

▼ 消防職員2次試験(体力測定種目)について ▼

消防職員2次試験は、「体力測定」と「作文」です。

体力測定は、下記種目の各得点の合計により合否を判定します。

＜ 体力測定の種目と得点表 ＞

測定種目	測定目的	備 考
①握力	筋力	・左記6種目について体力測定を行います。 ・詳細については、実施前に係員が説明します。 ※すべて屋内で実施いたします。 ※測定順は未定です。
②上体起こし(腹筋)	筋持久力	
③立幅跳び	瞬発力	
④反復横跳び	敏捷性	
⑤座位体前屈	柔軟性	
⑥シャトルラン	全身持久力	

(男子用)

握力 左右各1回 左右平均値	上体起こし 1回	座位体前屈 2回 上位値	反復横跳び 1回	立ち幅跳び 2回 上位値	シャトルラン 1回	得点
(kg)	(回) (30 秒間)	(cm)	(回) (20 秒間)	(cm)	(回)	
56 以上	35 以上	64 以上	63 以上	265 以上	125 以上	10
51～55	33～34	58～63	60～62	254～264	113～124	9
47～50	30～32	53～57	56～59	242～253	102～112	8
43～46	27～29	49～52	53～55	230～241	90～101	7
38～42	25～26	44～48	49～52	218～229	76～89	6
33～37	22～24	39～43	45～48	203～217	63～75	5
28～32	19～21	33～38	41～44	188～202	51～62	4
23～27	16～18	28～32	37～40	170～187	37～50	3
18～22	13～15	21～27	30～36	150～169	26～36	2
17 以下	12 以下	20 以下	29 以下	149 以下	25 以下	1

(女子用)

36 以上	29 以上	63 以上	53 以上	210 以上	88 以上	10
33～35	26～28	58～62	50～52	200～209	76～87	9
30～32	23～25	54～57	48～49	190～199	64～75	8
28～29	20～22	50～53	45～47	179～189	54～63	7
25～27	18～19	45～49	42～44	168～178	44～53	6
23～24	15～17	40～44	39～41	157～167	35～43	5
20～22	13～14	35～39	36～38	145～156	27～34	4
17～19	11～12	30～34	32～35	132～144	21～26	3
14～16	8～10	23～29	27～31	118～131	15～20	2
13 以下	7 以下	22 以下	26 以下	117 以下	14 以下	1

総合評価		2次基準
rank	合計得点	
A	50以上	合
B	40～49	
C	30～39	否
D	21～29	
E	20以下	