

要覧

◇◇◇◇ もくじ ◇◇◇◇

1. 設立の経緯
2. 沿革
3. 2020年度基本方針および重点事項
4. 施設の概要
5. 職員数
6. 使用料
7. 2020年度事業体系
8. 2020年度開催事業一覧
9. 2019年度開催事業一覧
10. 2019年度月別利用状況
11. 2019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スの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①健康体力測定・相談・運動処方、②各種のトレーニング指導、③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 統合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 指定管理者制度により滋賀県体育協会が指定管理者となる（平成18年から5年間）
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）新規設置
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 指定管理者制度により滋賀県体育協会が指定管理者となる（平成23年から5年間）
青山 滋 第十二代館長に就任
- 平成23年 5月10日 移動用（ポータブル）体成分分析測定機器 追加設定
- 平成25年 4月 1日 乙須 純一 第十三代館長に就任
- 平成26年 4月 1日 渡辺 一生 第十四代館長に就任
- 平成26年 6月23日 動作解析導入
- 平成28年 4月 1日 指定管理者制度により滋賀県体育協会が指定管理者となる（平成28年から5年間）
- 平成28年 7月 1日 第2トレーニング室利用 トレーニング機器設置
- 平成29年 4月 1日 古我 幸二 第十五代館長に就任
- 平成30年 4月 1日 公益財団法人滋賀県スポーツ協会に名称変更
- 平成31年 4月 1日 田中 敏也 第十六代館長に就任
- 令和2年 4月 1日 新型コロナウイルス感染拡大防止のため閉館 6月1日より開館

3. 2020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的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 2020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 郵便番号 520-0037 大津市御陵町4-1（皇子山運動公園内）
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、血圧計、びわこ国体・前年度国民体育大会・全国障害者スポーツ大会賞状トロフィー 等

○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 等

○健康体力測定室B(130㎡)

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、最大酸素摂取量測定{推定}、体成分分析測定)等

○スポーツビジョン測定室(23、4㎡)

スポーツビジョン測定機

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

○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(各種ダンベル、各種バーベル、各種ベンチ)、鏡、音響設備等

○第2トレーニング室(158、76㎡)

パワーラック、スクワットラック、ベンチプレス、各種マシン、バランスボール等

*新型コロナウイルス感染拡大防止の為
器具等の配置変更有り

○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1面、
盲人バレーボールコート1面、バドミントンコート3面、
卓球6台、肋木、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48名分 女子56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、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

5. 職員数

館長 1名 管理 3名 指導 6名 職員数 計10人

6. 使用料 2019年度10月1日 改定

測定室	高校生以下	一般
	県内	県内
A測定（専門測定）	680	860
B測定（健康体力測定）	930	1,220
SV測定（スポーツビジョン測定）	500	700
InBody（体成分分析測定）	400	

※InBodyはA測定もしくはB測定のどちらかを測定された場合、100円で受けられる

トレーニング室	高校生以下	一般
	県内	県内
1回利用	430	650
定期券	3,500	5,240
回数券	4,300	6,500

会議室			
午前（9:00～12:30）	1,610		
午後（13:00～17:00）	2,340		
夜間（17:30～21:00）	3,090		
アリーナ	中学生以下	高校生以下	一般
午前（9:00～12:30）	3300	5040	6610
午後（13:00～17:00）	3,830	6,180	7,800
夜間（17:30～21:00）	4,710	6,920	9,280
個人利用	240	380	540
宿泊室			
高校生以下	1,480		
一般	1,730		
昼間利用（10:00～16:00）	300		

※県外在住者は上記の金額の1.5倍の料金

※アリーナ半面は2分の1の料金

7. 2020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
各種教室	(1) スポーツアカデミー
	4 KIDS
	5 KIDS
	ジュニア
	(2) ダンスボックス
	(3) ダンスメソッド
	(4) ヨガストレッチ
	(5) 気軽にピラティス
	(6) ピラティスコンディショニング
	(7) 輝き・シニアスポーツデー
	(8) はじめてのリズム体操（シニア向け） いまからはじめよう！いきいき健康教室（シニア向け）
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) 展示ホールの運営
	(2) 指導文書・指導パネル等の作成
	(3) 健康・体力づくりと体育・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) その他広報活動

