

2. 調査研究

地域における小中学生の身体活動・運動促進のための 評価ツールの開発

—全国体力・運動能力、運動習慣等調査データを活用した地域間比較—

岡田 真平* **

安部 孝文** 上田 憲嗣*** 田中 千晶****

抄録

本研究は、地域単位で小中学生の身体活動・運動促進に向けた取り組みを進める誘因とするために、各小中学校が毎年実施している全国体力・運動能力、運動習慣等調査のデータを活用した地域間比較が可能な評価ツールを開発することを目的とした。

対象は、都市近郊と中山間地、東日本と西日本、の2つの条件を掛け合わせた4タイプの調査フィールドであり、平成28年度全国調査のデータ提供と、評価項目や評価ツールに関するヒアリング調査の協力を受け、得られた情報を元に評価ツールを作成した。

評価ツールは、「子どもたちの元気つうしんぼ～全国体力・運動能力、運動習慣等調査を活かしたワークシート～」とし、10の評価項目に関して自分たちの地域のデータを書き込むとともに、それらの値が、全国や都道府県の値の中で相対的にどのような位置にあるかを示すことにより、身体活動・運動促進に関わる地域の強み（望ましい点）や課題（改善すべき点）を知ることができるものとした。併せて、各地域や学校現場が、自分たちのデータでシートを作成できるように、作成・活用ガイドも整備した。

本研究から、小中学生の身体活動・運動の促進に向けて現場で検討を深めるための評価ツールが開発できた。今後は、国が行う全国調査の中に身体活動量等に関する標準化された設問を加えることや、国が現場に提供する資料の中に今回開発した評価ツールが組み込まれるように働きかけることが課題である。

キーワード：全国体力・運動能力、運動習慣等調査，教育委員会，学校，PDCA

* 公益財団法人身体教育医学研究所

**** 立命館大学スポーツ健康科学部

** 東京医科大学公衆衛生学分野

***** 桜美林大学総合科学系

*** 島根大学地域包括ケア教育研究センター

1. はじめに

モータリゼーションや、都市化による自然環境の喪失、情報化や電子化社会の急速な進展、地域コミュニティや家族形態の変化といった状況が重なる現代社会は、子どもたちにとって活動的な時間を過ごしやすい環境とは言い難い¹⁾。子どもの身体活動不足は国際的な課題でもあり、“The Report Card on Physical Activity for Children and Youth” が 2014 年に示され²⁾、国際比較から各国の課題を明確にするプラットフォームとなった³⁾。その趣旨に賛同して、日本における初版 “The 2016 Japan Report Card on Physical Activity for Children and Youth” が 2016 年に出版されたが (Tanaka et al. 2016)⁴⁾、今後、実際に日本の子どもたちの身体活動・運動促進に活かしていくには、国全体の状況を示すことに加えて、国内各地域の状況を”見える化”し、それぞれの実情に応じた具体的な対策を、市町村や教育委員会、学校単位で講じるように促すことが効果的である。

ところで国は、小中学生の体力の向上に係る施策の成果と課題を検証し、その改善を図ることを目的として、毎年、全国の小学校 5 年生と中学校 2 年生を対象として、「全国体力・運動能力、運動習慣等調査」を実施している。平成 20 年度以降は悉皆調査として実施（ただし、平成 22, 24 年度は抽出調査で、平成 23 年度は東日本大震災で実施せず）されており、平成 29 年度は全国で小学校 20,137 校（実施率 98.6%）、中学校 10,589 校（実施率 96.4%）が行っている⁵⁾。これにより、各教育委員会は、小中学生の体力の向上に

関する継続的な検証改善サイクルを確立することが求められ、各学校は、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ことが求められている。そこでスポーツ庁は、この調査結果が学校や地域の現場に役立つように、「活用シート」や結果資料 CD を、毎年の調査結果報告書とともに全教育委員会及び学校に提供し、体力向上への取り組みに活かすように促している⁶⁾。しかし、基本的には体力そのものに重点が置かれたものになっており、この調査で同時に把握されている運動習慣等に視点を置いた「活用シート」にはなっていない。

そこで本研究は、地域単位で小中学生の身体活動・運動促進に向けた取り組みを進める誘因とするために、各小中学校が毎年実施している全国体力・運動能力、運動習慣等調査のデータを活用した地域間比較が可能な評価ツールを開発することを目的とした。

2. 方法

(1) 調査フィールドの選定

調査フィールドは、都市近郊か中山間地か、東日本か西日本か、の 2 つの条件を掛け合わせた 4 タイプでそれぞれ 1 自治体ずつを選定した。そのうち中山間地は、東日本では長野県東御市（平成 27 年国勢調査人口 30,107 人、面積 112.4 km²）から、西日本では島根県雲南市（同人口 39,032 人、面積 553.2 km²）から、それぞれ事前に調査協力の内諾を得ていた。これらの自治体はいずれも、総務省が定める一般市（指定都市、中核市、特例市、

特別区を除く市のこと)の類型区分の基準となる産業構造(産業別就業人口の構成比)において「第二次産業と第三次産業の合計が90%未満」に該当していた⁷⁾。そこで都市近郊自治体は、この条件に該当しない一般市の中から、関東圏、関西圏において共同研究者が選定することとした。その結果、都市近郊は、東日本では関東圏のM市(同人口432,348人、面積71.8km²)を、西日本では関西圏のK市(同人口137,247人、面積67.8km²)を、それぞれ調査フィールドの候補とした。

以上、調査フィールド候補に挙がった4つの自治体において、①平成28年度全国体力・運動能力、運動習慣等調査⁸⁾(以下、平成28年度全国調査)のデータ提供が可能であること、②平成28年度全国調査データを活用した評価ツールの開発過程で、ヒアリング調査等への協力が得られること、の2点に関して、教育委員会もしくは学校が承諾できることを条件としたところ、4つの自治体全てが調査フィールドに確定した。

(2) ヒアリング調査の実施

ヒアリング調査は、各フィールドにおいて、平成28年度全国調査のデータ提供の了解が得られた市教育委員会の関係者、もしくは学校関係者を対象に実施した。

ヒアリングの内容は、

- ・ 評価ツールに採用することが望ましい平成28年度全国調査の項目とその理由
 - ・ 評価ツールで工夫すべき点や使用上の注意点等
- の2点とし、各フィールドの様々な立場の協力者から意見集約を行った。

各フィールドにおけるヒアリング調査協力者は次の通りであった。

- a. 東日本中山間地(長野県東御市)
 - ・ 市教育委員会事務局関係者7名
 - ・ 市内小中学校長2名
 - ・ 各小中学校体育主任7名
 - ・ 小学校学級担任3名
 - ・ 小学校の体力向上事業に対する学外支援者(スポーツ推進委員等)4名
- b. 西日本中山間地(島根県雲南市)
 - ・ 市教育委員会事務局関係者1名
 - ・ 市内小学校長1名
 - ・ 小学校の体力向上事業に対する学外支援者(研究者等)4名
- c. 東日本都市近郊(関東圏M市立小学校)
 - ・ 小学校長1名
 - ・ 小学校の体力向上事業に対する学外支援者(研究者等)1名
- d. 西日本都市近郊(関西圏K市)
 - ・ 市教育委員会事務局関係者1名
 - ・ 小学校の体力向上事業に対する学外支援者(研究者等)3名

(3) 評価ツールの作成

評価ツールの作成は、評価項目の確定とフォーマットの確定の2段階で行った。

評価項目の確定は、“The 2016 Japan Report Card on Physical Activity for Children and Youth”(以下、レポートカード)の指標を考慮しつつ、平成28年度全国調査の項目の中から評価ツールに採用することが望ましいとヒアリングの中で意見が得られた項目に絞り込んだうえで、立場に偏りのない共同研究者等(子どもの身体活動の専門家、学校体育の専門家、教職経験者、健康運動指導士)6名の最終的な合意のもとで決定した。

評価ツールのフォーマットの確定は、調査フィールドの平成28年度全国調査のデータを用いて、実際に評価ツールを試作してヒアリング調査協力者に提示し、それに対して得られた意見を参考にしたうえで、評価項目の確定と同様の共同研究者等の最終的な合意のもとで決定した。

(4) 倫理的配慮

本研究のデータは、平成28年度全国調査を元にした、教育委員会もしくは学校単位の集計結果のみで、個人情報を取り扱っていない。また、ヒアリング調査に関しても、協力者全員の匿名化はもとより、一部の学校名、自治体名についても、匿名化の配慮を行った。

3. 結果と考察

(1) 評価項目の確定

1) 評価項目に関する意見の内容

地域における小中学生の身体活動・運動促進のための評価として、レポートカードの11の指標を考慮しつつ、平成28年度全国調査の設問の中から採用すべき項目とその理由について得られた意見を要約すると次の通りであった。

- ・ レポートカードの指標「日常生活全般の身体活動量」と「活動的な遊び」に関連する設問として、体育の授業を除く1日の運動（体を動かす遊びを含む）やスポーツの実施時間を曜日ごとに聞いており、それを合計した1週間の総運動時間が算出・集計されている。毎年継続的に調査されている項目でもあるので、活用することが望ましい。
- ・ 平成28年度全国調査の中では、1週

間の総運動時間が「日常生活全般の身体活動量」に最も近い評価項目と考えられるが、本来的には、授業中の運動や、移動時の歩行なども含む、日常生活全般の身体活動量が把握できた方がよい。できれば、小中学生の身体活動量が把握可能な標準的な設問が、毎年行われる全国調査に採用されればよいのではないかと。

