



contents

SPECIAL INTERVIEW

株式会社明治 スポーツ栄養アドバイザー

青山晴子氏 [後編]

聞き手◎有賀雅史

3

レジスタンスエクササイズの実践指導ポイント 第6回

ウエイトリフターの力発揮の観察

関口 脩

8

コーチングの現場から 第6回

コーチングにおける目標と目的

會田 宏

10

有酸素トレーニング再考 第6回

有酸素系種目、特にランニングにおけるレジスタンストレーニング

山内 武

12

最新のエビデンスに基づく運動療法と効果 第6回

脂質異常症の

予防・改善に効果的な運動とは?

長谷川夏輝

家光素行

14

下肢傷害予防プログラムの実際とその効果 第6回

膝関節と足関節傷害予防を目的とした下肢傷害予防プログラム

佐野村 学

16

競技力向上のための科学的トレーニング 第3回

トレーニング負荷の増加に伴うコンディション指標の変化

陰田朋世

後藤一成

18

競技力向上のメンタルトレーニング 第6回

指導者のコミュニケーション②

高妻容一

20

チームスポーツにおけるトレーニング指導の計画・実施 第6回

トレーニング指導における測定・評価の考え方②

田中美季

22

ジュニア世代へのトレーニング指導 第6回

成長期におけるスプリント・トレーニングについて

三島隆章

24

From Sports Media 第18回

演技

武智幸徳

27

文部科学省委託事業

運動能力分析に依拠した子どもの体力向上プロジェクト活動報告②

栗若伸一

28

トレーニング指導者のための最新スポーツ科学

ソチオリンピックに向けた研究開発分野の戦い

久保田 潤

30

Report from JISS 国立スポーツ科学センターレポート

7人制ラグビーについてのサポート事例

小川将司

31

トレーニング指導者にとってのアスレティックリハビリテーション 第6回

腰部のアスリハにおける具体的なプログラム: 競技復帰の目安と考え方

青島大輔

32

トレーニング指導者のためのビジネス論 第6回

パーソナルジム開業物語

伊藤博一

34

TPI セミナーレポート 第2回

フィジカルスクリーニングの実施と評価

栗田大揮

36

トレーニング指導者のための

モチベーションテクニック 第9回

その腰痛は精神的なのかもしれない

中野ジェームズ修一

38

JATIビジネススキルセミナーレポート

第3回〔セールス力〕 第4回〔リテンション力〕

久村 浩

40

専門誌編集部から

住宅地の中から起きるフィットネスビジネスの変革③

河辺雄治

42

専門誌編集部から

アキレス腱断裂を経験して

浅野将志

43

専門誌編集部から

フィットネスクラブのありかたを考えることは、日本の未来を考えること

古屋武範

44

専門誌編集部から

ヒット商品が共通して持つ3つの要素

岩井智子

45

専門誌編集部から

理屈と実際は違うウエイトトレーニング

荒川大介

46

トップアスリートの目 第6回

スイスの自転車を使わぬ室内トレーニング

小田島梨絵

47

フィットネス機器業界から

これからのフィットネス機器業界発展のために

太田 賢

48

JATI 賛助会員レポート Vol.12

ライフ・フィットネス・ジャパン

49

上級指導者インタビュー VOL.17 東輝明

「“プレーヤーズファースト”で結果を残す指導を」

51

ニッポン全国 JATI 養成校・養成機関訪問

専門学校浜松医療学院(HMC)

52

日本ウェルネススポーツ専門学校

53

JATI継続単位付与問題

54

8支部リレーセミナー

大学におけるトレーニング指導者としての仕事を考える

永友憲治

56

8支部だより

57

JATI養成校・養成機関一覧＋編集後記

58

オフィシャルスポンサー



JATI賛助会員一覧

株式会社イノアックリビング／株式会社ウエスカ
ティエ・イー／株式会社ウエニ貿易／エスアンド
シー株式会社／株式会社キットクルー／株式会
社ザオバ／ジャパンライム株式会社／ジョンソ
ンヘルステックジャパン株式会社／株式会社THIN
Kフィットネス／スポーツクラブNAS株式会社／
スリーエムヘルスケア株式会社／株式会社大修
館書店／Titleist Performance Institute／TRX
Training Japan株式会社／株式会社トモ／西
川産業株式会社／株式会社ニシ・スポーツ／日
本シグマックス株式会社／株式会社日本ブラン
ニングシステム／株式会社ブラボーグループ／
株式会社プロアバンセ／株式会社プロティア・
ジャパン／三菱レイヨン・クリンスイ株式会社／
ライフ・フィットネス・ジャパン株式会社／有限会
社ラウンドフラット

(2014年2月現在) 25社 五十音順

特定非営利活動法人 日本トレーニング指導者協会

【参与】

伊坂忠夫(立命館大学教授)
石井直方(東京大学教授)
井上 力(井上整形外科院長)
魚住廣信(元平成スポーツトレーナー専門学校校長)
小澤治夫(東海大学教授)
川原 貴(国立スポーツ科学センター センター長)
桜井伸二(中京大学教授)
鹿倉二郎(順天堂大学教授、ジャパン・アスレティックトレーナーズ機構顧問)
杉浦克己(ザバス スポーツ&ニュートリション・ラボ顧問、立教大学教授)
関口 脩(日本体育大学教授)
田口素子(早稲田大学准教授)
平野裕一(国立スポーツ科学センタースポーツ科学研究部長)
福林 徹(早稲田大学教授)
山本利春(国際武道大学教授)
湯浅景元(中京大学教授)

五十音順

【理事長】

窪田 登(早稲田大学名誉教授、吉備国際大学名誉教授)

【理事】

長谷川裕(龍谷大学教授)
有賀雅史(帝京科学大学教授)
有賀誠司(東海大学教授)
菅野昌明(愛知学院大学ラグビー部コンディショニング・ディレクター)
油谷浩之(関西学院大学アメリカンフットボール部ストレングスコーチ)
久村 浩(合同会社ベストパフォーマンス代表)

【監事】

山内 武(大阪学院大学教授)
福守研二(大福企画主宰)



日本トレーニング指導者協会は
健康日本21推進全国連絡協議会の
会員です