年度 [平成 14年度] 東京水産大学新入生の体格と体力

<table>
<thead>
<tr>
<th>著者</th>
<th>村松 園江 ☞ 林 真幾子 ☞ 澤栗 勝人 ☞ 武井 大輔 ☞ 夏目 麻子 ☞ 西原 大泰 ☞ 木谷 誠一</th>
</tr>
</thead>
<tbody>
<tr>
<td>雑誌名</td>
<td>東京水産大学論集</td>
</tr>
<tr>
<td>巻</td>
<td>☞</td>
</tr>
<tr>
<td>ページ</td>
<td>☞</td>
</tr>
<tr>
<td>発行年</td>
<td>☞</td>
</tr>
<tr>
<td>URL</td>
<td><a href="http://id.nii.ac.jp/1342/00000145/">http://id.nii.ac.jp/1342/00000145/</a></td>
</tr>
</tbody>
</table>
A Physical Fitness Measurement for the Freshmen of Tokyo University of Fisheries in 2002

MURAMATSU Sonoe*1, HAYASHI Makiko*2, SAWAGURI Katsuhito*2, TAKEI Daisuke*2,
NATSUME Asako*2, NISHIHARA Hiroyasu*1 and KITANI Seiichi*3

(Received June 18, 2003)

The physical fitness of 223 freshmen (M: 140, F: 83) of Tokyo University of Fisheries was measured in September 2002. We also asked their life-style.

Both of male and female freshmen had average physique compared with same aged Japanese. Their endurance was superior. Among female the scores of standing long jump were higher, but among male those of side step were lower compared with the average of people in their ages bracket in Japan. The freshmen took exercise with higher frequency and for more hours a week than the average. The students who take exercise more often and longer had higher scores of physical fitness. The averages of bone mass among male freshmen were rather low.

Key words: University Freshmen, Physical Fitness, Physique, Life Style

1. はじめに

2001年度の本学新入生の体格と体力に関する調査結果1)から、男女ともやや「やせ」に頼むものの標準的な体格が多く、体力面では男女とも生命の同年齢層（以下、「全国値」という。）より優れている項目が多かったが、筋力、筋持久力が全国値より劣っていることがわかった。運動習慣については、男女とも全国値の同年齢と比べて多く運動クラブに所属しており、運動する頻度、時間も全国値より多く、よく運動していた。また、よく運動している学生があまりいない学生より体力面で優れている結果が得られた1)。

2002年度も同様の調査を行い、文部科学省が発表した全国の調査結果2)と比較するとともに食生活、身体活動、睡眠時間をはじめとする生活習慣と体格・体力との関連についても検討したので報告する。

*1 Laboratory of Ocean System Engineering, Tokyo University of Fisheries, 5-7, Konan 4-chome, Minato-ku, Tokyo 108-8477, Japan, （東京水産大学海洋システム工学講座）
*2 A Part-Time Instructor of Physical Practice, Tokyo University of Fisheries, 5-7, Konan 4-chome, Minato-ku, Tokyo 108-8477, Japan, （東京水産大学非常勤講師・体育実技）
*3 Health Service Center, Tokyo University of Fisheries, 5-7, Konan 4-chome, Minato-ku, Tokyo 108-8477, Japan, （東京水産大学保健管理センター）
2. 方法

調査対象は表1に示すように、新入生男子140名、女子83名、合計223名であった。なお、調査は例年「体育」の授業の一環として行っており、この科目は選択科目であることから全新生が調査対象となっており、今回の調査対象は全新生299名の74.6％である。

「体格」の測定項目は①身長、②体重、③皮下脂肪厚（上腕脛骨）④の3項目であり、身長と体重から体格指数BMI（Body Mass Index；体重/身長2（kg/m2））を算出した。
「体力」の測定項目は文部科学省の体力運動能力テストの項目、実施方法を則わりに、①握力（筋力）、②上体起こし（筋持久力）、③長座体前屈（柔軟性）、④反復横とび（敏捷性）、⑤立ち幅とび（筋パワー）、および⑥シャトルラン（持久力）の6項目とした。

事前に記録用紙を配布し、各々の項目の測定方法を説明し、注意事項を周知させた。測定はシャトルランを除く各項目ごとに2回ずつ行い、測定値を記録した。

「骨量」調査は、超音波骨評価測定装置AOS-100（アプロ社製）を使用した。この測定方法では右足踵骨を通過する超音波の速度（SOS）とその透過指標（TI）より音響骨質評価値（OSI）を算出し（OSI＝TI×SOS）、この値を骨量の指標としている。骨量は文部科学省の体力運動能力テストの項目ではなく、全国値は示されていないので、アプロ社が示している日本人の骨評価値（OSI）の年齢別、性別の標準値を対照値とした。

「生活習慣」の調査項目は、文部科学省の体格、体力の調査と同時に行う内容と同様の以下の6項目である。

① 運動・スポーツの実施状況（a. 週3日以上、b. 週1～2日、c. 月1～3日、d. しない）
② 1日の運動・スポーツ時間（a. 30分未満、b. 30分以上1時間未満、c. 1時間以上2時間未満、d. 2時間以上）
③ 朝食摂取の有無（a. 毎日食べ、b. 時々、c. 食べない）
④ 1日の睡眠時間（a. 6時間未満、b. 6時間以上8時間未満、c. 8時間以上）
⑤ 1日のテレビ視聴時間（a. 1時間未満、b. 1時間以上2時間未満、c. 2時間以上3時間未満、d. 3時間以上）
⑥ 運動部、スポーツクラブ所属の有無（a. 所属している、b. 所属していない）

得られた体格・体力の測定結果は年齢および年齢別に全国値と比較した（検定）、また学科別や生活習慣別に比較した（一元配置分散解析：Schefe法検定）。体格指数のBMIについては全国値が示されていないため、便宜的に全国値の身長と体重より算出した。解析には統計ソフトSPSS9.5JおよびHALBAUver.25を用い、有意水準は5％とした。

3. 結果と考察

1) 新入生の体格・体力

⑴ 年齢別比較

対象者は18、19および20歳以上の3群に分けて群別に体格・体力を比較し、また全国値と比較し、男女別に表2、3に示した。まず男子をみると、年齢別では体格・体力ともにどの項目にも有意な差はみられず、全国値との比較では、体格の項目には差がみられず、標準的な体格が多いといえる。体力をみると、握力、長座体前屈、反復横とび、シャトルランの4項目で有意な差がみられた。握力では20歳以上の本学男子が全国値より低く、長座体前屈では18歳で本学男子の方が高かった。全国値よりも筋力が劣っている一方、柔軟性が優れている。また、反復横とびでは18歳、19歳の本学男子の方が低く、シャトルランでは、18歳、19歳および20歳以上のいずれの年齢群でも本学の測定値の方が高かったことから、敏捷性では劣っている
東京水産大学新入生の体格と体力

表 1. 学科別の測定・調査対象者数

<table>
<thead>
<tr>
<th>学科</th>
<th>男子</th>
<th>女子</th>
<th>合計</th>
</tr>
</thead>
<tbody>
<tr>
<td>海洋環境学科</td>
<td>24(55.8)</td>
<td>19(44.2)</td>
<td>43(100.0)</td>
</tr>
<tr>
<td>海洋生物学科</td>
<td>42(84.0)</td>
<td>8(16.0)</td>
<td>50(100.0)</td>
</tr>
<tr>
<td>資源育成学科</td>
<td>37(63.8)</td>
<td>21(36.2)</td>
<td>58(100.0)</td>
</tr>
<tr>
<td>資源管理学科</td>
<td>11(55.0)</td>
<td>9(45.0)</td>
<td>20(100.0)</td>
</tr>
<tr>
<td>食品生産学科</td>
<td>26(50.0)</td>
<td>26(50.0)</td>
<td>52(100.0)</td>
</tr>
<tr>
<td>合計</td>
<td>140(62.8)</td>
<td>83(37.2)</td>
<td>223(100.0)</td>
</tr>
</tbody>
</table>

表 2. 年齢別体格・体力（男子）

<table>
<thead>
<tr>
<th>測定項目</th>
<th>年齢</th>
<th>18歳</th>
<th>19歳</th>
<th>20歳</th>
<th>年齢別の比較</th>
<th>全国値との比較</th>
</tr>
</thead>
<tbody>
<tr>
<td></td>
<td></td>
<td>本学</td>
<td>全国</td>
<td>本學</td>
<td>全国</td>
<td>本學</td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>N</td>
<td>75</td>
<td>1059</td>
<td>48</td>
<td>814</td>
<td>17</td>
</tr>
<tr>
<td>身長 (cm)</td>
<td>mean</td>
<td>171.0</td>
<td>171.2</td>
<td>171.6</td>
<td>171.7</td>
<td>172.2</td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>S.D.</td>
<td>5.2</td>
<td>5.6</td>
<td>4.7</td>
<td>5.5</td>
<td>5.5</td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>max</td>
<td>184.0</td>
<td>181.3</td>
<td>180.7</td>
<td></td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>min</td>
<td>161.5</td>
<td>160.5</td>
<td>158.6</td>
<td></td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td>体重 (kg)</td>
<td>mean</td>
<td>63.1</td>
<td>61.7</td>
<td>63.2</td>
<td>62.2</td>
<td>62.6</td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>S.D.</td>
<td>9.4</td>
<td>8.1</td>
<td>9.1</td>
<td>7.1</td>
<td>7.4</td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>max</td>
<td>88.1</td>
<td>93.5</td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>min</td>
<td>46.0</td>
<td>48.5</td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td>皮下脂肪厚 (mm)</td>
<td>mean</td>
<td>8.1</td>
<td>8.8</td>
<td>8.8</td>
<td>6.7</td>
<td>7.6</td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>S.D.</td>
<td>5.5</td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>max</td>
<td>55.0</td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>min</td>
<td>13.0</td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td>BMI (kg/m²)</td>
<td>mean</td>
<td>21.5</td>
<td>20.9</td>
<td>21.4</td>
<td>21.1</td>
<td>21.1</td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>S.D.</td>
<td>2.6</td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>max</td>
<td>29.1</td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>min</td>
<td>16.7</td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td>握力 (kg)</td>
<td>mean</td>
<td>44.3</td>
<td>43.6</td>
<td>43.6</td>
<td>44.2</td>
<td>43.9</td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>S.D.</td>
<td>8.4</td>
<td>7.0</td>
<td></td>
<td>6.9</td>
<td>6.6</td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>max</td>
<td>64.0</td>
<td>62.0</td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>min</td>
<td>23.0</td>
<td>31.4</td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td>上体起こし (回)</td>
<td>mean</td>
<td>27.4</td>
<td>27.3</td>
<td>27.2</td>
<td>27.9</td>
<td>27.3</td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>S.D.</td>
<td>6.4</td>
<td>5.9</td>
<td></td>
<td>5.3</td>
<td>5.4</td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>max</td>
<td>43.0</td>
<td>42.0</td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>min</td>
<td>7.0</td>
<td>19.0</td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td>長座体前屈 (cm)</td>
<td>mean</td>
<td>48.3</td>
<td>46.2</td>
<td>44.8</td>
<td>46.0</td>
<td>46.8</td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>S.D.</td>
<td>13.5</td>
<td>10.6</td>
<td></td>
<td>10.3</td>
<td>10.8</td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>max</td>
<td>100.0</td>
<td>65.0</td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>min</td>
<td>5.0</td>
<td>17.0</td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td>反復横跳び (点)</td>
<td>mean</td>
<td>50.5</td>
<td>52.9</td>
<td>51.5</td>
<td>54.1</td>
<td>53.9</td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>S.D.</td>
<td>8.2</td>
<td>7.3</td>
<td></td>
<td>6.4</td>
<td>6.4</td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>max</td>
<td>69.0</td>
<td>67.0</td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>min</td>
<td>14.0</td>
<td>40.0</td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td>立ち幅跳び (cm)</td>
<td>mean</td>
<td>228.8</td>
<td>227.6</td>
<td>229.3</td>
<td>232.3</td>
<td>238.0</td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>S.D.</td>
<td>35.3</td>
<td>22.2</td>
<td></td>
<td>35.8</td>
<td>21.0</td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>max</td>
<td>280.0</td>
<td>270.0</td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>min</td>
<td>42.0</td>
<td>100.0</td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td>シャトルラン (回)</td>
<td>mean</td>
<td>89.0</td>
<td>79.5</td>
<td>90.1</td>
<td>80.3</td>
<td>88.2</td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>S.D.</td>
<td>21.7</td>
<td>22.8</td>
<td></td>
<td>18.0</td>
<td>20.6</td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>max</td>
<td>139.0</td>
<td>132.0</td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>min</td>
<td>20.0</td>
<td>44.0</td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td>膝評価値 (OSI)</td>
<td>mean</td>
<td>3.154</td>
<td>3.399</td>
<td>3.399</td>
<td>3.399</td>
<td>3.399</td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>S.D.</td>
<td>0.419</td>
<td>0.431</td>
<td></td>
<td>0.431</td>
<td>0.431</td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>max</td>
<td>4.230</td>
<td>4.120</td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>min</td>
<td>2.380</td>
<td>2.510</td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
</tr>
</tbody>
</table>

