

【 資料第 6 号 】  
教育推進部教育センター

令和 7 年度東京都児童・生徒体力・運動能力、生活・運動習慣等調査の結果について

1 調査目的

小学校から高等学校に至るまで、東京都の全ての地域及び学校において、統一的・継続的に大規模な実態調査を実施し、児童・生徒の体力の現状を把握するとともに、その結果を学校や児童・生徒に還元し、一人ひとりが自ら課題をもって体力向上に取り組むことができるようにする。

2 調査実施時期

令和 7 年 6 月

3 文京区における実施規模

小学校 20 校（実施人数 11,246 人）、中学校 10 校（実施人数 2,238 人）

※全国平均は令和 7 年度速報値

4 実技に関する調査結果（平均値による比較）

(1) 全国との比較

全国と比較した場合、東京都及び文京区は全体的に体力・運動能力が下回っている。ただし、文京区では、「反復横とび」「立ち幅とび」において全国の平均を上回る又は同等の傾向にある学年が見受けられる。

(2) 小学校

ア 東京都との比較

東京都と比較した場合、文京区は「反復横跳び」「立ち幅跳び」「総合得点」など、複数の項目において東京都の平均を上回る又は同等の傾向が見られる。一方で、「上体起こし」「ソフトボール投げ（女子）」については、東京都の平均を下回る傾向にある。

イ 文京区の経年変化

過去 5 年間の経年で総合得点を比較した場合、大きな変化は見られない。前年度との比較では、「反復横とび」「50m 走」「立ち幅とび」が向上傾向にあり、「握力」「ソフトボール投げ」については、低下傾向にある。

(3) 中学校

ア 東京都との比較

東京都と比較した場合、文京区は「握力」「立ち幅とび」「総合得点」など、複数の項目において東京都の平均を上回る又は同等の傾向が見られる。一方で、「上体起こし」「持久走」「50m走」については、東京都の平均を下回る傾向にある。

#### イ 文京区の経年変化

過去5年間の経年で総合得点を比較した場合、大きな変化は見られない。「反復横とび」「立ち幅とび」において、前年度よりも向上傾向にある。「握力」については、前年度よりも低下傾向にある。

### 5 生活・運動習慣等の実態に関する質問紙調査結果（抜粋）

全国及び東京都と比較した場合、文京区では小・中学校ともに、「朝食を毎日食べている」、「7時間以上の睡眠時間を確保している」と回答した割合が、全国及び東京都を上回る又は同程度の傾向が見られる。一方、「平日における学習以外で、1日にテレビやDVD、ゲーム機、スマートフォン、パソコンなどの画面を見ている時間」は、全国及び東京都と比較して短い傾向が見られる。

### 6 今後の取組

#### (1) 児童・生徒の運動機会の充実

全小学校への体力アップトレーナーや全中学校へテクニカルトレーナー（保健体育科専門講師）の配置等により、学校での取組の支援を行う。小学校においては、学校における健康体力向上の取組の充実に向けて順天堂大学と連携してアドバイザーを派遣する。

#### (2) 幼児の運動機会の確保

幼児の運動意欲や体力の向上につなげる保育の向上を図るため、日本女子大学や日本コオーディネーショントレーニング協会との連携による研修等を区立幼稚園へ行うとともに、体力向上イベントを開催し、運動機会の提供に取り組む。

#### (3) 基本的な生活習慣の定着・改善

順天堂大学と連携し、文京区教育だより「きあら」での体力向上コラムにおける生活習慣や運動習慣についての情報発信や保護者を対象とした健康教室を行う。

小学校

令和7年度東京都児童・生徒  
体力・運動能力、生活・運動習慣等調査

(1)調査目的

小学校から高等学校に至るまで、全ての地域及び学校において、統一的・継続的で大規模な実態調査を実施し、児童・生徒の体力の現状を把握するとともに、その結果を学校や児童・生徒に還元し、一人ひとりが自ら課題をもって体力向上に取り組むことができるようにする。

