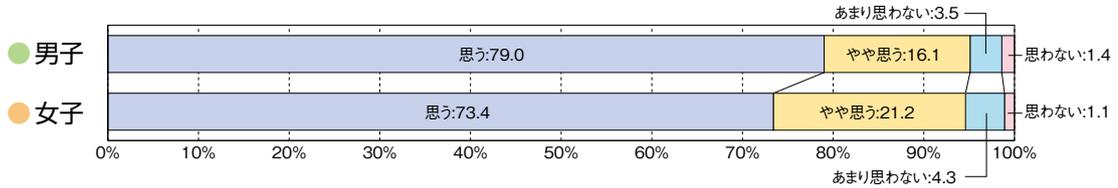


4 | 運動やスポーツは体力向上のために大切なことだと思うか

【質問18】 運動やスポーツをすることは、あなたの体力をあげるために大切なことだと思いますか

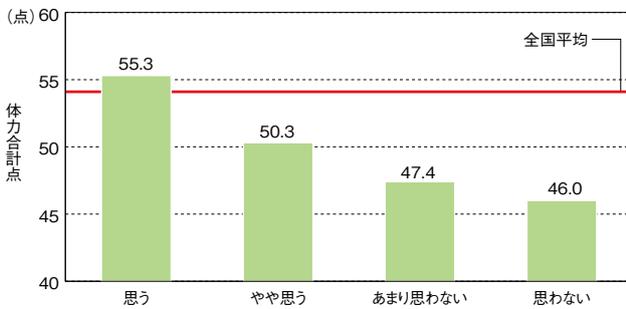
- ① 運動やスポーツをすることは、体力をあげるために大切だと「思う」+「やや思う」児童は、男子で95.1%、女子で94.6%であった。
- ② 男女とも、運動やスポーツをすることは、体力をあげるために大切だと「思う」集団は、それ以外の集団に比べて、体力合計点が高く、1週間の総運動時間が長かった。

