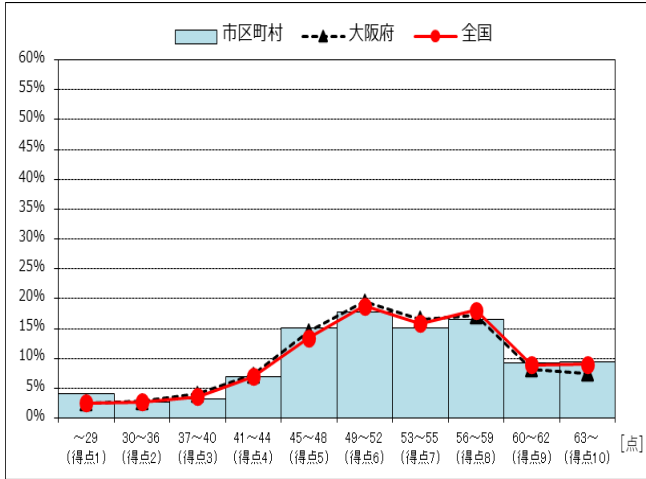
R07(2025) 全国 - 豊中市【T得点】



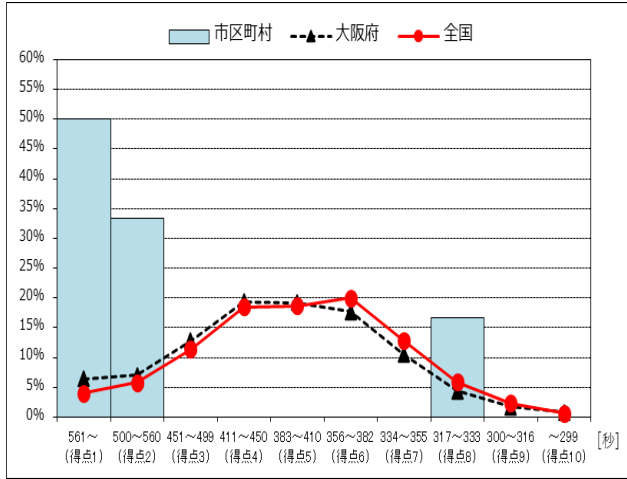
R06(2024) 全国 - 豊中市【T得点】



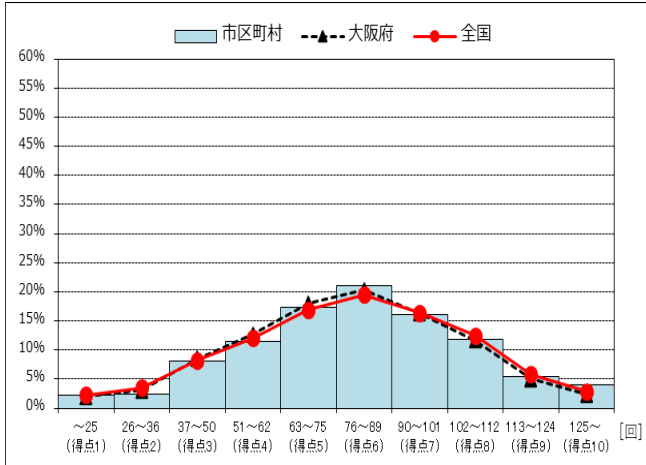
《反復横とび》



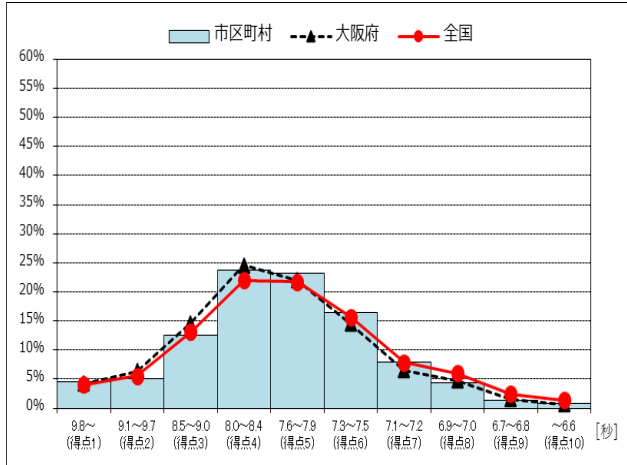
《持久走》



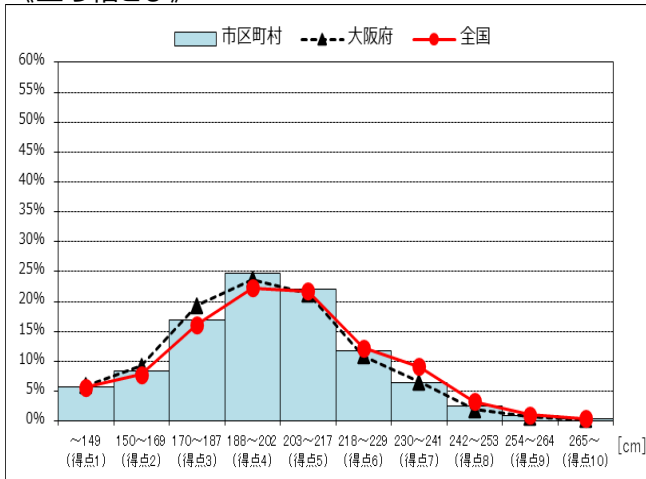
《20mシャトルラン》



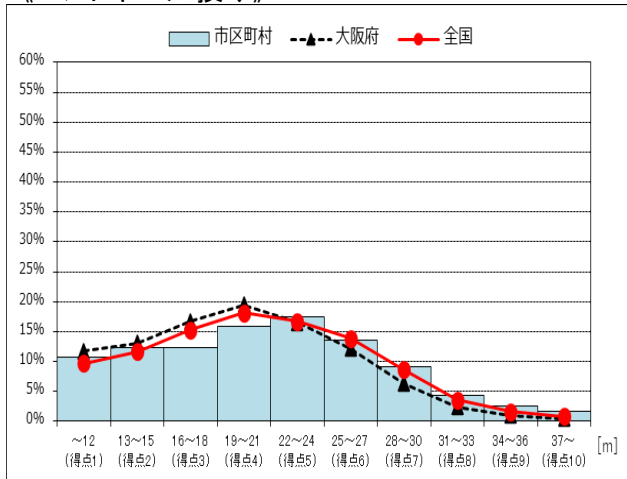
《50m走》



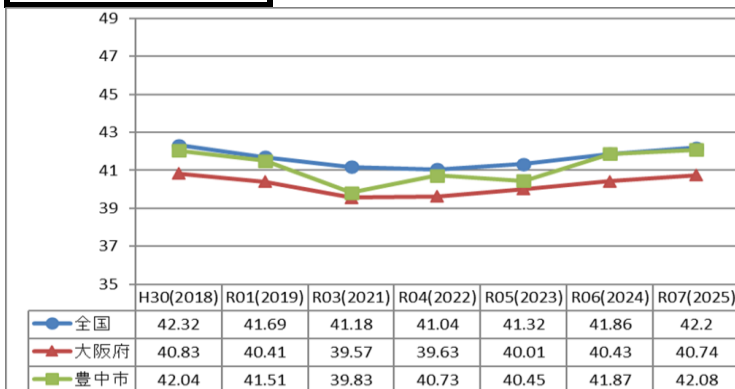
《立ち幅とび》



《ハンドボール投げ》



体力合計点の推移



＜各種目について＞

- 20mシャトルラン、ボール投げにおいて全国平均を上回った。
- 長座体前屈において前年度を上回った。

＜体力合計点について＞

- 前年度比 … +0.21ポイント
- 全国比 … -0.12ポイント
- 大阪府比 … +1.34ポイント
- 豊中市は令和6年度から7年度にかけて、上昇傾向がみられ、令和7年度は大阪府の平均を上回った。

②中学校2年生・義務教育学校8年生(女子)

※網掛けは前年度を上回った数値

中学校		種目別平均						
		握力	上体起こし	長座体前屈	反復横とび	持久走*	20mシャトルラン	50m走
		kg	回	cm	点	秒	回	秒
2年女子	全国	23.15	21.70	46.99	45.74	309.66	50.60	8.97
	大阪府	22.59	21.60	46.29	45.38	324.58	50.10	9.09
	豊中市	22.49	21.77	47.71	44.57	335.14	52.43	9.10

全国平均との比較 ▼ 0.66 △ 0.07 △ 0.72 ▼ 1.17 ▼ 25.48 △ 1.83 △ 0.13

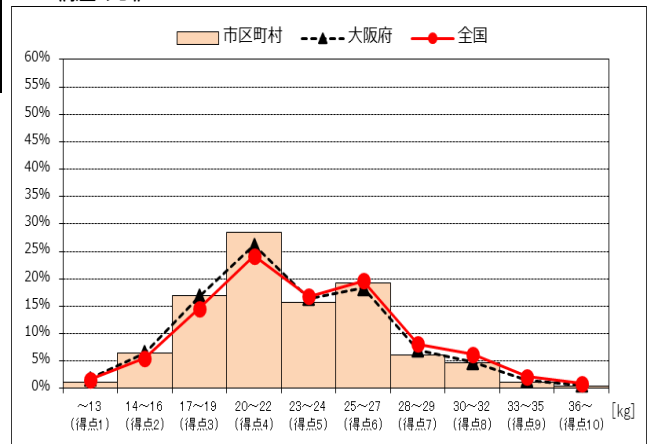
(*R7 持久走は参考値扱い)

中学校		種目別平均		体力合計点
		立ち幅とび	ボール投げ	
		cm	m	
2年女子	全国	166.44	12.43	47.58
	大阪府	163.07	11.87	46.23
	豊中市	164.08	12.43	47.09