(2)調査実施時期

令和7年4月から6月まで

(3)実施規模

小学校20校 実施人数1,1246人

中学校10校 実施人数2,238人

※全国平均は令和7年度速報値

高 国と都を上回るか同等 中 一方を上回り(もしくは同等)、一方を下回る 低 国と都を下回る ○:文京区が優れる =:同じ ×:劣る

校種	学年	種別	身長(cm)	都国		都国		都国		都国		都国		都国		都国		都国		都国		都国		
				体重(kg)	都国	握力(kg)	都国	上体起こし(回)	都国	長座体前屈(cm)	都国	反復横とび(点)	都国	20mシャトルラン(回)	都国	50m走(秒)	都国	立ち幅とび(cm)	都国	ソフトボール投げ(m)	都国	総合得点(点)	都国	
男子	1年	文京区	117.5	高	21.2	中	8.4	低	10.5	低	25.5	低	26.6	中	16.4	中	11.7	中	112.2	低	7.2	低	28.4	低
		東京都	116.8	○	21.1	○	8.5	×	11.1	×	26.2	×	26.1	○	15.9	○	11.7	○	112.2	×	7.3	×	28.6	×
		全国	117.1	○	21.2	×	9.1	×	11.8	×	27.2	×	27.6	×	18.0	×	11.5	×	116.4	×	8.6	×	31.0	×
	2年	文京区	123.6	高	24.1	高	10.3	中	13.4	低	27.1	低	30.5	中	25.8	中	10.8	中	125.4	中	10.9	中	36.0	中
		東京都	122.9	○	23.9	○	10.2	○	13.9	×	27.6	×	29.9	○	25.2	○	10.8	=	123.3	○	10.7	○	35.9	○
		全国	122.4	○	23.7	○	10.5	×	14.3	×	27.9	×	31.3	×	27.7	×	10.7	×	126.8	×	11.8	×	37.6	×
	3年	文京区	129.0	高	27.2	中	12.1	中	15.7	低	29.9	中	33.3	中	33.1	中	10.2	低	135.8	中	14.0	低	42.1	中
		東京都	128.8	○	27.3	×	12.0	○	16.2	×	29.8	○	33.2	○	33.0	○	10.2	×	133.4	○	14.1	×	42.1	○
		全国	128.6	○	27.0	○	12.7	×	16.7	×	30.1	×	35.0	×	37.0	×	10.0	×	138.3	×	15.7	×	44.5	×
	4年	文京区	134.9	高	31.1	高	14.2	高	17.9	低	32.6	高	38.5	中	38.7	低	9.8	低	144.4	中	17.8	中	48.5	中
		東京都	134.3	○	30.9	○	13.9	○	18.3	×	31.8	○	37.3	○	40.2	×	9.8	×	142.3	○	17.3	○	47.9	○
		全国	134.0	○	30.2	○	14.2	=	18.5	×	32.0	○	38.9	×	45.6	×	9.6	×	146.4	×	19.2	×	49.9	×
	5年	文京区	140.4	高	35.1	高	16.3	中	19.2	低	34.5	中	41.3	中	44.5	低	9.4	中	154.6	中	20.9	中	53.7	中
		東京都	139.9	○	34.7	○	15.9	○	19.9	×	34.2	○	40.9	○	46.4	×	9.4	○	150.9	○	20.3	○	53.1	○
		全国	139.6	○	34.2	○	16.7	×	20.9	×	34.6	×	43.2	×	53.9	×	9.3	×	156.0	×	22.2	×	55.9	×
	6年	文京区	147.1	高	39.6	高	19.1	中	21.3	低	37.7	高	44.4	中	51.1	低	9.0	中	165.1	中	24.0	中	59.1	中
		東京都	146.4	○	39.5	○	18.9	○	21.6	×	36.7	○	44.2	○	53.3	×	9.0	=	162.4	○	23.6	○	58.8	○
		全国	145.6	○	38.1	○	19.2	×	21.7	×	36.4	○	46.0	×	60.7	×	8.9	×	166.4	×	25.5	×	60.4	×

