

文部科学省「新体力テスト」実施要項 準拠

令和 8 年度

NEW 体力テスト 診断システム

小学校・中学校用

体力はあらゆる活動の源
子どもの健全な心と体の
発達・成長を支えます

令和8年度価格

250円(税込)

227円(税別)

児童生徒
1人あたり

東京書籍

07 教育委員会提出用資料

07 結果資料データCD

08 児童生徒への資料

パーソナルデータ

10 先生方への資料 教師用資料

学校全体用資料

10 学校全体表

10 学校全体・種目別度数分布表

学年単位用資料

11 学年全体表

11 学年・総合得点順位一覧表

11 学年・種目別順位一覧表

クラス単位用資料

12 クラス別測定結果一覧表

12 クラス別アンケート一覧表

保健指導用資料

13 体格分布表

13 アンケート集計表

部活指導用資料（中学校用）

14 部活動全体表

その他

14 体力とアンケートのクロス集計表

15 ご注文からお届けまでの流れ

全国体力調査 から明らかになったこと

（文部科学省「子どもの体力向上のための取組ハンドブック」より）

1

運動する子どもと
しない子どもの
体力水準の二極化

2

生活習慣と体力の関係

- ・睡眠時間と体力の関係
- ・朝食の摂取状況と体力の関係
- ・テレビ等(TVゲームを含む)の視聴時間と体力の関係

▶ **運動習慣と生活習慣の改善を通して、体力・運動能力の向上を実現することが課題とされています。**

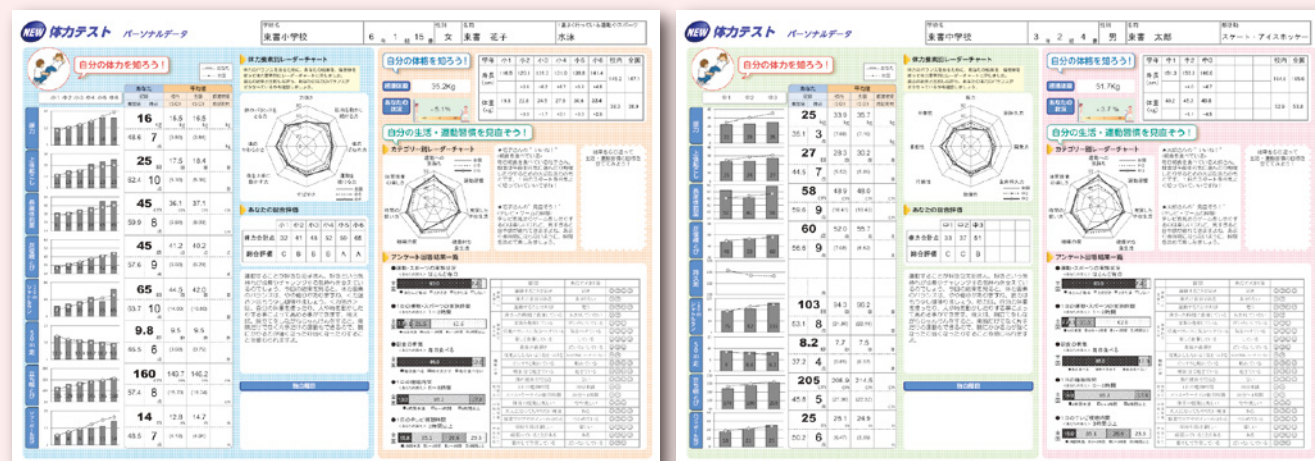
● 運動習慣の改善は、体格、体力・運動能力が大きく発達する小学生から中学生の年代に体力・運動能力向上の取組を継続して実施することにより、運動習慣を確立することが重要です。子どもたちの健やかな成長、やる気、集中力、粘り強さを育てるだけでなく、生涯における健康や体力の維持増進につながります。

● 生活習慣の改善は、健康の三原則である「運動・食事・休養(睡眠)」を中心とした生活習慣を見直すことにあります。

東京書籍の「NEW 体力テスト診断システム」はこのような小学生や中学生年代における運動習慣と生活習慣の改善を通じた体力・運動能力向上のための取組をサポートしてまいります。

★「NEW 体力テスト診断システム」の特長★

- 児童生徒に「見やすく」「やる気をおこさせる」資料。
- 測定項目だけではなく、生活習慣や健康意識にも着目。
- 一人ひとりが自分の身体を知り、自分の体づくりを自分で考えて、実行していくことができるよう、充実したデータを提供します。



- 先生方が「見やすく使いやすい」豊富な資料を提供します。

- 持ち運びや保管に便利なA4サイズのバインダーに綴じて提供します。

- 迅速なデータ処理 ⇒ 記録表の到着後、最短約2週間で結果を返却します。
- ご希望校には、都道府県提出用資料を提供します。
- ご希望校には、成績優良者への認定証を発行します。
- 過年度の測定データ（エクセル形式のデータ）があれば、経年比較の資料を提供します。※過年度の測定データはエクセル形式のみ対応

個人用記録表

体力テストをご実施いただくに際して、必要な個人用記録表を用意しております。「書きやすく」「見やすい」ように工夫しております。

★ 記入上での工夫 ★

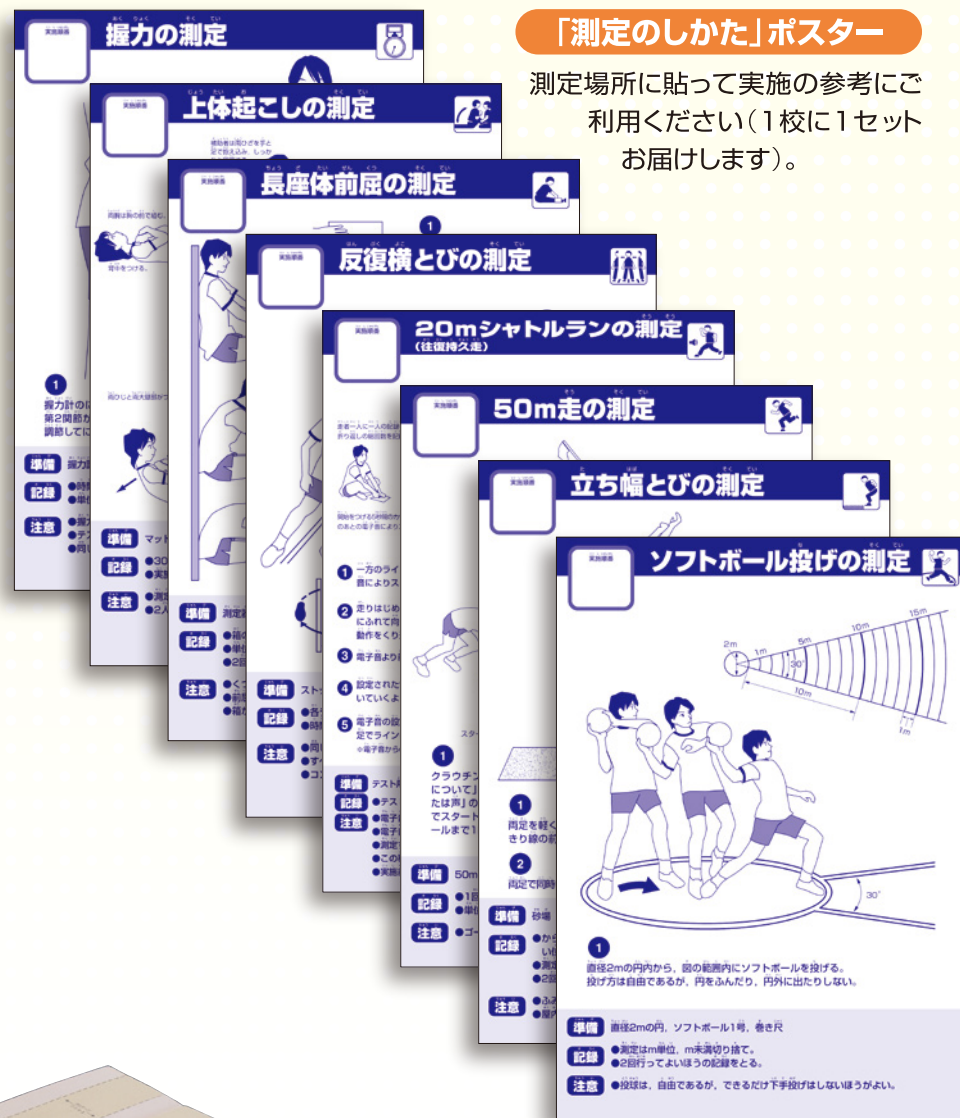
- 書きやすいように、記入欄を□囲みにしてあります！
- おもて面だけで必要項目を全て記入することができます！
- 20mシャトルラン実施の際は、うら面の記録用紙記入欄をお使いください。