- ・ レポートカードでは「活動的な遊び」が単独の指標となっていることを考慮すると、身体活動全般、遊び、運動・スポーツ、その他の活動をどのように区分けするか、もしくはどこまで把握するかも含めて、もう少し検討が必要かもしれない。
- ・ レポートカードの指標「組織化されたスポーツへの参加」については、学校の運動部や地域のスポーツクラブに入っているか否かの設問がある。ただし現状は複数回答が可能な聞き方であり、特に中学校の場合は文化部に関する回答も含まれるため、結果的に組織的なスポーツへの参加割合が把握できない。また、所属の有無だけを聞いており、参加や実施の頻度に関する量的な情報がないため、「組織化されたスポーツへの参加」の状況を把握するのであれば、今後は設問の工夫が必要と思われる。
- ・ レポートカードの指標「活動的な移動手段」については、ふだんの登校方法に関する設問が平成28年度全国調査から加わっており（平成29年度も継続）、活用したい項目である。
- ・ 登校方法の選択については、自宅と

学校との物理的距離や、交通や防犯等の安全面の課題、その他諸々の諸条件が影響するため、この評価項目に対する改善を短絡的に学校や家庭には求めにくい。例えば、安易に自家用車での送迎が行われている地域の実情があれば、考慮・改善すべき項目になるが、そうでなければ、この値を参考に、活動的な移動以外の日常生活全般の中でいかに身体活動量を確保し、活動的な移動の不足を補完するか？の参考程度に扱うのが現実的だと思われる。

- ・ レポートカードの指標「座位行動」に関しては、スクリーンタイム（テレビ等の視聴や PC 等の使用）に視点が置かれている。平成 28 年度全国調査では、テレビやビデオ・DVD 等（テレビゲームを含む）の視聴時間を聞いており、必要な項目である。
- ・ 平成 28 年度全国調査では、テレビやビデオ・DVD 等の視聴時間の回答の選択肢が、1 時間未満、1 時間以上 3 時間未満、3 時間以上…と粗い区分けであり、状況が異なる平日と休日も分けて聞いていない。一方、平成 29 年度の同調査は、平日と休日で設問が分かれ、かつ 1 時間単位でスクリーンタイムを把握しており、望ましい方向に改善されている。いずれは、平日・休日それぞれで、科学的根拠に基づく推奨値を考慮した状況把握ができる設問になれば良い。
- ・ レポートカードの指標にも含まれる「体力」「体型」に関しては、毎年度の調査結果で示すことができる。た

だし、体力の向上や体型の改善自体が強調され過ぎると、逆に子どもたちの運動離れ、運動嫌いを助長する危険性もあるため、取り扱いには注意が必要である。体力や体型は、それ自体を目的に置くのではなく、身体活動・運動促進を目的とした結果として付随する副次的な効果とするのが良いのではないか。

- ・ レポートカードの指標「家族および仲間の影響」に関しては、家族から運動やスポーツを勧められるかどうかの設問が毎年あり、身体活動・運動促進に影響する環境要因の一つとして評価に活用できると思われる。
- ・ レポートカードの残りの指標である「学校」、「地域社会と構築環境」、「政府戦略と投資」に関して平成 28 年度全国調査で得られるデータはなく、現場よりも上位の課題でもあるため、評価に含む必要はないのではないか。
- ・ レポートカードの指標には含まれていないが、小中学生の身体活動・運動促進に関連して、運動・スポーツが好きかどうか、体育の授業が楽しいかどうか、については、生涯にわたる身体活動・運動の実施に影響しうる可能性が高い項目として重要と思われる。また、「運動やスポーツが好き」、「体育の授業が楽しい」と思える子どもたちを増やすことは学校現場の目標としても位置づけやすく、身体活動・運動促進にも貢献し得る可能性が高いことから、評価項目に含んだ方がよいのではないか。
- ・ 小中学生の健康支援は、「身体活動・

表 1 確定した評価項目と各項目の性・学年別統計量（全国値、都道府県最大・最小値）

評価項目(上段)、平成28年度全国調査の設問(中段)、数値の算出方法(下段)	男子				女子							
	小学校5年生	中学校2年生	小学校5年生	中学校2年生	小学校5年生	中学校2年生	小学校5年生	中学校2年生				
①運動・スポーツが好き 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。 ⇒「好き」と回答した割合	全国 73.0%	63.2%	56.8%	46.8%	79.4% 秋田	70.5% 愛知	69.8% 秋田	59.6% 岐阜	63.6% 山梨	52.5% 鳥取	51.4% 山梨	40.6% 鳥取
②運動・遊び・スポーツ時間(分) 学校の保健体育の授業以外で、運動(体を動かす遊びを含む)やスポーツを合計で1日およそどのくらいの時間していますか。 ⇒「月曜から日曜までの時間を合計した1週間の総運動時間(分)」	全国 601.4	943.5	369.5	668.7	725.3 沖縄	503.0 長野	1107.9 愛媛	810.4 東京	467.0 青森	290.9 長野	797.0 愛媛	564.7 東京
③朝食を毎日食べる 朝食は毎日食べますか。(学校が休みの日も含める) ⇒「毎日食べる」と回答した割合	全国 84.0%	82.8%	84.6%	80.2%	87.8% 長野	79.8% 福岡	89.4% 石川	77.8% 大阪	88.5% 東京	79.9% 大阪	86.7% 石川	73.5% 高知
④睡眠が8時間以上 毎日どのくらい寝ていますか。 ⇒「8時間以上」と回答した割合	全国 57.8%	21.7%	62.1%	15.7%	62.6% 長野	52.3% 徳島	29.2% 沖縄	16.4% 福島	68.0% 山梨	56.6% 鹿児島	21.5% 北海道	11.4% 福島
⑤テレビ等が1時間未満 ふだんの平日について、1日にどれくらいの時間、テレビやビデオ・DVDを見たり、聞いたりしますか。(テレビゲームを含む) ⇒「1時間未満」か「全く見たり、聞いたりしない」と回答した割合	全国 20.5%	15.4%	27.3%	18.6%	27.9% 宮崎	15.1% 新潟	21.9% 宮崎	11.2% 三重	33.6% 宮崎	21.8% 新潟	24.4% 宮崎	14.0% 三重
⑥登校が徒歩か自転車 ふだんの登校方法について、当てはまるものを全て選んでください。 ⇒「徒歩」の回答割合と「自転車」の回答割合との合計	全国 95.1%	95.7%	95.0%	95.3%	99.7% 大阪	81.7% 沖縄	103.9% 北海道	77.0% 沖縄	99.7% 大阪	80.7% 沖縄	107.4% 北海道	71.9% 沖縄
⑦家族が運動を勧める 家の人から運動やスポーツを積極的にやることを勧められることがありますか。 ⇒「よくある」と回答した割合	全国 26.5%	27.2%	16.7%	19.4%	30.3% 秋田	21.1% 和歌山	35.1% 沖縄	23.6% 愛知	21.2% 青森	12.4% 和歌山	24.0% 岩手	15.6% 奈良
⑧体育の授業が楽しい 体育(保健体育)の授業が楽しいですか。 ⇒「楽しい」と回答した割合	全国 73.3%	49.9%	60.4%	38.8%	77.3% 秋田	69.6% 鳥取	64.2% 秋田	41.0% 沖縄	67.9% 山梨	54.1% 大分	48.5% 秋田	30.3% 滋賀
⑨体力総合評価がAかB 8つの実技に関する調査の結果を項目別得点表で換算した得点の合計について、総合評価基準表に照らして得られる5段階評価 ⇒「A」か「B」に該当した割合	全国 36.8%	33.5%	25.1%	60.9%	54.1% 福井	29.3% 愛知	49.7% 茨城	25.9% 神奈川	30.7% 大分	21.3% 愛知	76.2% 福井	48.2% 北海道
⑩体型が正常範囲 学校保健統計調査様式で計算される肥満度(過体重度)=[実測体重(kg)-身長別標準体重(kg)]/身長別標準体重(kg)×100(%) ⇒「-20%超～+20%未満」に該当した割合	全国 87.2%	89.7%	89.5%	89.5%	91.1% 鳥根	82.4% 福島	92.2% 石川	85.5% 青森	92.1% 鳥根	86.2% 福島	91.4% 京都	86.7% 福島

運動促進」だけでなく、「早寝早起き朝ごはん」国民運動⁹⁾との関連付けも重要であることから、平成28年度全国調査だけでなく、毎年設問に含まれている朝食欠食の有無や睡眠時間も評価項目に含んではどうか。

2) 確定した評価項目と統計量

以上の意見等をふまえたうえで、評価項目は次の10項目とした。

- ① 運動・スポーツが好き
- ② 運動・遊び・スポーツ時間(分)
- ③ 朝食を毎日食べる
- ④ 睡眠が8時間以上
- ⑤ テレビ等が1時間未満
- ⑥ 登校が徒歩か自転車
- ⑦ 家族が運動を勧める
- ⑧ 体育の授業が楽しい
- ⑨ 体力総合評価がAかB
- ⑩ 体型が正常範囲

数値は、②のみ平均値(分)であり、その他は全て該当者の割合(%)であった。

なお、これらの項目の順序は、評価ツールを活用する学校や地域の関係者にとってわかりやすいように、平成28年度全国調査の調査票の設問の記載順に合わせた。ただし、実技に関する調査の「体力」、「体型」は、調査票では冒頭に記載欄があるが、評価ツールの趣旨が体力向上ではなく身体活動・運動促進であるという趣旨に従い、評価ツールでの記載は最後とした。

次に、確定した10の評価項目に関して、性・学年別に、全国集計値、都道府県別の最大値と最小値を表1に示した。これは、毎年スポーツ庁から、性別で小学校5年生、中学校2年生それぞれに関して公開される、全国計、国公立別、地域の規模別、都道府県別の、全国体力・運動能力、運動習慣等調査の集計結果のデー

タを用いて作成したものである。

(2) 評価ツールの確定と活用

1) 評価ツールに関する意見の内容

10 項目による地域における小中学生の身体活動・運動促進のための評価ツールとして、現場で活用されるように工夫すべき点や使用上の注意点等について得られた意見を要約すると次の通りであった。