8. 2020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
トレーニング指導者派遣事業	年間	市町村・学校など	予約
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・ジュニアスポーツ教室 （4 KIDS）	毎週水曜日 第Ⅱ期 9/2～11/25 第Ⅲ期 12/9～3/3 計 24回	（4 KIDS） 就学前2年の幼児 I期につき 1クラス×15名	8/1～先着順 途中参加可
幼児・ジュニアスポーツ教室 （5 KIDS）	毎週水曜日 第Ⅱ期 9/2～11/25 第Ⅲ期 12/9～3/3 計 24回	（5 KIDS） 就学前1年の幼児 I期につき 1クラス×15名	8/1～先着順 途中参加可
幼児・ジュニアスポーツ教室 （ジュニア）	毎週水曜日 第Ⅱ期 9/2～11/25 第Ⅲ期 12/9～3/3 計 24回	（ジュニア） 小学校1年生～3年生 I期につき 1クラス×15名	8/1～先着順 途中参加可
ダンスボックス	9/2～3/24 毎週水曜日 月4回 計26回	小学生 15名	8/1～先着順 途中参加可
ダンスボックス(木曜日コース)	9/3～3/25 毎週木曜日 月4回 計26回	小学生 15名	8/1～先着順 途中参加可
ダンスメソッド	9/2～3/24 毎週木曜日 月4回 計26回	中高生 15名	8/1～先着順 途中参加可
ヨガストレッチ	第Ⅱ期 9/1～12/8 第Ⅲ期 12/15～3/16 毎週水曜日 計24回	一般男女 20名	8/1～先着順 途中参加可

気軽にピラティス	第Ⅱ期 9/1～12/8 第Ⅲ期 12/15～3/16 毎週水曜日 計24回	一般男女 20名	8/1～先着順 途中参加可
ピラティスコンディショニング	第Ⅲ期 12/9～3/3 毎週水曜日 計12回	一般男女 20名	8/1～先着順 途中参加可
輝き・シニアスポーツデー	第Ⅱ期 9/16～11/25 第Ⅲ期 1/13～3/17 毎週水曜日 計20回	50歳以上の男女 25名	8/1～先着順 途中参加可
トレーニング初心者講習会	第1、2日曜日 (午前) 第3金曜日 (午前・夜間) 第4火曜日 (午前・夜間) 毎週木曜日 (午後) (第3、夏休み・春休みを除く)	中学生以上の男女	当日受付 (指定日以外は要予約)
スポーツトレーニング講習会	年間	学校・競技団体	予約 (要相談)
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
スポーツ専門科学講座	年1回	スポーツ選手および指導者 30名	予約
いまからはじめよう！ いきいき健康教室	第Ⅱ期 9/17～11/19 第Ⅲ期 1/7～3/18 毎週木曜日 (午前) 20回	一般男女 20名	8/1～先着順 途中参加可
はじめてのリズム体操	第Ⅱ期 9/11～12/11 第Ⅲ期 11/15～3/19 毎週金曜日 (17回)	一般男女 20名	8/1～先着順 途中参加可

9. 2019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
4歳児教室	Ⅰ期	5/8～7/24 毎週水曜日	12日	4 KIDS の幼児	64	体操、ボール遊び、手具器具を用いた動きづくり
5歳児教室				就学前2年の幼児	155	
4歳児教室	Ⅱ期	9/4～11/20 毎週水曜日	12日	就学前3年の幼児	98	
5歳児教室				就学前2年の幼児	214	
4歳児教室	Ⅲ期	12/11～3/4 毎週水曜日	11日	就学前3年の幼児	56	
5歳児教室				就学前2年の幼児	88	
気軽に ピラティス ヨガ ストレッチ	Ⅰ期	5/14～8/6 毎週火曜日	12日	一般	311	運動不足 シェイプアップ ストレス解消
	Ⅱ期	9/3～12/3 毎週火曜日	12日	一般	284	
	Ⅲ期	12/17～3/17 毎週火曜日	11日	一般	210	
ピラティス コンディショ ニング	Ⅰ期	5/8～7/24 毎週水曜日	12日	一般	192	
	Ⅱ期	9/4～11/20 毎週水曜日	12日	一般	143	
	Ⅲ期	12/11～3/4 毎週水曜日	9日	一般	118	
輝きシニア スポーツデー	Ⅰ期	5/8～7/10 毎週水曜日	10日	50歳以上の一般 男女	335	生活習慣予防や介護予防 のための健康運動
	Ⅱ期	9/18～11/20 毎週水曜日	10日	50歳以上の一般 男女	228	
	Ⅲ期	1/15～3/18 毎週水曜日	7日	50歳以上の一般 男女	136	
ダンスプログラム		4/10～3/25 毎週水曜日	95日	小学生	562	ダンスを通じて 身体を動かし、 体力向上を図る
		4/10～3/25 毎週木曜日			406	ダンスを通じて 身体を動かし、 体力向上を図る
		4/11～3/26 毎週木曜日		中学生・高校生	380	ダンスを通じて 身体を動かし、 体力向上を図る
トレーニング初心者講習会		第1・2日曜日 10:00～ 第3金曜 第4火曜 10:00～・18:30	80回	中学生以上の男 女	295	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～	6回	中学生以上の男女	80	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	5回	小学生以上の団 体サークル	194	指導者を派遣し、トレー ニング指導

