

Ⅵ 体 育 活 動 の 状 況

1 目 標

日常生活の中で継続的にスポーツ実践ができそれぞれの目的にそって自主的、自発的に活動が展開できるよう事業の実施、大会行事の開催及び諸条件の整備等を年次計画にそい進めた。

2 方 針

- ① 各体育施設の整備をすすめ、それぞれの機能の保持と円滑な運営につとめた。
- ② 各種競技団体及び自主的団体等との相互な連携により大会行事等の運営につとめた。
- ③ 市民の間で行われる諸活動の要望に対し必要に応じて協力及び後援を行った。
- ④ 各種の講習会、研修会、スポーツ教室等の事業を実施し健康の維持増進及び体力向上や資質の向上等に機会とした。
- ⑤ 第35回都民体育大会及び第16回東京都市町村総合体育大会に選手役員等の派遣に協力をすすめた。

3 体育施設の整備の状況

○ 福生市営プール塗装工事	1,620,000 円
○ 武蔵野台テニスコート照明灯設置工事	18,000,000 円
○ 福生野球場スタンド増設工事	29,150,000 円
○ 福東テニスコート及び武蔵野台テニスコート 駐車場舗装工事	4,200,000 円
○ 福東テニスコート水銀灯設置工事	245,000 円
○ 福生野球場芝張工事	2,160,000 円
○ 加美平野球場倉庫設置工事	1,490,000 円
○ 南公園テニスコート改良工事	17,670,000 円
○ 福生及び田園野球場グラウンド面掘起し工事	2,800,000 円
計	77,335,000 円

4 屋外体育施設の概要

施 設 名	広 さ	面 積	備 考
福 生 野 球 場	18,862 m^2	1 面	福生市牛浜 162 番地 1 時間につき 1,000 円 (市外 2,000 円) 夜間照明料 1 時間につき 3,000 円 (市外 6,000 円)
加 美 平 野 球 場	5,183 m^2	1 面	福生市加美平 1 丁目 21 番地 1 時間につき 300 円 (市外 600 円) 軟式野球・ソフトボール
田 園 野 球 場	5,139 m^2	1 面	福生市南田園 2 丁目 13 番地 使用料同上 少年野球・ソフトボール
南 公 園 グ ラ ウ ン ド	10,147 m^2	1 面	福生市南田園 1 丁目 1 番地 1 市内在住在勤在学 (無料) 野球・ソフトボール
福 東 公 園 グ ラ ウ ン ド	11,640 m^2	1 面	福生市熊川 1610 番地 市内在住在勤在学 (無料) 少年野球・ソフトボール
武 蔵 野 台 テ ニ ス コ ー ト	2,522 m^2	4 面	福生市武蔵野台 1 丁目 30 番地 1 面 1 時間につき 400 円 (市外 800 円) 夜間照明料 1 面 1 時間につき 600 円 (市外 1,200 円) 全天候型ハードコート
福 東 テ ニ ス コ ー ト	4,700 m^2	7 面	福生市熊川 1608 番地、1620 番地 1 面 1 時間につき 400 円 (市外 800 円) 全天候型ハードコート
南 公 園 テ ニ ス コ ー ト	1,978 m^2	3 面	福生市南田園 1 丁目 1 番地 1 1 面 1 時間につき 200 円 (市外 400 円) クレーコート

屋外体育施設利用状況

施設名	利用状況	申請件数	利用件数	利用人数
福生野球場		453件	529件	17,654件
加美平野球場		349	494	15,671
田園野球場		143	235	6,023
南公園グラウンド		275	415	13,142
福東グラウンド		80	120	4,083
武蔵野台テニスコート		2,459	2,215	20,209
南公園テニスコート		843	813	4,363
福東テニスコート		4,734	4,720	20,629
計		9,336	9,541	97,691

屋外体育施設使用料（野球場）

月	福生野球場		加美平野球場		田園野球場		合 計	
	件 数	金 額	件 数	金 額	件 数	金 額	件 数	金 額
4	77	448,500	53	40,200	21	14,250	151	502,950
5	37	191,500	32	24,000	27	25,950	96	241,450
6	73	438,000	41	32,550	9	7,500	123	478,050
7	91	621,000	38	33,450	9	8,400	138	662,850
8	74	459,000	33	28,650	22	20,700	129	508,350
9	63	463,000	30	23,100	17	14,550	110	500,650
10	17	79,000	24	19,350	12	9,150	53	107,500
11	5	11,000	10	7,050	4	4,200	19	22,250
12			2	1,220			2	1,200
1			11	6,600			11	6,600
2			27	24,000			27	24,000
3	22	135,500	49	34,650	13	8,100	84	178,250
合計	459	2,846,500	350	274,800	134	112,800	943	3,234,100
還 付 金	52 件		29 件		4 件		85 件	
	324,000円		17,250円		3,600円		344,850円	

屋外体育施設使用料（テニスコート）

月	武蔵野台		福 東		南 公 園		合 計	
	件 数	金 額	件 数	金 額	件 数	金 額	件 数	金 額
4	163	159,400	330	323,000	117	54,400	610	536,400
5	239	307,800	408	573,800	158	69,400	805	951,000
6	200	200,000	415	427,400	119	54,100	734	671,500
7	213	212,600	484	533,800	81	37,700	778	784,100
8	219	217,600	517	479,400	89	38,300	825	735,300
9	155	199,600	420	456,400	100	44,400	675	700,200
10	278	477,200	447	498,600	99	51,900	824	1,027,700
11	172	173,000	409	394,200	50	21,600	631	588,800
12	139	129,800	306	335,800			445	465,600
1	110	126,000	274	242,800			384	368,800
2	163	183,800	360	480,600			523	664,400
3	164	219,800	350	444,400			514	679,800
合計	2,215	2,606,600	4,720	5,180,200	813	371,800	7,809	8,173,800
還 付 金	123 件		135 件		30 件		288 件	
	151,600円		128,000円		13,600円		293,200円	

昭和57年度 市営プール利用状況

1. 総括表

開 場 期 間		7月1日～8月31日（8月8日都下大会・8月29日水泳大会）			
項 目		使 用 者		使 用 料	
		総 数（人）	1日平均（人）	計（円）	1日平均（円）
大 人	2 時 間	1 4,9 2 0	2 4 8.7	2,2 3 8,0 0 0	3 7,0 0 0
	超 過	1,6 3 9	2 7.3	1 1 4,7 3 0	1,9 1 2.2
	計	1 6,5 5 9	2 7 6	2,3 5 2,7 3 0	3 9,2 1 2.2
小 人	2 時 間	1 5,3 8 5	2 5 6.4	7 6 9,2 5 0	1 2,8 2 0.8
	超 過	1,1 7 2	1 9.5	2 3,4 4 0	3 9 0.7
	無 料 者	1 3,7 1 0	2 2 8.5		
	計	3 0,2 6 7	5 0 4.5	7 9 2,6 9 0	1 3,2 1 1.5
総 計	2 時 間	3 0,3 0 5	5 0 5.1	3,0 0 7,2 5 0	5 0,1 2 0.8
	超 過	2,8 1 1	4 6.9	1 3 8,1 7 0	2,3 0 2.8
	無 料 者	1 3,7 1 0	2 2 8.5		
	計	4 6,8 2 6	7 8 0.5	3,1 4 5,4 2 0	5 2,4 2 3.7
コインロッカー		利 用 件 数	使 用 料	利 用 率	
		2 7,3 9 6件	1,3 6 9,8 0 0円	6 2.2 4%	

2. 月間利用状況

	7 月（31日間）		8 月（29日間）	
	人 数	1日平均	人 数	1日平均
2 時 間	8,1 6 2 ^人	2 6 3.3 ^人	2 2,1 4 3 ^人	7 6 3.6 ^人
超 過 者	3 4 9	1 1.3	2,4 6 2	8 4.9
無 料 者	6,6 6 5	2 1 5	7,0 4 5	2 4 2.9
計	1 5,1 7 6	4 8 9.5	3 1,6 5 0	1,0 9 1.4

3. 最高最低入場日

	最 高			最 低		
月 日	8 月 22 日			8 月 1 日		
曜 日	日 曜 日			日 曜 日		
天 候	晴			雨 (台風10号)		
気 温	35.0° C (AM10:00)			22.0° C (AM10:00)		
水 温	23.0° C			25.0° C		
	使用人 (人)		使用料 (円)	使用人 (人)		使用料 (円)
	2 時 間	超 過		2 時 間	超 過	
大 人	2,008	356	326,120	0	0	0
小 人	1,188	209	63,580	0	0	0
無 料	543	0		0	0	
計	3,739	565	389,700	0	0	0
総 計	4,304			0		0
備 考						

4. 天候との関係

天 候	日 数		入 場 者	
	日 数	%	総 数	1 日 平 均
晴	27 日	45.0 %	33,871人	1,254.5人
曇 等	22	36.7	9,787	444.9
雨	11	18.3	357	32.5
計	60	100.0	44,015	1,731.9

