



FITNESS CLUB MANAGEMENT SKILLS TEST

フィットネスクラブ・マネジメント技能検定

2022年度 第12回 フィットネスクラブ・マネジメント技能検定 受検要項：1級学科

受検申請期間	2022年7月26日（火）～2022年9月26日（月） ※ 締切日の消印有効です。 ※ 受検申請期間外の受検申請書は受理できませんのでご注意ください。
学科試験 試験日	2022年 11 月13日（日）
開催都市	札幌、仙台、東京、横浜、金沢、名古屋、大阪、岡山、広島、福岡、沖縄

受検申請ならびに受検に際しては、この受検要項に記載された事項を遵守し、同意した上で、受検申請手続きを行ってください。

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

【お問い合わせ】 fcm-test@fia.or.jp
(2022年6月1日よりメールアドレスが変更になりました)

[1] 試験概要

フィットネスクラブ・マネジメント技能検定試験は、厚生労働省より職業能力開発促進法第47条第1項の規定に基づき指定試験機関の指定を受けて、一般社団法人日本フィットネス産業協会（以下、当協会）が実施するものです。



[2] 試験日程

【学科試験】

試験日：2022年11月13日（日）

試験説明時間：10：25～

試験時間：10：45～12：15（90分）

- ※ 受付は、9時55分より開始致します。
- ※ 学科試験会場には10時25分までに入室してください。
- ※ 指定の時刻までに入室されない場合は、試験に関する説明を受けることができない、または試験会場の設備等の確認ができないことがありますので、ご注意ください。
- ※ 何らかの理由により試験開始時刻までに入室できない場合でも、試験開始後30分までに入室した場合には、受検できます。

[3] 受検申請手続

受検申請期間：2022年7月26日（火）～2022年9月26日（月）

受検申請の方法及び詳細については、フィットネスクラブ・マネジメント技能検定のホームページ上にて
(<https://fcm-test.jp>)

2022年7月1日（金）より掲載、案内いたします。

なお、受検申請には受検料の納付及び本人確認書類（氏名、生年月日が確認できる証明書）が必要となりますので、ご注意ください。

[4] 試験開催都市

次の都市で実施いたします。

都市	札幌	仙台	東京	横浜	金沢	名古屋	大阪	岡山	広島	福岡	沖縄 (那覇)
----	----	----	----	----	----	-----	----	----	----	----	------------

- ※ 試験会場については、受検票にてお知らせします。
- ※ 受検申請受理後の試験会場の変更は、原則認められません。

[5] 受検手数料

1級学科試験 8,900円（税金はかかりません）

[6] 受検資格

1級学科試験の受検資格は、以下となります。

等級区分		受検対象者（下欄のA、Bのいずれか）	
1級	学科試験	A	72ヶ月以上の実務経験※1-3を有する者
		B	フィットネスクラブ・マネジメント2級技能士

- ※1 実務経験とは、室内プール、トレーニングジム、スタジオ等の運動施設を有し、利用者に提供する事業所及びその運営会社における実務に携わった経験のことです。
- ※2 実務経験の期間は、受検申請締切日月（2022年9月）を含む月数とします。
- ※3 実務経験の月数は、期間が空いている場合に累計することができます。

[7] 受検票

- (1) 受検票は、受検申請受理者宛 **2022年10月29日(土)** を目途に郵送にて、一斉に発送いたします。
郵便事情等により、到着には多少日数がかかる場合もあります。
- (2) 受け取り次第、受検番号・試験会場・試験時間・会場への交通機関等を各自お確かめください。なお、受検票で通知された試験会場の変更を行うことはできません。
- (3) 受検票内の写真票は、顔写真を貼って試験当日に試験会場に持参してください。本人確認と出席確認を兼ねて試験当日に試験会場にて、回収します。
顔写真は、縦3.0cm×横2.4cmのサイズで、正面・無帽・無背景の写真（6ヶ月以内に撮影したもの）を貼ってください。写真のコピーやプライベートなスナップ写真の切り抜き、PCで普通紙に印刷した写真等、本人確認用の証明写真としてふさわしくないものは受理できません。
- (4) 2022年11月7日（月）までに、何の連絡もなく受検票が届かない場合は、検定事務局までお問い合わせください。

[8] 試験問題・正答の公表

試験問題及び正答は**2022年11月15日(火)**中にフィットネスクラブ・マネジメント技能検定のホームページにて公表する予定です。

[9] 合格発表

2022年12月15日(木)にフィットネスクラブ・マネジメント技能検定のホームページに、合格者の受検番号を掲載し発表する予定です。また、受検者宛てに合否結果通知書を郵送致します。

- ※ 受検番号での合格発表となりますので、受検票を紛失しないようご注意ください。受検番号の照会は原則としてお受けできません。
- ※ 試験の結果に関するお問い合わせにはお答えできません。