校種	学年	種別	身長(cm)	都国		都国		都国		都国		都国		都国		都国		都国		都国		都国		
				体重(kg)	都国	握力(kg)	都国	上体起こし(回)	都国	長座体前屈(cm)	都国	反復横とび(点)	都国	20mシャトルラン(回)	都国	50m走(秒)	都国	立ち幅とび(cm)	都国	ソフトボール投げ(m)	都国	総合得点(点)	都国	
女子	1年	文京区	116.3	高	20.8	中	7.9	低	10.2	低	28.2	低	26.0	中	13.7	中	12.1	中	105.5	中	5.0	低	28.5	中
		東京都	115.8	○	20.8	○	8.0	×	10.7	×	28.5	×	25.0	○	13.3	○	12.1	○	104.6	○	5.1	×	28.4	○
		全国	115.8	○	20.9	×	8.4	×	10.8	×	28.9	×	26.5	×	14.8	×	12.0	×	106.8	×	5.6	×	30.1	×
	2年	文京区	122.2	高	23.4	高	9.6	中	12.8	低	29.8	低	29.0	中	19.1	中	11.1	中	116.3	中	6.7	低	35.5	低
		東京都	121.8	○	23.4	○	9.6	○	13.2	×	30.6	×	28.4	○	18.7	○	11.1	○	114.2	○	6.7	×	35.6	×
		全国	121.7	○	23.4	=	10.0	×	13.9	×	31.2	×	30.0	×	21.0	×	11.0	×	117.2	×	7.4	×	37.6	×
	3年	文京区	128.3	高	26.4	低	11.3	中	14.9	低	34.4	高	31.9	中	24.5	中	10.6	低	126.1	中	8.4	低	42.2	中
		東京都	127.9	○	26.5	×	11.3	○	15.4	×	33.5	○	31.1	○	23.1	○	10.6	×	123.5	○	8.5	×	41.7	○
		全国	127.9	○	26.5	×	11.7	×	15.6	×	33.9	○	33.1	×	27.3	×	10.5	×	128.0	×	9.5	×	44.0	×
	4年	文京区	134.5	高	30.1	低	13.2	中	17.0	低	36.7	高	36.6	高	28.9	中	10.1	中	136.8	高	10.7	中	48.8	中
		東京都	134.1	○	30.2	×	13.2	○	17.4	×	35.8	○	35.0	○	28.8	○	10.1	○	133.4	○	10.4	○	48.0	○
		全国	134.3	○	30.2	×	13.5	×	17.3	×	35.3	○	36.4	○	33.6	×	10.1	×	135.8	○	11.6	×	49.5	×
	5年	文京区	141.2	高	34.2	低	15.3	低	17.7	低	38.8	高	38.6	中	33.0	低	9.7	低	144.0	中	11.9	低	53.2	低
		東京都	141.0	○	34.4	×	15.5	×	18.7	×	38.7	○	38.6	○	34.4	×	9.7	×	142.6	○	12.2	×	53.6	×
		全国	141.0	○	34.5	×	15.9	×	18.9	×	38.4	○	40.3	×	40.7	×	9.7	×	146.4	×	13.5	×	55.7	×
	6年	文京区	148.4	高	39.8	高	18.5	低	19.6	低	42.5	高	42.6	中	38.7	低	9.3	中	154.1	中	14.1	中	59.8	中
		東京都	147.9	○	39.7	○	18.6	×	19.9	×	41.6	○	41.4	○	39.1	×	9.3	=	151.6	○	13.9	○	59.0	○
		全国	147.5	○	39.4	○	19.1	×	20.3	×	41.5	○	42.9	×	45.9	×	9.3	×	154.9	×	15.4	×	60.9	×