学校校庭使用状況

		4	5	6	7	8	9	10	11	12	1	2	3	合 計
1	使用件数	7	10	8	0	0	0	0	1	0	0	0	0	26
小	使用人数	113	265	148	0	0	0	0	100	0	0	0	0	626
2	〃	4	5	4	5	3	1	2	5	2	3	4	2	40
小	〃	196	200	120	245	98	30	95	212	92	141	180	39	1,648
3	〃	4	4	6	4	3	2	4	2	1	0	1	3	34
小	〃	125	133	332	118	225	110	200	63	56	0	60	74	1,496
4	〃	4	9	5	5	0	4	3	6	3	5	5	3	52
小	〃	160	300	160	138	0	140	320	164	130	220	135	90	1,957
5	〃	9	17	11	21	6	9	21	8	9	14	19	13	157
小	〃	292	624	539	1,045	110	358	813	217	339	492	676	432	5,937
6	〃	7	11	5	5	0	6	5	8	0	1	9	3	60
小	〃	168	285	340	270	0	165	1,125	230	0	120	263	50	3,016
7	〃	11	5	5	5	11	6	6	6	3	3	8	12	81
小	〃	810	340	660	246	410	445	1,240	520	230	158	455	589	6,103
1	〃	3	1	2	2	4	2	6	1	0	0	0	0	21
中	〃	144	26	46	27	92	19	117	150	0	0	0	0	621
2	〃	0	2	2	1	5	2	4	0	0	0	0	2	18
中	〃	0	44	43	20	192	44	68	0	0	0	0	38	449
3	〃	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
中	〃	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
合	〃	49	64	48	48	32	32	51	37	18	26	46	38	489
計	〃	2,008	2,217	2,388	2,109	1,127	1,311	3,978	1,656	847	1,131	1,769	1,312	21,853

学校体育館使用状況

		4	5	6	7	8	9	10	11	12	1	2	3	合 計
1	使用件数	15	22	24	22	16	21	22	16	8	14	20	19	219
小	使用人数	210	509	598	296	164	468	585	317	119	189	310	311	4,076
2	"	12	31	33	31	23	39	33	22	15	17	26	22	304
小	"	215	490	526	654	334	553	509	367	283	253	439	399	5,022
3	"	12	9	23	10	0	0	0	0	0	0	0	0	54
小	"	280	221	681	282	0	0	0	0	0	0	0	0	1,464
4	"	17	20	21	31	22	35	30	10	23	15	23	5	252
小	"	250	293	367	644	366	793	602	126	481	321	382	93	4,718
5	"	17	22	25	16	16	19	28	16	22	14	22	22	239
小	"	201	353	599	254	229	397	489	230	335	229	294	321	3,931
6	"	28	42	37	36	28	38	33	28	24	23	35	19	371
小	"	962	1,714	1,614	1,433	923	1,691	1,192	1,049	1,001	761	1,131	653	14,124
7	"	5	6	7	10	9	18	13	2	11	15	18	2	116
小	"	55	66	77	114	101	423	230	44	354	326	357	24	2,171
1	"	23	23	24	32	26	25	22	18	16	12	17	21	259
中	"	282	245	270	405	302	272	290	222	154	143	270	251	3,106
2	"	19	28	32	33	24	27	27	31	11	14	19	19	284
中	"	396	545	866	725	584	527	539	664	491	233	330	365	6,265
3	"	5	4	4	5	4	4	5	3	3	3	4	2	46
中	"	52	37	23	33	19	36	35	23	17	24	31	24	354
合	"	153	207	230	226	168	226	213	146	133	127	184	131	2,144
計	"	2,903	4,473	5,621	4,840	3,022	5,160	4,471	3,042	3,235	2,479	3,544	2,441	45,231

5 スポーツ教室

(教) = 教育委員会
 (体) = 体育指導委員
 (実) = 実技指導員

No	事業名	対象	期間	曜日	時間	回数	担当	会場	参加状況		
									申込者	延参加者	1回平均
1	硬式テニス教室	初心者	4/4 ~ 5/2	日	9:30~12:00	4	(教)	一中 テニスコート	41	111	27.75
2	軟式テニス教室	初心者	6/12 ~ 7/17	土	14:00~16:00	5	(体)(実)	福東 テニスコート	22	76	15.2
3	軟式テニス教室	初心者	6/12 ~ 7/17	土	14:00~16:00	5	(体)(実)	武蔵野台 テニスコート	28	79	19.75
4	主婦水泳教室	主婦	7/13 ~ 7/16	火~金	9:30~11:30	4	(教)(実)	市営プール	46	131	32.75
5	水泳教室	初心者	8/10 ~ 8/13	火~金	9:30~11:30	4	(教)(実)	市営プール	49	157	39.25
6	婦人健康教室	婦人	11/5 ~ 12/10	金	19:30~21:30	6	(体)	松林会館	49	174	29.83
7	身障者水泳教室	身障者	7/23 ~ 7/25	金~日	10:00~12:00	2	(教)(体)(実)	四小プール	12	24	12
8	スケート教室	初心者	11/28 ~ 12/12	日	7:00~9:00	3	(教)(体)(実)	サマーランド	113	325	108.33
9	ゴルフ教室	初心者	1/22 ~ 3/31	水木金土日	10:00~12:00 19:00~21:00	10	(教)	福生ゴルフ ガーデン	26	213	21.3
10	硬式テニス教室	初心者	3/6 ~ 4/3	日	9:30~12:00	5	(教)(実)	一中 テニスコート	38	100	20
11	軟式テニス教室	初心者	3/5 ~ 4/2	土	14:00~16:00	4	(体)(実)	福東 テニスコート	30	76	19
12	軟式テニス教室	初心者	3/5 ~ 4/2	土	14:00~16:00	4	(体)(実)	武蔵野台 テニスコート	5	17	4.25
参加者合計									459	1,483	

6 主催事業及び後援授業

事業名	開催日	会場	内容
救急法講習会	7月8日	市民体育館	対象 成人一般、 プール監視員 講師 福生消防署救急隊 参加者 49名
スポーツ・レクリエーション 大会等の企画の運営に関する 講習会	11月19日	市民体育館	対象 一般市民 費用 20,000円 講師 竹野 茂 (日本 レクリエーションセンター) 参加人数 19名

7 各種大会

第13回 市民総合体育大会（主催：福生市、福生市教育委員会、福生市体育協会）

競技名	大会日	会場	参加者数	主管
水 泳	8月29日(日)	市 営 プ ー ル	353名	スイミングクラブ
少年軟式野球	9月5日(日)～ 9月23日(日)	南公園グラウンド	580名 (29チーム)	少年軟式野球連盟
空 手 道	9月12日(日)	市民体育館	80名	空手道連盟
ソフトボール	9月12日(日)～ 10月3日(日)	福東・加美平・田園 1・7小、1・2中	798名 (38チーム)	ソフトボール連盟
軟式野球	9月5日(日)	福生野球場	1,100名 (71チーム)	軟式野球連盟
早朝野球	9月27日(月)～ 10月31日(日)	加美平・南公園、 福生野球場	255名 (17チーム)	早朝野球連盟
硬式テニス	9月19日(日) 雨天 26日(日)	福東テニスコート	150名	硬式庭球協会
卓 球	10月3日(日)	市民体育館	274名	卓球連盟
柔 道	10月10日(日)	市民体育館	50名	柔道連盟
弓 道	10月10日(日)	市民体育館	96名	弓道連盟

競 技 名	大 会 日	会 場	参加者数	主 管
バレーボール	10月10日(日)	1小・2中、 福生高校	200名 (16チーム)	バレーボール連盟
バドミントン	10月10日(日)	市民体育館	216名	バドミントン連盟
軟式テニス	10月10日(日) 雨天 17日(日)	福東テニスコート	160名	軟式庭球連盟
輪 投 げ	10月10日(日)	市民体育館	108名	ラジオ体操友の会
サ ッ カ ー	10月10日(日)~ 10月24日(日)	7小・福生高校 多摩工業高校	475名 (19チーム)	サッカークラブ
ゲートボール	10月13日(木) 雨天 14日(木)	福東グラウンド	98名 (16チーム)	ゲートボールクラブ
おはようマラソン	10月10日(日)	多摩川堤防	30名	陸上競技協会
身障者の運動会	10月17日(日)	市民体育館	160名	福生市身体障害者福祉協会 手をつなぐ親の会
バスケットボール	10月17日(日) 10月24日(日)	市民体育館 福生1小	147名 (13チーム)	バスケットボール連盟
剣 道	10月31日(日)	市民体育館	400名	剣 道 連 盟
陸 上 競 技	10月17日(日)	福 生 1 中	450名	陸上競技協会
銃 剣 道	10月15日(金)	市民体育館	30名	銃 剣 道 会
オリエンテーリング	10月24日(日)	日の出町平井	25名	教 育 委 員 会
ハ イ キ ン グ	11月 7日(日)	浅 間 尾 根	48名	教 育 委 員 会
ス キ ー	58年 2月 6日	長野県菅平	38名	ス キ ー 連 盟
			6,321名	

第 35 回 都民体育大会春季大会 (体協と共催)

開催日 5月23日～6月6日(日)

