令和 8 年度 第 20 回

フィットネスクラブ・マネジメント 技能検定

2 級実技 CBT 試験問題サンプル

実施月：令和 8 年 11 月

試験時間：60 分

注 意

1．本試験の問題は、記述式、四択式、九択式の合計 12 設問（100 点満点）構成されています。各設問は小問から成り立っており、設問ごとに小問数は異なり、計 41 問あります。問題により配点は異なります。問題により配点は異なります。

2．法令等に関する問題については、特に指示のない限り、令和 8 年 4 月 1 日現在施行の法令等に基づいて解答して下さい。

厚生労働大臣指定試験機関 一般社団法人日本フィットネス産業協会

設問 1　スタジオ品質管理に関する以下の記述で、（ア)～(ウ)に当てはまる最も適切な数値を選択肢から一つ選びなさい。尚、記載の金額および回答は全て税抜き金額とする。

現状条件
・週間プログラム本数：110 本
・自社スタッフ担当レッスンプログラム割合：20%
・フリーインストラクターレッスン平均単価：4,800 円
・自社スタッフ担当レッスン平均単価：2,000 円
来期方針・施策
スタジオ品質向上と費用低減に向け、自社スタッフ担当レッスンプログラム割合を「10%増加」させる。
上記から、以下が計算される。
現在のプログラムレッスン費用／週は、フリーインストラクターと自社スタッフ合計で(ア)円である。
自社スタッフ担当レッスンプログラム割合を来季施策に沿って実施するには(イ)本フリーインストラクターから自社スタッフに変更する必要がある。
来季方針の施策を実施するとフリーインストラクターと自社スタッフ合計レッスン費用は週に(ウ)円低減する。

問 1　(ア)に当てはまる最も適切な数値を選択肢から一つ選びなさい。
問 2　(イ)に当てはまる最も適切な数値を選択肢から一つ選びなさい。
問 3　(ウ)に当てはまる最も適切な数値を選択肢から一つ選びなさい。

①11　②18　③22　④26,500　⑤30,800　⑥31,000　⑦396,000　⑧424,000　⑨466,400

設問 2　以下の条件をもとに、スタジオプログラムに関するそれぞれのケースを計算し、当てはまる適切な数値を解答欄に入力しなさい。(計算の途中で端数処理は行わず、最終計算結果の小数点以下切り捨ての整数とする。)

条件 1：1 日の総来館数は 1,500 名とする。
条件 2：スタジオ X の定員は 60 名、スタジオ Y の定員は 35 名とする。
条件 3：全プログラムの平均集客率は定員の 70%とする。
条件 4：インストラクターフィーの税金は考えないものとし、プログラム本数は整数とする。

問 1　スタジオ X の 1 日のプログラム本数を 12 本とした場合、1 日の総来館数に対し 45%のスタジオ参加率を達成するためのスタジオ Y の 1 日のプログラム本数を計算し、解答欄に入力しなさい。
問 2　スタジオ X のインストラクターフィーは最も安いインストラクターで 5,000 円、最も高いインストラクターで 12,000 円となっている。両名のスタジオ定員数に対する客単価（円）の差を計算し、解答欄に入力しなさい。
問 3　スタジオ X 内にレッスンツールを配備することになり、定員数を 45 名に減らさなければならなくなった。スタジオ X の現状の集客数を保つためには各プログラムの集客率(%)を何%まで向上させる必要があるか、その数値を計算し、解答欄に入力しなさい。

設問 3　フィットネスクラブの商圏に関する以下の記述で(ア)～(ウ)に当てはまる最も適切な語句または数値を、選択肢から一つ選びなさい。

商圏分析においては、顧客の 60%程度以上を占める「一次商圏」に加え、売上または来館者数の（ ア ）%程度を占める範囲を「二次商圏」と定義する。 主要な移動手段での到達時間として、一次商圏が 5～10 分程度であるのに対し、二次商圏はおよそ（ イ ）分程度の範囲を目安とすることが多い。
あるフィットネスクラブの分析では、半径 1km 圏内に人口が 12,000 人おり、そのうち 500m～1km の範囲に 9,000 人が居住している。 この 0m～500m の帯域における会員参加率を 2.5%と仮定した場合、この帯域から期待される会員数は（ ウ ）人である。

問 1　(ア)に当てはまる最も適切なものを選択肢から一つ選びなさい。
問 2　(イ)に当てはまる最も適切なものを選択肢から一つ選びなさい。
問 3　(ウ)に当てはまる最も適切なものを選択肢から一つ選びなさい。

