

総務省承認 No. 23299

平成16年12月31日まで

新体力テスト（65歳～79歳）

記録用紙

文部科学省

記入上の注意

- 1) 「住所」は、居住地の都道府県名を記入してください。
- 2) 「年齢」は、平成16年4月1日現在の満年齢を記入してください。
- 3) 「都市階級区分」については、居住地が次のいずれに該当するかを判断し、その番号を○で囲んでください。
 - (1) 大・中都市…人口15万人以上の市、政令指定都市。
 - (2) 小都市………人口15万人未満の市。
 - (3) 町村
- 4) 「学生時代の運動部（クラブ）活動の経験」において、旧制の学校を卒業した者は、下記に相当する者として、該当する番号を○で囲んでください。
 - (1) 旧制の中学校は、新制の高校。
 - (2) 旧制の高校、師範学校及び専門学校は、新制の大学。
- 5) その他については、該当する番号を○で囲んでください。
- 6) 2回テストをする項目については、そのよい方の記録の左側に○印をつけてください。
- 7) 総合評価については、該当する記号を○で囲んでください。

No.	氏名	本人の住所		都道府県
1. 平成16年4月1日現在の年齢	歳	2. 性別	男・女	
3. 都市階級区分	1. 大・中都市		2. 小都市	3. 町村
4. 健康状態について	1. 大いに健康		2. まあ健康	3. あまり健康でない
5. 体力について	1. 自信がある		2. 普通である	3. 不安がある
6. スポーツクラブへの所属状況	1. 所属している		2. 所属していない	
7. 運動・スポーツの実施状況	1. ほとんど毎日(週3~4日以上)		2. ときどき(週1~2日程度)	
	3. ときたま(月1~3日程度)		4. しない	
8. 1日の運動・スポーツ実施時間	1. 30分未満		2. 30分以上1時間未満	
	3. 1時間以上2時間未満		4. 2時間以上	
9. 朝食の有無	1. 毎日食べる		2. 時々欠かす	3. まったく食べない
10. 1日の睡眠時間	1. 6時間未満		2. 6時間以上8時間未満	3. 8時間以上
11. 学校時代の運動部 (クラブ)活動の経験	1. 中学校のみ		2. 高校のみ	3. 大学のみ
	4. 中学校・高校		5. 高校・大学	
	6. 中学校・大学		7. 中学校・高校・大学	
	8. 経験なし			
12. 体格	1. 身長		cm	2. 体重
				kg

項目		記録		得点		
1. 握力	右	1回目	kg	2回目	kg	
	左	1回目	kg	2回目	kg	
	平均			kg		
2. 上体起こし				回		
3. 長座体前屈		1回目	cm	2回目	cm	
4. 開眼片足立ち		1回目	秒	2回目	秒	
5. 10m障害物歩行		1回目	秒	2回目	秒	
6. 6分間歩行				m		
得点合計						
総合評価		A	B	C	D	E

※この記録用紙は、統計以外の目的には使用いたしません。