種 目	内 容		
開 会 式	駒沢オリンピック公園総合運動場陸上競技場 福生市体育協会以下 25 名		
陸 上 競 技	5 名参加	男子 走高跳	2 位
駅 伝	8 名参加	30 チーム中	20 位
バスケットボール	31 名参加	男子一回戦 女子一回戦 " 二回戦 " 三回戦 女子ベスト 8	福生 48 - 86 豊島区 福生 70 - 30 多摩市 福生 59 - 56 練馬区 福生 42 - 77 品川区
テ ニ ス	5 名参加	男子一回戦	福生 0 - 3 中野区
バ レ ー ボ ー ル	17 名参加	女子一回戦 " 二回戦 " 三回戦 女子ベスト 8	福生 2 - 0 調布市 福生 2 - 0 千代田区 福生 0 - 2 中央区
軟 式 庭 球	24 名参加	男子一回戦 女子一回戦 二回戦	福生 0 - 5 港 区 シ ー ド 福生 0 - 3 港 区
バ ド ミ ニ ョ ン	21 名参加	男子一回戦 女子一回戦	福生 1 - 2 昭島市 福生 0 - 3 昭島市
弓 道	7 名参加	43 団体中	26 位
柔 道	4 名参加	一 回 戦	福生 0 - 3 葛飾区
軟 式 野 球	20 名参加	一 回 戦 二 回 戦 三 回 戦 四 回 戦	福生 3 - 2 東村山市 福生 13 - 3 国分寺市 福生 7 - 5 日野市 福生 0 - 3 府中市
ク レ ー 射 撃	7 名参加	38 位 (スキート部門 12 位、トラップ部門 41 位)	
空 手 道	8 名参加	一 回 戦 二 回 戦	福生 3 - 2 中野区 福生 1 - 4 世田谷区
ソ フ ト ボ ー ル	33 名参加	男 子 女 子	優 勝 3 回戦敗退 ベスト 8
馬 術	3 名参加	婦人馬場馬術	第 7 位
自 転 車	11 名参加	非得点種目	
フ ェ ン シ ン グ	1 名参加	非得点種目	
銃 剣 道	5 名参加	非得点種目	

第16回 東京都市町村総合体育体会

開催日 昭和57年8月8日(日)

種 目	内 容
開 会 式	羽村町 羽村町スポーツセンター 福生市選手団 福生市体育協会会長以下 25 名
陸 上 競 技	男子 走 高 跳 1 m 8 5 3 位 " 壮 年 1,500 m 4 分 35 秒 3 3 位 女子 走 巾 跳 4 m 2 1 2 位
柔 道	7 名参加 一 回 戦 福生 2 - 3 調布市
弓 道	8 名参加 20 チーム中 12 位
バ レ - ボ - ル	男子一回戦 福生 1 - 2 小金井市 女子一回戦 " 2 - 1 武蔵野市 " 二回戦 " 2 - 0 東大和市 " 三回戦 " 2 - 1 多摩市 " 準決勝 " 2 - 0 町田市 " 決 勝 " 0 - 2 三鷹市 女子準優勝
水 泳	12 名参加 一 般 女 子 50 m 平泳 1 位 39 秒 3 " 子 50 m 背泳 1 位 36 秒 9
剣 道	6 名参加 一 回 戦 福生 1 - 2 三鷹 2 引分
空 手 道	10 名参加 一 回 戦 福生 4 - 1 府中市 二 回 戦 " 4 - 0 武蔵村山市 三 回 戦 " 0 - 5 町田市
バ ド ミ ン ト ン	男子一回戦 福生 3 - 0 五日市町 " 二回戦 " 0 - 3 八王子市 女子一回戦 シ - ド " 二回戦 福生 1 - 2 八王子市
卓 球	男子一回戦 福生 2 - 3 羽村町 女子一回戦 シ - ド " 二回戦 福生 3 - 2 武蔵村山市 " 三回戦 " 3 - 2 昭島市 " 準決勝 " 3 - 2 八王子市 " 決 勝 " 1 - 3 立川市 女子準優勝
軟 式 庭 球	15 名参加 予戦リーグ敗退
ク レ - 射 撃	7 名参加 20 チーム中 19 位
銃 剣 道	5 名参加 公 開 種 目
ゲ - ト ボ - ル	7 名参加 公 開 種 目
総 合	7 位 (男子総合 12 位、女子総合 3 位)

8 体育指導委員会

体育指導委員の会議

57. 5. 13 (金) 昭和57年度社会体育計画について、その他。
6. 9 (水) 東京都体育指導委員中央講習会について、その他。
6. 18 (金) 19 (土) 関東体育指導委員研究大会参加。
6. 26 (土) 東京都体育指導委員中央講習会参加。
9. 11 多摩地区体育指導委員研修会参加。
10. 1 (金) 市民総合体育大会総合開会式打合せ会。
10. 24 オリエンテーリング参加。
10. 25 第7ブロック研修会について、その他。
11. 6 第7ブロック研修会参加。
11. 7 市民ハイキング参加。
11. 25 スポーツ教室について、その他。
11. 28、12. 5・12 (日) スケート教室参加。
58. 1. 6・7 実技研修会(群馬県草津スキー場)。
2. 18 昭和58年度社会体育計画について、その他。
3. 12 昭和57年度の反省。

VII 体育館の状況

1. 目標

市民の多様化するスポーツ需要に対し、日常生活の中で自主的自発的に体育・スポーツ活動が実践できるよう諸条件の整備をはかり、スポーツの生活化と生涯体育の実践を推進し、健康で明るい市民生活が営めるようにする。

2. 方針

- (1) 安全に気持ちよく、しかも効率よく利用できる施設の整備を行う。
- (2) 市民の運動不足の解消や健康増進をはかるため、気軽に個人でも利用できる場所の提供と参加できる環境をつくる。
- (3) 体育・スポーツの普遍的発展をはかるため、スポーツ教室、講習会等各種事業を行い、スポーツ活動の動機づけを行う。
- (4) 健康・体力相談を充実し、市民の健康、体力づくりのための測定、テスト及び各種相談に応じ、運動処方を行う。

(5) 地域の体育・スポーツの振興を図るため、社会体育に関する各種資料の提供、指導者の派遣等を行う。

(6) 競技団体については、その活動の継続を促進させ、又指導者の資質を向上させて競技等のレベルアップをはかる。

3. 施設の整備状況

(1) バスケットボード取付工事	1,075,000 円
(2) 外 さ く 等 塗 装 工 事	1,200,000 円
(3) 一階廊下床板張りかえ工事	2,180,000 円
(4) 芝 生 地 改 良 工 事	12,250,000 円
(5) 事務室受付カウンター改良工事	830,000 円
(6) そ の 他 工 事 6 件	1,771,000 円
(7) 修 繕 15 件	1,587,840 円

合 計 20,893,840 円

4. 体育館の概要

場 所	福生市北田園 2-9-1 電話 (0425) 52-5511
敷 地 面 積	6,600 m^2
構 造	鉄筋コンクリート (一部鉄骨) 造り
建 築 面 積	2,552,132 m^2
延 床 面 積	4,403,410 m^2

施設・設備の状況

部 屋 名	階	広 さ	設 備 ・ 内 容 ・ そ の 他
事 務 室	1	68 m ²	体育館・社会教育課事務局
旧 図 書 室	1	155 m ²	教育委員会（庶務・学務・指導）事務局
保 健 室	1	63 m ²	体力測定・形態測定・各種相談・資料
柔 道 場	1	132 m ²	70畳・軽体操
剣 道 場	1	132 m ²	空手道・銃剣道・軽体操
弓 道 場	1	315 m ²	3人立
トレーニング場	1	130 m ²	コンビネーショントレーナー・ダンベル・ウォーキラン・セットバーベル・スクワットラック・チンニングラダー・スーパーインプレスベンチ・ラットマシン・アブドミナルボード・ローマンチェア・レッグカール&エクステンションマシン・カーリングマシン・ツイストマシン・パーレルローラー・ディッピングバー・インクラインベンチ・姿見鏡・マット・ペルトバイブレーター、他
児 童 体 育 室	1	57 m ²	7小地区学童保育で使用
卓 球 室	1	229 m ²	7台
喫 茶 室	1	85 m ²	軽飲食（業者委託）
和 室	1	55 m ²	20畳・座卓（8卓）・座布団（30枚）
主 競 技 場	2	1,145 m ² (36m×31.8m)	バレーコート 2面 各ネット バスケットコート 2面 各支柱 バドミントンコート 8面 審判台 トラップマシン 2台 得点板 エバーマット 4枚 マット（ロング4枚・ショート2枚） ハンドボールゴールポスト 1組 電光掲示盤 2台 とび箱（大・小） 卓球台 19台 平均台（大・小） 放送設備 一式 その他運動用具各種
本 部 席	2	97 m ²	ステージ（折タタミ椅子 1,050脚） アリーナ用シート・台車
幼 児 保 育 室	2	35 m ²	ローパラレルバー・バレルローラー等
第1選手会議室	2	33 m ²	長机・椅子・黒板
第2選手会議室	2	33 m ²	長机・椅子・掲示板
第1会議室	2	61 m ²	長机・椅子・黒板・スクリーン
第2会議室	2	30 m ²	教育相談室として使用
第3会議室	2	30 m ²	同 上
そ の 他	1		機械室・電気室・管理人室・作業員室・書庫・休憩室・倉庫 ロッカー室（シャワー）・トイレ
	2		器具庫(2)・休憩室(2)・トイレ、選手席（512席）