(*p≤0.05)
### 表 3. 年齢別体格・体力（女子）

<table>
<thead>
<tr>
<th>測定項目</th>
<th>年齢別</th>
<th></th>
<th></th>
<th></th>
<th></th>
<th>年齢別の比較</th>
<th>全国値との比較</th>
</tr>
</thead>
<tbody>
<tr>
<td></td>
<td>18歳</td>
<td>19歳</td>
<td>20歳</td>
<td></td>
<td></td>
<td>比較</td>
<td>比較</td>
</tr>
<tr>
<td>N</td>
<td>46</td>
<td>1001</td>
<td>29</td>
<td>714</td>
<td>7</td>
<td>1637</td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td>身長(cm)</td>
<td>mean</td>
<td>157.3</td>
<td>157.9</td>
<td>158.0</td>
<td>158.6</td>
<td>161.4</td>
<td>160.0</td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>S.D.</td>
<td>5.2</td>
<td>5.3</td>
<td>5.9</td>
<td>5.0</td>
<td>8.9</td>
<td>5.3</td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>max</td>
<td>167.0</td>
<td>176.7</td>
<td>177.0</td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>min</td>
<td>145.5</td>
<td>148.4</td>
<td>153.0</td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td>体重(kg)</td>
<td>mean</td>
<td>50.3</td>
<td>51.0</td>
<td>51.2</td>
<td>51.5</td>
<td>58.1</td>
<td>50.6</td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>S.D.</td>
<td>6.9</td>
<td>6.3</td>
<td>6.5</td>
<td>6.2</td>
<td>19.1</td>
<td>5.9</td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>max</td>
<td>80.9</td>
<td>71.2</td>
<td>71.8</td>
<td></td>
<td></td>
<td>99.0</td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>min</td>
<td>40.9</td>
<td>42.5</td>
<td>44.5</td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td>皮下脂肪厚(mm)</td>
<td>mean</td>
<td>10.7</td>
<td>9.9</td>
<td></td>
<td></td>
<td>14.7</td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>S.D.</td>
<td>10.7</td>
<td>9.9</td>
<td></td>
<td></td>
<td>14.7</td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>max</td>
<td>36.2</td>
<td>41.0</td>
<td></td>
<td></td>
<td>65.0</td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>min</td>
<td>21.0</td>
<td>13.0</td>
<td></td>
<td></td>
<td>21.5</td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td>BMI(kg/m²)</td>
<td>mean</td>
<td>20.4</td>
<td>20.7</td>
<td>20.4</td>
<td>20.5</td>
<td>22.0</td>
<td>17.8</td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>S.D.</td>
<td>2.7</td>
<td>2.4</td>
<td></td>
<td></td>
<td>5.5</td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>max</td>
<td>32.1</td>
<td>27.5</td>
<td></td>
<td></td>
<td>34.2</td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>min</td>
<td>16.8</td>
<td>17.6</td>
<td></td>
<td></td>
<td>17.4</td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td>握力(kg)</td>
<td>mean</td>
<td>26.3</td>
<td>27.1</td>
<td>28.8</td>
<td>27.6</td>
<td>28.3</td>
<td>29.3</td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>S.D.</td>
<td>5.6</td>
<td>4.7</td>
<td>6.2</td>
<td>4.6</td>
<td>8.0</td>
<td>4.9</td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>max</td>
<td>37.0</td>
<td>51.0</td>
<td></td>
<td></td>
<td>43.0</td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>min</td>
<td>10.0</td>
<td>20.0</td>
<td></td>
<td></td>
<td>21.0</td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td>上体起こし(回)</td>
<td>mean</td>
<td>19.7</td>
<td>19.2</td>
<td>20.9</td>
<td>18.9</td>
<td>19.5</td>
<td>18.3</td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>S.D.</td>
<td>4.8</td>
<td>5.1</td>
<td>4.4</td>
<td>5.3</td>
<td>3.7</td>
<td>5.2</td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>max</td>
<td>29.0</td>
<td>31.0</td>
<td></td>
<td></td>
<td>24.0</td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>min</td>
<td>9.0</td>
<td>13.0</td>
<td></td>
<td></td>
<td>14.0</td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td>長座体前屈(cm)</td>
<td>mean</td>
<td>47.2</td>
<td>45.2</td>
<td>45.9</td>
<td>44.5</td>
<td>46.2</td>
<td>45.1</td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>S.D.</td>
<td>7.9</td>
<td>9.3</td>
<td>8.3</td>
<td>9.5</td>
<td>8.0</td>
<td>9.4</td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>max</td>
<td>63.0</td>
<td>60.0</td>
<td></td>
<td></td>
<td>60.0</td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>min</td>
<td>32.0</td>
<td>27.0</td>
<td></td>
<td></td>
<td>38.0</td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td>反復横跳び(点)</td>
<td>mean</td>
<td>43.4</td>
<td>43.3</td>
<td>43.1</td>
<td>44.0</td>
<td>41.1</td>
<td>42.6</td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>S.D.</td>
<td>4.2</td>
<td>6.0</td>
<td>3.8</td>
<td>5.3</td>
<td>2.9</td>
<td>6.0</td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>max</td>
<td>51.0</td>
<td>51.0</td>
<td></td>
<td></td>
<td>46.0</td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>min</td>
<td>31.0</td>
<td>35.0</td>
<td></td>
<td></td>
<td>38.0</td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td>立ち幅とび(cm)</td>
<td>mean</td>
<td>173.7</td>
<td>165.5</td>
<td>181.0</td>
<td>167.8</td>
<td>170.0</td>
<td>168.4</td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>S.D.</td>
<td>19.5</td>
<td>21.4</td>
<td>21.9</td>
<td>19.4</td>
<td>14.9</td>
<td>21.0</td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>max</td>
<td>210.0</td>
<td>250.0</td>
<td></td>
<td></td>
<td>185.0</td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>min</td>
<td>120.0</td>
<td>143.0</td>
<td></td>
<td></td>
<td>150.0</td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td>シャトルラン(回)</td>
<td>mean</td>
<td>50.3</td>
<td>43.3</td>
<td>49.2</td>
<td>49.4</td>
<td>34.1</td>
<td>34.1</td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>S.D.</td>
<td>17.4</td>
<td>14.8</td>
<td>17.6</td>
<td>13.8</td>
<td>7.2</td>
<td>13.2</td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>max</td>
<td>88.0</td>
<td>96.0</td>
<td></td>
<td></td>
<td>45.0</td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>min</td>
<td>19.0</td>
<td>24.0</td>
<td></td>
<td></td>
<td>23.0</td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td>骨評価値(OSI)</td>
<td>mean</td>
<td>2.755</td>
<td>2.8</td>
<td>2.822</td>
<td>2.8</td>
<td>2.881</td>
<td>2.8</td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>S.D.</td>
<td>0.297</td>
<td>0.3</td>
<td>0.287</td>
<td>0.3</td>
<td>0.251</td>
<td>0.3</td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>max</td>
<td>3.600</td>
<td>3.600</td>
<td></td>
<td></td>
<td>3.260</td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>min</td>
<td>1.740</td>
<td>2.320</td>
<td></td>
<td></td>
<td>2.600</td>
<td></td>
</tr>
</tbody>
</table>

(※p≦0.05)

が、持久力が優れている。骨評価値では年齢別には差は認められなかったが、どの年齢区分も標準値よりも低く、また年齢が高いほど、すなわち受験生期間が長いほど骨評価値の測定値が低い結果となった。運動することが少ないが、食生活は家庭ではほぼ保証されている受験生活から、通学、アルバイト等で交通機関を使った移動は多いが、食生活は保証されないことが多い学生生活に移行したことが、骨量にどう影響するか観察する必要がある。

これらより本学の男子は全国的にみると、筋力、敏捷性に劣るもの、柔軟性、持久力が優れている。

女子をみると、年齢別ではどの項目にも有意な差はみられず、全国値との比較では体格のいずれの項目にも差はみられず、男子と同様に標準的な体格が多いといえる。体力では上体起こし、立ち幅とび、シャトル
2）新入生の生活状況

(1) 運動・スポーツの実施状況

表7は新入生の運動・スポーツの実施状況を学科別に示したものである。運動の効果を生じさせるためには1週間に1日以上の頻度で運動することが必要とされている7。 「週1日以上」の頻度で運動をしている割合は、男子では海洋が72.7％と最も多く、次いで管理（64.3％）、体育（61.3％）、環境（57.7％）の順で、全国値54.4％より高く、育成45.5％で下回った。全体では、男子の59.8％が「週1日以上」の運動をしており、全国値54.4％よりやや高い。

女子では「週1日以上」の頻度で運動をしている割合は、海洋が62.5％と最も多く、次いで食品（51.7％）、体育（42.8％）の順で全国値30.3％より高く、管理（22.2％）と環境（21.1％）は下回った。全体では40.7％が「週1回以上」の運動をしており、全国値30.3％より高く、本学の学生は男女ともに良く運動しているといえる。

(2) 1日の運動・スポーツの実施時間

表8は1日の運動時間を学科別に示したものである。男子で「30分未満」の割合が最も多かったのは育成学科で60.5％を示した。「2時間以上」の割合が多いのは海洋42.3％、海洋33.3％で、全国値18.8％を大きく上回った。全体でみると「30分未満」が最も多くが全国値と比較するとやや低くなっている。次いで「2時間以上」が25.5％と多く全国値よりやや高い。このことから本学は全国値と比べて運動する学生と運動しない学生の時間の差が大きく開いている。

女子では学科別みると、「30分未満」では管理の87.5％、環境の77.8％は、他学科よりもが高い値を示した。また管理で「2時間以上」と回答するものは1人もいなかった。本学全体を全国値と比較すると「30分未満」が過半数を占める点では同じ傾向にあるが、「1時間以上運動する割合は全国値より高く、本学は全国に比べて長時間運動している学生が多い。

(3) 運動・スポーツクラブの所属有無

表9は運動・スポーツクラブに所属している状況を示したものである。学科別みると男子では海洋、管理、食品の4割以上がクラブに所属しており、女子では海洋が62.5％、食品の48.3％がクラブに所属していて全国値を大きく上回った。管理の女子でクラブに所属しているものは1人もいなかった。全学でみると男子では約半数以上がクラブに所属していると回答しており、全国値51.1％より高かった。女子ではスポーツクラブに所属しているのは、全国では34.9％であるが、全国値では3割に満たない。本学学生は、男女とも
<table>
<thead>
<tr>
<th>BMIによる肥満区分と分布</th>
<th></th>
<th></th>
<th></th>
<th></th>
<th></th>
</tr>
</thead>
<tbody>
<tr>
<td>BMI&lt;20</td>
<td>20≤BMI&lt;24</td>
<td>24≤BMI&lt;26.4</td>
<td>26.4≤BMI</td>
<td></td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td>男子</td>
<td>40(28.6)</td>
<td>80(57.1)</td>
<td>12(8.6)</td>
<td>8(5.7)</td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td>女子</td>
<td>38(46.3)</td>
<td>38(46.3)</td>
<td>2(2.4)</td>
<td>4(4.9)</td>
<td></td>
</tr>
</tbody>
</table>