★ 内容の充実 ★

- 学校指定種目の出力もサービスで行っています！
- 文部科学省アンケートも盛り込んでいます！
- 弊社独自の健康意識アンケートで、児童生徒の生活習慣をチェックできます！
- 学校独自に設定されたアンケートの集計サービスも行っています(10項目以内)！

バックアップサービス

実施から集計まで、実施のために必要な部材につきましてもご要望に応じて、サービスで提供しております！



「長座体前屈測定用具」

長座体前屈を実施される際に、必要に応じてご使用ください(児童数・生徒数に応じて数セットお届けいたします)。

「測定のしかた」ポスター

測定場所に貼って実施の参考にご利用ください(1校に1セットお届けします)。



「実施の手引き」

体力テスト実施から集計・返送までの手順が書かれております。実施される前にぜひご一読ください。



「体力優良認定証」

総合判定Aの児童生徒に対しては、
「体力優良認定証」を出すこともで
きます。

20mシャトルラン伴走用CD

20mシャトルランを実施される際に、必要に応じてご使用ください
(ご要望に応じて1校に1枚お届けいたします)。



教育委員会提出用資料の作成

各都道府県・市区町村教育委員会への提出用の指定書式に合わせたデータをご提供します。(CD-ROM)



結果資料データCD

先生方が独自に分析・活用ができるよう、結果資料をエクセルデータでも提供します。

[illegible]

パーソナルデータ(児童生徒への資料)

自分の体力を知ろう！

あなたのこれまでの経過と全国値を、グラフで示しています(継続受検者のみ)。

平均値や偏差値、得点等は、あなたの所属する学年・性別の数値を示しています。

●偏差値

全国の平均値を基準に算出しています。

●得点

下記の項目別得点表をもとに算出しています。

●SD

標準偏差のことです。

●校内

学校内の学年・性別での平均値を示しています。

●全国

学年・性別での全国の平均値を示しています。

●県・市区町村

自治体で同時に行う場合にのみ、数値を示しています。

持久走と20mシャトルランは、実施した種目のみ結果が示されます。

体力要素別レーダーチャート

今回の測定結果を基に、あなたの体力のバランスを体力要素別に見ることのできるデータです。2年分の結果を示しています(継続受検者のみ)。

小学校は、6年分の結果をグラフで表示します。

あなたへのメッセージ

あなたの総合的な体力や生活・運動習慣について、体力要素のバランス、いいところや課題などをコメントしています。

独自種目を実施した学校のみ、結果が示されます。

自分の体格を知ろう！

新体力テスト測定項目の体格のデータです。あなたの身長、体重と、学校内の学年・性別での平均値および全国の平均値を示しています。

●標準体重

あなたの身長を基に、財団法人日本学校保健会「児童生徒の健康診断マニュアル(改訂版)」の算出式で求めています。

●あなたの状況

標準体重を基に、あなたの状況を見ています。ここに示した値は以下の計算式で求めたものです。値が(−19.9%~+19.9%)の範囲を超えている場合は、注意が必要です。

$$\frac{\text{あなたの体重(kg)} - \text{標準体重(kg)}}{\text{標準体重(kg)}} \times 100$$

自分の生活・運動習慣を見直そう！

アンケート項目の結果を示しています。

カテゴリ別レーダーチャート

自分の生活・運動習慣を総合的に把握できるデータです。レーダーチャートでは、2年分の結果を示しています(継続受検者のみ)。

目標記入欄

自分のよい点や課題をふまえて、次のステップに前向きに取り組めるよう、目標を記入する欄を設けています。

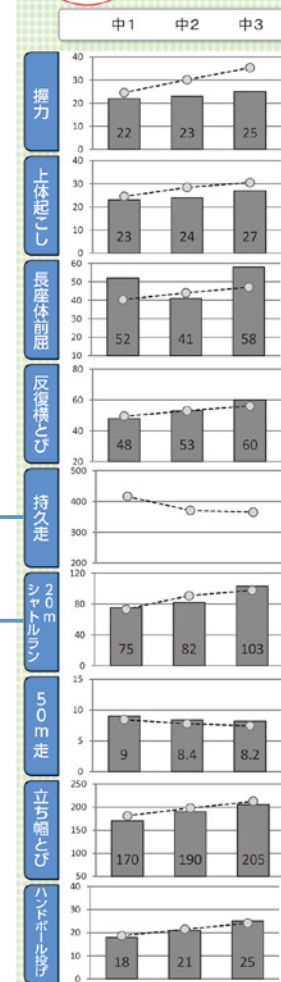
アンケート回答結果一覧

左側に、文部科学省新体力テストアンケート(全国同一質問)のあなたの回答と全国の回答構成比を示しています。右側に、文部科学省アンケート以外の、質問ごとのあなたの回答を示しています。回答横の😊(顔マーク)の数で、視覚的に結果を把握することができます。

NEW 体力テスト パーソナルデータ



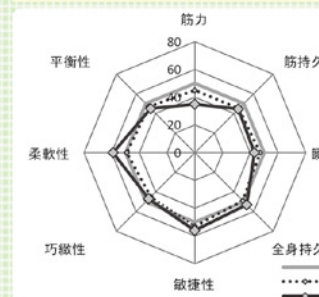
自分の体力を知ろう！



あなた		平均値	
記録	偏差値	校内(S.D)	全国(S.D)
25	35.1	33.9	35.7
3	3	(7.68)	(7.16)
27	44.5	28.3	30.2
7	7	(5.52)	(5.89)
58	59.6	48.9	48.0
9	9		
60	56.6		
9	9		
103	53.1		
8	8		
8.2	37.2		
4	4		
205	45.8		
5	5		
25	50.2		
6	6		