①25～30　②10～20　③5～10　④60　⑤75　⑥90　⑦150　⑧225　⑨300

設問 4　A 店の会員に関する以下の記述で(ア)～(ウ)に当てはまる適切な数値を計算し、解答欄に入力しなさい。

フィットネスクラブ A 店の対象商圏人口は、半径 3km 圏内で 25 万人である。
半径 500m、1km、2km、3km ごとの商圏人口および A 店会員の参加率は下表のとおりである。
また、A 店会員のうち 3km 圏外からの会員は、全会員の 20%である。
・A 店の半径 0～1km の商圏からの会員数は(ア)人である。
・A 店の半径 3km 商圏内の会員数は(イ)人である。
・A 店の全会員数は(ウ)人である。

フィットネスクラブA店商圏情報

商圏半径	0m以上-500m未満	500m以上-1km未満	1km以上-2km未満	2km以上-3km未満
商圏人口	1万人	3万人	6万人	15万人
会員参加率(対商圏人口)	5.0%	3.5%	1.5%	0.5%

問 1　(ア)に当てはまる適切な数値を計算し、解答欄に入力しなさい。(整数で答えること。)
問 2　(イ)に当てはまる適切な数値を計算し、解答欄に入力しなさい。(整数で答えること。)
問 3　(ウ)に当てはまる適切な数値を計算し、解答欄に入力しなさい。(整数で答えること。)

設問 5　あるフィットネスクラブに関する以下の記述で、(ア)～(ウ)に当てはまる数値を選択肢から一つ選びなさい。

このフィットネスクラブの 12 月の入会・退会数と在籍会員数は以下の通りであった。

12 月　入会数／60 名　退会数／70 名　月末在籍会員数／1,970 名

入会者内訳

入会経路	実績人数
チラシから	3名
WEB・SNSから	24名
見学・体験から	15名
会員紹介	12名
復会（再入会）	6名
合計	60名

翌 1 月の入会・退会数目標は次の通りである。

1 月　入会数目標／80 名、退会数目標／50 名

1 月の WEB・SNS からの入会数を 1 月の入会数目標に対して 40%とした場合、(ア)名の獲得数となる。

1 月の見学・体験からの入会獲得数を 12 月に対して 120%とした場合、見学・体験者数は(イ)名必要になる。(見学・体験入会率を 60%とする。)

1 月の会員紹介数が 1 月の入会数目標に対して 12 月結果と同じ比率で獲得できたとすると、会員紹介は(ウ)名獲得できることになる。

問 1　(ア)に当てはまる最も適切な数値を選択肢から一つ選びなさい。

問 2　(イ)に当てはまる最も適切な数値を選択肢から一つ選びなさい。

問 3　(ウ)に当てはまる最も適切な数値を選択肢から一つ選びなさい。

①12　②16　③18　④20　⑤30　⑥32　⑦40　⑧60　⑨80

設問 6　フィットネスクラブ支店長 A とスタッフ B の損益シミュレーションに関する以下の会話を読み各問に答えなさい。
（他の売上・経費、および消費税は考慮しないものとする。）

【支店長 A】競合店の影響で会員数が伸び悩んでいる。君も承知のとおり、うちの現状はこうだ。
・平均月会費　7,500 円
・固定費(1)　賃料 19,000 円／坪 × 320 坪
・固定費(2)　社員 9 名（平均年収 350 万円）
・変動費(1)　水道光熱費 1,200 円／月・会員 1 名
・変動費(2)　アルバイト 時給 1,100 円 × 月 2 時間／会員 1 名
・現会員在籍数　1,100 人
【支店長 A】サービスを強化して月会費を上げるか、逆に下げて会員数を増やすか、方向性を決める前に、あなたの収益管理力を確かめたい。
●ケース 1 ：月会費を 9,000 円に値上げする。
●ケース 2 ：月会費を 7,000 円に値下げする。
この 2 つで損益分岐点会員数を出してみてほしい。
【スタッフ B】はい、損益分岐点は「固定費＋変動費＝売上」になる会員数ですね。まず固定費ですが、
賃料　19,000 円 × 320 坪 ＝ 6,080,000 円／月
社員人件費　350 万円 × 9 名 ÷ 12 ＝ 2,625,000 円／月　合計で 8,705,000 円／月になります。
会員 1 人あたりの変動費は、1,200 円 ＋ 1,100 円× 2 時間 ＝ 3,400 円 です。
【スタッフ B】では計算します。
●ケース 1 （9,000 円）
9,000 円 × 損益分岐点会員数 ＝ 8,705,000 円 ＋ 3,400 円 × 損益分岐点会員数
→ 損益分岐点会員数は(ア)人。
●ケース 2 （7,000 円）
7,000 円 × 損益分岐点会員数 ＝ 8,705,000 円 ＋ 3,400 円 × 損益分岐点会員数
→ 損益分岐点会員数は(イ)人。
【支店長 A】うん、そのとおり、これであなたの収益管理力は十分に確かめられたよ。ありがとう！

