

要覧

もくじ

- 1, 設立の経緯
- 2, 沿革
- 3, 平成23年度基本方針及び重点事項
- 4, 施設の概要
- 5, 組織および分掌事務
- 6, 設置および管理に関する条例
- 7, 管理運営に関する規則
- 8, 使用料
- 9, 平成23年度事業体系
- 10, 平成23年度開催事業一覧
- 11, 平成22年度開催事業一覧
- 12, 平成22年度月別利用状況
- 13, 平成22年度各測定記録
 - (1) 専門体力測定 競技別平均値
 - (2) 専門体力測定 男女別ランキング
 - (3) 健康体力測定 年代別平均値
 - (4) スポーツビジョン測定 競技別平均値



1、設立の経緯

本県においては、昭和54年に全国高校総体、昭和56年には当時待望のびわこ国体、全国身体障害者スポーツ大会が開催されました。

昭和56年10月、滋賀県スポーツ振興審議会は、びわこ国体等を契機として県民のスポーツ意識と競技力をより発展させるため「びわこ国体後の体育・スポーツの普及意識を積極的に推進するための方策について」を答申しました。この中で、今日的背景に立脚しつつ、体育・スポーツの各領域にわたって提言を試みていますが、そのひとつとして体育・スポーツのコントロールタワー的機能を有した全国的に見ても新しいタイプの社会体育施設（スポーツ会館）構想を提起しました。

滋賀県立スポーツ会館は、この答申の趣旨に沿い、県民の健康指向やスポーツ活動の多様化に対応しつつ、健康の増進・競技力の向上をめざした健康体力測定・相談・運動処方、各種のトレーニング指導、指導者の育成・研修ならびにスポーツ科学研究調査、体育・スポーツ情報の提供などを目的として、昭和59年（1984年）設立されました。

また、スポーツ会館の具体像を検討した「スポーツ会館建設検討専門委員会報告」は、上記の他の体育・スポーツに関する行政機関や団体との連携を効果的にすすめ、県民に還元していく本県体育・スポーツの中核的期間としての役割を果たす方向性を指向するよう指摘しています。

2、沿革

昭和56年10月	県スポーツ振興審議会は「びわこ国体後の体育・スポーツの普及振興を積極的に推進するための方策について」を答申し、この中で県立スポーツ会館の必要性を提起
昭和57年 1月	スポーツ会館検討専門委員会「スポーツ会館建設基本構想研究報告集」提出
昭和57年 4月	県立スポーツ会館基本設計着手
昭和58年 2月	県議会に上程議決
昭和58年 6月	県立皇子山トレーニングセンター解体工事着手
昭和58年 7月	同上 完了
昭和58年 7月15日	起 工

昭和59年 4月 2日 「(仮称)滋賀県立スポーツ会館の建物管理および開館準備に関する業務に係る協定書」にもとづき、財団法人文化体育振興事業団が上記に係る業務を開始