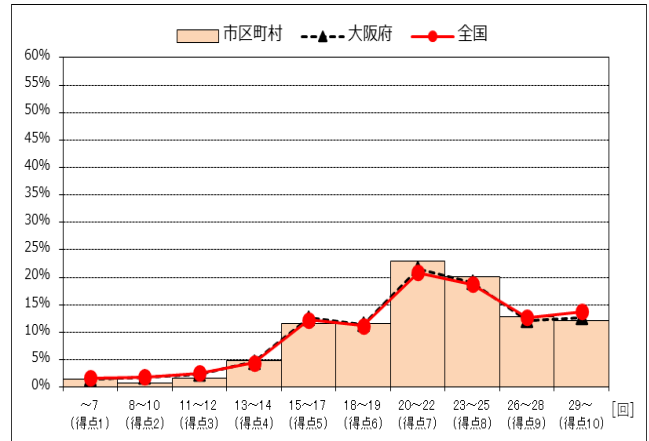
全国平均との比較 ▼ 2.36 = 0.00 ▼ 0.49

実技度数分布 ※市区町村＝豊中市

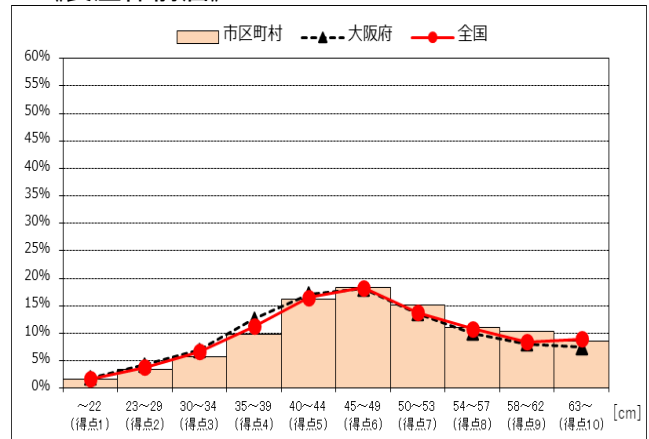
《握力》



《上体起こし》

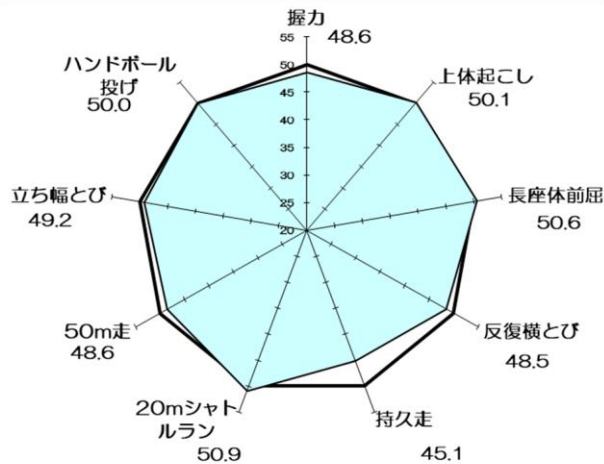


《長座体前屈》

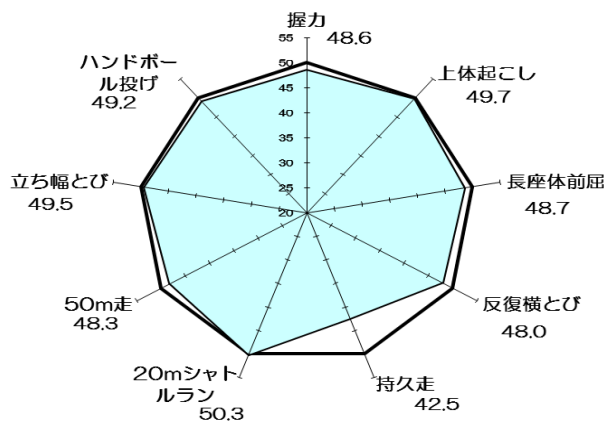


T得点

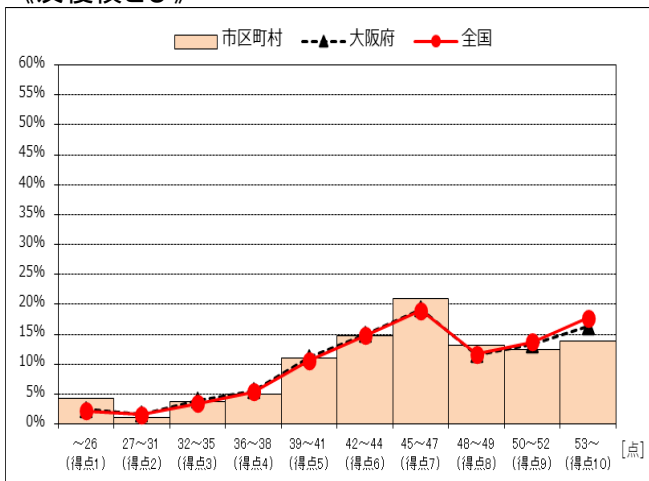
R7(2025) 全国 - 豊中市【T得点】



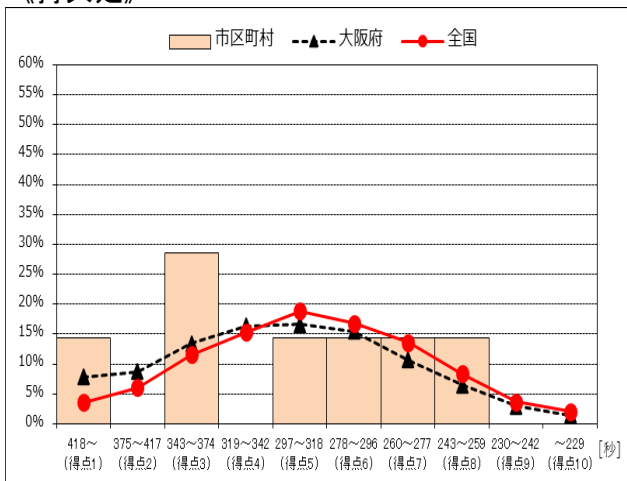
R6(2024) 全国 - 豊中市【T得点】



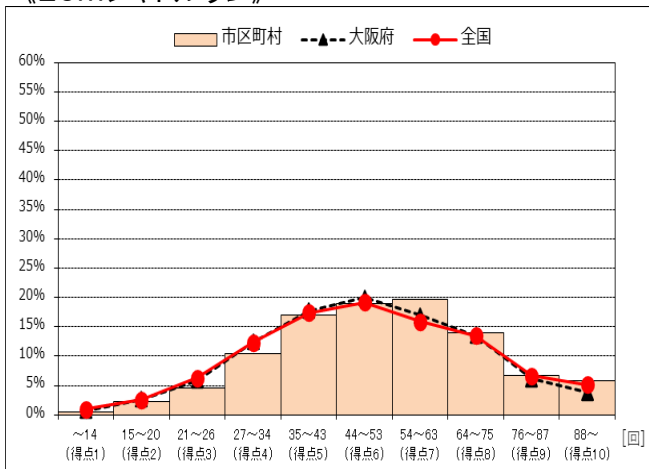
《反復横とび》



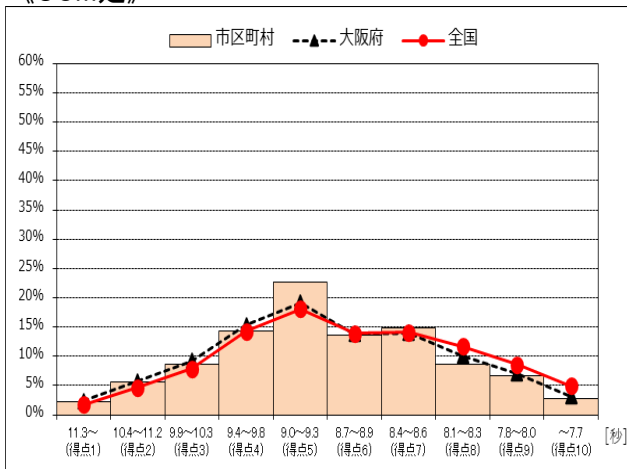
《持久走》



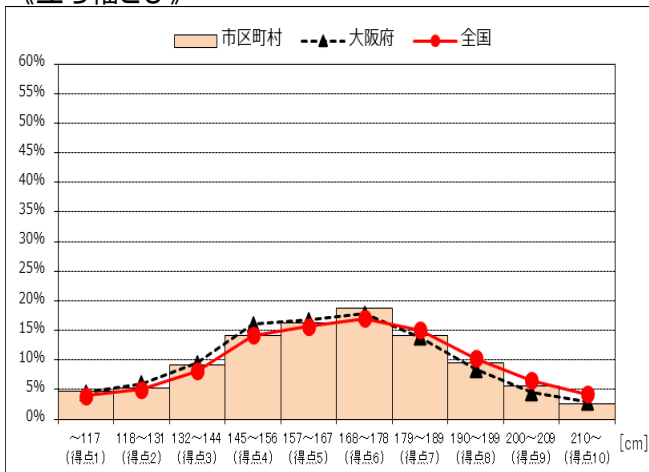
《20mシャトルラン》



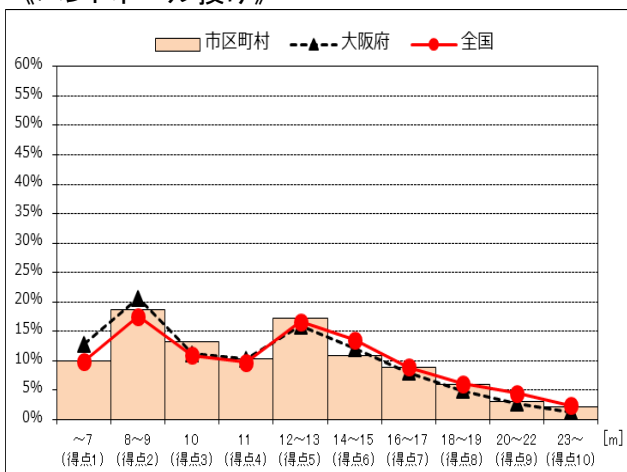
《50m走》



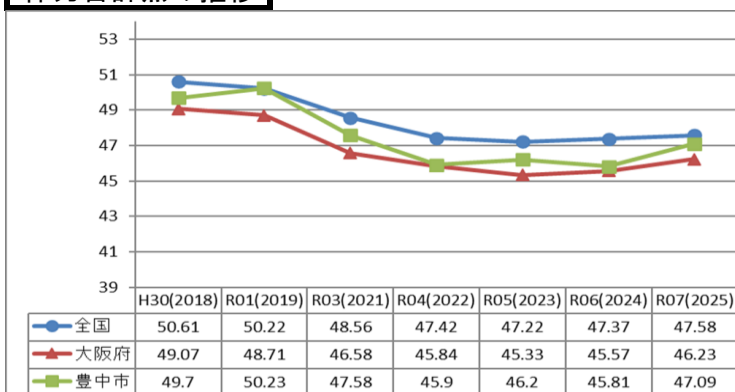