小学校

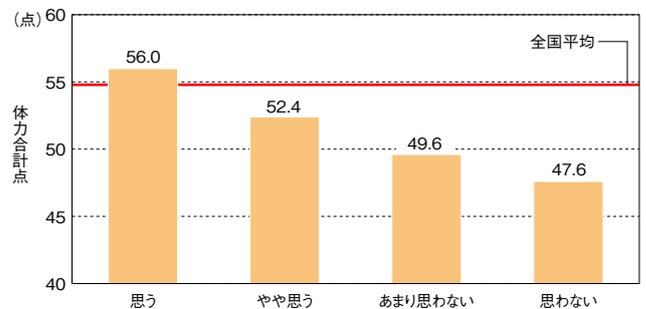


「運動やスポーツをすることは、あなたの体力をあげるために大切なことだと思いますか」についての回答と体力合計点との関連

● 男子

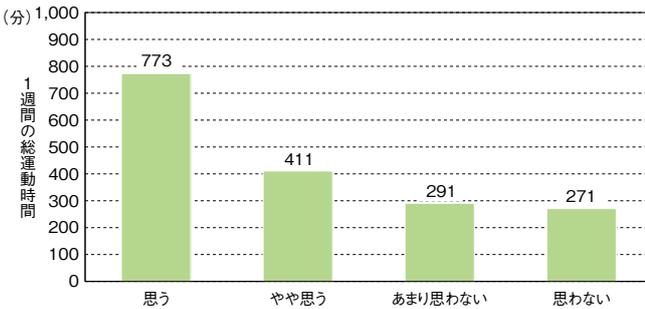


● 女子

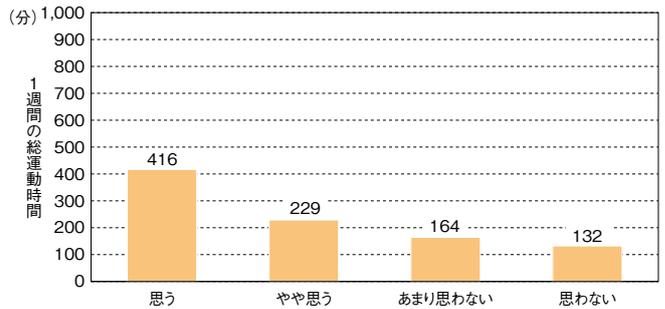


「運動やスポーツをすることは、あなたの体力をあげるために大切なことだと思いますか」についての回答と1週間の総運動時間との関連

● 男子



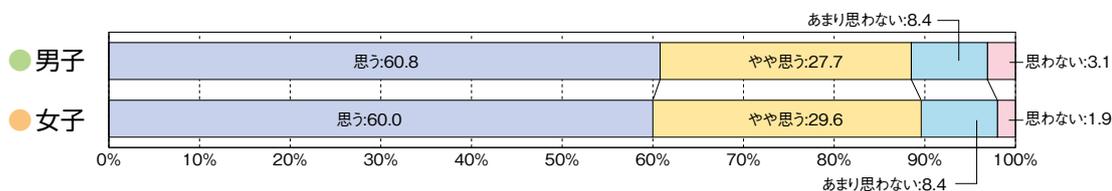
● 女子



5 | 生活習慣は体力向上につながっていると思うか

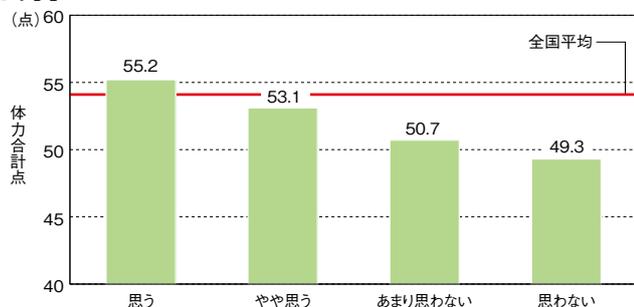
【質問19】 あなたの食事や睡眠時間の様子は、あなたの体力をあげることにつながっていると思いますか

- ①あなたの食事や睡眠時間の様子は、体力をあげることにつながっていると「思う」+「やや思う」児童は、男子で88.5%、女子で89.6%であった。
- ②男女とも、食事や睡眠時間の様子は、体力をあげることにつながっていると「思う」集団は、それ以外の集団に比べて、体力合計点が高く、1週間の総運動時間が長かった。



