

1級学科試験の出題形式と試験範囲

1級学科試験

1級フィットネスクラブ・マネジメント技能検定学科試験は次のとおり実施します。

【問題数】50問

【出題形式】四肢択一法、記述法

【合格基準】60点以上（100点満点）

【学科試験科目及びその範囲】

フィットネスクラブ・マネジメント技能検定試験1級学科試験科目及びその範囲並びにその細目

(1)技能検定試験の合格に必要な技能及びこれに関する知識の程度

フィットネスクラブ・マネジメントの職種における上級の技能者が通常有すべき技能及びこれに関する知識の程度を基準とします。

(2)試験科目及びその範囲 : 下表の左欄のとおりです。

(3)試験科目及びその範囲の細目 : 下表の右欄のとおりです。

及びその範囲	範囲の細目
学科試験 1. 健康づくり (1) 健康施策の概要と動向 (2) 生活習慣病とその予防 (3) 栄養・運動・休養 (4) 高齢者の健康づくり	健康の概念や健康施策・制度について、次に掲げる事項の一般的な知識を有すること。 ①「健康」の概念 ②国民健康・栄養の変遷と現状 ③健康増進施策の概要（健康増進法と「21世紀における国民健康づくり運動」（健康日本21）など） 生活習慣病（NCD）の種類・内容について、一般的な知識を有すること。また、それぞれの予防法について、概略の知識を有すること。 ①メタボリックシンドローム（内臓脂肪症候群） ②ロコモティブシンドローム（運動器症候群） ③糖尿病 ④脳卒中 ⑤心臓病 ⑥高血圧 ⑦肥満 栄養摂取と運動・休養について、一般的な知識を有すること。 ①基礎代謝と身体活動量の測定法 ②栄養素とカロリー ③栄養補給とサプリメント ④運動と休養 介護予防など高齢者の健康づくりについて、次に掲げる事項に関する一般的な知識を有すること。 ①介護保険制度 ②介護予防の考え方 ③介護予防と運動 ④認知症

<p>2. 運動、トレーニングの基礎</p> <p>(1) 運動生理学の基礎</p> <p>(2) トレーニングの基礎</p> <p>(3) 救急処置</p>	<p>運動生理学について、次に掲げる事項に関する一般的な知識を有すること。</p> <p>①骨格筋の構造 ②神経系と運動 ③呼吸・循環系と運動 ④運動時の代謝・ホルモン作用 ⑤運動時の水分・栄養分補給 ⑥加齢と運動</p> <p>トレーニングについて、次に掲げる事項に関する一般的な知識を有すること。</p> <p>①体力トレーニングの原理・原則 ②主なエクササイズの特徴 ・エアロビック ・コンディショニング (ウエイトトレーニング、ストレッチなど) ③年代別のトレーニングの目的・課題 ④体力要素別のトレーニング方法 (筋力、筋持久力、全身持久力など) ⑤体力測定法・運動能力測定法の概要 ⑥介護予防と運動</p> <p>次に掲げる救急救命処置について、詳細な知識を有すること</p> <p>①救急処置 (RICE 処置) ②救命処置 (止血法、CPR (心肺蘇生法)、AED (自動除細動器) など)</p>
<p>3. フィットネス産業概論</p> <p>(1) スポーツ産業概論</p> <p>(2) フィットネスクラブ概論</p>	<p>スポーツ産業一般について、産業特性、産業類型、スポーツ消費者、スポーツマネジメント、将来像などの一般的な知識を有すること。</p> <p>フィットネスクラブ一般について、産業史、事業特性、市場環境、需要動向、業態の多様化、主なプログラム種類などの詳細な知識を有すること。</p>
<p>4. 店舗マネジメント</p> <p>(1) 戦略・組織</p> <p>(2) 営業戦略・営業管理</p>	<p>次に掲げる事項に関し、その概念、実施方法及び留意点について、一般的な知識を有すること。</p> <p>①事業ドメイン ②コア・コンピタンス ③競争優位性 ④シナジー ⑤経営環境分析 ⑥店舗経営戦略の策定と本部等との調整 ⑦店舗戦略と組織 ⑧店舗戦略の展開と実行管理 ⑨中期損益計画 (投資回収等)</p> <p>次に掲げる事項に関し、その概念、対応方法及び法令上の留意点等について一般的な知識を有すること。</p> <p>①営業目標の設定 ②営業活動の管理 ③営業技術 (法人／個人、新規開拓／既存深耕) ④与信管理 ⑤債権保全</p>