昭和59年 4月 9日 工 事 完 了

昭和59年 5月23日 滋賀県より滋賀県教育委員会に財産引継

昭和59年 7月10日 1%工事「光の汗」工事完了 前庭修景工事完了

昭和59年 7月16日 落成式挙行

昭和59年 7月19日 滋賀県立スポーツ会館の設置および管理に関する条例指定。滋賀県立スポーツ会館管理規則制定

昭和59年 8月 1日 滋賀県知事から財団法人滋賀県文化体育振興事業団に県立スポーツ会館の管理委託

昭和59年 8月 1日 滋賀県立スポーツ会館を開館。 猪飼 光三郎 初代館長に就任

昭和60年 4月 1日 樋上 恭 第二代館長に就任

昭和61年 4月 1日 滋賀県使用料条例および手数料条例の一部改正

昭和62年 4月 1日 塚越 義一 第三代館長に就任

平成 元年 4月 1日 滋賀県使用料条例および手数料条例の一部改正

平成 4年 4月 1日 滋賀県知事から財団法人滋賀県スポーツ振興事業団に県立スポーツ会館の管理委託

平成 4年 4月 1日 滋賀県使用料条例および手数料条例の一部改正

平成 4年 4月 1日 岡野 博 第四代館長に就任

平成 5年 4月 1日 西村 明 第五代館長に就任

平成 6年 4月 1日 南池 宜樹 第六代館長に就任

平成 7年 6月12日 滋賀県立スポーツ会館検討委員会設置

平成 8年 1月 1日 滋賀県使用料条例および手数料条例の一部改正

平成 9年 4月 1日 滋賀県使用料条例および手数料条例の一部改正

平成10年 4月 1日 田中 文雄 第七代館長に就任

平成12年 4月 1日 滋賀県使用料条例および手数料条例の一部改正

平成12年 7月 7日 「滋賀県立スポーツ会館の望ましい運営のあり方」の答申

平成13年 7月20日 スポーツビジョン測定開始

平成13年10月25日 体力測定評価機器更新

平成15年 4月 1日 浅田 幸作 第八代館長に就任

平成15年 6月16日 トレーニング室有酸素系機器(トレッドミル2、ステアマスター2、エアロバイク3)追加設置

平成16年 4月 1日 合併により滋賀県体育協会に名称変更

平成16年 4月 1日 奥村 源太郎 第九代館長に就任

平成18年 4月 1日 青山 滋 第十代館長に就任

平成19年 5月30日 トレーニング室 有酸素系機器(トレッドミル2)追加設置
コンビネーションマシン撤去、単体型マシン新規設置

平成19年 8月 1日 体力測定機器(体成分分析測定機器) 追加設置

平成22年 4月 1日 青山 達 第十一代館長に就任

平成23年 4月 1日 青山 滋 第十二代館長に就任

3、平成23年度 基本方針および重点事項

1 事業活動の基本方針

県民の自主的な健康づくりと競技力向上の拠点として各関係機関と連携を図り、健康体力・専門体力の測定診断を行って運動プログラムの相談・指導等を積極的に実施するとともに、体育・スポーツに関する科学研究の推進に努める。また、指導者の育成や資質の向上を図る講習会を開催したり、最新のスポーツ情報を提供する事業等を実施して、県民の体力と競技力の向上を図る本県スポーツ振興の中核的役割を果たす。

2 平成23年度の重点目標

- (1) 県民の生涯にわたるスポーツ活動を充実させるため、本館の開催する事業の充実と利用者に対しての積極的な指導助言を行い、サービスの向上と施設の活性化を図る。
- (2) 多様化する県民のスポーツニーズや期待に応えるため、スポーツを科学的に促えた各種事業を実施し、生涯スポーツの普及・振興や各種スポーツの競技力の向上に努める。

4、施設の概要

- (1) 所在地 大津市御陵町4-1(皇子山運動公園内)
郵便番号 520-0037
電話番号 (077)522-0301(代)
ファックス (077)522-9639

- (2) 土地面積 2,173,80㎡
建築面積 1,338,72㎡
延床面積 3,061,02㎡
1階 1,324,62㎡
2階 1,189,93㎡
3階 486,40㎡
4階 60,07㎡

- (3) 建築構造 鉄骨・鉄筋コンクリート造3階建(一部4階)

着工	昭和58年7月15日		
竣工	昭和59年5月9日		
本体工事契約額	620,882千円		
設計	株式会社 海藤建築事務所		
工事監理	滋賀県土木部建築課		
工事関係者	建築主体工事 松井工業株式会社		
	電気設備工事 中由電気工業株式会社		
	機械設備工事 桐田設備工業株式会社		
既設建物撤去費	8,700千円	施工	株式会社 大内組
前庭修景工事	6,151千円	施工	有限会社 松湖園
モニュメント	6,000千円		
「光の汗」(1%工事)	作者 青木 秀憲 氏	施工	松井工業株式会社

備品関係 108,500千円
総事業費(予算) 750,233千円

(4) 設備内容

展示ホール(150㎡)
展示ケース、ビデオ設置、教材用ビデオ

専門体力測定室A(79㎡)
無酸素パワー測定装置、多用途筋力測定装置、動作分析ソフト、体成分分析測定
トレッドミル、エルゴメーター、心電監視装置、ハートレートメモリー装置 等

健康体力測定室B(130㎡)
H, I, T, 体力診断システム

(身長・体重・体脂肪、血圧脈拍、肺機能、握力、背筋力、脚伸展パワー、反復横跳び、垂直跳び、全身反応時間、閉眼片足立、立位・長座位体前屈、上体起こし、最大酸素測定{推定}、体成分分析測定)等