「あなたの食事や睡眠時間の様子は、あなたの体力をあげることにつながっていると思いますか」についての回答と体力合計点との関連

● 男子

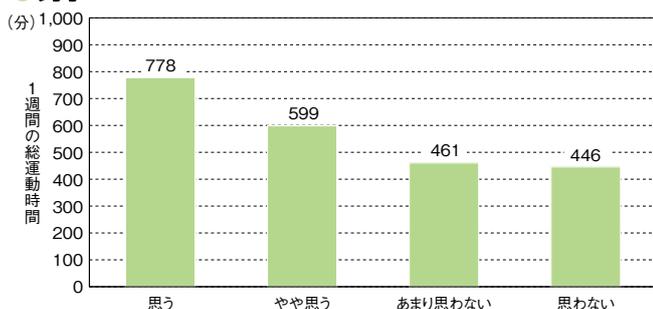


● 女子

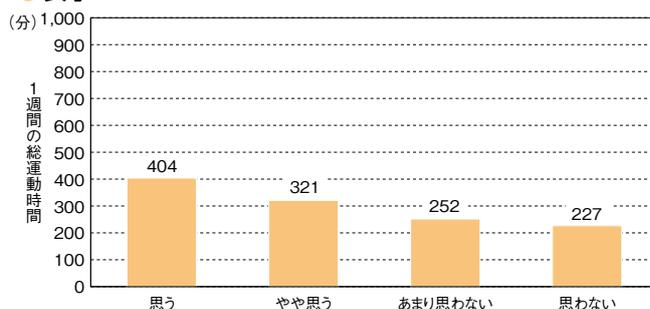


「あなたの食事や睡眠時間の様子は、あなたの体力をあげることにつながっていると思いますか」についての回答と1週間の総運動時間との関連

● 男子



● 女子



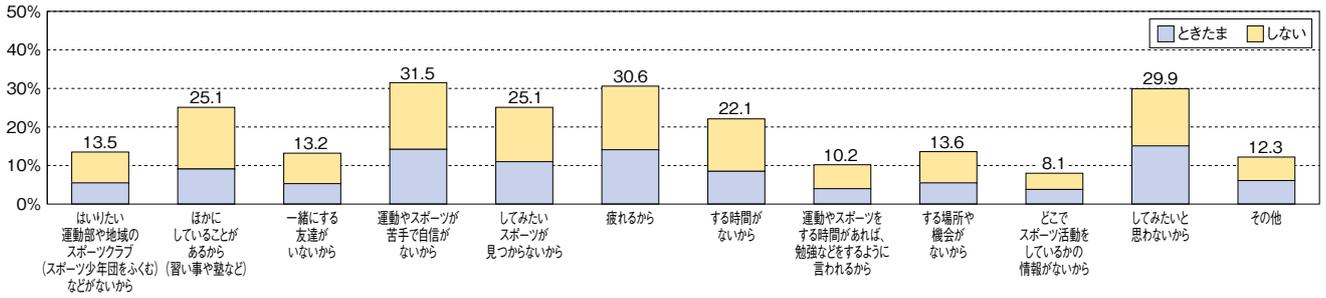
6 | 運動しない理由

【質問20】 質問5で3. または4. に○をつけた人に質問します。運動やスポーツをしない理由は何ですか。あてはまるものをすべて選んでください

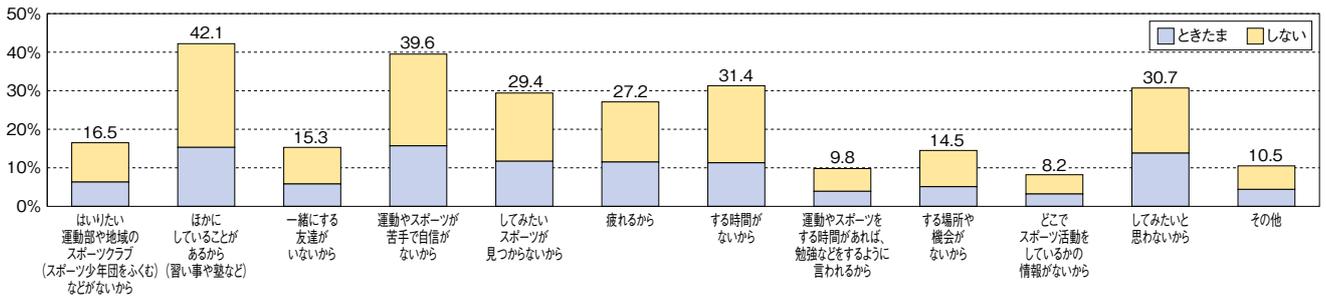
- ①運動やスポーツを「ときたま」+「しない」児童の運動しない理由は、男子は「運動やスポーツが苦手で自信がないから」が31.5%で最も高かった。女子は「ほかにしていることがあるから（習い事や塾など）」が42.1%で最も高かった。
- ②男女とも、すべての理由において、運動やスポーツを「ときたま」および「しない」児童では、体力合計点は全国平均より低かった。