昭和57年度 部屋別総利用数

場所 \ 月	4	5	6	7	8	9	10	11	12	1	2	3	計
主 競 技 場	3,750	3,854	4,731	7,630	8,792	4,031	6,389	4,056	2,659	6,444	3,429	3,895	59,660
柔 道 場	140	224	407	265	140	122	250	146	124	233	43	133	2,227
剣 道 場	759	920	1,199	1,014	1,160	586	1,171	926	828	1,192	1,278	1,019	12,052
弓 道 場	250	488	402	400	350	310	416	270	270	300	330	240	4,026
卓 球 場	1,249	1,251	1,253	1,496	1,253	993	1,078	1,022	832	762	1,117	1,275	13,581
トレーニング室	350	390	334	322	227	305	431	437	312	318	448	447	4,321
会 室	639	540	639	1,169	419	407	350	426	245	324	233	436	5,827
和 室	170	171	101	187	140	130	192	114	139	218	50	164	1,776
そ の 他	125	35	30	4	75	80	25	55	20	55	30	40	574
計	7,432	7,873	9,096	12,487	12,556	6,964	10,302	7,452	5,429	9,846	6,958	7,649	104,044

昭和57年度 個人・貸切別利用数

種 別 月	個 人 利 用			貸切使用	教室利用	合 計
	大 人	小 人	計			
4	1,059 ^人	637 ^人	1,696 ^人	5,006 ^人	730 ^人	7,432 ^人
5	958	594	1,552	4,829	1,492	7,873
6	904	561	1,465	6,097	1,534	9,096
7	892	741	1,633	9,555	1,299	12,487
8	738	647	1,385	10,761	410	12,556
9	870	484	1,354	4,417	1,193	6,964
10	801	509	1,310	7,282	1,710	10,302
11	816	397	1,213	4,731	1,508	7,452
12	602	421	1,023	3,821	585	5,429
1	619	388	1,007	8,384	455	9,846
2	785	529	1,314	4,334	1,310	6,958
3	930	672	1,602	4,721	1,326	7,649
計	9,974人	6,580人	16,554人	73,938人	13,552人	104,044人

昭和57年度 曜日別個人使用状況

曜 日	月		水		木		金		土		日		合 計	
日 数	5 0		4 8		4 9		4 9		5 0		5 0		2 9 6	
種 別	大 人	小 人	大 人	小 人	大 人	小 人	大 人	小 人	大 人	小 人	大 人	小 人	大 人	小 人
利 用 者 数	1,731	1,030	1,430	977	1,300	788	1,706	722	1,512	1,121	2,295	1,942	9,974	6,580
1 日 平 均	34.6	20.6	29.8	20.4	26.5	16.1	34.8	14.7	30.2	22.4	45.9	38.8	33.7	22.2
1日の全体平均	55.2		50.1		42.6		49.5		52.7		84.7		55.9	

昭和57年度 体育館使用料

種 別 月	個 人 利 用				貸 切 利 用		合 計 金 額
	大 人		小 人		件 数	金 額	
	件 数	金 額	件 数	金 額			
4	1,059 ^人	105,900 ^円	637 ^人	31,850 ^円	6 ^件	15,400 ^円	153,150 ^円
5	958	95,800	594	29,700	9	59,900	185,400
6	904	90,400	561	28,050	11	41,080	529,250
7	892	89,200	741	37,050	6	65,400	191,650
8	738	73,800	647	32,350	9	18,800	124,950
9	870	87,000	484	24,200	11	23,800	135,000
10	801	80,100	509	25,450	9	37,800	143,350
11	816	81,600	397	19,850	4	32,000	133,450
12	602	60,200	421	21,050	3	25,600	106,850
1	619	61,900	388	19,400	10	31,620	397,500
2	785	78,500	529	26,450	10	34,700	139,650
3	930	93,000	672	33,600	11	87,500	214,100
計	9,974 ^人	997,400 ^円	6,580 ^人	329,000 ^円	99 ^件	1,127,900 ^円	2,454,300 ^円

昭和57年度 主催事業

スポーツ教室 (前期)

教=教育委員会職員

実=実技指導員

	事業名	対象	期間	曜日	時間	回数	担当	会場	参加状況		
									申込者	延参加者	一回平均
1	小学生バレーボール教室	小4～6年	4/24～6/26	水・土	14:30～16:30 14:00～17:00	17	教実	福生市民体育館	45人	488人	28.7人
2	小学生バドミントン教室	小4～6年	4/24～6/26	水・土	16:00～17:30 14:00～17:00	17	教実	"	30	281	16.5
3	婦人健康教室	主婦	4/23～6/25	金	10:00～12:00	9	教	"	73	324	36
4	老人健康教室	高齢者	4/22～6/24	木	13:30～15:30	8	教	"	65	285	35.6
5	親子スポーツ教室	4～6才児と親	5/8～6/26	土	14:00～15:30	8	教	"	54	253	31.6
6	トレーニング教室	高校生以上	5/10～6/25	月・金	19:30～21:30	14	教	"	15	133	9.5
参加者合計									282人	1,764人	

スポーツ教室 (中期)

	事業名	対象	期間	曜日	時間	回数	担当	会場	参加状況		
									申込者	延参加者	一回平均
1	小学生バレーボール教室	小4～6年	9/11～11/27	水・土	14:30～16:30 14:00～17:00	21	教実	福生市民体育館	47人	729人	34.7人
2	小学生バドミントン教室	小4～6年	9/4～11/27	水・土	16:00～17:30 14:00～17:00	22	教実	"	34	450	20.5
3	婦人健康教室	主婦	9/10～11/26	金	10:00～12:00	11	教	"	103	480	43.6
4	老人健康教室	高齢者	9/30～11/25	木	13:30～15:30	8	教	"	70	368	46
5	親子スポーツ教室	4～6才児と親	10/9～11/20	土	14:00～15:30	7	教	"	56	199	28.4

	事業名	対象	期間	曜日	時間	回数	担当	会場	参加状況		
									申込者	延参加者	一回平均
6	トレーニング教室	高校生以上	10/4~11/26	月・金	19:30~21:30	15	教	福生市民体育館	22 ^人	211 ^人	14.1 ^人
参加者合計									332 ^人	2,437 ^人	

スポーツ教室（後期）

	事業名	対象	期間	曜日	時間	回数	担当	会場	参加状況		
									申込者	延参加者	一回平均
1	小学生バレーボール教室	小4~6年	1/26~3/12	水・土	14:30~16:30 14:00~16:30	13	教実	福生市民体育館	54 ^人	462 ^人	35.5 ^人
2	小学生バドミントン教室	小4~6年	1/26~3/12	水・土	16:00~17:30 14:00~16:30	13	教実	"	46	435	33.5
3	婦人健康教室	婦人	1/21~3/18	金	10:00~12:00	8	教	"	68	224	28
4	老人健康教室	高齢者	2/3~3/10	木	13:00~15:30	6	教	"	49	152	25.3
5	親子スポーツ教室	4~6才児と親	2/5~3/12	土	14:00~15:30	5	教	"	43	113	22.6
6	トレーニング教室	高校生以上	2/4~3/14	月・金	19:30~21:00	11	教	"	29	176	16
参加者合計									289 ^人	1,562 ^人	

講習会

事業名	期 日	会 場	内 容
卓球技術講習会	6月24日(木) 7月1日(木) 7月8日(木)	市民体育館 卓球場	対象：初級及び中級者 延参加者数：104人 講師：石井 則美（体育指導委員）
ジャズ体操講習会	第1回 7月3日(土) 10日(土) 17日(土) 第2回 3月7日(月) 9日(木) 12日(土) 14日(月) 16日(木)	市民体育館 主競技場	対象：一般 延参加者数：778人 講師：馬場 京子 （東京女子体育短大講師）
テーピング講習会	3月16日(木) 17日(木)	市民体育館 第一会議室	対象：一般 参加費：1人 1,000円 延参加者数：68人 講師：榎ムトー・エンタープライズ トレーナー 2名
夏休みジュニア スポーツスクール	7月27日(火) 29日(木) 2泊3日	市民体育館	対象：小学校5～6年生 参加費：1人 3,000円 参加者数：20人
体力・スポーツ相談	S 57 4月2日(金) S 58 3月4日(金)	市民体育館	対象：市民 延参加者数：56人 講師：白鳥 金丸 （早稲田大学教授） 藤牧 利昭 （埼玉医科大学講師）
小学生バレーボール 親善試合	11月3日	市民体育館	参加チーム 福生市小学生バレーボール教室 羽村少女バレーボールクラブ 秋川クラブ