<table>
<thead>
<tr>
<th>学科別体格・体力（男子）</th>
<th></th>
<th></th>
<th></th>
<th></th>
<th></th>
<th></th>
<th></th>
<th></th>
<th></th>
<th></th>
<th></th>
<th></th>
</tr>
</thead>
<tbody>
<tr>
<td>測定項目</td>
<td>学科</td>
<td>環境</td>
<td>海洋</td>
<td>育成</td>
<td>管理</td>
<td>食品</td>
<td>全体</td>
<td>学科間の比較</td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td>--------------------------</td>
<td>-----------------</td>
<td>-----------------</td>
<td>-----------------</td>
<td>-----------------</td>
<td>-----------------</td>
<td>-----------------</td>
<td>-----------------</td>
<td>-----------------</td>
<td>-----------------</td>
<td>-----------------</td>
<td>-----------------</td>
<td>-----------------</td>
</tr>
<tr>
<td>身長(cm)</td>
<td>mean</td>
<td>171.0</td>
<td>171.5</td>
<td>170.8</td>
<td>172.6</td>
<td>171.2</td>
<td>171.4</td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td>S.D.</td>
<td>5.1</td>
<td>5.1</td>
<td>5.1</td>
<td>3.9</td>
<td>5.4</td>
<td>5.1</td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td>max</td>
<td>180.2</td>
<td>184.0</td>
<td>180.6</td>
<td>177.3</td>
<td>181.3</td>
<td>184.0</td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td>min</td>
<td>160.6</td>
<td>160.6</td>
<td>158.6</td>
<td>165.3</td>
<td>162.4</td>
<td>158.6</td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td>体重(kg)</td>
<td>mean</td>
<td>61.5</td>
<td>62.2</td>
<td>64.2</td>
<td>64.1</td>
<td>64.0</td>
<td>63.1</td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td>S.D.</td>
<td>5.0</td>
<td>8.0</td>
<td>12.1</td>
<td>8.5</td>
<td>8.3</td>
<td>9.0</td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td>max</td>
<td>77.0</td>
<td>93.0</td>
<td>93.5</td>
<td>76.3</td>
<td>79.3</td>
<td>93.5</td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td>min</td>
<td>49.0</td>
<td>46.0</td>
<td>46.4</td>
<td>52.5</td>
<td>48.5</td>
<td>46.0</td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td>皮下脂肪厚(mm)</td>
<td>mean</td>
<td>10.4</td>
<td>9.8</td>
<td>12.3</td>
<td>11.4</td>
<td>5.3</td>
<td>7.0</td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td>S.D.</td>
<td>5.0</td>
<td>6.2</td>
<td>7.6</td>
<td>4.7</td>
<td>3.7</td>
<td>7.6</td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td>max</td>
<td>50.0</td>
<td>62.6</td>
<td>76.0</td>
<td>47.2</td>
<td>37.0</td>
<td>76.0</td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td>min</td>
<td>13.0</td>
<td>15.8</td>
<td>14.0</td>
<td>13.2</td>
<td>15.0</td>
<td>13.0</td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td>BMI(kg/m²)</td>
<td>mean</td>
<td>41.8</td>
<td>44.4</td>
<td>44.1</td>
<td>43.9</td>
<td>45.4</td>
<td>44.0</td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td>S.D.</td>
<td>7.7</td>
<td>6.8</td>
<td>7.6</td>
<td>7.6</td>
<td>8.7</td>
<td>7.6</td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td>max</td>
<td>52.0</td>
<td>64.0</td>
<td>62.0</td>
<td>59.0</td>
<td>63.0</td>
<td>64.0</td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td>min</td>
<td>23.0</td>
<td>29.0</td>
<td>31.0</td>
<td>36.0</td>
<td>32.0</td>
<td>23.0</td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td>握力(kg)</td>
<td>mean</td>
<td>26.7</td>
<td>27.4</td>
<td>26.8</td>
<td>27.6</td>
<td>28.3</td>
<td>27.3</td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td>S.D.</td>
<td>6.6</td>
<td>6.1</td>
<td>4.7</td>
<td>6.3</td>
<td>6.1</td>
<td>5.8</td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td>max</td>
<td>37.0</td>
<td>43.0</td>
<td>34.0</td>
<td>42.0</td>
<td>38.0</td>
<td>43.0</td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td>min</td>
<td>9.0</td>
<td>7.0</td>
<td>19.0</td>
<td>19.0</td>
<td>17.0</td>
<td>7.0</td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td>上体起こし(回)</td>
<td>mean</td>
<td>14.7</td>
<td>18.5</td>
<td>43.6</td>
<td>46.2</td>
<td>48.2</td>
<td>46.9</td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td>S.D.</td>
<td>9.5</td>
<td>15.8</td>
<td>9.2</td>
<td>12.9</td>
<td>8.4</td>
<td>11.8</td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td>max</td>
<td>70.0</td>
<td>100.0</td>
<td>59.0</td>
<td>65.0</td>
<td>63.0</td>
<td>100.0</td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td>min</td>
<td>33.0</td>
<td>5.0</td>
<td>19.0</td>
<td>18.0</td>
<td>33.0</td>
<td>5.0</td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td>反復横とび(点)</td>
<td>mean</td>
<td>22.0</td>
<td>24.0</td>
<td>20.0</td>
<td>24.0</td>
<td>25.0</td>
<td>24.0</td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td>S.D.</td>
<td>2.0</td>
<td>4.0</td>
<td>1.0</td>
<td>4.0</td>
<td>4.0</td>
<td>1.0</td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td>max</td>
<td>22.0</td>
<td>24.0</td>
<td>20.0</td>
<td>24.0</td>
<td>25.0</td>
<td>24.0</td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td>min</td>
<td>9.0</td>
<td>9.0</td>
<td>9.0</td>
<td>9.0</td>
<td>9.0</td>
<td>9.0</td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td>立ち幅とび(cm)</td>
<td>mean</td>
<td>242.4</td>
<td>225.7</td>
<td>231.7</td>
<td>237.8</td>
<td>247.2</td>
<td>230.2</td>
<td>環境-食品*</td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td>S.D.</td>
<td>42.4</td>
<td>41.2</td>
<td>18.2</td>
<td>21.7</td>
<td>24.0</td>
<td>34.0</td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td>max</td>
<td>280.0</td>
<td>270.0</td>
<td>260.0</td>
<td>265.0</td>
<td>280.0</td>
<td>280.0</td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td>min</td>
<td>100.0</td>
<td>42.0</td>
<td>180.0</td>
<td>200.0</td>
<td>200.0</td>
<td>42.0</td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td>シャトルラン(回)</td>
<td>mean</td>
<td>31.0</td>
<td>30.94</td>
<td>3.080</td>
<td>3.059</td>
<td>3.205</td>
<td>3.117</td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td>S.D.</td>
<td>3.0</td>
<td>3.0</td>
<td>1.0</td>
<td>1.0</td>
<td>1.0</td>
<td>1.0</td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td>max</td>
<td>139.0</td>
<td>134.0</td>
<td>125.0</td>
<td>106.0</td>
<td>124.0</td>
<td>139.0</td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td>min</td>
<td>38.0</td>
<td>20.0</td>
<td>44.0</td>
<td>53.0</td>
<td>60.0</td>
<td>20.0</td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td>骨評価値(OSI)</td>
<td>mean</td>
<td>3.426</td>
<td>0.383</td>
<td>0.380</td>
<td>0.375</td>
<td>0.380</td>
<td>0.386</td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td>max</td>
<td>2.510</td>
<td>2.380</td>
<td>2.390</td>
<td>2.590</td>
<td>2.360</td>
<td>2.360</td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td>min</td>
<td>2.510</td>
<td>2.380</td>
<td>2.390</td>
<td>2.590</td>
<td>2.360</td>
<td>2.360</td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
</tr>
</tbody>
</table>

