



Pestalozzi Technology

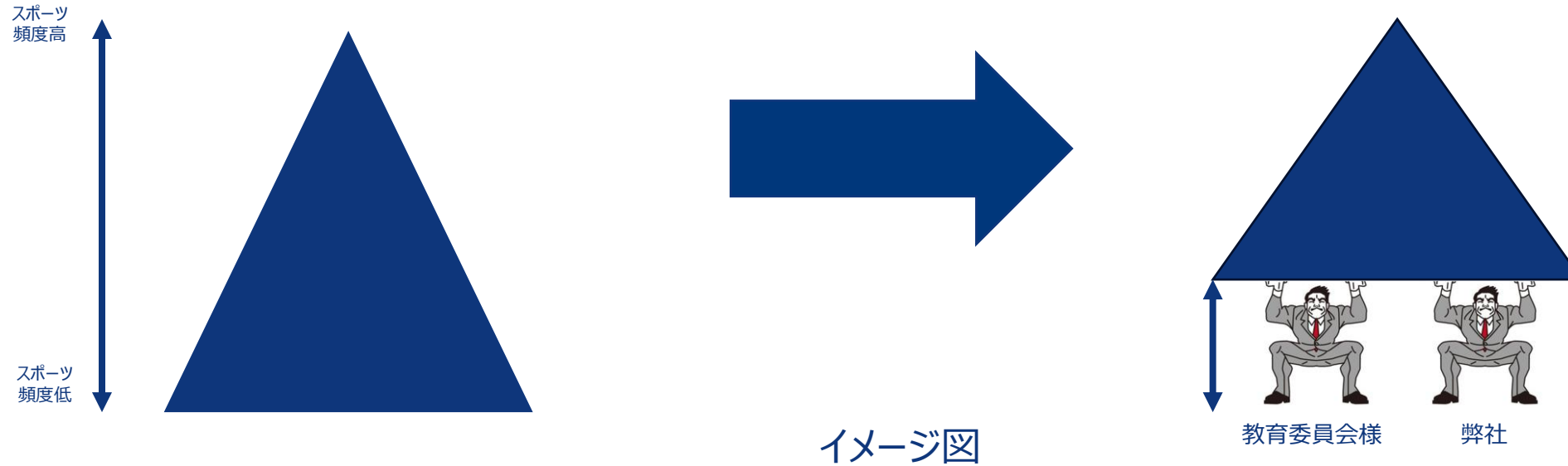
JWFDI

日本健康・運動データ総合研究所
Japan Wellness and Fitness Data Research Institute

ALPHAサミット
令和七年度新体力テスト結果速報
2025年8月21日（木）

教育委員会様と伴走して全体的な数値の向上や運動頻度を増やしていきたい

体力数値や好き度



イメージ図

× 体力テストA判定の人数を増やす

○ 体力テストC判定以上の人数を増やす (第3期スポーツ基本計画)

多くの学校が1学期に体力テストを実施

➡ 紙の場合、児童・生徒への結果のフィードバックが秋ごろに返却



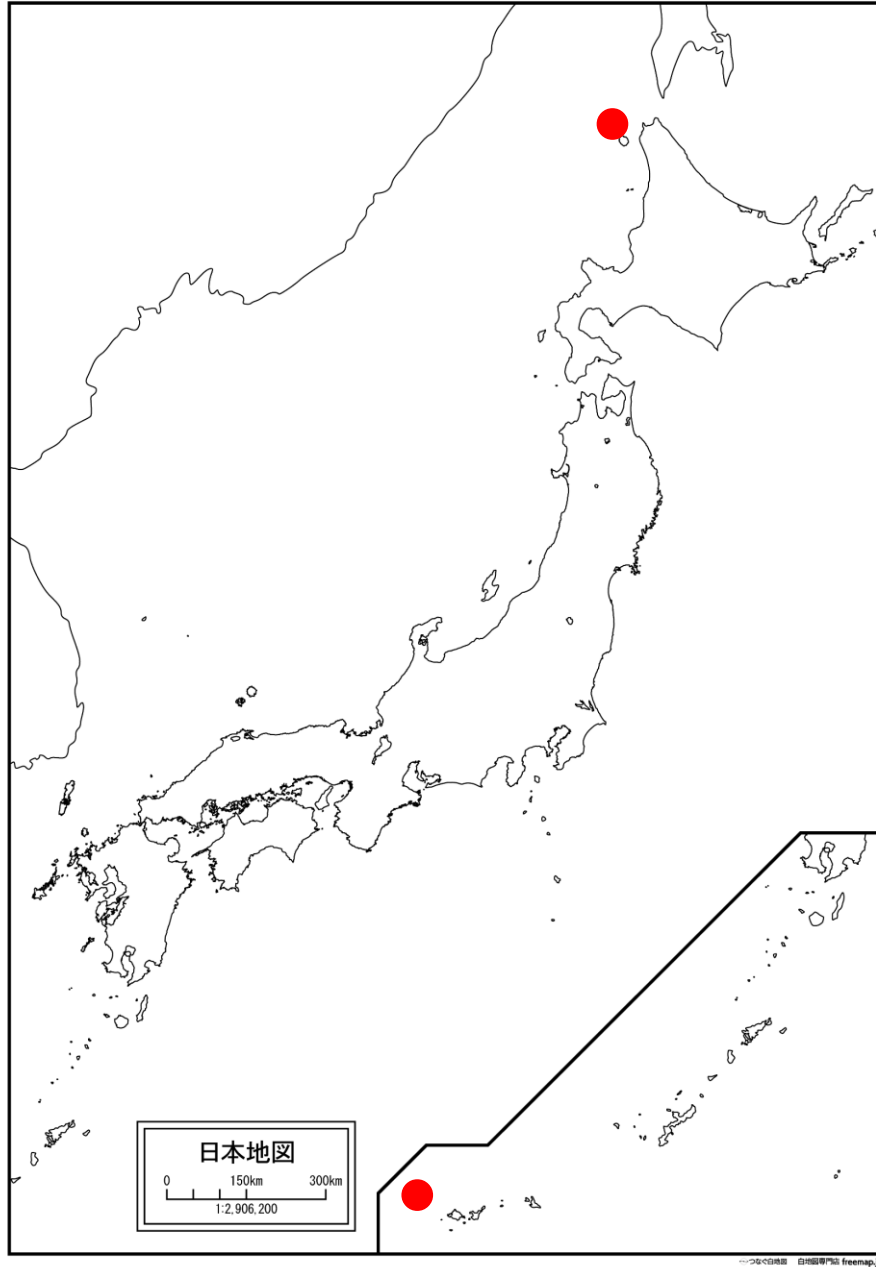
弊社プロダクト「**ALPHA**」で課題解決

➡ 小5・中2の全国体力・運動能力、運動習慣等調査の結果のフィードバックや
各都道府県の新体力テストの分析結果が年末ごろに各自治体の教育委員会に共有



現場の学校に降りてくるのが年明けごろになり、当該年度の新体力テストの結果を有効活用せずに
次年度以降への施策として使われている

早期にフィードバックを行うことで
新体力テストの結果が2学期以降の施策に使ってもらえるようにしていきたい



北は北海道 礼文島



南は沖縄県 与那国島



の学校にお使いいただいています

日本全国
約5000校に導入

7/31現在の速報値です

※あくまでも弊社プロダクト「ALPHA」を使った児童・生徒の平均値になります

※小5・中2の正値に関しては年末にスポーツ庁から発表される数字をお待ちください

細かい注意点

- 若干の導入先（地域）に偏りが存在しています
- 9月以降首都圏を中心に数百万規模のデータが集まってくるので、今後算出する数値にも若干変動があります
- 小5・中2以外はサンプル数の違いにより、毎年国が発表している前年度の値と大きく異なることがあります

2025年度の新体力テストの結果を体力テスト集計WEBアプリALPHAにデータを登録した
小学1年生～高校3年生までの男女821,142名(7/31集計)を対象とした

	小1	小2	小3
男子	16,930	18,302	24,550
女子	16,204	17,591	23,304
	小4	小5	小6
男子	37,166	38,951	38,934
女子	35,827	37,538	37,039
	中1	中2	中3
男子	57,763	56,781	56,931
女子	56,166	55,286	54,431
	高1	高2	高3
男子	24,826	24,527	23,917
女子	22,921	22,907	22,350

単位：人

学年	A	B	C	D	E	C以上
小1	12.5%	24.1%	32.0%	19.1%	12.3%	68.6%
小2	12.7%	22.5%	33.1%	21.9%	9.9%	68.2%
小3	15.0%	26.0%	29.5%	19.2%	10.2%	70.6%
小4	16.1%	23.5%	27.6%	19.5%	13.2%	67.2%
小5	16.1%	22.8%	29.2%	20.1%	11.7%	68.2%
小6	16.5%	27.0%	26.8%	19.6%	10.1%	70.4%
中1	6.6%	22.2%	31.7%	28.6%	10.9%	60.5%
中2	13.4%	27.3%	31.5%	20.0%	7.8%	72.2%
中3	24.0%	27.6%	27.2%	14.9%	6.3%	78.8%
高1	20.9%	29.3%	31.2%	14.1%	4.4%	81.4%
高2	25.8%	32.5%	27.0%	11.8%	2.9%	85.3%
高3	27.3%	34.0%	25.1%	11.5%	2.1%	86.4%

青字：第3期スポーツ基本計画記載現状以上
(C以上 児童：68% 生徒：75%)

赤字：第3期スポーツ基本計画目標達成
(C以上 児童：80% 生徒：85%)

総合評価C以上の割合は全体的に70%程度となっている

※中1男子は現状の評価基準だと若干良い評価を得にくくなっている

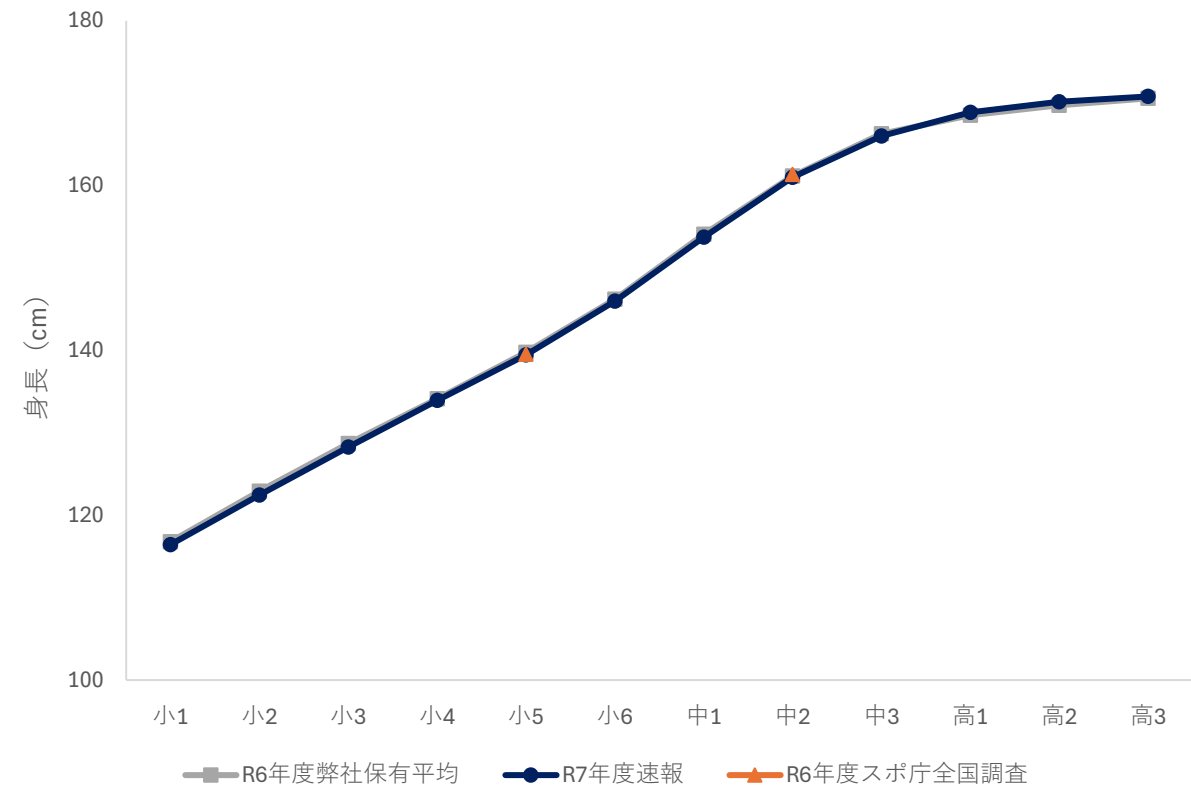
学年	A	B	C	D	E	C以上
小1	12.0%	24.6%	32.6%	19.9%	11.0%	69.1%
小2	11.9%	22.1%	35.1%	22.9%	8.1%	69.0%
小3	14.0%	25.6%	31.4%	20.4%	8.5%	71.1%
小4	15.5%	24.7%	29.6%	19.8%	10.5%	69.7%
小5	16.4%	24.4%	32.0%	19.1%	8.0%	72.9%
小6	15.0%	27.9%	30.1%	19.8%	7.2%	73.0%
中1	27.3%	30.8%	25.8%	13.8%	2.4%	83.8%
中2	28.2%	28.1%	26.2%	13.9%	3.7%	82.4%
中3	28.5%	23.6%	25.9%	16.2%	5.9%	78.0%
高1	19.3%	25.8%	32.4%	17.3%	5.2%	77.5%
高2	19.6%	27.5%	30.8%	17.6%	4.5%	77.9%
高3	19.2%	29.0%	30.6%	17.6%	3.7%	78.8%

青字：第3期スポーツ基本計画記載現状以上
(C以上 児童：68% 生徒：75%)

