

## シルミル研究所「ウーマンリサーチ」による「フィットネスクラブ」ランキング フィットネスクラブ利用経験は43.8%、“在宅ワークの息抜き”利用も 利用率第1位は「コナミスポーツクラブ」、総合満足度第1位は「ジョイフィット」

園児とママ・パパの情報誌「あんふあん」「ぎゅって」を発行する株式会社こどもりびんぐ（所在地：東京都千代田区、代表取締役：中島一弘）は、「シルミル研究所」としてリサーチ事業を展開しています。「シルミル研究所」では、全国の女性を対象とした調査「ウーマンリサーチ」を実施し、女性が選ぶおすすめの商品やサービスをランキング形式で、Webコンテンツとして発信しています。今回は2022年12月～2023年1月に実施した「フィットネスクラブについての調査」の結果を発表します。【あんふあんWebの記事はこちら】 [https://enfant.living.jp/mama/woman\\_research/982759/](https://enfant.living.jp/mama/woman_research/982759/)



【受賞ロゴ】

### ◆女性が選ぶ「フィットネスクラブ」ランキング、利用率1位は「コナミスポーツクラブ」

2022年12月～2023年1月に実施した調査において、「コナミスポーツクラブ」が女性が選ぶ「フィットネスクラブ」利用率第1位、「スポーツクラブNAS」は価格満足度第1位（同商品は設備満足度も第1位）、「ジョイフィット」は総合満足度第1位（同商品はオススメ率も第1位）、「カーブス」はリピート率第1位を受賞しました。

女性が選ぶ「フィットネス」利用率		女性が選ぶ「フィットネスクラブ」価格満足度		女性が選ぶ「フィットネスクラブ」総合満足度		女性が選ぶ「フィットネスクラブ」リピート率	
第1位	コナミスポーツクラブ	第1位	スポーツクラブNAS	第1位	ジョイフィット	第1位	カーブス
第2位	ティップネス	第2位	ジョイフィット	第2位	スポーツクラブNAS	第2位	スポーツクラブNAS
第3位 (同率)	スポーツクラブルネサンス	第3位	ティップネス	第3位	スポーツクラブルネサンス	第3位	ティップネス
	カーブス						

受賞のフィットネスクラブを実際に利用している人のクチコミを紹介します。

▼「コナミスポーツクラブ」 <https://www.konami.com/sportsclub/>

利用者の声：「スタジオレッスンが豊富で良かったです」（50代・東京都）

▼「スポーツクラブNAS」 <https://www.nas-club.co.jp/>

利用者の声：「スタッフさんのホスピタリティがとても高く、ジム自体も清潔で雰囲気がとても良いです」（40代・千葉県）

▼「ジョイフィット」 <https://joyfit.jp/>

利用者の声：「24時間使えて、施設が清潔だったところが気に入っている」（20代・北海道）

▼「カーブス」 <http://www.curves.co.jp/>

利用者の声：「短時間でトレーニングできるので、時間を効率よく使えるところが良かった」（50代・東京都）

### ◆フィットネスクラブ利用率は15.8%、利用し始めた理由は「健康維持のため」が最多

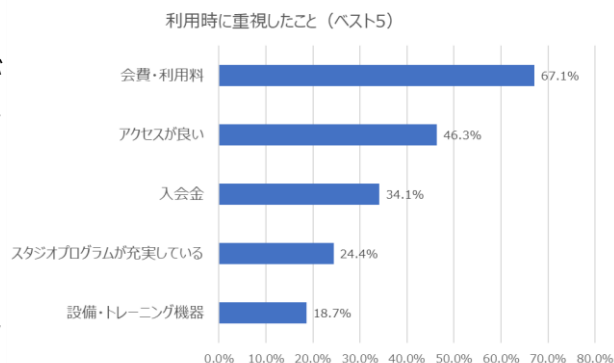
今回は全国の女性562人が回答。フィットネスクラブの利用経験は43.8%で、現在入会中の人は15.8%でした。利用経験のある人の利用し始めた理由は「健康維持のため」が69.9%と最多で、「体力をつけるため」(47.6%)、「ダイエットのため」(47.2%)、「筋力をつけるため」(45.1%)、「リフレッシュ・ストレス解消のため」(43.5%)となりました(複数回答)。利用頻度は、「2～3日に1回」が46.1%と最も多く、「1週間に1回」(28.9%)、「ほぼ毎日」(19.7%)と続きました。利用の仕方は、「平日夜に利用」が45.5%と最多で、「週末（土日祝）に利用」（41.5%）、「好きな時に利用」（29.3%）となりました。