- ・ データが目に見える形の配布物になると、現場にとって受け入れやすい。
- ・ 授業、学校保健委員会、学校経営に関する会議等の資料になるものが良い。
- ・ 学校の先生が保護者便り等にも活用できるようなイメージが良い。
- ・ 現場は配布物が多いので、文字が多すぎるだけで見られない可能性が高くなる。グラフ化しても、素人には読み取りにくい場合もあるので工夫が必要。
- ・ 身体活動・運動促進や体力向上への関心は、学力向上に比べると、現場や家庭での位置づけは高くない。学力向上とも関連付けられるような情報提供ができると良いかもしれない。
- ・ 体育＝体力向上ではなく、体を動かすことを含む健全な生活習慣が大事で、その結果として学力や体力にも好影響を与えるというメッセージが伝えられれば良い。
- ・ 体力測定を実施する意義がより深く理解できたり、測定・調査がより円滑に行えたりするような支援があると学校現場としては大変助かる。
- ・ データを「見える化」することは現場の PDCA においても重要。ただし、明確な順位付け等をされてしまうと、

数字が独り歩きしてしまう危険性があり、現場が抵抗感を感じてしまう可能性があるので注意すべき。

- ・ 体育が専門ではない先生にも関心を持てるような工夫が必要。
- ・ データやコメントを入れた完成版を提供するというよりも、簡単な作業を加えることで完成するワークシート形式にして、作成する過程で気づきを促せるものにすれば良い。
- ・ 「レポート」「報告」「通信簿」などいろんな表現の仕方があるが、印象を和らげつつ、本来の意味が成績云々ではなく、子どもの状況を家庭に通知するという意味を尊重して、「つうしんぼ」とすればどうか。

2) 評価ツール「子どもたちの元気つうしんぼ～全国体力・運動能力、運動習慣等調査を活かしたワークシート～」作成

以上の意見等をふまえたうえで、地域における小中学生の身体活動・運動促進のための評価ツールとして、「子どもたちの元気つうしんぼ～全国体力・運動能力、運動習慣等調査を活かしたワークシート～」を作成した(図1)。

これにより、10 の評価項目に関して自分たちの地域のデータを書き込むとともに、それらの値が、全国や都道府県の値の中で相対的にどのような位置にあるかを示すことによって、身体活動・運動促進や子どもたちが元気に関わる地域の強み(望ましい点)や課題(改善すべき点)を知ることができるようになっている。なお、性別・学年別で全国、都道府県のデータが異なるため、小学校5年生男子、小学校5年生女子、中学校2年生男子、

中学校2年生女子、それぞれで別々のワークシートとした。

併せて、このワークシートをそれぞれの地域や学校現場が自分たちのデータを用いて作成できるように、作成・活用ガイドを整備した(付録)。ガイドに示した手順に従った作業を進めることで、地域の現状に関して気づきを促すとともに、この資料を参考にして、現場で具体的にどのような対策を講じることができるといった議論が深められるよう、各評価項目に関する視点も提示した。

3) 評価ツールによる地域の特徴把握

本研究でデータ提供の協力が得られた4つの調査フィールドに関して、評価ツールによる地域の特徴把握を試みた。

東日本都市近郊自治体の1小学校(小5

男子60名・女子44名)については(図2)、男子と女子で状況が大きく異なり、特に男子において、運動・スポーツ時間や朝食、睡眠、テレビ等視聴の生活面に課題がある児童の割合が高い状況が見られた。一方で、運動・スポーツが好き、体育の授業が楽しい、と感じている児童は男女とも多く、望ましい状況であった。

西日本都市近郊自治体の全小中学校(小5男子604名・女子581名、中2男子539名・女子523名)については(図3)、性別学年を問わず、睡眠や活動的な移動手段、体力総合評価に関しては望ましい状況がある一方で、テレビ等視聴が多いこと、家族からの運動の勧めが少ないこと、そして、体育の授業が楽しい、と感じる児童生徒が少ないことが課題と

子どもたちの元気つうしんぼ～全国体力・運動習慣等調査を活かしたワークシート～ 平成28(2016)年度版 (都道府県) (市区町村) 小学校5年男子 名

★自分たちの学校や地域の結果を全国平均や47都道府県と比較して、特徴や課題を考えてみよう! 【手順1】自分たちの結果を書き込む。⇒【手順2】自分たちの結果に近い値を下の表で見つけて結ぶ(●)。⇒【手順3】自分たちの都道府県の色を結ぶ(△)。