問 1　(ア)に当てはまる数値を計算し解答欄に入力しなさい。
数値は小数点以下を切り捨て、整数とする。
問 2　(イ)に当てはまる数値を計算し解答欄に入力しなさい。
数値は小数点以下を切り捨て、整数とする。

設問 7　あるフィットネスクラブでは、支店長 A のもと、フロント担当マネージャーB との 2 名で勤怠管理に関する以下のミーティングを実施した。(ア)～(ウ)に当てはまる最も適切な数値を選択肢から選びなさい。

【支店長 A】では確認のためシフト上の休憩時間に関して質問します。本クラブの営業時間は 9:00～23:00 ですね。労働基準法では次のスタッフの休憩時間は何分与える必要がありますか。
・スタッフ X の就業時間は 8:30～13:00
・スタッフ Y の就業時間は 16:00～23:30　です。
【担当マネージャーB】はい、労働基準法で定められている通り、スタッフ Y には(ア)分以上の休憩を与えます。
【支店長 A】はい、その通りです。あと何か困っていることありますか。
【担当マネージャーB】スタッフ X 君ですが、無断で欠勤や連絡なしに遅刻することが多く、他のスタッフにも迷惑をかけることが非常に多く、常日頃から注意してきました。あと 1 か月様子を見て、駄目なようなら解雇にすると伝え、勤務態度に改善が見られなかったら、1ヶ月後に即日解雇にし、手当は支給しないという対応を取りたいのですが、問題あるでしょうか。
【支店長 A】従業員の解雇はトラブル回避の為にも慎重に進めるべきです。解雇の予告は、解雇の日を特定しなければならないのです。期日が不確定なものや条件つきの予告は、解雇予告とはみなされません。解雇をする場合には、少なくとも(イ)日前に解雇予告をするか、即時解雇する場合は、(イ)日分以上の平均賃金相当（解雇予告日以前（ ウ ）か月間に支払われた賃金総額÷（ ウ ）か月間の総日数）の解雇予告手当を支払わなければならないので、責任者は十分理解しておく必要があります。
【担当マネージャーB】支店長、わかりました。慎重に進めさせて頂きます。

問 1　(ア)に当てはまる最も適切な数値を選択肢から一つ選びなさい。
問 2　(イ)に当てはまる最も適切な数値を選択肢から一つ選びなさい。
問 3　(ウ)に当てはまる最も適切な数値を選択肢から一つ選びなさい。

①1　②2　③3　④4　⑤5　⑥10　⑦30　⑧45　⑨60

設問 8　労働基準法で定められた労務管理に関する以下の記述で、(ア)～(ウ)に当てはまる数値を計算し、解答欄に入力しなさい。

週に 4 日間、15 時～23 時でアルバイト勤務を行っている（時給は 1,300 円であり休憩時間は 1 時間である）。(ア)時以降の勤務には通常の賃金の(イ)%分が深夜割増賃金として加算される。

シフトの欠員対応として、13 時から出社し退勤時間は通常通り 23 時であった。この日の給与合計額は
(ウ)円である。

問 1　(ア)に当てはまる適切な数値を計算し解答欄に入力しなさい。
　　(回答は 24 時間表記で入力すること。)
問 2　(イ)に当てはまる適切な数値を計算し解答欄に入力しなさい。(整数で答えること。)
問 3　(ウ)に当てはまる適切な数値を計算し解答欄に入力しなさい。(整数で答えること。)

設問 9　以下は、フィットネスクラブの日常の水質管理において発生した事象についての支店長 A と社員 B のやり取りである。(ア)～(ウ)に最も当てはまる適切なものを、語群から選び解答欄に入力しなさい。

