

美容センサス2022年下期
資料編（詳細版）
<運動・トレーニング編>

「15～69歳男女のジム・ヨガ・フィットネスの利用状況」

株式会社リクルート
ホットペッパービューティーアカデミー

<https://hba.beauty.hotpepper.jp/>

※ 出版・印刷物・WEB等へのデータ転載される際には、「（株）リクルート ホットペッパービューティーアカデミー調べ」と明記していただきますようお願い申し上げます。

目次

調査概要	3
【運動・トレーニング】	
• 【女性】 フィットネスジム・ヨガスタジオ・加圧トレーニングの利用状況	4
• 【男性】 フィットネスジム・ヨガスタジオ・加圧トレーニングの利用状況	5
• 【女性】 フィットネスジム・ヨガスタジオ・加圧トレーニングの利用頻度《1年以内利用者》	6
• 【男性】 フィットネスジム・ヨガスタジオ・加圧トレーニングの利用頻度《1年以内利用者》	7
• 【女性】 フィットネスジム・ヨガスタジオ・加圧トレーニングの利用金額 ：1カ月あたり《1年以内利用者》	8
• 【男性】 フィットネスジム・ヨガスタジオ・加圧トレーニングの利用金額 ：1カ月あたり《1年以内利用者》	9
• 【女性】 フィットネスジム・ヨガスタジオ・加圧トレーニングの利用金額 ：ここ1年間の合計《1年以内利用者》	10
• 【男性】 フィットネスジム・ヨガスタジオ・加圧トレーニングの利用金額 ：ここ1年間の合計《1年以内利用者》	11

調査概要

調査目的

- 女性・男性それぞれの過去1年間におけるジム・ヨガ・フィットネスの利用状況を把握すること

調査方法

- インターネットによるアンケート調査
 - 株式会社マーケティングアプリケーションズの「MApps Panel」を利用

調査対象

- 全国、人口20万人以上の都市に居住する15～69歳の男女1万3,200人
 - 女性・男性 各6,600人
 - ※人口20万人以上の都市の人口比率によってエリアごとの割付数を決定
 - ※男女それぞれ、年齢5歳刻みで均等割付（エリアと年代による割付数詳細は下記の数表を参照）

■2022年下期調査 エリア別 割付数（数字はサンプル数） (人)

	合計サンプル	東北 北海道	首都 圏	23区 外		東 京 23 区	甲 信 越	中 部	東 海 (静 岡 含 む)	関 西	中 国 ・ 四 国	九 州		合計サンプル	東北 北海道	首都 圏	23区 外		東 京 23 区	甲 信 越	中 部	東 海 (静 岡 含 む)	関 西	中 国 ・ 四 国	九 州
				23区 外	東 京 23 区																				
女性全体	6,600	561	2,761	1,837	924	275	671	1,243	484	605	男性全体	6,600	561	2,761	1,837	924	275	671	1,243	484	605				
女性 年 代 別	15～19歳	600	51	251	167	84	25	61	113	44	55	男性 年 代 別	15～19歳	600	51	251	167	84	25	61	113	44	55		
	20代	1,200	102	502	334	168	50	122	226	88	110		20代	1,200	102	502	334	168	50	122	226	88	110		
	30代	1,200	102	502	334	168	50	122	226	88	110		30代	1,200	102	502	334	168	50	122	226	88	110		
	40代	1,200	102	502	334	168	50	122	226	88	110		40代	1,200	102	502	334	168	50	122	226	88	110		
	50代	1,200	102	502	334	168	50	122	226	88	110		50代	1,200	102	502	334	168	50	122	226	88	110		
	60代	1,200	102	502	334	168	50	122	226	88	110		60代	1,200	102	502	334	168	50	122	226	88	110		

調査実施時期

- 2022年8月10日（水）～ 8月19日（金）

※時系列データ：比較対象の調査の実施時期と調査対象は以下の通り

調査年	調査実施時期	調査対象	
		女性	男性
2019年	8月15日（木）～ 8月23日（金）	男女それぞれ 15～69歳 6,600サンプル	
2020年	8月14日（金）～ 8月21日（金）		
2021年	8月13日（金）～ 8月20日（金）		
2022年	8月10日（水）～ 8月19日（金）		

調査実施機関

- 株式会社アンド・ディ

女性全体におけるマンツーマン指導の利用経験者は10.5%、マンツーマン指導以外は19.9%。

【女性】

- マンツーマン指導を「ここ1年間で利用した」人は3.4%。「利用経験者・計」は10.5%。年代別で見ると、「利用経験者・計」は30代（13.7%）が最多。
- マンツーマン指導以外を「ここ1年間で利用した」人は6.4%。「利用経験者・計」は19.9%。年代別で見ると、「利用経験者・計」は20～30代・50～60代は2割超。
- 2021年との比較では、マンツーマン指導、マンツーマン指導以外の「利用経験者・計」は、全年代で減少している。

