

令和7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 (k g)						上体起こし (回)						長座体前屈 (c m)					
	男 子			女 子			男 子			女 子			男 子			女 子		
	標本数	令和7年 三重平均	令和6年 全国平均	標本数	令和7年 三重平均	令和6年 全国平均	標本数	令和7年 三重平均	令和6年 全国平均	標本数	令和7年 三重平均	令和6年 全国平均	標本数	令和7年 三重平均	令和6年 全国平均	標本数	令和7年 三重平均	令和6年 全国平均
20-24	29	42.76	44.68	17	28.53	27.22	29	28.17	28.62	17	23.76	21.18	29	41.45	44.94	17	46.41	45.59
25-29	22	45.27	45.90	16	27.19	27.63	22	28.50	28.07	16	21.50	20.18	22	43.80	44.25	16	45.81	44.87
30-34	26	47.96	46.29	23	29.30	28.01	26	27.62	26.90	23	19.39	18.81	26	42.77	42.97	23	43.07	43.07
35-39	37	49.49	45.73	22	29.73	28.13	37	27.14	25.82	22	18.36	17.21	37	44.23	41.46	22	41.30	42.42
40-44	41	47.24	45.47	23	29.57	28.26	41	24.12	23.82	23	15.70	16.13	41	41.38	39.26	23	39.96	41.10
45-49	29	47.10	45.10	34	28.62	27.90	29	22.86	22.79	34	16.94	15.22	29	41.14	39.00	34	41.60	40.74
50-54	35	44.91	44.39	27	30.07	27.09	35	21.69	21.70	27	17.15	14.50	35	37.53	38.33	27	42.72	41.59
55-59	34	43.26	43.49	26	25.73	26.49	34	20.94	20.60	26	11.58	13.12	34	35.59	37.32	26	38.31	41.10
60-64	22	42.05	41.91	16	24.63	25.85	22	17.64	19.30	16	10.50	12.24	22	34.18	36.60	16	39.50	40.97
65-69	18	39.72	39.30	27	25.78	25.23	18	14.17	15.90	27	9.56	10.45	18	33.33	35.42	27	39.54	40.27
70-74	23	39.22	37.67	37	23.86	23.90	23	15.30	14.51	37	6.16	9.55	23	32.17	34.65	37	33.39	39.39
75-79	23	35.78	35.13	33	23.33	22.72	23	11.78	12.59	33	6.00	8.21	23	30.20	33.83	33	38.08	38.96

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	令和7年 三重平均	令和6年 全国平均	標本数	令和7年 三重平均	令和6年 全国平均	標本数	令和7年 三重平均	令和6年 全国平均	標本数	令和7年 三重平均	令和6年 全国平均	標本数	令和7年 三重平均	令和6年 全国平均	標本数	令和7年 三重平均	令和6年 全国平均
20-24	29	56.38	55.43	17	49.35	46.29	28	65.46	71.30	17	39.24	38.16	1	999.00	702.20	0	—	532.51
25-29	22	55.23	54.25	16	46.63	45.64	22	77.18	66.08	15	35.73	34.59	0	—	690.46	1	698.00	527.61
30-34	26	54.27	52.21	23	42.87	43.30	25	67.00	59.10	23	33.61	30.05	1	829.00	702.39	0	—	535.22
35-39	37	49.14	50.23	22	44.23	41.87	35	53.34	56.72	22	24.14	27.66	2	945.00	714.19	0	—	541.13
40-44	41	47.49	48.11	23	39.65	40.83	39	57.62	51.76	22	22.18	25.27	2	865.50	721.80	1	607.00	537.37
45-49	29	45.66	46.84	34	41.09	40.05	28	46.36	45.99	32	24.53	23.24	1	809.00	727.73	2	591.00	542.11
50-54	35	44.20	45.65	27	39.11	39.47	29	38.24	40.62	23	24.52	22.15	6	867.33	729.39	4	555.25	547.71
55-59	34	42.21	43.77	26	38.54	38.40	33	36.91	34.69	24	17.75	20.69	1	781.00	742.35	2	588.50	543.95
60-64	22	42.36	42.29	16	35.88	36.86	20	22.20	31.74	16	14.19	17.37	2	782.50	754.63	0	—	546.83

令和7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	立ち幅とび (cm)					
	男子			女子		
	標本数	令和7年 三重平均	令和6年 全国平均	標本数	令和7年 三重平均	令和6年 全国平均
20-24	29	225.72	226.35	17	172.82	167.66
25-29	22	230.59	222.45	16	166.25	165.31
30-34	26	217.81	215.99	23	163.43	159.17
35-39	37	215.57	210.67	22	152.23	152.81
40-44	41	195.51	202.49	23	148.83	149.52
45-49	29	190.28	196.27	34	148.29	144.79
50-54	35	194.09	192.20	27	148.70	140.23
55-59	34	176.94	182.79	26	131.00	136.72
60-64	22	174.32	174.45	16	130.00	129.48

年齢	開眼片足立ち (秒)					
	男子			女子		
	標本数	令和7年 三重平均	令和6年 全国平均	標本数	令和7年 三重平均	令和6年 全国平均
65-69	18	80.50	83.77	27	81.04	86.19
70-74	23	92.48	72.18	37	56.81	78.19
75-79	23	48.13	58.51	33	65.42	64.29
	10m障害物歩行 (秒)					
	標本数	令和7年 三重平均	令和6年 全国平均	標本数	令和7年 三重平均	令和6年 全国平均
	65-69	18	6.19	5.99	27	7.01
70-74	23	6.40	6.21	37	8.11	7.07
75-79	23	7.15	6.77	33	7.53	7.51
	6分間歩行 (m)					
	標本数	令和7年 三重平均	令和6年 全国平均	標本数	令和7年 三重平均	令和6年 全国平均
	65-69	18	591.39	627.75	27	590.59
70-74	23	569.57	605.88	37	548.19	569.09
75-79	23	575.78	583.00	33	511.67	550.77

年齢	合計点 (点)					
	男子			女子		
	標本数	令和7年 三重平均	令和6年 全国平均	標本数	令和7年 三重平均	令和6年 全国平均
20-24	29	40.03	41.94	17	43.35	40.44
25-29	22	42.82	40.99	16	40.19	39.31
30-34	26	40.54	39.29	23	38.13	37.08
35-39	37	39.03	37.42	22	35.82	35.08
40-44	41	36.15	34.83	23	32.57	33.76
45-49	29	33.79	33.25	34	33.41	32.23
50-54	35	30.43	31.33	27	34.59	31.16
55-59	34	27.74	28.96	26	26.62	29.67
60-64	22	24.14	26.83	16	25.13	27.77
65-69	18	39.78	42.33	27	41.19	42.40
70-74	23	39.61	39.81	37	34.68	39.95
75-79	23	34.09	36.31	33	34.97	37.11

(注) 20～64歳、65～79歳及び男女の得点基準は異なる