小学校

● 男子

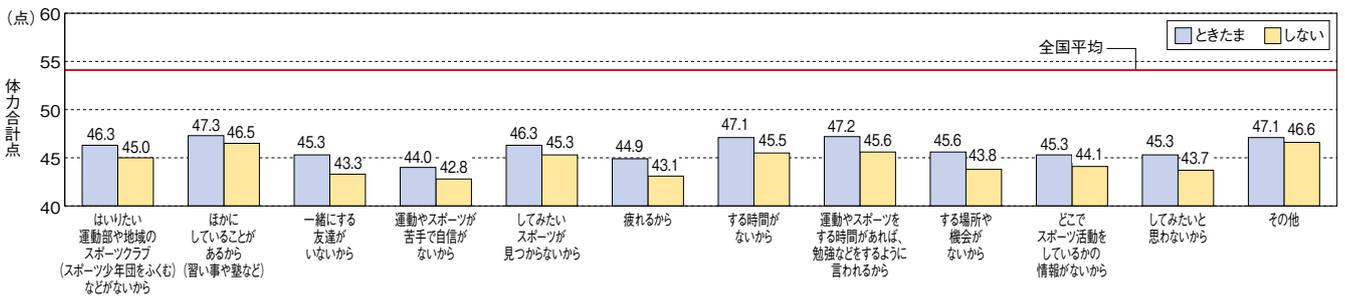


● 女子

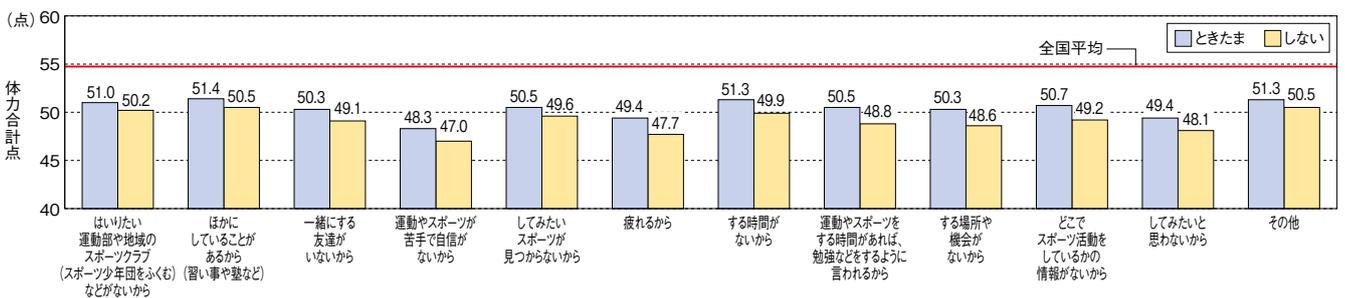


運動やスポーツをしない理由と体力合計点との関連

● 男子



● 女子



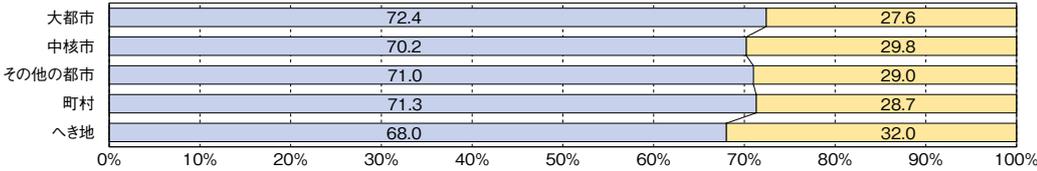
7 | 地域の規模別の運動習慣・生活習慣の状況

- ①運動部やスポーツクラブに「入っている」児童の割合は、男子は大都市、女子は町村がその他の地域より高かった。
- ②男女とも、「ほとんど毎日（週に3日以上）」運動やスポーツをする児童の割合は、へき地がその他の地域より高かった。
- ③男女とも、1日の睡眠時間が「6時間未満」、1日のテレビ等の視聴時間が「3時間以上」の児童の割合は、へき地がその他の地域より低かった。