《立ち幅とび》



《ハンドボール投げ》



体力合計点の推移



《各種目について》
 ○上体起こし、長座体前屈、20mシャトルラン、50m走において全国平均を上回った。
 ○上体起こし、長座体前屈をはじめ、複数の種目において前年度を上回った。

《体力合計点について》
 ○前年度比 … +1.28ポイント
 ○全国比 … -0.49ポイント
 ○大阪府比 … +0.86ポイント
 ○豊中市は令和6年度から7年度にかけて大幅に上昇し、令和7年度は大阪府を上回った。

(2) 児童生徒質問紙調査結果

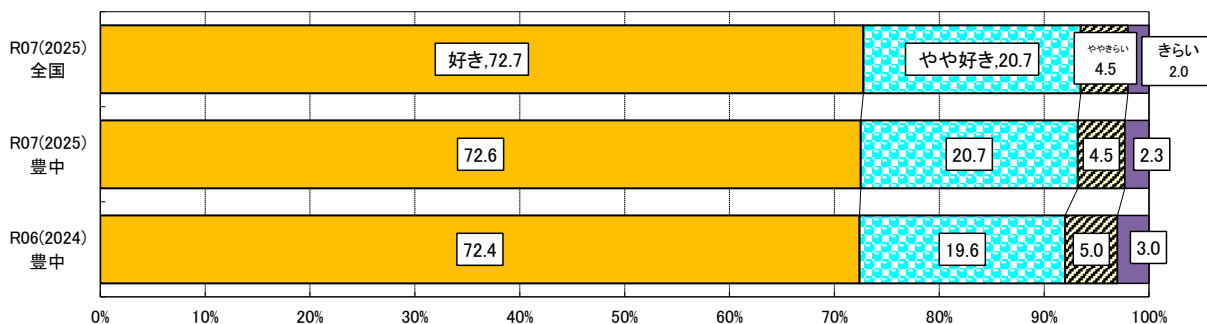
① 運動やスポーツに対する意識

【運動やスポーツの好き・きらい(小学校・義務教育学校5年生)】

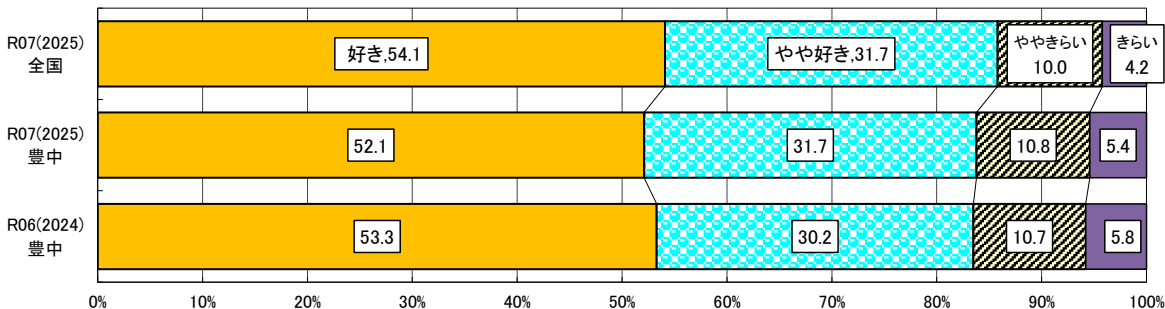
問 運動(体を動かす遊びをふくむ)やスポーツをすることは好きですか。

- ・運動やスポーツをすることが「好き」+「やや好き」の割合は、全国と比べ、男女ともに下回った。
- ・運動やスポーツをすることが「好き」+「やや好き」の割合は、令和6年度(2024年度)の豊中市と比べ、男女ともに向上した。
- ・運動やスポーツをすることが「好き」の集団は、それ以外の集団に比べ体力合計点が高いという傾向が、男女ともに見られた。