結果記入欄	①運動・スポーツが好き		②運動・スポーツが好き		③朝食を毎日食べる		④睡眠が9時間以上		⑤テレビ等が1時間未満		⑥学校が徒歩か自転車		⑦家族が運動を勧める		⑧体育の授業が楽しい		⑨体力総合評価がAからB		⑩体格が正常範囲								
	%	分	%	分	%	%	%	%	%	%	%	%	%	%	%	%	%	%	%	%							
良好	秋田県 79.4%	沖縄県 725.3	長野県 87.8%	長野県 62.6%	宮城県 27.9%	大分県 99.7%	秋田県 30.3%	福井県 54.1%	鳥取県 91.1%	秋田県 77.3%	福井県 54.1%	鳥取県 91.1%	秋田県 77.3%	福井県 54.1%	鳥取県 91.1%	秋田県 77.3%	福井県 54.1%	鳥取県 91.1%	秋田県 77.3%	福井県 54.1%	鳥取県 91.1%						
12	鳥取県 77.3%	青森県 678.5	山梨県 87.5%	北海道 62.2%	沖縄県 27.5%	神奈川県 99.4%	青森県 29.8%	茨城県 50.1%	滋賀県 89.8%	青森県 76.5%	茨城県 50.1%	滋賀県 89.8%	青森県 76.5%	茨城県 50.1%	滋賀県 89.8%	青森県 76.5%	茨城県 50.1%	滋賀県 89.8%	青森県 76.5%	茨城県 50.1%	滋賀県 89.8%						
24	岩手県 76.0%	秋田県 666.1	新潟県 87.2%	新潟県 61.5%	愛知県 24.7%	愛知県 99.4%	山梨県 29.7%	秋田県 48.8%	福井県 89.4%	山梨県 29.7%	秋田県 48.8%	福井県 89.4%	山梨県 29.7%	秋田県 48.8%	福井県 89.4%	山梨県 29.7%	秋田県 48.8%	福井県 89.4%	山梨県 29.7%	秋田県 48.8%	福井県 89.4%						
36	山梨県 76.0%	大分県 655.9	東京都 87.1%	岩手県 61.4%	愛媛県 24.2%	埼玉県 99.2%	香川県 29.3%	岩手県 76.3%	新潟県 88.9%	香川県 29.3%	岩手県 76.3%	新潟県 88.9%	香川県 29.3%	岩手県 76.3%	新潟県 88.9%	香川県 29.3%	岩手県 76.3%	新潟県 88.9%	香川県 29.3%	岩手県 76.3%	新潟県 88.9%						
不良	北海道 75.9%	福井県 654.2	新潟県 87.0%	滋賀県 61.1%	佐賀県 23.7%	東京都 98.8%	埼玉県 28.8%	大分県 47.8%	兵庫県 88.9%	東京都 98.8%	埼玉県 28.8%	大分県 47.8%	兵庫県 88.9%	東京都 98.8%	埼玉県 28.8%	大分県 47.8%	兵庫県 88.9%	東京都 98.8%	埼玉県 28.8%	大分県 47.8%	兵庫県 88.9%						
	青森県 75.6%	佐賀県 651.6	山形県 86.6%	鳥取県 60.8%	東京都 23.3%	兵庫県 98.3%	沖縄県 28.8%	石川県 47.6%	鳥取県 88.7%	東京都 23.3%	兵庫県 98.3%	沖縄県 28.8%	石川県 47.6%	鳥取県 88.7%	東京都 23.3%	兵庫県 98.3%	沖縄県 28.8%	石川県 47.6%	鳥取県 88.7%	東京都 23.3%	兵庫県 98.3%						
	長崎県 75.2%	北海道 645.7	山梨県 86.2%	山形県 60.2%	東京都 22.4%	宮城県 96.6%	茨城県 28.0%	埼玉県 45.3%	石川県 88.5%	宮城県 96.6%	茨城県 28.0%	埼玉県 45.3%	石川県 88.5%	宮城県 96.6%	茨城県 28.0%	埼玉県 45.3%	石川県 88.5%	宮城県 96.6%	茨城県 28.0%	埼玉県 45.3%	石川県 88.5%						
	熊本県 75.0%	宮城県 642.5	熊本県 86.1%	神奈川県 59.6%	徳島県 22.1%	千葉県 96.5%	宮城県 28.0%	千葉県 42.0%	岐阜県 88.5%	千葉県 96.5%	宮城県 28.0%	千葉県 42.0%	岐阜県 88.5%	千葉県 96.5%	宮城県 28.0%	千葉県 42.0%	岐阜県 88.5%	千葉県 96.5%	宮城県 28.0%	千葉県 42.0%	岐阜県 88.5%						
	徳島県 74.6%	兵庫県 642.5	長崎県 86.0%	岐阜県 59.5%	岐阜県 21.8%	山口県 96.5%	山口県 27.9%	宮城県 40.4%	静岡県 88.4%	山口県 27.9%	宮城県 40.4%	静岡県 88.4%	山口県 27.9%	宮城県 40.4%	静岡県 88.4%	山口県 27.9%	宮城県 40.4%	静岡県 88.4%	山口県 27.9%	宮城県 40.4%	静岡県 88.4%						
	沖縄県 74.5%	和歌山県 638.0	広島県 86.0%	京都府 59.4%	神奈川県 21.4%	奈良県 96.3%	岩手県 27.5%	佐賀県 75.4%	神奈川県 88.3%	岩手県 27.5%	佐賀県 75.4%	神奈川県 88.3%	岩手県 27.5%	佐賀県 75.4%	神奈川県 88.3%	岩手県 27.5%	佐賀県 75.4%	神奈川県 88.3%	岩手県 27.5%	佐賀県 75.4%	神奈川県 88.3%						
	鹿児島県 74.3%	山口県 632.8	青森県 85.8%	山形県 59.2%	鳥取県 21.0%	静岡県 96.2%	佐賀県 27.4%	鳥取県 40.0%	愛知県 88.2%	静岡県 96.2%	佐賀県 27.4%	鳥取県 40.0%	愛知県 88.2%	静岡県 96.2%	佐賀県 27.4%	鳥取県 40.0%	愛知県 88.2%	静岡県 96.2%	佐賀県 27.4%	鳥取県 40.0%	愛知県 88.2%						
	佐賀県 74.2%	東京都 632.5	秋田県 85.8%	群馬県 59.2%	埼玉県 21.0%	岡山県 95.9%	福井県 27.3%	富山県 39.7%	大阪府 88.3%	岡山県 95.9%	福井県 27.3%	富山県 39.7%	大阪府 88.3%	岡山県 95.9%	福井県 27.3%	富山県 39.7%	大阪府 88.3%	岡山県 95.9%	福井県 27.3%	富山県 39.7%	大阪府 88.3%						
	新潟県 74.2%	福岡県 621.4	石川県 85.8%	宮城県 59.1%	青森県 20.8%	愛媛県 95.9%	大分県 27.3%	岡山県 39.7%	広島県 88.3%	愛媛県 95.9%	大分県 27.3%	岡山県 39.7%	広島県 88.3%	愛媛県 95.9%	大分県 27.3%	岡山県 39.7%	広島県 88.3%	愛媛県 95.9%	大分県 27.3%	岡山県 39.7%	広島県 88.3%						
	新潟県 74.0%	熊本県 618.5	滋賀県 85.6%	埼玉県 59.1%	山口県 20.6%	三重県 95.7%	宮城県 27.1%	茨城県 39.6%	岡山県 88.1%	宮城県 27.1%	茨城県 39.6%	岡山県 88.1%	宮城県 27.1%	茨城県 39.6%	岡山県 88.1%	宮城県 27.1%	茨城県 39.6%	岡山県 88.1%	宮城県 27.1%	茨城県 39.6%	岡山県 88.1%						
	宮城県 73.9%	奈良県 617.2	宮城県 85.3%	秋田県 59.0%	岡山県 20.5%	福岡県 95.4%	鳥取県 27.0%	和歌山県 38.2%	山口県 88.1%	福岡県 95.4%	鳥取県 27.0%	和歌山県 38.2%	山口県 88.1%	福岡県 95.4%	鳥取県 27.0%	和歌山県 38.2%	山口県 88.1%	福岡県 95.4%	鳥取県 27.0%	和歌山県 38.2%	山口県 88.1%						
	富山県 73.9%	山梨県 615.7	茨城県 85.3%	茨城県 58.9%	京都府 20.5%	宮城県 95.2%	富山県 27.1%	佐賀県 38.1%	東京都 88.0%	富山県 27.1%	佐賀県 38.1%	東京都 88.0%	富山県 27.1%	佐賀県 38.1%	東京都 88.0%	富山県 27.1%	佐賀県 38.1%	東京都 88.0%	富山県 27.1%	佐賀県 38.1%	東京都 88.0%						
	山口県 73.9%	岩手県 614.3	埼玉県 85.2%	熊本県 58.8%	全国 20.9%	千葉県 26.8%	愛媛県 74.3%	岩手県 38.0%	富山県 88.0%	千葉県 26.8%	愛媛県 74.3%	岩手県 38.0%	富山県 88.0%	千葉県 26.8%	愛媛県 74.3%	岩手県 38.0%	富山県 88.0%	千葉県 26.8%	愛媛県 74.3%	岩手県 38.0%	富山県 88.0%						
	大分県 73.8%	愛知県 611.7	福岡県 85.1%	三重県 58.8%	熊本県 20.4%	広島県 95.0%	高知県 74.3%	東京都 37.3%	愛媛県 88.0%	三重県 58.8%	熊本県 20.4%	広島県 95.0%	高知県 74.3%	東京都 37.3%	愛媛県 88.0%	三重県 58.8%	熊本県 20.4%	広島県 95.0%	高知県 74.3%	東京都 37.3%	愛媛県 88.0%						
	石川県 73.7%	神奈川県 610.1	神奈川県 84.9%	茨城県 58.6%	大分県 20.4%	群馬県 95.0%	熊本県 74.2%	鳥取県 36.9%	鳥取県 87.7%	神奈川県 84.9%	茨城県 58.6%	大分県 20.4%	群馬県 95.0%	熊本県 74.2%	鳥取県 36.9%	鳥取県 87.7%	神奈川県 84.9%	茨城県 58.6%	大分県 20.4%	群馬県 95.0%	熊本県 74.2%	鳥取県 36.9%	鳥取県 87.7%				
	福岡県 73.7%	三重県 608.3	千葉県 84.6%	富山県 58.3%	滋賀県 20.4%	福井県 94.5%	広島県 26.6%	石川県 73.7%	千葉県 87.6%	三重県 608.3	千葉県 84.6%	富山県 58.3%	滋賀県 20.4%	福井県 94.5%	広島県 26.6%	石川県 73.7%	千葉県 87.6%	三重県 608.3	千葉県 84.6%	富山県 58.3%	滋賀県 20.4%	福井県 94.5%	広島県 26.6%	石川県 73.7%	千葉県 87.6%	三重県 608.3	
	山形県 73.6%	千葉県 607.6	福井県 84.4%	山梨県 58.1%	熊本県 20.4%	群馬県 94.3%	高知県 26.6%	福島県 36.2%	長野県 87.5%	千葉県 607.6	福井県 84.4%	山梨県 58.1%	熊本県 20.4%	群馬県 94.3%	高知県 26.6%	福島県 36.2%	長野県 87.5%	千葉県 607.6	福井県 84.4%	山梨県 58.1%	熊本県 20.4%	群馬県 94.3%	高知県 26.6%	福島県 36.2%	長野県 87.5%		
	茨城県 73.6%	大阪府 607.1	静岡県 84.2%	広島県 58.1%	千葉県 20.3%	北海道 94.1%	山形県 26.5%	青森県 36.1%	奈良県 87.4%	大阪府 607.1	静岡県 84.2%	広島県 58.1%	千葉県 20.3%	北海道 94.1%	山形県 26.5%	青森県 36.1%	奈良県 87.4%	大阪府 607.1	静岡県 84.2%	広島県 58.1%	千葉県 20.3%	北海道 94.1%	山形県 26.5%	青森県 36.1%	奈良県 87.4%		
	大分県 73.5%	広島県 602.0	鳥取県 84.2%	山口県 58.0%	兵庫県 20.3%	香川県 94.1%	鳥取県 26.5%	広島県 36.0%	熊本県 87.4%	広島県 602.0	鳥取県 84.2%	山口県 58.0%	兵庫県 20.3%	香川県 94.1%	鳥取県 26.5%	広島県 36.0%	熊本県 87.4%	広島県 602.0	鳥取県 84.2%	山口県 58.0%	兵庫県 20.3%	香川県 94.1%	鳥取県 26.5%	広島県 36.0%	熊本県 87.4%		
	広島県 73.5%	愛知県 611.7	福岡県 85.1%	三重県 58.8%	福岡県 20.2%	熊本県 93.6%	長崎県 26.5%	千葉県 36.0%	三重県 87.3%	愛知県 611.7	福岡県 85.1%	三重県 58.8%	福岡県 20.2%	熊本県 93.6%	長崎県 26.5%	千葉県 36.0%	三重県 87.3%	愛知県 611.7	福岡県 85.1%	三重県 58.8%	福岡県 20.2%	熊本県 93.6%	長崎県 26.5%	千葉県 36.0%	三重県 87.3%		
	兵庫県 73.3%	京都府 601.3	愛知県 84.0%	愛知県 57.7%	長野県 20.0%	長崎県 93.5%	熊本県 26.5%	奈良県 35.8%	高知県 87.3%	京都府 601.3	愛知県 84.0%	愛知県 57.7%	長野県 20.0%	長崎県 93.5%	熊本県 26.5%	奈良県 35.8%	高知県 87.3%	京都府 601.3	愛知県 84.0%	愛知県 57.7%	長野県 20.0%	長崎県 93.5%	熊本県 26.5%	奈良県 35.8%	高知県 87.3%		
	神奈川県 73.1%	石川県 598.1	和歌山県 84.0%	和歌山県 57.6%	岩手県 19.8%	佐賀県 93.4%	全国 26.5%	静岡県 73.3%	高知県 87.2%	石川県 598.1	和歌山県 84.0%	和歌山県 57.6%	岩手県 19.8%	佐賀県 93.4%	全国 26.5%	静岡県 73.3%	高知県 87.2%	石川県 598.1	和歌山県 84.0%	和歌山県 57.6%	岩手県 19.8%	佐賀県 93.4%	全国 26.5%	静岡県 73.3%	高知県 87.2%		
	高知県 73.1%	滋賀県 590.7	長崎県 83.8%	鳥取県 57.3%	茨城県 19.8%	山形県 93.0%	愛知県 26.4%	全国 73.3%	岐阜県 35.7%	滋賀県 590.7	長崎県 83.8%	鳥取県 57.3%	茨城県 19.8%	山形県 93.0%	愛知県 26.4%	全国 73.3%	岐阜県 35.7%	滋賀県 590.7	長崎県 83.8%	鳥取県 57.3%	茨城県 19.8%	山形県 93.0%	愛知県 26.4%	全国 73.3%	岐阜県 35.7%		
	全国 73.0%	岡山県 590.7	岡山県 83.7%	福井県 57.0%	愛知県 19.8%	長崎県 92.6%	神奈川県 26.0%	東京都 35.4%	和歌山県 87.0%	岡山県 590.7	岡山県 83.7%	福井県 57.0%	愛知県 19.8%	長崎県 92.6%	神奈川県 26.0%	東京都 35.4%	和歌山県 87.0%	岡山県 590.7	岡山県 83.7%	福井県 57.0%	愛知県 19.8%	長崎県 92.6%	神奈川県 26.0%	東京都 35.4%	和歌山県 87.0%		
	東京都 72.9%	鳥取県 590.2	山口県 83.7%	千葉県 56.7%	奈良県 19.8%	大分県 92.4%	徳島県 26.0%	神奈川県 35.1%	福岡県 87.0%	東京都 72.9%	鳥取県 590.2	山口県 83.7%	千葉県 56.7%	奈良県 19.8%	大分県 92.4%	徳島県 26.0%	神奈川県 35.1%	福岡県 87.0%	東京都 72.9%	鳥取県 590.2	山口県 83.7%	千葉県 56.7%	奈良県 19.8%	大分県 92.4%	徳島県 26.0%	神奈川県 35.1%	福岡県 87.0%
	静岡県 72.8%	愛媛県 589.9	熊本県 83.5%	青森県 56.4%	福岡県 19.7%	山形県 92.3%	福島県 25.8%	兵庫県 34.5%	鹿児島県 87.0%	愛媛県 589.9	熊本県 83.5%	青森県 56.4%	福岡県 19.7%	山形県 92.3%	福島県 25.8%	兵庫県 34.5%	鹿児島県 87.0%	愛媛県 589.9	熊本県 83.5%	青森県 56.4%	福岡県 19.7%	山形県 92.3%	福島県 25.8%	兵庫県 34.5%	鹿児島県 87.0%		
	京都府 72.6%	熊本県 586.8	京都府 83.1%	岐阜県 56.0%	静岡県 19.7%	石川県 92.3%	新潟県 25.8%	滋賀県 34.5%	新潟県 86.7%	京都府 72.6%	熊本県 586.8	京都府 83.1%	岐阜県 56.0%	静岡県 19.7%	石川県 92.3%	新潟県 25.8%	滋賀県 34.5%	新潟県 86.7%	京都府 72.6%	熊本県 586.8	京都府 83.1%	岐阜県 56.0%	静岡県 19.7%	石川県 92.3%	新潟県 25.8%	滋賀県 34.5%	新潟県 86.7%
	和歌山県 72.4%	徳島県 581.7	兵庫県 82.8%	大阪府 56.0%	福井県 19.6%	熊本県 92.1%	山梨県 25.8%	富山県 34.0%	佐賀県 86.5%	和歌山県 72.4%	徳島県 581.7	兵庫県 82.8%	大阪府 56.0%	福井県 19.6%	熊本県 92.1%	山梨県 25.8%	富山県 34.0%	佐賀県 86.5%	和歌山県 72.4%	徳島県 581.7	兵庫県 82.8%	大阪府 56.0%	福井県 19.6%	熊本県 92.1%	山梨県 25.8%	富山県 34.0%	佐賀県 86.5%
	鳥取県 72.3%	群馬県 579.6	宮城県 82.6%	愛媛県 56.0%	秋田県 19.3%	鹿児島県 92.1%	大阪府 25.4%	山形県 34.0%	宮城県 86.3%	鳥取県 72.3%	群馬県 579.6	宮城県 82.6%	愛媛県 56.0%	秋田県 19.3%	鹿児島県 92.1%	大阪府 25.4%	山形県 34.0%	宮城県 86.3%	鳥取県 72.3%	群馬県 579.6	宮城県 82.6%	愛媛県 56.0%	秋田県 19.3%	鹿児島県 92.1%	大阪府 25.4%	山形県 34.0%	宮城県 86.3%
	鳥取県 72.3%	埼玉県 576.7	和歌山県 82.5%	兵庫県 55.9%	静岡県 19.2%	富山県 92.0%	奈良県 25.4%	香川県 33.9%	沖縄県 86.1%	鳥取県 72.3%	埼玉県 576.7	和歌山県 82.5%	兵庫県 55.9%	静岡県 19.2%	富山県 92.0%	奈良県 25.4%	香川県 33.9%	沖縄県 86.1%	鳥取県 72.3%	埼玉県 576.7	和歌山県 82.5%	兵庫県 55.9%	静岡県 19.2%	富山県 92.0%	奈良県 25.4%	香川県 33.9%	沖縄県 86.1%
	愛媛県 72.2%	鹿児島県 574.6	高知県 82.5%	福岡県 55.8%	熊本県 18.8%	和歌山県 92.0%	岐阜県 25.3%	宮城県 33.7%	徳島県 85.9%	愛媛県 72.2%	鹿児島県 574.6	高知県 82.5%	福岡県 55.8%	熊本県 18.8%	和歌山県 92.0%	岐阜県 25.3%	宮城県 33.7%	徳島県 85.9%	愛媛県 72.2%	鹿児島県 574.6	高知県 82.5%	福岡県 55.8%	熊本県 18.8%	和歌山県 92.0%	岐阜県 25.3%	宮城県 33.7%	徳島県 85.9%
	静岡県 72.2%	岐阜県 572.9	三重県 82.3%	福島県																							