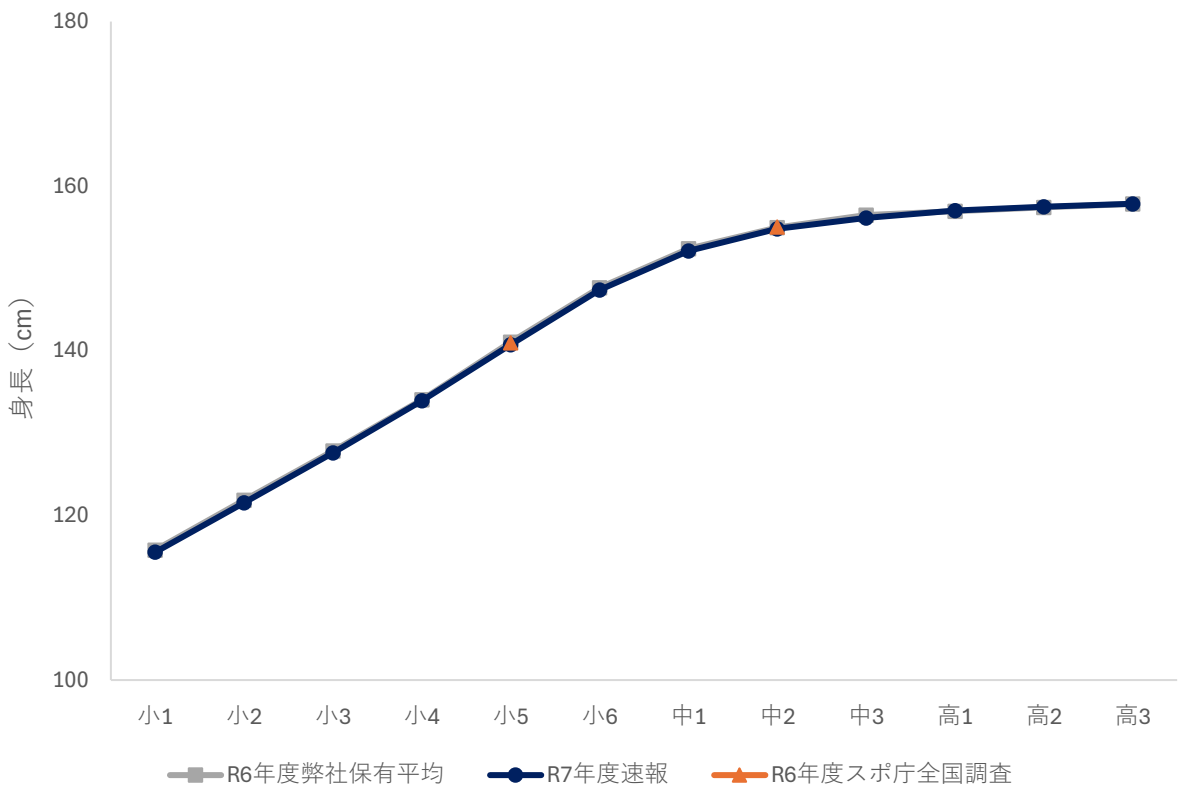
赤字：第3期スポーツ基本計画目標達成
(C以上 児童：80% 生徒：85%)

総合評価C以上の割合は全体的に70%～80%程度となっている
※「第3期スポーツ基本計画に係る中間評価について（案）」よりR6年度実績は児童66.7%、生徒74.5%
ALPHAを使っている児童・生徒は比較的体力レベルが高い可能性がある

身長（男子）



身長（女子）



※2025年7月31日現在（n=755,011）

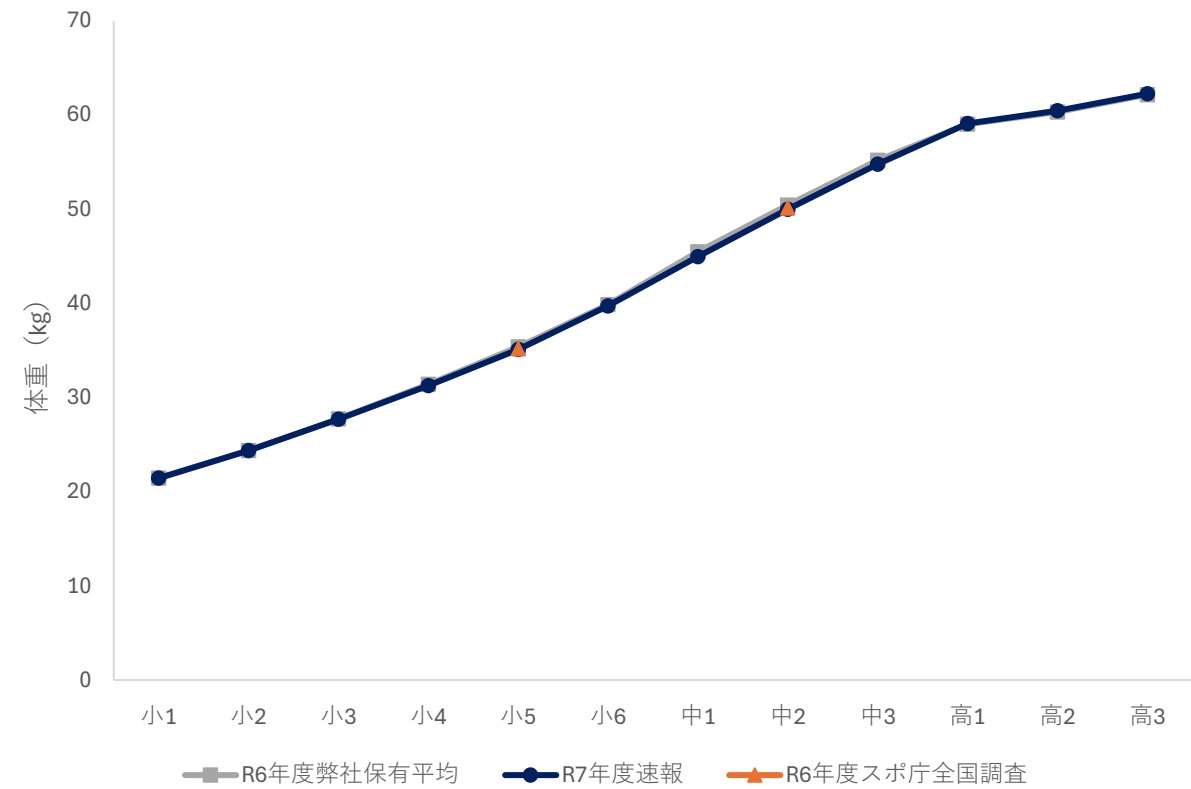
性別	小1	小2	小3	小4	小5	小6	中1	中2	中3	高1	高2	高3
男子	116.45	122.47	128.29	133.93	139.46	145.99	153.77	161.01	166.01	168.87	170.16	170.81
女子	115.54	121.55	127.60	133.95	140.74	147.39	152.14	154.81	156.14	157.06	157.50	157.87

順位	小5男子		中2男子		小5女子		中2女子	
	都道府県	身長	都道府県	身長	都道府県	身長	都道府県	身長
1	秋田県	141.04	秋田県	162.9	秋田県	142.62	秋田県	155.96
2	青森県	140.53	青森県	162.52	青森県	142.36	富山県	155.79
3	山形県	140.23	北海道	162.32	山形県	141.99	青森県	155.7
4	北海道	140.17	新潟県	162.21	富山県	141.81	東京都	155.63
5	岩手県	140.16	山形県	162.13	新潟県	141.73	新潟県	155.63
6	東京都	140.06	富山県	162.11	北海道	141.64	石川県	155.59
7	富山県	140.05	宮城県	162.03	宮城県	141.62	福井県	155.43
8	新潟県	140.04	岩手県	162.01	岩手県	141.61	北海道	155.42
9	宮城県	140	石川県	161.96	東京都	141.38	山形県	155.41
10	千葉県	139.92	東京都	161.78	石川県	141.28	神奈川県	155.37

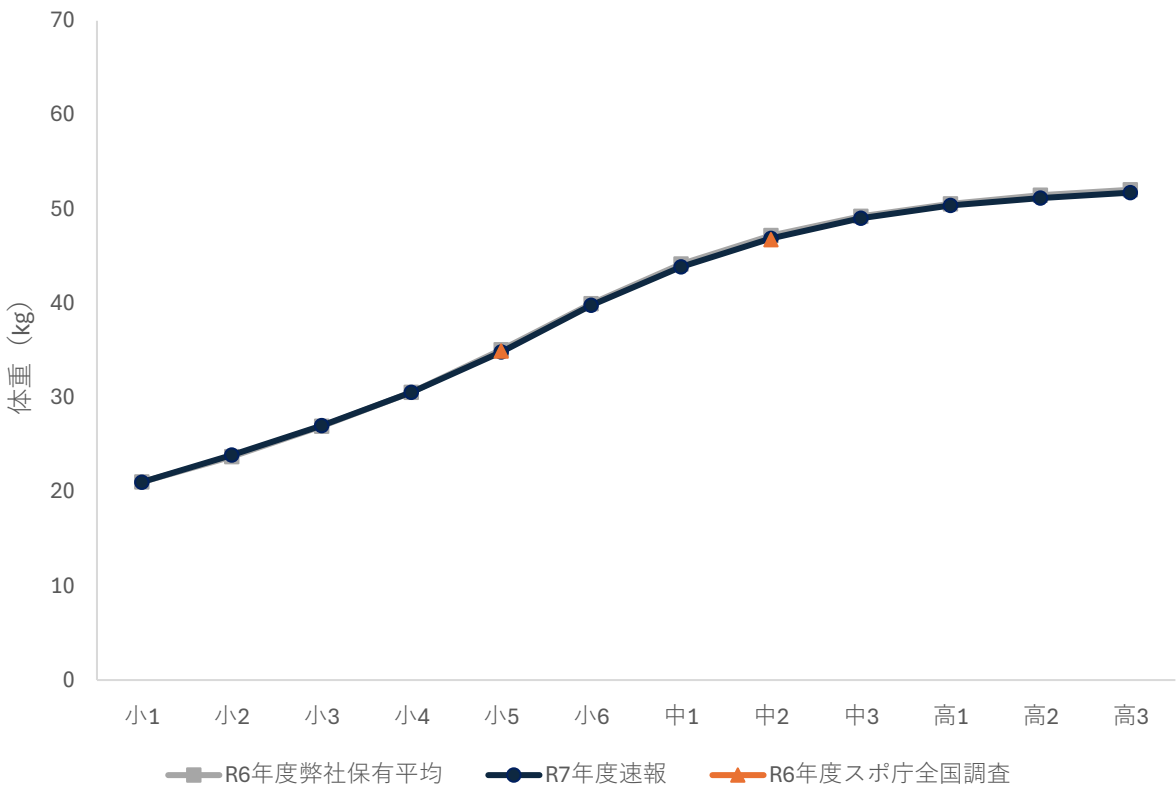
なぜか北国の子どもたちの身長が高い傾向にある

ベルクマンの法則が影響している？？

体重（男子）



体重（女子）



※2025年7月31日現在（n=745,517）

性別	小1	小2	小3	小4	小5	小6	中1	中2	中3	高1	高2	高3
男子	21.44	24.36	27.71	31.26	35.12	39.72	44.95	50.00	54.76	59.08	60.45	62.25
女子	21.02	23.88	27.00	30.54	34.84	39.81	43.88	46.88	49.02	50.40	51.19	51.75

高度やせの定義

肥満度 = -30%以下を高度やせとする (児童生徒等の健康診断マニュアル (平成27年度改訂版) より)