体力要素別レーダーチャート

体力のバランスを見るために、あなたの結果を、偏差値を使って体力要素別にレーダーチャートに示しました。過去の結果と比較しながら、あなたの体力のバランスがどうなっているかを確認しましょう。



自分の体格を知ろう！

標準体重

51.7Kg

あなたの状況

-3.7%

自分の生活・運動習慣を見直そう！

カテゴリ別レーダーチャート



学年	中1	中2	中3	校内	全国
身長(cm)	151.3	155.3	160.0	164.6	165.6
体重(kg)	40.2	45.3	49.8	52.9	53.8

★太郎さんの「いいね!」

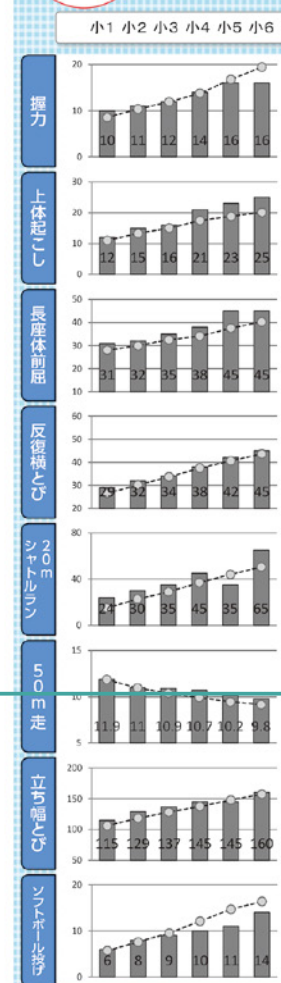
「朝ご飯を食べている太郎さん。毎日朝食を食べている太郎さん。朝食は午前中元気に遊んだり勉強したりするための大切な活力のもとです。1日のスタートを元気に切っていていいですね!」

結果をふり返って生活・運動習慣の目標を立ててみよう!

NEW 体力テスト パーソナルデータ



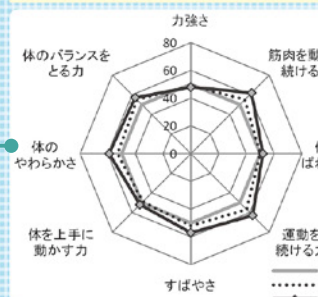
自分の体力を知ろう！



あなた		平均値	
記録	偏差値	校内(S.D)	全国(S.D)
16	48.6	15.5	16.5
7	7	(3.80)	(3.84)
25	62.4	17.5	18.4
10	10	(5.30)	(5.36)
45	59.9	36.1	37.1
8	8	(6.80)	(8.03)
45	57.6	41.2	40.2
9	9	(6.60)	(6.29)
65	63.7	44.5	42.0
10	10	(14.80)	(16.80)
9.8	9.8	9.5	9.5
6	6	(0.60)	(0.75)
160	57.4	149.7	146.2
8	8	(15.70)	(18.74)
14	48.5	12.8	14.7
7	7	(4.10)	(4.91)

体力要素別レーダーチャート

体力のバランスを見るために、あなたの結果を、偏差値を使って体力要素別にレーダーチャートに示しました。過去の結果と比較しながら、あなたの体力のバランスがどうなっているかを確認しましょう。



あなたの総合評価

	小1	小2	小3	小4	小5	小6
体力合計点	32	41	48	52	59	65
総合評価	C	B	B	B	A	A

運動することが好きな花子さん。好きという気持ちが成長やチャレンジする気持ちを支えているのでしょう。今回の結果を見ると、体力要素のバランスは、やや偏りがありますね。＜力強さ＞はもう少し頑張ってみましょう。＜力強さ＞は、自分の体重を使ったり、人や物を動かしたりする事によって高める事ができます。例えば、跳びてをしながらじゃんけんをする、両腕だけでなく片手だけの運動もできるので、腕にかかる力が強くなったり弱くなったりすることを感ぜられますよ。

独自種目

	あなたの記録			校内
	4年	5年	6年	
100m走	25.6	24.4	23.5	21.8
走り幅とび	295	320	365	346

自分の体格を知ろう！

標準体重

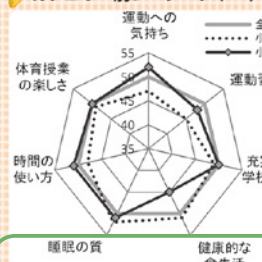
35.2Kg

あなたの状況

-5.1%

自分の生活・運動習慣を見直そう！

カテゴリ別レーダーチャート



★花子さんの「いいね!」

「朝ご飯を食べている花子さん。毎日朝食を食べている花子さん。朝食は午前中元気に遊んだり勉強したりするための大切な活力のもとです。1日のスタートを元気に切っていていいですね!」

結果をふり返って生活・運動習慣の目標を立ててみよう!

★花子さんの「見直そう!」

「テレビ・ゲームの時間」テレビを見たりゲームをしたりするのは楽しいけれど、見すぎると目や顔が疲れてきますよね。あまり長時間にならないように、時間を決めて楽しみましょう。

アンケート回答結果一覧

●運動・スポーツの実施状況

＜あなたの答え＞ ほとんど毎日

全国 83.0

ほとんど毎日 時々 ときどき ときどき ときどき

●1日の運動・スポーツの実施時間

＜あなたの答え＞ 1~2時間

全国 77.8

30分未満 30分~1時間 1~2時間 2時間以上

●朝食の有無

＜あなたの答え＞ 毎日食べる

全国 85.0

毎日食べる 時々欠かす 毎日食べない

●1日の睡眠時間

＜あなたの答え＞ 6~8時間

全国 69.2

6時間未満 6~8時間 8時間以上

●1日のテレビ視聴時間

＜あなたの答え＞ 3時間以上

全国 15.0

1時間未満 1~2時間 2~3時間 3時間以上

質問	あなたの回答
運動することが好き	好き
体力に自信がある	あまりない
運動することは大切	思う
決まった時間に食事している	あまりしてない
家族と食事している	だいたいしている
栄養バランスに気をつけている	気をつけている
楽しく食事している	している
食後の歯磨き	だいたいしている
夜更かししないよう気をつける	あまり気をつけてない
ぐっすり眠れている	眠れている
朝自分で起きている	起きている
体の疲れやだるさ	ない
1日の勉強時間	30分未満
スマホ・ケータイの使用時間	30分~1時間
体育の授業は楽しい	やや楽しい
大人になってもやりたい科目	ある
授業でコツやポイントが分かる	つかめている
学校生活は楽しい	楽しい
頑張っていることがある	ある
集中して学習している	だいたいしている

