

日本全國體力調查：福岡縣小、中女學生未達平均

駐福岡辦事處（派駐人員）

根據日本運動廳 2025 年 12 月發表的「全國體力・運動能力・運動習慣等調查（全國體力測驗）」結果，福岡縣內的小、中學男學生的體力較全國平均為高，小、中學女學生則未達全國平均。縣教育委員會表示，今後將進行詳細的分析，檢討具體的改善政策。

該調查是 2025 年 4 月～7 月，以全國小學 5 年級及中學 2 年級的學生為對象所實施的，縣內約 8 萬名學生為實施對象，測驗項目有 50 公尺短跑、握力、左右蹲跳等 8 種，經加總後算出得點數（80 點滿點）。

縣內兒童的平均點數為：小 5 男學生 53.2 點（前年度 52.62 點）、女學生 53.61 點（前年度 53.36 點）、中 2 男學生 42.83 點（前年度 42.63 點）、女學生 47.43 點（前年度 47.44 點），除了中 2 女學生有稍微減少外，其他都較前年度上升。從運動項目別來看的話，中 2 男學生在握力、50 公尺短跑、鉛球等 6 項目都高於全國平均。

調查也進行兒童在運動及生活習慣有關的問卷。平日除了學習之外，花在看電視及手機的時間，一天在 3 小時以上，縣內小 5 男學生的比例為 46.2%（前年度 46.9%）女學生為 40.5%（前年度 40%）中 2 男學生的比例為 47.3%（前年度 48.3%）女學生為 49%（前年度 47.8%），小、中男學生雖都較上一年度減少，但還是持續增加的趨勢。

回答 1 週內的運動時間在 420 分鐘（7 小時）以上的比例，縣內小 5 男學生的比例為 40.3%（前年度 53.4%）女學生為 27.4%（前年度 29.8%）中 2 男學生的比例為 77.9%（前年度 78.4%）女學生為 53.4%（前年度 53.8%），都較前年度減少，回答 0 分的比例也都增加，其中回答 0 分比例最高的中 2 女學生其比例較上一年增加一個百分點，成為 19.2%。

撰稿人/譯稿人：駐福岡辦事處派駐人員王鴻鳴譯

資料來源：讀賣新聞 第 13 版 2026.01.06