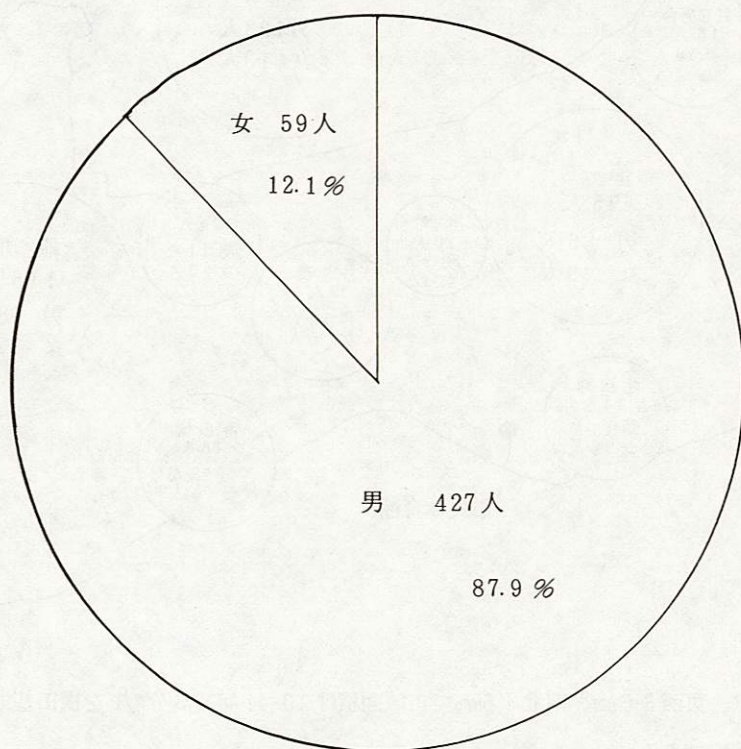
指導援助

月 日	時 間	地区団体名	場 所	対 象	内 容	人 員
6月27日(日)	午前10時 ～午後3時	主婦と老人 運 動 会	市民体育館	主 婦 高 齢 者	運動会の運営指導	340 ^人
7月	午後6時 ～午後9時	志茂二町会	睦 会 館	小 学 校 1～6年生	レクリエーションダンス レクリエーションゲーム	50
9月 4日(土)	午後1時30分 ～3時30分	福 生 4小PTA	福 生 市民体育館	5 年 生 と 親	リズム体操 トランポリン、ドッチボール	30
10月15日(金)	"	福 生 2中PTA	"	婦 人	リズム体操 インディアカ	30
10月17日(日)	午前10時 ～午後3時	身障者の 運 動 会	"	身 障 者	運動会の全体指導	160
10月25日(日)	"	老 人 の 運 動 会	"	高 齢 者	"	500
"	午後1時30分 ～3時30分	福生栄友会	" (剣道場)	婦 人	軽体操 リズムダンス	30
11月 20日(土) 27日(土)	午後7時30分 ～9時30分	福 生 2中PTA	福 生 2中体育館	"	リズムダンス ストレッチ体操	50
12月 1日(木) 8日(木)	午後8時 ～9時30分	熊川スポーツ サークル	福 生 2小体育館	婦 人	リズムダンス	60
12月11日(土)	午後1時30分 ～3時30分	福 生 7小4年生	青梅スケート セ ン タ ー	児童と親	スケートの 初心者指導	46
S 58 3月 4日(月)	午後2時30分 ～4時30分	"	"	"	"	50
3月20日(日)	午後1時 ～2時30分	志茂2町会	睦 会 館	小 学 校 1～6年生	レクリエーション ゲーム	50
S 57. 6月～ S 58. 3月 (毎月1回)	午前10時 ～12時	れ ん げ 作 業 所	市民体育館	身 障 者	軽体操 ボール運動 卓 球	60 (延べ人数)

トレーニング室利用者について（昭和 57 年度）

◎ 全体 486 人

全体でみると男性が 9 割近くを占めている。女性の利用者も年々増えているように思われる。しかし、女性の場合は長くは続かない。その点男性の場合は続いて利用する者が多い。



◎ 地域別登録状況

地 域 名	登録者数	%	地 域 名	登録者数	%
熊 川	115 人	23.7	武 蔵 野 台	15 人	3.1
福 生	95 人	19.5	北 田 園	14 人	2.9
加 美 平	35 人	7.2	牛 浜	14 人	2.9
南 田 園	33 人	6.8	本 町	10 人	2.0
志 茂	19 人	3.9	市 外	136 人	28.0

◎ 地域別登録者分布図



福生市は、東西 3.6km、南北 4.5km で市域面積は 10.41 km² で 3 分の 1 を横田基地に占められている小都市である。

登録者を地域別にみると、市民体育館から一番遠い地区である熊川地区が一番多く、23.7% となっている。次いで福生地区の 19.5% で、以下加美平 7.2%、南田園 6.8%、志茂 3.9%、武蔵野台 3.1%、北田園 2.9%、牛浜 2.9%、本町 2% の順となっている。

福生の近郊では、ウェイトトレーニング用の器材が設備されている所がないせいか、福生市外の利用が 28% と約 3 割を占めている。

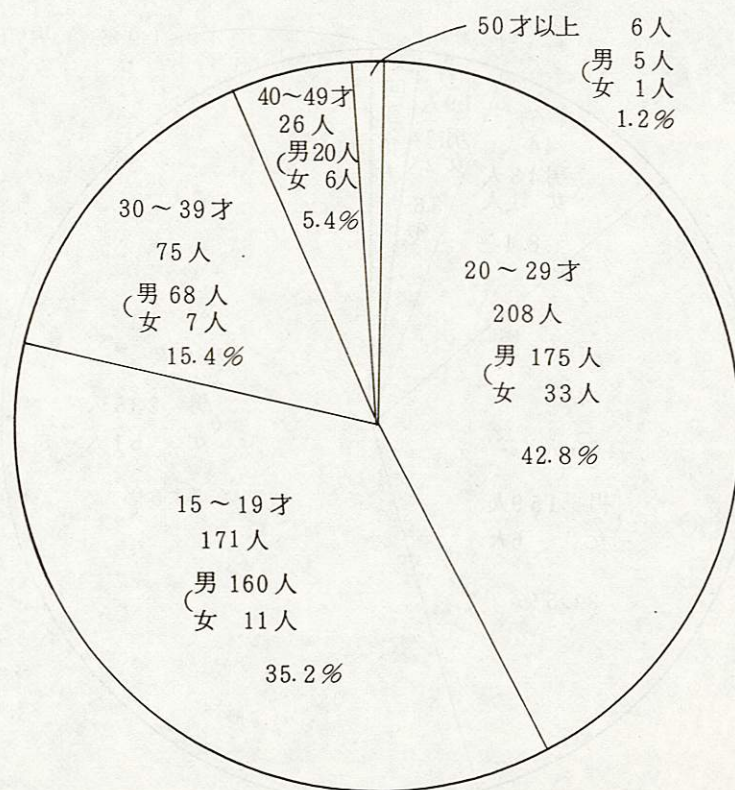
◎ 年齢別にみると

20才代と10才代で8割近くを占めている。

次に30代、40才代と続く。しかし、若年層の場合は継続的に利用する割合が少ない。

30才代、40才代の人の方が割合が多いようである。

	年 齢	人 数 男 女 別 内 訳			%
		男	女	合 計	
1	15 ～ 19才	160 人	11 人	171 人	35.2
2	20 ～ 29才	175	33	208	42.8
3	30 ～ 39才	68	7	75	15.4
4	40 ～ 49才	20	6	26	5.4
5	50 才以上	5	1	6	1.2