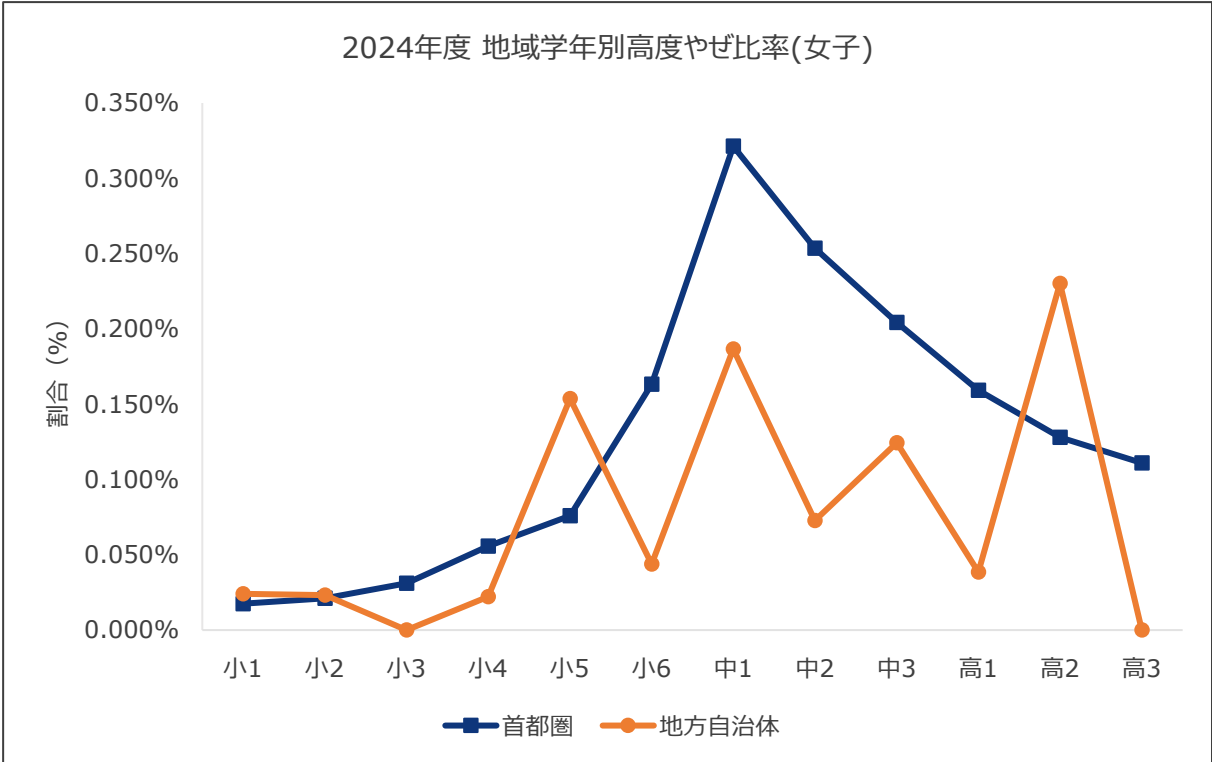
高度やせの問題点

体質性やせ
不健康やせ

の2種類に分けられると考えられる

不健康やせの場合

消化器疾患・心疾患・腎疾患・精神疾患の可能性
肥満よりも早期対応が喫緊の場合もある
将来の低身長や骨粗鬆症・不妊のリスクも有する



出展：弊社独自分析

高度やせ児童・生徒の体力評価比率

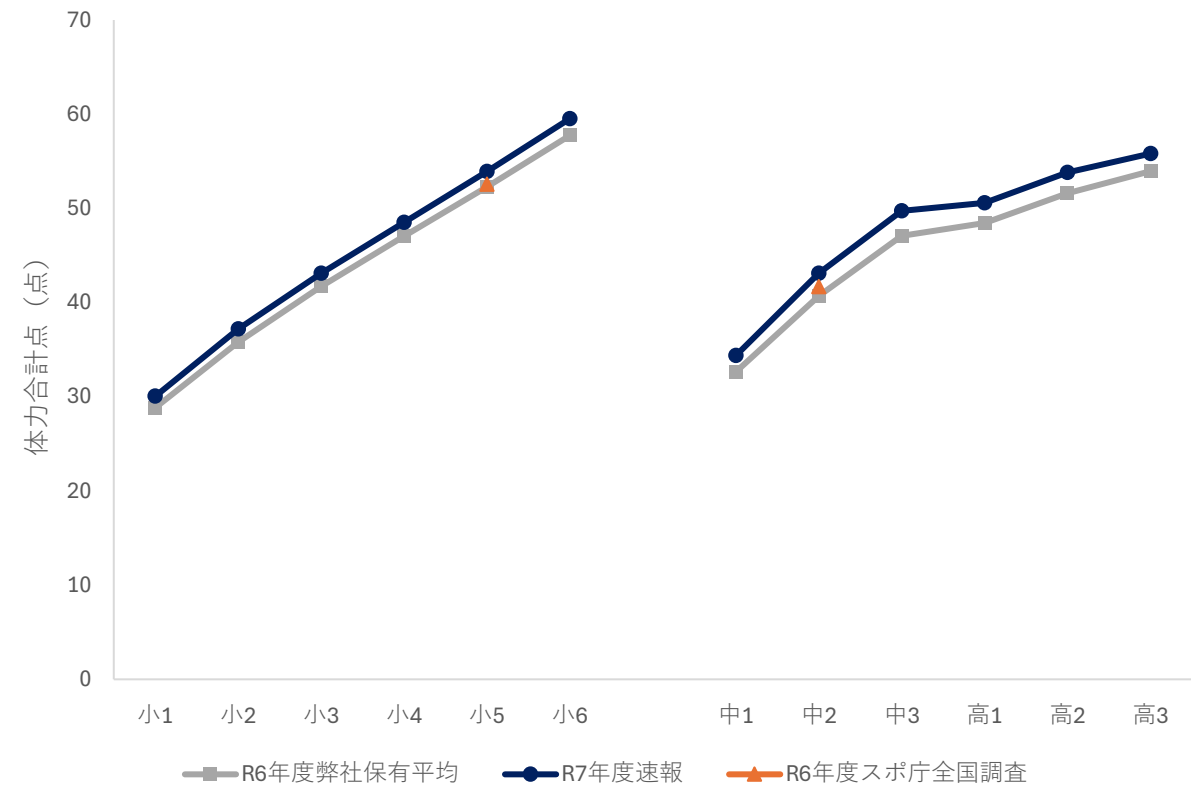
体力評価	小1	小2	小3	小4	小5	小6
A+B	12.5%	20.0%	26.7%	22.2%	25.7%	31.5%
D+E	62.5%	40.0%	40.0%	37.0%	31.4%	45.2%
体力評価	中1	中2	中3	高1	高2	高3
A+B	38.0%	34.3%	29.2%	17.9%	4.8%	11.8%
D+E	27.2%	40.0%	31.3%	67.9%	47.6%	64.7%

出典：弊社独自分析

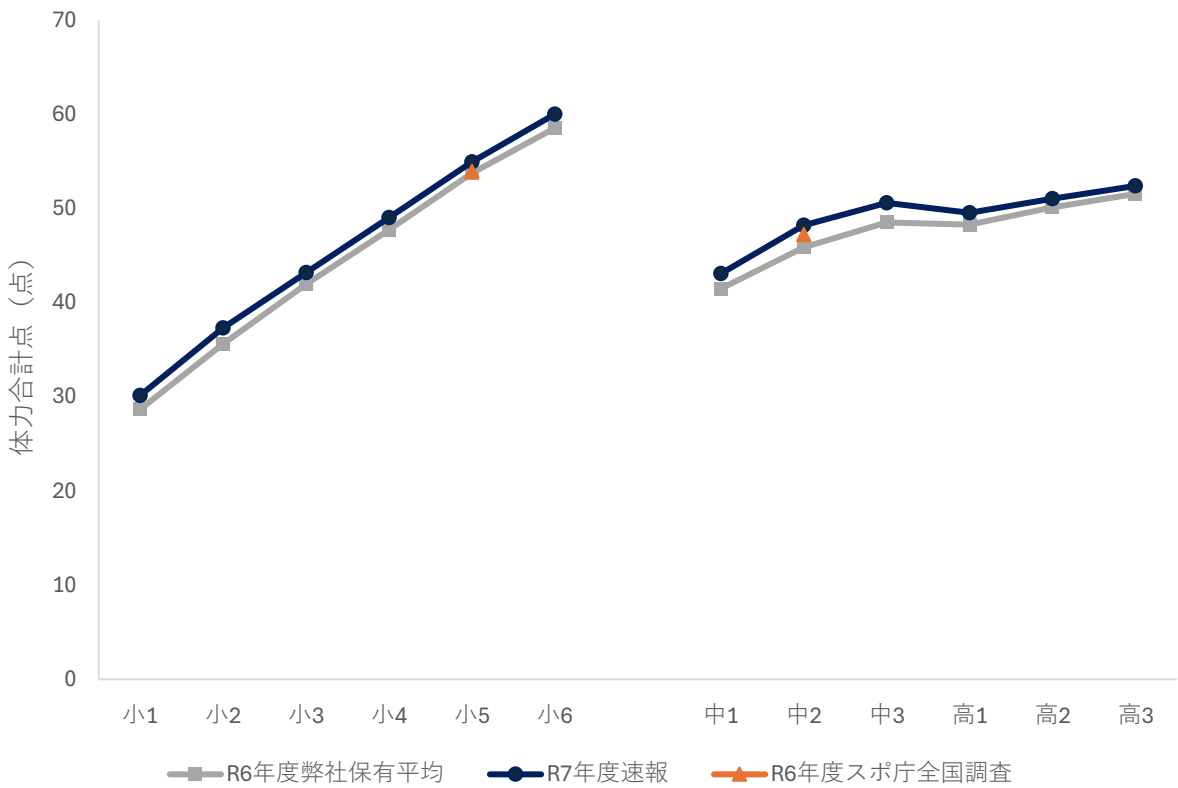
- 人数としては非常に少ない0.1~0.2%程度
- ライフセービングの観点から把握・対策は必要だと考えています
- 競技力向上の為に体重を減らしている場合も考えられます

- ◆ 受診勧告などを保護者に向けて行うこと
- ◆ 児童・生徒への食事の大切さを伝える食育
- ◆ 指導者への栄養摂取・体重の大切さを伝える講習

体力合計点（男子）



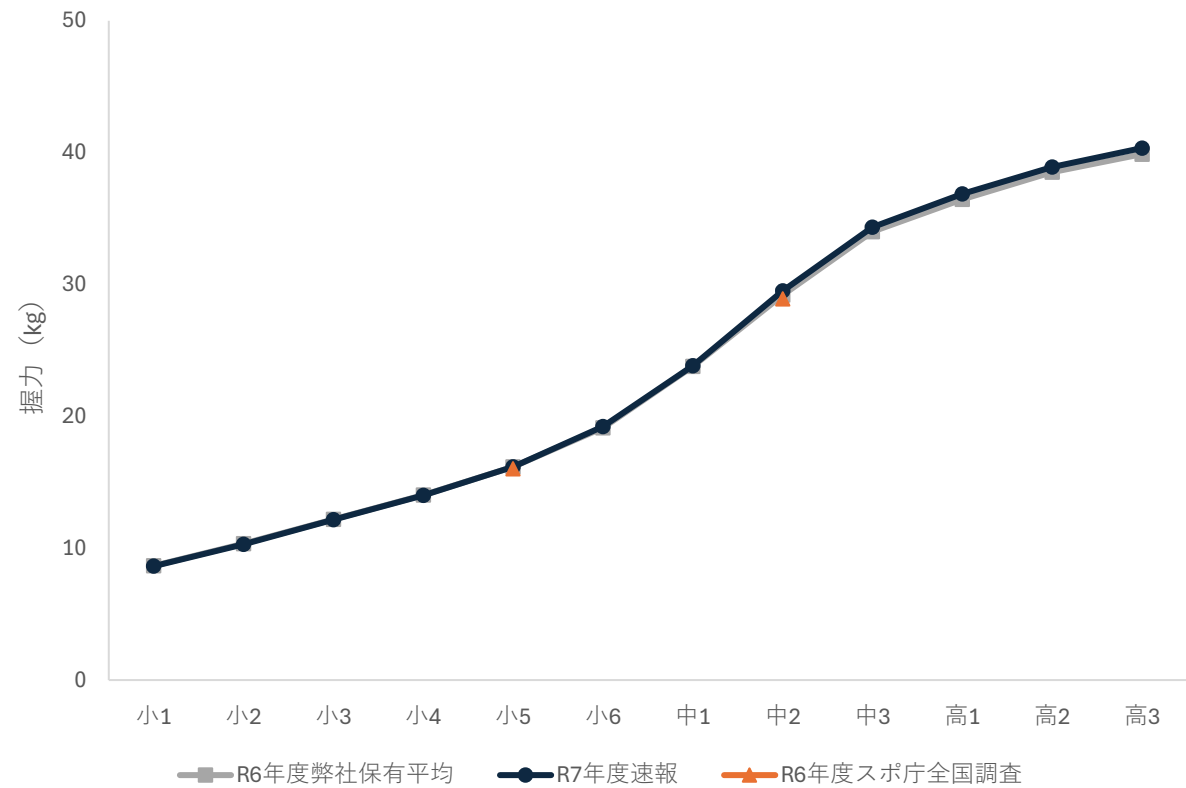
体力合計点（女子）



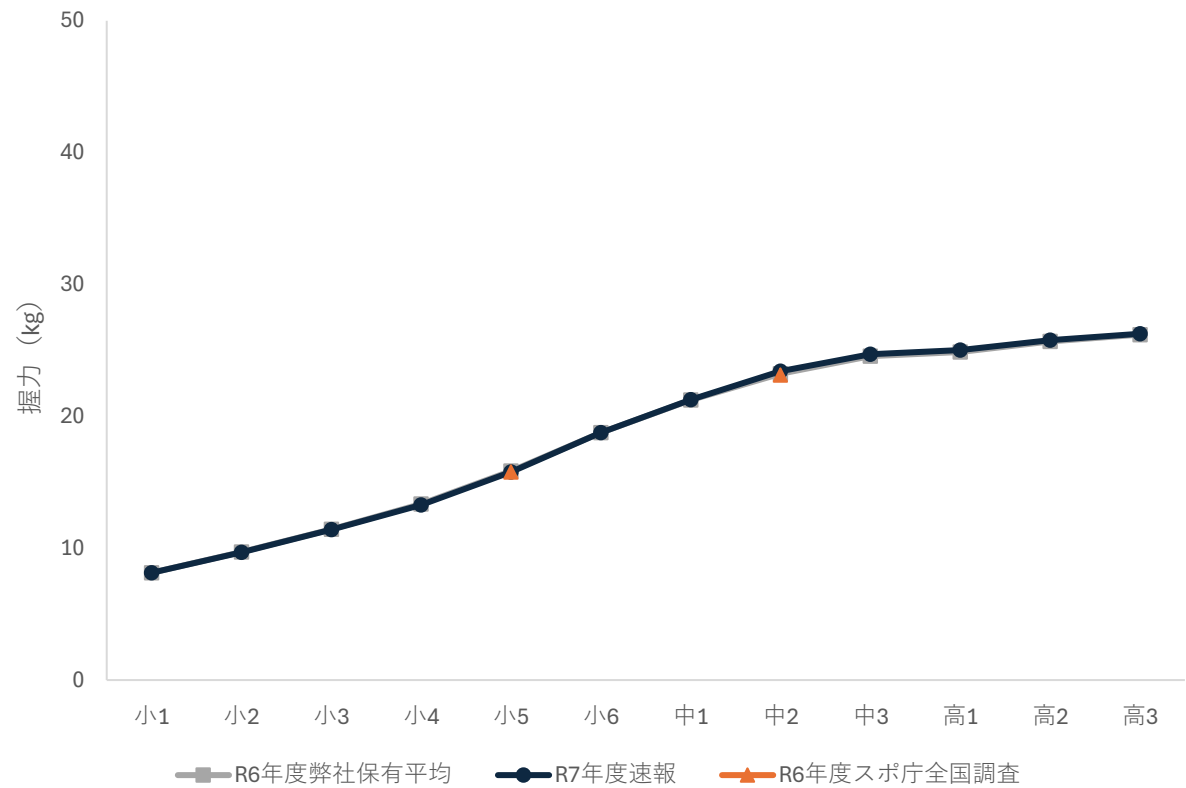
※2025年7月31日現在（n=759,550）

性別	小1	小2	小3	小4	小5	小6	中1	中2	中3	高1	高2	高3
男子	30.05	37.19	43.11	48.53	53.91	59.52	34.36	43.11	49.73	50.57	53.80	55.83
女子	30.14	37.29	43.18	49.01	54.92	60.00	43.07	48.19	50.58	49.54	51.03	52.40

握力（男子）



握力（女子）



※2025年7月31日現在（n=803,238）

性別	小1	小2	小3	小4	小5	小6	中1	中2	中3	高1	高2	高3
男子	8.64	10.29	12.17	14.00	16.16	19.23	23.84	29.52	34.34	36.86	38.92	40.35
女子	8.14	9.70	11.42	13.29	15.77	18.77	21.26	23.41	24.72	25.01	25.78	26.26

※数値は相関係数

		男子																	
測定項目1	測定項目2	小学1年生 n=313		小学2年生 n=287		小学3年生 n=329		小学4年生 n=337		小学5年生 n=329		小学6年生 n=355		中学1年生 n=306		中学2年生 n=308		中学3年生 n=338	
身長	握力	0.392	**	0.427	**	0.498	**	0.369	**	0.368	**	0.577	**	0.573	**	0.538	**	0.362	**
体重	握力	0.398	**	0.456	**	0.490	**	0.340	**	0.388	**	0.488	**	0.564	**	0.585	**	0.507	**

		女子																	
測定項目1	測定項目2	小学1年生 n=313		小学2年生 n=287		小学3年生 n=329		小学4年生 n=337		小学5年生 n=329		小学6年生 n=355		中学1年生 n=306		中学2年生 n=308		中学3年生 n=338	
身長	握力	0.423	**	0.439	**	0.423	**	0.491	**	0.527	**	0.486	**	0.435	**	0.277	**	0.183	*
体重	握力	0.337	**	0.498	**	0.468	**	0.528	**	0.477	**	0.527	**	0.454	**	0.364	**	0.378	**