(*p≤0.05)
東京水産大学新入生の体格と体力

表 6. 学科別体格・体力（女子）

<table>
<thead>
<tr>
<th>測定項目</th>
<th>学科</th>
<th>環境</th>
<th>海洋</th>
<th>育成</th>
<th>管理</th>
<th>食品</th>
<th>全体</th>
<th>学科間の 比較</th>
</tr>
</thead>
<tbody>
<tr>
<td></td>
<td>N</td>
<td>19</td>
<td>8</td>
<td>21</td>
<td>9</td>
<td>26</td>
<td>83</td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td>身長（cm）</td>
<td>mean</td>
<td>157.3</td>
<td>155.3</td>
<td>159.8</td>
<td>156.6</td>
<td>158.1</td>
<td>157.9</td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>S.D</td>
<td>5.1</td>
<td>4.0</td>
<td>6.8</td>
<td>4.4</td>
<td>6.2</td>
<td>5.8</td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>max</td>
<td>167.0</td>
<td>161.2</td>
<td>176.6</td>
<td>163.0</td>
<td>177.0</td>
<td>177.0</td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>min</td>
<td>148.4</td>
<td>148.2</td>
<td>145.5</td>
<td>147.4</td>
<td>147.6</td>
<td>145.5</td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td>体重（kg）</td>
<td>mean</td>
<td>49.0</td>
<td>49.6</td>
<td>53.1</td>
<td>51.3</td>
<td>50.9</td>
<td>51.4</td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>S.D</td>
<td>4.7</td>
<td>4.8</td>
<td>12.3</td>
<td>5.9</td>
<td>8.7</td>
<td>8.5</td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>max</td>
<td>59.1</td>
<td>58.8</td>
<td>99.0</td>
<td>62.8</td>
<td>80.9</td>
<td>99.0</td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>min</td>
<td>42.5</td>
<td>42.5</td>
<td>40.9</td>
<td>44.3</td>
<td>41.3</td>
<td>40.9</td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td>皮下脂肪厚（mm）</td>
<td>mean</td>
<td>28.2</td>
<td>31.0</td>
<td>13.0</td>
<td>30.0</td>
<td>21.0</td>
<td>13.0</td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>S.D</td>
<td>7.2</td>
<td>8.9</td>
<td>13.3</td>
<td>6.4</td>
<td>9.1</td>
<td>10.5</td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>max</td>
<td>54.9</td>
<td>56.5</td>
<td>65.0</td>
<td>49.8</td>
<td>62.0</td>
<td>65.0</td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>min</td>
<td>28.2</td>
<td>31.0</td>
<td>13.0</td>
<td>30.0</td>
<td>21.0</td>
<td>13.0</td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td>BMI（kg/m²）</td>
<td>mean</td>
<td>20.5</td>
<td>20.6</td>
<td>20.7</td>
<td>20.8</td>
<td>20.3</td>
<td>20.5</td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>S.D</td>
<td>1.5</td>
<td>2.8</td>
<td>3.9</td>
<td>1.6</td>
<td>3.2</td>
<td>2.9</td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>max</td>
<td>24.0</td>
<td>26.8</td>
<td>34.2</td>
<td>23.6</td>
<td>32.1</td>
<td>34.2</td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>min</td>
<td>18.9</td>
<td>17.8</td>
<td>16.8</td>
<td>18.9</td>
<td>17.2</td>
<td>16.8</td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td>握力（kg）</td>
<td>mean</td>
<td>32.0</td>
<td>31.0</td>
<td>51.0</td>
<td>30.0</td>
<td>39.0</td>
<td>51.0</td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>S.D</td>
<td>2.9</td>
<td>9.1</td>
<td>2.8</td>
<td>5.8</td>
<td>6.0</td>
<td></td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>max</td>
<td>32.0</td>
<td>31.0</td>
<td>51.0</td>
<td>30.0</td>
<td>39.0</td>
<td>51.0</td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>min</td>
<td>17.0</td>
<td>23.0</td>
<td>10.0</td>
<td>22.0</td>
<td>19.0</td>
<td>10.0</td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td>上体起こし（回）</td>
<td>mean</td>
<td>28.0</td>
<td>24.0</td>
<td>31.0</td>
<td>24.0</td>
<td>30.0</td>
<td>31.0</td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>S.D</td>
<td>3.7</td>
<td>2.5</td>
<td>4.4</td>
<td>4.5</td>
<td>4.2</td>
<td>4.0</td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>max</td>
<td>32.0</td>
<td>31.0</td>
<td>51.0</td>
<td>30.0</td>
<td>39.0</td>
<td>51.0</td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>min</td>
<td>17.0</td>
<td>15.0</td>
<td>10.0</td>
<td>9.0</td>
<td>14.0</td>
<td>9.0</td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td>長座体前屈（cm）</td>
<td>mean</td>
<td>46.9</td>
<td>45.0</td>
<td>46.0</td>
<td>49.8</td>
<td>46.6</td>
<td>46.7</td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>S.D</td>
<td>8.0</td>
<td>7.2</td>
<td>7.4</td>
<td>6.8</td>
<td>9.1</td>
<td>7.9</td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>max</td>
<td>60.0</td>
<td>60.0</td>
<td>60.0</td>
<td>57.0</td>
<td>63.0</td>
<td>63.0</td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>min</td>
<td>32.0</td>
<td>37.0</td>
<td>27.0</td>
<td>38.0</td>
<td>34.0</td>
<td>27.0</td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td>反復横とび（点）</td>
<td>mean</td>
<td>42.3</td>
<td>44.1</td>
<td>43.3</td>
<td>43.9</td>
<td>42.6</td>
<td>43.1</td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>S.D</td>
<td>3.7</td>
<td>2.5</td>
<td>4.4</td>
<td>4.5</td>
<td>4.2</td>
<td>4.0</td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>max</td>
<td>47.0</td>
<td>49.0</td>
<td>51.0</td>
<td>51.0</td>
<td>50.0</td>
<td>51.0</td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>min</td>
<td>35.0</td>
<td>41.0</td>
<td>37.0</td>
<td>35.0</td>
<td>31.0</td>
<td>31.0</td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td>立ち幅とび（cm）</td>
<td>mean</td>
<td>172.9</td>
<td>177.1</td>
<td>177.4</td>
<td>169.4</td>
<td>178.6</td>
<td>175.8</td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>S.D</td>
<td>17.5</td>
<td>14.7</td>
<td>28.6</td>
<td>14.5</td>
<td>16.9</td>
<td>20.2</td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>max</td>
<td>203.0</td>
<td>195.0</td>
<td>250.0</td>
<td>195.0</td>
<td>210.0</td>
<td>250.0</td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>min</td>
<td>140.0</td>
<td>155.0</td>
<td>120.0</td>
<td>150.0</td>
<td>148.0</td>
<td>120.0</td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td>シャトルラン（回）</td>
<td>mean</td>
<td>50.7</td>
<td>60.8</td>
<td>46.1</td>
<td>37.4</td>
<td>50.3</td>
<td>48.9</td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>S.D</td>
<td>18.4</td>
<td>15.0</td>
<td>16.9</td>
<td>12.2</td>
<td>16.8</td>
<td>17.2</td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>max</td>
<td>88.0</td>
<td>81.0</td>
<td>82.0</td>
<td>59.0</td>
<td>96.0</td>
<td>96.0</td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>min</td>
<td>23.0</td>
<td>31.0</td>
<td>24.0</td>
<td>24.0</td>
<td>19.0</td>
<td>19.0</td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td>赤評価値（OSI）</td>
<td>mean</td>
<td>2.786</td>
<td>2.691</td>
<td>2.770</td>
<td>2.918</td>
<td>2.785</td>
<td>2.787</td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>S.D</td>
<td>0.308</td>
<td>0.235</td>
<td>0.341</td>
<td>0.362</td>
<td>0.241</td>
<td>0.291</td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>max</td>
<td>3.600</td>
<td>3.020</td>
<td>3.260</td>
<td>3.600</td>
<td>3.300</td>
<td>3.600</td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>min</td>
<td>2.360</td>
<td>2.320</td>
<td>1.740</td>
<td>2.490</td>
<td>2.380</td>
<td>1.740</td>
<td></td>
</tr>
</tbody>
</table>

（*p ≤ 0.05）

表 7. 運動・スポーツの実施状況

<table>
<thead>
<tr>
<th>学科</th>
<th>実施する頻度 N (%)</th>
</tr>
</thead>
<tbody>
<tr>
<td></td>
<td>環境</td>
</tr>
</tbody>
</table>

<table>
<thead>
<tr>
<th>性別</th>
<th>週3日以上</th>
<th>週1〜2日程度</th>
<th>月1〜3日程度</th>
<th>週1〜2日程度</th>
<th>月1〜3日程度</th>
<th>回答者の数</th>
<th>全国%</th>
</tr>
</thead>
<tbody>
<tr>
<td>男子</td>
<td>10(36.5)</td>
<td>5(19.2)</td>
<td>6(23.1)</td>
<td>5(19.2)</td>
<td>5(19.2)</td>
<td>26(100.0)</td>
<td>24.2</td>
</tr>
<tr>
<td>女子</td>
<td>4(21.1)</td>
<td>5(25.0)</td>
<td>4(21.1)</td>
<td>5(25.0)</td>
<td>5(25.0)</td>
<td>10(52.6)</td>
<td>3.0</td>
</tr>
</tbody>
</table>

---
に、全国値と比べるとクラブに所属している割合は高く、運動する機会が多い。

（4）朝食摂取の有無
表10 朝食摂取の有無を示したものである。男子では全学でみる「毎日食べる」と回答したものは51.2％で全国値57.1％を下回った。学科別では「食べない」と回答したのは食品が最も多く21.9％であり、男子全体では12.5％であった。女子では海洋と管理で「時々食べる」が多くなっており、また全学でも「時々食べる」が全国値よりもやや高くなっており朝食摂取状況は低い。

（5）1日の睡眠時間
表11は1日の睡眠時間を示したものである。男女ともに半数を超える学生は「6〜8時間」と回答し、全国値を上回った。逆に「6時間未満」は4割以下であり、全国値を下回った。「8時間以上」では男子は9.5％で全国値よりもやや多かったが、女子は2.4％ときわめて少なく、海洋、育成、管理では1人もいなかった。男女ともに多少差はあるものの、睡眠時間が短い全国値と比べると本学学生の睡眠時間は適正であるといえるよう。

（6）テレビ視聴時間
表12は1日のテレビ視聴時間を示したものである。男子では全学でみる「1時間未満」、「3時間以上」が全国値より高かった。女子では全学でみると「1時間未満」が全国値より高かったが、「2時間以上」の合計が35.3％であり、44.0％の全国値をやや下回っており、テレビを見る時間は少ない。

<table>
<thead>
<tr>
<th>表8 1日の運動・スポーツの実施時間</th>
</tr>
</thead>
<tbody>
<tr>
<td>学科</td>
</tr>
<tr>
<td>---</td>
</tr>
<tr>
<td>男子</td>
</tr>
<tr>
<td>30分〜1時間</td>
</tr>
<tr>
<td>1〜2時間</td>
</tr>
<tr>
<td>2時間以上</td>
</tr>
<tr>
<td>回答者数</td>
</tr>
<tr>
<td>女子</td>
</tr>
<tr>
<td>30分〜1時間</td>
</tr>
<tr>
<td>1〜2時間</td>
</tr>
<tr>
<td>2時間以上</td>
</tr>
<tr>
<td>回答者数</td>
</tr>
</tbody>
</table>

<table>
<thead>
<tr>
<th>表9 運動部・スポーツクラブ所属の有無</th>
</tr>
</thead>
<tbody>
<tr>
<td>学科</td>
</tr>
<tr>
<td>---</td>
</tr>
<tr>
<td>男子</td>
</tr>
<tr>
<td>所属していない</td>
</tr>
<tr>
<td>回答者数</td>
</tr>
<tr>
<td>女子</td>
</tr>
<tr>
<td>所属していない</td>
</tr>
<tr>
<td>回答者数</td>
</tr>
</tbody>
</table>

<table>
<thead>
<tr>
<th>表10 朝食摂取の有無</th>
</tr>
</thead>
<tbody>
<tr>
<td>学科</td>
</tr>
<tr>
<td>---</td>
</tr>
<tr>
<td>男子</td>
</tr>
<tr>
<td>時々食べる</td>
</tr>
<tr>
<td>食べない</td>
</tr>
<tr>
<td>回答者数</td>
</tr>
<tr>
<td>女子</td>
</tr>
<tr>
<td>時々食べる</td>
</tr>
<tr>
<td>食べない</td>
</tr>
<tr>
<td>回答者数</td>
</tr>
</tbody>
</table>
東京水産大学新入生の体格と体力

表11. 1日の睡眠時間

<table>
<thead>
<tr>
<th>学科</th>
<th>群</th>
<th>現段</th>
<th>納期</th>
<th>育成</th>
<th>管理</th>
<th>食事</th>
<th>全学</th>
<th>全国%</th>
</tr>
</thead>
<tbody>
<tr>
<td></td>
<td>6時間未満</td>
<td>6(24.0)</td>
<td>19(42.2)</td>
<td>15(35.7)</td>
<td>5(35.7)</td>
<td>14(43.8)</td>
<td>59(37.3)</td>
<td>49.7</td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>6〜8時間</td>
<td>18(72.0)</td>
<td>22(48.9)</td>
<td>22(52.4)</td>
<td>8(57.1)</td>
<td>14(43.8)</td>
<td>84(53.2)</td>
<td>42.9</td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>8時間以上</td>
<td>1(4.0)</td>
<td>4(8.9)</td>
<td>5(11.9)</td>
<td>1(7.1)</td>
<td>4(12.9)</td>
<td>15(9.5)</td>
<td>7.4</td>
</tr>
<tr>
<td>回答者数</td>
<td>25(100.0)</td>
<td>45(100.0)</td>
<td>42(100.0)</td>
<td>14(100.0)</td>
<td>32(100.0)</td>
<td>158(100.0)</td>
<td>100.0</td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>6時間未満</td>
<td>8(47.4)</td>
<td>5(62.5)</td>
<td>6(28.6)</td>
<td>2(25.0)</td>
<td>11(37.9)</td>
<td>38(38.8)</td>
<td>51.5</td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>8〜10時間</td>
<td>9(47.4)</td>
<td>3(37.5)</td>
<td>15(71.4)</td>
<td>6(75.0)</td>
<td>17(58.6)</td>
<td>50(58.8)</td>
<td>44.0</td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>8時間以上</td>
<td>1(5.3)</td>
<td>0(0.0)</td>
<td>0(0.0)</td>
<td>0(0.0)</td>
<td>1(3.4)</td>
<td>2(2.4)</td>
<td>4.5</td>
</tr>
<tr>
<td>回答者数</td>
<td>19(100.0)</td>
<td>8(100.0)</td>
<td>21(100.0)</td>
<td>8(100.0)</td>
<td>23(100.0)</td>
<td>85(100.0)</td>
<td>100.0</td>
<td></td>
</tr>
</tbody>
</table>