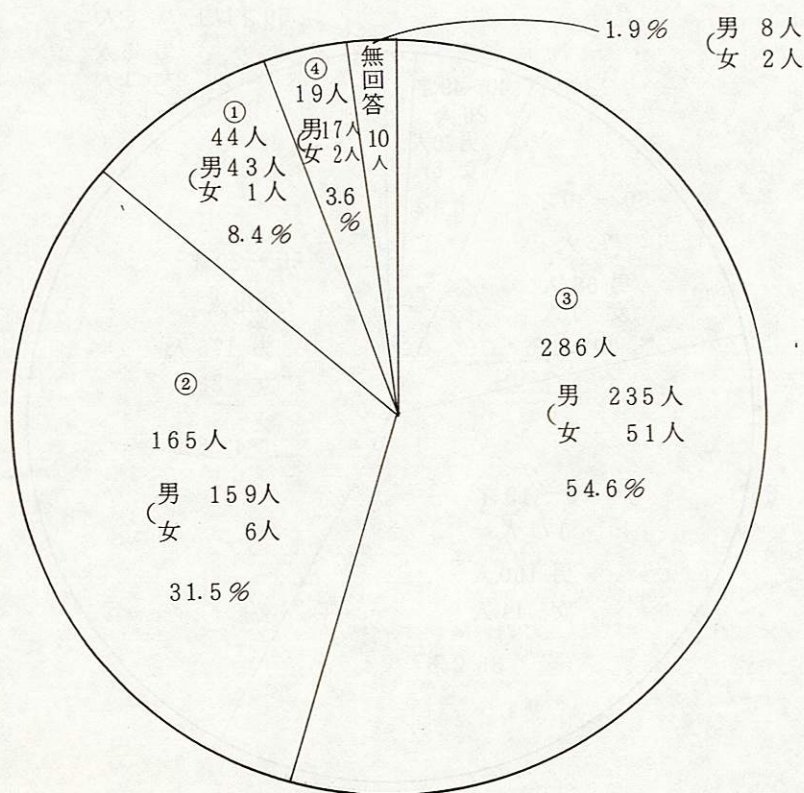
◎ 目的別にみると

- ① ボディービル
- ② 筋力養成
- ③ 体力づくり（運動不足解消）
- ④ その他

※ その他の内訳

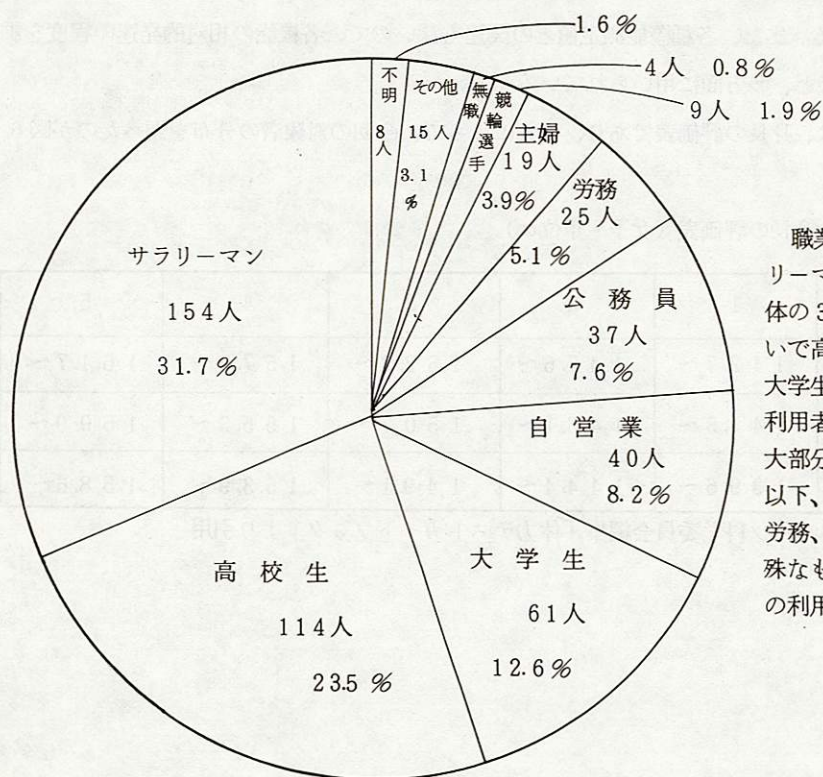
ボクシング	男	5人
リハビリ	男	1人
美容	女	1人
正しいトレーニング法の習得	男	1人
その他	男	10人
	女	1人

体力づくり（運動不足解消）が半分以上をしめ、次に筋力養成、ボディービルが続いている。体力作りといっても広い意味があり、この場合運動不足解消でとった方が良いと思う。この目的の人は初心者が多いようである。



◎ 職業別登録者数

職 種	人 数	%	備 考
サラリーマン	154	31.7	会社員、OL等
高 校 生	114	23.5	
大 学 生	61	12.6	大学生、専門学校生、看護学生
自 営 業	40	8.2	店業、スナック、飲食店
公 務 員	37	7.6	役所、消防署、警察署、郵便局、電々公社等
労 務	25	5.1	運転手、職人、工員等
主 婦	19	3.9	
競 輪 選 手	9	1.9	
無 職	4	0.8	
そ の 他	15	3.1	教職員、保母、フリーカメラマン、彫刻家等
不 明	8	1.6	



職業別にみると、サラリーマンが31.7%と全体の3割以上を占め、次いで高校生の23.5%、大学生12.6%と学生の利用者が多く、これらで大部分の67.8%を占め、以下、自営業、公務員、労務、主婦等と続き、特殊なものとして競輪選手の利用もあった。

4. 結果の評価

形態とは、人や物の概観的な特徴をいい、人体の場合は、器官の構造や体格・体型・姿勢などをいう。

体格とは、生体の骨格・筋肉・脂肪・皮膚等で形づくられた身体の構造をいい、その水準を体位という。また体型とは、体質や環境・疾病・栄養などの影響によって形成された身体の外型のことである。

姿勢は、体の姿態を形状面からみたものである。

形態の診断によって、次のようなことが可能である。

- ◎ 身体の機能評価との関係が無視できない。したがって、健康度、体力、スポーツ、職業適性等の機能面の推測が可能である。
- ◎ 健康や運動処方の基礎となる。
- ◎ 個人や集団の追跡調査によって、発育発達がつかめる。

(1) 身長

身長は、単に身体の長軸方向の発育程度をみるだけでなく、他の計測値との関連で各種の形態についての指数を算出する基準値となり、これらの指数から体格、体型、栄養などを判定する。また、各種機能測定値との関連も深いので、各機能の相対的発達の程度を調べることなど、多方面に用いられている。

資料1は、身長の評価表であり、それによって、今回の対象者の分布を調べたのが図6である。

資料1 身長の評価表（女子・単位cm）

年齢 \ 評価	1	2	3	4	5
30 ～ 39	1 4 2.7 ～	1 4 7.6 ～	1 5 2.3 ～	1 5 7.0 ～	1 6.1.7 ～
40 ～ 49	1 4 1.5 ～	1 4 6.1 ～	1 5 0.7 ～	1 5 5.3 ～	1 5 9.9 ～
50 ～ 59	1 3 9.6 ～	1 4 4.4 ～	1 4 9.1 ～	1 5 3.9 ～	1 5 8.6 ～

日体協スポーツ科学委員会編集「体力テストガイドブック」より引用

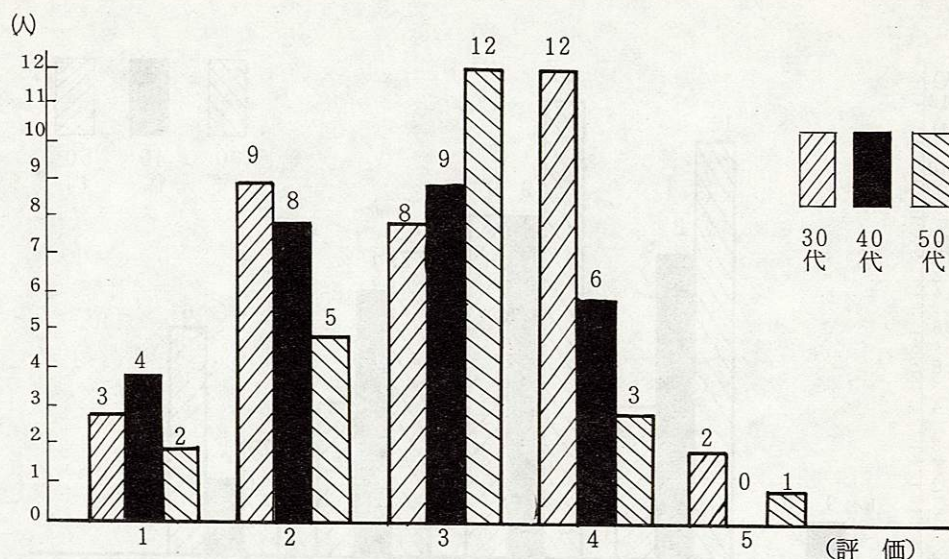


図6 評価段階別度数分布 (身長)

評価段階3に該当する者が最も多く、次いで2、4、1、5の順である。

(2) 体重

身体総重量を測定することにより、成長発育の程度を知るだけでなく、他の計測値との関連で体格、体型、栄養、相対的機能発達の程度等を判定することができる。体重は身長と異なり、後天的影響、しかも日常生活の影響を直接的に受ける度合いが大きいので、日常の健康状態の指標としても重要視されている。

資料2は、資料1と同様の体重の評価表であり、その結果を図7に示す。

資料2 体重の評価表 (女子・単位kg)

年齢 \ 評価	1	2	3	4	5
30 ~ 39	3 6.3 ~	4 2.5 ~	4 8.7 ~	5 4.9 ~	6 1.1 ~
40 ~ 49	3 6.5 ~	4 2.9 ~	4 9.3 ~	5 5.7 ~	6 2.1 ~
50 ~ 59	3 5.7 ~	4 2.2 ~	4 8.7 ~	5 5.2 ~	6 1.7 ~

日体協スポーツ科学委員会編集「体力テストガイドブック」より引用

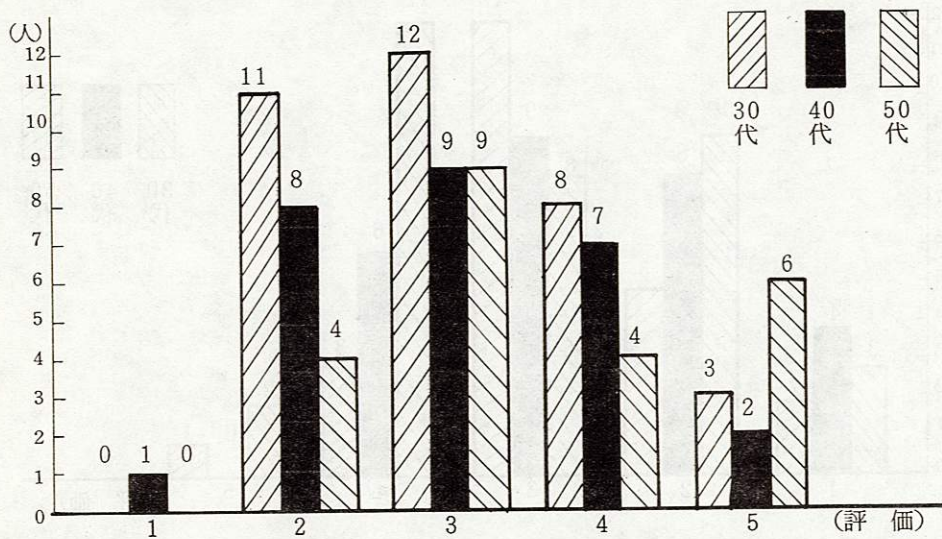


図7 評価段階別度数分布 (体重)