■フィットネスジム・ヨガスタジオ・加圧トレーニングの利用状況（マンツーマン指導）（全体／単一回答）

Q. あなたは今までに、以下の施設・サービスを利用しましたか。

:フィットネスジム・ヨガスタジオ・加圧トレーニングの利用状況（マンツーマン指導）

(%)

		ここ1年間で利用した	ここ1年間の利用はないが、過去に利用したことがある	利用したことはないが、興味がある	利用したことはないし、興味もない
女性全体	(n=6,600)	3.4	7.2	23.3	66.2
女性 年代別	15~19歳 (n= 600)	2.0	4.2	31.7	62.2
	20代 (n=1,200)	4.7	7.9	29.8	57.6
	30代 (n=1,200)	5.1	8.6	25.3	61.0
	40代 (n=1,200)	2.3	7.6	21.7	68.0
	50代 (n=1,200)	2.2	6.8	19.1	71.9
	60代 (n=1,200)	2.9	6.3	16.4	74.3

利用経験者・計				
2019年下期	2020年下期	2021年下期	2022年下期	2022年下期 2021年下期 との差(pt)
11.4	11.1	12.2	10.5	-1.7
5.7	8.5	8.5	6.2	-2.3
14.9	15.7	16.3	12.6	-3.7
15.5	12.7	15.0	13.7	-1.3
10.1	9.8	11.7	10.3	-1.4
9.8	9.3	10.3	9.0	-1.3
9.7	9.5	9.5	9.3	-0.2

■フィットネスジム・ヨガスタジオ・加圧トレーニングの利用状況（マンツーマン指導以外）（全体／単一回答）

Q. あなたは今までに、以下のサロンなどの施設・サービスを利用しましたか。

:フィットネスジム・ヨガスタジオ・加圧トレーニングの利用状況（マンツーマン指導以外）

(%)

		ここ1年間で利用した	ここ1年間の利用はないが、過去に利用したことがある	利用したことはないが、興味がある	利用したことはないし、興味もない
女性全体	(n=6,600)	6.4	13.5	21.1	59.0
女性 年代別	15~19歳 (n= 600)	3.5	4.8	31.8	59.8
	20代 (n=1,200)	6.7	13.8	26.7	52.8
	30代 (n=1,200)	5.5	17.8	22.3	54.5
	40代 (n=1,200)	5.7	12.5	20.3	61.5
	50代 (n=1,200)	5.9	14.4	17.3	62.3
	60代 (n=1,200)	9.6	13.4	13.4	63.6

利用経験者・計				
2019年下期	2020年下期	2021年下期	2022年下期	2022年下期 2021年下期 との差(pt)
22.6	22.2	21.5	19.9	-1.6
9.7	11.5	10.3	8.3	-2.0
24.0	24.0	22.3	20.5	-1.8
25.0	23.8	24.8	23.3	-1.5
21.8	19.8	20.3	18.2	-2.1
23.6	23.2	22.5	20.3	-2.2
25.3	25.3	23.2	23.0	-0.2

【男性】フィットネスジム・ヨガスタジオ・加圧トレーニングの利用状況

男性全体におけるマンツーマン指導の利用経験者は11.7%、マンツーマン指導以外は17.6%。

【男性】

- マンツーマン指導を「ここ1年間で利用した」人は4.7%。「利用経験者・計」は11.7%。年代別で見ると、「利用経験者・計」は30代（19.0%）が最多。
- マンツーマン指導以外を「ここ1年間で利用した」人は6.8%。「利用経験者・計」は17.6%。年代別で見ると、「利用経験者・計」は20～30代が2割超で高い。
- 2021年と比べると「利用経験者・計」が、マンツーマン指導では30代以外で減少。マンツーマン指導以外では30代・50代以外で減少している。

■フィットネスジム・ヨガスタジオ・加圧トレーニングの利用状況（マンツーマン指導）（全体／単一回答）

Q. あなたは今までに、以下のサロンなどの施設・サービスを利用しましたか。

:フィットネスジム・ヨガスタジオ・加圧トレーニングの利用状況（マンツーマン指導）

(%)

		ここ1年間で利用した		ここ1年間の利用はないが、過去に利用したことがある	利用したことはないが、興味がある	利用したことはないし、興味もない
男性全体 (n=6,600)		4.7	7.0	18.5	69.8	
男性 年代別	15~19歳 (n= 600)	4.7	6.0	22.7	66.7	
	20代 (n=1,200)	7.6	9.1	17.0	66.3	
	30代 (n=1,200)	8.0	11.0	20.1	60.9	
	40代 (n=1,200)	4.0	6.7	20.8	68.6	
	50代 (n=1,200)	2.5	5.0	17.7	74.8	
	60代 (n=1,200)	1.5	3.7	15.0	79.8	

利用経験者・計				
2019年下期	2020年下期	2021年下期	2022年下期	2022年下期 2021年下期 との差(pt)
12.5	13.0	12.5	11.7	-0.8
12.2	12.3	11.2	10.7	-0.5
20.5	23.3	20.2	16.7	-3.5
16.6	15.8	15.2	19.0	3.8
10.5	11.6	12.5	10.7	-1.8
7.3	7.5	8.7	7.5	-1.2
8.1	7.0	6.7	5.2	-1.5