スポーツビジョン測定室(37.5㎡)
スポーツビジョン測定機

(静視力測定・縦方向動体視力測定・横方向動体視力測定・深視力測定瞬間視測定・眼球運動測定・目と手の協応運動測定・コントラスト感度測定)

トレーニング室(240㎡)
単体型マシン、ランニングベルト、ステアマスター、エアロバイク、フリーウエイトコーナー鏡(各種ダンベル、各種バーベル、各種ベンチ)、音響設備等

アリーナ(29m×20m=580㎡)
バスケットボールコート1面、バレーボールコート一面、
盲人バレーボールコート一面、バドミントンコート3面、
卓球6台、低鉄棒・高鉄棒、吊り輪、肋木、クライミングロープ
放送設備一式 等

会議室(2階81.3㎡、3階73.4㎡)
第2会議室(2階) 定員50名、第3会議室(3階) 定員26名、 テレビ、ビデオ、スライド、OHP 等

宿泊室(宿泊付随施設含)(413㎡)
洋室8人部屋6室、浴室、洗濯室、身障者用浴室トイレ、男子・女子トイレ

厨房、レストラン(135㎡)
70名

更衣室・シャワー室(90.25㎡)
コインロッカー男子60名 女子36名分

事務所(84㎡)
スポーツ会館管理事務室

その他
宿直室、湯沸室(各階)、浴室、洗濯室、身障者用浴室、身障者用トイレ(各階)
エレベーター、器具庫、リネン室、倉庫、ボイラー室、電気室、水槽室 等

入居団体
滋賀県障害者スポーツ協会事務局(23.4㎡)
滋賀県体育協会事務局本部(158.76㎡)
滋賀県体育協会 役員室(40.25㎡)

4,平成23年度事業体系	
健康・体力増進事業	
体力測定相談	(1)健康体力測定コンピューター診断
	(2)専門体力測定診断
	(3)スポーツビジョン測定診断
	(4)体成分分析測定診断
	(5)運動処方相談・指導
指導者養成事業	
	(1)スポーツ科学専門講座
トレーニング	
	(1)トレーニング指導
	トレーニング初心者講習会
	スポーツトレーニング講習会
	(2)トレーニング派遣指導
	(3)トレーニング教室
	エアロビクス教室 グリッド
	オリジナル
	エアロビックバリュー教室
	ピラティス教室
	リラックスヨガ教室
	ピラティスコンディショニング
	幼児スポーツ教室
	3歳児親子体操教室
	3歳児教室
	4歳児教室
	5歳児教室
	ジュニアスポーツ教室
	レディーススポーツ教室 2011
施設貸与事業	
施設貸与	(1)トレーニング室
	(2)アリーナ
	(3)会議室
	(4)宿泊室
研究事業	
調査・研究	(1)トレーニング・アドバイスの理論・方法の研究
	(2)健康体力測定(B)データのまとめ
	(3)専門体力測定(A)データのまとめ
	(4)スポーツビジョン測定データのまとめ
情報提供事業	
情報提供	(1)スポーツリーダーバンク(指導者紹介)事業
	(2)展示ホールの運営
	(3)指導文書・指導パネル等の作成
	(4)健康・体力つくりと体育・スポーツ用資料・教材の設備と貸与

広報	(1) Sports information インターネット
	(2) 「スポーツネット滋賀」
	URL http://www.bsn.or.jp/spokan/
	(3) その他広報活動