文京区の小学生における5年間の体力変化

▲:前年と比較して上回る ▼:前年と比較して下回る

男子	学年	年度	身長 (cm)	体重 (kg)	握力 (kg)	上体起こし (回)	長座体前屈 (cm)	反復横とび (点)	20m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)	総合得点 (点)										
	1年	令和7年	117.5	▼	21.2	▼	8.4	▼	10.5	▼	25.5	▼	26.6	▲	16.4	▼	11.7	▲	112.2	▼	7.2	▼	28.4
		令和6年	117.6		21.3	▼	8.7	▼	10.6	▼	26.6	▼	26.0		16.9	▼	11.8		113.4	▼	7.5	▼	28.7
		令和5年	117.5		21.2		8.4		10.5		25.5		25.5		16.6		11.6		113.2		6.9		28.4
		令和4年	117.8		21.5		8.7		11.0		26.5		25.9		16.1		11.4		114.1		7.0		29.1
		令和3年	117.8		21.5		8.7		10.7		25.1		26.3		17.5		11.5		111.3		7.2		28.9
	2年	令和7年	123.6	▲	24.1	▼	10.3	▼	13.4	▼	27.1	▼	30.5	▲	25.8	▼	10.8	▲	125.4	▲	10.9	-	36.0
		令和6年	123.3		24.2	▼	10.4	▼	13.7	▼	28.4	▼	29.6		25.9	▼	10.9		125.3	▲	10.9		36.0
		令和5年	123.9		24.1		10.6		13.4		27.4		30.0		25.1		10.6		126.1		10.6		36.3
		令和4年	123.9		24.4		10.6		13.7		26.9		30.3		24.0		10.6		126.0		10.5		36.6
		令和3年	123.6		24.0		10.5		13.3		28.4		29.3		25.1		10.5		124.0		10.7		36.7
	3年	令和7年	129.0	▼	27.2	▼	12.1	▼	15.7	▼	29.9	▼	33.3	▼	33.1	▲	10.2	▲	135.8	▲	14.0	▼	42.1
		令和6年	129.6		27.8	▼	12.5	▼	15.9	▼	30.7	▼	33.9	▼	31.9	▲	10.3	▲	134.6	▲	14.6	▼	42.4
		令和5年	129.6		27.4		12.4		15.0		30.2		33.7		32.8		10.1		134.0		14.1		42.6
		令和4年	129.4		27.1		12.3		15.5		29.7		33.9		29.9		10.0		135.3		13.7		42.2
		令和3年	129.1		26.8		12.8		15.7		29.1		33.3		30.5		10.0		136.4		14.3		42.2
	4年	令和7年	134.9	▼	31.1	▼	14.2	▼	17.9	▲	32.6	▲	38.5	▲	38.7	▲	9.8	▲	144.4	▲	17.8	-	48.5
		令和6年	135.1		31.5	▼	14.5	▼	17.5	▲	32.2	▲	37.5	▲	38.0	▲	10.0	▲	142.7	▲	17.8		47.4
		令和5年	134.9		30.5		14.5		17.5		32.2		37.2		37.0		9.6		143.6		17.5		48.1
		令和4年	134.7		30.7		14.2		17.2		31.3		36.5		34.8		9.6		144.2		17.0		47.5
		令和3年	134.6		30.8		14.7		17.5		31.7		37.2		38.5		9.5		145.6		18.2		48.6
	5年	令和7年	140.4	▼	35.1	-	16.3	▼	19.2	-	34.5	▼	41.3	▲	44.5	▲	9.4	▲	154.6	▲	20.9	▼	53.7
		令和6年	140.5		35.1	-	16.5	▼	19.2	-	35.6	▼	40.6	▲	44.3	▲	9.5	▲	153.0	▲	21.0	▼	53.0
		令和5年	140.4		34.2		16.3		18.6		33.7		40.8		43.3		9.2		152.6		20.5		53.2
		令和4年	140.4		34.7		16.3		19.0		35.0		41.6		43.5		9.2		154.5		20.6		53.8
令和3年		140.0		34.3		16.3		18.7		33.7		40.6		41.4		9.3		151.1		20.2		52.0	
6年	令和7年	147.1	-	39.6	▼	19.1	▼	21.3	▲	37.7	▲	44.4	▲	51.1	▲	9.0	▲	165.1	▲	24.0	-	59.1	
	令和6年	147.1		40.2	▼	19.5	▼	20.5	▲	36.7	▲	43.7	▲	50.8	▲	9.2	▲	163.4	▲	24.0		57.9	
	令和5年	147.0		39.5		19.5		21.1		36.2		44.6		52.1		8.9		164.9		24.1		59.1	
	令和4年	146.8		39.6		19.2		20.3		35.8		43.7		47.7		8.9		162.6		22.7		58.1	
	令和3年	146.3		38.7		19.0		20.5		36.2		43.4		51.4		8.8		165.4		24.7		58.7	

