

JATI EXPRESS

Vol. **49** 2015 October
2015年10月発行(第49号)

特定非営利活動法人
日本トレーニング指導者協会機関誌

Contents

Official Sponsor



オフィシャルスポンサー

株式会社 明治

JATI賛助会員一覧

アースエンジニアリング株式会社／株式会社イノアック
リビング／株式会社ウエサカ ティー・イー／エスアンド
シー株式会社／株式会社LPN／株式会社キッククルー
／CLIMB Factory株式会社／株式会社クラブビジネス
ジャパン／株式会社ザオバ／酒井医療株式会社／
ジョンソンヘルステックジャパン／株式会社THINKフィットネス
／スポーツデータバンク株式会社／スリーエムヘルスケア
株式会社／セノー株式会社／株式会社大修館書店／Titleist
Performance Insititute／TRX Training Japan株式会社／
テクノジムジャパン株式会社／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／有限会社フィット
ネスアポロ社／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／株式会社マグマ
スバジャパン／三菱レイヨン・クリンスイ株式会社／ミューラー
ジャパン株式会社／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／株式会社ルネサンス

(2015年10月現在) 32社 五十音順



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

SPECIAL INTERVIEW

フィジカルトレーナー

中村 豊氏

[後編]

聞き手◎有賀雅史

3

JATI 10周年カウントダウン企画 3号連続インタビュー①

JATIだからこそできること
—さらなる発展に向けて—

山本 利春氏

取材・構成◎有賀雅史

9

実践的トレーニング指導法を学ぶ 第4回

トレーニング実技の指導方法(その4)

関口 脩
下嶽 進一郎

12

応用バイオメカニクス研究室からの情報発信

野球打撃パフォーマンス向上への
アプローチ

伊坂 忠夫
樋口 貴俊

14

一打撃動作の特異性と筋力トレーニング

持久的トレーニングの科学とその応用 第1回

持久的トレーニングにおける
乳酸測定の意味とその活用法

足立 哲司

16

健康・フィットネス・スポーツのための栄養学 第4回

試合のための栄養

杉浦 克己

18

根拠に基づくトレーニング科学 ～ evidence based training science ～

第4回 信頼できるトレーニング指導方法の
見つけ方・作られ方

澤田 亨

20

From Sports Media 第28回

日本ラグビーの快挙

武智 幸徳

22

膝関節障害発生要因の理解とエクササイズ工夫

膝蓋大腿関節障害と
Quadriceps angleとの関係と
エクササイズ法について

佐野村 学

24

大阪体育大学大学院スポーツ医科学研究室から

非接触性ACL損傷と
下肢アライメントの関係性から
トレーニング指導を考える

下河内 洋平
魚田 尚吾
瀧口 晃子

28

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(日本体育大学名誉教授)
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 副センター長)
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

トレーニング指導者のための最新スポーツ科学

ウェアラブルテクノロジーや
センサー技術の研究開発、応用研究 久保田 潤 **32**

Report from JISS JISS 最新活動レポート
続・「SCWAT」の活用 小川 将司 **33**

医療機関におけるトレーニング指導者・
アスレティックトレーナーの活動 第3回
アスリートに対する運動指導 平田 昂大 **34**

Korey Stringer Institute の事例紹介
スポーツ関連突然死を認識し、備える 村田 祐樹
細川 由梨 **37**

競技力向上のメンタルトレーニング 第16回
アメリカでの研修(その2) 前編 高妻 容一 **38**

ジュニア世代へのトレーニング指導 第28回
スプリントに関与する体力について 三島 隆章 **40**

GTK 現場で使える機能解剖学
内転筋の話(その2) 大山 卞 圭悟 **42**

現場で生かす運動生理学
運動をエネルギー代謝で考えてみると 榎木 泰介 **44**

トレーニング指導者との専門家とのかわり
研究者とのアスリートライフサポート事例 久村 浩 **46**
血中ヘモグロビン測定を活用した
アスリートライフサポート事例 中西 健一郎 **47**

チームスポーツへのトレーニング指導の実例
大学ラグビー選手における
ストレングス&コンディショニングの
プログラムデザインと現場指導例(第3回)
爆発的パワー発揮を養成する(その1) 猪俣 弘史 **48**

トレーニング指導者のためのビジネス論 第1回
労働集約型労働からの転機 服部 哲也 **52**

学内活動調査隊 第4回
九州共立大学 **54**

専門誌編集部から
中高年、高齢層の潜在的顧客を
開拓していくために②
——口コミでクライアントが広がっていった事例から 河辺 雄治 **56**

専門誌編集部から

松下裕輝さん
「コーチになるためにたどった道」 浅野 将志 **57**

専門誌編集部から
リーダーシップを問う 古屋 武範 **58**

専門誌編集部から
地域の健康作りに参画する5つの方法 岩井 智子 **59**

専門誌編集部から
BCAAがほしくなる 荒川 大介 **60**

トレーニング指導者に必要なビジネススキル 第4回
「訴求方法」の7原則 遠藤 一佳 **61**

データで見るフィットネスマーケット 第2回
消費者はボス Vol.2
～意識調査をクラブコンセプト作りに活用する～ 守下 訓正 **62**

JATI 賛助会員レポート Vol.21
有限会社フィットネスアポロ社 **64**

上級指導者インタビュー VOL.27 安原大輔
「真剣に相手と向き合い、最良の判断と答えを提示」 **65**

ニッポン全国 JATI 養成校・養成機関訪問
新潟医療福祉大学 **66**
総合学園ヒューマンアカデミー福岡校 **67**

JATI継続単位付与問題 **68**

継続単位の取得・資格の更新についてのお知らせ **70**

8支部リレーセミナー
大学女子柔道部における
筋力トレーニングの実践
～ CORMAXを用いたトレーニング例 ～ 柳田 尚子 **72**

8支部だより **73**

JATI養成校・養成機関一覧＋編集後記 **74**

JATIスケジュール **75**

【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)

発行 特定非営利活動法人 日本トレーニング指導者協会
広報企画・編集委員会

委員長 有賀雅史
委員 久保田潤 吉田裕和
巻頭インタビュー 前田成彦(Office221)
ライター 吉田 溪
デザイン 株式会社オフィス221

〒106-0041 東京都港区麻布台3-5-5-907
TEL : 03-6277-7712 FAX : 03-6277-7713
e-mail : info@jati.jp http://www.jati.jp/

発行 2015年10月(第49号) 定価2,000円＋税