■フィットネスジム・ヨガスタジオ・加圧トレーニングの利用状況（マンツーマン指導以外）（全体／単一回答）

Q. あなたは今までに、以下のサロンなどの施設・サービスを利用しましたか。

:フィットネスジム・ヨガスタジオ・加圧トレーニングの利用状況（マンツーマン指導以外）

(%)

		ここ1年間で利用した		ここ1年間の利用はないが、過去に利用したことがある	利用したことはないが、興味がある	利用したことはないし、興味もない
男性全体 (n=6,600)		6.8	10.7	17.3	65.1	
男性 年代別	15~19歳 (n= 600)	4.3	8.3	21.5	65.8	
	20代 (n=1,200)	8.3	13.0	18.2	60.6	
	30代 (n=1,200)	9.8	12.9	18.5	58.8	
	40代 (n=1,200)	6.3	10.2	18.9	64.6	
	50代 (n=1,200)	5.4	10.2	16.4	68.0	
	60代 (n=1,200)	5.8	8.5	12.4	73.3	

利用経験者・計				
2019年下期	2020年下期	2021年下期	2022年下期	2022年下期 2021年下期 との差(pt)
20.2	20.1	18.3	17.6	-0.7
15.5	16.0	14.3	12.7	-1.6
25.2	28.3	22.7	21.3	-1.4
24.2	23.3	20.3	22.7	2.4
19.6	18.7	18.4	16.5	-1.9
18.4	16.2	15.5	15.6	0.1
16.0	16.0	16.6	14.3	-2.3

【女性】フィットネスジム・ヨガスタジオ・加圧トレーニングの利用頻度《1年以内利用者》

女性利用者のうち、マンツーマン指導を「1週間に1回以上」利用する人は44.8%、マンツーマン指導以外は65.8%。

- マンツーマン指導の利用者のなかで、「1週間に1回以上」利用する人は44.8%。「1か月に1回以上・計」は83.0%。年代別で見ると、60代では「1週間に1回以上」が6割。
- マンツーマン指導以外の利用者のなかで、「1週間に1回以上」利用する人は65.8%。「1か月に1回以上・計」は89.5%。年代別で見ると、60代では「1週間に1回以上」が8割超。

■フィットネスジム・ヨガスタジオ・加圧トレーニング利用頻度：フィットネスジム・ヨガスタジオ・加圧トレーニング（マンツーマン指導）（1年以内利用者／単一回答）

Q.フィットネスジム・ヨガスタジオ・加圧トレーニングを利用している方にお聞きします。どの程度の頻度で利用していますか。

(%)

		1か月に1回以上・計							1か月に1回以上・計											
		1週間に1回以上	1か月に2~3回程度	1か月に1回程度	2か月に1回程度	3か月に1回程度	半年に1回程度	1年に1回程度	2019年下期	2020年下期	2021年下期	2022年下期	2022年下期 2021年下期との差(pt)							
女性全体	(n= 223)	44.8							22.0	16.1	5.8	2.7	87.3	83.3	83.5	83.0	-0.5			
女性 年代別	15~19歳	(n= 12)	58.3							0.0	41.7	0.0	0.0	75.0	78.3	70.0	100.0	30.0		
	20代	(n= 56)	41.1							25.0	12.5	8.9	5.4	5.4	1.8	86.9	85.4	82.9	78.6	-4.3
	30代	(n= 61)	42.6							29.5	13.1	8.2	0.0	1.6	4.9	85.7	85.0	86.0	85.2	-0.8
	40代	(n= 33)	39.4							33.3	18.2	0.0	0.0	3.0	6.1	94.4	83.9	80.0	90.9	10.9
	50代	(n= 26)	38.5							7.7	19.2	11.5	7.7	0.0	15.4	89.7	77.8	85.7	65.4	-20.3
	60代	(n= 35)	60.0							11.4	14.3	0.0	5.7	2.9	5.7	88.9	83.3	91.2	85.7	-5.5

■フィットネスジム・ヨガスタジオ・加圧トレーニング利用頻度：フィットネスジム・ヨガスタジオ・加圧トレーニング（マンツーマン指導以外）（1年以内利用者／単一回答）

Q.フィットネスジム・ヨガスタジオ・加圧トレーニングを利用している方にお聞きします。どの程度の頻度で利用していますか。

(%)

