

ボディメイクのいろりにおける採点基準について（子連れトレーニング）

当サイト「ボディメイクのいろり」では、コンテンツ制作ポリシーに基づき、掲載するパーソナルジムを独自の評価基準で調査・採点しています。

各パーソナルジムの公式ホームページおよび Google クチコミの口コミ情報を参考に、5つの評価項目から総合評価を算出しています。

参考サイト ・ 引用元サイト	各パーソナルジムの公式ホームページ Google クチコミの 口コミ 評価
編集日	2026 年 7 月 25 日
調査数	25 社(ジム)の各店舗

当サイトでは以下の項目について各項目を採点し、合計点を総合評価としています。

1) 子連れトレーニング対応度	①子連れ対応の明確さ、②完全個室かどうか、③子連れ対応の設備、④安全対策はどうか、⑤子連れ・産後サポートの情報開示
2) トレーナーの専門性	①トレーナー関連資格の保有、②産後・機能改善・子連れ指導への専門性
3) 入会前体験	①カウンセリングの有無、②体験トレーニングの有無、③カウンセリング内容の公式ホームページ紹介、④施設見学の可否
4) 利便性・安心感	①駅チカ、②レンタル品の有無、③トレーナーの公式ホームページ紹介、④よくある質問の公式ホームページ掲載、⑤利用者の声公式ホームページ掲載
5) 口コミ評価	①Google クチコミ評価

各項目の採点基準

上記5項目の採点基準はそれぞれ次のとおりです。

また、公式ホームページ上で確認できない項目は、サービスが存在しないと断定するものではなく、情報開示の確認ができないため0点としています。

1) 子連れトレーニング対応度（満点 20 点）

子連れトレーニングに対応するパーソナルジムは増加傾向にありますが、実際に子ども連れでジムに通いたいニーズへの対応度を評価しています。

特に「子連れ対応の明確さ」「完全個室かどうか」「子連れ対応の設備」「安全対策はどうか」「子連れ・産後サポートの情報開示」について公式ホームページの情報を確認し、それぞれ4点満点で採点した結果を評価しています。

① 子連れ対応の明確さ

評価基準	点数
子連れ可・対象年齢・兄弟同伴・利用条件まで明記	4 点
子連れ可・対象年齢または利用条件を明記	3 点
子連れ可と明記	2 点
店舗ページやFAQの一部で確認できる	1 点
記載なし、または子連れ不可	0 点

② 完全個室かどうか

評価基準	点数
完全個室で、子どもと同じ空間で利用できる	4 点
完全個室だが、子どもの待機場所が別スペース	3 点
半個室または貸し切り対応	2 点
他の利用者と同時時間帯になるが、子連れ対応あり	1 点
個室・貸し切り対応なし、または記載なし	0 点

③ 子連れ対応の設備

評価基準	点数
託児サービスや託児費用補助がある	4 点
ベビーベッドの設置がある	3 点
キッズスペースを用意している	2 点
バウンサーのみを完備している	1 点
子連れ対応の準備や設備なし	0 点

④ 安全対策はどうか

評価基準	点数
器具との仕切り	4 点
ベビーサークルの設置	3 点
キッズスペースとトレーニングエリアの分離	2 点
子どもが器具へ近づきにくい配置	1 点
安全対策について公式ホームページに記載なし	0 点

⑤ 子連れ・産後サポートの情報開示

評価基準	点数
子連れ利用時の対応方針と産後指導の両方を明記	4 点
子連れ対応経験や育児経験のあるトレーナーを紹介	3 点
産後トレーニング対応を明記	2 点
子連れ利用について簡単な案内あり	1 点
記載なし	0 点

2) トレーナーの専門性（満点 20 点）

トレーナーの専門性は、利用者の悩みや目的にあった良質なトレーニング提供ができるのかを評価します。

そのため、各パーソナルジムの「トレーナー関連資格の保有」「産後・機能改善・子連れ指導への専門性」について公式ホームページの情報を確認し、それぞれ 10 点満点で採点した結果を評価しています。

① トレーナー関連資格の保有

評価基準	点数
トレーナー関連資格の保有率 100%	10 点
トレーナー関連資格の保有者が多数在籍	8 点
トレーナー関連資格の保有率 50%程度	5 点
トレーナー関連資格の保有者がみられる	3 点
公式ホームページ記載なし	0 点

