

平成28年度体力・運動能力調査〔成年・高齢者対象〕調査結果（三重県）

年齢	握力 (kg)						上体起こし (回)						長座体前屈 (cm)					
	男子			女子			男子			女子			男子			女子		
	標本数	28年 三重平均	27年 全国平均	標本数	28年 三重平均	27年 全国平均	標本数	28年 三重平均	27年 全国平均	標本数	28年 三重平均	27年 全国平均	標本数	28年 三重平均	27年 全国平均	標本数	28年 三重平均	27年 全国平均
20-24	40	46.00	46.33	37	27.35	27.79	40	29.98	29.42	37	21.54	21.20	40	48.70	45.19	37	44.95	44.57
25-29	42	47.07	46.89	33	29.06	28.27	42	27.62	27.84	33	20.61	19.26	42	44.00	44.54	33	45.55	43.93
30-34	40	46.28	47.03	39	26.95	28.77	40	25.55	26.23	39	17.59	17.42	40	42.78	43.33	39	40.95	43.35
35-39	40	46.98	47.16	44	27.84	29.34	40	25.73	24.70	44	15.34	16.81	40	44.65	41.64	44	44.09	42.75
40-44	47	48.21	46.95	48	28.21	29.35	47	24.77	23.70	48	16.35	16.51	47	44.60	40.73	49	44.31	42.60
45-49	47	47.55	46.51	42	26.79	29.31	47	23.38	22.85	42	15.95	16.11	47	44.00	40.19	42	40.60	41.88
50-54	41	47.12	45.68	40	27.88	28.17	41	22.15	21.67	40	14.50	15.09	41	40.27	39.39	40	42.80	42.38
55-59	46	42.96	44.69	32	27.34	27.41	46	20.28	20.24	32	15.59	13.65	46	40.41	38.93	32	45.75	42.32
60-64	43	44.35	42.85	33	26.67	26.31	43	20.63	18.36	33	13.85	12.42	43	37.09	37.98	33	40.82	41.73
65-69	29	42.38	39.98	42	23.74	25.20	29	16.48	14.93	41	10.83	9.27	29	35.41	36.36	42	38.71	41.61
70-74	19	36.21	37.36	40	23.90	23.82	19	11.26	12.60	38	8.76	7.90	19	34.05	36.58	40	38.58	40.27
75-79	27	35.81	35.07	21	22.14	22.49	27	9.59	10.81	21	6.19	6.97	27	33.07	34.45	21	35.71	39.18

年齢	反復横とび (点)						20mシャトルラン (折り返し数)						急歩 (秒)					
	男子			女子			男子			女子			男子 (1500m)			女子 (1000m)		
	標本数	28年 三重平均	27年 全国平均	標本数	28年 三重平均	27年 全国平均	標本数	28年 三重平均	27年 全国平均	標本数	28年 三重平均	27年 全国平均	標本数	28年 三重平均	27年 全国平均	標本数	28年 三重平均	27年 全国平均
20-24	40	54.40	55.92	35	46.26	45.92	40	74.65	76.71	36	36.61	37.98	0	/	683.97	1	493.00	517.90
25-29	42	53.45	54.03	33	46.06	44.43	42	58.71	67.55	32	39.72	34.95	0	/	694.90	0	/	524.50
30-34	40	48.03	51.22	39	40.18	42.53	39	52.26	60.41	39	27.49	30.24	0	/	708.30	0	/	531.57
35-39	40	50.00	49.53	43	40.91	42.18	39	59.87	55.32	42	26.60	28.51	0	/	707.81	1	506.00	526.71
40-44	47	48.45	48.20	49	41.55	41.68	43	51.40	50.73	44	25.55	26.36	2	741.00	723.86	3	497.33	530.43
45-49	47	48.38	46.87	41	41.98	40.91	39	49.62	44.79	41	24.88	24.96	5	780.40	733.30	0	/	539.60
50-54	41	45.68	45.28	40	39.38	39.65	40	41.18	39.18	38	26.29	22.60	0	/	729.62	0	/	536.64
55-59	46	44.41	43.78	32	39.91	38.32	45	33.78	33.36	32	23.53	18.92	0	/	742.28	0	/	549.79
60-64	43	41.42	40.67	33	37.64	35.79	40	30.44	27.87	33	19.00	16.38	2	759.50	765.49	0	/	560.40

年齢	立ち幅とび (cm)					
	男子			女子		
	標本数	28年 三重平均	27年 全国平均	標本数	28年 三重平均	27年 全国平均
20-24	40	229.55	227.95	37	168.68	168.13
25-29	42	220.57	223.36	33	169.73	163.06
30-34	40	212.70	217.50	39	158.03	158.73
35-39	40	209.55	210.77	44	153.48	157.05
40-44	47	205.72	205.25	49	155.59	153.95
45-49	47	199.26	200.86	41	151.88	150.93
50-54	41	191.85	194.44	40	149.00	144.95
55-59	46	178.85	188.13	32	152.09	138.65
60-64	43	178.88	177.88	33	135.30	130.67

年齢	開眼片足立ち (秒)					
	男子			女子		
	標本数	28年 三重平均	27年 全国平均	標本数	28年 三重平均	27年 全国平均
65-69	29	98.07	87.88	42	93.21	89.05
70-74	19	71.42	76.65	40	77.58	71.88
75-79	27	55.52	58.39	21	58.05	52.15
10m障害物歩行 (秒)						
65-69	28	5.71	5.99	40	6.95	6.67
70-74	19	7.55	6.30	39	7.37	7.20
75-79	27	7.14	6.74	20	9.22	7.81
6分間歩行 (m)						
65-69	28	614.46	620.19	38	580.53	590.32
70-74	19	554.21	605.11	40	547.63	565.59
75-79	27	558.65	579.19	20	507.75	530.97

年齢	合計点 (点)					
	男子			女子		
	標本数	28年 三重平均	27年 全国平均	標本数	28年 三重平均	27年 全国平均
20-24	40	44.00	43.10	37	40.38	40.17
25-29	42	40.45	41.42	33	40.61	38.59
30-34	40	36.60	39.07	39	34.23	36.40
35-39	40	38.28	37.18	44	33.75	36.01
40-44	47	36.64	35.44	49	34.61	35.15
45-49	47	34.87	33.94	42	32.26	34.23
50-54	41	32.37	31.70	40	32.30	32.35
55-59	46	28.83	29.51	32	33.28	30.34
60-64	43	27.81	26.38	33	28.91	27.83
65-69	29	43.41	42.04	42	40.12	41.91
70-74	19	34.89	39.09	40	37.98	38.80
75-79	27	32.93	35.64	21	31.95	35.19

(注) 20～64歳、65～79歳及び男女の得点基準は異なる