学校全体用

学校全体表

体格・体力テストの全ての項目について、学年別・性別に学校全体がひと目で分かるようになっています。

各項目に関する平均値・標準偏差・偏差値について、学校のみならず全国・都道府県のデータも示していますので、それぞれの比較ができるようになっています。

NEW 体力テスト【男子】 東書小学校

		体格		体力		上体屈回(度)		長座体前屈(度)		50m走(秒)		20mリレー(秒)		ソフトボール投げ(m)		体力合計点	
学年	性別	身長(cm)	体重(kg)	身長(cm)	体重(kg)	身長(cm)	体重(kg)	身長(cm)	体重(kg)	身長(cm)	体重(kg)	身長(cm)	体重(kg)	身長(cm)	体重(kg)	身長(cm)	体重(kg)
1	男子	115.50	21.70	115.50	21.70	115.50	21.70	115.50	21.70	115.50	21.70	115.50	21.70	115.50	21.70	115.50	21.70
2	男子	122.76	24.38	122.76	24.38	122.76	24.38	122.76	24.38	122.76	24.38	122.76	24.38	122.76	24.38	122.76	24.38
3	男子	127.02	26.54	127.02	26.54	127.02	26.54	127.02	26.54	127.02	26.54	127.02	26.54	127.02	26.54	127.02	26.54
4	男子	133.40	30.40	133.40	30.40	133.40	30.40	133.40	30.40	133.40	30.40	133.40	30.40	133.40	30.40	133.40	30.40
5	男子	138.60	33.40	138.60	33.40	138.60	33.40	138.60	33.40	138.60	33.40	138.60	33.40	138.60	33.40	138.60	33.40
6	男子	145.00	37.80	145.00	37.80	145.00	37.80	145.00	37.80	145.00	37.80	145.00	37.80	145.00	37.80	145.00	37.80

総合評価の結果に関する人数と構成比を帯グラフで示しています。全国や都道府県との比較がひと目で分かるようになっています。また、他の学年との比較も容易になっています。

学年単位用

学年全体表

表とグラフを使って、学年に関する集計結果全体を1枚にまとめて示しています。体格・体力の全ての項目に対して、様々な側面から比較しています。グラフでは、比較・成長という視点からその学年の様子をひと目で分かるようになっています。

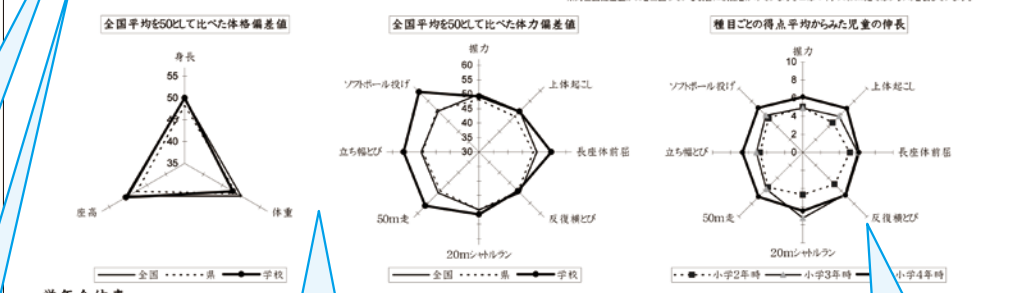
全国・都道府県の平均と標準偏差を示した上で、それぞれを校内平均と比較して状況の把握に役立てることができます。

該当学年の過去の平均値を示して、どの程度変化しているのかを経年比較することができます。成長の幅でその伸長を読み取ることができます。

過去2年の同学年の平均を示して、今年度の児童生徒がどの程度、上回っているのか、または下回っているかを把握することができます。

NEW 体力テスト【4年女子】 東書小学校

		体格		体力		上体屈回(度)		長座体前屈(度)		50m走(秒)		20mリレー(秒)		ソフトボール投げ(m)		体力合計点	
学年	性別	身長(cm)	体重(kg)	身長(cm)	体重(kg)	身長(cm)	体重(kg)	身長(cm)	体重(kg)	身長(cm)	体重(kg)	身長(cm)	体重(kg)	身長(cm)	体重(kg)	身長(cm)	体重(kg)
1	女子	115.50	21.70	115.50	21.70	115.50	21.70	115.50	21.70	115.50	21.70	115.50	21.70	115.50	21.70	115.50	21.70
2	女子	122.76	24.38	122.76	24.38	122.76	24.38	122.76	24.38	122.76	24.38	122.76	24.38	122.76	24.38	122.76	24.38
3	女子	127.02	26.54	127.02	26.54	127.02	26.54	127.02	26.54	127.02	26.54	127.02	26.54	127.02	26.54	127.02	26.54
4	女子	133.40	30.40	133.40	30.40	133.40	30.40	133.40	30.40	133.40	30.40	133.40	30.40	133.40	30.40	133.40	30.40
5	女子	138.60	33.40	138.60	33.40	138.60	33.40	138.60	33.40	138.60	33.40	138.60	33.40	138.60	33.40	138.60	33.40
6	女子	145.00	37.80	145.00	37.80	145.00	37.80	145.00	37.80	145.00	37.80	145.00	37.80	145.00	37.80	145.00	37.80



学校全体・種目別度数分布表

体力テストの全項目について、学年別・学校全体の度数分布状況がひと目で分かるようになっています。

度数分布の範囲を得点別の10段階に分けて示しています。各種目が持つ異なる単位(cmや秒など)を得点化することで、共通の基準で比較することが可能になり、他種目との違いも見ることができます。

NEW 体力テスト【女子】 東書小学校

		体格		体力		上体屈回(度)		長座体前屈(度)		50m走(秒)		20mリレー(秒)		ソフトボール投げ(m)		体力合計点	
学年	性別	身長(cm)	体重(kg)	身長(cm)	体重(kg)	身長(cm)	体重(kg)	身長(cm)	体重(kg)	身長(cm)	体重(kg)	身長(cm)	体重(kg)	身長(cm)	体重(kg)	身長(cm)	体重(kg)
1	女子	115.50	21.70	115.50	21.70	115.50	21.70	115.50	21.70	115.50	21.70	115.50	21.70	115.50	21.70	115.50	21.70
2	女子	122.76	24.38	122.76	24.38	122.76	24.38	122.76	24.38	122.76	24.38	122.76	24.38	122.76	24.38	122.76	24.38
3	女子	127.02	26.54	127.02	26.54	127.02	26.54	127.02	26.54	127.02	26.54	127.02	26.54	127.02	26.54	127.02	26.54
4	女子	133.40	30.40	133.40	30.40	133.40	30.40	133.40	30.40	133.40	30.40	133.40	30.40	133.40	30.40	133.40	30.40
5	女子	138.60	33.40	138.60	33.40	138.60	33.40	138.60	33.40	138.60	33.40	138.60	33.40	138.60	33.40	138.60	33.40
6	女子	145.00	37.80	145.00	37.80	145.00	37.80	145.00	37.80	145.00	37.80	145.00	37.80	145.00	37.80	145.00	37.80

