

パーソナルジム

Style/

PERSONAL GYM / EVALUATION CRITERIA

パーソナルジム評価基準 2026

対象エリアのパーソナルジムを、公式サイト情報を最優先に比較・一次採点するためのユーザー向け評価基準です。

この採点表は、当サイトの独自基準であり「スタジオ」の優劣を判断するものではありません。

評価配点サマリー

体験・カウンセリングの有無

20点

料金の明確さ・続けやすさ

25点

目的別対応力

25点

手ぶら・設備の充実度

10点

アクセス

20点

エリアにより
アクセスの測り方が変わります

→ **5章**

合計 100点

本資料は比較記事制作・一次採点のための共通基準を、閲覧しやすいPDFとして整理したものです。

2026年8月14日改訂（第5版）

0. 採点の大原則

採点するのは「その店の実態」であって、「当サイトが取得できた情報量」ではありません。

「公式に記載がない」ことを、そのまま減点の理由にしません。

減点する前に、公式トップ・店舗ページ・料金ページ・FAQ・キャンペーン告知・Googleマップまで調べ尽くします。調べ尽くしてなお確定しない項目は、**0点ではなく「採点保留」**とし、確定するまで記事に出しません。

なぜこの原則があるか

20点・25点の配点項目を「不明だから0点」にすると、それだけで順位が壊れます。実際に、料金表を端折っている店・徒歩分数を公式に書いていない店が、内容と関係なく下位に沈んだことがありました。0点を使うのは「その店が本当に提供していない」と確認できたときだけです。

採点時の基本ルール

- 公式サイトに記載されている情報を最優先します。
- 公式サイトで確認できない情報は、原則として高得点にしません。
- 料金・サービス内容・営業時間・アクセスは変更される可能性があるため、採点時点の公開情報をもとに判断します。
- 口コミや比較サイトの情報は補助情報として扱い、公式情報より優先しません。
- 本採点は当サイト独自の評価であり、ジムの優劣や効果を断定するものではありません。

同点だった場合の順位

次の優先順位で上位を判断します。

① 目的別対応力 ② 料金の明確さ・続けやすさ ③ アクセス ④ 体験・カウンセリングの有無 ⑤ 手ぶら・設備の充実度

1. 体験・カウンセリングの有無：20点

評価内容

初めてパーソナルジムを利用する人が、入会前に相談・体験しやすいかを評価します。

採点基準

条件	点数
体験トレーニングあり、または無料カウンセリングあり	20点
カウンセリングのみあり	15点
問い合わせ・見学のみ可能	8点
体験・カウンセリング情報なし	0点

判定ルール

- 「無料カウンセリング」「体験トレーニング」「初回体験」「トライアル」などの記載がある場合は評価対象とします。
- 体験が有料でも、入会前にトレーニングを試せる場合は20点とします**（有料か無料かではなく、試せるかどうかで判断します）。
- カウンセリングのみで実際のトレーニング体験がない場合は15点とします。
- 問い合わせフォームやLINE相談のみで、体験・カウンセリングの明記がない場合は8点以下とします。
- 公式サイト上で入会前相談の導線が確認できない場合は0点とします。

2. 料金の明確さ・続けやすさ：25点

評価内容

料金がわかりやすく掲載されているか、継続しやすい料金体系かを評価します。

採点基準

条件	点数
入会金・コース料金・1回あたり料金が明確で、複数プランあり	25点
料金は明確だが、プランの選択肢はやや限定的	20点
料金掲載はあるが、総額や追加費用がややわかりにくい	15点
一部料金のみ掲載	8点
料金未掲載・問い合わせ必須	0点

判定ルール

- 入会金、コース料金、月額料金、回数券、都度払い、1回あたり料金などが明確に確認できるほど高評価とします。
- 複数プランとは、月額制・回数券・短期集中コース・都度払い・ペアプランなど、利用者が選べる料金体系が複数ある状態を指します。
- 料金が税込か税抜か不明な場合は、必要に応じて減点します。
- 「料金はお問い合わせください」のみの場合は0点とします。
- キャンペーン価格のみで通常料金がわからない場合は、原則として15点以下とします。
- 料金が高いこと自体ではなく、料金と内容のわかりやすさ・選びやすさを評価します。

料金が画像やLPの中にしか書かれていない店舗もあります。当サイトでは公式サイト店舗ページ・FAQ・予約フォーム・画像内の料金表まで確認したうえで採点しています。「見つからない＝料金がない」とは判断しません。

3. 目的別対応力：25点

評価内容

利用者の目的に応じたトレーニングやサポートが用意されているかを評価します。

主な評価対象

- ダイエット
- ボディメイク
- 筋力アップ
- 姿勢改善
- 健康維持
- 運動初心者向け
- 女性向け
- 産後ダイエット
- シニア向け
- 食事改善
- リバウンド対策

採点基準

条件	点数
ダイエット・ボディメイク・筋力アップ・姿勢改善・初心者対応など複数目的に対応	25点
ダイエット・ボディメイクなど主要目的に対応	20点
特定目的には強いが、対応範囲は限定的	15点
目的別の説明が少ない	8点
目的別対応の情報がほぼない	0点

判定ルール

- 公式サイトに目的別コースや対象者別の説明がある場合は高評価とします。
- ダイエットだけでなく、筋力アップ・姿勢改善・健康維持など複数目的に対応している場合は25点に近づけます。
- 女性専用、初心者特化、産後対応など、明確な強みがある場合は評価します。
- ただし特定ジャンルに特化しているジムは、その目的には強くても対応範囲が限定されるため、総合評価では15～20点を目安とします。
- 目的別の記載が抽象的で、具体的なコースやサポート内容が不明な場合は8点以下とします。

