

習慣化プラットフォーム Smart Habit を開発・運営する株式会社 WizWe
入会直後のサポートが、退会防止と運動習慣維持に好影響
「フィットネスクラブ入会直後の来館状況からの退会予測」
について論文を発表



この度、習慣化プラットフォームを開発・運営する株式会社 WizWe（ウイズウィー、所在：東京都港区、代表取締役 CEO：森谷 幸平）は、一般社団法人日本健康心理学会 第36回大会にて、WizWe 総研 主任研究員 丹野 宏昭 Ph.D.による「フィットネスクラブ入会直後の来館状況からの退会予測」についての論文を発表いたしました。

■論文要旨

フィットネスクラブ入会直後の来館状況からの退会予測

【目的】

・日本では厚生労働省が2000年より健康日本21を推進するなど、国民が主体的に取り組める新たな健康づくり対策を推進している。健康日本21では「食生活」「睡眠」と併せて長期的な運動習慣の形成が重要視されており、運動習慣形成のリソースとしてフィットネスクラブは期待がされてきた。しかしフィットネスクラブの入会者の多くは半年から1年程度で退会する者が多く、運動習慣維持には至っていないことも指摘されている(根本 他,2022 など)。

・フィットネスクラブ入会者の退会予測因子については根本ら(2022)や菊賀ら(2021)の研究がある。これらの研究によると、フィットネスクラブ入会者の年齢・教育年数・BMIといった個人属性や、入会の目的・主観的健康観・自己効力感といった心理的要因が早期退会リスクに影響していた。

・丹野(2022)*はフィットネスプログラムを対象とした分析の結果、プログラム開始時の動機づけの高さがそのままプログラム終了時までの累積運動量を予測していることを明らかにしている。

*「[フィットネスプログラムにおける初期アンケート回答と運動量の関連](#)」

以上より、ユーザーのフィットネスクラブの入会直後の状態から退会リスクを予測することが可能であると推察される。

本研究はフィットネスクラブ入会直後の来館頻度が将来の退会率を予測しうるか検討することを目的とする。また、性別と年齢による退会率の差についても調べる。

【調査方法】

同一の管理運営母体が展開する首都圏のフィットネスクラブ3店舗の新規入会者を対象に調査を行った。2022年4月～7月に入会した69名を対象に、入会後4週間の来館数と、2022年12月までの在席状況(退会有無)を調べた。分析対象者の平均年齢は36.3歳(39歳未満43名、40歳以上26名)、男性28名、女性41名。

【結果】

●入会直後4週間の来館頻度により、8カ月後の在籍状況に差

入会後4週間の来館数の中央値は8回、平均値は7.74回であった。そこで入会後4週間の来館数から8回以上(n=38)と7回未満(n=31)の群に分け、退会リスクをKaplan-Meier法による生存分析を行い、Log Rank検定で生存率の差を比較した(Fig.1)。

その結果、8カ月時点の生存率に有意な差がみられた(入会後4週来館8回以上：90.2%，7回未満：61.7%， $\chi^2(1)=7.682$ ， $p=.006$)。

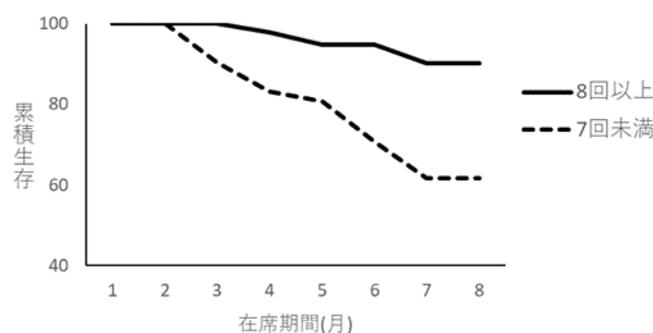


Fig.1 入会後4週間の来館数別の生存分析

また性別(Fig.2)と年齢(Fig.3)においても同様の分析を行った。男女でLog Rank検定を行ったところ、生存率に有意な差はみられなかった(男性：87.4%，女性：70.2%， $\chi^2(1)=2.506$ ， $p=.113$)。一方で年齢においては、39歳以下よりも40歳以上のほうが生存率は高かった(39歳未満：67.9%，40歳以上：92.3%， $\chi^2(1)=3.884$ ， $p=.049$)。