男子



女子

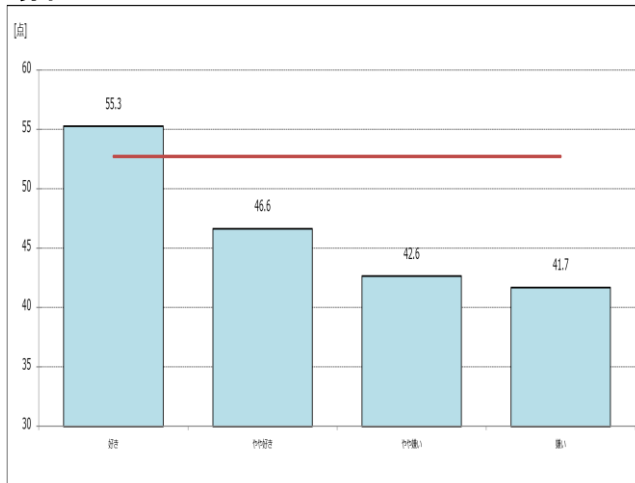


体力合計点との関連

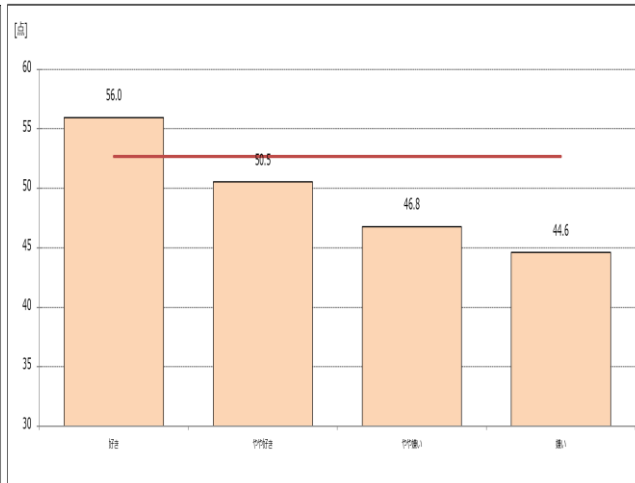
※それぞれ回答した集団ごとの体力合計点の平均をグラフ化したものです

※横線は豊中市の体力合計点の単純平均(質問紙項目を加味しない)を表します

男子



女子

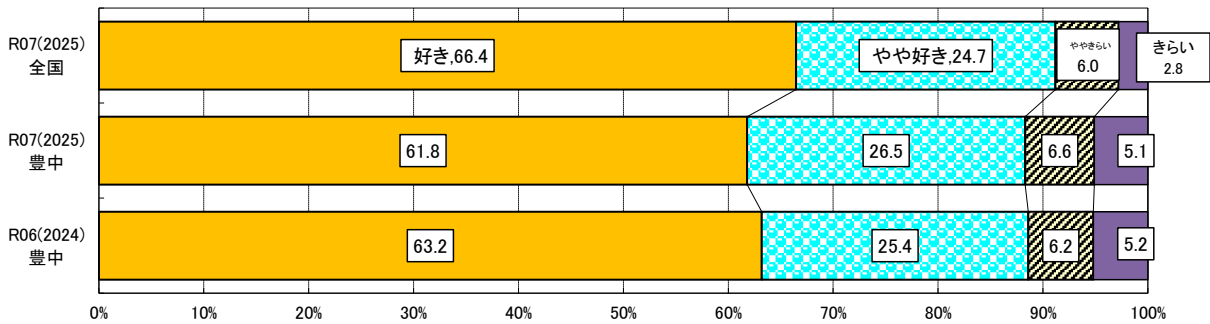


【運動やスポーツの好き・きらい(中学校2年生・義務教育学校8年生)】

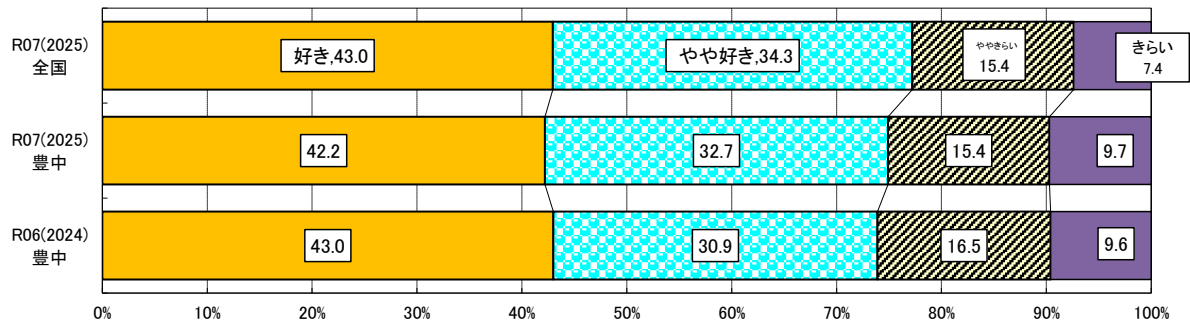
問 運動(体を動かす遊びを含む)やスポーツをすることは好きですか。

- ・運動やスポーツをすることが「好き」+「やや好き」の割合は、全国と比べ、男女とも下回った。
- ・運動やスポーツをすることが「好き」+「やや好き」の割合は、令和6年度(2024年度)の豊中市と比べ、男子は若干低下、女子は向上した。
- ・運動やスポーツをすることが「好き」の集団は、それ以外の集団に比べ体力合計点が高いという傾向が、男女ともに見られた。

男子

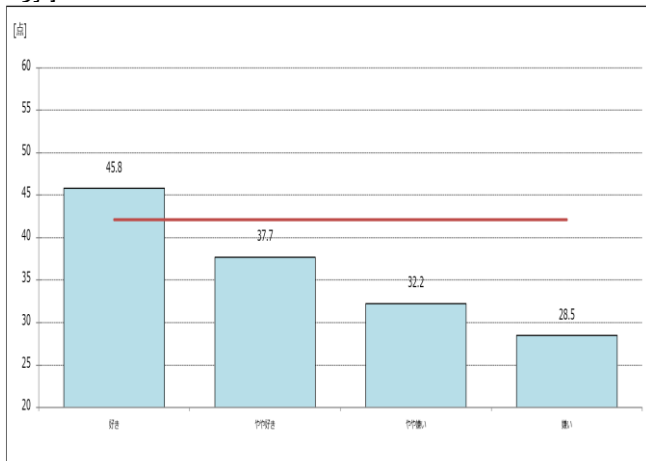


女子

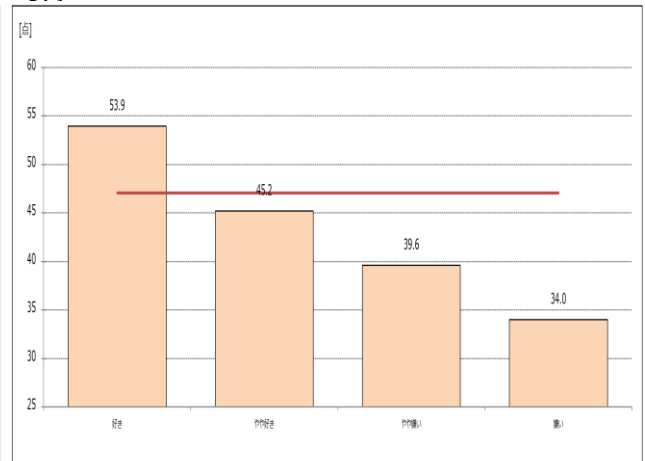


体力合計点との関連 ※それぞれ回答した集団ごとの体力合計点の平均をグラフ化したものです
 ※横線は豊中市の体力合計点の単純平均(質問紙項目を加味しない)を表します

