

JATI EXPRESS

Vol. **53** 2016 June
2016年6月発行(第53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／株式会社ウエスカ ティー・イー／エスアンドシー株式会社／株式会社MTG／株式会社LPN／株式会社キョクレー／協和チャック工業株式会社／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／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／セノー株式会社／株式会社大修館書店／Titleist Performance Institute／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ゴロ社／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／株式会社マグマスノジャパン／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／株式会社メガススポーツ／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6月現在) 33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

全日本柔道男子ナショナルチーム監督、東海大学体育学部武道学科准教授

井上 康生氏

[前編]

聞き手◎有賀誠司

3

第10回総会・研修会 基調講演 講演録 ～前編～

トレーニング指導の

過去、現在、そして未来

～JATI設立10周年にあたって～

講師◎長谷川 裕

8

健康・フィットネス・スポーツのための栄養学 第8回

サプリメント IOCの統一見解

杉浦 克己

12

筋力トレーニング・ベーシックエクササイズ指導法

第2回 トレーニング動作のチェックと修正

有賀 誠司

14

トレーニング指導者に役立つ歯科知識

その1 スポーツと歯科

竹内 正敏

16

バランス能力の評価法

Balance Error Scoring Systemについて①

佐野村 学

18

From Sports Media 第32回

「スーパースターとザ・グレーテスト」

武智 幸徳

21

動作パターンに基づくトレーニング入門 その1

Introduction to Movement-based training

上松 大輔

22

競技力向上のメンタルトレーニング 第20回

ゾーンという究極の集中力

高妻 容一

26

大阪体育大学大学院 スポーツ医科学研究室から

深い膝屈曲を伴うスクワット系トレーニングは 横方向の切り返し動作を安全に行うために なぜ必要か?

～膝屈曲角度と前十字靭帯損傷予防の関係～

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

クリーンスポーツに向けた取り組み

久保田 潤

31

特定非営利活動法人 日本トレーニング指導者協会

【名誉会長】

窪田 登(早稲田大学名誉教授、吉備国際大学名誉教授)

【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(早稲田大学教授)

平野裕一(法政大学教授)

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

四足歩行について 三島 隆章 32

GTK 現場で使える機能解剖学

足の話(その2) 大山 卞 圭悟 34

現場で生かす運動生理学

高強度のトレーニングによる効果 榎木 泰介
西口 治佳
菅根 大幹 36

Report from JISS JISS 最新活動レポート

トップアスリートへの医科学サポート
レスリング競技における形態・体力測定 山下 大地 40

セミナー参加レポート

平成27年度国立大学法人
東京医科歯科大学スポーツサイエンス機構
第2回教育プログラム(上肢I)
参加レポート part 2 石塚 利光 42

若手トレーニング指導者からの発信

スポーツ現場における
欧米アプローチの活用②
～腰部・骨盤帯の安定化～ 西川 暁 46

トレーニング指導者のためのビジネス論 第5回

フリーランスのトレーナーとして
活動を開始して 磯谷 貴之 50

第10回通常総会報告 52

平成28年度JATI表彰

平成28年度JATI役員選挙 報告 渡辺 英次 53

学内活動調査隊 第8回

東海大学 54

専門誌編集部から

マネジメント、マーケティングを
カスタマイズするためのカギ 河辺 雄治 56

専門誌編集部から

大塚修平さん
「運動指導において吃音は障害ではない」 浅野 将志 57

専門誌編集部から

新入社員へ 古屋 武範 58

専門誌編集部から

女性アスリートの月経コントロール 岩井 智子 59

専門誌編集部から

ボディビルダー必読
競技会ドーピング検査の流れ 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8回

「紹介システム」の構築(前編) 遠藤 一佳 62

データで見るフィットネスマーケット 第6回

消費者はボス Vol.6
FDB WEB調査報告 第6回 市場の需要を測定する 守下 訓正 64

上級指導者インタビュー VOL.31 出口愛

「謙虚な気持ちと向上心を大切に、実践する指導者に」 66

JATI 賛助会員レポート Vol.25

株式会社プロアバンセ 67

ニッポン全国 JATI 養成校・養成機関訪問

愛知淑徳大学 68

北海道メディカル・スポーツ専門学校 69

JATI継続単位付与問題 70

継続単位の取得・資格の更新についてのお知らせ 72

8支部リレーセミナー

介護の現場における
トレーニング指導のアイデア 草薙 大悟 74

8支部だより 75

JATI養成校・養成機関一覧＋編集後記 78

JATISスケジュール 79

【理事長】

長谷川裕(龍谷大学教授)

【副理事長】

有賀雅史(帝京科学大学教授)

有賀誠司(東海大学教授)

【理事】

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・企画委員会

委員長 有賀雅史

委員 久保田潤 吉田裕和

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6月(第53号) 定価2,000円＋税