		1か月に1回以上							1か月に1回以上・計											
		1週間に1回以上	1か月に2~3回程度	1か月に1回程度	2か月に1回程度	3か月に1回程度	半年に1回程度	1年に1回程度	2019年下期	2020年下期	2021年下期	2022年下期	2022年下期 2021年下期との差(pt)							
女性全体	(n= 421)	65.8							16.6	7.1	3.3	1.9	91.5	87.6	90.7	89.5	-1.2			
女性 年代別	15~19歳	(n= 21)	47.6							14.3	9.5	9.5	9.5	0.0	9.5	60.0	74.2	66.7	71.4	4.7
	20代	(n= 80)	46.3							23.8	12.5	7.5	3.8	6.3	86.1	79.8	80.5	82.5	2.0	
	30代	(n= 66)	59.1							16.7	10.6	3.0	1.5	4.5	4.5	88.6	85.3	89.4	86.4	-3.0
	40代	(n= 68)	55.9							26.5	8.8	4.4	1.5	1.5	1.5	96.6	88.8	94.6	91.2	-3.4
	50代	(n= 71)	77.5							11.3	5.6	1.4	1.4	1.4	1.4	96.8	90.7	96.2	94.4	-1.8
	60代	(n= 115)	85.2							9.6	0.0	1.7	0.0	2.6	98.0	95.1	98.2	95.7	-2.5	

男性利用者のうち、マンツーマン指導を「1週間に1回以上」利用する人は39.5%、マンツーマン指導以外は55.1%。

- 【男性】
- マンツーマン指導の利用者のなかで、「1週間に1回以上」利用する人は39.5%。「1か月に1回以上・計」は84.6%。年代別で見ると、40代では「1週間に1回以上」が4割以上。
 - マンツーマン指導の2021年との比較では、「1か月に1回以上・計」で全体で4.2pt減。
 - マンツーマン指導以外の利用者のなかで、「1週間に1回以上」利用する人は55.1%。「1か月に1回以上・計」は89.6%。年代別で見ると、「1か月に1回以上・計」は60代（95.7%）が最多。
 - マンツーマン指導以外の30代利用者の「1か月に1回以上・計」は、2019年以降上昇傾向が続く。

■フィットネスジム・ヨガスタジオ・加圧トレーニング利用頻度：フィットネスジム・ヨガスタジオ・加圧トレーニング（マンツーマン指導）（1年以内利用者／単一回答）

Q.フィットネスジム・ヨガスタジオ・加圧トレーニングを利用している方にお聞きます。どの程度の頻度で利用していますか。

		1か月に1回以上・計						1か月に1回以上・計									
		1週間に1回以上	1か月に2~3回程度	1か月に1回程度	2か月に1回程度	3か月に1回程度	半年に1回程度	1年に1回程度	2019年下期	2020年下期	2021年下期	2022年下期	2022年下期 2021年下期との差(pt)				
男性全体	(n= 311)	39.5			24.1		20.9		88.6	84.3	88.8	84.6	-4.2				
男性 年代別	15~19歳	(n= 28)	25.0	28.6		17.9	10.7	3.6	7.1	7.1	80.0	76.7	70.0	71.4	1.4		
	20代	(n= 91)	36.3			27.5		18.7		7.7	4.4	4.4	89.6	89.1	90.7	82.4	-8.3
	30代	(n= 96)	38.5			19.8		30.2		9.4	0.0	2.1	88.1	81.7	91.9	88.5	-3.4
	40代	(n= 48)	43.8			25.0		18.8		6.3	0.0	2.1	86.0	84.1	91.1	87.5	-3.6
	50代	(n= 30)	40.0			23.3		13.3	6.7	6.7	3.3	6.7	93.1	77.8	87.1	76.7	-10.4
	60代	(n= 18)	73.3					22.2		0.0	0.0	5.6	0.0	94.6	84.6	90.9	100.0

■フィットネスジム・ヨガスタジオ・加圧トレーニング利用頻度：フィットネスジム・ヨガスタジオ・加圧トレーニング（マンツーマン指導以外）（1年以内利用者／単一回答）

Q.フィットネスジム・ヨガスタジオ・加圧トレーニングを利用している方にお聞きます。どの程度の頻度で利用していますか。

		1か月に1回以上・計						1か月に1回以上・計									
		1週間に1回以上	1か月に2~3回程度	1か月に1回程度	2か月に1回程度	3か月に1回程度	半年に1回程度	1年に1回程度	2019年下期	2020年下期	2021年下期	2022年下期	2022年下期 2021年下期との差(pt)				
男性全体	(n= 452)	55.1			20.8		13.7		88.9	87.2	91.2	89.6	-1.6				
男性 年代別	15~19歳	(n= 26)	30.8	19.2		19.2	15.4	3.8	0.0	3.8	66.7	67.9	85.3	76.9	-8.4		
	20代	(n= 99)	42.4			20.2		19.2		8.1	1.0	6.1	87.0	87.5	86.2	81.8	-4.4
	30代	(n= 117)	52.1			26.5		15.4		3.4	0.0	2.6	89.8	90.0	91.7	94.0	2.3
	40代	(n= 76)	52.6			22.4		15.8		5.3	0.0	3.9	94.7	88.3	93.9	90.8	-3.1
	50代	(n= 65)	67.7					15.4		7.7	3.1	1.5	89.6	92.0	92.6	90.8	-1.8
	60代	(n= 69)	75.4					15.9		0.0	1.4	4.3	1.4	93.2	89.1	98.4	95.7