5、平成23年度開催事業一覧

事業名	期間	対象 / 人員	申し込み期間
健康体力測定コンピューター診断 運動処方相談・指導	年間	一般	予約
専門体力測定 運動処方相談・指導	年間	一般	予約
トレーニングの専門相談・指導	年間	一般	個人(随時) 団体(予約)
体育・スポーツ科学研究事業	年間	体育・スポーツ指導者 健康・スポーツ指導者	予約
スポーツ指導者NETしが (指導者紹介)事業	年間	スポーツクラブなど	随時
トレーニング指導者派遣事業	年間	市町村・学校など	予約
体育・スポーツ資料教材貸与事業 ビデオテープ16mmフィルム	年間	一般	随時
トレーニング室貸与事業	年間	中学生以上 (講習会受講済者)	随時
アリーナ貸与事業	年間	一般	予約
会議・宿泊室貸与事業	年間	一般	予約
幼児スポーツ教室 (3歳児親子コース)	期 5/11～7/13 毎週水曜日 期 10/5～12/14 期 1/11～3/14 計30回	就学前3年の幼児 期につき 1クラス×20組	期 4/8～4/22 期 9/2～9/16 期 12/7～12/21
幼児スポーツ教室 (3歳児コース)	期 5/11～7/13 毎週水曜日 期 10/5～12/14 期 1/11～3/14 計30回	就学前3年の幼児 期につき 1クラス×20名	期 4/8～4/22 期 9/2～9/16 期 12/7～12/21
幼児スポーツ教室 (4歳児コース)	期 5/11～7/13 毎週水曜日 期 10/5～12/14 期 1/11～3/14 計30回	就学前2年の幼児 期につき 1クラス×25名	期 4/8～4/22 期 9/2～9/16 期 12/7～12/21
幼児スポーツ教室 (5歳児コース)	期 5/11～7/13 毎週水曜日 期 10/5～12/14 期 1/11～3/14 計30回	就学前1年の幼児 期につき 1クラス×25名	期 4/8～4/22 期 9/2～9/16 期 12/7～12/21
ジュニアスポーツ教室	期 5/11～7/13 毎週水曜日 期 10/5～12/14 期 1/11～3/14 計30回	小学校1・2・3年生 期につき 1クラス×25名	期 4/8～4/22 期 9/2～9/16 期 12/7～12/21

エアロビクス教室	前期 4/7~7/28 毎週木曜日 後期 9/1~12/22 計32回	各期一般の方 グリード 25名 オリジナル 20名	前期 3/10~ 先着順 後期 7/21~ 先着順
エアロビックバリュー教室	平成24年 毎週木曜日 1/12 ~ 3/15	ステップ 25名 オリジナルエアロ 20名	12/8 ~ 先着
レディーススポーツ2011	9/9 ~ 11/18 毎週金曜日 計10回	一般女性の方 20名	8/20 ~ 先着
ヨガ・ピラティス教室	春コース 5/10 ~ 7/12 秋コース 9/6~ 11/22 冬コース 1/17 ~ 3/15 毎週火曜日 計10回	一般女性の方 20名	春コース 4/12 ~ 先着 秋コース 7/12 ~ 先着 冬コース 11/22 ~ 先着
ピラティスコンディショニング	9/7 ~ 11/9 毎週木曜日 計10回	一般 20名	7/21 ~ 先着
トレーニング初心者講習会	第1、2日曜日 (午前) 第3日曜日 (午前・夜間) 第4日曜日 (午前・夜間)	中学生以上の 男女30名	当日受付 (指定日以外は要予約)
スポーツビジョン測定	年間	スポーツ選手および スポーツに興味のある 者	予約
スポーツビジョン宿泊パック	年2回 5 ~ 6月 11 ~ 12月	スポーツビジョンに関 心のある一般	予約
InBody (体成分分析) 測定	年間	健康・スポーツに 興味のある者	予約
スポーツ専門科学講座	年 1回	スポーツ選手および指導者 35名	予約
休館日...毎週月曜日 (月曜日が祝日の場合はその翌日)			

6、平成22年度開催事業一覧

事業名		期日	開催日数	対象	参加人数	内容	
幼児スポーツ教室	1期	3歳児親子体操	5/12~7/14 毎週水曜日	10日	就学前3年の幼児	94	体操、ボール遊び、手具器具を用いた動きづくり。
		3歳児			就学前3年の幼児	216	
		4歳児			就学前2年の幼児	186	
		5歳児			就学前1年の幼児	171	
	2期	3歳児親子体操	10/6~12/15 毎週水曜日	10日	就学前3年の幼児	121	
		3歳児			就学前3年の幼児	197	
		4歳児			就学前2年の幼児	192	
		5歳児			就学前1年の幼児	181	
	3期	3歳児親子体操	1/12~3/16 毎週水曜日	10日	就学前3年の幼児	113	
		3歳児			就学前3年の幼児	197	
		4歳児			就学前2年の幼児	175	
		5歳児			就学前1年の幼児	165	
ジュニアスポーツ教室	1期	5/12~7/14 毎週水曜日	10日	小学校1~3年生	251	体操、ボール遊び、手具器具を用いた動きづくり。	
	2期	10/6~12/15 毎週水曜日	10日	小学校1~3年生	173		

