

【令和6年度「体力・運動能力調査」調査票】

新体力テスト（20歳～64歳）

記 録 用 紙

スポーツ庁



統計法に基づく国の
統計調査です。調査
票情報の秘密の保護
に万全を期します。

記入上の注意

- 1) 「住所」は、居住地の都道府県名を記入してください。
- 2) 「年齢」は、調査実施年度の令和6年4月1日現在の満年齢を記入してください。
- 3) 「都市階級区分」については、居住地が次のいずれに該当するかを判断し、その番号を○で囲んでください。
 - (1) 大・中都市…人口15万人以上の市、政令指定都市、東京都区部。
 - (2) 小都市………人口15万人未満の市。
 - (3) 町村
- 4) 「職業」については、下記の職業分類にしたがって、本人の職業について該当する番号を○で囲んでください。
 - (1) 農・林・漁業：農業作業員、林業作業員、漁業作業員など。
 - (2) 労務：採掘作業員、運輸・通信従事者、技能工・生産工程作業員及び労務作業員など。
 - (3) 販売・サービス業：商品販売従事者、販売類似職業従事者、サービス職業従事者など。
 - (4) 事務・保安的職業：事務従事者、警察官・消防員・守衛などの保安職業従事者など。
 - (5) 専門・管理的職業：技術者、保健医療従事者、法務従事者、教員、管理的公務員、会社役員など。
 - (6) 主婦・主夫：（有職者を除く）
 - (7) 無職：（主婦・主夫を除く）
 - (8) その他：
- 5) その他については、該当する番号を○で囲んでください。
- 6) 2回テストをする項目については、そのよい方の記録の左側に○印をつけてください。
- 7) 総合評価については、該当する記号を○で囲んでください。

No.	氏 名	江東区にお住まいの方は1に○を付けて下さい				都道府県
1. 令和6年4月1日現在の年齢		歳	2. 性別		男 ・ 女	
3. 都市階級区分		1. 大・中都市	2. 小都市		3. 町村	
4. 職 業		1. 農・林・漁業 2. 労 務 3. 販売・サービ 4. 事務・保安 5. 専門・管理 . 主婦・主夫 ス 7. 無 職 8. その他 ()				
5. 健康状態について		1. 大いに健康 2. まあ健康 3. あまり健康でない				
6. 体力について		1. 自信がある 2. 普通である 3. 不安がある				
7. スポーツクラブへの所属状況		1. 所属している 2. 所属していない				
8. 運動・スポーツの実施状況		1. ほとんど毎日 (週3～4日以上) 2. ときどき (週1～2日程度) 3. ときたま (月1～3日程度) 4. しない				
9. 1日の運動・スポーツ実施時間		1. 30分未満 2. 30分～1時間 3. 1～2時間 4. 2時間以上				
10. 朝食の有無		1. 毎日食べる 2. 時々欠かす 3. まったく食べない				
11. 1日の睡眠時間		1. 6時間未満 2. 6時間以上8時間未満 3. 8時間以上				
12. ぐっすり眠ることができますか		1. 週に6日以上 2. 週に4～5 3. 週に2～3日 日 4. 週に1日 以下				
13. 学校時代の運動部 (クラブ)活動の経験		1. 中学校のみ 2. 高校のみ 3. 大学のみ 7. 中学 4. 中学校・高校 5. 高校・大学 . 中学校・大 学 校・高校・大 学 8. 経験なし				
14. 毎日の生活が充実していますか		1. 充実している 3. あ 2. まあ充実している 4 まり充実していない . まったく充実していない				
15. 運動・スポーツはストレス解消に 効果があると感じますか		1. 大いに感じる 2. まあ感じる 4 3. あまり感じない . まったく感じない				
16. 体 格		1. 身長 . cm 2. 体重 . kg				
項 目		記 録				得 点
1. 握 力		右	1回目 kg	2回目 kg		
		左	1回目 kg	2回目 kg		
		平均		kg		
2. 上体起こし				回		
3. 長座体前屈				cm		
4. 反復横とび		1回目		2回目 点		
5. 急 歩				分 秒		
20mシャトルラン(往復持久走)		折り返し数	回 (最大酸素摂取量	ml/kg・分)		
6. 立ち幅とび		1回目 cm	2回目 cm			
得 点 合 計						
総 合 評 価					A B C D E	
体 力 年 齢					歳 ～ 歳	