考えられた。小5男子を除くと、運動・スポーツが好き、と答える割合も低かった。

東日本中山間地自治体の全小中学校（小5男子117名・女子132名、中2男子138名・女子126名）については（図4）、テレビ等視聴が少ない児童が多い点は望ましい状況である一方、運動・スポーツ時間が少なく、活動的な移動手段を選択する児童生徒の割合も低いことから、身体活動量確保の困難さが見受けられた。

西日本中山間地自治体の全小中学校（小5男子152名・女子154名、中2男子170名・女子144名）については（図5）、活動的な移動手段に課題がある一方で、朝食、睡眠といった生活習慣が望ま

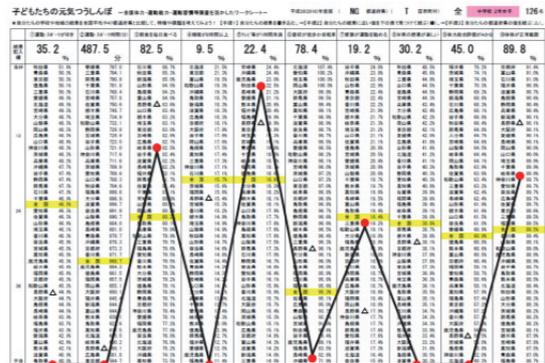
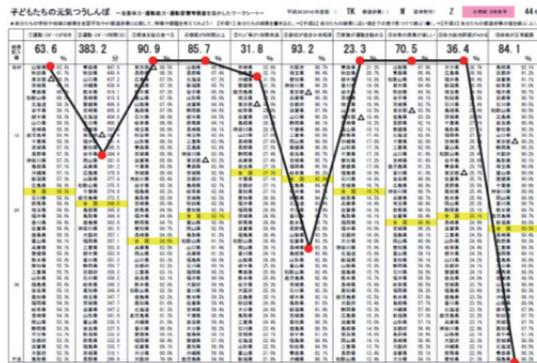
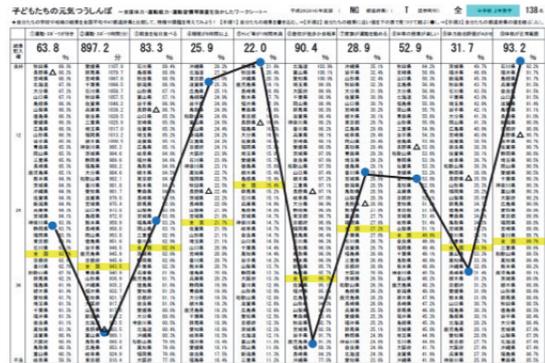
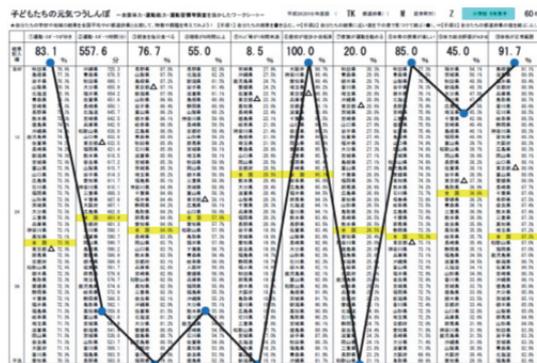
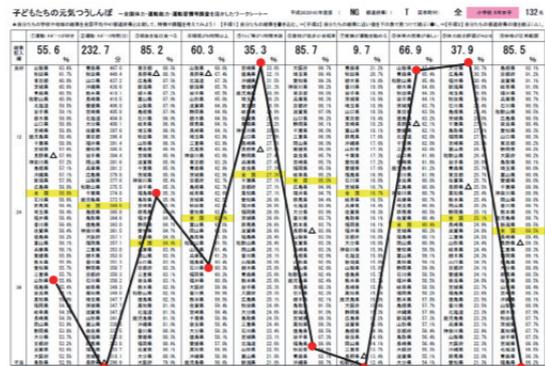
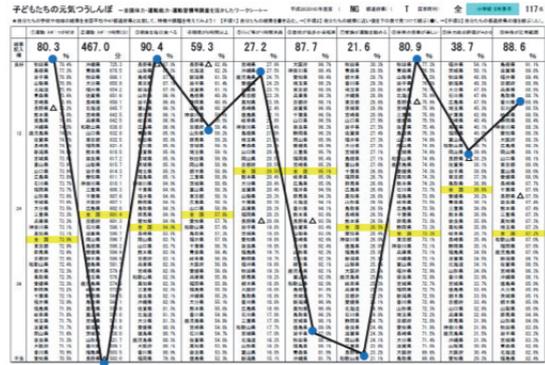