男子



女子



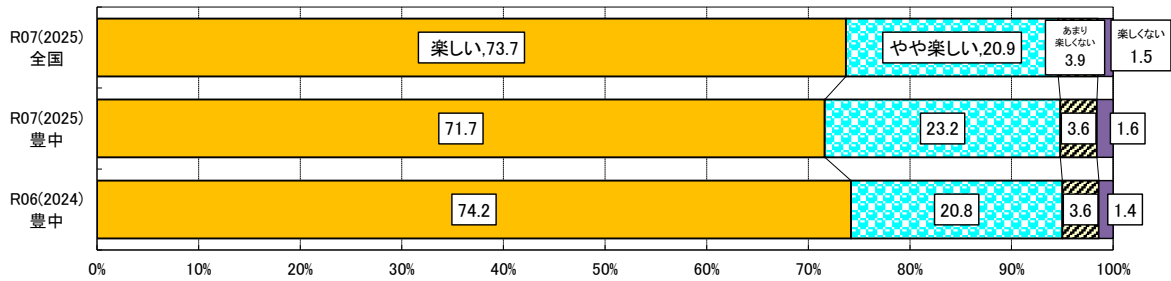
②体育・保健体育の授業に対する意識

【体育の授業を楽しいと思うか(小学校・義務教育学校5年生)】

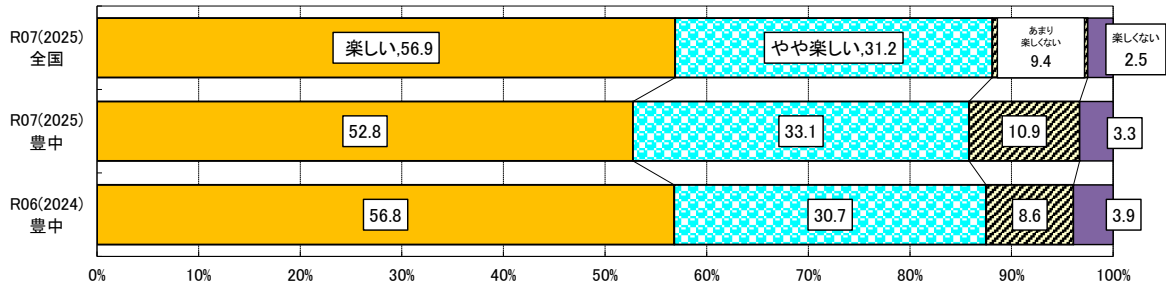
問 体育の授業は楽しいですか。

- ・体育の授業を「楽しい」+「やや楽しい」と思う割合は、全国と比べ、男子は上回り、女子は下回った。
- ・体育の授業を「楽しい」+「やや楽しい」と思う割合は、令和6年度(2024年度)の豊中市と比べ、男女ともに低下した。
- ・体育の授業を「楽しい」と思う集団は、それ以外の集団に比べて体力合計点が高いという傾向が、男女ともに見られた。

