

# H28年体力・運動能力調査（40歳～49歳）の平均値など

## 都市階級区別体格測定・テストの結果

項目	40～44歳（男子）						40～44歳（女子）											
	大・中都市		小都市		町 村		大・中都市		小都市		町 村							
	標本数	平均値	標準偏差	標本数	平均値	標準偏差	標本数	平均値	標準偏差	標本数	平均値	標準偏差						
1 身長 (cm)	349	171.64	5.27	621	171.76	5.20	513	171.17	5.92	341	158.97	5.31	606	158.87	5.30	460	158.69	5.17
2 体重 (kg)	347	68.55	9.57	615	69.48	9.35	509	69.74	9.60	328	51.98	6.16	556	52.53	6.10	421	52.34	6.15
1 握力 (kg)	356	45.62	6.83	633	47.19	6.76	517	48.00	6.95	347	28.99	4.67	628	28.95	4.61	468	29.24	4.62
2 上体起こし (回)	351	23.66	5.45	629	23.70	5.15	514	23.63	5.49	340	16.81	5.19	622	16.55	5.01	459	16.07	4.94
3 長座体前屈 (cm)	352	39.80	9.75	634	40.40	9.65	522	41.32	9.78	348	42.17	9.43	628	41.65	9.00	475	43.15	8.74
4 反復横とび (点)	333	48.25	6.62	625	48.28	5.90	511	48.25	6.50	330	42.18	5.69	617	41.55	5.57	465	41.59	5.55
5 20mシャトルラン (折り返し数)	291	54.00	22.46	487	48.13	21.21	404	48.71	21.34	274	27.34	12.73	455	26.66	12.31	325	25.54	11.79
＊急 歩 (秒)	26	719.08	70.40	122	726.48	85.68	99	703.38	95.46	37	517.30	58.79	128	535.02	62.75	119	535.89	58.05
6 立ち幅とび (cm)	354	204.08	22.17	635	205.21	22.92	511	205.15	22.51	349	153.08	21.56	630	153.58	20.91	471	152.17	21.40
7 合計点	298	35.05	6.82	579	35.15	6.43	478	35.88	6.40	288	35.19	7.47	561	34.46	7.05	420	34.91	6.62

(注) 20mシャトルランと急歩は選択実施

項目	45～49歳（男子）						45～49歳（女子）											
	大・中都市		小都市		町 村		大・中都市		小都市		町 村							
	標本数	平均値	標準偏差	標本数	平均値	標準偏差	標本数	平均値	標準偏差	標本数	平均値	標準偏差						
1 身長 (cm)	308	171.59	5.79	552	171.44	5.67	416	171.37	5.35	274	158.53	5.19	529	158.35	5.09	407	158.28	5.12
2 体重 (kg)	299	67.47	9.11	543	69.28	9.58	403	69.90	8.84	264	52.63	6.59	493	53.53	6.48	380	53.56	6.62
1 握力 (kg)	317	45.59	6.70	562	46.65	6.25	418	47.46	6.24	282	28.70	4.73	547	28.82	4.67	417	29.31	4.74
2 上体起こし (回)	309	22.99	5.56	554	22.80	5.58	416	22.97	5.25	279	16.27	5.73	545	15.92	5.33	420	15.58	5.11
3 長座体前屈 (cm)	315	39.23	9.83	563	39.35	10.17	419	40.42	9.73	279	42.51	8.94	541	42.12	8.77	419	42.69	8.64
4 反復横とび (点)	300	47.15	6.06	560	46.88	6.52	416	46.88	6.45	254	41.46	5.79	531	41.18	6.01	408	40.88	5.87
5 20mシャトルラン (折り返し数)	257	48.56	21.34	440	44.96	19.71	298	45.21	18.86	204	26.03	12.14	392	26.00	12.38	290	24.85	11.75
＊急 歩 (秒)	36	704.81	82.73	97	739.97	93.57	109	718.04	82.20	32	514.50	40.66	115	530.44	52.96	116	544.58	59.82
6 立ち幅とび (cm)	313	197.97	21.35	560	200.94	21.21	420	200.18	21.36	275	151.87	20.77	543	150.84	21.45	412	150.83	20.36
7 合計点	281	33.81	6.44	516	33.55	6.75	391	34.18	6.48	222	34.77	7.11	489	34.04	7.39	386	34.00	6.79

(注) 上の表に同じ