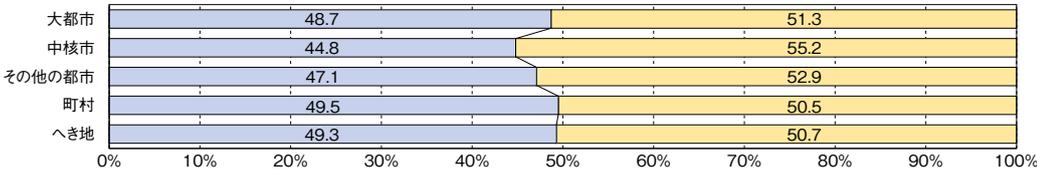
小学校

運動部やスポーツクラブへの所属状況

男子

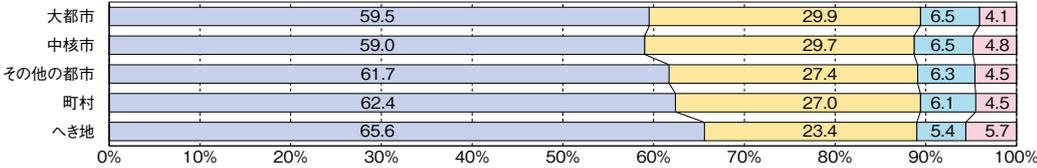


女子

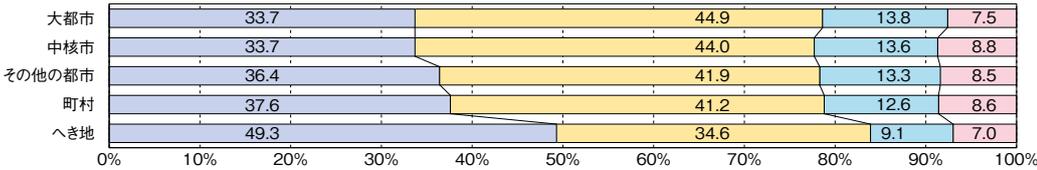


運動やスポーツの実施頻度

男子

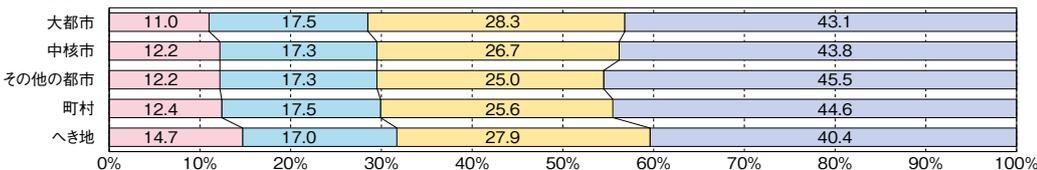


女子

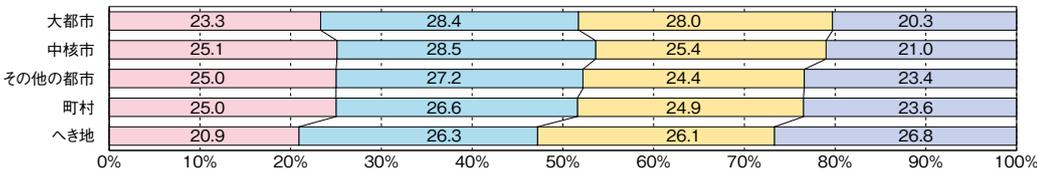


1日の運動やスポーツの実施時間

