

令和 7 年度第 19 回  
フィットネスクラブ・マネジメント技能検定  
1 級実技口述問題

実施日：令和 8 年 2 月 22 日 (日)

試験時間：考慮時間 20 分、口述試験 10 分

注 意

1. 口述試験の問題は、設問 2 つ (計 50 点満点) です。別途行う小論文の面接試験 (50 点) と合わせて、実技試験は 100 点満点です。
2. 筆記用具、電卓の持ち込みが認められています。
3. 法令等に関する問題については、特に指示のない限り、2025 年 4 月 1 日現在施行の法令等に基づいて回答して下さい。
4. 20 分間の考慮時間ののち、設問に対して面接官による 10 分間の口述試験を行います。考慮時間中は検討メモを作成しても構いません。(自分で作成したメモを口述試験の場に持ち込んでも構いません。)

会 場

受検番号	0	1	9		0	1	2	0	0		
------	---	---	---	--	---	---	---	---	---	--	--

氏 名

設問 1 近年流行しているピラティスに関するプログラムについて、自店でリフォーマー（専用機器）を購入してグループレッスンを展開することが決まった。この事業を任されたため、以下の条件で事業計画を策定し、社内に上程したい。

事業計画の中で説明が必要な投資回収に関する数値の試算について、以下の条件をもとに、問 1-2 に答えなさい。

**【1 店舗当たり導入費用】**

- ①リフォーマー指導者資格取得費 20 万円
- ②リフォーマー購入費@30 万円×5 台
- ③資格等ライセンス料 月額 5 万円
- ④導入初期販促費 100 万円

\*本問題の性格上、上記以外の費用（人件費、消耗品費、導入後の指導者資格費用など）及び税は考慮しないものとする。

**【条件】**

- ①グループレッスンであること。
- ②スタジオプログラムの一つとすること。
- ③無料プログラム方式とした場合、新規会員が開始初月から 30 名入会し、入会後はそのまま継続されることを想定。（2 か月目以降の入会者は想定しない。）会員の平均月会費単価は 10,000 円とする。
- ④有料プログラム方式とした場合、新規会員が開始初月から 20 名入会し、入会後はそのまま継続される想定。（2 か月目以降の入会者は想定しない。）会員の平均月会費単価は 10,000 円、プログラム参加料 1 回 500 円とする。ピラティスのみの会員は設定しない。
- ⑥本プログラムの月間提供本数は 50 本各定員 5 人とする。有料プログラムの場合は稼働率 50% とする。
- ⑦既存スタジオプログラムの減本による負の影響、人件費等他コスト増はないものとする。

問 1 このピラティスプログラムを無料で提供した場合と、1 回あたり 500 円の有料で提供した場合について、導入費用の回収月数の差を求めなさい。

対象導入店の一店舗あたりの、以下の(1)-(3)を計算し、次に無料と有料の場合の回収月数を整数で求めたうえで、その差を計算し、（※回収月数は少数第 1 位を切り上げて整数とする。）

以下の(1)～(6)を数字で答えなさい。

- (1)1 店舗当たり費用①～④のうち、導入後も月ごとに必要な費用の月額
- (2) 無料プログラムを導入した場合の月間収入（導入時の新規会員による会費収入および参加費収入の合計から、(1)の月間費用を差し引いた額）
- (3)1 店舗当たり費用①～④のうち、初期導入時のみにかかる費用
- (4)投資回収月数(無料)
- (5)投資回収月数(有料)
- (6)投資回収月数差

問2 問1の結果をふまえ、無料プログラムと有料プログラムのいずれか一方が、より早く投資回収できることが分かった。

以下の(1)、(2)の答えを述べなさい。(金額は円・小数第1位四捨五入)

(1) 回収月数の短い方に合わせるために、もう一方の方式に必要な追加売上額を算出なさい。

(2) もう一方の方式(無料または有料)において、本数・定員および稼働率を変更せずに参加費を値上げする場合、必要となる1回あたりの参加費を算出なさい。

(メモ)

設問 2 本クラブは会員制施設として日常的な運営を行う一方で、地域の高齢化進行や自治体施策の変化を背景に、これまでとは異なる視点での事業展開が求められている。

以下に示す【内部環境】【外部環境】【ミッション】を踏まえ、現場責任者の立場から、限られた経営資源をどのように活用し、自治体との連携プログラムを戦略的に企画・運営すべきかを検討することが求められる。

【内部環境】現在、当クラブの会員比率は 65 歳以上が 40%に達しているが、地域特性を踏まえると、今後さらなる高齢者対応が求められている。一方で、スタジオだけでなく、マシンスペースやスイミングプールにも一定の空き時間があり、施設資源が十分に活用されていないという運営上の課題もある。この状況を打開するため、クラブは長期的な経営戦略の柱として高齢者への取り組みを最重要と位置づけた。

【外部環境】クラブが所在する自治体は、要介護認定を受けていない自立高齢者層（フレイル予防対象層）向けの予防事業を強化しており、当クラブに対し、自治体が事業主体として公募し、当クラブが受託して教室の開催・運営を行う高齢者向けのフレイル予防運動教室開催実施を提案してきた。契約期間は 2 年間である。また、自治体からは、当クラブ内のほか、比較的近くの地域公民館の施設を利用した出張型教室の提案もある。この公民館施設の立地はクラブから徒歩 10 分／半径 1km 以内・同一駅圏である。教室の一般的条件は、1 クール＝3 か月間・週 1 回程度の開催で、クール終了後も、次期プログラムや「通いの場」への継続参加が想定される。

【ミッション】現場責任者として、この連携プログラムを持続的な成長と収益に貢献させ、かつ安全管理・契約リスクを最小限に抑える形で企画・運営するための、戦略的判断と組織的準備が求められている。ただし、クラブは会員制施設であり、非会員がクラブ内で参加する場合には、生じる課題を想定し考慮する必要がある。

問 1 フィジカル（身体的）フレイルにおける身体機能の低下（衰え）の例として、筋力・筋肉量の低下が挙げられる。これ以外の身体機能の低下（衰え）の例を 1 つ挙げ、その状態（フレイル等）を予防・改善するために、健康・身体機能の維持または向上を目的として計画的に実施される運動プログラムの具体例と組合せた次の形式で 2 通り、簡潔に述べなさい。

〔解答形式〕身体機能の低下の例 + 運動プログラムの具体例

なお、ここでいう運動プログラムとは、運動の目的と、その目的を達成するために行う運動の種類や考え方を示すものとする。したがって、運動動作名（例：スクワット等）のみを挙げた解答は正答としない。また、オーラルフレイルに関する回答は採点対象外とする。

問 2 上記の環境とミッションを踏まえ、当クラブとしてとるべき戦略には、

- A. 自治体施設のみで実施戦略
- B. 自店内のみで実施戦略
- C. 自治体施設と自店内の両方で実施戦略

の 3 つが考えられるとする。

これらの 3 つからあなたが実施したい戦略を一つ選び、以下の(1)～(3)の視点で概要を簡潔に説明

しなさい。

なお、自治体と高齢者プログラムを実施することによる人的資源の拡充は A、B、C 戦略に共通しているメリットなので、本問題の性格上解答には含めないものとする。

(1) 戦略方向性 (選んだ理由)

(2) 収益視点

(3) リスク視点

以 上

(メ モ)