

「パーソナルセレクト」における評価基準について

当サイト「パーソナルセレクト」では以下のコンテンツ制作ポリシーを全記事において遵守し、コンテンツ内容について一定基準の品質を保ちます。

A.参考情報について

当サイトにおきましては各種パーソナルトレーニングジムの公式ホームページの情報、Google マップの口コミを元に情報を確認し、パーソナルトレーニングジムの総合評価を算出しています。

参考サイト・引用元サイト	<ul style="list-style-type: none">・各クリニックの公式ホームページ・ Google マップの口コミ評価・ X (旧 Twitter)・ みんな評
編集日	2025 年 1 月 16 日
調査パーソナルジム数	30 社

B.採点基準について

当サイトでは以下項目について採点を実施し、平均を算出した結果を総合評価として提示しています。

1. 料金
2. トレーナーの質
3. 設備・環境
4. 食事指導
5. 口コミ満足度

次ページ以降に各項目の評価基準についての詳細を示します。

1. 料金

評価基準：ジムの価格と提供されるサービス内容のバランス（コストパフォーマンス）を基に評価。

評価	料金区分	総額(税込)	理由
★☆☆☆☆ (1.0)	非常に高額	35万円以上	他のジムと比較して非常に高額。コスパが悪いと感じられる可能性あり。
★★☆☆☆ (2.0)	やや高額	30万円～ 34.9万円	高級志向だが、他のジムと比較して料金の納得感に欠けることも。
★★★☆☆ (3.0)	平均的 (中価格帯)	20万円～ 29.9万円	業界標準の価格帯。サービス内容と比較して妥当な範囲内。
★★★★☆ (4.0)	やや安価	15万円～ 19.9万円	コスパに優れており、リーズナブル。初心者や継続を考える人におすすめ。
★★★★★ (5.0)	非常に安価	15万円未満	業界平均より大幅に安く、初心者やコスト重視の利用者に特に魅力的。

2. トレーナーの質

評価基準：トレーナーの採用基準、資格、研修制度、指導力、顧客対応の質を基に評価。

評価	基準
★☆☆☆☆ (1.0)	トレーナーの資格や経験が不明確で、指導力が不足している。コミュニケーションや対応が不十分。
★★☆☆☆ (2.0)	一部のトレーナーは資格や経験があるが、質にムラがある。顧客対応に改善の余地がある。
★★★☆☆ (3.0)	トレーナーの基本資格（NSCA-CPT、JATI-ATI など）を保持し、標準的な指導力を発揮。顧客対応も良好。
★★★★☆ (4.0)	資格保持者が多く、研修制度が整っている。顧客一人ひとりに合わせた指導が丁寧で、信頼性が高い。
★★★★★ (5.0)	高度な資格や豊富な経験を持つトレーナーが揃い、モチベーションを引き出す指導力と対応力に優れている。顧客満足度が非常に高い。

3. 設備・環境

評価基準：トレーニング設備の充実度、施設の清潔感、プライベート空間の快適さ。

評価	基準
★☆☆☆☆ (1.0)	設備が古く、清潔感に欠ける。プライバシーが確保されていない。トレーニング環境が不快。
★★☆☆☆ (2.0)	基本的な設備は揃っているが、環境に改善の余地がある（例：人目が気になる、設備のメンテナンス不足）。
★★★☆☆ (3.0)	標準的な設備と清潔さが維持されており、快適にトレーニングができる。プライバシー確保のための工夫が一部にある。
★★★★☆ (4.0)	最新設備が揃い、清潔感や快適さが非常に高い。プライベート空間や人目を気にせず集中できる環境が整っている。
★★★★★ (5.0)	完全個室、洗練された空間、高級感のある設備で他の利用者と交わらない環境を提供。特別感を味わえる施設が揃う。

4. 食事指導

評価基準：食事管理の内容、個別対応の充実度、科学的根拠の有無、リバウンド防止策、継続性を基に評価。

評価	基準
★☆☆☆☆ (1.0)	食事指導がほとんどないか、形式的であり、効果が期待できない。
★★☆☆☆ (2.0)	簡易的なアドバイスに留まり、個別対応が不十分。具体的なサポートが不足している。
★★★☆☆ (3.0)	標準的な食事指導を提供し、基本的な改善が期待できる。アドバイスの継続性は限定的。
★★★★☆ (4.0)	個別対応が充実しており、ライフスタイルや目標に合わせた具体的なアドバイスを実施。リバウンド防止策も考慮されている。
★★★★★ (5.0)	科学的根拠に基づき、管理栄養士や専門家が個別対応を行う。持続可能な食事プランでリバウンド防止にも対応。顧客満足度が非常に高い。

5. 口コミ満足度

評価基準：Google マップの口コミの評価平均、投稿数、内容の具体性を基に評価

基準値は Google マップの口コミ評価だが、口コミ投稿数が多い店舗の評価は信頼度が高いとみなし、以下重みづけを行い評価する

評価スコア=Google マップ平均評価× $(1-1/\sqrt{\text{口コミ数}})$

口コミ数が多いほど、平均評価に近い値がスコアになります。

少ない場合、スコアがやや低くなります。

例:

店舗 A: 平均評価 4.8、口コミ数 10

店舗 B: 平均評価 4.5、口コミ数 100

計算結果:

店舗 A スコア = $4.8 \times (1 - 1/\sqrt{10}) = 3.2$

店舗 B スコア = $4.5 \times (1 - 1/\sqrt{100}) = 4.05$

上記基準により、口コミ数の信頼性を反映しつつ、スコアを公平に評価します。