	3期	1/12~3/16 毎週水曜日	10日	小学校1~3年生	138	
エアロビクス教室	前期	ソフト	4/8~7/29 毎週木曜日	16日	一般	311
	前期	リジナル				237
	後期	ソフト	9/2~12/16 毎週木曜日	16日	一般	228
	後期	リジナル				245
エアロビクス バリュー教室	ステップ	1/14~3/18 毎週木曜日	10日	一般	156	ステップエアロ 他
	リジナル				137	
ピラティス 教室	春コース	5/10~7/12 毎週火曜日	10日	一般	201	運動不足・シェイプアップ ストレス解消
	秋コース	9/6~11/22 毎週火曜日	10日	一般	204	
	冬コース	1/17~3/13 毎週火曜日	10日	一般	194	
トレーニング初心者講習会		第1・2日曜日 10:00~ 第3日金曜日 第4日火曜日 午前10:00~ 午後18:30~	61回	中学生以上の個人 または団体	307	トレーニングの基礎理論・方法等
スポーツトレーニング講習会		年間随時	12回	中学生以上の男女	91	科学的・専門性のある内容充実を図り、アスリート育成の貢献。
トレーニング指導者派遣事業		年間随時	22回	市町村・学校など 小学生以上の男女	1,180	科学的・専門性のある内容充実を図り、アスリート育成の貢献。
レディーススポーツ2010		9/17~11/19 毎週金曜日	10回	一般の女性の方	170	運動不足・シェイプアップ ストレス解消
InBody(体成分分析)測定		年間随時	109回	小学生以上の男女	149	体成分分析
スポーツビジョン測定		年間随時	240日	スポーツビジョンに関心のある方	461	7種類のスポーツビジョン測定
スポーツビジョン宿泊パック		12月 1回	12月2日 1回開催	スポーツビジョンに関心のある方	7	〃

7, 平成22年度月別利用状況

		4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月	合計
測定室 A	件数	5	2	3	3	1	1	1	8	7	0	5	4	40
	人数	123	54	60	40	14	11	34	169	134	0	124	74	837
測定室 B	件数	4	7	14	6	7	4	8	11	12	10	10	12	161
	人数	97	49	97	205	101	42	34	127	194	34	163	148	1,503
スポーツ ビジョン 測定	件数	1	30	60	2	0	10	4	78	39	2	5	9	271
	人数	23	30	72	30	0	20	15	90	95	2	44	40	26
スポーツ ビジョン 宿泊パック	-	-	-	-	-	-	-	-	-	7	-	-	-	-
	-	-	-	-	-	-	-	-	-	7	-	-	-	-
トレーニング	人数	2,412	2,149	2,306	2,547	2,596	2,521	2,497	2,513	2,441	2,501	2,599	2,542	29,850

室	初心者 講習会 受講者	40	23	26	23	18	23	36	28	20	21	33	16	307
77-7	件数	88	103	75	107	132	95	97	90	94	81	111	122	1,195
	人数	2,423	2,881	2,100	3,070	3,852	2,989	2,710	2,418	2,471	1,957	2,126	2,768	31,765
会議室	件数	37	38	30	41	27	30	48	48	42	54	45	66	506
	人数	986	1,105	716	671	511	639	959	1,094	675	980	747	1,178	10,261
宿泊室	件数	5	7	5	12	9	9	2	5	8	2	2	11	77
	人数	241	134	176	247	373	161	36	108	112	14	37	246	1,885
合計	件数	153	176	200	187	186	163	187	229	231	168	185	232	2,296
	人数	6,092	6,180	5,561	6,989	7,282	6,381	6,093	6,221	6,140	5,692	5,879	7,209	75,712