図2 平成28年度全国調査結果に基づいて作成した東日本都市近郊自治体の1小学校のワークシート（上：小5男子、下：小5女子）

図3 平成28年度全国調査結果に基づいて作成した西日本都市近郊自治体全小中学校のワークシート（上から小5男子・女子、中2男子・女子）

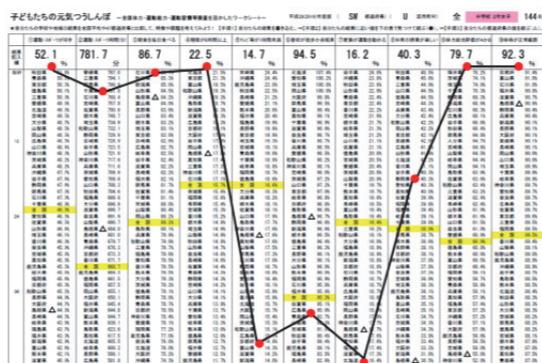
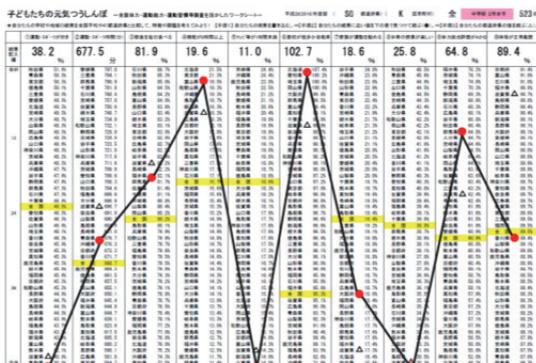
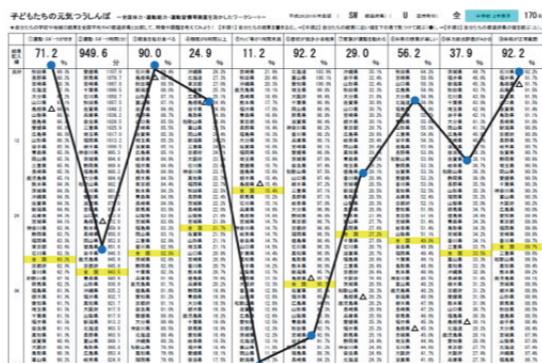
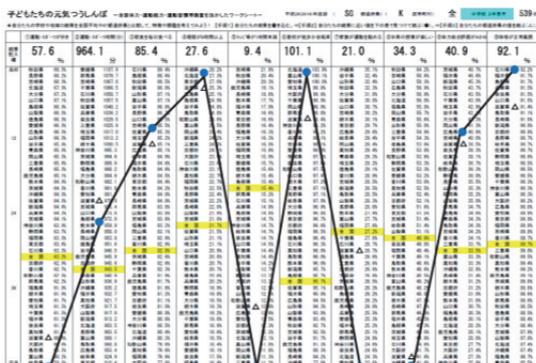
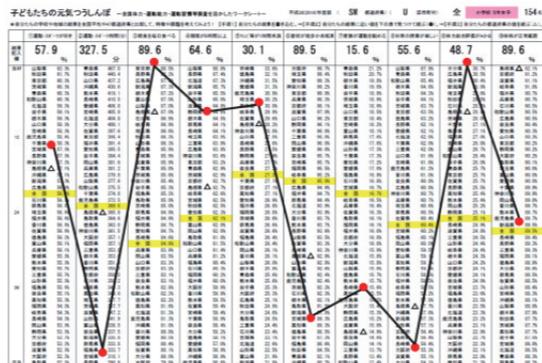
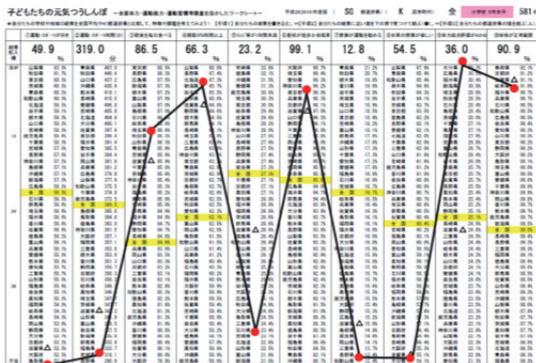
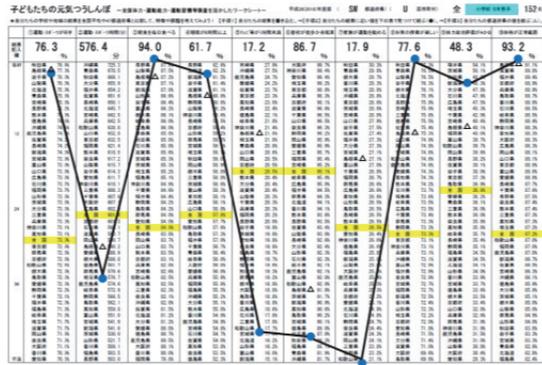
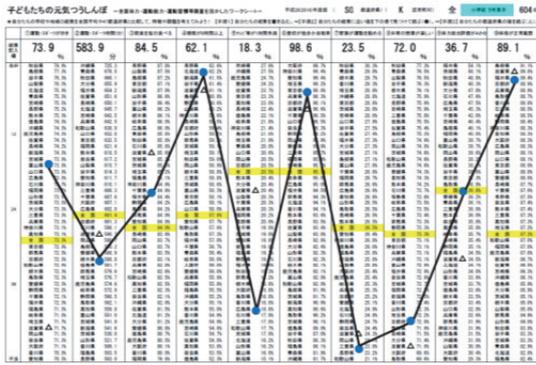


図4 平成28年度全国調査結果に基づいて作成した東日本中山間地自治体全小中学校のワークシート（上から小5男子・女子、中2男子・女子）

図5 平成28年度全国調査結果に基づいて作成した西日本中山間地自治体全小中学校のワークシート（上から小5男子・女子、中2男子・女子）

しい状況にある児童生徒の割合が高く、運動・スポーツが好き、と答える児童生徒が多いなどの望ましい状況が見られた。

以上に示した地域の特徴は、各フィールドにおいて性・学年を問わず共通していた点のみを抽出したものだが、実際には、性・学年の違いを考慮したり、現場で把握されている質的な情報とも重ね合わせたりしながら、各地域の実情をよりわかりやすく解釈することに活用できると思われる。

いずれにしても、このワークシートの作成作業を通して得られる情報から、どのような手立てを講じれば小中学生の身体活動・運動促進がより望ましい方向に展開できるかについて、現場で検討を深める材料を提示する評価ツールとなった。

(3) 全国体力・運動能力、運動習慣等調査に関する検討・提案事項

身体活動・運動促進の視点で全国体力・運動能力、運動習慣等調査がより有効に活用されるために、本研究を通して得られたいくつかの検討・提案事項を挙げる。

- ・ 年度によって設問や回答の選択肢が変更される項目があるが、身体活動・運動促進の視点で重要な項目に関しては、設問と回答の選択を固定化し、継続的に把握する必要がある¹⁰⁾。
- ・ 児童生徒の日常生活全般の身体活動量を把握するために、身体活動量に関する標準的な設問が全国調査の中に組み込まれ、以後、継続的にデータ収集されることが望ましい¹¹⁾。
- ・ 組織化されたスポーツへの参加については、一定量（時間や頻度）を超えるスポーツ活動の実施の有無が把握

できる設問が望ましい。

- ・ 活動的な移動手段については、登校のみを取り上げるか否かの検討が必要である。また、一定量（例えば10分）を超える活動的な移動手段の有無が把握できる設問が望ましい。
- ・ 座位行動やスクリーンタイムについても同様に、標準的な設問が全国調査の中に組み込まれ、以後、継続的にデータ収集されることが望ましい。
- ・ 地域や学校現場のPDCAサイクルの中で活用されるには、各年度の1学期に実施された全国調査のフィードバックとして3学期に国から配布・公開される調査報告書や「活用シート」の中に、今回の評価ツール「元気つうしんぼ」が追加されることが望ましい。それにより、調査対象学年である小学校5年生、中学校2年生が最高学年になる新年度に向けて、身体活動・運動促進のための取り組みを展開する準備に活かすことができる。

最後に、本研究の限界として、評価ツールの開発にあたっては、単年度の全国調査で、4地域に限定した試行にとどまっていることが挙げられる。特に、同一の内容で継続的に実施されている設問に関しては、全国、各都道府県、各地域において、年度による変動がどの程度あるかについてさらなる検討が必要である。一方、設問が年度によって異なる場合は、継続して活用できない指標がでてくることも予想される。また、小規模校や地域では、年度（学年）ごとに状況が大きく異なることも想定され、それらの解釈や活用上の注意も考慮した適用範囲も今後求められる。

4. まとめ

本研究では、“The Report Card on Physical Activity for Children and Youth”の指標を考慮しつつ、平成28年度全国体力・運動能力、運動習慣等調査の中から、地域における小中学生の身体活動・運動促進のための評価に採用できる10項目を確定した。

次に、これら10項目を用いた評価ツールが現場で活用されやすいように検討を重ねた結果、「子どもたちの元気つうしんぼ～全国体力・運動能力、運動習慣等調査を活かしたワークシート～」と、その活用・作成ガイドができた。

そして、これを用いてタイプの異なる4つの地域の小中学生の「元気つうしんぼ」を作成したところ、子どもたちの身体活動・運動促進等に関連する地域の強み（望ましい点）や課題（改善すべき点）などの特徴が把握できた。