男子



女子

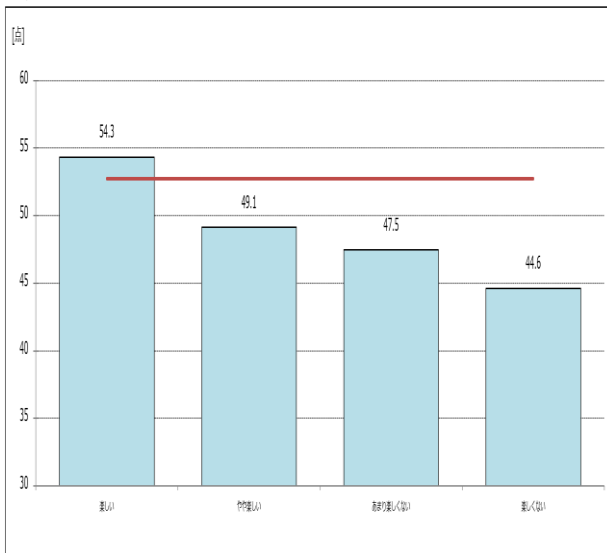


体力合計点との関連

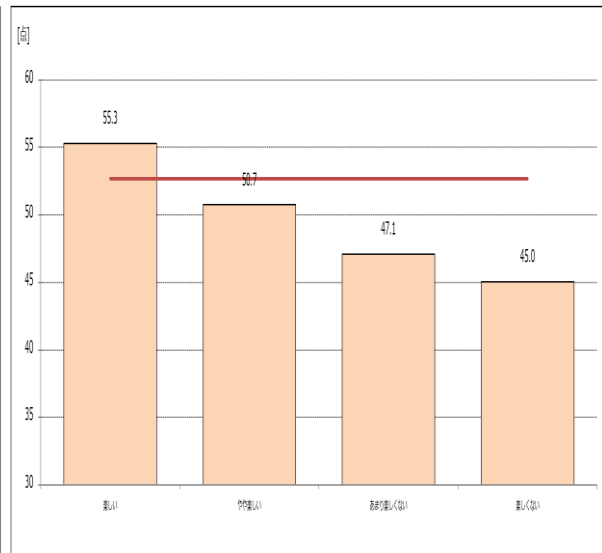
※それぞれ回答した集団ごとの体力合計点の平均をグラフ化したものです

※横線は豊中市の体力合計点の単純平均(質問紙項目を加味しない)を表します

男子



女子

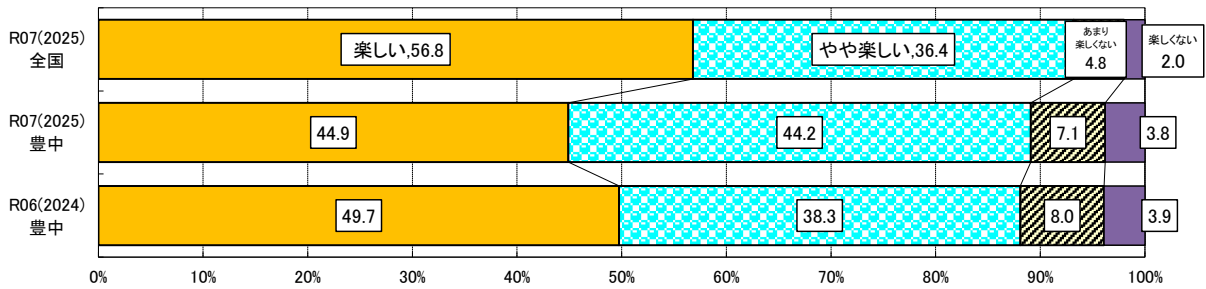


【保健体育の授業を楽しいと思うか(中学校2年生・義務教育学校8年生)】

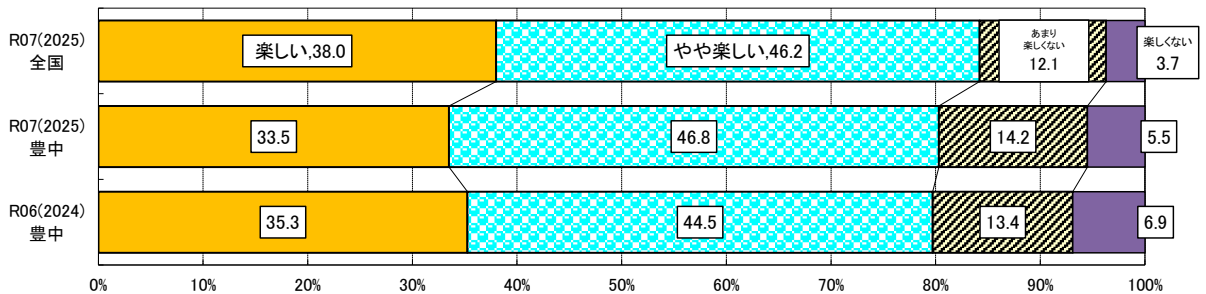
問 保健体育の授業は楽しいですか。

- ・保健体育の授業を「楽しい」+「やや楽しい」と思う割合は、全国と比べ、男女ともに下回った。
- ・保健体育の授業を「楽しい」+「やや楽しい」と思う割合は、令和6年度(2024年度)の豊中市と比べ、男女ともに向上した。