[10] 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する。

(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。

※ 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ホームページ上にて案内致します。

試験科目及びその範囲	範囲の細目
<p>学科試験</p> <p>1. 健康づくり</p> <p>(1) 健康施策の概要と動向</p> <p>(2) 生活習慣病とその予防</p> <p>(3) 栄養・運動・休養</p> <p>(4) 高齢者の健康づくり</p>	<p>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。</p> <p>①「健康」の概念</p> <p>②国民健康・栄養の変遷と現状</p> <p>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）</p> <p>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。</p> <p>①メタボリックシンドローム（内臓脂肪症候群）</p> <p>②ロコモティブシンドローム（運動器症候群）</p> <p>③糖尿病</p> <p>④脳卒中</p> <p>⑤心臓病</p> <p>⑥高血圧</p> <p>⑦肥満</p> <p>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。</p> <p>①基礎代謝と身体活動量の測定法</p> <p>②栄養素とカロリー</p> <p>③栄養補給とサプリメント</p> <p>④運動と休養</p> <p>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。</p> <p>①介護保険制度</p> <p>②介護予防の考え方</p> <p>③介護予防と運動</p> <p>④認知症</p>
<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>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</p> <p>②神経系と運動</p> <p>③呼吸・循環系と運動</p> <p>④運動時の代謝・ホルモン作用</p> <p>⑤運動時の水分・栄養分補給</p> <p>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</p>

<p>(3) 救急処置</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>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>(3) 品質管理</p> <p>(4) マーケティング</p>	<p>②主なエクササイズの特徴</p> <ul style="list-style-type: none"> ・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) <p>③年代別のトレーニングの目的・課題</p> <p>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)</p> <p>⑤体力測定法・運動能力測定法の概要</p> <p>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)</p> <p>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>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>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</p> <p>②コア・コンピタンス</p> <p>③競争優位性</p> <p>④シナジー</p> <p>⑤経営環境分析</p> <p>⑥店舗経営戦略の策定と本部等との調整</p> <p>⑦店舗戦略と組織</p> <p>⑧店舗戦略の展開と実行管理</p> <p>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</p> <p>②営業活動の管理</p> <p>③営業技術 (法人/個人、新規開拓/既存深耕)</p> <p>④与信管理</p> <p>⑤債権保全</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</p> <p>②管理すべき指標の種類・内容</p> <p>③管理指標の設定及びその PDCA 管理</p> <p>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</p> <p>②市場調査、商圈分析、競合店分析</p>
---	---

<p>(5) 売上・損益管理</p>	<p>③価格政策 ④マーケティング・チャネル 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>(6) 人的資源管理</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> <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>(7) ICT／情報システム</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>(8) リスクマネジメント</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> <p>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</p>

[12] 試験当日について

【試験当日の持参品】

- ① 受検票（写真票・本人控）※写真票部分には必ず顔写真を貼付してください。
- ② 筆記用具（HB以上の濃い黒鉛筆またはシャープペンシル・消しゴム）
- ③ 計算機（関数電卓及び携帯電話の電卓機能は不可）
- ④ 時計（試験教室に時計がない場合があります。）情報通信機能のある時計は使用できません。
- ⑤ 本人（氏名、生年月日）確認のできる免許証、保険証等（本人確認が必要となる場合があります）

【受検上の注意】

- ① 気象情報や交通情報に注意し、時間に余裕を持っておこし下さい。
- ② 自家用車・バイクによる来場は認めません。
- ③ 試験教室には試験開始30分前から入室できます。
- ④ 座席は指定席です。試験開始20分前までに指定席に着席して下さい。
- ⑤ 遅刻者の入場は、試験開始後30分までに入室した場合認めますが、終了時間の延長はありません。
- ⑥ 試験開始30分後以降めどに写真票を回収します。
- ⑦ 試験開始後40分を経過したら退出することができます。試験終了10分前からは退出できません。
- ⑧ 試験時間中は携帯電話等の電源は切って、身体から離して足元のカバン等にしまってください。
- ⑨ 不正行為と認められる行為があった場合は、その場で退場を言い渡します。
- ⑩ 試験時間中に携帯電話等の通信機器を操作する行為は、不正行為と見なしますのでご注意ください。
- ⑪ 他の受検者の迷惑となるおそれがある行為に対しては、中止を求めることがあります。
- ⑫ マークシート方式の解答用紙をボールペンで解答した場合は、採点しません。
- ⑬ 解答用紙を持ち帰った場合は受検無効とします。
- ⑭ 原則として、試験時間中は飲みものをとることはできません。
- ⑮ 試験会場内は禁煙です。
- ⑯ 室内の空調の調整には限界があります。体温調整のできる服装でおこしください。
- ⑰ 天候・災害・感染症拡大などによる試験実施状況は、試験前日の16:00と当日の8:00に当検定ホームページに掲載いたします。
- ⑱ その他受検上の注意事項については、受検票に記載の内容を確認してください。

[13] その他

- ① 新型コロナ感染予防に関しては、FCM 検定ホームページ「受検要項」の頁の「フィットネスクラブ・マネジメント技能検定における新型コロナ感染症対策について」を必ずお読みください。
- ② 試験会場又は受検のための移動途上において、受検者の過失並びに天災に起因する事故・ケガなどについて、当協会では一切の責任を負いません。また、受検者により、故意・過失の区別によらず、試験会場の施設・設備に対する損害又は試験実施運営に障害が生じた場合、弁償の請求をすることがあります。

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 FCM検定事務局

〒101-0044

東京都千代田区鍛冶町2-2-3 第3櫻井ビル6F

TEL : 03-5207-2456 10:00~17:00 <土・日・祝日除く>

E-mail: fcm-test@fia.or.jp ホームページ: <https://fcm-test.jp>