出典：弊社独自分析

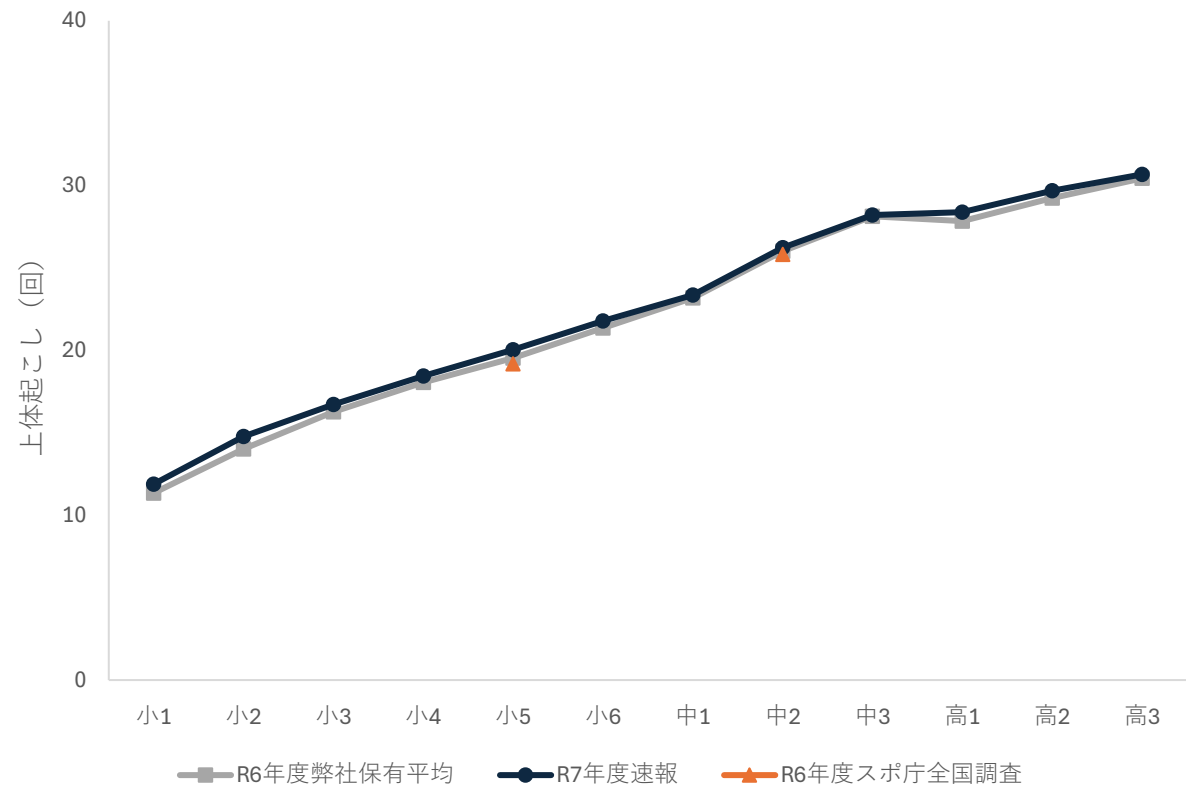
：中等度の相関

** : p < 0.01 * : p < 0.05

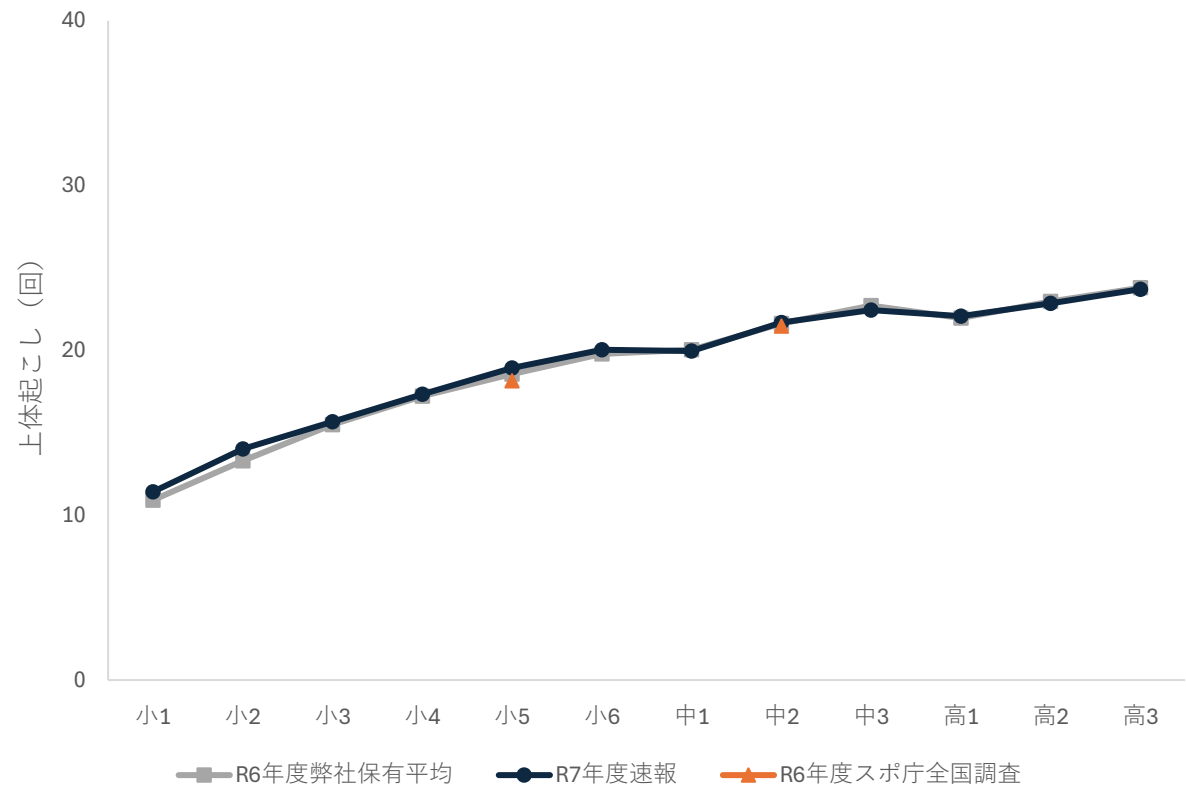
体力テストの測定項目の中でも握力は、一番体格との関連性が高い項目となっている

握力の評価をする際には体格も考慮する必要がある

上体起こし（男子）



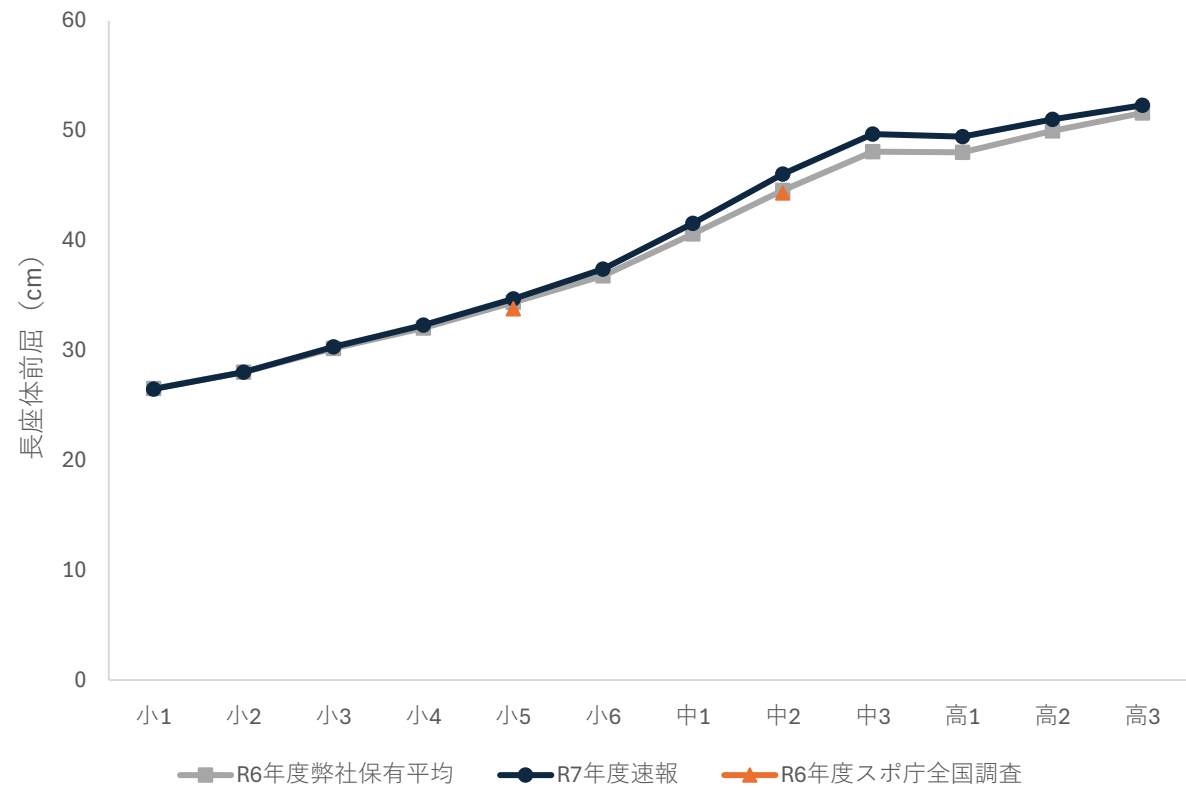
上体起こし（女子）



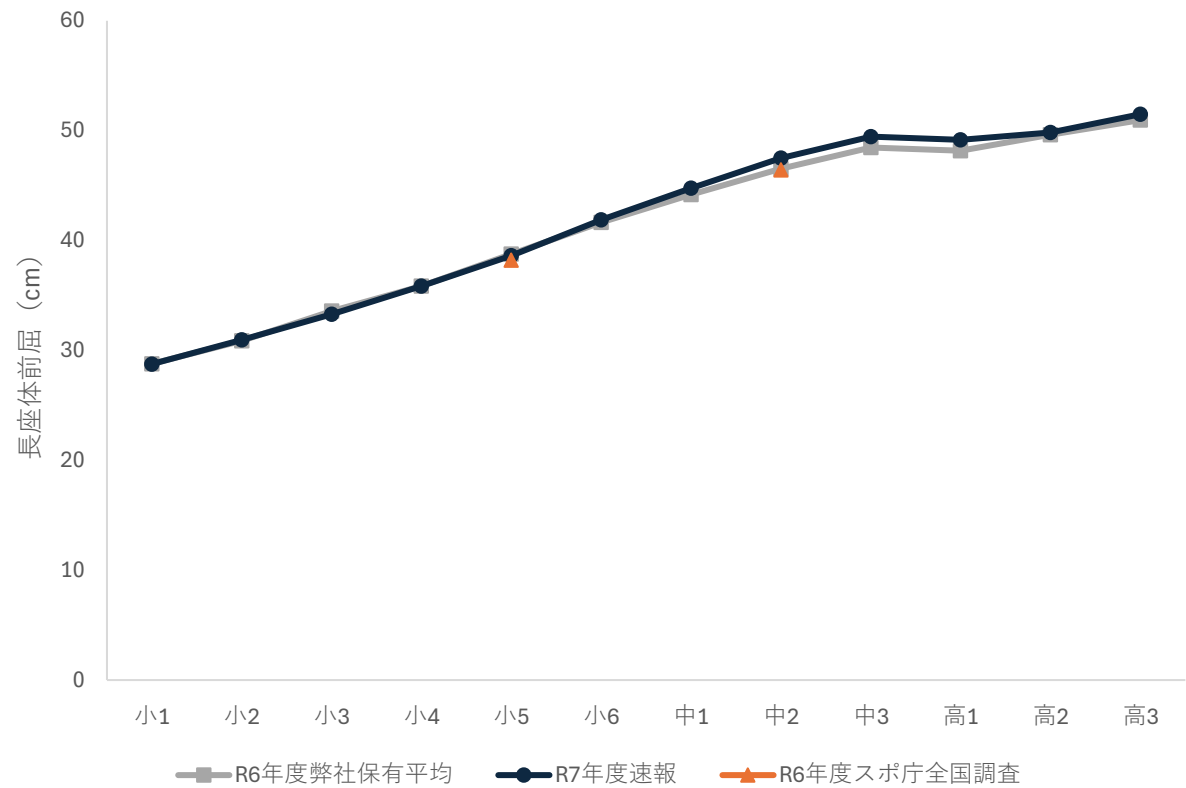
※2025年7月31日現在（n=798,531）

性別	小1	小2	小3	小4	小5	小6	中1	中2	中3	高1	高2	高3
男子	11.89	14.78	16.73	18.46	20.04	21.78	23.37	26.23	28.21	28.38	29.70	30.68
女子	11.42	14.03	15.68	17.34	18.94	20.05	19.97	21.70	22.45	22.08	22.86	23.71

