

JATI EXPRESS

Vol. **51** 2016 February
2016年2月発行(第51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／株式会社キットクルー
／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

(2016年2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

日本ラグビーフットボール協会 日本代表GM

岩渕 健輔氏

[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③(最終回)

共存共栄の時代へ

山本 利春氏

取材・構成◎有賀雅史

9

実践のトレーニング指導法を学ぶ 第6回

トレーニング実技の指導方法(その6)

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

スポーツ選手における多方向への加速動作の検討 伊坂 忠夫
一初期動作に着目してー 福原 祐介

14

持久的トレーニングの科学とその応用 第3回

ランニングにおけるトレーニング法の妥当性を検証する 山内 武

16

健康・フィットネス・スポーツのための栄養学 第6回

減量・ダイエットの栄養

杉浦 克己

20

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

第6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

22

膝前十字靭帯傷害予防のためのスクリーニング評価法

Landing Error Scoring Systemについて② 佐野村 学

24

From Sports Media 第30回

「金太郎飴」

武智 幸徳

27

大阪体育大学大学院 スポーツ医科学研究室から

科学的トレーニングとは何か?

下河内 洋平

28

トレーニング指導者のための最新スポーツ科学

リオデジャネイロオリンピックに向けた準備 久保田 潤

30

Report from JISS JISS 最新活動レポート

MANワークショップについて

古屋 あゆみ

31

競技力向上のメンタルトレーニング 第18回

ルーティーン 前編

高妻 容一

32

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5回

プロスポーツチームでの活動

平田 昂大
板野 圭佑

34

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(東海大学特任教授)
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(日本体育大学特任教授)
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

Korey Stringer Institute の事例紹介

日米のスポーツセーフティーに関する啓蒙と教育の現状 細川 由梨 村田 祐樹 佐保 豊 37

ジュニア世代へのトレーニング指導 第30回 暦年齢と生物学的年齢について 三島 隆章 40

GTK 現場で使える機能解剖学 内転筋の話(その4)～内転筋を鍛える～ 大山 卞 圭悟 42

現場で生かす運動生理学 エネルギーを作る能力・使う能力について 宮本 真希 菅根 大幹 榎木 泰介 44

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5回) フィジカルトレーニングをラグビー競技に転化する 猪俣 弘史 47

トレーニング指導者との専門家とのかかわり メンタルトレーナーとのサポート事例 久村 浩 50
トレーニング指導者と連携した心理サポートの取り組み～J企業球団の心理的サポート～ 吉田 聡美 51

トレーニング指導者のためのビジネス論 第3回 トレーニング指導者がビジネスを継続するために 服部 哲也 52

JATI 研修交流会レポート オーストラリア女子バスケットボールチームへの指導 Jan Legg 54

JATI トレーニング指導者研修・交流会レポート オーストラリア女子バスケットボール選手の育成 ジャン・レック 氏 田中 美季 56

スポーツ健康科学研究によるイノベーションを考える 伊坂 忠夫 氏 有賀 雅史 57

動作パターンに基づくトレーニングの原理原則～アスレティックリハビリテーション・傷害予防の視点から～ 上松 大輔 氏 森 実由樹 58

機能改善体操(コーディネーショントレーニング編)&シナプソロジー～スポーツパフォーマンス向上UP～ 梅本 道代 氏 伊礼 健太郎 59

膝関節スポーツ傷害と障害予防プログラムについて 佐野村 学 先生(帝京大学 准教授) 若松 純哉 60

上級指導者インタビュー VOL.29 永井隆太郎 「地元福島に貢献しながらJATIの理念を広めたい」 61

学内活動調査隊 第六回 中京大学 62

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④ ——ロ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 64

専門誌編集部から 上村聡さん「ウェアラブルの可能性とは」 浅野 将志 65

専門誌編集部から ELPに対応しよう 古屋 武範 66

専門誌編集部から 女性のライフステージとトレーニング 岩井 智子 67

専門誌編集部から ヤマハ発動機ジュビロはコーチ&スタッフもトレーニング実践派 荒川 大介 68

トレーニング指導者に必要なビジネススキル 第6回 「リテンション策」を構築する 遠藤 一佳 69

データで見るフィットネスマーケット 第4回 消費者はボス Vol.4 FDB WEB調査報告 広告について 守下 訓正 70

JATI 賛助会員レポート Vol.23 TPI(タイトリスト パフォーマンス インスティテュート) 71

ニッポン全国 JATI 養成校・養成機関訪問 日本工学院北海道専門学校 72
株式会社THINK フィットネス GOLD'S GYM 73

トレーニング指導者のリスクマネジメント トレーニング指導と保険の関係について 山崎 成志 74

JATI継続単位付与問題 76

継続単位の取得・資格の更新についてのお知らせ 78

8支部リレーセミナー 沖縄県でのトレーニング需要の現状と課題 磯谷 貴之 80

8支部だより 81

JATI養成校・養成機関一覧+編集後記 82

JATIスケジュール 83

【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 2016年2月(第51号) 定価2,000円+税