★☆のマークは、全国の平均値が含まれる範囲を示していますので、学校の分布状況と照らし合わせながら、比較することができます。

学校内における度数が高い範囲に対して、網点をかけて強調しています。網点が濃くなるほど、度数が高いことを示しています。

学年・総合得点順位一覧表 / 学年・種目別順位一覧表

NEW 体力テスト【3年男子】 東書小学校

		体格		体力		上体屈回(度)		長座体前屈(度)		50m走(秒)		20mリレー(秒)		ソフトボール投げ(m)		体力合計点	
学年	性別	身長(cm)	体重(kg)	身長(cm)	体重(kg)	身長(cm)	体重(kg)	身長(cm)	体重(kg)	身長(cm)	体重(kg)	身長(cm)	体重(kg)	身長(cm)	体重(kg)	身長(cm)	体重(kg)
1	男子	115.50	21.70	115.50	21.70	115.50	21.70	115.50	21.70	115.50	21.70	115.50	21.70	115.50	21.70	115.50	21.70
2	男子	122.76	24.38	122.76	24.38	122.76	24.38	122.76	24.38	122.76	24.38	122.76	24.38	122.76	24.38	122.76	24.38
3	男子	127.02	26.54	127.02	26.54	127.02	26.54	127.02	26.54	127.02	26.54	127.02	26.54	127.02	26.54	127.02	26.54
4	男子	133.40	30.40	133.40	30.40	133.40	30.40	133.40	30.40	133.40	30.40	133.40	30.40	133.40	30.40	133.40	30.40
5	男子	138.60	33.40	138.60	33.40	138.60	33.40	138.60	33.40	138.60	33.40	138.60	33.40	138.60	33.40	138.60	33.40
6	男子	145.00	37.80	145.00	37.80	145.00	37.80	145.00	37.80	145.00	37.80	145.00	37.80	145.00	37.80	145.00	37.80

総合得点の順位で児童生徒の一覧を示しています。総合得点と判定については、昨年のデータを示すことで、児童生徒の伸長が分かるようになります。また、基礎体力のバランスを示すことで、体力テストの項目だけでなく、健康体力やスポーツ体力の様子も見ることができます。

体力テストの全ての項目について、小学校では一番よく行っている運動やスポーツを中学校では所属部活動を合せて、順位一覧を示しています。運動会や体育祭での競技の組み合わせや授業・部活動での指導に役立てることができます。

クラス単位用

◆ クラス別測定結果一覧表

体格・体力テストの全ての項目及び基礎体力のバランスについて、クラスの児童生徒全員のデータを一覧形式で示しています。

NEW 体力テスト [5年2組男子]		東書小学校																													
出席番号	名前	体格				体力テスト項目														基礎体力のバランス				握力							
		身長	体重	座高	肥満度	握力		上体前屈		長座体前屈		反復横び		20m シャトルラン		50m走		立ち幅び		ソフトボール 投げ		総合評価	健康体力		スポーツ体力		右	左			
		(cm)	(kg)	(cm)	(%)	(kg)	点	(H)	点	(cm)	点	(s)	点	(H)	点	(H)	点	(cm)	点	(m)	点	合計 点	評 価	体 力 点	心 拍 点	走 力 点	投 球 点	(kg)	(kg)		
2	児童 氏名	143.2	39.5	79.5	8.2	19	7	21	8	37	7	41	7	49	7	9.3	7	150	7	28	7	57	C	A	A	C	B	C	18	19	
7	児童 氏名	144.1	51.6	79.1	36.1	22	8	25	9	34	7	44	8	35	6	9.8	6	147	6	28	7	57	C	A	A	A	C	B	C	22	22
8	児童 氏名	133.9	32.3	73.4	7.0	18	6	20	8	33	6	43	8	53	7	9.6	6	148	6	10	4	52	C	B	A	B	A	C	C	19	16
9	児童 氏名	143.2	33.3	77.0	-10.8	18	7	18	7	34	7	45	8	45	7	9.1	7	183	9	30	8	60	B	A	B	B	B	C	18	18	
12	児童 氏名	137.0	33.1	72.1	1.8	11	5	10	4	34	7	31	5	35	6	10.2	5	110	3	25	7	42	D	A	B	B	D	D	11	10	
13	児童 氏名	144.7	29.9	78.2	-22.1	18	7	20	8	29	5	36	6	33	6	9.1	7	165	7	20	6	52	C	B	A	B	C	C	18	17	
14	児童 氏名	144.0	37.7	78.5	-9.3	20	8	21	8	50	10	50	10	27	5	9.1	7	181	9	19	6	63	B	A	A	B	B	C	20	19	
15	児童 氏名	143.5	33.2	76.1	-11.5	16	6	20	8	43	9	43	8	27	5	9.4	6	155	6	24	7	55	C	A	B	B	C	C	18	16	
17	児童 氏名	134.6	40.9	72.1	39.8	11	5	3	2	35	7	33	5	18	4	12.3	2	95	2	16	9	32	E	B	C	C	D	D	10	12	
18	児童 氏名	137.5	38.1	77.3	9.7	16	6	16	4	36	7	45	8	42	6	10.4	5	145	6	20	6	50	C	B	A	B	C	C	17	15	
19	児童 氏名	138.8	29.1	71.0	-7.3	14	4	26	10	36	7	45	8	63	8	9.2	9	170	9	20	4	62	B	B	A	A	B	C	14	14	
20	児童 氏名	146.2	39.5	77.7	0.8	20	8	20	8	31	6	23	4	40	6	9.0	7	134	5	29	7	50	C	A	A	B	C	C	20	19	
21	児童 氏名	147.3	57.9	79.4	43.7	18	7	19	7	40	8	34	6	30	5	9.7	6	145	6	32	8	53	C	A	A	B	C	C	19	17	
23	児童 氏名	134.6	33.8	72.8	8.7	14	6	19	7	41	8	40	7	32	5	10.3	5	140	5	20	6	49	D	A	B	B	C	C	14	14	
25	児童 氏名	133.1	28.1	71.6	-5.1	14	6	19	7	38	8	35	6	39	6	9.3	7	148	6	16	5	51	C	B	B	B	C	C	14	14	
	クラス平均	140.1	37.1	78.5		16.6	6.8	18.5	7.1	36.7	7.3	39.2	6.9	37.9	5.9	9.7	6.1	148.4	6.1	22.5	6.3	52.3							18.7	16.1	
	学年平均	138.2	33.9	74.2		16.3	6.5	19.4	7.4	35.3	6.8	39.5	7.9	42.9	6.4	9.4	6.8	150.1	6.1	21.9	6.2	52.8							16.5	15.6	
	全国平均	138.9	33.7	75.0		17.2		20.0		33.0		42.7		53.5		9.2	155.8		26.0		55.8										

クラス別測定結果一覧表

注: “-”は評価の判定が不可能なものを表しています。
それぞれの評価の上位レベルは太字で、
下位レベルには順点を付けています。

文部科学省指定の体力項目以外に、2つだけ種目を選択することができます。選択した種目の測定結果についてもクラス平均・学年平均を集計しています。

東京書籍版体力テストの独自の指標である「基礎体力のバランス」について、児童生徒一人ひとりの結果を示しています。健康体力・スポーツ体力それぞれのバランスが分かるようになっていきます。

体格・体力テスト項目について、クラス平均・学年平均・全国平均を示して比較ができるようになっています。

◆クラス別アンケート一覧表

文部科学省アンケートと東京書籍独自のアンケート回答結果をひと目で見るできるようになっています。クラスの児童生徒の生活状況、生活習慣、健康意識を担任の先生が把握し、指導に役立てられるようになっています。