女子	学年	年度	身長 (cm)	体重 (kg)	握力 (kg)	上体起こし (回)	長座体前屈 (cm)	反復横とび (点)	20m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)	総合得点 (点)										
	1年	令和7年	116.3	▼	20.8	▼	7.9	▼	10.2	▼	28.2	▼	26.0	▲	13.7	▼	12.1	-	105.5	▼	5.0	-	28.5
		令和6年	116.5		21.0	▼	8.0	▼	10.5	▼	29.1	▼	24.9	▲	14.7	▼	12.1		106.3	▼	5.0		28.8
		令和5年	116.6		20.8		7.8		10.3		28.0		25.2		13.6		11.9		105.7		4.8		28.3
		令和4年	116.9		21.1		8.1		10.6		29.0		25.3		13.7		11.8		107.3		5.0		29.3
		令和3年	116.4		20.9		7.9		10.4		27.7		25.4		14.1		11.9		103.7		4.9		28.6
	2年	令和7年	122.2	▼	23.4	▼	9.6	▼	12.8	▲	29.8	▼	29.0	▲	19.1	▼	11.1	▲	116.3	▲	6.7	▼	35.5
		令和6年	122.3		23.6	▼	9.7	▼	12.7	▲	32.1	▼	28.4	▲	20.1	▼	11.3	▲	115.2	▲	6.8	▼	35.8
		令和5年	122.7		23.5		9.8		12.8		30.5		29.1		19.1		11.0		117.4		6.9		36.5
		令和4年	122.5		23.6		9.7		12.7		29.6		28.8		18.4		11.1		116.5		6.6		35.4
		令和3年	122.5		23.6		9.7		12.5		31.8		28.6		19.5		10.8		117.7		6.9		36.7
	3年	令和7年	128.3	▼	26.4	▼	11.3	▼	14.9	▼	34.4	▲	31.9	▼	24.5	▲	10.6	-	126.1	▲	8.4	▼	42.2
		令和6年	128.5		26.9	▼	11.7	▼	15.0	▼	34.3	▲	32.3	▼	24.1	▲	10.6		126.0	▲	8.9	▼	42.6
		令和5年	128.4		26.4		11.3		14.1		33.4		31.5		24.2		10.5		124.5		8.4		42.1
		令和4年	128.5		26.7		11.6		14.8		33.9		32.7		23.1		10.4		128.9		8.7		43.1
		令和3年	128.5		26.6		12.1		14.9		33.4		31.9		23.3		10.2		128.8		8.5		43.3
	4年	令和7年	134.5	-	30.1	▼	13.2	-	17.0	▲	36.7	▲	36.6	▲	28.9	▲	10.1	▲	136.8	▲	10.7	-	48.8
		令和6年	134.5		30.2	▼	13.2	-	16.2	▲	36.0	▲	34.6	▲	27.6	▲	10.4	▲	133.1	▲	10.7		47.0
		令和5年	135.0		30.0		13.5		16.8		35.7		35.9		28.0		9.9		136.6		10.5		48.7
		令和4年	134.8		30.2		13.3		16.7		35.9		35.5		26.9		9.9		137.2		10.3		48.4
		令和3年	134.8		29.6		13.6		16.3		36.3		35.4		30.1		9.8		138.7		10.7		48.9
	5年	令和7年	141.2	▼	34.2	▼	15.3	▼	17.7	▼	38.8	▼	38.6	▼	33.0	▼	9.7	▲	144.0	▼	11.9	▼	53.2
		令和6年	141.6		34.7	▼	16.1	▼	18.0	▼	40.7	▼	39.3	▼	34.5	▼	9.8	▲	146.6	▼	12.7	▼	54.6
		令和5年	141.8		34.5		16.3		17.9		38.6		39.5		34.6		9.5		146.4		12.1		54.7
		令和4年	141.8		34.3		15.8		18.2		39.5		39.3		34.5		9.5		147.6		12.3		54.8
		令和3年	141.4		34.1		16.0		18.3		38.4		39.8		36.0		9.4		148.1		12.9		55.6
	6年	令和7年	148.4	-	39.8	▼	18.5	▼	19.6	▲	42.5	▲	42.6	▲	38.7	▼	9.3	-	154.1	▲	14.1	▼	59.8
		令和6年	148.4		39.9	▼	19.0	▼	19.2	▲	42.3	▲	41.6	▲	38.8	▼	9.3		153.6	▲	14.2	▼	59.2
		令和5年	148.3		39.1		18.5		19.3		42.1		42.3		39.9		9.2		155.6		13.8		59.8
		令和4年	148.4		39.5		19.1		19.0		41.9		42.3		37.9		9.2		154.1		13.8		59.7
		令和3年	147.7		39.4		18.7		18.9		41.5		41.6		38.6		9.1		154.0		14.4		59.6

■児童質問調査集計(小学校)