4. 手ぶら・設備の充実度：10点

評価内容

ウェアやタオルなどのレンタル、個室、シャワーなど、通いやすさを補助する設備・サービスを評価します。

主な評価対象

- ウェアレンタル
- タオルレンタル
- シューズレンタルまたは預かり
- 水・プロテイン提供
- シャワー
- 更衣室
- 完全個室
- 女性専用空間
- 子連れ対応
- 清潔感のある設備

採点基準

条件	点数
ウェア・タオル・シューズなどのレンタル、個室やシャワーなど設備が充実	10点
一部レンタルまたは設備あり	7点
最低限の設備のみ確認できる	4点
情報なし	0点

判定ルール

- 手ぶら利用が可能と明記されている場合は高評価とします。
- ウェア・タオル・シューズのうち複数のレンタルが確認できる場合は7点以上とします。
- 完全個室・シャワー・更衣室などが確認できる場合は加点要素とします。
- レンタルや設備情報が公式サイトに記載されていない場合は0点または4点にとどめます。
- 設備の豪華さよりも、継続して通いやすい環境かを重視します。

5. アクセス：20点

評価内容

通いやすさを評価します。ただしエリアによって「駅から歩く街」と「車で通う街」があるため、測り方を2つに分けています。

- A

駅アクセス評価エリア（既定）… 駅から歩いて通う都市部・駅近立地
- B

駐車場考慮エリア … 車移動が中心で、駐車場の有無が比較の主軸になる地域
- 記事ごとに、どちらの基準で採点したかを本文に明記しています。

どちらを使うかの判定

掲載候補となる全店舗について、次の2つを数えて機械的に決めます（感覚では決めません）。

条件	採用する基準
駅徒歩分数の中央値が 11分以上 、または公式に駐車場を明記した店が 3割以上	B 駐車場考慮エリア
それ以外	A 駅アクセス評価エリア

県が車社会かどうかでは決めません。掲載する店舗の立地で決めます。

例えば広島県は車移動が中心の地域ですが、広島市の記事に掲載した9店は都心部（八丁堀・紙屋町・本通）に集中し、9店中8店が電停から徒歩1～3分でした。この場合は駐車場ではなく駅で測るほうが実態に合います。

A. 駅アクセス評価エリアの採点基準

条件	点数
最寄り駅から徒歩1分以内	20点
最寄り駅から徒歩2分	18点
最寄り駅から徒歩3分	16点
最寄り駅から徒歩4分	14点
最寄り駅から徒歩5分	12点
最寄り駅から徒歩6～10分	8点
最寄り駅から徒歩11～15分	4点
最寄り駅から徒歩16～20分	2点
最寄り駅から徒歩20分以上	0点
調べ尽くしても徒歩分数が確定できない	採点保留

5. アクセス：20点（つづき）

B. 駐車場考慮エリアの採点基準

条件	点数
専用駐車場あり（敷地内・施設直結で利用者が使える）	20点
駐車場あり（提携・有料など詳細不明を含む）	16点
近隣コインパーキングの案内のみ	下の徒歩基準へ
駐車場なし・最寄り駅から徒歩1～3分	14点
駐車場なし・最寄り駅から徒歩4～5分	12点
駐車場なし・最寄り駅から徒歩6～10分	8点
駐車場なし・最寄り駅から徒歩11～15分	4点
駐車場なし・最寄り駅から徒歩16～20分	2点
駐車場なし・最寄り駅から徒歩20分超	0点

どの駅を基準にするか

- 公式サイトに記載された「駅から徒歩〇分」を優先します。
- **都市部では、記事の主要駅を基準に全店を測ります**（店ごとに最寄り駅を切り替えると、1店だけ有利・不利になるためです）。
- 主要駅から遠いが別の駅が至近の店舗は、記事内で両方の駅を書いたうえで、採点は記事の主要駅を採ります。
- 徒歩分数が公式サイトにない場合は、地図サービスなどで確認します（出典を記録します）。

地方都市は「駅」ではなく「中心エリア」で測ります

地方都市では、記事名になっている駅と、実際にジムが集まっている場所が一致しないことがあります。

手 順	内容
①	記事の 中心エリア を決めます（店舗が集まっている商業エリア。複数の駅・電停を含んでかまいません）
②	中心エリア内 の店舗 … その店の最寄り駅・電停からの徒歩分数で採点します
③	中心エリア外 の店舗 … 中心エリアの代表駅からの徒歩分数で採点します

中心エリアの境界は「地名」で判断します。 住所の町名が中心エリアと同じ、またはその「上・下・東・西・北・南」が付く隣接街区であれば、中心エリア内として扱います。

地方の中心街は「駅」ではなく「町」で認識されているためです。駅からの分数だけで区切ると、同じ町内にある店舗が電停の位置だけで大きく減点されてしまいます。

例（広島市の記事）：本通・紙屋町・八丁堀を中心エリアとし、その中の店舗は各店の最寄り電停で、中心エリアの外にある店舗は本通駅からの距離で採点しました。広島駅と都心部は1.5kmほど離れており、どちらか一方の駅だけで測ると通いやすさを正しく比べられないためです。

同じ構造の都市：仙台・名古屋・福岡・新潟・岡山（新幹線の駅と繁華街が離れている都市）。路面電車のある都市（広島・長崎・熊本・鹿児島・富山）では、電停も駅として扱います。

料金・営業情報は変更になる場合があります。契約前に必ず各ジムの公式サイトでご確認ください。

このシートはパーソナルジム Style が独自に定めた評価基準であり、ジムの優劣を断定するものではありません。

© 2026 STORYLINE