表12. テレビ視聴時間

<table>
<thead>
<tr>
<th>学科</th>
<th>群</th>
<th>現段</th>
<th>納期</th>
<th>育成</th>
<th>管理</th>
<th>食事</th>
<th>全学</th>
<th>全国%</th>
</tr>
</thead>
<tbody>
<tr>
<td></td>
<td>1時間未満</td>
<td>8(32.0)</td>
<td>14(31.8)</td>
<td>11(26.8)</td>
<td>3(21.4)</td>
<td>10(31.3)</td>
<td>46(29.5)</td>
<td>26.7</td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>1〜2時間</td>
<td>9(36.0)</td>
<td>13(29.5)</td>
<td>9(22.0)</td>
<td>5(35.7)</td>
<td>9(28.1)</td>
<td>45(28.8)</td>
<td>30.4</td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>2〜3時間</td>
<td>6(24.0)</td>
<td>5(11.4)</td>
<td>10(24.4)</td>
<td>3(21.4)</td>
<td>7(21.9)</td>
<td>31(19.9)</td>
<td>22.0</td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>3時間以上</td>
<td>2(8.0)</td>
<td>12(27.3)</td>
<td>11(26.8)</td>
<td>3(21.4)</td>
<td>6(18.6)</td>
<td>34(21.8)</td>
<td>20.9</td>
</tr>
<tr>
<td>回答者数</td>
<td>25(100.0)</td>
<td>44(100.0)</td>
<td>41(100.0)</td>
<td>14(100.0)</td>
<td>32(100.0)</td>
<td>156(100.0)</td>
<td>100.0</td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>1時間未満</td>
<td>7(38.9)</td>
<td>1(12.5)</td>
<td>5(23.8)</td>
<td>2(22.2)</td>
<td>12(41.4)</td>
<td>27(31.8)</td>
<td>22.5</td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>1〜2時間</td>
<td>5(27.8)</td>
<td>3(37.5)</td>
<td>10(47.6)</td>
<td>1(11.1)</td>
<td>9(31.0)</td>
<td>28(32.9)</td>
<td>33.2</td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>2〜3時間</td>
<td>3(16.7)</td>
<td>2(25.0)</td>
<td>3(33.3)</td>
<td>3(33.3)</td>
<td>5(17.2)</td>
<td>16(18.8)</td>
<td>24.6</td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>3時間以上</td>
<td>3(16.7)</td>
<td>2(25.0)</td>
<td>3(33.3)</td>
<td>3(33.3)</td>
<td>3(10.3)</td>
<td>14(16.5)</td>
<td>19.4</td>
</tr>
<tr>
<td>回答者数</td>
<td>18(100.0)</td>
<td>8(100.0)</td>
<td>21(100.0)</td>
<td>9(100.0)</td>
<td>29(100.0)</td>
<td>85(100.0)</td>
<td>100.0</td>
<td></td>
</tr>
</tbody>
</table>

3) 生活状況別にみた新入生の体格・体力

（1）運動・スポーツの実施状況別体格・体力

表13, 14は日常生活の運動実施状況別にみた新入生の体格・体力を示したものである。男子をみると、上体起こし、シャトルランの2項目で有意な差がみられた。上体起こしでは「週3日以上」が「週1〜2日」、「月1〜3日」、「しない」より高かった。シャトルランでは「週3日以上」が「月1〜3日」、「しない」より高く、「週1〜2日」は「しない」より高く、運動頻度が高いほど体力が優れているといえる。

女子をみると、皮下脂肪厚、立ち幅ともにシャトルランの3項目で有意な差がみられた。皮下脂肪厚では「週3日以上」が「週1〜2日」、「月1〜3日」より高く、運動頻度の高い学生の方が、低い学生よりも脂肪が多いという結果が得られた。立ち幅と立ち幅では「月1〜3日」が「週3日以上」、「週1〜2日」、「しない」より高く、運動頻度の低い学生の方が良い値を残すという結果であった。シャトルランでは「月1〜3日」が「しない」より高かった。原因を裏付ける調査は今後行っていないが、本学の女子においては、大学に入学した後に運動をはじめた、あるいは高校時代まで運動をしていなかった者が、現在では運動していないことが推測される。

（2）1日の運動・スポーツ実施時間別体格・体力

表15, 16は1日の運動実施時間別にみた新入生の体格・体力を示したものである。男子をみると、上体起こし、シャトルランの2項目で有意な差がみられた。上体起こしでは「2時間以上」が「30分未満」、「30分〜1時間」より高く、運動実施時間が長いほど筋持続力が優れているといえる。シャトルランでは「30分未満」が「1〜2時間」、「2時間以上」より低く、運動実施時間が短いほど持続力が劣っているといえる。

女子をみるとシャトルランのみで有意な差がみられ、「30分未満」が「2時間以上」より低く、男女ともに運動実施時間が短いほど体力が劣っているといえる。

（3）運動部・スポーツクラブ所属の有無別体格・体力

表17, 18はスポーツクラブ所属の有無別にみた新入生の体格・体力を示したものである。男子をみると、
表 13. 運動・スポーツの実施状況別体格・体力（男子）

<table>
<thead>
<tr>
<th>測定項目</th>
<th>群</th>
<th>週3日以上</th>
<th>週1～2日程度</th>
<th>月1～3日程度</th>
<th>しない</th>
<th>群間の比較</th>
</tr>
</thead>
<tbody>
<tr>
<td></td>
<td>N</td>
<td>50</td>
<td>37</td>
<td>27</td>
<td>23</td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td>身長（cm）</td>
<td>mean</td>
<td>171.1</td>
<td>171.1</td>
<td>171.1</td>
<td>171.4</td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>S.D.</td>
<td>5.4</td>
<td>4.3</td>
<td>4.9</td>
<td>5.7</td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td>体重（kg）</td>
<td>mean</td>
<td>63.7</td>
<td>63.6</td>
<td>61.8</td>
<td>62.0</td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>S.D.</td>
<td>7.8</td>
<td>10.4</td>
<td>7.8</td>
<td>10.7</td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td>皮下脂肪厚（mm）</td>
<td>mean</td>
<td>26.2</td>
<td>25.8</td>
<td>26.4</td>
<td>25.5</td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>S.D.</td>
<td>9.5</td>
<td>11.2</td>
<td>9.6</td>
<td>9.1</td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td>BMI（kg/m²）</td>
<td>mean</td>
<td>21.7</td>
<td>21.6</td>
<td>21.1</td>
<td>21.0</td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>S.D.</td>
<td>2.1</td>
<td>3.3</td>
<td>2.3</td>
<td>3.1</td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td>握力（kg）</td>
<td>mean</td>
<td>46.1</td>
<td>41.7</td>
<td>43.3</td>
<td>42.9</td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>S.D.</td>
<td>8.3</td>
<td>7.3</td>
<td>6.3</td>
<td>7.1</td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td>上体起こし（回）</td>
<td>mean</td>
<td>30.5</td>
<td>25.8</td>
<td>26.6</td>
<td>23.6</td>
<td>週3日以上一週1～2日程度*</td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>S.D.</td>
<td>5.5</td>
<td>5.4</td>
<td>4.8</td>
<td>5.5</td>
<td>週3日以上一月1～3日程度*</td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td>週3日以上一しない*</td>
</tr>
<tr>
<td>長座体前屈（cm）</td>
<td>mean</td>
<td>48.7</td>
<td>45.8</td>
<td>48.7</td>
<td>41.9</td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>S.D.</td>
<td>13.1</td>
<td>11.4</td>
<td>7.7</td>
<td>12.4</td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td>反復横および（点）</td>
<td>mean</td>
<td>52.9</td>
<td>49.7</td>
<td>52.9</td>
<td>48.1</td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>S.D.</td>
<td>5.2</td>
<td>8.3</td>
<td>5.8</td>
<td>8.8</td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td>立ち幅および（cm）</td>
<td>mean</td>
<td>234.8</td>
<td>229.8</td>
<td>235.4</td>
<td>215.0</td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>S.D.</td>
<td>34.4</td>
<td>30.7</td>
<td>23.1</td>
<td>45.9</td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td>シャトルラン（回）</td>
<td>mean</td>
<td>97.8</td>
<td>92.3</td>
<td>84.7</td>
<td>76.4</td>
<td>週3日以上一月1～3日程度*</td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>S.D.</td>
<td>19.7</td>
<td>20.7</td>
<td>18.5</td>
<td>20.7</td>
<td>週3日以上一しない*</td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td>週1～2日程度一しない*</td>
</tr>
<tr>
<td>骨評価値（OSI）</td>
<td>mean</td>
<td>3.174</td>
<td>3.198</td>
<td>3.128</td>
<td>2.985</td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>S.D.</td>
<td>0.409</td>
<td>0.401</td>
<td>0.407</td>
<td>0.289</td>
<td></td>
</tr>
</tbody>
</table>

(*)p<0.05

表 14. 運動・スポーツの実施状況別体格・体力（女子）

<table>
<thead>
<tr>
<th>測定項目</th>
<th>群</th>
<th>週3日以上</th>
<th>週1～2日程度</th>
<th>月1～3日程度</th>
<th>しない</th>
<th>群間の比較</th>
</tr>
</thead>
<tbody>
<tr>
<td></td>
<td>N</td>
<td>13</td>
<td>19</td>
<td>18</td>
<td>33</td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td>身長（cm）</td>
<td>mean</td>
<td>157.1</td>
<td>157.2</td>
<td>160.2</td>
<td>157.4</td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>S.D.</td>
<td>4.4</td>
<td>7.0</td>
<td>6.1</td>
<td>5.4</td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td>体重（kg）</td>
<td>mean</td>
<td>55.2</td>
<td>50.3</td>
<td>51.5</td>
<td>50.6</td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>S.D.</td>
<td>6.8</td>
<td>5.6</td>
<td>12.6</td>
<td>7.6</td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td>皮下脂肪厚（mm）</td>
<td>mean</td>
<td>46.7</td>
<td>34.7</td>
<td>35.6</td>
<td>38.2</td>
<td>週3日以上一週1～2日程度*</td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>S.D.</td>
<td>7.6</td>
<td>10.4</td>
<td>12.0</td>
<td>9.3</td>
<td>週3日以上一月1～3日程度*</td>
</tr>
<tr>
<td>BMI（kg/m²）</td>
<td>mean</td>
<td>22.2</td>
<td>20.4</td>
<td>19.9</td>
<td>20.4</td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>S.D.</td>
<td>2.1</td>
<td>2.5</td>
<td>3.8</td>
<td>2.7</td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td>握力（kg）</td>
<td>mean</td>
<td>28.9</td>
<td>26.9</td>
<td>29.4</td>
<td>26.0</td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>S.D.</td>
<td>4.6</td>
<td>6.1</td>
<td>7.7</td>
<td>5.2</td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td>上体起こし（回）</td>
<td>mean</td>
<td>19.7</td>
<td>20.6</td>
<td>21.2</td>
<td>19.5</td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>S.D.</td>
<td>3.4</td>
<td>4.8</td>
<td>4.9</td>
<td>4.6</td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td>長座体前屈（cm）</td>
<td>mean</td>
<td>44.8</td>
<td>48.3</td>
<td>45.1</td>
<td>47.4</td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>S.D.</td>
<td>7.6</td>
<td>8.3</td>
<td>8.4</td>
<td>7.6</td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td>反復横および（点）</td>
<td>mean</td>
<td>43.0</td>
<td>43.5</td>
<td>43.9</td>
<td>42.3</td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>S.D.</td>
<td>3.6</td>
<td>3.5</td>
<td>4.0</td>
<td>4.3</td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td>立ち幅および（cm）</td>
<td>mean</td>
<td>170.4</td>
<td>171.9</td>
<td>190.7</td>
<td>171.7</td>
<td>週3日以上一月1～3日程度*</td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>S.D.</td>
<td>14.9</td>
<td>20.1</td>
<td>21.4</td>
<td>17.9</td>
<td>週1～2日程度一月1～3日程度*</td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td>しない一月1～3日程度*</td>
</tr>
<tr>
<td>シャトルラン（回）</td>
<td>mean</td>
<td>51.9</td>
<td>50.0</td>
<td>57.0</td>
<td>42.9</td>
<td>月1～3日程度一しない*</td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>S.D.</td>
<td>18.4</td>
<td>16.6</td>
<td>17.0</td>
<td>15.7</td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td>骨評価値（OSI）</td>
<td>mean</td>
<td>2.977</td>
<td>2.732</td>
<td>2.773</td>
<td>2.776</td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>S.D.</td>
<td>0.396</td>
<td>0.195</td>
<td>0.283</td>
<td>0.290</td>
<td></td>
</tr>
</tbody>
</table>