NEW 体カテスト

【5年2組男子】

東香小小学

種類	No	出席番号	アンケート内容	2	7	8	9	12	13	14	15	17	18	19	20	21	22	25					
				氏名	氏名	氏名	氏名	氏名	氏名	氏名	氏名	氏名	氏名	氏名	氏名	氏名	氏名	氏名					
大館科学館 アンケート	1		運動部や地味スポーツクラブの所属状況 ①所属している ②所属していない	③	②	③	②	②	③	①	①	②	①	③	①	①	②	③					
	2		運動・スポーツの実施状況 ①4月26日(春休3日以上) ②2月23日(通1~2日程) ③25日は有1~3日程 ④ない	③	②	②	②	③	②	①	②	④	②	③	②	②	②	②					
	3		①1日の運動・スポーツの実施状況 ①30分未満 ②30分以上1時間未満 ③1時間以上2時間未満 ④2時間以上	④	②	④	①	①	②	②	④	①	③	③	④	③	④	③					
	4		朝食の有無 ①毎日食べる ②2日以下 ③ほとんど食べない	③	①	①	①	②	③	①	②	③	①	①	①	①	①	①					
	5		一日の睡眠時間 ①6時間未満 ②6時間以上8時間未満 ③8時間以上	③	③	③	②	③	③	②	①	③	③	②	②	③	③	③					
健康意識 アンケート	6		一日のテレビ(テレビゲームを含む)の視聴時間 ①1時間未満 ②1時間以上2時間未満 ③2時間以上3時間未満 ④3時間以上	③	②	④	③	③	③	④	③	①	③	①	④	②	④						
	7		運動部やスポーツクラブ ①好き ②比較的好き ③あまり好きでない ④好きでない	③	①	③	①	②	③	①	③	②	③		④	①	③	①					
	8		体力に自信が持てるか ①持てる ②比較的持てる ③あまり自信がない ④ない	②	③	③	④	③	②	②	②	③	③	②	②	③	③	②					
	9		体力が、食事や睡眠と密接な関係にあると感じていますか ①思っています ②思っています ③思っていない ④思っていない	③	①	②	④	③	③	③	④	③	④	③	①	④	②	①					
	10		睡眠不足は5分ないくらいに思っていますか ①思っている ②思っている ③思っていない ④思っていない	③	②	②	④	②	③	③	③	①	③	①	④	②	①	③					
	11		食への満足度 ①満足している ②満足している ③満足していない ④満足していない	③	①	②	①	②	②	②	②	③	①	③	①	②	②	①					
	12		食への満足度 ①満足している ②満足している ③満足していない ④満足していない	③	①	②	④	③	②	②	③	①	③	①	②	②	③						
	13		食への満足度 ①満足している ②満足している ③満足していない ④満足していない	③	①	②	④	③	②	②	③	①	③	①	②	②	③						
	14		お菓子やジュースなど甘いものが好きかどうか ①思っています ②思っています ③思っていない ④思っていない	①	②	④	④	③	①	③	①	③	①	③	①	③	③	③					
リサス 総合評価				C	C	C	B	D	C	B	C	B	C	B	C	B	C	D	C				

クラス別アンケート一覧表

※気をつけなければいけない回答には、網点をかけています。

児童生徒一人ひとりのアンケート回答を、回答番号で示しています。

児童生徒のアンケート回答の中で、気をつけなければならない欄には網点をかけて強調しています。

一覧形式になっているので、クラス内の傾向を把握することができます。

体力テストの結果とアンケートの結果との相関が読み取れるように、体力テストの総合判定を併記して表しています。

保健指導用

◆ 体格分布表

体格について
学年別・学校
全体の度数分
布状況がひと
目で分かるよ
うになってい
ます。

NEW 体力テスト

【女子】

東書小学

身長 (cm)

体重 (kg)

座高 (cm)

測定値	1年	2年	3年	4年	5年	6年	合計
110未満	15						15
110.1~115.0	20	6	1				27
115.1~120.0	★6	13	2				21
120.1~125.0	2	★13	8	1	2		26
125.0~130.0	1	6	★9	6	2		24
130.1~135.0			9	★11	7	2	29
135.0~140.0			2	9	★10	2	23
140.1~145.0			1	3	★5	11	20
145.0~150.0				1	3	★14	18
150.1~155.0						3	3
155.0~160.0				2	2	4	
160.0以上							
合計	44	38	32	31	31	34	210

測定値	1年	2年	3年	4年	5年	6年	合計	
15.0未満							15	
15.0~20.0		20	10	4			34	
20.0~25.0		★23	★24	9	3	4	1	64
25.0~30.0		1	4	★13	★19	11	4	52
30.0~35.0				3	9	★9	4	25
35.0~40.0				2		5	★12	19
40.0~45.0				1		2	10	13
45.0~50.0							3	3
50.0~55.0								
55.0~60.0								
60.0~65.0								
65.0以上								
合計	44	38	32	31	31	34	210	

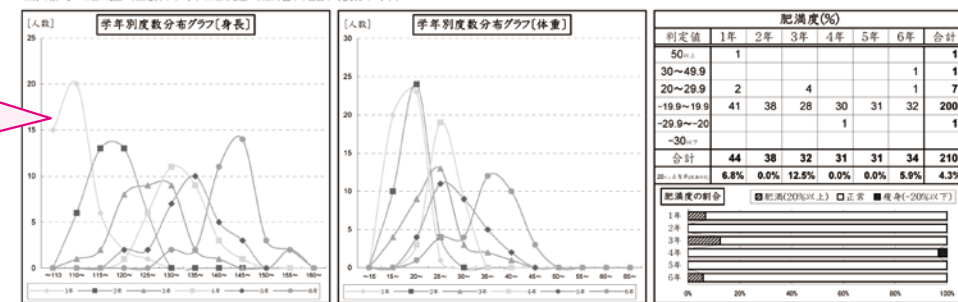
測定値	1年	2年	3年	4年	5年	6年	合計
55.0未満							55
55.0~58.0							55
58.0~61.0		6	1				7
61.0~64.0		★15	4	3			22
64.0~67.0		★10	16	5			31
67.0~70.0		★4	★13	9	1		27
70.0~73.0		1	★11	★15	10	3	40
73.0~76.0			3	11	11	5	30
76.0~79.0				3	★3	13	19
79.0~82.0			1	1	2	★10	14
82.0~85.0					3	★3	6
85.0以上							
合計	44	38	32	31	31	34	210

学校平均 111.8 120.2 127.3 133.8 137.5 145.4 128.2

学校平均 20.4 21.9 26.4 28.6 31.1 37.6 27.2

学校平均 63.9 66.6 69.2 73.0 74.6 78.0 70.4

※部分数が多い上級学年に比べて少ない学年を併せています（上級ほど濃い緑色）。※国は全国平均を併せています。



体格分布表

分布の様子を折れ線グラフで示して、視覚的に把握することができるようになっています。

★☆のマークは、全国の平均値が含まれる範囲を示していますので、学校の分布状況と照らし合わせながら、比較することができます。

◆アンケート集計表

文部科学省アンケートと東京
籍独自のアンケートについて
学年別・学校
体の結果をひと
目で見ることが
できるよう
なっています。

文部科学省アンケートについては、
国のデータも掲
して、校内の結果
の比較ができる
ようになっています。

NEW 体力テスト

【文部科学省アンケート】

Q4) 朝食は食べますか

東書小

		①毎日食べ る		②時々食べ ない		③毎日食べ ない				
		人	%	人	%	人	%	人	%	
男	1年生	全国	960	87%	63	6%	4	0%	1	3%
	学校	35	89%	2	5%			1	3%	
	2年生	全国	944	89%	54	6%	7	1%		
	学校	20	87%	5	17%	4	12%	1	3%	
	3年生	全国	955	89%	114	11%	4	0%		
	学校	42	88%	4	8%	1	2%	1	2%	
	4年生	全国	983	87%	83	8%	7	1%		
	学校	32	82%	3	8%			4	10%	
	5年生	全国	982	87%	87	9%	9	1%		
	学校	39	88%	4	8%			1	2%	
6年生	全国	980	87%	79	7%	0	1%			
学校	54	89%	4	7%	2	3%	1	2%		
7年生	全国	9804	91%	520	5%	38	1%			
学校	222	89%	22	8%	7	3%	9	3%		
8年生	全国	9803	91%	430	7%	20	0%			
学校	190	88%	14	7%	1	0%	5	2%		
9年生	全国	9803	91%	430	7%	20	0%			
学校	190	88%	14	7%	1	0%	5	2%		