地域において小中学生の身体活動・運動促進を継続的に進めていくためには、それに関係する地域の既存データの「見える化」が必要であり、全国体力・運動能力、運動習慣等調査は、体力向上だけに重きが置かれない形でより有効に活用されることが求められる。そのためには、身体活動量等に関する標準化された設問が全国調査の中に組み込まれ、継続的に状況把握ができる条件を整えるとともに、今回開発した身体活動・運動促進のための評価ツールが、現場に活用される資料の中に組み込まれ、普及できるように国に働き掛けていくことが今後の課題である。

引用文献

- 1) 日本学術会議心理学・教育学委員会・臨床医学委員会・健康・生活科学委員会・環境学委員会・土木工学・建築学委員会合同 子どもの成育環境分科会. 我が国の子どもの成育環境の改善にむけて－成育コミュニティの課題と提言－. 学術の動向. 2017; 22(7): 118-9.
- 2) Tremblay MS, Gray CE, et al. Physical activity of children: a global matrix of grades comparing 15 countries. J Phys Act Health. 2014; 5(11 Suppl 1) S113-25.
- 3) Tremblay MS, Barnes JD, et al. Global Matrix 2.0: Report Card Grades on the Physical Activity of Children and Youth Comparing 38 Countries. J Phys Act Health. 2016; 13(11 Suppl 2): S343-66.
- 4) Tanaka C, Tanaka S, et al. Results From Japan's 2016 Report Card on Physical Activity for Children and Youth. J Phys Act Health. 2016; 13(11 Suppl 2): S189-94.
- 5) スポーツ庁. 平成29年度全国体力・運動能力、運動習慣等調査結果. 入手先<http://www.mext.go.jp/sports/b_menu/toukei/kodomo/zencyo/1401184.htm>, 参照 2018-3-2.
- 6) スポーツ庁. 平成29年度全国体力・運動能力等調査結果報告書. 2018.
- 7) 総務省. 平成28年度財政状況資料集における類型（又はグループ）別団体一覧. 入手先<http://www.soumu.go.jp/iken/zaisei/jyoukyou_shiryou/h22/x

ls/ruikei_kubun_h28.xlsx > , 参照
2017-7-11.

- 8) スポーツ庁. 平成 28 年度全国体力・
運動能力、運動習慣等調査結果. 入手
先<[http://www.mext.go.jp/sports/b
_menu/toukei/kodomo/zencyo/13805
29.htm](http://www.mext.go.jp/sports/b_menu/toukei/kodomo/zencyo/13805_29.htm)>, 参照 2017-5-15.
- 9) 文部科学省. 「早寝早起き朝ごはん」
国民運動の推進について. 入手先<
[http://www.mext.go.jp/a_menu/shou
gai/asagohan/](http://www.mext.go.jp/a_menu/shougai/asagohan/)>, 参照 2017-7-11.
- 10) 岡田真平, 渡邊真也. 地域における身
体活動・運動を促進するための取り組
み. 体育の科学. 2017; 67(3): 180-5.
- 11) 田中千晶. 日本の子供における日常
の身体活動およびその変動要因の国
際比較に向けた評価法の確立. 体力
科学. 2017; 66(4): 235-44.

本研究は、「平成 29 年度健康・体力づく
り事業財団健康運動指導研究助成事業」
の助成金を受けて実施しています。

付録

子どもたちの元気つうしんぼ～全国体
力・運動能力、運動習慣等調査を活かし
たワークシート～作成・活用ガイド(4枚)

子どもたちの元気つうしんぼ



～全国体力・運動能力、運動習慣等調査を活かしたワークシート～ 作成・活用ガイド

【概要】

「子どもたちの元気つうしんぼ」は、地域の子子どもたちが元気に育つ取り組みを進める一助となる情報を提供する目的で作成したものです。毎年各学校で実施される「全国体力・運動能力、運動習慣等調査」の集計結果を、別紙の「子どもたちの元気つうしんぼ」ワークシートに書き込むことで全国平均や各都道府県データと比較することができ、子どもたちの元気さ（身体活動・運動に関すること、健康的な生活習慣、体力・運動能力、体型）の特徴を把握し易くしました。各項目の男女それぞれの結果をふまえて、子どもたちの元気さに関わる自分たちの地域の強み（望ましい点）と課題（改善すべき点）を知り、今後の取り組みに活かしていただければ幸いです。

平成 29 年度健康・体力づくり事業財団健康運動指導研究助成研究班一同

【ワークシート作成の手順】

- 1) スポーツ庁から各区市町村の教育委員会や各小中学校に送付される（実施年度の 1 月頃に各地に到着見込）全国体力・運動能力、運動習慣等調査のデータファイル（CD 内の基本集計…小 5 と中 2 のみ）を開きます。
- 2) 作成したい性年代別（小 5 男子・小 5 女子・中 2 男子・中 2 女子の 4 種類）のワークシート（別紙）を用い、次に示す①～⑩の 10 項目の結果データを 1) のデータファイルから見つけて、結果記入欄に書き込みます。
- 3) 各項目について、書き込んだ結果を結果記入欄下の全国平均・各都道府県のデータと照らし合わせて、自分たちの結果に最も近い値に●印をつけます。10 項目の●印を線で結んでもよいでしょう。
- 4) 自分たちの都道府県の結果には△印をつけます。
- 5) 1)～4) の作業を通して、子どもたちの元気さに関する 10 項目について全国平均及び 47 都道府県のデータと相対的に比較することができ、自分たちの地域（各区市町村全体もしくは各小中学校）の特徴を把握します。特に、●（自分たち）と△（自分たちの都道府県）、全国平均を見比べて、自分たちの地域の強み（望ましい点）と課題（改善すべき点）を具体的に書き出して、現実的に実践可能な改善方策を考えてみましょう。
- 6) 年度内にこれらのことができたなら、対象学年が最高学年（小 6、中 3）になる次年度に向けて、各校や地域全体の特徴に合った形で、子どもたちが元気に育つ取り組みが積極的に展開できるように、具体的な計画を企画・立案していきましょう。関係者で意見交換しながら検討することもお勧めします。

子どもたちの元気つうしんぼ ～全国体力・運動能力・運動習慣等調査を活かしたワークシート～

平成29年度健康・体力づくり事業財団健康運動指導研究助成研究班一同

※自分たちの学校や地域の結果を全国平均や47都道府県と比較して、特徴や課題を考えてみよう！【手順1】自分たちの結果を書き込む。【手順2】自分たちの結果に近い値を下で見てつけて記入しよう。【手順3】自分たちの都道府県の結果を記入しよう。

性別	年齢	10項目の結果	全国平均	都道府県	自分たち
男子	5歳	80.3	467.0	90.4	59.3
女子	5歳	78.4	457.5	87.5	57.2
男子	12歳	80.9	467.0	90.4	59.3
女子	12歳	78.4	457.5	87.5	57.2

1) 年度や性年代の一致を確認する。

2) 10項目の結果データを書き込む。

3) ●印を線で結んでもよい。

4) 自分たちの都道府県に△印をつける。

5) 地域●、都道府県△、全国平均●を見比べて、地域の強み（望ましい点）と課題（改善すべき点）を具体的に書き出して、現実的に実践可能な改善方策を考えてみよう。

6) 次年度に向けて、各地域の特徴に合った形で、子どもたちが元気に育つ取り組みが積極的に展開できるように、具体的な計画を企画・立案していきましょう。

【項目（小学校）】…「平成28年度全国体力・運動能力、運動習慣等調査児童調査票（第5学年）より

①運動・スポーツが好き

1 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。 好き やや好き ややきらい きらい

②運動・スポーツ時間（分）

6 ふだんの1週間について聞きます。学校の体育の授業以外で、運動（体を動かす遊びをふくむ）やスポーツを合計で1日およそどのくらいの時間していますか。それぞれの曜日のらんに記入してください。

月	火	水	木	金	土	日
分	分	分	分	分	分	分

※運動やスポーツをしない場合は「0分」と記入してください。必ず「分」に置いて記入すること。

※「運動・スポーツ時間（分）」とは、上記の月曜～日曜の時間を合計した「1週間の総運動実施時間」。

③朝食を毎日食べる

7 朝食は毎日食べますか。（学校が休みの日もふくめます） 毎日食べる 食べない日もある 食べない日が多い 食べない

④睡眠が8時間以上

9 毎日どのくらい寝ていますか。 8時間以上 6時間以上8時間未満 6時間未満

⑤テレビ等が1時間未満

10 ふだんの平日（月～金曜日）について聞きます。1日にどれくらいの時間、テレビやビデオ・DVDを見たり、聞いたりしますが。（テレビゲームもふくみます）

5時間以上 3時間以上5時間未満 1時間以上3時間未満
 1時間未満 全く見たり、聞いたりしない

⑥登校が徒歩か自転車

ふだんの登校方法について聞きます。当てはまるものを全て選んでください。

徒歩 自転車 スクールバス 路線バス・電車・自家用車

⑦家族が運動を勧める

13 家の人から運動やスポーツを積極的に行うことをすすめられることがありますか。 よくある ときどきある あまりない 全くない

⑧体育の授業が楽しい

17 体育の授業は楽しいですか。 楽しい やや楽しい あまり楽しくない 楽しくない

⑨体力総合評価がAかB

1 あく力 ※小数点以下は切り捨て 右 <input type="text"/> <input type="text"/> kg 左 <input type="text"/> <input type="text"/> kg	5 20mシャトルラン ※折り返した回数を記入 <input type="text"/> <input type="text"/> 回
2 上体起こし <input type="text"/> <input type="text"/> 回	6 50m走 ※切り上げて1/10秒まで記入 <input type="text"/> <input type="text"/> 秒 <input type="text"/>
3 長座体前くつ ※小数点以下は切り捨て <input type="text"/> <input type="text"/> cm	7 立ちばとび ※小数点以下は切り捨て <input type="text"/> <input type="text"/> cm
4 反復横とび <input type="text"/> <input type="text"/> 点(回)	8 ソフトボール投げ ※小数点以下は切り捨て <input type="text"/> <input type="text"/> m