(*)p<0.05
### 表15 1日の運動・スポーツの実施時間別体格・体力（男子）

<table>
<thead>
<tr>
<th>測定項目</th>
<th>群</th>
<th>30分未満</th>
<th>30分～1時間</th>
<th>1〜2時間</th>
<th>2時間以上</th>
<th>群間の比較</th>
</tr>
</thead>
<tbody>
<tr>
<td></td>
<td>N</td>
<td>51</td>
<td>18</td>
<td>29</td>
<td>38</td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td>身長（cm）</td>
<td>mean</td>
<td>171.2</td>
<td>170.6</td>
<td>172.5</td>
<td>170.9</td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>S.D.</td>
<td>5.2</td>
<td>5.1</td>
<td>4.7</td>
<td>5.2</td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td>体重（kg）</td>
<td>mean</td>
<td>62.8</td>
<td>63.9</td>
<td>62.2</td>
<td>63.8</td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>S.D.</td>
<td>10.5</td>
<td>10.9</td>
<td>6.7</td>
<td>8.0</td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td>皮下脂肪厚（mm）</td>
<td>mean</td>
<td>26.7</td>
<td>27.9</td>
<td>23.4</td>
<td>26.7</td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>S.D.</td>
<td>10.8</td>
<td>12.0</td>
<td>6.9</td>
<td>9.7</td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td>BMI（kg/m²）</td>
<td>mean</td>
<td>21.4</td>
<td>21.9</td>
<td>20.9</td>
<td>21.8</td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>S.D.</td>
<td>3.1</td>
<td>3.1</td>
<td>1.9</td>
<td>2.2</td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td>握力（kg）</td>
<td>mean</td>
<td>43.2</td>
<td>41.3</td>
<td>44.0</td>
<td>46.2</td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>S.D.</td>
<td>7.3</td>
<td>9.4</td>
<td>7.1</td>
<td>7.7</td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td>上体起こし（回）</td>
<td>mean</td>
<td>25.6</td>
<td>23.8</td>
<td>28.7</td>
<td>30.1</td>
<td>30分未満－2時間以上*</td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>S.D.</td>
<td>5.3</td>
<td>5.7</td>
<td>5.7</td>
<td>5.5</td>
<td>30分〜1時間－2時間以上*</td>
</tr>
<tr>
<td>長座体前屈（cm）</td>
<td>mean</td>
<td>45.0</td>
<td>49.4</td>
<td>46.7</td>
<td>48.8</td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>S.D.</td>
<td>10.7</td>
<td>10.3</td>
<td>15.3</td>
<td>11.1</td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td>反復横とび（点）</td>
<td>mean</td>
<td>51.6</td>
<td>47.4</td>
<td>50.4</td>
<td>52.9</td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>S.D.</td>
<td>7.5</td>
<td>9.4</td>
<td>7.0</td>
<td>4.9</td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td>立ち幅とび（cm）</td>
<td>mean</td>
<td>223.9</td>
<td>225.5</td>
<td>237.4</td>
<td>234.7</td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>S.D.</td>
<td>39.4</td>
<td>22.6</td>
<td>19.9</td>
<td>38.4</td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td>シャトルラン（回）</td>
<td>mean</td>
<td>80.7</td>
<td>91.6</td>
<td>94.0</td>
<td>100.6</td>
<td>30分未満－1〜2時間 almond*</td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>S.D.</td>
<td>19.8</td>
<td>24.1</td>
<td>20.2</td>
<td>16.7</td>
<td>30分未満－2時間以上*</td>
</tr>
<tr>
<td>骨評価値（OSI）</td>
<td>mean</td>
<td>3.103</td>
<td>3.161</td>
<td>3.110</td>
<td>3.195</td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>S.D.</td>
<td>0.336</td>
<td>0.465</td>
<td>0.330</td>
<td>0.466</td>
<td></td>
</tr>
</tbody>
</table>

（*p≦0.05）

### 表16 1日の運動・スポーツの実施時間別体格・体力（女子）

<table>
<thead>
<tr>
<th>測定項目</th>
<th>群</th>
<th>30分未満</th>
<th>30分～1時間</th>
<th>1〜2時間</th>
<th>2時間以上</th>
<th>群間の比較</th>
</tr>
</thead>
<tbody>
<tr>
<td></td>
<td>N</td>
<td>47</td>
<td>11</td>
<td>11</td>
<td>7</td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td>身長（cm）</td>
<td>mean</td>
<td>158.2</td>
<td>156.5</td>
<td>157.7</td>
<td>156.6</td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>S.D.</td>
<td>5.2</td>
<td>6.7</td>
<td>8.7</td>
<td>3.6</td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td>体重（kg）</td>
<td>mean</td>
<td>50.3</td>
<td>53.2</td>
<td>58.1</td>
<td>52.4</td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>S.D.</td>
<td>6.6</td>
<td>16.4</td>
<td>8.0</td>
<td>3.9</td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td>皮下脂肪厚（mm）</td>
<td>mean</td>
<td>37.1</td>
<td>37.1</td>
<td>45.4</td>
<td>43.3</td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>S.D.</td>
<td>9.6</td>
<td>13.8</td>
<td>10.7</td>
<td>7.7</td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td>BMI（kg/m²）</td>
<td>mean</td>
<td>20.1</td>
<td>21.5</td>
<td>22.3</td>
<td>21.4</td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>S.D.</td>
<td>2.4</td>
<td>5.0</td>
<td>2.7</td>
<td>1.4</td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td>握力（kg）</td>
<td>mean</td>
<td>26.3</td>
<td>26.6</td>
<td>30.7</td>
<td>27.7</td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>S.D.</td>
<td>6.0</td>
<td>8.9</td>
<td>3.5</td>
<td>2.9</td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td>上体起こし（回）</td>
<td>mean</td>
<td>19.9</td>
<td>19.4</td>
<td>18.7</td>
<td>22.0</td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>S.D.</td>
<td>5.0</td>
<td>4.9</td>
<td>3.6</td>
<td>2.8</td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td>長座体前屈（cm）</td>
<td>mean</td>
<td>46.2</td>
<td>48.7</td>
<td>45.7</td>
<td>43.9</td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>S.D.</td>
<td>8.2</td>
<td>6.9</td>
<td>8.8</td>
<td>4.6</td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td>反復横とび（点）</td>
<td>mean</td>
<td>42.5</td>
<td>42.6</td>
<td>42.7</td>
<td>44.3</td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>S.D.</td>
<td>4.2</td>
<td>3.5</td>
<td>3.0</td>
<td>3.8</td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td>立ち幅とび（cm）</td>
<td>mean</td>
<td>174.1</td>
<td>171.4</td>
<td>174.3</td>
<td>175.0</td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>S.D.</td>
<td>21.2</td>
<td>21.6</td>
<td>14.2</td>
<td>13.8</td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td>シャトルラン（回）</td>
<td>mean</td>
<td>44.4</td>
<td>50.0</td>
<td>42.5</td>
<td>61.6</td>
<td>30分未満－2時間以上*</td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>S.D.</td>
<td>15.5</td>
<td>15.7</td>
<td>11.9</td>
<td>13.2</td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td>骨評価値（OSI）</td>
<td>mean</td>
<td>2.737</td>
<td>2.834</td>
<td>2.915</td>
<td>2.734</td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>S.D.</td>
<td>0.281</td>
<td>0.306</td>
<td>0.363</td>
<td>0.162</td>
<td></td>
</tr>
</tbody>
</table>

（*p≦0.05）
表 17. 運動部・スポーツクラブ所属の有無別体格・体力（男子）

<table>
<thead>
<tr>
<th>測定項目</th>
<th>群</th>
<th>所属している</th>
<th>所属していない</th>
<th>群間の比較</th>
</tr>
</thead>
<tbody>
<tr>
<td></td>
<td>N</td>
<td>79</td>
<td>61</td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td>身長（cm）</td>
<td>mean</td>
<td>171.3</td>
<td>171.5</td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>S.D.</td>
<td>5.2</td>
<td>4.9</td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td>体重（kg）</td>
<td>mean</td>
<td>63.0</td>
<td>63.1</td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>S.D.</td>
<td>8.4</td>
<td>9.9</td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td>皮下脂肪厚（mm）</td>
<td>mean</td>
<td>25.8</td>
<td>26.2</td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>S.D.</td>
<td>10.0</td>
<td>9.6</td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td>BMI（kg/m²）</td>
<td>mean</td>
<td>21.5</td>
<td>21.4</td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>S.D.</td>
<td>2.5</td>
<td>2.9</td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td>握力（kg）</td>
<td>mean</td>
<td>44.8</td>
<td>43.0</td>
<td>*</td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>S.D.</td>
<td>8.2</td>
<td>6.7</td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td>上体起こし（回）</td>
<td>mean</td>
<td>29.1</td>
<td>24.9</td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>S.D.</td>
<td>5.9</td>
<td>4.9</td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td>長座体前屈（cm）</td>
<td>mean</td>
<td>47.7</td>
<td>45.9</td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>S.D.</td>
<td>12.3</td>
<td>11.2</td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td>反復横とび（点）</td>
<td>mean</td>
<td>51.6</td>
<td>50.9</td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>S.D.</td>
<td>7.0</td>
<td>7.2</td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td>立ち幅とび（cm）</td>
<td>mean</td>
<td>235.9</td>
<td>222.5</td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>S.D.</td>
<td>30.3</td>
<td>37.3</td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td>シャトルラン（回）</td>
<td>mean</td>
<td>97.0</td>
<td>81.1</td>
<td>*</td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>S.D.</td>
<td>19.3</td>
<td>19.9</td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td>骨質評価値（OSI）</td>
<td>mean</td>
<td>3.176</td>
<td>3.096</td>
<td>*</td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>S.D.</td>
<td>0.414</td>
<td>0.357</td>
<td></td>
</tr>
</tbody>
</table>

(*p ≤ 0.05)

表 18. 運動部・スポーツクラブ所属の有無別体格・体力（女子）

<table>
<thead>
<tr>
<th>測定項目</th>
<th>群</th>
<th>所属している</th>
<th>所属していない</th>
<th>群間の比較</th>
</tr>
</thead>
<tbody>
<tr>
<td></td>
<td>N</td>
<td>28</td>
<td>55</td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td>身長（cm）</td>
<td>mean</td>
<td>157.4</td>
<td>158.2</td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>S.D.</td>
<td>6.0</td>
<td>5.8</td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td>体重（kg）</td>
<td>mean</td>
<td>52.7</td>
<td>50.7</td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>S.D.</td>
<td>6.8</td>
<td>9.2</td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td>皮下脂肪厚（mm）</td>
<td>mean</td>
<td>40.0</td>
<td>37.2</td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>S.D.</td>
<td>11.8</td>
<td>9.9</td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td>BMI（kg/m²）</td>
<td>mean</td>
<td>21.2</td>
<td>20.2</td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>S.D.</td>
<td>2.7</td>
<td>3.0</td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td>握力（kg）</td>
<td>mean</td>
<td>28.7</td>
<td>26.8</td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>S.D.</td>
<td>4.3</td>
<td>6.6</td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td>上体起こし（回）</td>
<td>mean</td>
<td>21.2</td>
<td>19.6</td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>S.D.</td>
<td>3.9</td>
<td>4.7</td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td>長座体前屈（cm）</td>
<td>mean</td>
<td>46.4</td>
<td>46.8</td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>S.D.</td>
<td>8.8</td>
<td>7.6</td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td>反復横とび（点）</td>
<td>mean</td>
<td>44.0</td>
<td>42.7</td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>S.D.</td>
<td>3.3</td>
<td>4.2</td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td>立ち幅とび（cm）</td>
<td>mean</td>
<td>177.3</td>
<td>175.2</td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>S.D.</td>
<td>14.4</td>
<td>22.4</td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td>シャトルラン（回）</td>
<td>mean</td>
<td>54.8</td>
<td>46.2</td>
<td>*</td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>S.D.</td>
<td>15.5</td>
<td>17.5</td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td>骨質評価値（OSI）</td>
<td>mean</td>
<td>2.854</td>
<td>2.761</td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>S.D.</td>
<td>0.286</td>
<td>0.281</td>
<td></td>
</tr>
</tbody>
</table>