【社員 B】委託業者による定期の水質検査があり、温浴設備でレジオネラ菌が検出されたとの結果報告がありました。どのように対応しましょう。
【支店長 A】まずは(ア)してください。その上で、該当施設の利用を一時停止にします。
【社員 B】わかりました。それでは従業員への共有と利用者への告知を行い、利用を中止いたします。
【支店長 A】同時に、原因の究明と、(イ)のため業者手配をお願いします。
【社員 B】はい、すぐに手配いたします。
【支店長 A】(イ)が終わった後、(ウ)を依頼してください。菌の発生がないことを確認した上で、利用の再開を判断します。
【社員 B】わかりました。すぐに対応いたします。

【語群】再検査　清掃　社内共有　記録　報告　殺菌　昇温　連絡　高圧洗浄

問 1　(ア)に当てはまる適切なものを語群より選び解答欄に入力しなさい。
問 2　(イ)に当てはまる適切なものを語群より選び解答欄に入力しなさい。
問 3　(ウ)に当てはまる適切なものを語群より選び解答欄に入力しなさい。

設問 10　以下は、フィットネスクラブ X 店にて実施された救命研修時のスタッフ A とトレーナーB の会話である。(ア)～(ウ)に最も当てはまる適切なものを、語群から選び解答欄に入力しなさい。

【トレーナーB】一次救命処置で、最初に確認すべきことは何ですか？
【スタッフ A】まず倒れている人がいれば、(ア)を確認します。これを怠ると二次事故につながる可能性があります。
【トレーナーB】そうですね。問題がなければ、すぐに(イ)を呼んで 119 番通報と AED の手配をお願いするんでしたね。
【スタッフ A】はい。そして呼吸の確認をして、普段どおりの呼吸がない、または判断に迷う場合、胸骨圧迫 30 回と人工呼吸 2 回を開始します。胸の中央を強く速く、1 分間に 100～120 回のテンポで人工呼吸 2 回と交互に胸骨圧迫を行います。
【トレーナーB】なるほど。じゃあ AED が到着したら？
【スタッフ A】AED の電極パッドを貼って作動させると、(ウ)が始まります。その後は音声ガイドに従い、必要に応じて電気ショックです。
【トレーナーB】それで終わりではないですよね？
【スタッフ A】もちろんです。救急隊に引き継ぐまで、または傷病者に普段どおりの呼吸や目的のある仕草が見られるまで、適切な救命処置を繰り返し継続します。

【語群】呼吸確認　周囲の安全　胸骨圧迫　心電図解析　人工呼吸　AED 設置　協力者　救急車搬送　電気ショック

問 1　(ア)に当てはまる適切なものを語群より選び解答欄に入力しなさい。
問 2　(イ)に当てはまる適切なものを語群より選び解答欄に入力しなさい。
問 3　(ウ)に当てはまる適切なものを語群より選び解答欄に入力しなさい。

設問 11　フィットネスクラブ X における SNS 運用に関する以下の「状況設定」と 3 つの「発言」を読んで、各発言に対する「評価」と「改善」について問 1～問 6 に答えなさい。

【状況設定】
フィットネスクラブ X 店では SNS を活用しているが、目的が見失われているように感じることが増えた。以下は本部スタッフと支店長の発言である。

【発言 1】
クラブスタッフに SNS 運用を任せているが、会員定着や入会促進に効果があるのか、いまいちわかりません。いつの間にか複数の SNS を活用しており、時間もずいぶん取られているようです。
【発言 2】
本部が運用しているホームページと、A 店を含めた各支店が運用している SNS がうまく連携していないように感じます。支店間でも投稿の内容や頻度にかなりばらつきがあります。
【発言 3】
クラブからの投稿に対して、主に会員からコメントがつくことがあり、返信の是非、内容、返信スピード、返信者など、クラブとしての評価が問われるため対応に迷います。

問 1【発言 1】に対する評価として適切なものを選びなさい。
①SNS の目的と効果測定を整理し直す必要性に気づいている。
②SNS 運用は自由に任せてこそ意味があるのでこのままでよい。
③SNS はすぐに結果が出ないので、効果を測定する必要はない。
④複数の SNS を常に活用すべきなので、むしろ足りないくらいである。

問 2【発言 1】への改善として最初に取り組むべき適切な行動を選びなさい。
①SNS の運用目的を明確にし、KPI を設けて効果を数値で測るようにする。
②SNS は投稿数が多ければよいので、現状を維持する。
③スタッフの自由裁量に任せ、投稿は自由にする。
④時間がかかるので、SNS 運用は中止する。