構成比グラフ
(黒田吾の人数は除く)

①毎日食べる ②時々食べない ③毎日食べない

0% 20% 40% 60% 80% 100%

		①毎日食べ る		②時々食べ ない		③毎日食べ ない				
		人	%	人	%	人	%	人	%	
女	1年生	全国	971	84%	55	5%	5	0%	1	3%
	学校	42	88%	2	5%			1	3%	
	2年生	全国	980	84%	58	6%	2	0%		
	学校	36	88%					2	5%	
	3年生	全国	982	82%	88	8%	2	0%		
	学校	31	87%	1	3%			1	3%	
	4年生	全国	984	87%	70	6%	6	1%		
	学校	24	77%	5	18%	1	3%			
	5年生	全国	987	82%	82	8%	4	0%		
	学校	27	87%	2	8%					
6年生	全国	958	82%	73	7%	0	1%			
学校	30	88%	4	12%						
7年生	全国	9802	82%	430	7%	20	0%			
学校	190	88%	14	7%	1	0%	5	2%		
8年生	全国	9802	82%	430	7%	20	0%			
学校	190	88%	14	7%	1	0%	5	2%		
9年生	全国	9802	82%	430	7%	20	0%			
学校	190	88%	14	7%	1	0%	5	2%		

構成比グラフ
(黒田吾の人数は除く)

①毎日食べる ②時々食べない ③毎日食べない

0% 20% 40% 60% 80% 100%

20% 40%

0% 20% 40%

アンケート集計表

アンケートの集計結果による構成比を学年別に帯グラフで示しています。校内と全国との比較がひと目で分かり、傾向を把握することができるようになっています。また、帯グラフを縦に並べていますので、他の学年との比較も容易になっています。

部活指導用(中学校用)

◆部活動全体表

体格・体カテストの全ての項目及び総合得点について、文化部も含めた各部活動の平均がひと目で分かるようになっています。

NEW 体力テスト

【女子】

東書中学校

部活動名	人数	体格					体力テスト項目									
		身長	体重	体脂肪率	握力	上体屈	長座体前屈	反復横切	持久走	20mシャトルラン	50m走	立ち幅跳	バレーボール	バドミントン	体力合計点	
		(cm)	(kg)	(%)	(kg)	(回)	(cm)	(s)	(分秒)	(回)	(秒)	(cm)	(m)	(点)		
水泳	1	166.7	54.8	58.3	29.0	36.0	58.0	58.0		90.0	7.5	195.0	16.0	71.0		
陸上競技	10	156.5	44.5	53.7	23.3	29.1	53.4	52.9		95.8	7.8	197.4	14.4	63.7		
テニス	27	155.6	45.5	53.3	24.3	26.9	49.9	51.7		78.6	8.3	185.7	12.7	58.3		
バレーボール	18	157.0	49.3	53.9	23.4	26.3	50.5	51.7		71.3	8.5	188.1	15.1	57.9		
バスケットボール	19	153.2	43.7	52.8	21.1	23.6	50.7	51.5		87.3	8.3	183.0	14.7	57.4		
ソフトボール	1	150.7	44.2	53.9	22.0	32.0	51.0	50.0		81.0	8.5	172.0	12.0	57.0		
クラブ 永加	14	157.7	51.5	55.7	24.6	24.8	52.0	48.9		60.3	8.7	186.6	12.9	54.5		
科学・パソコン	2	160.4	55.3	57.4	26.5	21.0	56.5	50.5		49.0	9.1	182.0	13.0	53.5		
音楽	4	151.8	44.3	52.9	22.3	25.0	46.8	48.3		66.0	8.7	173.8	9.0	49.5		
音楽・プラスバンド	27	153.4	48.5	53.4	22.5	22.9	47.0	47.0		55.1	8.7	174.5	11.1	49.2		
その他の文化部	13	158.7	54.0	56.4	23.1	21.2	53.5	47.0		48.6	9.0	173.8	11.2	47.7		
剣道	7	155.3	53.7	55.2	24.3	21.6	44.6			52.3	9.0	160.7	11.1	46.6		
演劇・美術・書道	9	154.2	54.5	54.1	24.4	20.0	47.7			52.3	8.8	173.4	10.6	46.3		
学校平均		155.5	48.5	54.1	23.3	24.5	50.0	49.6		68.2	8.5	181.2	12.7	54.2		