身長とはほぼ同様の結果であるが、4、5段階の者がやや多い。

(3) 肥満度

標準体重を設定して、それよりの偏りをもって肥満やそう身の判定に利用する。標準体重の設定にはいろいろあるが、ここでは桂の標準体重算出式を用いた。

〔桂の標準体重の算出方法〕

$$\text{標準体重} = (\text{身長 cm} - 100) \times 0.9$$

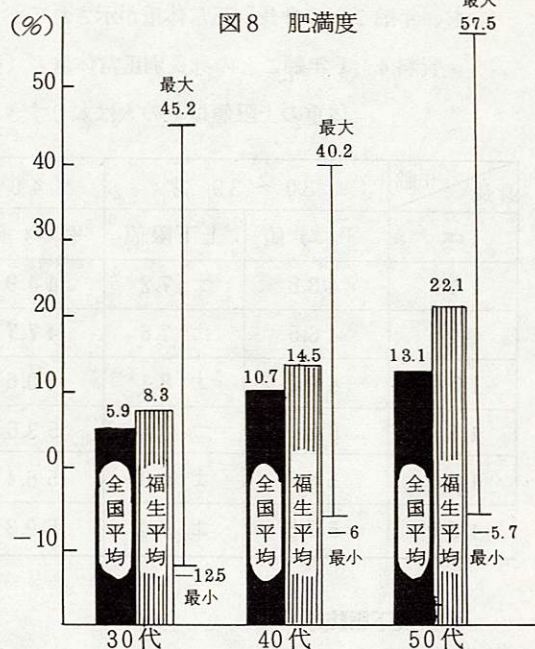
肥満度は次の式で求められる。

$$\text{肥満度 (\%)} = \frac{\text{実測体重 (kg)} - \text{標準体重 (kg)}}{\text{標準体重 (kg)}} \times 100$$

表3は、肥満度の算出結果であり、図8はそれを図示したものである。

表3 肥満度の算出結果

年 代		人数	肥満度(%) 平 均	S D
30代	福生	34	8.3	14.9
	全国	/	5.9	/
40代	福生	27	14.5	13.8
	全国	/	10.7	/
50代	福生	23	22.1	15.7
	全国	/	13.1	/



身長が全国平均と同程度で、体重は全国平均をやや上回っているため、肥満度は全国平均よりやや高くなっている。

肥満の判定について何%以上を肥満、何%以下を痩せとするかは学者によって必ずしも一定しないが、ここでは松本氏の判定表を用いた。

資料3 松本氏の標準判定表

肥 満	体 重 過 多	正 常	や せ ぎ み	や せ す ぎ
20%以上	10～20%	±10%	-10～-20%	-20%以上

松本氏の判定表に基づく結果を表4にします。

表4 肥満度判定結果

年 代	肥 満 +20%以上	体 重 過 多 +20～10%	正 常 +10～10%	や せ ぎ み -10～-20%	や せ す ぎ -20%以上
30代	5 人	8 人	20 人	1 人	0
40代	9 人	7 人	11 人	0	0
50代	10 人	8 人	4 人	1 人	0

表に示す通り、今回の対象者は肥満傾向の者が多い。しかし、肥満度では筋の多いスポーツマンと脂肪の多い肥満者を区別することができない。そこで、脂肪量などを検討することが重要となる。

なお、年齢ごとの身長別正常体重が示されており、参考のために示した。（資料4）

資料4 【年齢ごとの身長別正常体重表（kg）】：女子

体重の上限値以上の人は太りすぎ、下限値以下の人はやせすぎ。

身長 cm	30～39才		40～49才		50～59才	
	平均値	上下限値	平均値	上下限値	平均値	上下限値
140	43.8	±7.2	44.9	±7.9	45.0	±8.4
145	46.5	±7.6	47.7	±8.4	47.8	±8.9
150	49.2	±8.1	50.6	±8.9	50.6	±9.4
155	52.0	±8.5	53.6	±9.4	53.4	±9.9
160	54.6	±9.0	56.4	±9.9	56.2	±10.5
165	57.3	±9.4	59.3	±10.3		

(4) 皮下脂肪厚

脂肪組織の測定法には色々な方法があるが、一般的に簡便で広く利用されているものに栄研式（栄養研究所方式の皮脂厚計）がある。

計測点も多く、部位があるが、上腕背部（三頭筋上）と肩こう骨下部の2部位が客観性も高く、広く用いられている。

皮下脂肪厚の測定から、体密度の推定が可能であり、さらに体脂肪率が求められる。

【体密度】

体密度は体比重ともいわれる。実験的計測法としては水槽での計測がとられるが、実用にあたっては皮下脂肪厚を計測し、一定の回掃式に代入して体密度（D）を算出する。

◎ 成人の場合の回掃式は「 $X = (\text{上腕} + \text{背部}) \text{の皮下脂肪厚}$ 」

（男子） $D = 1.0913 - 0.00116 X$

（女子） $D = 1.0897 - 0.00133 X$

【体脂肪率】

体脂肪率は、体重に対する脂肪量の比率であらわし、脂肪の体構成比をさす。体密度から体脂肪を求めるには、現在広くはプロゼックの式が利用されていて妥当と考えられている。

◎ プロゼックの式（ $F = \text{体脂肪率}$ ， $D = \text{体密度}$ ）

$$F(\%) = (4.57 / D - 4.142) \times 100$$

表5は以上の方法で求めた体脂肪率の結果である。

表5 体脂肪率

年 代	人 数	体 脂 肪 率 (%)			
		平 均	S D	最 大	最 小
3 0 代	3 4	2.3.1	5.1 4	3 3.3	1 3.5
4 0 代	2 7	2.4.4	4.1 1	3 1.3	1 6.2
5 0 代	2 3	2.6.6	4.0 0	3 1.9	1 3.8

資料5は、皮脂厚、体脂肪率から見た肥満の判定表であり、表6は今回の対象者の分布を示す。

資料5 皮脂厚・体脂肪率から見た肥満度判定表（皮脂厚＝上腕部＋背部）

性 別	年 齢	ヤ セ		軽度の肥満		中等度の肥満		高度の肥満	
		皮脂厚 (mm)	体脂肪率(%)	皮脂厚 (mm)	体脂肪率(%)	皮脂厚 (mm)	体脂肪率(%)	皮脂厚 (mm)	体脂肪率(%)
女	15～18			40	30	50	35	55以上	40以上
	成 人	20以下	14以下	45	30	55	35	60以上	40以上

表6 肥満度段階別度数分布（体脂肪率）

評 価	ヤ セ	普 通	軽度の肥満	中等度の肥満	高度の肥満
	～14%	15～29%	30～34%	35～39%	40%以上
3 0 代	1 人	2 9 人	4 人	0	0
4 0 代	0	2 4 人	3 人	0	0
5 0 代	1 人	1 6 人	6 人	0	0

表6に示す通り、普通の者が69人（83％）と大部分である。軽度の肥満が13人（15％）いるが、中等以上の肥満は皆無である。

身長、体重から求められる肥満度の判定では20人（24％）が肥満と判定されるのと対照的である。すなわち、今回の対象者の過体重は脂肪によるものでないといえる。

(5) 除脂肪体重 (LBM=Lean Body Mass)

体重から脂肪量を引いた値で、活性組織量という。

LBMの算出法

$$\left\{ \begin{array}{l} \text{脂肪量} = \text{実体重} \times F (\%) \quad \text{又は} \quad \text{LBM} = \text{実体重} \times (100 - F) \% \\ \text{LBM} = \text{実体重} - \text{脂肪量} \end{array} \right.$$

例： 体重 50 kg 50 kg × 0.27 = 13.5 kg
 体脂肪率 27 % 50 kg - 13.5 kg = 36.5 kg

LBMは活性組織として代謝活動に直接関係しているため、身体機能との関連が深い。筋力とLBMの方がより相関が高いとされている。また、全身持久力の指標として、最も信頼性の高いのが最大酸素摂取量であるが、最大酸素摂取量についても筋力と同様のことがいわれている。

表7 LBMの算出結果

年 代		人 数	体 重 (kg)	体脂肪 (kg)	L B M (kg)
3 0 代	福 生	3 4	5 3.0	1 2.5	4 0.5
	全 国	/	5 1.8	1 3.8	3 8.0
4 0 代	福 生	2 7	5 2.8	1 3.0	3 9.8
	全 国	/	5 2.4	1 4.7	3 7.7
5 0 代	福 生	2 3	5 5.5	1 4.9	4 0.6
	全 国	/	5 1.9	1 4.3	3 7.6

表7に示す通り、今回の対象者は体重が全国平均より多いが、体脂肪は逆に少なく、LBMは2.1～3.0 kg全国平均より多い。すなわち、今回の対象者は筋を中心とする活性組織量が多いため体重であり、脂肪の多い肥満者はほとんどないといえる。