問 3【発言 2】に対する評価として適切なものを選びなさい。
①SNS の運用目的を明確にし、KPI を設けて効果を数値で測るようにする。
②SNS は投稿数が多ければよいので、現状を維持する。
③スタッフの自由裁量に任せ、投稿は自由にする。
④時間がかかるので、SNS 運用は中止する。

問 4【発言 2】への改善として適切な行動を選びなさい。
①本部でブランドガイドラインを定め、投稿のルールや頻度を明確に共有する。
②SNS の運用は店舗の判断に任せ、ルールは設けない。
③全 SNS アカウントを統合して、各支店は投稿しないようにする。
④ホームページを更新しなければならないので、SNS は中止する。

問 5【発言 3】に対する評価として適切なものを選びなさい。
①コメント対応もクラブのイメージに直結すると認識しており、問題意識がある。
②SNS のコメントには返信しない方が良いので無視すべきである。
③SNS は広告と同じなので、利用者との対話は不要である。
④コメントは削除して対応すればよいという姿勢は望ましい。

問 6【発言 3】への改善として適切な行動を選びなさい。
①コメント対応もクラブのイメージに直結すると認識しており、問題意識がある。
②SNS のコメントには返信しない方が良いので無視すべきである。
③SNS は広告と同じなので、利用者との対話は不要である。
④コメントは削除して対応すればよいという姿勢は望ましい。

設問 12　フィットネスクラブ Y 店の子供スイミング教室運営に関する以下の「状況設定」と 3 つの「発言」を読んで、各発言に対する「評価」と「改善」について問 1～問 6 に答えなさい。

【状況設定】
コロナ以降も幼児から小学校低学年のスイミングスクール在籍は堅調に推移している。人件費、コストの増大からスクール単価も上がっている。そのため、父母の要求水準も高くなっているが、コーチ（指導スタッフ）の不足が課題となっている。
【発言 1】
最近、同じ級でもコーチによって進級率、指導方法や進級基準の説明が微妙に異なると、保護者から指摘されました。生徒個別の指導方法に関する研修を行うと同時に、改めて進級基準の統一・共有を行うことが必要かもしれません。
【発言 2】
コーチによってレッスン人数や進級率に違いがある。子どもは楽しそうに通っているが、親としては同じ会費で提供されるものが違う点が気になる、とのご意見をいただきました。どのように対処すべきか難しいと感じている。
【発言 3】
スイミングスクールの定員オーバーが続いていて、サポートコーチの配置が間に合わず、安全面が不安です。クラス人数の管理方法を改善すべきではないでしょうか。

問 1【発言 1】に対する評価として適切なものを選びなさい。
①コーチ間の裁量を全て排除し、指導方法も完全統一すべきと考えている。
②指導方法よりも進級基準の統一が優先度と考えている。
③統一すべき点と柔軟に対応すべき点を同列に扱っている。
④保護者の意見を軽視している。

問 2【発言 1】への改善として最初に取り組むべき適切な行動を選びなさい。
①指導方法も進級基準も完全統一する。
②子どもごとに指導方法を微調整しつつ、進級基準の説明は統一する研修を行う。
③進級基準の統一よりもコーチの個性を優先する。
④保護者の質問にはその都度、各コーチが自由に説明する。

問 3【発言 2】に対する評価として適切なものを選びなさい。
①指導方法も進級基準も完全統一する。
②子どもごとに指導方法を微調整しつつ、進級基準の説明は統一する研修を行う。
③進級基準の統一よりもコーチの個性を優先する。
④保護者の質問にはその都度、各コーチが自由に説明する。

問 4【発言 2】への改善として適切な行動を選びなさい。
①欠席による人数差はやむを得ないが、基本定員を明示して揃え、進級率の差は研修で改善する。
②全コーチの進級率を均一にする。
③レッスン人数の差は自然なことなので何もしない。
④保護者への説明は最小限にとどめる。

問 5【発言 3】に対する評価として適切なものを選びなさい。
①安全の重要性に気づき、提案をしているが視野が狭い。
②人数管理だけで安全確保が十分と考えている。
③安全より効率を優先している。
④サポートコーチ不足を軽視している。

問 6【発言 3】への改善として適切な行動を選びなさい。
①安全の重要性に気づき、提案をしているが視野が狭い。
②人数管理だけで安全確保が十分と考えている。
③安全より効率を優先している。
④サポートコーチ不足を軽視している。

以上