長座体前屈（男子）



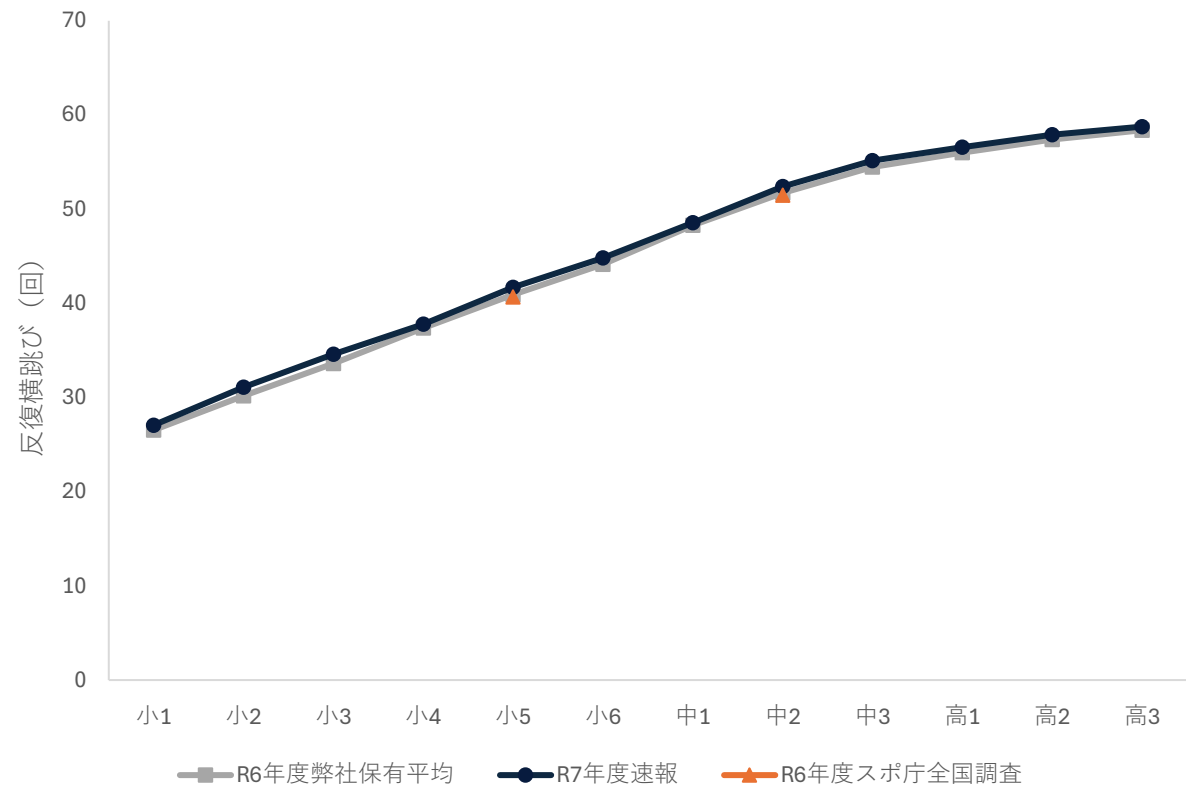
長座体前屈（女子）



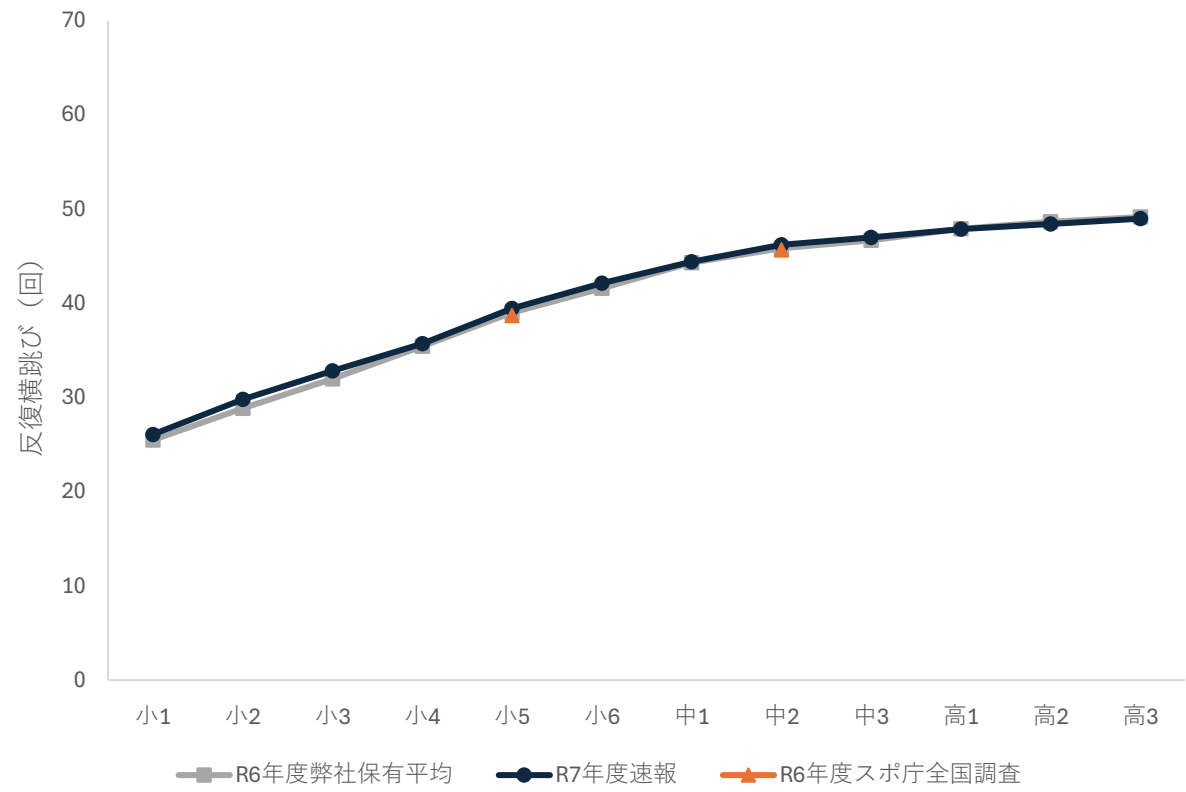
※2025年7月31日現在（n=800,905）

性別	小1	小2	小3	小4	小5	小6	中1	中2	中3	高1	高2	高3
男子	26.49	28.03	30.33	32.31	34.68	37.39	41.56	46.04	49.68	49.47	51.03	52.31
女子	28.76	30.95	33.30	35.87	38.62	41.88	44.77	47.49	49.46	49.18	49.83	51.49

反復横跳び（男子）



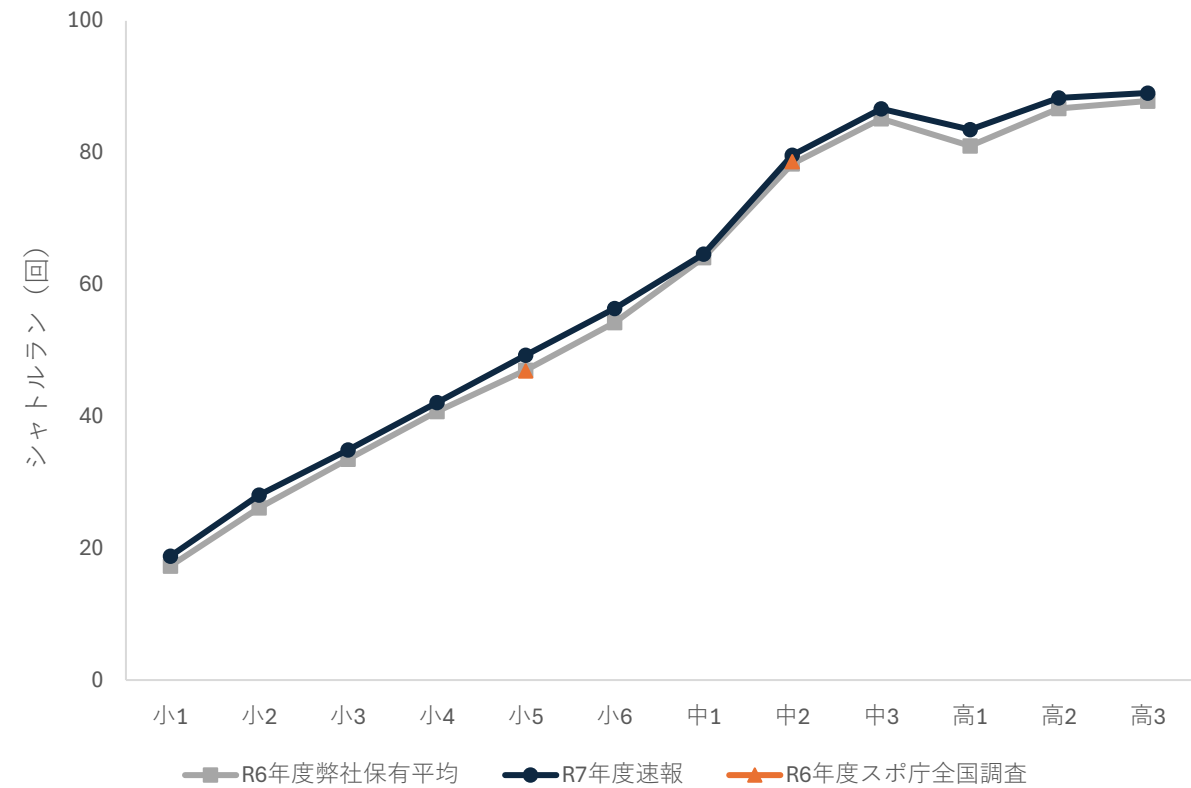
反復横跳び（女子）



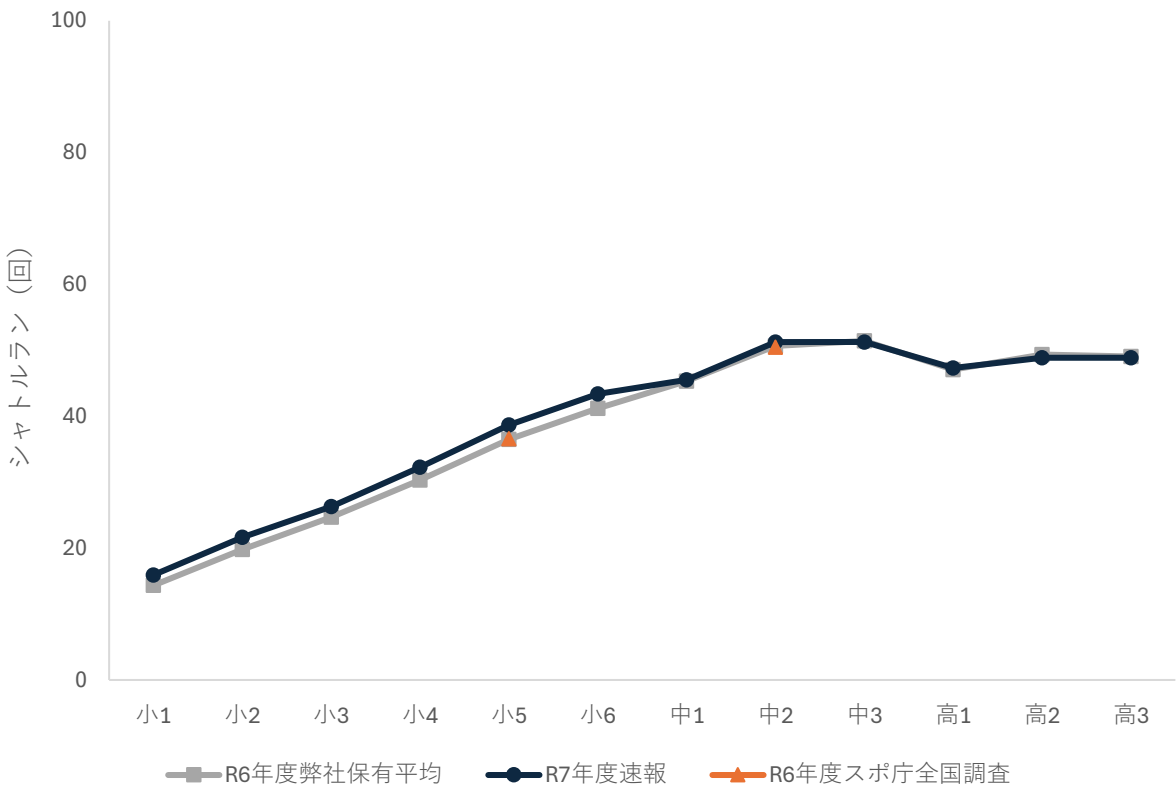
※2025年7月31日現在（n=796,575）

性別	小1	小2	小3	小4	小5	小6	中1	中2	中3	高1	高2	高3
男子	27.07	31.10	34.59	37.80	41.68	44.81	48.55	52.40	55.15	56.59	57.90	58.76
女子	26.08	29.80	32.83	35.72	39.44	42.13	44.42	46.22	47.00	47.88	48.42	48.99