質問	集計結果							
Q6.朝食は毎日食べますか。(学校が休みの日もふくめます)	男子				女子			
	Q7.毎日どのくらいねていますか。	男子				女子		
Q8.平日(月～金曜日)について聞きます。学習以外で、1日にどのくらいの時間、テレビやDVD、ゲーム機、スマートフォン、パソコンなどの画面を見ていますか。		男子				女子		

※市区町村は文京区の集計結果です。

中学校

令和7年度東京都児童・生徒  
体力・運動能力、生活・運動習慣等調査

高:国と都を上回るか同等 中:一方を上回り(若しくは同等)、一方を下回る 低:国と都を下回る ○:文京区が優れる =:同じ ×:劣る

男子	校種	学年	種別	身長(cm)	都国	体重(kg)	都国	握力(kg)	都国	上体起こし(回)	都国	長座体前屈(cm)	都国	反復横とび(点)	都国	持久走(秒)	都国	20mシャトルラン(回)	都国	50m走(秒)	都国	立ち幅とび(cm)	都国	ハンドボール投げ(m)	都国	総合得点(点)	都国
				都国	都国	都国	都国	都国	都国	都国	都国	都国	都国	都国	都国	都国	都国	都国	都国	都国	都国	都国	都国	都国	都国	都国	都国
中学校	1年	文京区	154.9	高	45.4	高	23.5	中	22.1	低	38.5	低	47.8	低	497.6	低	61.1	低	8.8	低	177.9	低	17.5	低	32.0	低	
		東京都	154.4	○	44.7	○	23.4	○	23.4	×	40.1	×	48.6	×	454.2	×	64.6	×	8.7	×	181.1	×	17.8	×	33.4	×	
		全国	154.0	○	44.2	○	24.4	×	24.2	×	42.1	×	50.3	×	430.4	×	68.4	×	8.4	×	185.6	×	18.6	×	36.4	×	
	2年	文京区	162.8	高	51.5	高	29.7	中	25.6	低	44.9	中	52.0	中	431.4	低	75.8	低	8.1	低	199.2	中	21.4	中	42.1	中	
		東京都	161.7	○	50.1	○	28.7	○	26.0	×	43.9	○	52.0	○	412.8	×	77.3	×	8.1	×	198.2	○	20.8	○	41.4	○	
		全国	161.8	○	50.0	○	30.5	×	27.2	×	46.3	×	53.9	×	387.4	×	82.5	×	7.8	×	203.9	×	21.7	×	45.1	×	
	3年	文京区	167.5	高	55.9	高	33.8	中	27.7	低	47.4	低	54.5	低	417.5	低	82.1	低	7.7	低	212.7	中	23.1	低	48.3	中	
		東京都	166.8	○	54.9	○	33.6	○	28.1	×	47.6	×	54.6	×	392.1	×	84.3	×	7.6	×	211.8	○	23.3	×	48.0	○	
		全国	166.7	○	54.5	○	35.3	×	29.0	×	50.3	×	56.2	×	373.7	×	89.7	×	7.4	×	217.3	×	24.2	×	51.6	×	

女子	校種	学年	種別	身長(cm)	都国	体重(kg)	都国	握力(kg)	都国	上体起こし(回)	都国	長座体前屈(cm)	都国	反復横とび(点)	都国	持久走(秒)	都国	20mシャトルラン(回)	都国	50m走(秒)	都国	立ち幅とび(cm)	都国	ハンドボール投げ(m)	都国	総合得点(点)	都国
				都国	都国	都国	都国	都国	都国	都国	都国	都国	都国	都国	都国	都国	都国	都国	都国	都国	都国	都国	都国	都国	都国	都国	都国
中学校	1年	文京区	153.0	高	43.8	中	21.3	中	19.5	低	42.8	低	44.9	中	334.7	低	46.2	中	9.3	低	161.8	低	11.1	中	42.1	低	
		東京都	152.9	○	43.8	×	21.0	○	20.6	×	43.7	×	44.8	○	331.9	×	45.6	○	9.3	×	163.5	×	10.9	○	42.4	×	
		全国	152.6	○	43.6	○	21.8	×	20.9	×	44.4	×	45.9	×	311.6	×	48.7	×	9.0	×	167.5	×	11.8	×	45.4	×	
	2年	文京区	156.7	高	47.9	高	23.7	中	21.5	低	47.8	高	46.8	中	321.5	低	52.6	中	9.1	低	169.5	中	12.6	中	48.3	中	
		東京都	155.6	○	46.8	○	22.9	○	21.9	×	45.9	○	46.0	○	311.6	×	50.1	○	9.0	×	166.7	○	12.2	○	46.9	○	
		全国	155.1	○	46.7	○	23.9	×	22.1	×	47.7	○	47.0	×	299.2	×	53.9	×	8.8	×	171.2	×	13.2	×	50.2	×	
	3年	文京区	157.7	高	49.1	中	24.6	中	22.1	低	48.4	中	47.1	中	310.3	低	51.6	中	8.9	低	169.3	中	13.4	中	49.6	中	
		東京都	157.1	○	49.1	×	24.1	○	22.7	×	47.8	○	46.4	○	307.4	×	49.7	○	8.9	×	168.1	○	13.0	○	49.0	○	
		全国	156.4	○	49.0	○	25.2	×	23.6	×	50.4	×	48.3	×	299.2	×	53.9	×	8.7	×	173.9	×	13.9	×	52.7	×	