- ・保健体育の授業を「楽しい」と思う集団は、それ以外の集団に比べて体力合計点が高いという傾向が、男女ともに見られた。

男子



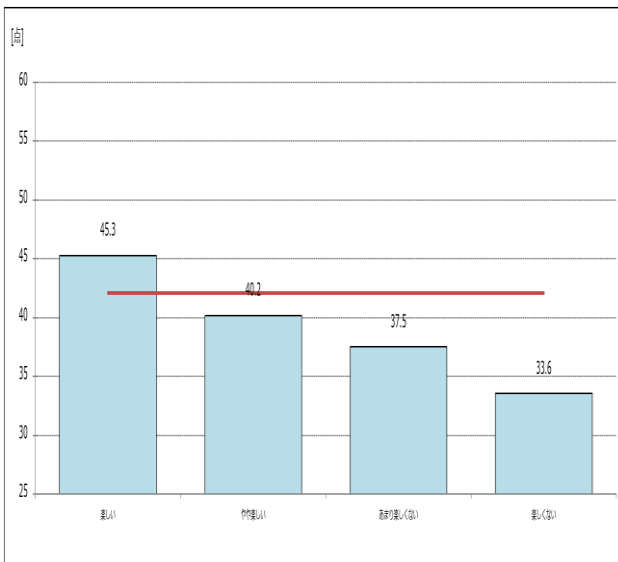
女子



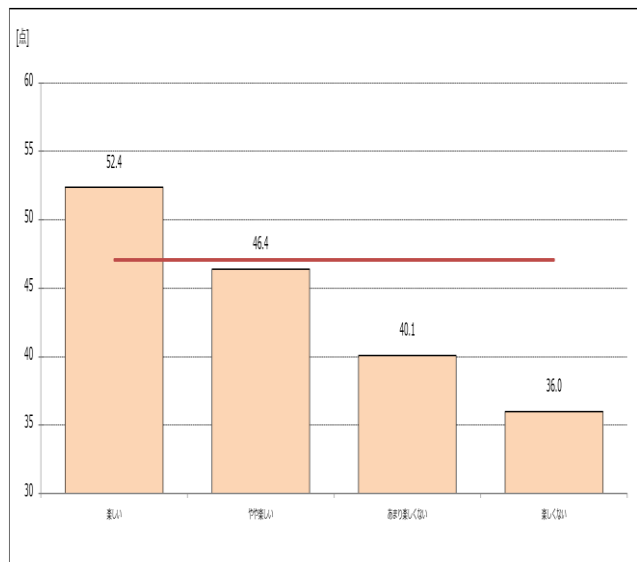
体力合計点との関連

※それぞれ回答した集団ごとの体力合計点の平均をグラフ化したものです
 ※横線は豊中市の体力合計点の単純平均(質問紙項目を加味しない)を表します

男子



女子



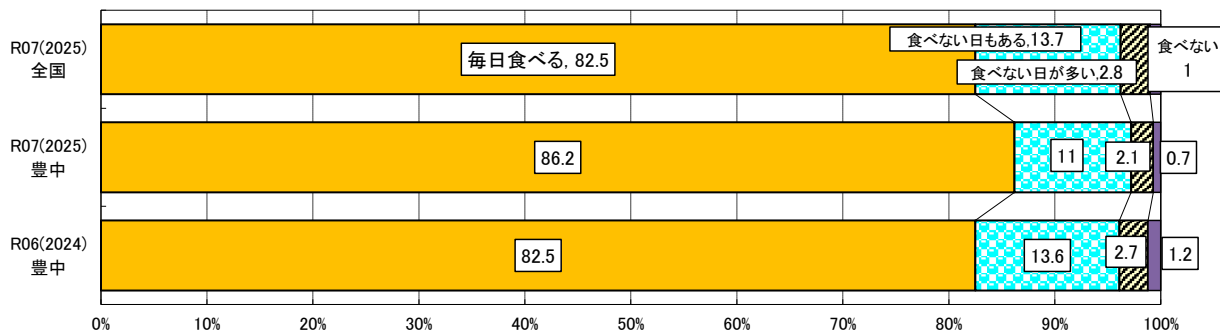
③生活習慣と体力

【朝食摂取の状況(小学校・義務教育学校5年生)】

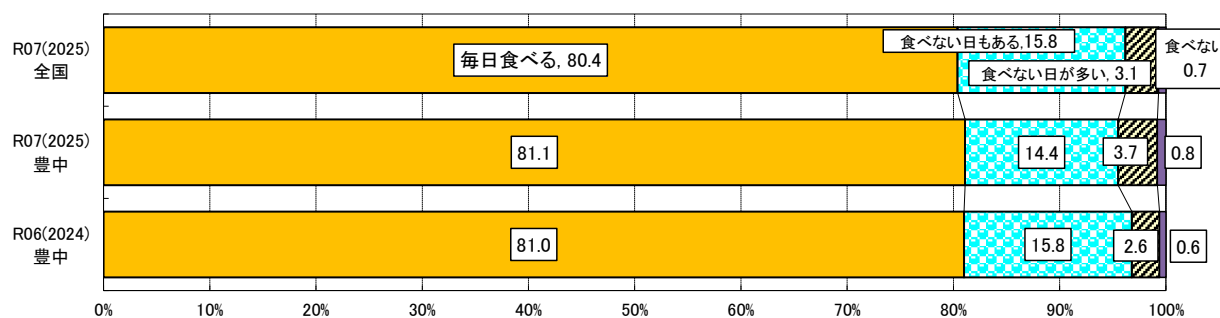
問 朝食は毎日食べますか。(学校が休みの日もふくめます)