(1) 専門体力測定 競技別平均値 男性

		野球	弓道	サッカー	バレー	ハンドボール	水泳	バスケ	剣道	柔道	ホッケー	総合平均	
性別		男性	男性	男性	男性	男性	男性	男性	男性	男性	男性	男性	
測定者数		514	10	36	48	31	26	11	10	22	15	723	
形態測定	身長	cm	170.4	168.2	171.2	172.3	174.0	166.7	163.3	170.0	177.4	170.2	171.2
	体重	kg	63.4	57.9	61.7	61.1	65.2	56.0	49.3	73.1	101.6	66.9	70.1
	胸囲	cm	85.7	83.7	83.7	84.0	85.1	82.1	74.4	92.5	109.2	86.3	89.4
	ローレル指数		128.1	124.8	123.0	118.8	123.5	120.2	112.7	148.9	180.3	136.2	137.8
	比体重		37.2	34.4	36.0	35.3	37.4	33.4	30.1	43.0	57.0	39.3	40.6
	比胸囲		50.3	49.8	48.9	48.7	48.9	49.2	45.6	54.5	61.5	50.8	50.3
	体脂肪率	(%fat)	12.5	14.8	12.4	12.3	10.5	13.4	8.8	18.3	23.2	16.1	14.7
	体脂肪量	kg	8.1	9.0	8.0	7.5	7.1	7.8	4.4	14.0	26.2	11.7	12.4
	除脂肪体重	kg	55.3	48.8	53.7	53.6	58.1	48.1	44.9	59.1	74.4	55.2	57.6
	伸展上腕囲	右 cm	26.4	26.2	24.7	25.0	26.4	25.2	22.2	30.3	37.2	27.0	28.3
		左 cm	26.1	25.1	24.5	24.6	25.9	24.4	22.0	28.3	36.8	26.8	27.7
	屈曲上腕囲	右 cm	29.2	27.6	27.4	27.3	28.9	27.2	24.0	33.3	39.5	31.2	30.8
		左 cm	28.8	26.9	26.7	26.6	28.1	26.1	23.9	30.7	39.0	31.2	30.0
	前腕囲	右 cm	25.6	24.2	24.1	24.6	25.5	24.0	22.6	28.4	31.2	25.8	26.3
		左 cm	25.4	23.9	23.6	24.0	24.8	23.2	22.6	27.8	30.8	25.6	25.8
	大腿囲	右 cm	53.8	50.8	53.0	52.1	54.3	49.9	46.4	56.5	64.5	55.7	54.9
		左 cm	53.6	50.6	52.6	51.3	53.3	49.4	46.2	55.6	64.0	55.5	54.4
	下腿囲	右 cm	36.1	34.6	36.2	36.2	37.4	33.9	33.6	39.4	42.7	37.1	36.2
左 cm		35.9	34.5	36.1	36.3	37.3	34.0	33.6	39.8	42.6	36.9	37.5	
筋力測定	屈曲腕力	右 kg	27.3	23.5	23.4	23.5	27.9	23.2	20.0	31.8	36.9	27.7	27.8
		左 kg	27.3	23.2	23.0	22.6	25.4	21.7	18.9	29.2	36.7	27.2	26.9
	伸展腕力	右 kg	21.5	19.7	19.9	18.2	20.0	18.9	14.1	23.7	35.2	20.1	22.8
		左 kg	21.0	18.4	17.1	17.9	21.1	18.3	14.9	19.9	34.2	21.7	22.1
	伸展脚力	右 kg	56.8	50.4	56.3	49.1	59.2	50.1	40.3	65.1	66.2	62.0	57.1
		左 kg	58.3	51.0	57.5	47.9	62.0	48.4	40.1	57.5	67.3	58.9	56.9
	屈曲脚力	右 kg	31.6	25.8	34.1	29.6	33.1	27.3	20.8	34.0	34.2	32.0	30.5
		左 kg	30.1	26.7	31.6	28.0	30.5	25.0	20.2	34.8	33.9	31.3	29.8
	無酸素パワー値	最大 w 数	845.1	697.1	860.7	812.9	880.8	735.6	618.6	965.4	1015.6	859.3	851.2
		w/kg	13.4	12.1	14.0	13.2	15.3	13.1	12.5	13.7	10.3	13.0	12.2