各項目の最高値には網点をかけて、強調しています。

総合評価

測定結果の総合評価人数・割合

水泳

陸上競技

テニス

バレーボール

バスケットボール

ソフトボール

クラブ 永加

科学・パソコン

音楽

音楽・プラスバンド

その他の文化部

剣道

演劇・美術・書道

学校平均

0% 20% 40% 60% 80% 100%

部活動全体表

※各活動の部の人数と学校平均が記載されています。各活動の部員数に割合を算出しています。

※各活動の部の1番目以上の網点がない場合は各活動の部の人数が学校平均の2倍未満の場合に1倍です。

総合得点の高い部活動から、部活動単位で結果を示しています。

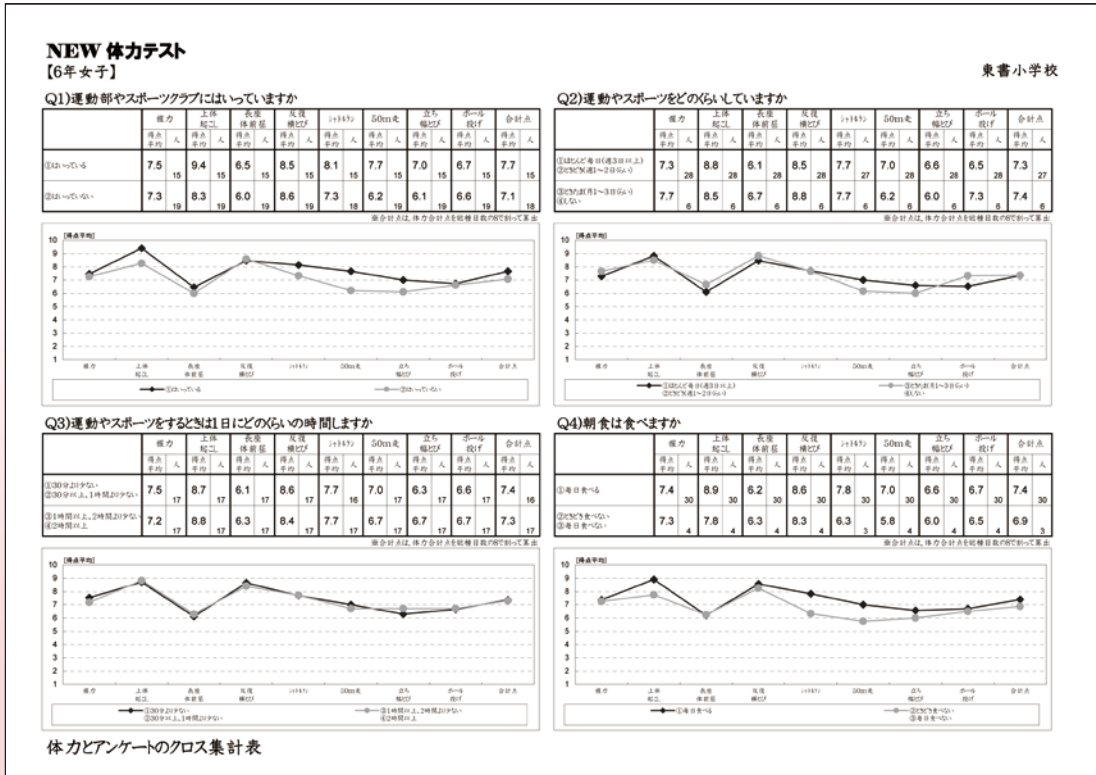
各項目の最高値には網点をかけて、強調しています。

総合判定の結果に関する人数と構成比を帯グラフを使って示しています。それぞれの部活動との比較や学校全体の構成比との比較がひと目で分かるようになっています。

その他

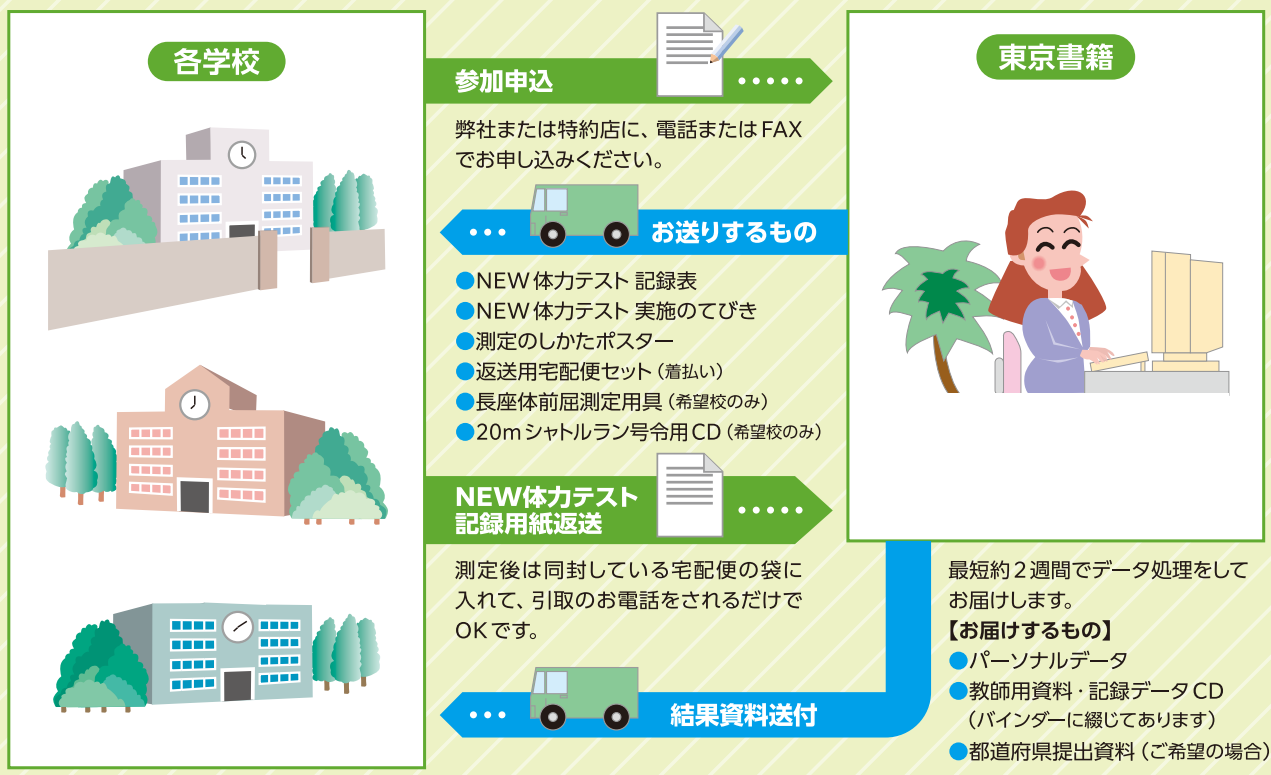
◆体力とアンケートのクロス集計表

学年単位資料として、スポーツ体力とアンケートの相関関係をグラフにしています。運動に関わる能力と日々の運動への取り組み、朝食や睡眠などの関係について分析することができます。



『NEW体カテスト診断システム』

ご注文からお届けまでの流れ



以下の場合は、別途有料となりますのでご注意ください。

① 学校のご都合で、パーソナルデータ又は学校用データを再発行する場合

パーソナルデータ	105円 (本体95円) × 人数分 + 処理手数料 1,144円 (本体1,040円)
学校用データ	4,715円 (本体4,286円) + 処理手数料 1,144円 (本体1,040円)

② テスト用品納品後、ご連絡のないまま長期間を経てキャンセルとなった場合

実費(送料、記録用紙、部材費)として、ご注文数1部あたり51円(本体46円)を申し受けます。

※この調査で取得した個人情報を含むパーソナルデータは、体力調査の研究・分析等において、匿名加工情報として活用させていただきます。

お申し込みは
お近くの弊社、支社・出張所または特約店に
電話またはFAXでお申し込みください。



お取り扱い店



支社・出張所 札幌 011-562-5721 仙台 022-297-2666 東京 03-5390-7467
金沢 076-222-7581 名古屋 052-950-2260 大阪 06-6397-1350
広島 082-568-2577 福岡 092-771-1536 鹿児島 099-213-1770
沖縄 098-834-8084

営業総轄本部 DX営業部 〒114-8524 東京都北区堀船2-17-1 TEL:03-5390-7577

ホームページ <https://www.tokyo-shoseki.co.jp>

東書Eネット <https://ten.tokyo-shoseki.co.jp>

商品についてのお問い合わせは、全国の支社・出張所
または、営業総轄本部DX営業部までお願いします。

東京書籍サポートダイヤル 0120-29-3363

受付時間 月～金 9:30～17:30(※土・日・祝日を除く)
※年末年始および当社の定めた休日にも休業いたします。

お問い合わせURL

<https://www.tokyo-shoseki.co.jp/customer/>



企画・制作・発行 東京書籍株式会社

コンピュータ処理・運用 株式会社学習調査エデュフロント

このカタログは、一般社団法人教科書協会「教科書発行者行動規範」に則っております。

A6696-4
2025.07