

令和8年度 体格、体力、ライフスタイル調査実施要項

1 目的

本県児童生徒の体格、体力、ライフスタイルの現状を明らかにし、学校教育や保健体育行政を進める上での基礎資料を得るとともに、児童生徒の健康づくり等に活用する。

2 調査対象者について

公立学校に在学する児童生徒

※ テストを実施することが困難(ケガ等により正常なデータがとれないと判断される場合も含む。)と認められる者は除く。

※ テストを実施する際、支援が必要な児童生徒については、一人一人の実態に応じて、実施の可否を適切に判断すること。実施した児童生徒については、調査番号のセルを黄色の表示にすること。

※ 高等学校定時制及び通信制の課程、特別支援学校は除く。

3 調査事項について

(1) 体格に関する事項

・身長、体重について調査する。

※ 各校で実施する令和8年度定期健康診断の計測値を活用する。本調査のために改めて計測する必要はない。

(2) 体力に関する事項

・以下の8種目について調査する。

小学校 [8種目]

握力、上体起こし、長座体前屈、反復横とび、50m走、20mシャトルラン、立ち幅とび、ソフトボール投げ

中・高等学校 [8種目]

握力、上体起こし、長座体前屈、反復横とび、50m走、20mシャトルラン又は持久走、立ち幅とび、ハンドボール投げ

※20mシャトルランか持久走のどちらかを選択

(3) ライフスタイルに関する事項

・体格、体力、ライフスタイル調査「個人用記録用紙」(別紙「令和8年度体格、体力、ライフスタイル調査のながれ」参照)を活用し、以下の8項目について調査する。

小学校 [8項目]

運動部やスポーツクラブへの所属状況、運動実施状況、1週間の運動実施時間、朝食の有無、睡眠時間、スマホ・タブレット・テレビ等視聴時間、睡眠状況、入学前の屋外運動状況

中・高等学校〔8項目〕

運動部やスポーツクラブへの所属状況、運動実施状況、1週間の運動実施時間、朝食の有無、睡眠時間、スマホ・タブレット・テレビ等視聴時間、睡眠状況、目標達成意欲

※ ライフスタイルに関する事項については、スポーツ庁の「新体力テスト実施要項」にある調査票とは項目の内容や順番が違うので注意すること。

4 実施時期について

令和8年5月～7月の間に、各校の実情に応じて工夫して実施する。

5 提出物について

(1) 以下のものを電子メールにより提出する。

①調査記録票 ②体力向上計画

※ 調査記録票、体力向上計画様式は以下のアドレスにアクセスしてダウンロードする。

https://www.pref.aomori.lg.jp/soshiki/kyoiku/e-sports/tairyoku_2026.html

(2) 小・中学校は令和8年7月31日（金）までに市町村教育委員会へ、高等学校は令和8年9月11日（金）までに県教育委員会へ提出する。

※ 各市町村教育委員会、教育事務所における提出締切及び提出先等については別紙「令和8年度体格、体力、ライフスタイル調査のながれ」を参照する。

6 調査結果について

各学校から提出されたデータの統計処理をスポーツ健康課及び教育政策課が行い、結果を報告書としてまとめ、令和9年3月に公表する。