シャトルラン（男子）



シャトルラン（女子）

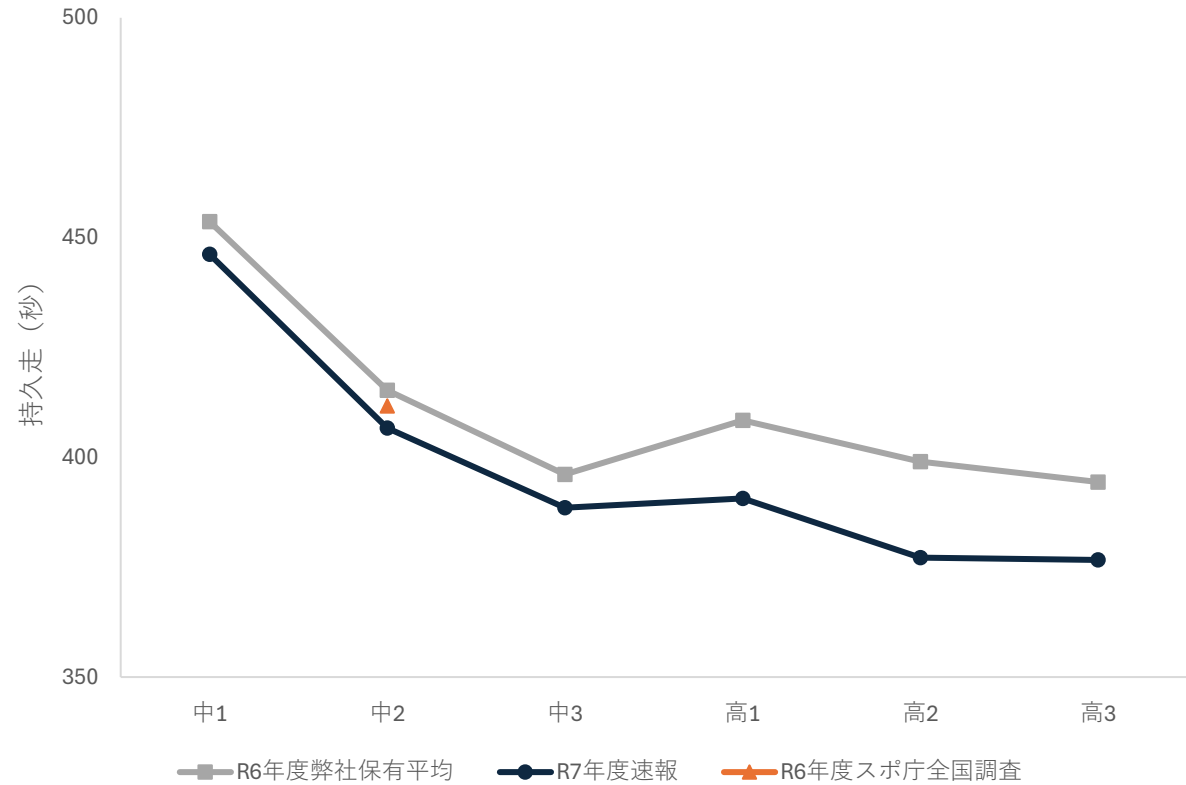


※2025年7月31日現在（n=686,302）

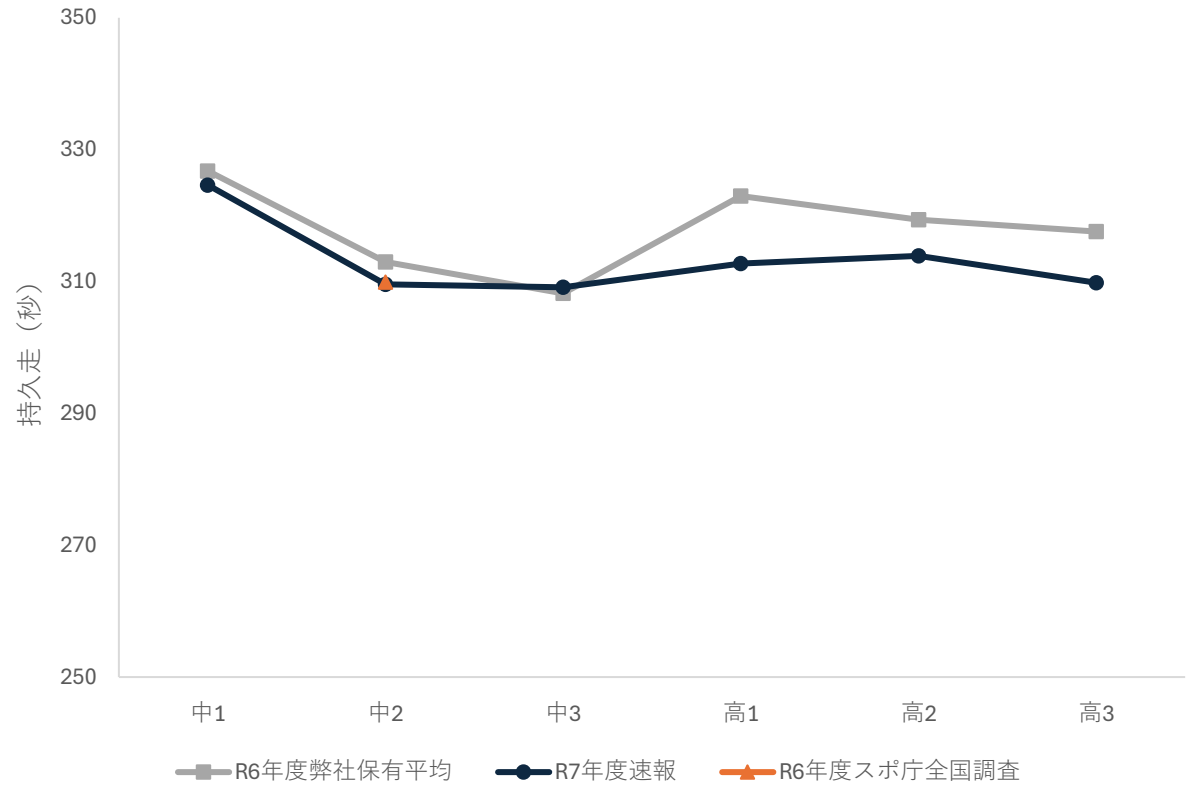
性別	小1	小2	小3	小4	小5	小6	中1	中2	中3	高1	高2	高3
男子	18.80	28.07	34.90	42.08	49.28	56.38	64.61	79.62	86.64	83.49	88.33	89.06
女子	15.93	21.66	26.30	32.28	38.71	43.41	45.55	51.27	51.27	47.31	48.86	48.89

児童・生徒の持久走（男子：1500m 女子：1000m）

持久走（男子）

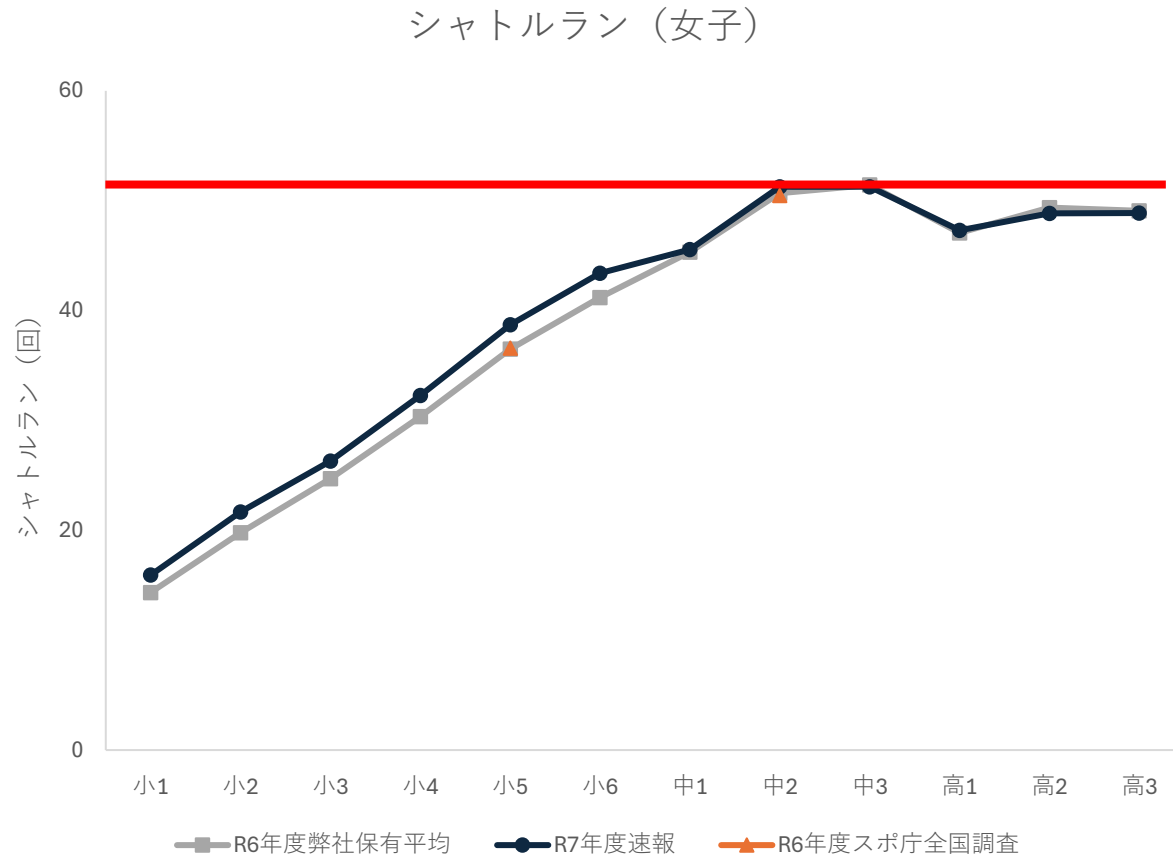


持久走（女子）



※2025年7月31日現在（n=126,629）

性別	中1	中2	中3	高1	高2	高3
男子	446.18	406.67	388.56	390.61	377.15	376.65
女子	324.63	309.55	309.12	312.70	313.90	309.79



高校生は中3の値を超えていない



人生でもっと持久力がある時期が中3の可能性

全身持久力は20歳以降平均して1年で1%程度低下すると考えられる
(衣笠ら 1994)

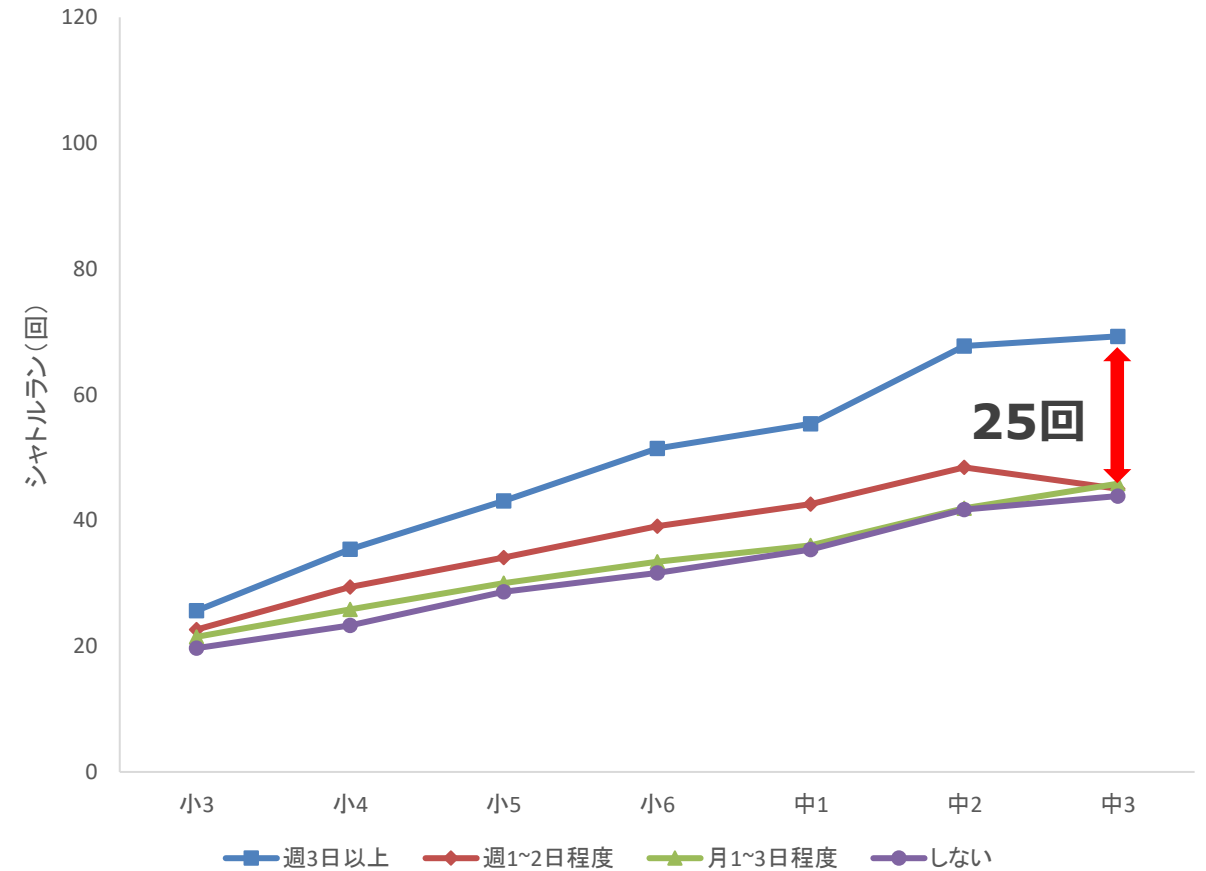
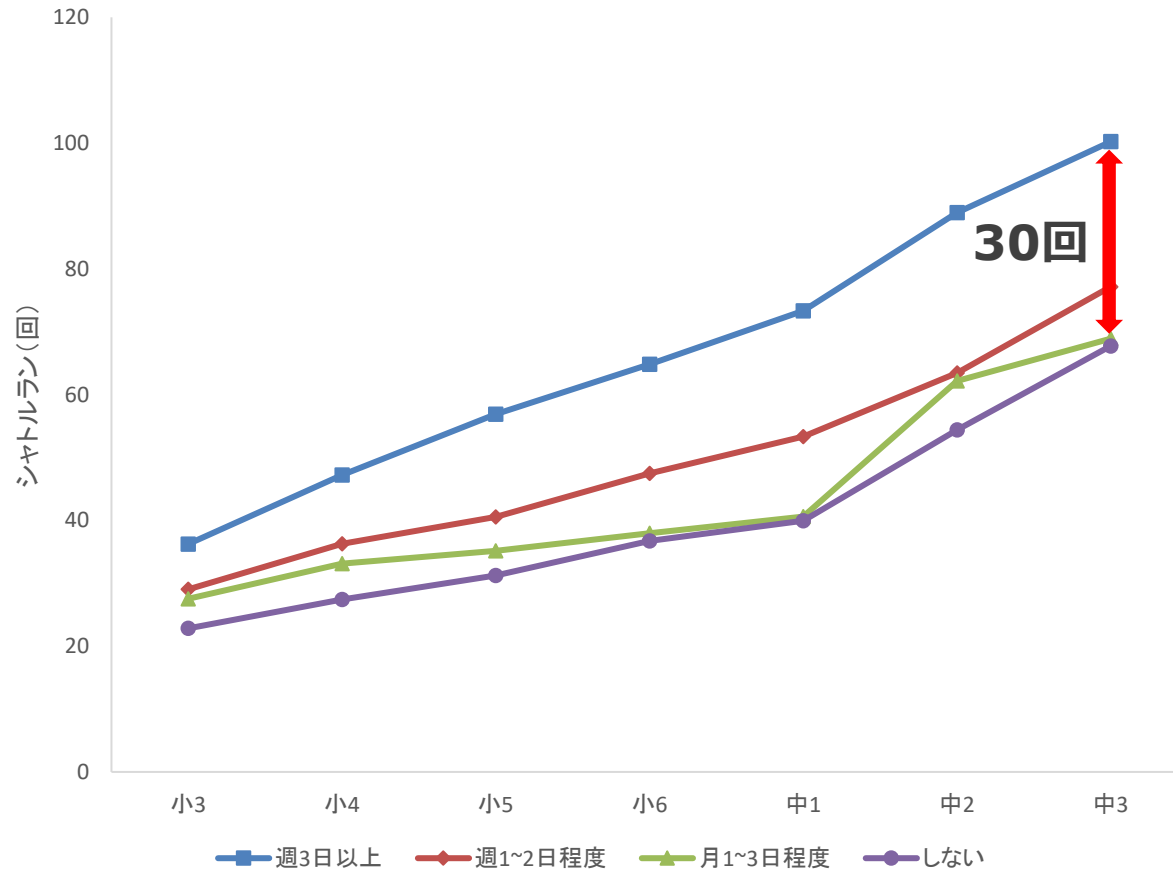


現代はもっと早くから低下している可能性

**全身持久力が低いと将来の
生活習慣病・がん死亡リスクが高まる**

(Sawada et al. 2003,2018)