週1～2回の体育館等での活動の効果の表われではないと思われる。

5. まとめ

市民体育館等を定期的に利用している婦人スポーツ団体を対象として形態測定を行い、次のような結果が得られた。

- (1) 身長は全国平均とはほぼ同じだが、体重は全国平均を上まわっている。
- (2) 身長、体重から求められる肥満度では、肥満と判定される者がなく、肥満度20%以上の者20人(24%)であった。
- (3) 皮下脂肪は全国平均よりも少なく、体脂肪率が「普通」の者が70人(83%)であった。
- (4) 体脂肪率35%以上の中等以上の肥満者は皆無で、脂肪太りの者はないと考えられる。
- (5) LBMは全国平均より大きく、逆に体脂肪量は全国平均より少ないと推定される。
- (6) 以上の結果から、今回の対象者は、筋肉質のいわゆるスポーツマン型の者が多く、週1～2回の体育館等での活動の効果ではないと思われる。

福生市民体育館

福生市婦人スポーツ活動実践者の形態について

1. 目的

昭和57年度3月現在福生市民の人口は49,647人と報告されている。近年多くの人々が体育・スポーツの身体活動への欲求を著しく高め、健康や体力維持増進に大きな関心を強めている。

身体活動は生活上での基礎であり、その活動は健康や体力増進しかも人間関係を豊かにしたり、地いき住民のコミュニケーションを促進し、余暇の善用及び健康で文化的な生活を営むうえに重要な役割を果すものである。

そういう中で、市民体育館利用状況は昭和57年度は104,004名の老若男女が体育・スポーツ活動をしているのである。体育・スポーツの生活化と生涯体育の実践を通し、健康で明るい市民生活が出来ることであろう。

今回報告する資料は、今後の婦人スポーツ活動指導上の参考にするため、週1～2回定期的に体育活動を実践している婦人を対象にしたものである。

2. 方法

(1) 対象

福生市民体育館等を定期的に利用している婦人グループのうち、バドミントンクラブ24人、水曜クラブ18人、木曜クラブ27人、福東クラブ11人、中期トレーニング教室7人の計84人である。

年齢別にみると30～39才が34人、40～49才が27人、50～59才が23人である。

(2) 調査時期及び場所

昭和57年11月～12月に福生市民体育館で測定を行った。

(3) 測定項目及び測定方法

身長、体重はそれぞれ身長計、体重計を用いて測定した。皮下脂肪厚は、広く用いられている榮研式皮脂厚計で上腕部（上腕背部三頭筋上）と背部（肩こう骨下縁部）の二箇所を測定した。

3. 測定結果

身長、体重の測定結果を表1に示す。全国平均は都立大編「日本人の体力標準値第三版」より引用した。

表1 身長、体重の測定結果

年 代		人 数	身 長 (cm)		体 重 (kg)	
			平 均	S D	平 均	S D
30代	福 生	34	154.6	5.29	53.0	7.15
	全 国	/	154.6	4.65	51.8	6.16
40代	福 生	27	151.5	5.06	52.8	6.58
	全 国	/	152.9	4.60	52.4	6.41
50代	福 生	23	150.8	5.44	55.5	7.14
	全 国	/	151.5	4.73	51.9	6.50

皮下脂肪厚の測定結果を表2に示す。全国平均値は上記「日本人の体力標準値第三版」からの引用である。

表2 皮下脂肪厚の測定結果

年 代		人数	上 腕 背 部 (mm)		肩 胛 骨 下 部 (mm)		上腕肩部+肩胛骨下部(mm)	
			平 均	S D	平 均	S D	平 均	S D
30代	福生	34	16.4	4.1	17.1	5.8	33.5	9.2
	全国	/	19.9	7.6	20.0	8.4	39.8	14.9
40代	福生	27	18.1	3.6	17.8	4.9	35.9	7.4
	全国	/	20.7	7.9	21.7	8.8	42.3	15.5
50代	福生	23	17.5	3.1	22.2	4.6	39.7	7.2
	全国	/	20.3	8.8	21.8	9.7	42.2	17.3

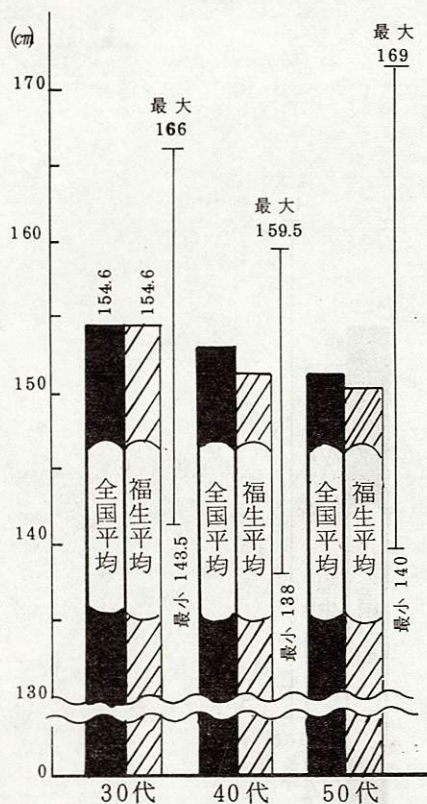


图1 身長

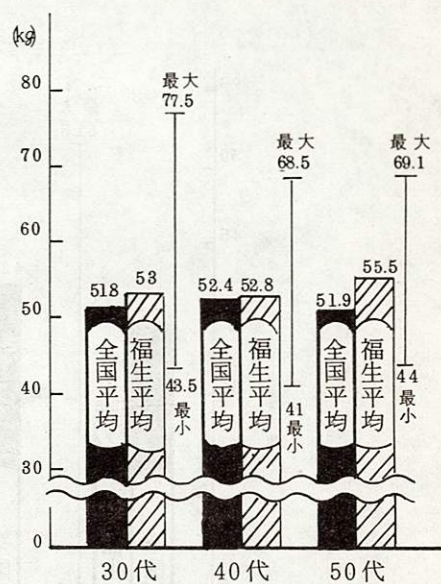


图2 体重

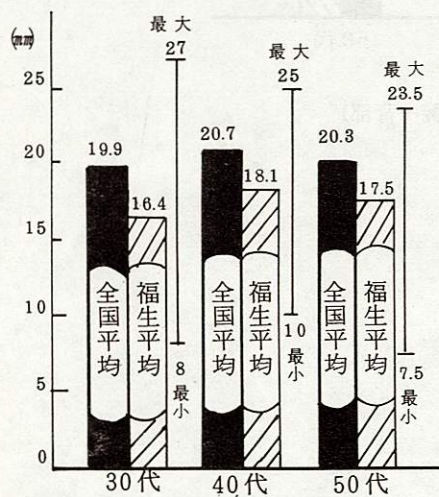


图3 皮脂厚(上腕)

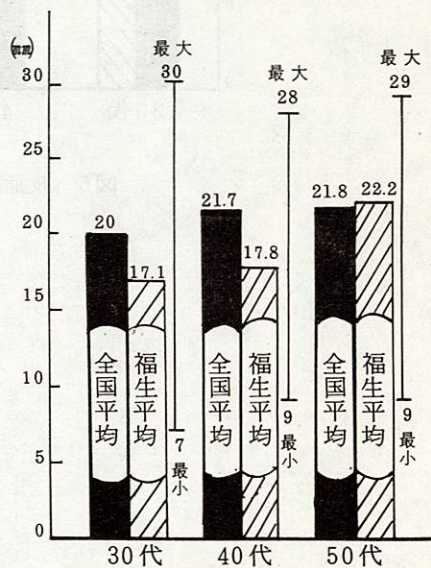


图4 皮脂厚(背部)

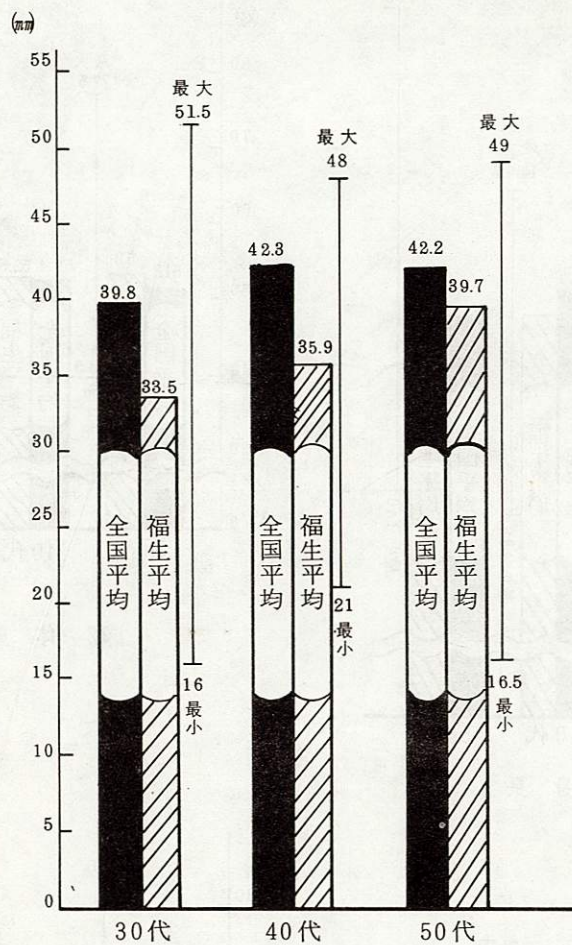


图5 皮脂厚(上腕+背部)

発 行 昭和58年10月1日

発 行 者 福 生 市 教 育 委 員 会

福生市北田園 2 - 9 - 1

TEL (0425)52-5511 (代)