文京区の中学生における5年間の体力変化 ▲:前年と比較して上回る ▼:前年と比較して下回る

男子	学年	年度	身長 (cm)	体重 (kg)	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)	総合得点 (点)											
	1年	令和7年	154.9	▼	45.4	▼	23.5	▼	22.1	▼	38.5	▼	47.8	▼	497.6	▼	61.1	▼	8.8	-	177.9	▼	17.5	▼	32.0
		令和6年	155.0		46.4	▼	24.8	▼	22.9	▼	40.5	▼	48.5	▼	485.8	▼	62.5	▼	8.8	-	179.0	▼	17.8	▼	33.2
		令和5年	155.0		45.1		23.1		22.5		39.5		47.3		455.7		58.8		8.7		176.3		16.4		31.1
		令和4年	155.1		45.2		24.5		22.7		38.2		47.1		447.5		60.1		8.6		182.9		16.9		31.6
		令和3年	155.4		46.3		24.3		22.6		37.8		48.0		439.8		62.9		8.6		179.7		17.0		31.8
	2年	令和7年	162.8	▲	51.5	▼	29.7	▲	25.6	▲	44.9	▲	52.0	▲	431.4	▲	75.8	▲	8.1	▲	199.2	▲	21.4	▲	42.1
		令和6年	162.3		51.6	▼	29.2	▲	25.3	▲	44.0	▲	50.5	▲	455.9	▲	72.4	▲	8.3	▲	195.3	▲	19.9	▲	39.8
		令和5年	162.2		49.7		29.7		25.8		43.6		50.6		400.0		76.4		8.0		197.2		20.2		40.4
		令和4年	162.4		50.7		29.7		26.1		41.8		51.9		397.8		76.9		8.0		196.2		20.1		40.7
		令和3年	161.5		50.2		29.7		25.7		42.4		52.1		399.7		81.0		7.9		199.4		19.6		41.3
	3年	令和7年	167.5	▲	55.9	▲	33.8	▼	27.7	▲	47.4	▲	54.5	▲	417.5	▼	82.1	▼	7.7	-	212.7	▲	23.1	▼	48.3
		令和6年	167.4		55.6	▲	34.6	▼	27.5	▲	46.8	▲	53.5	▲	406.6	▼	84.3	▼	7.7	-	211.3	▲	23.4	▼	47.5
		令和5年	167.3		55.4		35.0		27.9		46.7		54.1		404.4		83.6		7.6		210.9		22.9		47.6
		令和4年	166.7		54.8		34.1		28.2		45.3		55.0		396.3		87.1		7.6		212.2		22.3		47.8
		令和3年	167.4		55.3		34.0		28.5		47.1		56.2		380.6		89.2		7.5		215.2		23.4		49.4