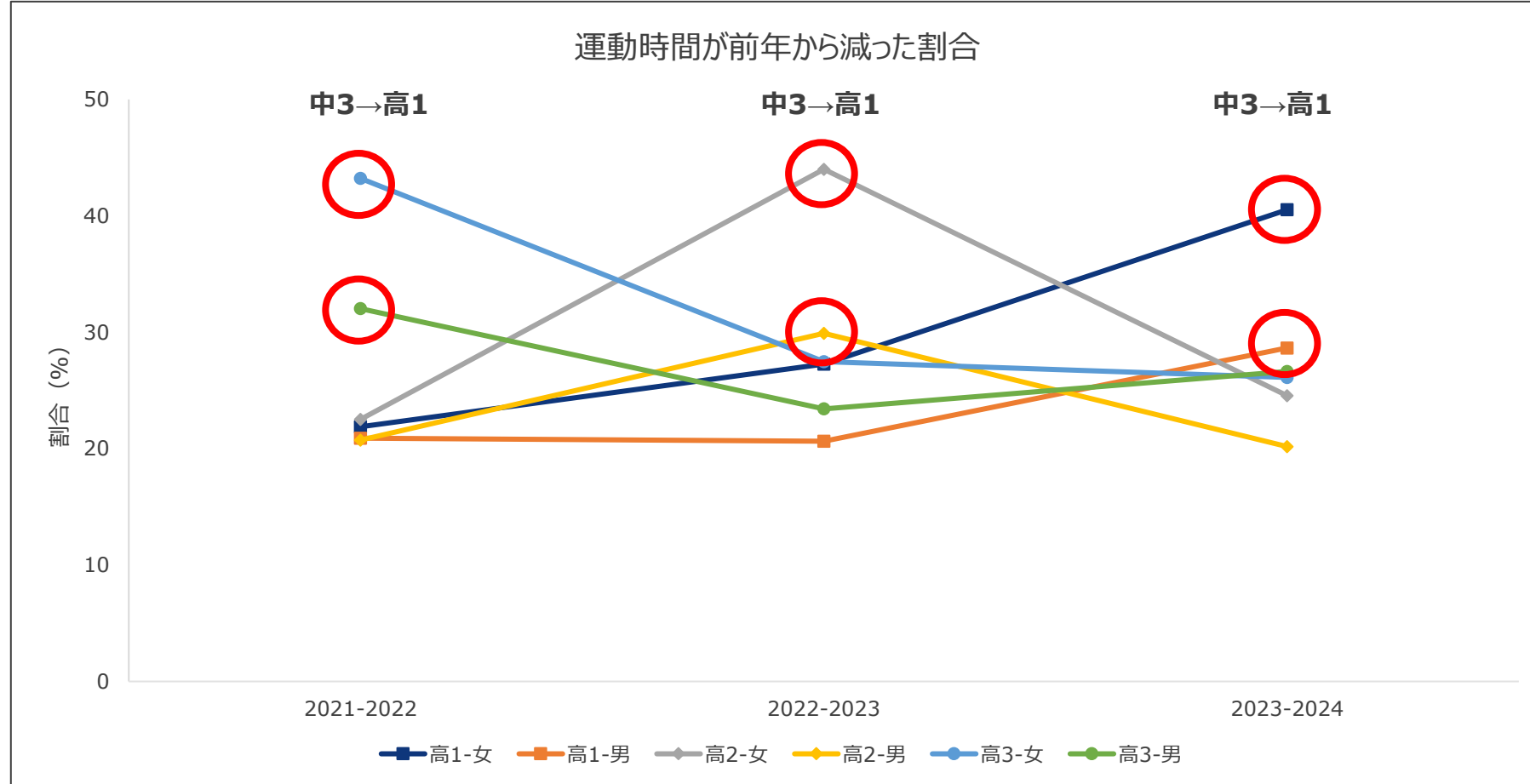
女子生徒は高校に上がると運動習慣をなくしやすい（運動部への加入率が下がる）ので
中学までの義務教育期間中に運動の大切さを認識してもらうことは大切



※弊社独自分析 (n=25,783)