InBody（体成分分析）測定	年間随時	21回	小学生以上の男女	440	体成分分析
スポーツビジョン測定	年間随時	142日	小学生以上の男女	1204	動体視力の測定
スポーツ科学専門講座	年1回	22回	選手、指導者関係	180	科学的トレーニング理論の講習

10. 2019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	4	2	3	1	4	3	1	2	9	2	3	0	34
	人数	31	18	23	2	37	40	16	6	125	34	57	0	389
測定室 B	件数	10	12	6	2	10	11	9	12	9	4	4	0	89
	人数	39	128	11	18	137	24	48	84	92	42	32	0	655
スポーツ ビジョン 測定	件数	20	17	20	3	7	12	7	41	9	5	8	0	149
	人数	26	24	20	3	137	65	10	45	60	31	62	0	483
トレーニング 室	人数	2,774	2,778	3,047	3,024	2,991	3,998	2,983	2,986	2,184	2,711	2,742	0	31,948
	初心者 講習会 受講者	62	55	22	37	21	30	29	10	8	37	15	0	326
アリーナ	件数	181	127	126	105	186	85	130	97	98	101	104	16	1,358
	人数	1,344	1,475	1,808	1,514	2,875	1,005	1,598	1,433	1,326	1,379	1,548	266	17,576
会議室	件数	32	59	51	52	66	44	95	56	44	63	51	19	632
	人数	750	1,191	858	1,089	3,126	724	1,943	1,114	629	1,251	849	300	13,824
宿泊室	件数	7	13	7	7	22	10	6	7	7	6	3	0	95
	人数	289	323	152	236	372	105	111	99	145	67	48	0	1,947
合計	件数	254	230	213	170	295	165	248	215	176	181	173	37	2,357
	人数	5,315	5,992	5,941	5,923	9,696	5,091	6,738	5,777	5,199	5,552	5,353	571	67,148

*人数は延べ人数

11. 2019年度各測定

(1) 専門体力測定 競技別平均値 男性

		陸上	サッカー	ハンド	野球	その他	総合・平均	
性別		男性	男性	男性	男性	男性	男性	
測定者数		27	23	48	163	15	276	
形態測定	身長	cm	168.2	172.8	173.2	168.4	171.9	170.9
	体重	kg	58.3	60.2	67.0	62.3	73.6	64.2
	胸囲	cm	84.8	83.7	88.5	85.2	96.9	87.8
	ローレル指数		122.5	116.9	129.0	129.2	139.6	127.4
	比体重		34.6	34.8	38.7	36.8	40.8	37.1
	比胸囲		50.4	48.5	51.1	50.5	53.8	50.9
	体脂肪率	(%fat)	12.6	9.8	12.8	11.9	17.3	12.9
	体脂肪量	kg	7.5	6.0	8.7	7.4	13.3	8.6
	除脂肪体重	kg	50.8	54.2	58.3	54.5	60.3	55.6
	伸展上腕囲	右 cm	24.2	24.0	26.3	25.4	29.0	25.8
		左 cm	24.5	23.7	26.2	25.3	28.9	25.6
	屈曲上腕囲	右 cm	28.4	27.3	30.3	29.1	33.8	29.8
		左 cm	28.4	27.0	29.9	28.7	33.1	29.4
	前腕囲	右 cm	24.7	23.8	26.3	25.8	27.4	25.6
		左 cm	24.3	23.3	25.4	27.1	27.1	25.4
	大腿囲	右 cm	51.6	51.0	55.0	53.6	56.2	53.5
左 cm		51.4	50.6	54.9	53.3	55.8	53.2	
下腿囲	右 cm	35.5	35.4	37.5	36.3	37.5	36.4	
	左 cm	35.6	35.0	37.5	36.3	37.8	36.4	
筋力測定	屈曲腕力	右 kg	25.2	24.2	28.0	24.9	32.7	27
		左 kg	25.0	26.3	25.2	25.1	32.1	26.7
	伸展腕力	右 kg	19.9	22.0	21.1	18.5	28.4	22.0
		左 kg	20.4	18.2	22.8	19.4	31.9	22.5
	伸展脚力	右 kg	65.0	76.1	68.9	68.9	84.7	72.7
		左 kg	59.3	70.2	63.2	64.6	82.3	67.9
	屈曲脚力	右 kg	31.5	35.0	35.8	33.2	38.0	34.7
		左 kg	33.1	34.8	34.4	32.4	38.9	34.7
	無酸素パワー	最大 w 数	801.3	812.3	887.8	827.8	865.2	838.9
		w/kg	13.8	13.6	13.2	13.2	12.0	13.2