女子	学年	年度	身長 (cm)	体重 (kg)	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)	総合得点 (点)											
	1年	令和7年	153.0	▼	43.8	▼	21.3	▼	19.5	▼	42.8	▼	44.9	▼	334.7	▲	46.2	▲	9.3	-	161.8	▲	11.1	▼	42.1
		令和6年	153.8		44.9	▼	21.6	▼	19.8	▼	45.6	▼	45.4	▼	349.9	▲	45.9	▲	9.3	-	161.0	▲	11.2	▼	43.1
		令和5年	153.3		43.4		21.2		19.3		43.6		44.2		314.4		44.6		9.2		161.0		10.6		41.6
		令和4年	152.5		44.1		21.5		19.7		43.7		44.7		312.5		42.8		9.1		164.0		10.8		42.7
		令和3年	153.0		44.0		22.0		19.9		44.0		45.3		317.4		46.9		9.1		162.8		10.9		43.1
	2年	令和7年	156.7	▲	47.9	▲	23.7	▲	21.5	-	47.8	▲	46.8	▲	321.5	▲	52.6	▲	9.1	-	169.5	▲	12.6	▲	48.3
		令和6年	155.9		47.1	▲	23.4	▲	21.5	-	45.2	▲	45.8	▲	325.2	▲	50.8	▲	9.1	-	167.8	▲	12.1	▲	46.6
		令和5年	155.3		46.8		23.8		21.3		46.4		46.0		306.0		50.2		8.9		168.7		12.1		47.1
		令和4年	155.8		47.0		23.7		21.5		45.2		46.6		306.0		51.0		8.9		166.6		12.2		47.1
		令和3年	155.8		47.3		23.8		22.5		45.2		48.0		292.9		53.1		8.7		173.5		12.2		49.4
	3年	令和7年	157.7	▲	49.1	▼	24.6	▼	22.1	▲	48.4	▼	47.1	▲	310.3	▲	51.6	▲	8.9	▲	169.3	▲	13.4	▲	49.6
		令和6年	157.2		49.5	▼	24.9	▼	22.0	▲	49.0	▼	46.7	▲	322.3	▲	51.3	▲	9.1	▲	167.6	▲	12.7	▲	49.0
		令和5年	157.4		49.3		25.3		22.3		48.3		47.4		321.6		51.8		8.8		169.7		13.0		49.9
		令和4年	157.3		49.4		24.7		23.7		47.1		47.9		299.6		55.6		8.7		174.2		13.3		51.1
		令和3年	157.2		49.5		24.4		23.6		46.0		48.5		291.5		53.8		8.7		172.7		13.3		50.6

■生徒質問調査集計(中学校)

質問	集計結果	
Q6.朝食は毎日食べますか。(学校が休みの日も含めます)	<p><b>男子</b></p> <p>1.毎日食べる 2.食べない日もある 3.食べない日が多い 4.食べない</p> <p>全国 81.9% 12.2% 3.2% 0.1%</p> <p>東京都 82.6% 11.4% 3.2% 0.1%</p> <p>市区町村 81.9% 12.3% 2.8% 0.1%</p>	<p><b>女子</b></p> <p>1.毎日食べる 2.食べない日もある 3.食べない日が多い 4.食べない</p> <p>全国 74.4% 18.6% 5.0% 2.0%</p> <p>東京都 75.8% 16.9% 5.2% 2.1%</p> <p>市区町村 76.5% 15.2% 6.1% 2.3%</p>
	Q7.毎日どのくらい寝ていますか。	<p><b>男子</b></p> <p>1.10時間以上 2.9時間以上10時間未満 3.8時間以上9時間未満 4.7時間以上8時間未満 5.6時間以上7時間未満 6.6時間未満</p> <p>全国 3.0% 18.9% 26.3% 36.1% 19.7% 6.1%</p> <p>東京都 3.3% 19.1% 26.6% 36.6% 18.6% 5.9%</p> <p>市区町村 3.9% 19.2% 26.5% 36.2% 18.4% 5.8%</p>
Q8.平日(月～金曜日)について聞きます。学習以外で、1日にどのくらいの時間、テレビやDVD、ゲーム機、スマートフォン、パソコンなどの画面を見ていますか。		<p><b>男子</b></p> <p>1.5時間以上 2.4時間以上5時間未満 3.3時間以上4時間未満 4.2時間以上3時間未満 5.1時間以上2時間未満 6.1時間未満 7.全く見ない</p> <p>全国 17.6% 12.4% 20.8% 26.4% 17.9% 4.0% 1.9%</p> <p>東京都 18.6% 12.0% 20.6% 26.9% 17.4% 4.0% 1.5%</p> <p>市区町村 16.3% 7.9% 18.7% 32.4% 20.0% 3.1% 1.9%</p>

※市区町村は文京区の集計結果です。