**女性利用者が、マンツーマン指導にかかる費用は1カ月平均で8,921円、
マンツーマン指導以外は7,183円。**

【女性】

- マンツーマン：指導の利用者が、1か月にかける費用は「4,001～6,000円」（22.4%）、「8,001～10,000円」（20.6%）、「10,001円以上」（19.7%）が多い。平均金額は8,921円。年代別でみると、60代（9,652円）が最多で、40代も9,000円以上。
- マンツーマン指導の2021年との比較では、平均金額が454円増加。年代別では20代が1,000円以上増加。
- マンツーマン指導以外の利用者が、1か月にかける費用は「6,001～8,000円」（26.1%）、「4,001～6,000円」（20.4%）が多い。平均金額は7,183円。年代別でみると、60代（7,883円）が最多。
- マンツーマン指導以外の2021年との比較では、平均金額が128円減少。年代別では30代が1,012円減少。逆に20代は846円増加。

■フィットネスジム・ヨガスタジオ・加圧トレーニング利用金額（マンツーマン指導）：1カ月あたり（1年以内利用者／実数回答）

Q.フィットネスジム・ヨガスタジオ・加圧トレーニングを利用している方にお聞きます。施設を利用している時、1カ月でどのくらいの費用をかけていますか。

		（%）						平均（円）					
		1～2,000円	2,001～4,000円	4,001～6,000円	6,001～8,000円	8,001～10,000円	10,001円以上	2019年下期	2020年下期	2021年下期	2022年下期	2022年下期 2021年下期との差(円)	
女性全体	(n= 223)	15.2	10.8	22.4	11.2	20.6	19.7	9,522 (n=284)	10,132 (n=269)	8,467 (n=237)	8,921 (n=223)	454	
女性 年代別	15～19歳	41.7		0.0	25.0	0.0	25.0	7,257 (n= 20)	5,839 (n= 23)	6,968 (n= 20)	6,208 (n= 12)	-760	
	20代	19.6	5.4	39.3		5.4	19.6	9,925 (n= 76)	9,104 (n= 89)	7,812 (n= 70)	8,828 (n= 56)	1,016	
	30代	16.4	16.4	16.4	11.5	16.4	23.0	7,837 (n= 77)	10,977 (n= 60)	7,816 (n= 50)	8,788 (n= 61)	972	
	40代	12.1	9.1	9.1	15.2	33.3		21.2	11,397 (n= 36)	14,532 (n= 31)	9,103 (n= 35)	9,542 (n= 33)	439
	50代	15.4	11.5	19.2	19.2	15.4	19.2	10,175 (n= 39)	9,400 (n= 36)	10,000 (n= 28)	8,912 (n= 26)	-1,088	
	60代	0.0	14.3	20.0	14.3	25.7	25.7	10,876 (n= 36)	11,000 (n= 30)	9,781 (n= 34)	9,652 (n= 35)	-129	

■フィットネスジム・ヨガスタジオ・加圧トレーニング利用金額（マンツーマン指導以外）：1カ月あたり（1年以内利用者／実数回答）

Q.フィットネスジム・ヨガスタジオ・加圧トレーニングを利用している方にお聞きます。施設を利用している時、1カ月でどのくらいの費用をかけていますか。

		（%）						平均（円）				
		1～2,000円	2,001～4,000円	4,001～6,000円	6,001～8,000円	8,001～10,000円	10,001円以上	2019年下期	2020年下期	2021年下期	2022年下期	2022年下期 2021年下期との差(円)
女性全体	(n= 421)	10.2	12.8	20.4	26.1	17.8	12.6	6,991 (n=624)	7,535 (n=597)	7,311 (n=419)	7,183 (n=421)	-128
女性 年代別	15～19歳	28.6		9.5	14.3	23.8	9.5	4,480 (n= 35)	5,319 (n= 31)	5,573 (n= 24)	6,208 (n= 21)	635
	20代	16.3	15.0	18.8	17.5	20.0	12.5	6,839 (n=122)	6,988 (n=114)	6,156 (n= 82)	7,002 (n= 80)	846
	30代	16.7	21.2	19.7	10.6	16.7	15.2	7,189 (n=105)	8,359 (n=102)	7,772 (n= 66)	6,760 (n= 66)	-1,012
	40代	8.8	16.2	17.6	26.5	23.5	7.4	6,512 (n= 87)	8,313 (n= 98)	7,243 (n= 56)	6,834 (n= 68)	-409
	50代	2.8	9.9	23.9	36.6	16.9	9.9	7,650 (n=123)	7,329 (n=108)	7,527 (n= 78)	7,296 (n= 71)	-231
	60代	4.3	7.0	22.6	34.8	14.8	16.5	7,290 (n=152)	7,476 (n=144)	8,126 (n=113)	7,883 (n=115)	-243