専門体力測定 競技別平均値 女性

		バレーボール部	ハンドボール	その他	総合・平均	
性別		女性	女性	女性	女性	
測定者数		45	22	5	72	
形態測定	身長	cm	160.8	160.1	153.7	158.2
	体重	kg	54.4	54.3	50.1	52.9
	胸囲	cm	80.7	81.8	80.5	81.0
	ローレル指数		130.9	132.4	138.7	134
	比体重		33.8	33.9	32.6	33.4
	比胸囲		50.2	51.1	52.5	51.2
	体脂肪率	(%fat)	22.0	22.8	23.9	22.9
	体脂肪量	kg	12.1	12.6	9.4	11.3
	除脂肪体重	kg	42.4	41.7	30.5	38.2
	伸展上腕囲	右 cm	23.7	23.5	23.7	23.6
		左 cm	23.3	23.7	23.5	23.5
	屈曲上腕囲	右 cm	25.9	25.9	26.3	26.0
		左 cm	25.4	25.9	25.8	25.7
	前腕囲	右 cm	23.0	23.2	22.7	22.9
		左 cm	22.3	22.5	22.3	22.3
	大腿囲	右 cm	53.9	53.8	53.7	53.8
		左 cm	53.2	53.4	53.0	53.2
	下腿囲	右 cm	35.2	35.3	33.1	34.5
左 cm		35.0	35.6	33.1	34.5	
筋力測定	屈曲腕力	右 kg	18.5	17.9	19.9	18.7
		左 kg	17.4	19.1	20.5	19.0
	伸展腕力	右 kg	13.8	14.4	15.8	14.6
		左 kg	14.1	14.1	15.8	14.6
	伸展脚力	右 kg	54.3	53.1	52.7	53.3
		左 kg	47.8	51.8	46.8	48.8
	屈曲脚力	右 kg	24.9	26.5	24.2	25.2
		左 kg	25.5	28.8	25.5	26.6
	無酸素パワー	最大 w 数	603.2	621.1	530.0	584.7
		w/kg	11.1	11.5	10.4	11

(2) 専門体力測定 男女別ランキング

1, 男子

RANK 男子	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
	kg	kg	kg	kg	kg	kg	kg	kg		
1	42.7	46.4	43.6	62.5	149.9	134.1	56.6	59.2	1,416	17.9
2	42.5	40.4	43.0	49.5	127.2	117.6	54.8	58.3	1,360	17.6
3	40.8	38.5	41.0	44.4	119.7	109.5	48.9	52.1	1,295	17.3
4	37.8	38.1	39.9	43.9	119.7	109.3	48.5	50.8	1,281	17.2
5	37.2	36.7	36.9	41.1	113.1	106.3	48.0	49.9	1,269	16.4
6	37.1	34.9	32.8	35.1	112.9	104.6	47.2	48.5	1,227	16.3
7	36.9	34.9	30.3	34.8	111.4	104.1	47.0	47.7	1,218	16.2
8	36.4	34.6	29.7	32.8	110.1	103.6	46.7	47.4	1,118	16.2
9	36.1	34.6	29.4	32.7	103.7	99.9	46.6	47.2	1,116	16.1
10	35.3	34.4	29.2	32.5	103.1	97.9	46.5	47.0	1,156	15.9