男子

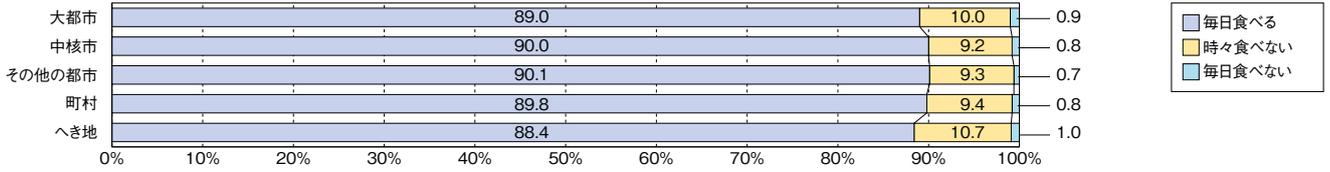


女子

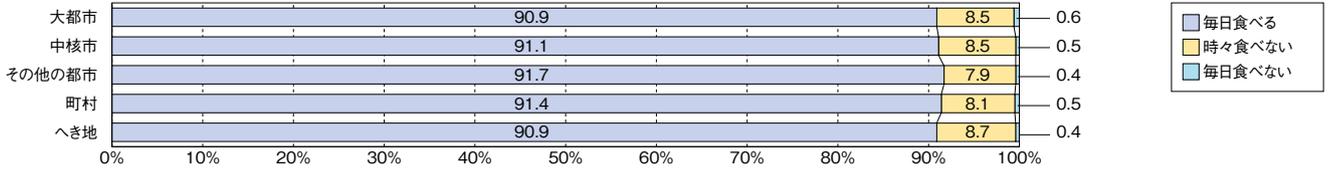


朝食の摂取状況

男子

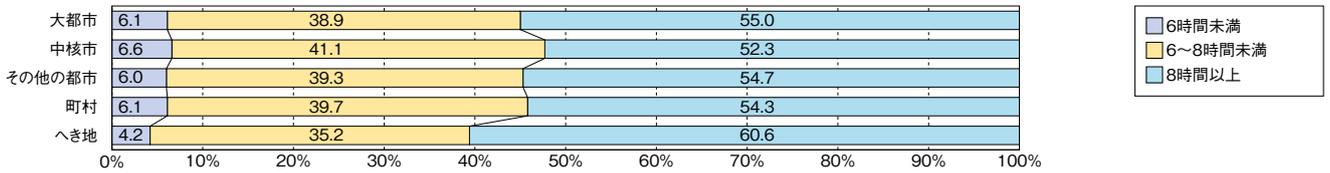


女子

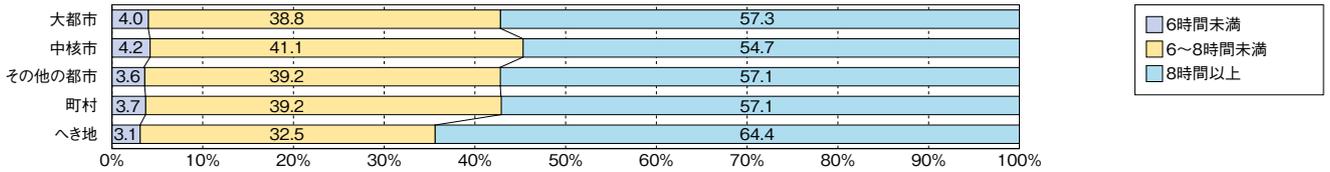


1日の睡眠時間

男子

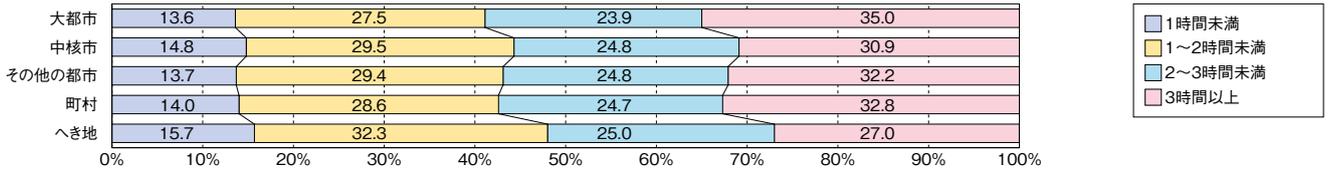


女子



1日のテレビ等の視聴時間

男子



女子