**男性利用者が、マンツーマン指導にかかる費用は1カ月平均で7,923円、
マンツーマン指導以外は6,637円。**

【男性】

- マンツーマン指導の利用者が、1カ月にかかる費用は「4,001～6,000円」（27.7%）が多い。平均金額は7,923円。年代別でみると、40代（8,718円）が最多。
- マンツーマン指導の2021年との比較では、平均金額が155円減少。年代別では40代が1,988円増加。
- マンツーマン指導以外の利用者が、1カ月にかかる費用は「6,001～8,000円」（21.2%）、「4,001～6,000円」（21.0%）が多い。平均金額は6,637円。年代別でみると、40～60代で7,000円超。
- マンツーマン指導以外の2021年との比較では、平均金額が224円減少。年代別では20代が1,514円減少。逆に40代では1,000円以上増加。

■フィットネスジム・ヨガスタジオ・加圧トレーニング利用金額（マンツーマン指導）：1カ月あたり（1年以内利用者／実数回答）

Q.フィットネスジム・ヨガスタジオ・加圧トレーニングを利用している方にお聞きます。施設を利用している時、1カ月でどのくらいの費用をかけていますか。

		（%）						平均（円）					
		1～2,000円	2,001～4,000円	4,001～6,000円	6,001～8,000円	8,001～10,000円	10,001円以上	2019年下期	2020年下期	2021年下期	2022年下期	2022年下期 2021年下期との差(円)	
男性全体	(n= 311)	21.5	10.6	27.7	8.7	15.8	15.8	8,294 (n=402)	7,730 (n=408)	8,078 (n=320)	7,923 (n=311)	-155	
男性 年代別	15～19歳	(n= 28)	32.1	7.1	32.1	7.1	14.3	7.1	5,351 (n= 35)	8,058 (n= 43)	5,740 (n= 30)	5,928 (n= 28)	188
	20代	(n= 91)	30.8	13.2	20.9	5.5	14.3	15.4	7,996 (n=135)	7,202 (n=156)	8,451 (n=107)	7,213 (n= 91)	-1,238
	30代	(n= 96)	17.7	14.6	27.1	11.5	13.5	15.6	8,938 (n=109)	7,992 (n= 93)	8,287 (n= 74)	8,392 (n= 96)	105
	40代	(n= 48)	16.7	4.2	37.5	8.3	18.8	14.6	7,959 (n= 57)	7,256 (n= 63)	6,730 (n= 56)	8,718 (n= 48)	1,988
	50代	(n= 30)	13.3	6.7	36.7	0.0	20.0	23.3	9,914 (n= 29)	9,319 (n= 27)	10,143 (n= 31)	8,265 (n= 30)	-1,878
	60代	(n= 18)	5.6	5.6	16.7	27.8	22.2	22.2	9,265 (n= 37)	8,940 (n= 26)	9,264 (n= 22)	9,417 (n= 18)	153

■フィットネスジム・ヨガスタジオ・加圧トレーニング利用金額（マンツーマン指導以外）：1カ月あたり（1年以内利用者／実数回答）

Q.フィットネスジム・ヨガスタジオ・加圧トレーニングを利用している方にお聞きます。施設を利用している時、1カ月でどのくらいの費用をかけていますか。

		（%）						平均（円）					
		1～2,000円	2,001～4,000円	4,001～6,000円	6,001～8,000円	8,001～10,000円	10,001円以上	2019年下期	2020年下期	2021年下期	2022年下期	2022年下期 2021年下期との差(円)	
男性全体	(n= 452)	17.5	13.3	21.0	21.2	15.5	11.5	6,523 (n=640)	7,040 (n=641)	6,861 (n=444)	6,637 (n=452)	-224	
男性 年代別	15～19歳	(n= 26)	42.3	15.4	11.5	15.4	11.5	3,040 (n= 42)	5,308 (n= 56)	4,034 (n= 34)	4,259 (n= 26)	225	
	20代	(n= 99)	19.2	14.1	28.3	21.2	12.1	5.1	5,748 (n=154)	6,783 (n=168)	7,211 (n=116)	5,697 (n= 99)	-1,514
	30代	(n= 117)	17.9	13.7	23.1	18.8	14.5	12.0	7,541 (n=147)	8,134 (n=130)	7,456 (n= 96)	6,585 (n=117)	-871
	40代	(n= 76)	17.1	13.2	22.4	21.1	9.2	17.1	6,740 (n=113)	6,714 (n=120)	6,469 (n= 82)	7,616 (n= 76)	1,147
	50代	(n= 65)	7.7	15.4	18.5	15.4	27.7	15.4	7,754 (n= 96)	7,843 (n= 75)	6,998 (n= 54)	7,330 (n= 65)	332
	60代	(n= 69)	14.5	8.7	11.6	33.3	18.8	13.0	6,194 (n= 88)	6,751 (n= 92)	7,242 (n= 62)	7,246 (n= 69)	4

[運動・トレーニング]