(*p ≤ 0.05)
東京水産大学新入生の体格と体力

上体起こし、シャトルラン、骨評価値の3項目で有意な差がみられ、どの項目でも「所属している」が「所属していない」より高く、運動する機会が多いくほど体力が優れているといえる。男子をみると、シャトルランのみで有意な差がみられ、「所属している」が「所属していない」より高かった。男子と同様に運動する機会が多いほど体力が優れているといえる。

4）朝食摂取の有無別体格・体力

表19、20は朝食摂取の有無別にみた新入生の体格・体力を示したものである。男子、女子ともにどの項目でも有意な差はみられなかった。

5）1日の睡眠時間別体格・体力

表21、22は1日の睡眠時間別にみた新入生の体格・体力を示したものである。男子、女子ともにどの項目でも有意な差はみられず、睡眠時間と体格・体力との関連が浅いと考えられる。

6）テレビ視聴時間別体格・体力

表23、24は1日のテレビ視聴時間別にみた新入生の体格・体力を示したものである。男子をみるとBMIで有意な差がみられ、「3時間以上」が「2〜3時間」より高かった。身長は「3時間以上」は171.9cm、「2〜3時間」は171.5cmと大差はみられないものの、体重においても「3時間以上」は67.0kg、「2〜3時間」は60.7kgと違いがみられたが、統計的には有意な差ではなかった。これは、テレビ視聴時間が長いほど活動時間が短くなり、運動エネルギーを消費しないためと推測される。

女子をみると、どの項目でも有意な差はみられなかったが、体重とBMIは視聴時間が長くなるにつれて増加した。

<table>
<thead>
<tr>
<th>測定項目</th>
<th>朝食摂取</th>
<th>時々食べる</th>
<th>食べない</th>
</tr>
</thead>
<tbody>
<tr>
<td>身長 (cm)</td>
<td>mean</td>
<td>171.1</td>
<td>171.5</td>
</tr>
<tr>
<td>S.D.</td>
<td>4.7</td>
<td>5.7</td>
<td>4.6</td>
</tr>
<tr>
<td>体重 (kg)</td>
<td>mean</td>
<td>63.1</td>
<td>63.2</td>
</tr>
<tr>
<td>S.D.</td>
<td>9.1</td>
<td>8.7</td>
<td>10.9</td>
</tr>
<tr>
<td>皮下脂肪厚 (mm)</td>
<td>mean</td>
<td>25.9</td>
<td>27.1</td>
</tr>
<tr>
<td>S.D.</td>
<td>9.0</td>
<td>11.6</td>
<td>7.6</td>
</tr>
<tr>
<td>BMI (kg/m²)</td>
<td>mean</td>
<td>21.5</td>
<td>21.5</td>
</tr>
<tr>
<td>S.D.</td>
<td>2.6</td>
<td>2.6</td>
<td>3.1</td>
</tr>
<tr>
<td>握力 (kg)</td>
<td>mean</td>
<td>43.7</td>
<td>45.0</td>
</tr>
<tr>
<td>S.D.</td>
<td>7.3</td>
<td>8.4</td>
<td>6.0</td>
</tr>
<tr>
<td>上体起こし (回)</td>
<td>mean</td>
<td>27.2</td>
<td>28.1</td>
</tr>
<tr>
<td>S.D.</td>
<td>5.1</td>
<td>6.7</td>
<td>5.8</td>
</tr>
<tr>
<td>長座体前屈 (cm)</td>
<td>mean</td>
<td>47.9</td>
<td>47.2</td>
</tr>
<tr>
<td>S.D.</td>
<td>9.0</td>
<td>14.7</td>
<td>13.5</td>
</tr>
<tr>
<td>反復横とび (点)</td>
<td>mean</td>
<td>51.6</td>
<td>51.1</td>
</tr>
<tr>
<td>S.D.</td>
<td>6.5</td>
<td>8.0</td>
<td>6.2</td>
</tr>
<tr>
<td>立ち幅とび (cm)</td>
<td>mean</td>
<td>228.2</td>
<td>231.1</td>
</tr>
<tr>
<td>S.D.</td>
<td>33.8</td>
<td>37.6</td>
<td>26.1</td>
</tr>
<tr>
<td>シャトルラン (回)</td>
<td>mean</td>
<td>91.1</td>
<td>87.3</td>
</tr>
<tr>
<td>S.D.</td>
<td>19.4</td>
<td>23.2</td>
<td>21.6</td>
</tr>
<tr>
<td>骨評価値（OSI）</td>
<td>mean</td>
<td>3.113</td>
<td>3.204</td>
</tr>
<tr>
<td>S.D.</td>
<td>0.408</td>
<td>0.350</td>
<td>0.419</td>
</tr>
</tbody>
</table>

（*p ≤ 0.05）
### 表 20. 朝食摂取の有無別体格・体力（女子）

<table>
<thead>
<tr>
<th>測定項目</th>
<th>群</th>
<th>毎日食べる</th>
<th>時々食べる</th>
<th>食べない</th>
<th>群間の比較</th>
</tr>
</thead>
<tbody>
<tr>
<td>身長 (cm)</td>
<td>N</td>
<td>53</td>
<td>26</td>
<td>3</td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td>mean</td>
<td></td>
<td>157.9</td>
<td>157.4</td>
<td>159.9</td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td>S.D.</td>
<td></td>
<td>5.7</td>
<td>6.1</td>
<td>4.8</td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td>体重 (kg)</td>
<td></td>
<td>51.9</td>
<td>50.6</td>
<td>47.7</td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td>S.D.</td>
<td></td>
<td>9.9</td>
<td>5.4</td>
<td>2.1</td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td>皮下脂肪厚 (mm)</td>
<td></td>
<td>37.5</td>
<td>39.7</td>
<td>30.5</td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td>S.D.</td>
<td></td>
<td>11.6</td>
<td>7.9</td>
<td>10.4</td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td>BMI (kg/m²)</td>
<td></td>
<td>20.7</td>
<td>20.4</td>
<td>18.7</td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td>S.D.</td>
<td></td>
<td>3.4</td>
<td>1.8</td>
<td>1.8</td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td>握力 (kg)</td>
<td></td>
<td>28.2</td>
<td>26.4</td>
<td>20.7</td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td>S.D.</td>
<td></td>
<td>6.4</td>
<td>4.2</td>
<td>9.0</td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td>上体起こし (回)</td>
<td></td>
<td>20.1</td>
<td>20.5</td>
<td>17.0</td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td>S.D.</td>
<td></td>
<td>5.2</td>
<td>2.7</td>
<td>6.0</td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td>長座体前屈 (cm)</td>
<td></td>
<td>47.0</td>
<td>46.5</td>
<td>44.7</td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td>S.D.</td>
<td></td>
<td>8.1</td>
<td>7.9</td>
<td>9.5</td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td>反復横とび (点)</td>
<td></td>
<td>42.8</td>
<td>44.3</td>
<td>38.0</td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td>S.D.</td>
<td></td>
<td>4.2</td>
<td>2.7</td>
<td>6.1</td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td>立ち幅とび (cm)</td>
<td></td>
<td>175.8</td>
<td>174.2</td>
<td>181.0</td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td>S.D.</td>
<td></td>
<td>22.8</td>
<td>14.4</td>
<td>10.5</td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td>シャトルラン (回)</td>
<td></td>
<td>50.2</td>
<td>47.6</td>
<td>44.3</td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td>S.D.</td>
<td></td>
<td>18.2</td>
<td>16.3</td>
<td>12.7</td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td>骨幹面積 (OSI)</td>
<td></td>
<td>2.781</td>
<td>2.819</td>
<td>2.834</td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td>S.D.</td>
<td></td>
<td>0.297</td>
<td>0.267</td>
<td>0.301</td>
<td></td>
</tr>
</tbody>
</table>

(*p < 0.05)

### 表 21. 1日の睡眠時間別体格・体力（男子）

<table>
<thead>
<tr>
<th>測定項目</th>
<th>群</th>
<th>6時間未満</th>
<th>6～8時間</th>
<th>8時間以上</th>
<th>群間の比較</th>
</tr>
</thead>
<tbody>
<tr>
<td>身長 (cm)</td>
<td>N</td>
<td>49</td>
<td>74</td>
<td>13</td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td>mean</td>
<td></td>
<td>171.8</td>
<td>171.1</td>
<td>171.4</td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td>S.D.</td>
<td></td>
<td>4.9</td>
<td>5.3</td>
<td>4.1</td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td>体重 (kg)</td>
<td></td>
<td>62.3</td>
<td>63.0</td>
<td>64.7</td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td>S.D.</td>
<td></td>
<td>8.4</td>
<td>9.4</td>
<td>10.5</td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td>皮下脂肪厚 (mm)</td>
<td></td>
<td>23.5</td>
<td>26.8</td>
<td>29.0</td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td>S.D.</td>
<td></td>
<td>6.6</td>
<td>10.9</td>
<td>12.3</td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td>BMI (kg/m²)</td>
<td></td>
<td>21.1</td>
<td>21.5</td>
<td>22.0</td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td>S.D.</td>
<td></td>
<td>2.5</td>
<td>2.6</td>
<td>3.3</td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td>握力 (kg)</td>
<td></td>
<td>44.3</td>
<td>43.7</td>
<td>43.9</td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td>S.D.</td>
<td></td>
<td>8.2</td>
<td>7.7</td>
<td>5.4</td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td>上体起こし (回)</td>
<td></td>
<td>27.1</td>
<td>27.2</td>
<td>28.5</td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td>S.D.</td>
<td></td>
<td>6.0</td>
<td>5.9</td>
<td>5.5</td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td>長座体前屈 (cm)</td>
<td></td>
<td>46.7</td>
<td>47.4</td>
<td>44.7</td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td>S.D.</td>
<td></td>
<td>12.3</td>
<td>12.3</td>
<td>8.8</td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td>反復横とび (点)</td>
<td></td>
<td>51.0</td>
<td>51.0</td>
<td>53.4</td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td>S.D.</td>
<td></td>
<td>7.9</td>
<td>6.9</td>
<td>4.7</td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td>立ち幅とび (cm)</td>
<td></td>
<td>234.4</td>
<td>229.0</td>
<td>214.1</td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td>S.D.</td>
<td></td>
<td>36.3</td>
<td>32.1</td>
<td>37.7</td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td>シャトルラン (回)</td>
<td></td>
<td>90.4</td>
<td>87.8</td>
<td>93.7</td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td>S.D.</td>
<td></td>
<td>21.3</td>
<td>22.1</td>
<td>14.2</td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td>骨幹面積 (OSI)</td>
<td></td>
<td>3.151</td>
<td>3.109</td>
<td>3.240</td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td>S.D.</td>
<td></td>
<td>0.441</td>
<td>0.363</td>
<td>0.300</td>
<td></td>
</tr>
</tbody>
</table>