- ・朝食を「毎日食べる」の割合は、全国と比べ、男女とも上回った。
- ・朝食を「毎日食べる」の割合は、令和6年度(2024年度)の豊中市と比べ、男女とも上回った。
- ・朝食を「毎日食べる」の集団は、男女とも豊中市の体力合計点の平均値を上回った。

男子



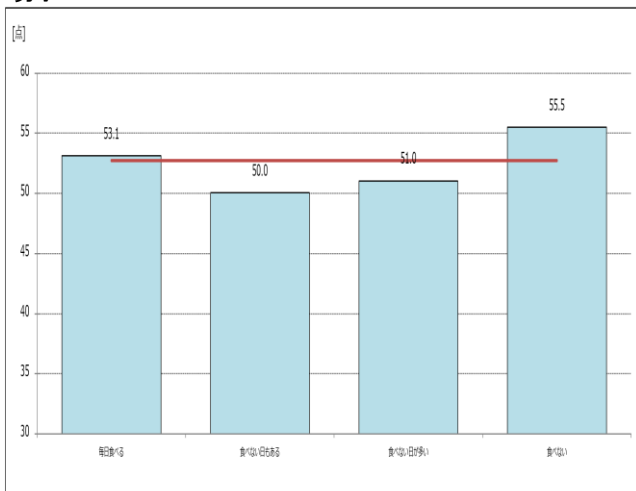
女子



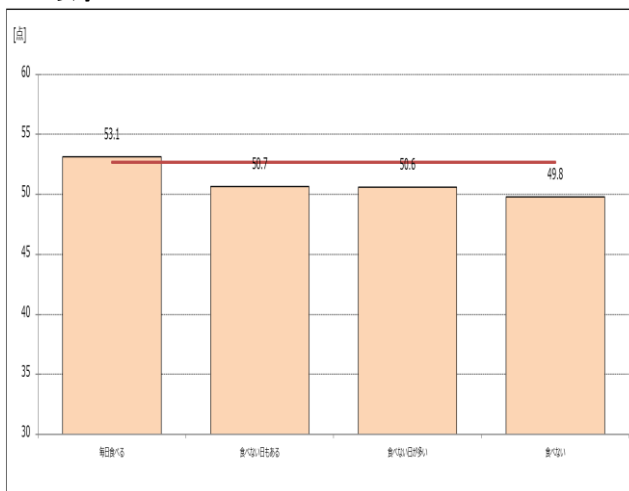
体力合計点との関連

※それぞれ回答した集団ごとの体力合計点の平均をグラフ化したものです
 ※横線は豊中市の体力合計点の単純平均(質問紙項目を加味しない)を表します

男子



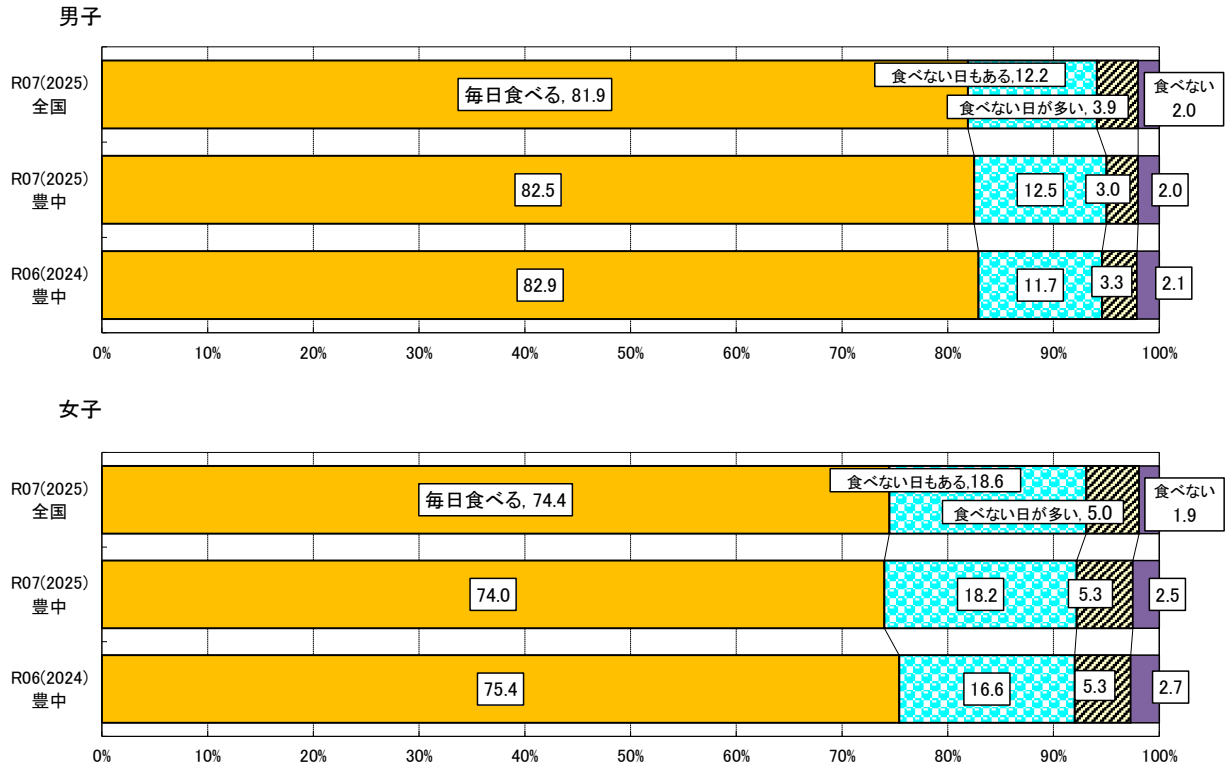
女子



【朝食摂取の状況(中学校2年生・義務教育学校8年生)】

問 朝食は毎日食べますか。(学校が休みの日も含める)

- ・朝食を「毎日食べる」の割合は、全国と比べ、男子は上回り、女子は下回った。
- ・朝食を「毎日食べる」の割合は、令和6年度(2024年度)の豊中市と比べ、男女とも下回った。
- ・朝食を「毎日食べる」の集団は、男女とも豊中市の体力合計点の平均値を上回った。



体力合計点との関連 ※それぞれ回答した集団ごとの体力合計点の平均をグラフ化したものです
 ※横線は豊中市の体力合計点の単純平均(質問紙項目を加味しない)を表します