※「総合評価がAかB」とは、次の（ア）と（イ）の手順に基づく評価でAかBに該当したことを指します。

（ア）上記8つの実技に関する調査（新体力テスト）の結果を、「新体力テスト実施要項（6～11歳対象）」に定めのある項目別得点表（男女別）の得点（1～10点）に換算し、8項目の得点を合計する。

（イ）合計得点を、「総合評価基準表（年齢別）」に照らして、AからEの5段階で評価する。

⑩体型が正常範囲

(1)身長 (小数第1位まで) , cm (2)体重 (小数第1位まで) , kg

※「正常」とは、学校保健統計調査方式（性別・年齢別・身長別標準体重）による肥満度判定方法

$$\text{肥満度(過体重度)} = [\text{実測体重(kg)} - \text{身長別標準体重(kg)}] / \text{身長別標準体重(kg)} \times 100(\%)$$

「肥満(+20%以上)」と「やせ(-20%以下)」を除く「-20%超～+20%未満」に該当したことを指します。

【項目（中学校）】…「平成28年度全国体力・運動能力、運動習慣等調査生徒調査票（第2学年）より

①運動・スポーツが好き

1 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。 好き やや好き やや嫌い 嫌い

②運動・スポーツ時間（分）

5 ふだんの1週間について聞きます。学校の保健体育の授業以外で、運動（体を動かす遊びを含む）やスポーツを合計で1日おおよそどのくらいの時間していますか。それぞれの曜日の欄に記入してください。また、運動部活動に所属している場合、そのうちの部活動が占める時間についても、下の（ ）内に記入してください。

月	火	水	木	金	土	日
分	分	分	分	分	分	分
(分)						

※運動やスポーツをしない場合は「0分」と記入してください。必ず「分」に直して記入すること。

※「運動・スポーツ時間（分）」とは、上記の月曜～日曜の時間を合計した「1週間の総運動実施時間」。

③朝食を毎日食べる

6 朝食は毎日食べますか。（学校が休みの日も含める） 毎日食べる 食べない日もある 食べない日が多い 食べない

④睡眠が8時間以上

8 毎日どのくらい寝ていますか。 8時間以上 6時間以上8時間未満 6時間未満

⑤テレビ等が1時間未満

9 ふだんの平日（月～金曜日）について聞きます。1日にどれくらいの時間、テレビやビデオ・DVDを見たり、聞いたりしますか。（テレビゲームを含む）

5時間以上 3時間以上5時間未満 1時間未満 全く見たり、聞いたりしない

1時間以上3時間未満

⑥登校が徒歩か自転車

ふだんの登校方法について聞きます。当てはまるものを全て選んでください。

徒歩 自転車 スクールバス 路線バス・電車・自家用車

⑦家族が運動を勧める

12 家の人から運動やスポーツを積極的に行うことを勧められることがありますか。

よくある ときどきある あまりない 全くない

⑧体育の授業が楽しい

16 保健体育の授業は楽しいですか。

楽しい やや楽しい あまり楽しくない 楽しくない

⑨体力総合評価がAかB

1 握力 ※小数点以下は切り捨て	右	<input type="text"/> <input type="text"/> kg	5 持久走 ※切り上げて秒まで記入	<input type="text"/> <input type="text"/> 分 <input type="text"/> <input type="text"/> 秒
	左	<input type="text"/> <input type="text"/> kg		20mシャトルラン ※折り返した回数を記入
2 上体起こし		<input type="text"/> <input type="text"/> 回	6 50m走 ※切り上げて1/10秒まで記入	<input type="text"/> <input type="text"/> 秒
3 長座体前屈 ※小数点以下は切り捨て		<input type="text"/> <input type="text"/> cm	7 立ち幅とび ※小数点以下は切り捨て	<input type="text"/> <input type="text"/> cm
4 反復横とび		<input type="text"/> <input type="text"/> 点(回)	8 ハンドボール投げ ※小数点以下は切り捨て	<input type="text"/> <input type="text"/> m

※「総合評価がAかB」とは、次の（ア）と（イ）の順序に基づく評価でAかBに該当したことを指します。

（ア）上記8つの実技に関する調査（新体力テスト）の結果を、「新体力テスト実施要項（12～19歳対象）」に定めのある項目別得点表（男女別）の得点（1～10点）に換算し、8項目の得点を合計する。

（イ）合計得点を、「総合評価基準表（年齢別）」に照らして、AからEの5段階で評価する。

⑩体型が正常範囲

(1) 身長 (小数第1位まで) . cm (2) 体重 (小数第1位まで) . kg

※「正常」とは、小学校と同様の方法により、肥満度「-20%超～+20%未満」に該当したことを指します。

★ 「子どもたちの元気つうしんぼ」の活用について ★

「子どもたちの元気つうしんぼ」は、全国体力・運動能力、運動習慣等調査（以下、スポーツ庁調査）の設問及び測定から得られるデータを用いて、地域間比較が可能な10の評価項目について、それぞれの地域の現状を示したものです。これは、“The 2016 Japan Report Card on Physical Activity for Children and Youth”における「身体活動、健康行動および健康関連指標」及び「身体活動および健康の環境要因」の2つの側面に関する11の指標を参考にしつつ、スポーツ庁調査で毎年得られる調査結果の中でも現場が参考にしやすい項目も加味して、子どもたちの元気さ（身体活動・運動に関すること、健康的な生活習慣、体力・運動能力、体型）について多面的に評価することを試みました。

地域の強み（望ましい点）はできる限り維持するとともに、課題（改善すべき点）に対しては、以下のような視点も参考にして対策を講じることで、地域の子どもたちがより元気に育つための取り組みに活かしてください。

u 身体活動・運動・スポーツ等の実施状況

<p>②運動・スポーツ時間（分） 体育の授業以外の休み時間・放課後・休日でも活動的に過ごせるよう、誰もがからだを動かすことを楽しめる工夫や働きかけ、環境づくりに取り組んでみましょう。スポーツ庁が発行する「全国体力・運動能力、運動習慣等調査報告書」に記載されている先進的な取組事例なども参考にしてみましょう。</p>	<p>⑤テレビ等が1時間未満 不活動をはじめとして、成長に様々な影響を及ぼす可能性が高いメディア（テレビやDVD、ゲーム、インターネット等の情報媒体）との長時間接触（海外ではスクリーンタイムと表現）の適正化は、ネットリテラシー教育等とも関連付けながら、地域や家庭で考える機会を積極的に設けましょう。</p>	<p>⑥登校が徒歩か自転車 特に中山間地域等では、自家用車での送迎が増加している実情があるようです。安全を第一に配慮しつつ、徒歩や自転車での登下校への家庭の理解の促進や地域の支援体制づくり、登下校以外（お稽古事や買い物等）での活動的な移動の機会がないか等を模索しましょう。</p>
---	---	--

u 運動・スポーツ、体育への嗜好性や環境要因

<p>①運動・スポーツが好き 小中学校における体育や運動・スポーツの取り組みは、単に成長段階における「体力向上」が目的ではなく、子どもたちが生涯にわたって運動・スポーツ・身体を動かす遊びに親しむ基礎を作る上でも大変重要です。そういった視点で考えると、「運動・スポーツが好き」「体育の授業が楽しい」と思える子どもたちをなるべく多くすることこそが重要、とも言えます。加えて、子どもたちに影響の大きい家庭環境においても、運動や身体を動かす遊びを推奨する雰囲気があることも大切です。これらの結果から読み取れる、運動・スポーツ、体育に対する子どもたちの本音や家庭の状況をふまえて、運動嫌いを作らないための工夫を子どもたちに関わる関係者で十分に検討し、活動に活かしていきましょう。</p>	<p>⑦家族が運動を勧める</p>	<p>⑧体育の授業が楽しい</p>
--	--------------------------	--------------------------

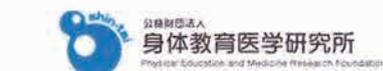
u 健康的な生活習慣

<p>③朝食を毎日食べる 「早寝早起き朝ごはん」国民運動の推進でも掲げられている通り、子どもたちが健やかに成長していくためには、適切な身体活動・運動、調和のとれた食事、十分な休養・睡眠が大切です。これらの項目に関して地域に課題がある場合は、「身体活動・運動」の推進だけでなく、生活習慣全般をより健康的に改善できるよう、地域や家庭への働きかけを通して「早寝早起き朝ごはん」を地域から推進していきましょう。</p>	<p>④睡眠が8時間以上</p>
---	-------------------------

u 体力・運動能力、体型

<p>⑨体力総合評価がAかB 地域の取り組みでは、「体力向上」や「肥満改善」が取り組みの目的に位置づけられることが多いですが、これらがあまり強調され過ぎると、逆に運動嫌いの子どもたちを増やしてしまうことも危惧されます。むしろ「身体活動・運動」や「健康的な生活習慣」が全体的により望ましい状態になり、その結果として付いてくる副次的な効果として位置づけることが良いのではないかと考えています。</p>	<p>⑩体型が正常範囲</p>
--	------------------------

このリーフレットは、公益財団法人健康・体力づくり事業財団の平成29年度健康運動指導研究助成を受けた研究「地域における小中学生の身体活動・運動促進のための評価ツールの開発ー全国体力・運動能力、運動習慣等調査データを活用した地域間比較ー」の成果物として作成されたものです。



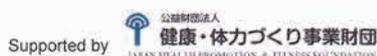
平成30年3月



研究代表者 岡田 真平（公益財団法人身体教育医学研究所）
 共同研究者 安部 孝文（島根大学地域包括ケア教育研究センター）



上田 憲嗣（立命館大学スポーツ健康科学部）
 田中 千晶（桜美林大学総合科学系）



研究協力者 西川喜久子（島根県雲南市立身体教育医学研究所うんなん）
 渡邊 真也（公益財団法人身体教育医学研究所）