2, 女子

RANK 女子	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
	kg									
1	25.3	27.1	22.8	22.3	86.0	84.4	35.2	35.9	790	16.6
2	25.1	25.6	20.2	21.1	79.6	75.6	32.2	35.1	790	14.1
3	24.1	24.5	19.1	19.5	78.5	74.8	31.6	34.8	758	14.0
4	24.0	23.8	18.0	19.3	76.9	74.0	31.1	34.4	741	13.4
5	23.8	22.3	18.0	19.0	71.4	72.5	30.8	34.1	731	13.2
6	23.2	21.7	17.8	17.8	68.9	71.2	30.8	33.3	731	12.8
7	22.9	21.4	16.7	17.8	68.7	65.4	30.6	32.6	722	12.7
8	22.4	21.3	16.7	17.5	67.7	64.5	30.6	31.9	715	12.5
9	20.9	21.3	16.6	17.4	67.4	63.4	29.9	31.3	709	12.3
10	20.8	21.2	16.5	17.3	67.4	63.0	29.6	30.9	706	12.3

(3) 健康体力測定 年代別平均値

1, 男子

年代	中学生		高校生		20代		30代以上	
	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 (人)	86		199		29		18	
握力 (右) (kg)	32.1	55.5	42.6	62.6	51.6	66.7	51.4	74.5
握力 (左) (kg)	32	55.1	41.1	60.5	50	65.7	49.7	70.5
背筋力 (kg)	82.9	134	109	274	146.1	200	133	221
垂直跳び (cm)	50.9	68	54.8	71	57.4	86	49	60
脚伸展パワー (w)	485	909	705	1194	860.8	1223	785.3	1301
反復横跳び (回)	49	61	52.4	70	53.6	60	44.4	56
全身反応時間 (m秒)	0.332	0.2	0.322	0.213	0.338	0.266	0.349	0.263
閉眼片脚立ち (秒)	121	240	108	240	98.2	240	59	240
体前屈 (cm)	6.9	19.5	7.9	28.5	11.9	27	6.4	25
踏台昇降運動(回)	152.2	105	142.4	84	178.4	122	156.8	106
上体起こし (回)	29.6	43	22.5	49	33.4	41	25.4	32

※小学生以下・60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

2, 女子年代	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 (人)	13		84		5		10	
握力 (右) (kg)	26.9	34.8	29.5	43.8	31	32.1	29.2	36.4
握力 (左) (kg)	26.6	35.5	39.1	28.1	30	31.6	26.9	33.7
背筋力 (kg)	68.7	89	69	106	68	94	64.9	89
垂直跳び (cm)	41.5	48	46	59	40	46	35.9	46
脚伸展パワー (w)	432	578	495	806	147	171	387	620
反復横跳び (回)	48	58	47.3	57	43	50	37	42
全身反応時間 (m秒)	0.375	0.262	0.343	0.237	0.439	0.425	0.376	0.323
閉眼片脚立ち (秒)	143.6	240	86.9	240	46.8	125	48.9	150
体前屈 (cm)	16.3	22.5	10.7	25.5	9.1	21.5	7.4	22
踏台昇降運動(回)	15.3	126	146.6	96	161	100	161	137
上体起こし (回)	30	39	30	39	19.4	29	23.4	27

※小学生以下・60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	CS	OMS	DP	VRT	E/H	人数
カヌー	0.7	0.1	1	68	21	18	91	1
空手道	1.3	0.8	5	62	8	13	91.5	1
サッカー	1.5	0.8	3.5	69	10.5	12	95	2
自転車	1.0	0.8	4.0	52	60	6	86	1
柔道	1.2	0.98	5	58	14	14	85.4	7
少林寺拳法	1.1	0.3	4	86	11	14	100	1
水泳	0.9	0.3	1	76	6	10	96.7	1
水球	1.0	0.7	3.7	69	22	12	90.2	9
スキー	1.1	0.5	2.6	61	19	14	94.9	9
ソフトテニス	1.1	0.5	7	72	6	12	85.9	1
卓球	1.0	0.3	1	70	26	12	110.5	2
テコンドー	1.4	0.7	5	52	22	11	91.6	1
テニス	1.5	0.9	7	66	5	9	90.2	1
バスケットボール	1.6	1	7	28	13	17	90.2	1
バレーボール	1.2	0.6	4	60	19	12	97.7	31
フェンシング	1.6	0.7	6	63	11	13	90.3	4
野球	1.3	0.7	4	65	17	14	88.5	184
陸上競技	1.0	0.5	3	67	25	12	87.4	15
その他	0.9	0.5	4	62	26	11	107.9	6
全体	1.2	0.7	4	64	18	13	90.2	277

※DVA 測定は8月末の故障により測定不可能

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
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