【女性】フィットネスジム・ヨガスタジオ・加圧トレーニングの利用金額:ここ1年間の合計《1年以内利用者》

女性利用者が、マンツーマン指導にかけた費用は1年間平均で9万1,675円、マンツーマン指導以外は6万9,883円。

【女性】

- マンツーマン指導の利用者が、1年間にかけた費用は「1~10,000円」(30.9%)、「50,001~100,000円」(24.2%)が多い。平均金額は9万1,675円。年代別でみると、60代が10万円以上が多い。
- マンツーマン指導の2021年との比較では、平均金額が2万6,335円増加。年代別では20代が3万8,954円増加しており他年代より増加幅が大きい。
- マンツーマン指導以外の利用者が、1年間にかけた費用は「50,001~100,000円」(38.2%)、「10,001~50,000円」(21.1%)、「1~10,000円」(19.0%)が多い。平均金額は6万9,883円。年代別でみると、60代が8万円以上が多い。
- マンツーマン指導以外の2021年との比較では、平均金額が106円減少。年代別では40代が5,620円減少。逆に、20代では7,294円増加している。

■フィットネスジム・ヨガスタジオ・加圧トレーニング利用金額(マンツーマン指導):ここ1年間の合計(1年以内利用者/実数回答)

Q.フィットネスジム・ヨガスタジオ・加圧トレーニングを利用している方にお聞きます。施設を利用している時、ここ1年間の合計ではどのくらいの費用をかけていますか。

		(%)						平均(円)				
		1~10,000円	10,001~50,000円	50,001~100,000円	100,001~200,000円	200,001~300,000円	300,001円以上	2019年下期	2020年下期	2021年下期	2022年下期	2022年下期 2021年下期との差(円)
女性全体	(n= 223)	30.9	18.4	24.2	15.7	6.3	4.5	83,210 (n=284)	89,168 (n=269)	65,340 (n=237)	91,675 (n=223)	26,335
女性 年代別	15~19歳	(n= 12)	66.7	0.8	3.3	16.7	8.3	62,822 (n= 20)	65,652 (n= 23)	23,340 (n= 20)	78,375 (n= 12)	55,035
	20代	(n= 56)	44.6	23.2	14.3	10.7	5.4	69,196 (n= 76)	66,799 (n= 89)	43,994 (n= 70)	82,948 (n= 56)	38,954
	30代	(n= 61)	27.9	19.7	26.2	13.1	4.9	86,152 (n= 77)	93,074 (n= 60)	70,500 (n= 50)	99,420 (n= 61)	28,920
	40代	(n= 33)	21.2	21.2	24.2	24.2	6.1	85,711 (n= 36)	117,355 (n= 31)	78,777 (n= 35)	99,367 (n= 33)	20,590
	50代	(n= 26)	30.8	15.4	34.6	11.5	7.0	105,302 (n= 39)	108,050 (n= 36)	98,214 (n= 28)	71,008 (n= 26)	-27,206
	60代	(n= 35)	11.4	14.3	34.3	22.9	17.1	89,752 (n= 36)	112,560 (n= 30)	85,502 (n= 34)	104,802 (n= 35)	19,300

■フィットネスジム・ヨガスタジオ・加圧トレーニング利用金額(マンツーマン指導以外):ここ1年間の合計(1年以内利用者/実数回答)

Q.フィットネスジム・ヨガスタジオ・加圧トレーニングを利用している方にお聞きます。施設を利用している時、ここ1年間の合計ではどのくらいの費用をかけていますか。

		(%)						平均(円)				
		1~10,000円	10,001~50,000円	50,001~100,000円	100,001~200,000円	200,001~300,000円	300,001円以上	2019年下期	2020年下期	2021年下期	2022年下期	2022年下期 2021年下期との差(円)
女性全体	(n= 421)	19.0	21.1	38.2	18.3	2.1	1.2	70,874 (n=624)	72,059 (n=597)	69,989 (n=419)	69,883 (n=421)	-106
女性 年代別	15~19歳	(n= 21)	42.9	28.6	19.0	9.5	0.0	38,463 (n= 35)	31,168 (n= 31)	36,415 (n= 24)	43,552 (n= 21)	7,137
	20代	(n= 80)	35.0	25.0	21.3	12.5	3.8	50,115 (n=122)	52,203 (n=114)	46,826 (n= 82)	54,120 (n= 80)	7,294
	30代	(n= 66)	25.8	25.8	24.2	22.7	1.5	69,970 (n=105)	72,958 (n=102)	66,897 (n= 66)	63,492 (n= 66)	-3,405
	40代	(n= 68)	19.1	26.5	29.4	23.5	1.5	67,828 (n= 87)	84,382 (n= 98)	71,732 (n= 56)	66,112 (n= 68)	-5,620
	50代	(n= 71)	9.9	15.5	53.5	19.7	0.0	84,559 (n=123)	79,095 (n=108)	78,098 (n= 78)	78,489 (n= 71)	391
	60代	(n= 115)	5.2	14.8	57.4	17.4	2.6	85,882 (n=152)	81,442 (n=144)	88,742 (n=113)	86,253 (n=115)	-2,489