(*p < 0.05)
表 22．1日の睡眠時間別体格・体力（女子）

<table>
<thead>
<tr>
<th>測定項目</th>
<th>群</th>
<th>6時間未満</th>
<th>6～8時間</th>
<th>8時間以上</th>
<th>群間の比較</th>
</tr>
</thead>
<tbody>
<tr>
<td></td>
<td>N</td>
<td>33</td>
<td>47</td>
<td>2</td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td>身長 (cm)</td>
<td>mean</td>
<td>158.3</td>
<td>158.2</td>
<td>150.7</td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>S.D.</td>
<td>5.8</td>
<td>5.7</td>
<td>3.3</td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td>体重 (kg)</td>
<td>mean</td>
<td>50.7</td>
<td>52.2</td>
<td>47.8</td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>S.D.</td>
<td>7.2</td>
<td>9.4</td>
<td>7.4</td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td>皮下脂肪厚 (mm)</td>
<td>mean</td>
<td>37.0</td>
<td>38.8</td>
<td>33.6</td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>S.D.</td>
<td>11.1</td>
<td>10.4</td>
<td>7.6</td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td>BMI (kg/m²)</td>
<td>mean</td>
<td>20.2</td>
<td>20.8</td>
<td>21.0</td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>S.D.</td>
<td>2.9</td>
<td>3.0</td>
<td>2.4</td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td>握力 (kg)</td>
<td>mean</td>
<td>26.7</td>
<td>27.8</td>
<td>28.3</td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>S.D.</td>
<td>4.6</td>
<td>6.9</td>
<td>6.7</td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td>上体起こし    (回)</td>
<td>mean</td>
<td>20.1</td>
<td>20.2</td>
<td>20.0</td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>S.D.</td>
<td>4.6</td>
<td>4.6</td>
<td>4.2</td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td>長座体前屈    (cm)</td>
<td>mean</td>
<td>47.6</td>
<td>46.1</td>
<td>44.0</td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>S.D.</td>
<td>8.4</td>
<td>7.7</td>
<td>9.9</td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td>反復横とび (点)</td>
<td>mean</td>
<td>44.1</td>
<td>42.5</td>
<td>39.5</td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>S.D.</td>
<td>4.0</td>
<td>3.9</td>
<td>3.5</td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td>立ち幅とび    (cm)</td>
<td>mean</td>
<td>175.6</td>
<td>176.0</td>
<td>180.0</td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>S.D.</td>
<td>14.8</td>
<td>23.5</td>
<td>14.1</td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td>シャトルラン (回)</td>
<td>mean</td>
<td>50.1</td>
<td>48.5</td>
<td>52.5</td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>S.D.</td>
<td>16.6</td>
<td>18.0</td>
<td>16.3</td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td>骨評価値 (OSI)</td>
<td>mean</td>
<td>2.723</td>
<td>2.859</td>
<td>2.559</td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>S.D.</td>
<td>0.276</td>
<td>0.280</td>
<td>0.121</td>
<td></td>
</tr>
</tbody>
</table>

(*)p≤0.05

表 23. テレビ視聴時間別体格・体力（男子）

<table>
<thead>
<tr>
<th>測定項目</th>
<th>群</th>
<th>1時間未満</th>
<th>1～2時間</th>
<th>2～3時間</th>
<th>3時間以上</th>
<th>群間の比較</th>
</tr>
</thead>
<tbody>
<tr>
<td></td>
<td>N</td>
<td>41</td>
<td>39</td>
<td>25</td>
<td>29</td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td>身長 (cm)</td>
<td>mean</td>
<td>171.6</td>
<td>171.0</td>
<td>171.5</td>
<td>171.9</td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>S.D.</td>
<td>5.6</td>
<td>4.9</td>
<td>4.6</td>
<td>4.3</td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td>体重 (kg)</td>
<td>mean</td>
<td>62.4</td>
<td>62.4</td>
<td>60.7</td>
<td>67.0</td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>S.D.</td>
<td>8.2</td>
<td>7.8</td>
<td>8.6</td>
<td>11.5</td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td>皮下脂肪厚 (mm)</td>
<td>mean</td>
<td>25.3</td>
<td>24.9</td>
<td>22.8</td>
<td>29.3</td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>S.D.</td>
<td>8.3</td>
<td>7.6</td>
<td>6.4</td>
<td>11.8</td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td>BMI (kg/m²)</td>
<td>mean</td>
<td>21.1</td>
<td>21.3</td>
<td>20.6</td>
<td>22.6</td>
<td>2～3時間－3時間以上*</td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>S.D.</td>
<td>2.1</td>
<td>2.4</td>
<td>2.4</td>
<td>3.5</td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td>握力 (kg)</td>
<td>mean</td>
<td>45.5</td>
<td>43.5</td>
<td>41.0</td>
<td>44.9</td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>S.D.</td>
<td>7.9</td>
<td>8.3</td>
<td>6.1</td>
<td>7.6</td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td>上体起こし    (回)</td>
<td>mean</td>
<td>28.5</td>
<td>26.7</td>
<td>27.4</td>
<td>26.1</td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>S.D.</td>
<td>6.0</td>
<td>6.6</td>
<td>5.2</td>
<td>4.8</td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td>長座体前屈    (cm)</td>
<td>mean</td>
<td>47.2</td>
<td>45.7</td>
<td>46.2</td>
<td>50.0</td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>S.D.</td>
<td>12.0</td>
<td>14.8</td>
<td>8.6</td>
<td>10.3</td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td>反復横とび (点)</td>
<td>mean</td>
<td>51.2</td>
<td>50.6</td>
<td>52.8</td>
<td>50.1</td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>S.D.</td>
<td>8.5</td>
<td>7.3</td>
<td>5.0</td>
<td>6.4</td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td>立ち幅とび    (cm)</td>
<td>mean</td>
<td>226.5</td>
<td>232.7</td>
<td>241.8</td>
<td>219.1</td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>S.D.</td>
<td>40.6</td>
<td>30.6</td>
<td>21.1</td>
<td>37.7</td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td>シャトルラン (回)</td>
<td>mean</td>
<td>92.1</td>
<td>90.9</td>
<td>87.5</td>
<td>83.1</td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>S.D.</td>
<td>23.4</td>
<td>22.9</td>
<td>18.4</td>
<td>17.3</td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td>骨評価値 (OSI)</td>
<td>mean</td>
<td>3.181</td>
<td>3.134</td>
<td>3.157</td>
<td>3.073</td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>S.D.</td>
<td>0.361</td>
<td>0.390</td>
<td>0.416</td>
<td>0.414</td>
<td></td>
</tr>
</tbody>
</table>

(*)p≤0.05
表 24  テレビ視聴時間別体格・体力（女子）

<table>
<thead>
<tr>
<th>測定項目</th>
<th>群</th>
<th>1時間未満</th>
<th>1～2時間</th>
<th>2～3時間</th>
<th>3時間以上</th>
<th>群間の比較</th>
</tr>
</thead>
<tbody>
<tr>
<td></td>
<td>N</td>
<td>26</td>
<td>26</td>
<td>14</td>
<td>14</td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td>身長 (cm)</td>
<td>mean</td>
<td>158.2</td>
<td>157.0</td>
<td>160.2</td>
<td>157.0</td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>S.D.</td>
<td>6.2</td>
<td>5.5</td>
<td>6.1</td>
<td>5.8</td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td>体重 (kg)</td>
<td>mean</td>
<td>49.3</td>
<td>49.5</td>
<td>54.7</td>
<td>55.0</td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>S.D.</td>
<td>5.9</td>
<td>4.3</td>
<td>6.9</td>
<td>16.0</td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td>皮下脂肪厚 (mm)</td>
<td>mean</td>
<td>35.4</td>
<td>35.0</td>
<td>41.8</td>
<td>43.8</td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>S.D.</td>
<td>7.8</td>
<td>10.0</td>
<td>11.8</td>
<td>11.1</td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td>BMI (kg/m²)</td>
<td>mean</td>
<td>19.6</td>
<td>20.1</td>
<td>21.3</td>
<td>22.1</td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>S.D.</td>
<td>1.8</td>
<td>2.3</td>
<td>2.4</td>
<td>4.9</td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td>握力 (kg)</td>
<td>mean</td>
<td>26.4</td>
<td>26.9</td>
<td>31.4</td>
<td>26.1</td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>S.D.</td>
<td>5.9</td>
<td>5.3</td>
<td>6.7</td>
<td>6.1</td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td>上体前傾度 (度)</td>
<td>mean</td>
<td>19.7</td>
<td>21.0</td>
<td>21.1</td>
<td>18.5</td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>S.D.</td>
<td>3.9</td>
<td>4.3</td>
<td>6.3</td>
<td>3.8</td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td>長座体前傾度 (cm)</td>
<td>mean</td>
<td>47.3</td>
<td>47.8</td>
<td>42.9</td>
<td>46.8</td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>S.D.</td>
<td>7.9</td>
<td>7.8</td>
<td>9.0</td>
<td>6.9</td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td>反復横び (点)</td>
<td>mean</td>
<td>42.4</td>
<td>42.2</td>
<td>42.7</td>
<td>42.6</td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>S.D.</td>
<td>4.3</td>
<td>4.1</td>
<td>4.1</td>
<td>3.1</td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td>立ち幅び (cm)</td>
<td>mean</td>
<td>174.0</td>
<td>178.0</td>
<td>184.5</td>
<td>166.9</td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>S.D.</td>
<td>16.3</td>
<td>20.1</td>
<td>25.6</td>
<td>18.5</td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td>シャトルラン (回)</td>
<td>mean</td>
<td>50.7</td>
<td>51.7</td>
<td>48.9</td>
<td>40.9</td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>S.D.</td>
<td>18.9</td>
<td>19.1</td>
<td>13.5</td>
<td>13.9</td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td>骨質価値 (OSD)</td>
<td>mean</td>
<td>2.825</td>
<td>2.698</td>
<td>2.867</td>
<td>2.796</td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>S.D.</td>
<td>0.276</td>
<td>0.248</td>
<td>0.261</td>
<td>0.337</td>
<td></td>
</tr>
</tbody>
</table>

（*p≦0.05）

4. まとめ

本学新入生は、男女ともに標準的な体格が多いといえる。体力をみると、男女ともに全国値より優れている項目が多く、とくに柔軟性と持久力が優れているといえる。女子学生においては筋パワーの項目でも優れた値を示した。男子学生においては骨量が低いことが見られる。本学新入生の運動習慣については、男女ともに全国の同年齢と比べるとクラブをより所属しており、運動する機会が多い。男子の約6割、女子の約4割が「週1日以上」の運動をしており、全国値より運動頻度は高い。運動実施時間においても全国値より長い。また運動頻度の高い学生が、運動頻度の低い学生よりも体力が勝っていた。朝食摂取の有無では、学生はやや摂取状況が悪く、睡眠時間では、男女ともに半数を超える学生が「6～8時間」の睡眠をとっている。

生活習慣は一朝一夕で形成されるものではないため、長期にわたりこのような調査を続けてその動向を常に把握し、フィードバックすることが大切である。本学では毎年、体育実技の担当教官全員が新入生の体格・体力の調査結果を把握し、翌年の授業時の学生指導に活かすようになっている。しかし、体育は2年次以降の履修がなく、調査対象生に直接結果を伝達指導する機会がないのが現状である。

学生が永続的に健康的な生活を営むための生活習慣改善の指導や自発的な行動を可能にする環境整備が必要であると考えられる。生活習慣と体力との関連は、入学時段階ではみられないものの、将来の健康増進のために学生生活の中で繰り返し教育することが必要であり、そのために本資料が各方面で活用されることを望む。

文献

1) 村松園江、秋田武、篠田真穂子他：2001年度東京水産大学新入生の体格と体力、東京水産大学論集、38、89–105 (2003)。
2) 文部科学省スポーツ・青少年局：平成13年度 体力・運動能力調査報告書、文部科学省スポーツ・青少年局、東京、2002、pp. 43–140。
2002年度（平成14年度）東京水産大学新入生の体格と体力

村松園江*1・林真美子*2・澤栗勝人*2・武井大輔*2・夏目麻子*2・西原大輔*1・木谷誠一*3

*1 東京水産大学海洋生産学科海洋システム工学講座
*2 東京水産大学非常勤講師・体育実技
*3 保健管理センター

2002年度本学新入生223名（男子140名、女子83名）の体格・体力および日常生活習慣について調べた。体格は男女ともに同年齢の全国値に近い標準的な体格であった。体力では男女ともに全身持久力を示す「20mシャトルラン」の項目で全国値より優れていた。女子においては筋パワーを示す「立ち幅跳び」でも高い値を示したが、男子では敏捷性を示す「反復横跳び」で全国値より低い値を示した。生活習慣の中では本学新入生は全国同年齢と比べ、運動頻度が高く、運動時間が長いことがわかった。また運動頻度が高く、運動時間が長い者ほど体力の項目で高い得点を得ていた。骨量については男子において全国標準値よりも低いことが観られた。

キーワード：大学新入生、体力、体格、生活習慣