② 産後・機能改善・子連れ指導への専門性

評価基準	点数
医療・リハビリ・産後支援に関する専門資格を保有 （理学療法士、作業療法士、助産師、柔道整復師など）	10 点

専門資格または研修修了歴が掲載	8 点
産後トレーニングや機能改善メニューあり	5 点
専門知識や実績の記載が少ない	3 点
公式ホームページ記載なし	0 点

3) 入会前体験（満点 20 点）

パーソナルジムを継続するためには、トレーナーとの相性や指導内容、施設の雰囲気自分が合っているかを、入会前に確認することが大切です。

入会前体験では、カウンセリングや体験トレーニング、施設見学など、契約前に確認できる機会の充実度を評価します。

そのため、各パーソナルジムの「カウンセリングの有無」「体験トレーニングの有無」「カウンセリング内容の公式ホームページ紹介」「施設見学の可否」について公式ホームページの情報を確認し、それぞれ 5 点満点で採点した結果を評価しています。

① カウンセリングの有無

評価基準	点数
無料	5 点
無料（条件あり）	3 点
有料	2 点
公式ホームページ記載なし	0 点

② 体験トレーニングの有無

評価基準	点数
無料	5 点
無料（条件あり）	3 点
有料	2 点
公式ホームページ記載なし	0 点

③ カウンセリング内容の公式ホームページ紹介

評価基準	点数
公式ホームページ記載あり（詳しく紹介）	5 点
公式ホームページ記載あり（簡単な紹介）	3 点
公式ホームページ記載なし	0 点

④ 施設見学の可否

評価基準	点数
見学可	5 点

見学可（条件あり）	3 点
公式ホームページ記載なし	0 点

4) 利便性・安心感（満点 20 点）

パーソナルジムを継続して利用するためには、通いやすさと安心して検討できる情報の充実度が重要です。

利便性・安心感では、駅からの距離やレンタル品の有無に加え、トレーナー紹介、よくある質問、利用者の声など、公式ホームページ上の情報開示について評価します。

そのため、各パーソナルジムの「駅チカの評価」「レンタル品の有無」「トレーナーの公式ホームページ紹介」「よくある質問の公式ホームページ掲載」「利用者の声公式ホームページ掲載」について公式ホームページの情報を確認し、それぞれ 4 点満点で採点した結果を評価しています。

① 駅チカの評価

評価基準	点数
最寄り駅より徒歩 3 分以内	4 点
最寄り駅より徒歩 5 分以内	3 点
最寄り駅より徒歩 10 分以内	2 点
公式ホームページ記載なし	0 点

② レンタル品の有無

評価基準	点数
無料レンタルあり（手ぶら可）	4 点
無料レンタルあり（手ぶら不可）	2 点
有料レンタルのみ	1 点
公式ホームページ記載なし	0 点

③ トレーナーの公式ホームページ紹介

評価基準	点数
トレーナー紹介あり（多数）	4 点
トレーナー紹介あり（一部）	2 点
記載なし	0 点

④ よくある質問の公式ホームページ掲載

評価基準	点数
Q&A 集の掲載あり（詳しい）	4 点
Q&A 集の掲載あり（一部）	2 点

記載なし	0 点
------	-----

⑤ 利用者の声公式ホームページ掲載

評価基準	点数
利用者の声の掲載あり（多数・内容が詳しい）	4 点
利用者の声の掲載あり（一部・簡単な紹介）	2 点
記載なし	0 点

5) 口コミ評価（満点 20 点）

各パーソナルジムの口コミ評価は「Google クチコミの口コミ評価」をもとに算出しています。

Google クチコミの口コミは、投稿者本人または Google によって管理・削除される仕組みとなっています。

そのことにより、Google クチコミの口コミは、第三者による利用者評価を確認できる情報の一つとして参考にしています。ただし、個々の口コミには主観が含まれるため、本サイトでは特定の投稿だけで判断せず、星ごとの評価分布をもとに平均評価を算出し、20 点満点に換算しています。

算式方法

$$((★5 \text{ 口コミ数} \times 5 + ★4 \text{ 口コミ数} \times 4 + ★3 \text{ 口コミ数} \times 3 + ★2 \text{ 口コミ数} \times 2 + ★1 \text{ 口コミ数} \times 1) \div (\text{総口コミ数} \times 5)) \times 20$$

以上

2026 年 7 月 25 日
ストーンアイランド合同会社
代表 川島秀彦