専門体力測定 競技別平均値 女性

		バレー	ハンド	バスケ	剣道	弓道	総合・平均	
性別		女性	女性	女性	女性	女性	女性	
測定者数		15	24	45	5	14	103	
形態測定	身長	cm	164.9	159.2	156.6	159.0	157.3	158.7
	体重	kg	57.2	53.6	53.3	42.4	51.1	53.3
	胸囲	cm	81.8	79.3	79.9	76.0	81.3	80.3
	ローレル指数		127.4	132.8	129.5	104.7	131.1	129.5
	比体重		34.6	33.6	33.2	26.6	32.5	33.2
	比胸囲		49.6	49.8	49.9	47.8	51.7	50.1
	体脂肪率	(%fat)	20.1	23.9	21.4	18.4	26.3	22.4
	体脂肪量	kg	11.6	12.8	11.8	7.6	13.6	12.2
	除脂肪体重	kg	45.5	40.8	41.0	36.2	37.5	41.0
	伸展上腕囲	右 cm	23.8	23.5	22.9	23.8	23.8	23.2
		左 cm	23.7	23.2	22.8	22.1	22.8	23.1
	屈曲上腕囲	右 cm	26.3	25.8	25.1	26.3	25.8	25.7
		左 cm	26.0	24.0	24.5	24.4	24.6	24.7
	前腕囲	右 cm	23.1	22.9	22.0	22.9	22.3	22.5
		左 cm	22.6	22.1	21.6	22.0	22.1	22.0
	大腿囲	右 cm	56.3	54.3	53.6	52.2	52.8	54.2
		左 cm	55.4	53.9	53.1	51.0	52.3	53.6
下腿囲	右 cm	35.9	35.6	34.7	34.2	34.4	35.1	
	左 cm	36.1	35.7	34.7	33.6	34.5	35.1	
筋力測定	屈曲腕力	右 kg	20.2	19.1	17.1	17.5	16.5	18.0
		左 kg	17.4	17.8	18.0	15.7	15.7	17.3
	伸展腕力	右 kg	12.3	17.7	14.0	14.5	14.5	14.4
		左 kg	14.0	13.9	13.4	11.0	12.5	13.5
	伸展脚力	右 kg	41.8	48.0	35.4	35.8	32.9	39.7
		左 kg	46.3	49.0	37.9	33.7	33.1	41.1
	屈曲脚力	右 kg	25.0	26.9	21.0	20.2	24.8	23.1
		左 kg	25.3	25.6	21.8	19.7	23.6	23.1
	無酸素パワー値	最大 w 数	674.1	557.4	512.0	501.4	491.4	549.5
		w/kg	11.8	10.4	9.5	12.9	9.9	10.3

(2) 専門体力測定 男女別ランキング

RANK		筋力測定									
		屈曲腕力		伸展腕力		伸展脚力		屈曲脚力		無酸素パワー	
		右	左	右	左	右	左	右	左	最大w数	w/kg
1	M	53.0	50.8	51.4	58.5	11.4	102.9	56.6	64.8	1442	24.3
	F	31.0	23.5	31.8	25.1	68.4	71.6	39.4	36.4	923	21.2
2	M	49.7	50.8	46.1	48.4	92.5	100.0	51.8	49.9	1340	18.0
	F	25.8	22.9	24.7	21.7	66.4	68.5	38.1	35.6	806	14.5
3	M	49.7	47.7	46.1	44.5	92.5	99.7	51.7	49.3	1340	17.9
	F	24.9	22.5	21.6	21.6	66.4	67.7	36.0	35.0	806	13.8
4	M	46.5	47.7	43.2	44.5	91.7	95.7	50.9	47.6	1257	17.2
	F	23.8	22.2	21.4	19.6	65.8	64.8	35.7	34.4	769	13.4
5	M	46.5	47.3	42.5	44.5	91.2	93.5	50.7	46.4	1255	17.1
	F	23.3	21.7	21.2	19.1	62.8	64.4	35.2	32.7	767	13.2
6	M	44.8	47.3	42.5	44.5	90.5	92.6	50.7	44.9	1219	17.0
	F	22.9	21.3	20.7	18.7	59.4	64.0	33.8	32.3	765	13.0
7	M	43.6	496.7	42.1	40.8	90.4	91.1	50.6	44.9	1219	16.9
	F	22.9	21.3	20.2	18.0	59.3	61.6	33.4	31.4	750	12.8
8	M	43.5	46.2	42.0	39.1	90.2	90.5	49.8	44.9	1206	16.8
	F	22.8	21.2	20.1	18.0	59.0	60.1	33.3	31.1	744	12.7
9	M	43.0	43.8	41.3	39.1	89.3	90.3	49.1	44.9	1206	16.7
	F	22.2	21.1	19.2	17.8	58.9	59.4	33.2	30.9	726	12.7
10	M	42.8	43.8	41.3	38.4	88.6	88.9	47.8	44.8	1200	16.7
	F	22.1	20.9	18.7	17.8	56.2	58.7	33.1	30.9	712	12.6