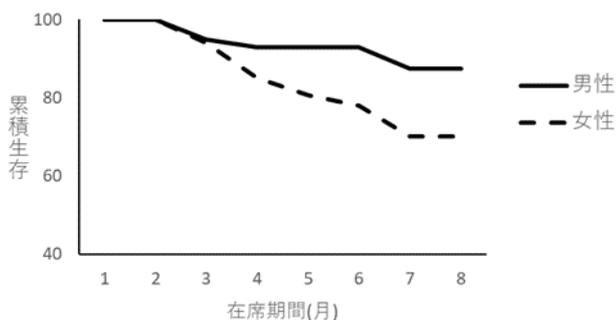


Fig.2 入会后4週間の男女別の生存分析

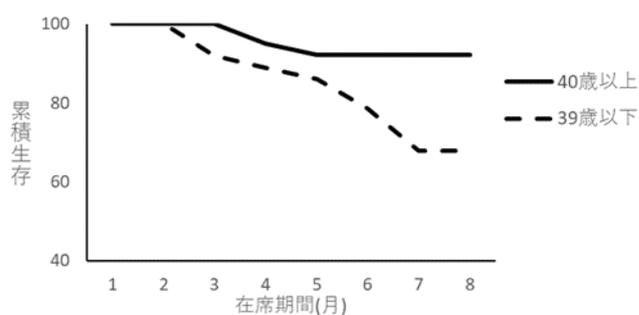


Fig.3 入会后4週間の年齢別の生存分析

【考察】

本研究の結果より

入会直後の来館数が少ないユーザーは将来の退会リスクが高いと予測される。また先行研究の結果と同様に若年層は退会リスクが高かった。



これらの指標をもとに入会直後の働きかけを行うことで、退会予防ならびに運動習慣維持が期待できる。

丹野宏昭 Ph.D.

WizWe 総研 主任研究員

筑波大学大学院 人間総合科学研究科 心理学専攻（博士） 社会調査士。博士号取得後、東京福祉大学心理学部にて講義および研究に従事。また、学外活動として社会人を対象とした「ゲームを用いたコミュニケーショントレーニング講座」も担当。

<主な研究>

- ・ゲームを用いたコミュニケーションスキルトレーニングに関する研究
- ・対人関係と適応に関する研究

■一般社団法人日本健康心理学会 第36回大会

会期：2023年12月2日（土）・3日（日）

会場：神奈川大学みなとみらいキャンパス

<習慣化プラットフォーム「Smart Habit」とは>

リアルなサポーターの伴走と自動化されたプログラムを組み合わせ、低価格で行動習慣を実現するサービス。2018年のサービス開始以来、ユーザー数は順調に推移し、現在では累計3万人のお客さまサポートを実現。語学など教育分野の学習習慣化で多くの大手企業様に導入いただき、学習完了率80%以上の実績を上げてきた。2021年からは、お客様のチャーン防止・LTV向上を支援するサブスク事業者様向けサービス「Smart Habit LTV」や、ヘルスケア業界の習慣化をサポートする「Smart Habit Healthcare」をローンチ。フィットネスおよびヘルスケア領域にサービスを拡大し、習慣化実現に取り組んでいる。

【会社概要】

会 社 名	株式会社 WizWe
代 表 者 名	代表取締役 CEO 森谷 幸平
所 在 地	東京都港区虎ノ門二丁目2番1号 住友不動産虎ノ門タワー5階
設 立	2018年5月
資 本 金	1,118,450,200円（資本準備金含む）※2023年1月31日現在
事 業 内 容	1. Smart Habit 事業 2. 語学及びその他法人研修事業 3. サブスクリプションの離脱防止およびLTV最大化事業
会社ホームページ	https://wizwe.co.jp/

<本件に関するお問い合わせ>

株式会社 WizWe 広報担当：田中・五十嵐

E-mail：pr@wizwe.co.jp

TEL：03-6426-5110（受付時間：平日10時～18時） WEB： <https://wizwe.co.jp/>