**男性利用者が、マンツーマン指導にかけた費用は1年間平均で6万9,652円、
マンツーマン指導以外は6万6,267円。**

【男性】

- マンツーマン指導の利用者が、1年間にかけた費用は「1~10,000円」(34.1%)、「50,001~100,000円」(25.1%)が多い。平均金額は6万9,652円。年代別でみると、40代(8万2,494円)が最多。
- マンツーマン指導の2021年との比較では、平均金額が3,247円減少。年代別では40代が2万6,074円増加。
- マンツーマン指導以外の利用者が、1年間にかけた費用は「50,001~100,000円」(31.9%)、「10,001~50,000円」(25.0%)、「1~10,000円」(22.3%)が多い。平均金額は6万6,267円。年代別でみると、40代(7万9,881円)が最多。
- マンツーマン指導以外の2021年との比較では、平均金額が1,032円減少。年代別では40代が1万6,592円増加。

■フィットネスジム・ヨガスタジオ・加圧トレーニング利用金額(マンツーマン指導) :ここ1年間の合計(1年以内利用者/実数回答)

Q.フィットネスジム・ヨガスタジオ・加圧トレーニングを利用している方にお聞きます。施設を利用している時、ここ1年間の合計ではどのくらいの費用をかけていますか。

		利用金額 (%)						平均 (円)				
		1~10,000円	10,001~50,000円	50,001~100,000円	100,001~200,000円	200,001~300,000円	300,001円以上	2019年下期	2020年下期	2021年下期	2022年下期	2022年下期 2021年下期との差(円)
男性全体	(n= 311)	34.1	19.0	25.1	15.4	3.9	2.6	86,312 (n=402)	71,615 (n=408)	72,899 (n=320)	69,652 (n=311)	-3,247
男性 年代別	15~19歳	39.3	21.4	21.4	7.1	3.5	7.1	55,615 (n= 35)	74,280 (n= 43)	70,479 (n= 30)	68,141 (n= 28)	-2,338
	20代	47.3	20.9	14.3	14.3	2.2	1.1	68,535 (n=135)	55,426 (n=156)	65,602 (n=107)	51,408 (n= 91)	-14,194
	30代	34.4	20.8	24.0	14.6	3.1	3.1	100,243 (n=109)	87,341 (n= 93)	70,052 (n= 74)	69,373 (n= 96)	-679
	40代	25.0	10.4	41.7	14.6	4.2	4.2	97,261 (n= 57)	63,535 (n= 63)	56,420 (n= 56)	82,494 (n= 48)	26,074
	50代	23.3	20.0	26.7	20.0	10.0	0.0	104,483 (n= 29)	100,304 (n= 27)	121,458 (n= 31)	84,230 (n= 30)	-37,228
	60代	16.7	44.4	33.3	5.6	0.0	0.0	101,661 (n= 37)	98,240 (n= 26)	94,655 (n= 22)	107,167 (n= 18)	12,512

■フィットネスジム・ヨガスタジオ・加圧トレーニング利用金額(マンツーマン指導以外) :ここ1年間の合計(1年以内利用者/実数回答)

Q.フィットネスジム・ヨガスタジオ・加圧トレーニングを利用している方にお聞きます。施設を利用している時、ここ1年間の合計ではどのくらいの費用をかけていますか。

		利用金額 (%)						平均 (円)				
		1~10,000円	10,001~50,000円	50,001~100,000円	100,001~200,000円	200,001~300,000円	300,001円以上	2019年下期	2020年下期	2021年下期	2022年下期	2022年下期 2021年下期との差(円)
男性全体	(n= 452)	22.3	25.0	31.9	17.5	2.0	1.3	66,204 (n=640)	63,291 (n=641)	67,299 (n=444)	66,267 (n=452)	-1,032
男性 年代別	15~19歳	46.2	30.8	19.2	3.8	0.0	0.0	29,393 (n= 42)	36,352 (n= 56)	59,880 (n= 34)	31,482 (n= 26)	-28,398
	20代	35.4	20.2	35.4	7.1	2.0	0.0	54,634 (n=154)	49,046 (n=168)	57,497 (n=116)	51,744 (n= 99)	-5,753
	30代	23.9	26.5	30.8	14.5	4.3	0.0	71,509 (n=147)	75,630 (n=130)	69,765 (n= 96)	63,080 (n=117)	-6,685
	40代	18.4	28.9	30.3	17.1	1.5	3.9	68,236 (n=113)	59,451 (n=120)	63,289 (n= 82)	79,881 (n= 76)	16,592
	50代	9.2	24.6	29.2	32.3	1.5	3.1	88,298 (n= 96)	86,242 (n= 75)	80,037 (n= 54)	78,605 (n= 65)	-1,432
	60代	8.7	23.2	37.7	29.0	0.0	1.4	67,957 (n= 88)	73,394 (n= 92)	79,823 (n= 62)	79,551 (n= 69)	-272