(3) 健康体力測定 年代別平均値

年代	中学生		高校生		20代		30代以上	
測定項目	平均値	最高値	平均値	最高値	平均値	最高値	平均値	最高値
被測定者数 (男)	210		545		52		17	
握力(右)(kg)	28.1	47.1	41.6	60.1	50.1	72.1	49.6	60.2
握力(左)(kg)	27.7	45.3	41.7	62.5	48.5	68.4	46.9	60.0
背筋力(kg)	75.2	138	122.2	212	151.4	264.0	144.5	185.0
垂直跳び(cm)	47.7	68	54.8	89	53.6	72.0	55.3	75.0
脚伸展パワー(w)	451.5	880	634.0	1183	749.2	1161	813.6	1300
反復横跳び(回)	40.6	51	45.7	71	42.3	55	49.6	56
全身反応時間(m秒)	0.3	0.229	0.3	0.139	0.3	1.0	0.3	1.0
閉眼片脚立ち(秒)	64.8	240	106.8	240	70.0	240	63.4	240
上体起こし(回)	26.8	32	31.1	35	29.0	33.1	26.9	34
被測定者数 (女)	195		107		17		17	
握力(右)(kg)	24.9	37.8	28.4	48.1	28.7	36.0	30.9	37.5
握力(左)(kg)	23.7	36.2	27.0	42.8	27.7	35.5	29.0	36.2
背筋力(kg)	63.2	112	79.2	169	73.9	119.0	74.1	117
垂直跳び(cm)	42.9	60	45.6	63	40.1	52.0	38.7	48
脚伸展パワー(w)	405.6	876	665.7	1056	347.9	538.0	387.3	517
反復横跳び(回)	42.3	58	50.0	71	36.4	44	40.6	52
全身反応時間(m秒)	0.3	0.465	0.3	0.467	0.4	1.0	0.4	1.0
閉眼片脚立ち(秒)	77.6	240	127.2	240	65.3	240	60.9	240
上体起こし(回)	25.1	31	28.5	33	21.7	30	19.1	24

小学生以下・40歳以上の被験者データ除く
測定項目の一部のみの利用者は除く

(4) スポーツビジョン測定 競技別平均値

競技種目	SVA	KVA	DVA	CS	OMS	DP	VRT	E/H	人数
野球	1.15	0.64	35.2	E5	66.8	14	14	84.5	78
バスケ	1.01	0.6	34.1	E5	64.7	17.1	12.4	87.6	53
サッカー	1.02	0.51	35.4	E5	68.3	17.5	12.2	85.0	27
バドミントン	0.86	0.47	32.4	E4	60.4	24.2	13.2	92.0	17
テニス	0.86	0.37	35.5	E4	64.7	24.0	14.0	89.8	3
その他	0.80	0.4	33	E4	58.4	17.4	14.2	89.3	13
全体平均値	0.97	0.53	34.6	E4.9	64.9	18.3	13.2	87.7	27.9

スポーツと深い関係のある視覚を研究する科学を「スポーツビジョン」といいます。

1978年にアメリカではじまり、1986年に日本に紹介されました。

目は誰でも同じように見えていると思われがちですが、視覚能力には大きな個人差があります。

スポーツ選手にとって視覚能力の差は、得られる情報の質や量の差になって現れます。

【スポーツビジョン測定項目】

評価項目		5	4	3	2	1	
静止視力 SVA		1.6 以上	1.5~ 1.3	1.2~ 1.0	0.9~ 0.7	0.7 未満	フォーカスの程度を数値化したもの
縦方向動体視力 KVA		1.1 以上	~0.9	~0.6	~0.4	0.4 未満	直進してくるものを識別する能力
横方向動体視力 DVA	rpm	38 以 上	~37	~35	~33	33 未満	左右に動くものを識別する能力
コントラスト感度 CS		E7 以上	E6	E5	E4~ E3	E2 以下	明暗の微妙な違いを識別する能力
深視力 DP	mm	5 未満	~10 未満	~14 未満	~25 未満	25 以上	距離の感覚、特に前後関係の識別能力
眼球運動 OMS	%	92 以 上	~88	~80	~70	70 未満	素早く動くものを眼で追う能力
瞬間視 VRT	点	17 以 上	~14	~11	~9	9 未満	瞬間的にたくさんの情報をつかむ能力
眼と手の協応動作 E/T	sec	73 未 満	~80 未満	~84 未満	~88 未満	88 以上	見たものに素早く反応する能力