2023年2月13日  
株式会社こどもりびんぐ

## ◆ 利用時に重視したポイントは「会費・利用料」がトップ

フィットネスクラブの利用時に最も重視したことは「会費・利用料」が67.1%と最多、「アクセスが良い」「入会金」という回答に（複数回答、右記グラフ）。

コロナ禍の影響で取った行動で最も多かったのは、「人が多く集まる時間帯を避ける」（13.4%）で、「退会した」（10.6%）、「滞在時間を減らした」（8.1%）と続きました（複数回答）。利用の際には、滞在時間を工夫している様子がうかがえました。



## ◆ リフレッシュや時間の有効活用にフィットネスクラブを利用

フィットネスクラブクラブを利用して良かった！というエピソードを聞いたところ、「気晴らしになる。完全にストレス発散のツール」（40代・兵庫県）、「時間にメリハリがつく。在宅の仕事のいい息抜きになっている」（50代・東京都）、「子どもの習い事の時間に行くようにして、待ち時間に利用しているので、時間が有効に使えて良い」（40代・神奈川県）、「ベビーを連れて行ける産後ヨガのクラスに通っています。産前に増えた体重とお腹のたるみが、産後5カ月には完全に戻せたというのが良かったと思っています」（30代・東京都）となどの声が寄せられました。リフレッシュやダイエットのほか、隙間時間に利用するなど、時間の有効の活用にフィットネスクラブを利用していることが分かりました。

【調査概要】 期間：2022.12.16～2023.1.12「あんふぁんWeb」「ぎゅってWeb」会員、こどもりびんぐアンケート会員に対しWebで調査を実施／調査対象：イオンスポーツクラブ 3FIT、エニタイムフィットネスクラブ、カーブス、快活クラブFIT24、ゴールドジム、コナミスポーツクラブ、ジョイフィット、スポーツクラブアクトス、スポーツクラブNAS、スポーツクラブルネサンス、セントラルスポーツ、chocoZAP、ティップネス、ファストジム24、メガロス その他（五十音順）

【回答者プロフィール】エリア：全国の女性562人 年代／20代以下4.6%、30代36.5%、40代29.8%、50代以上29.1%、独身21.0%、既婚79.0%、子どもあり72.4%、子どもなし27.6% ※データは小数点2位以下四捨五入

株式会社こどもりびんぐは、小学館グループで園児とママ・パパ向け情報誌「あんふぁん」「ぎゅって」の発行、ウーマンリサーチ等女性を対象とした「リサーチ事業」を展開するメディア事業者です。今後もウーマンリサーチでは、さまざまなテーマで調査を実施、報告してまいります。第1位を受賞された企業には、受賞ロゴ・調査データ活用のご提案もしております。受賞ロゴは店頭ツール・商談資料・ブランドサイト・SEO対策等、幅広くご活用いただけます。詳しくはお問い合わせください。

調査項目は、右記二次元コードからダウンロードも可能です。



## 【ウーマンリサーチ最新注目のランキング】

- ・ロボット掃除機 [https://enfant.living.jp/mama/woman\\_research/982452/](https://enfant.living.jp/mama/woman_research/982452/)
- ・ドラム式洗濯乾燥機 [https://enfant.living.jp/mama/woman\\_research/980389/](https://enfant.living.jp/mama/woman_research/980389/)

## ■ 本リリースに関するお問い合わせ先

株式会社こどもりびんぐ シルミル研究所 担当：寺山・植村  
E-mail：[woman.research@kodomoliving.co.jp](mailto:woman.research@kodomoliving.co.jp)