➤ 運動頻度が多い児童・生徒程、持久力が高いことがわかる

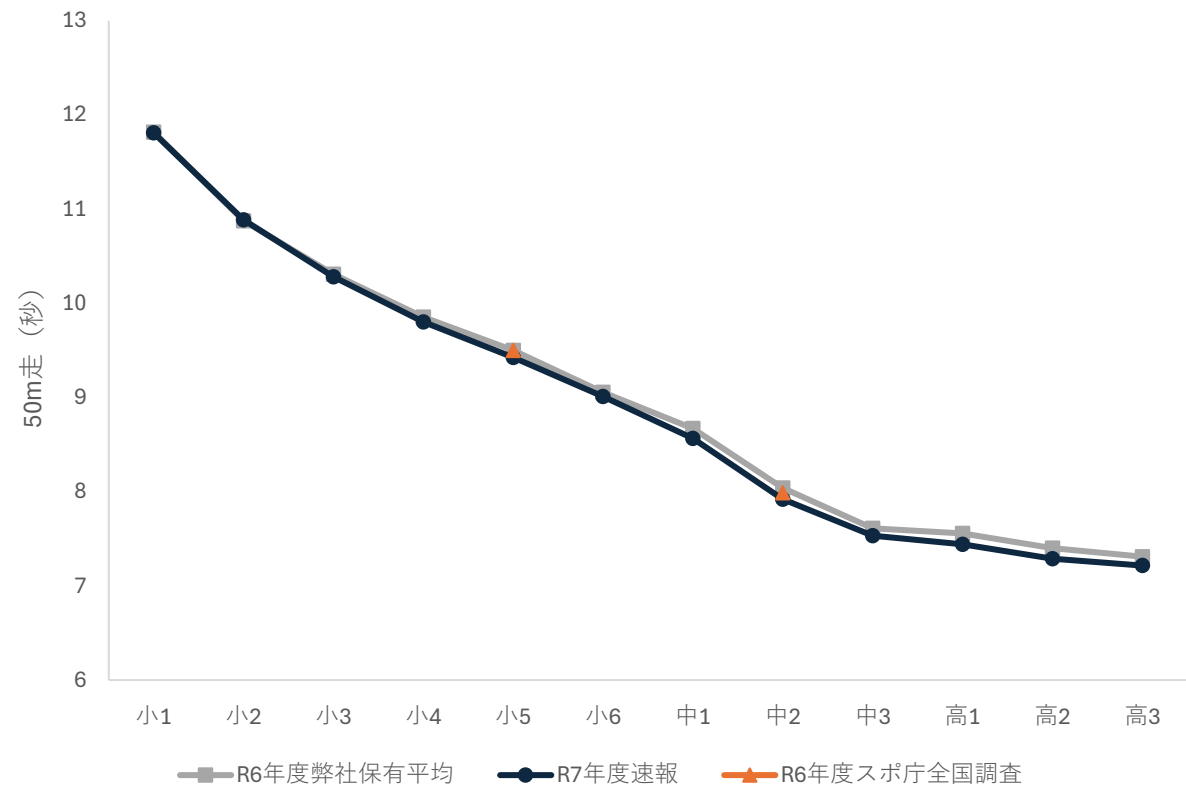
➡ 運動頻度を高めるために、運動の大切さを伝える啓蒙活動が重要かもしれない



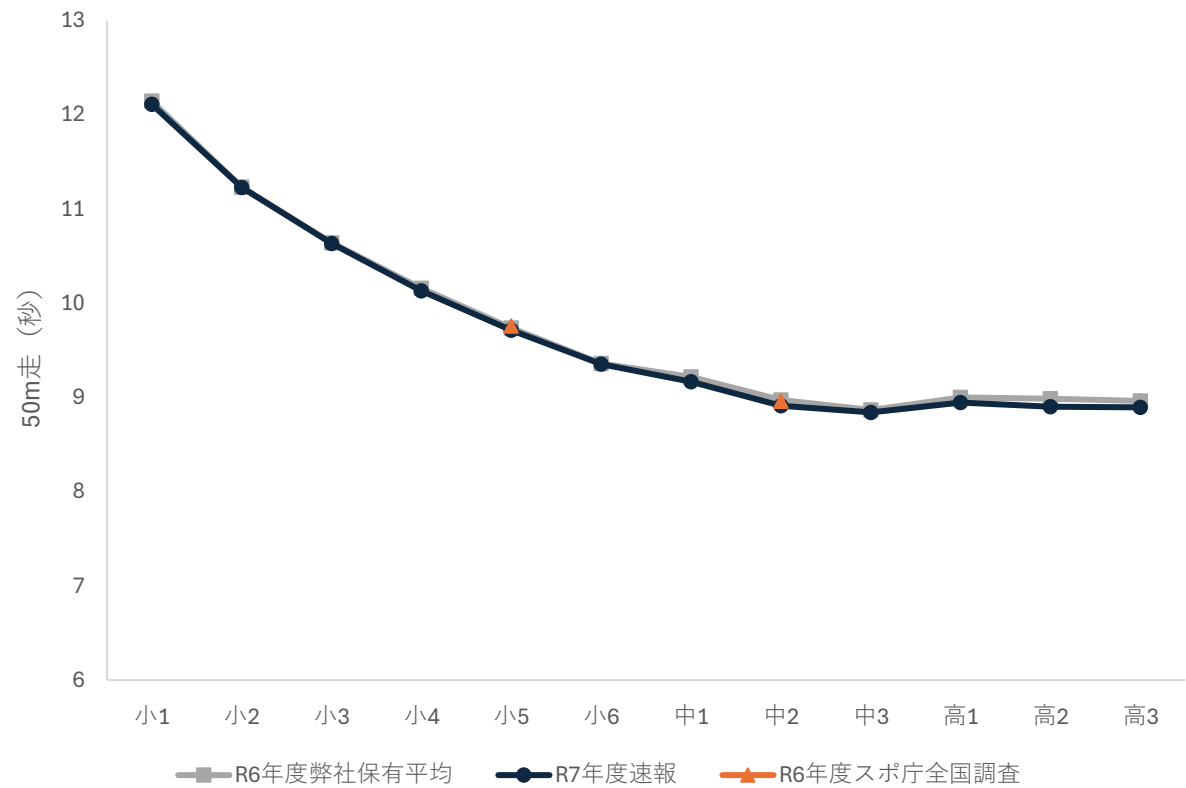
出典：弊社独自分析

中学生から高校生になるタイミングで運動時間が年々から減る傾向にある
特に女子では**40%以上**の生徒が前年からの運動時間が減っていることが示唆された

50m走（男子）



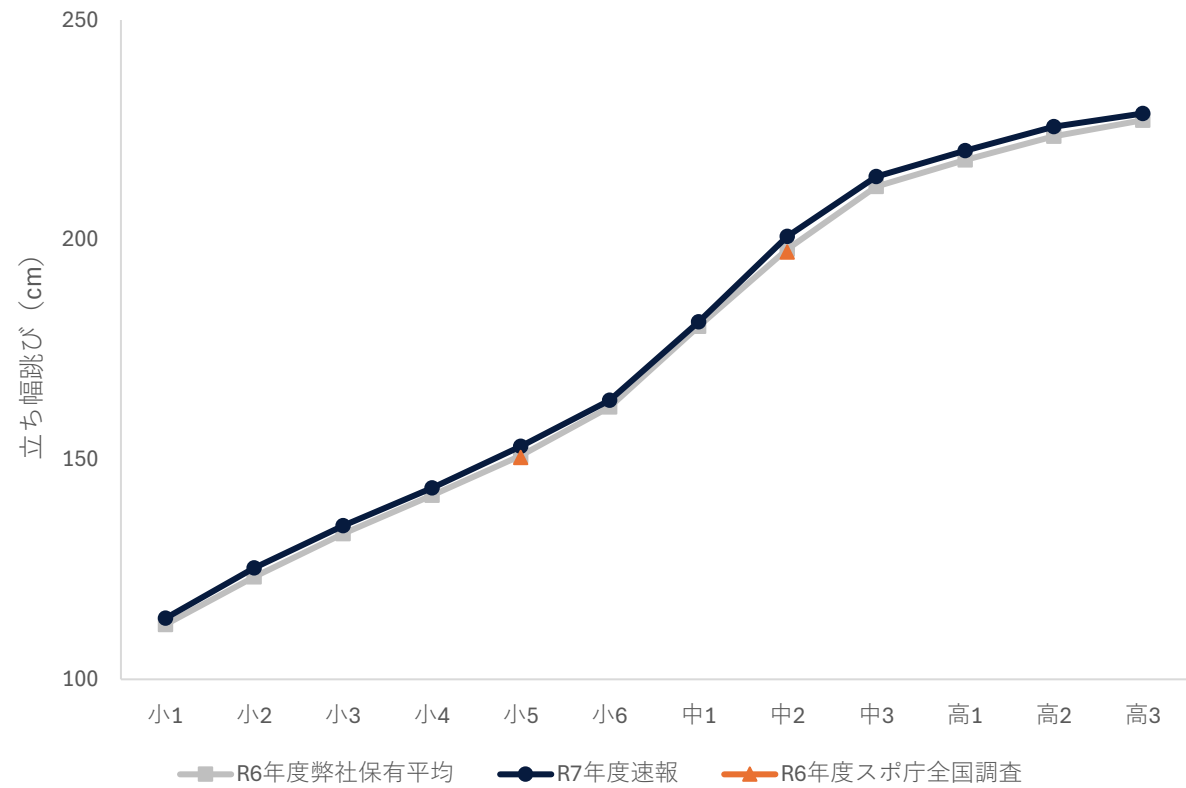
50m走（女子）



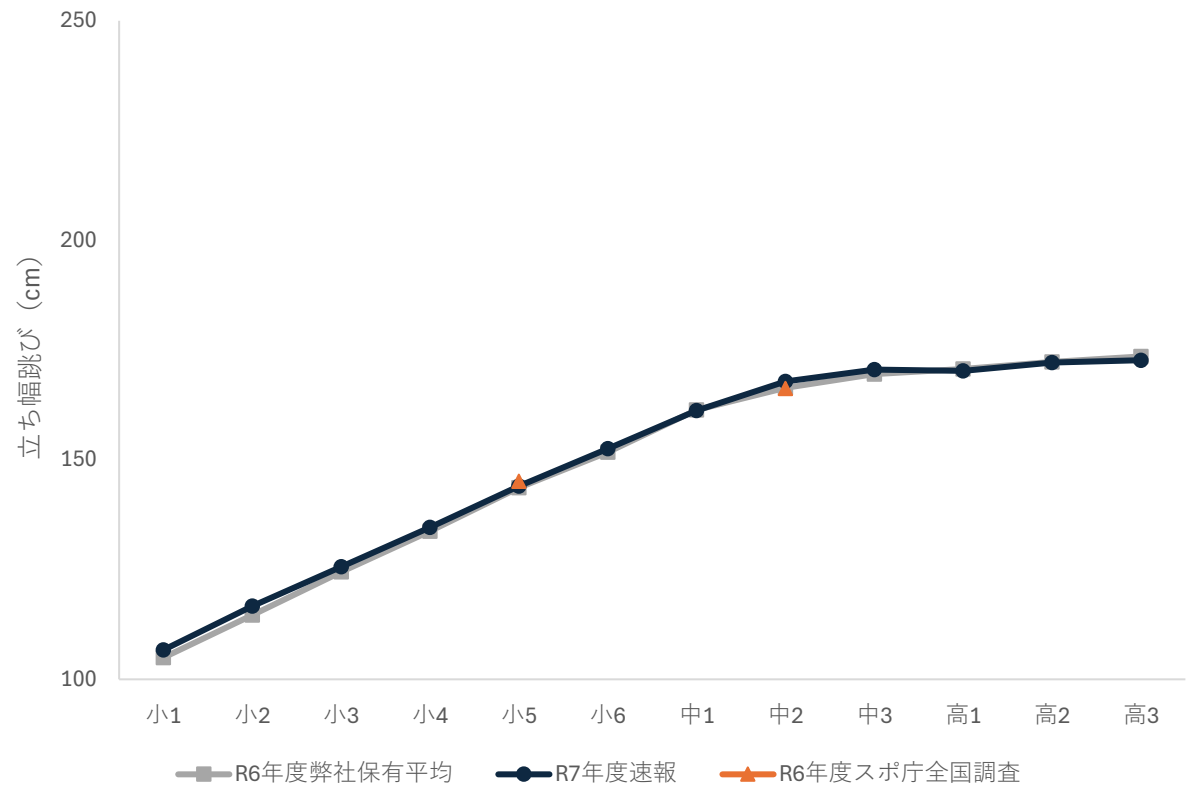
※2025年7月31日現在（n=791,509）

性別	小1	小2	小3	小4	小5	小6	中1	中2	中3	高1	高2	高3
男子	11.81	10.89	10.28	9.80	9.43	9.01	8.57	7.92	7.53	7.44	7.29	7.22
女子	12.11	11.23	10.63	10.13	9.72	9.36	9.17	8.91	8.84	8.95	8.90	8.90

立ち幅跳び（男子）



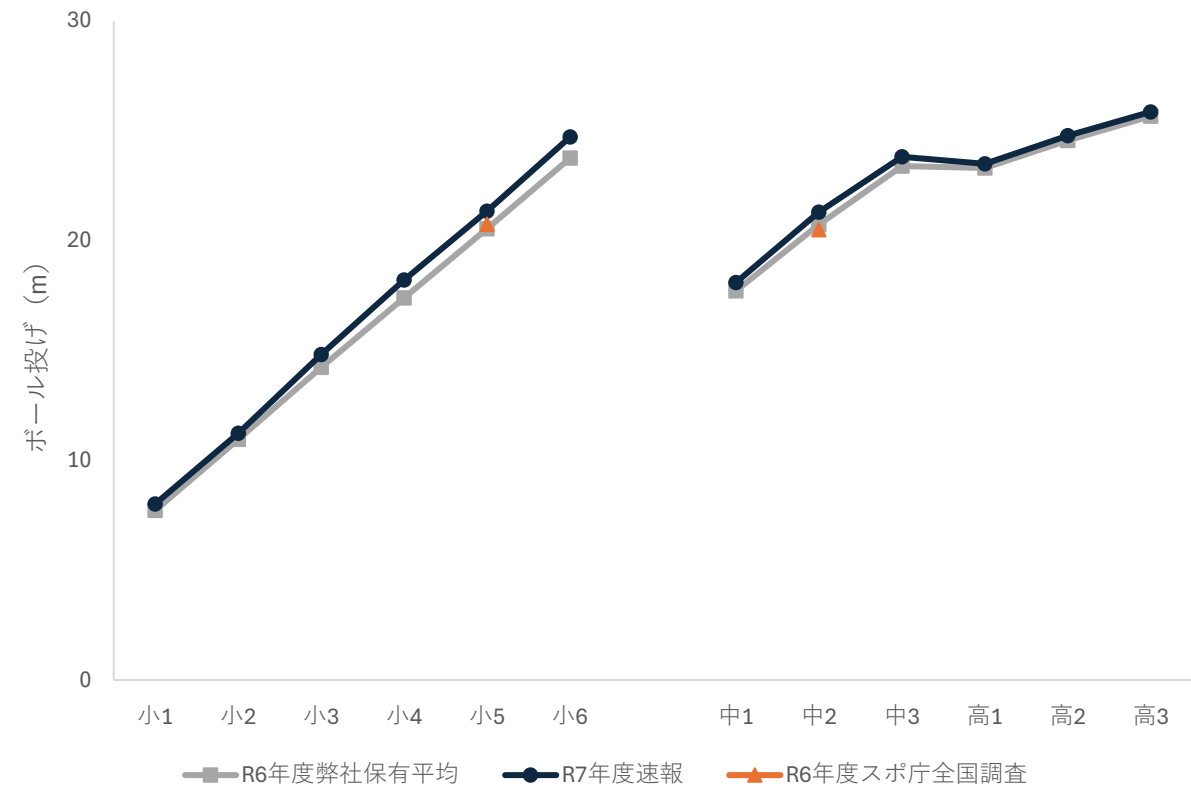
立ち幅跳び（女子）



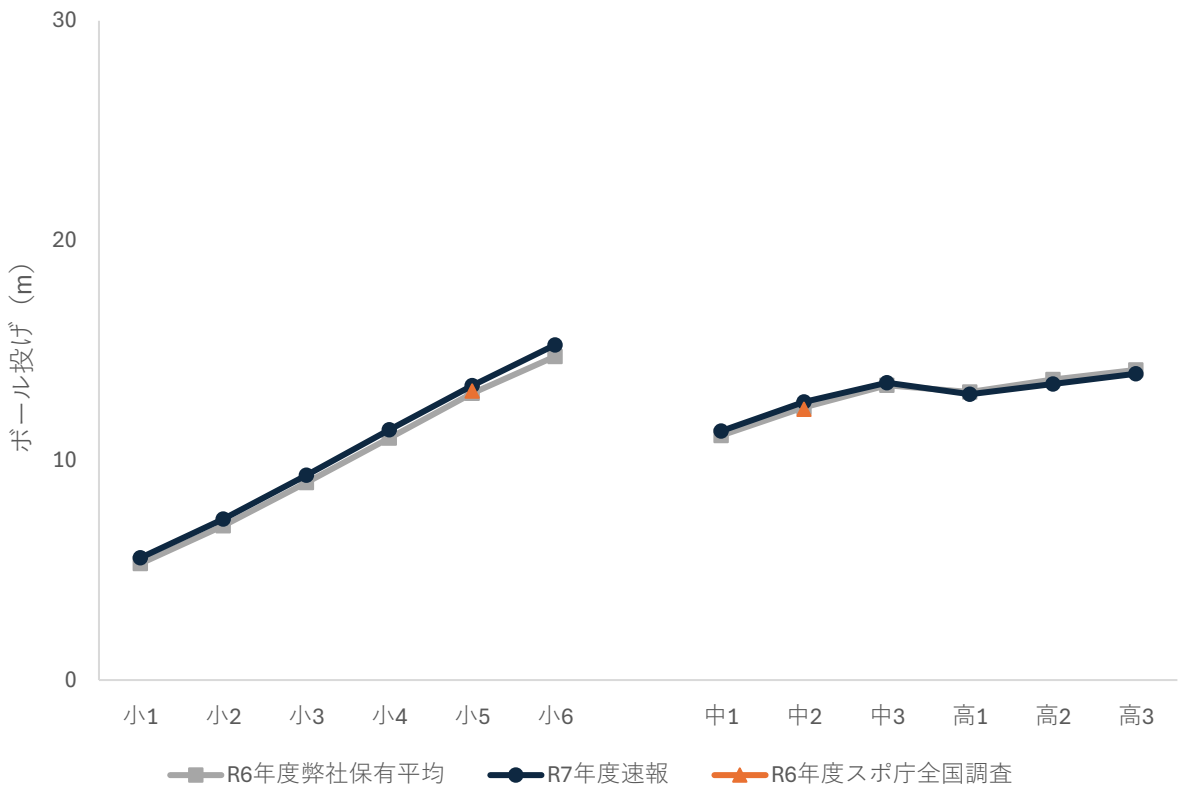
※2025年7月31日現在（n=794,921）

性別	小1	小2	小3	小4	小5	小6	中1	中2	中3	高1	高2	高3
男子	113.87	125.32	134.97	143.56	152.97	163.45	181.31	200.72	214.34	220.25	225.75	228.73
女子	106.71	116.72	125.66	134.61	144.01	152.53	161.21	167.87	170.53	170.23	172.16	172.68

ボール投げ（男子）



ボール投げ（女子）

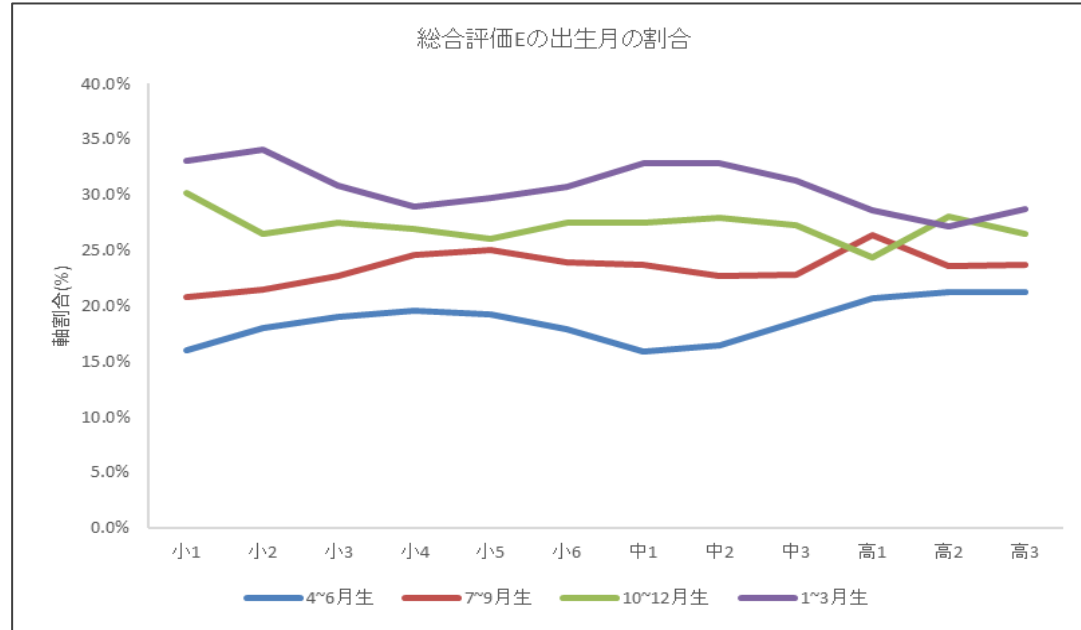


※2025年7月31日現在（n=796,170）

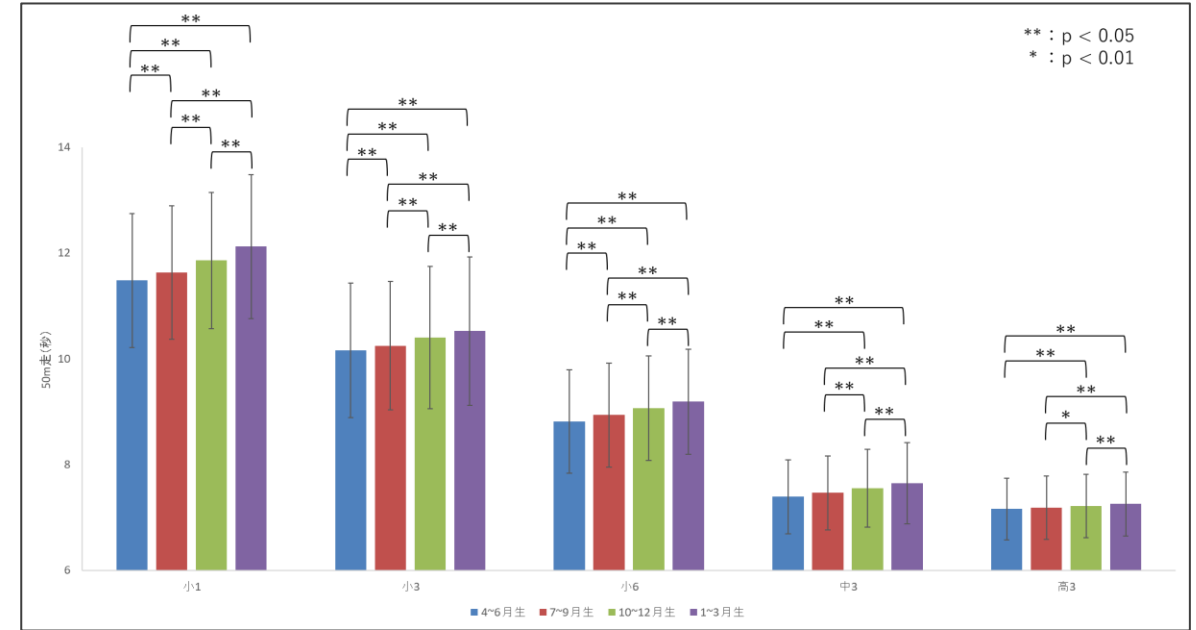
性別	小1	小2	小3	小4	小5	小6	中1	中2	中3	高1	高2	高3
男子	8.02	11.23	14.81	18.20	21.33	24.71	18.09	21.29	23.82	23.48	24.77	25.86
女子	5.56	7.33	9.32	11.39	13.39	15.25	11.33	12.65	13.53	13.01	13.47	13.93

出生月の問題点

- E評価のうち早生まれの割合が高い
- 男子の50m走は高校3年生でも出生月による差がある



出展：弊社独自分析



出展：弊社独自分析

男子の高校3年生では体格差（身長・体重）は、出生月の影響はほとんど残っていないにもかかわらず50m走では差がある



幼少期の運動への苦手意識が影響している可能性がある

※小学生低学年は足の速い子がヒーローの可能性があり、本当は出生月の影響で足が遅いにもかかわらず運動が苦手だからと錯覚している可能性



Pestalozzi Technology

運動データを価値あるものに