<p>(3) 品質管理</p> <p>(4) マーケティング</p> <p>(5) 売上・損益管理</p> <p>(6) 人的資源管理</p> <p>(7) ICT／情報システム</p> <p>(8) リスクマネジメント</p>	<p>⑥営業法務（契約法務、消費者保護法務、公正で自由な競争の実現）</p> <p>次に掲げる事項に関し、その概念、実施方法及び留意点について、詳細な知識を有すること。</p> <p>①フィットネスクラブのマネジメントにおける品質 ②管理すべき指標の種類・内容 ③管理指標の設定及びそのPDCA管理 ④フィットネスクラブと一般的な品質体系（ISO9001など）</p> <p>次に掲げる事項に関し、その概念、実施方法及び留意点について、一般的な知識を有すること。</p> <p>①マーケティング戦略 ②市場調査、商圈分析、競合店分析 ③価格政策 ④マーケティング・チャンネル ⑤販売促進策と広報・広告戦略</p> <p>次に掲げる事項に関し、その概念、対応方法及び法令上の留意点等について一般的な知識を有すること。</p> <p>①財務諸表（会計原則、損益計算書、貸借対照表、株主資本等変動計算書、キャッシュ・フロー計算書） ②予算管理 ③経営分析 ④法人税</p> <p>次に掲げる事項に関し、その概念、対応方法及び法令上の留意点等について一般的な知識を有すること。</p> <p>①人事戦略 ②労働契約・就業規則 ③労働・社会保険 ④要員計画 ⑤募集・採用 ⑥退職・解雇 ⑦人材開発・育成 ⑧リーダーシップ ⑨モチベーション</p> <p>フィットネス産業におけるICTの活用や最新の動向に関し、一般的な知識を有すること。</p> <p>①ICTの概念 ②販売促進におけるICTの活用 ③受付システム ④会員システム ⑤エクササイズ機器、測定器 ⑥トレーニングにおけるICTの活用 ⑥店舗内インフォメーション ⑦継続サポートシステム</p> <p>次に掲げる事項に関し、その概念、対応方法及び法令上の留意点等について一般的な知識を有すること。</p> <p>①フィットネスクラブ運営におけるリスク ②リスクへの対応策 ③リスクと保険 ④リスクマネジメントの体制づくり ⑤リスクマネジメントの推進</p>
--	---

<p>(9) 施設・設備管理</p>	<p>次に掲げる事項に関し、その概念、対応方法及び法令上の留意点等について一般的な知識を有すること。</p> <ol style="list-style-type: none"> ①店舗建屋 ②ボイラ設備 ③空調設備 ④防災・防火設備 ⑤給排水設備 ⑥電気設備 ⑦昇降設備 ⑧水質管理、排水処理 ⑨トレーニング機器 ⑩衛生設備 ⑪調理設備・機器 ⑫車両管理 ⑬設備の修繕・改修計画
<p>5. 顧客マネジメント (1) 顧客対応と接客の心構え</p>	<p>次に掲げるフィットネスクラブのスタッフの役割と心構えについて、詳細な知識を有すること。</p> <ol style="list-style-type: none"> ①フィットネス産業におけるホスピタリティの意義 ②顧客価値 ③顧客心理 ④顧客満足（CS）とコミュニケーション ⑤個人情報保護
<p>(2) 顧客管理</p>	<p>次に掲げる事項について、詳細な知識を有すること。</p> <ol style="list-style-type: none"> ①フィットネスクラブにおける顧客管理の目的と概要 ②会員継続・退会防止 ③顧客情報の分析 ④顧客管理の進め方
<p>(3) クレーム対応</p>	<p>次に掲げる事項について、詳細な知識を有すること。</p> <ol style="list-style-type: none"> ①クレームの発生要因 ②クレームのエスカレーション ③クレームへの対応 ④クレームの再発防止
<p>6. 関連法規</p>	<p>次に掲げる法令について、一般的な知識を有すること。</p> <ol style="list-style-type: none"> ①消防法 ②公衆浴場法 ③水質汚濁防止法 ④浄化槽法 ⑤大気汚染防止法 ⑥伝染病予防法 ⑦廃棄物の処理及び清掃に関する法律 ⑧騒音規制法 ⑨振動規制法 ⑩エネルギーの使用の合理化等に関する法律（省エネ法） ⑪個人情報の保護に関する法律（個人情報保護法） ⑫不当景品類及び不当表示防止法（景品法） ⑬知的財産権法 ⑭建築基準法 ⑮PL法（製造物責任法） ⑯屋外広告物法 ⑰道路交通法 ⑱駐車場法

7. 安全衛生	<p>⑱ 食品衛生法 ⑳ 暴力団対策法</p> <p>職場の安全衛生等に関する次の事項について、詳細な知識を有すること。</p> <p>① 安全衛生管理体制 ② 健康管理 ③ 衛生基準 ④ 健康増進のための措置</p>
---------	---

※ 変更がある場合には、フィットネスクラブ・マネジメント技能検定のウェブサイト上にてご案内致します。