

ピラティスセレクトにおける評価基準について

制定日:2025年1月16日

最終更新日:2026年1月22日

調査対象スタジオ数:395件

当サイト「ピラティスセレクト」では、各スタジオを公平に比較するため、公式ホームページ等で確認できる事実情報をもとに、編集部が独自に評価を行っています。

評価の対象としているのは、料金、定休日、設備・マシンの種類、インストラクターの資格保有状況など、客観的に確認できる情報に限っています。

Googleマップ等に掲載されている口コミについては、実際の利用者の声を紹介する目的で一部掲載することはありますが、点数評価および総合評価の算出には使用していません。



評価に使用する情報について

当サイトの評価は、以下の情報を点数化の対象としています。

- ・通いやすさ(定休日および営業形態)
- ・料金相場(公式サイトに掲載されている料金情報)
- ・施設・設備の充実度(導入されているマシンの種類)
- ・備品の充実度(ウォーターサーバー等の有無)
- ・インストラクターの質(資格保有状況)



評価に使用しない情報について

以下の情報は、信頼性や取得条件のばらつきを考慮し、点数評価および総合評価の算出には使用していません。

- ・Googleマップ等の口コミ評価
- ・SNS上の個人の感想や評判

※口コミは参考情報として掲載する場合がありますが、評価や順位決定には使用していません。掲載情報に事実と異なる点や誤認を招く表現がありましたら、お問い合わせまでご連絡ください。

ランキングの順位について

各評価項目を可視化した「独自評価バランス」をもとに、スタジオごとの特徴や強みを整理し、総合的に比較した結果をランキングとしてまとめています。

各項目の採点基準

上記5項目の採点基準はそれぞれ以下の通りです。

1.通いやすさ

点数	評価基準	詳細
5点	定休日なし	定休日がなく、利用者がいつでも自由に通えるため、最も多様性があると評価します。
3点	定休日あり	通常、週に1日以上 of 定休日 が設けられていることが多いため、3点とします。
1点	定休日が金・土・日	利用者が最も通いやすい曜日(金・土・日)を定休日としている場合は、通いにくさが高いと判断し、1点とします。

通いやすさの基準は、スケジュールの多様性にあります。

「通いやすい」とは、利用者が柔軟に日程を決められることを指します。

一方で、定休日が多い、営業時間が短いなどの場合は「通にくい」と判断します。

本来は営業時間や営業日数などを細かく評価する予定でしたが、フランチャイズ店舗では各店舗の営業状況が異なるため、データとして成立しない部分がありました。

そのため、3段階評価に簡略化しています。

2.料金相場

料金相場は、基本的に月会費を基準として判断します(例:月4回コース)。

公平に評価するため、原則として月4回コースの月会費を基準とします。

該当コースがない場合は、月4回に相当する金額を算出し、その額を基準に判断します。

施設維持費など月額で決められているものは、月会費に含めて算出します。

料金相場の評価では、スタジオが実際に提供しているレッスン内容をもとに、確認可能な料金情報のみを評価対象としています。

グループレッスン・プライベートレッスンの両方を提供しているスタジオについては、それぞれの料金を確認したうえで評価を行い、いずれか一方のみを提供しているスタジオについては、該当する料金情報のみをもとに評価しています。

① グループレッスン

相場: 月13,000円～16,000円

基準: 中間値を12,001円～17,999円とし、3段階で評価

点数	価格帯(月額)	詳細
5点	12,000円以下	費用が相場以下で、コストパフォーマンスが高いと評価します。
3点	12,001円～17,999円	相場内で、妥当な価格設定と評価します。
1点	18,000円以上	相場を超え、高額であると判断します。

グループレッスンの中間値は、柔軟な視点で価格帯を判断した結果に基づいています。相場を参考にしながら、より現実的で幅広いニーズに対応できる価格帯として設定しています。

② プライベートレッスン

相場: 1回あたり7,000円～10,000円(月4回の場合、約40,000円前後)

基準: 中間値を32,001円～43,999円とし、3段階で評価

点数	価格帯(月額)	詳細
5点	32,000円以下	費用が相場以下で、コストパフォーマンスが高いと評価します。
3点	32,001円～43,999円	相場内で、妥当な価格設定と評価します。
1点	44,000円以上	相場を超え、高額であると判断します。

プライベートレッスンの中間値は、柔軟な視点で価格帯を判断した結果に基づいています。相場を参考にしながら、より現実的で幅広いニーズに対応できる価格帯として設定しています。

3.施設・設備の充実度（表示名：マシンの種類）

施設・設備の充実度は、ピラティスマシンの種類数を基準に評価します。

スタジオ設備の基本的な充実度として判断します。

点数	評価基準	詳細
5点	ピラティスマシンが5種類以上	スタジオ設備が非常に充実していると判断します。
3点	ピラティスマシンが2～3種類	基本的な設備が整っていると判断します。
1点	ピラティスマシンが1種類のみ	設備が最低限の充実度にとどまると判断します。

4. 備品の充実度（表示名：お水）

点数	評価基準	詳細
5点	無料の水がある	利用者への配慮が高く、利便性に優れていると判断します。
3点	有料の水がある	利便性は確保されているものの、費用負担があるため評価を控えめにしています。
1点	水がない、または確認できない	利便性が低いと判断します。

本来、備品の充実度は以下の5項目を基準に評価する予定でした。

1. 更衣室の有無
2. パウダールームもしくは鍵付きロッカーの有無
3. シャワー設備の有無
4. 個室・半個室などのプライベート空間の有無
5. ウォーターサーバーの有無

しかし、これら全ての情報を十分に把握することが難しかったため、今回は「ウォーターサーバーの有無」を基準として評価を行っています。

ウォーターサーバーは利用者にとって利便性や快適さを左右する重要な要素と考え、3段階で評価しました。

5. インストラクターの質（表示名：講師の資格）

点数	評価基準	詳細
5点	全員が資格保有者	全インストラクターが正式な資格を保有している場合、質が高いと判断します。
3点	一部のインストラクターが資格保有者	資格を保有しているインストラクターがいるものの、全員ではない場合に評価します。
1点	資格保有者が確認できない	資格情報が公開されていない、または確認できない場合に評価します。

本来、インストラクターの質は以下の多角的な観点から調査・評価する予定でした。

- 指導経験が豊富なインストラクターの有無
- 定期的な社内研修の実施状況
- 特化型資格保持者の有無
 - 「産後ケア」「腰痛改善」などの特化型指導資格や専門的な追加資格(ヨガやフィットネスの資格を含む)
- 国際的資格(STOTT PilatesやBASI Pilatesなど)の保持者の有無
- インストラクターの人数(5人以上の場合)
- インストラクターに関する口コミ評価

しかし、以下の理由からこれらの詳細な項目を基準として使用することは難しいと判断しました。

1. 情報の非公開やばらつき：
一部のスタジオでは公式サイトに資格情報や経験が明記されておらず、調査が困難でした。
2. 口コミの信頼性の問題：
Googleマップを調査しましたが、口コミの内容にばらつきがあり、特定のスタジオでは顧客に書かせている可能性が伺えました。そのため、口コミをデータとして利用するのは適切ではないと判断しました。

その結果、「インストラクターの資格保有状況」を基準にシンプルな3段階評価を採用しました。