

Contents

- 3 SPECIAL INTERVIEW
東京大学医学部付属病院 女性診療科・産科、
女性アスリート健康支援委員会理事
能瀬さやか氏
[前編] 聞き手◎有賀 雅史
- 6 株式会社ドーム 執行役員 ドームアスリートハウス
パフォーマンスディレクター
友岡和彦氏
[後編] 聞き手◎有賀 雅史
- 12 新連載
Velocity Based Training(VBT)の理論と実際 第1回
連載の開始にあたって
長谷川 裕
- 14 健康・フィットネス・スポーツのための栄養学 第20回
成長期の スポーツと栄養(その1)
杉浦 克己
- 16 現場に活かす! 筋力トレーニングの実技指導 第8回
ラットプルダウン
有賀 誠司
- 19 From Sports Media 第44回
「体育会気質」
武智 幸徳
- 20 JATIインタビュー
明治管理栄養士 村野あずささんに聞く
スピードスケート・
高木美帆選手の食改善
- 26 トレーニング指導者に必要な摂食障害の知識 第11回
スポーツやアスリートと摂食障害との関連―II
上原 徹
- 28 筋力トレーニングとセット間の休息時間
筋力トレーニング時のセット間の
休息時間の違いが筋肥大に及ぼす効果
佐野村 学
- 32 エビデンスに基づく腰痛予防を考慮した
腰部のトレーニング 第3回
エクササイズ中の腰部負荷と
マクギルの段階的腰部トレーニング
小山 貴之
- 34 大阪体育大学大学院 スポーツ医科学研究室から
足底内在筋のトレーニングは
運動パフォーマンスを改善させるか?
小村 祐介
下河内 洋平
- 37 トレーニング指導者のための最新スポーツ科学
水泳選手の肩幅
飯塚 哲司
- 38 運動指導者として深化し続けるために 第4回
自らに課題を与えるということ
谷 佳織
- 41 足関節捻挫とその予防法について考える 第3回
慢性足関節不安定症の病態とは
- Hertel とHillerらのCAIモデルの視点から -
篠原 純司
- 44 競技力向上のメンタルトレーニング 第32回
自主性を強化するメンタルトレーニング
高妻 容一
- 46 ジュニア世代へのトレーニング指導 第44回
動きの協調性について②
三島 隆章
- 48 GTK現場で使える機能解剖学
ハムストリングスのはなし
大山 卞 圭悟
- 50 現場で生かす運動生理学
野球の生理学
～血中乳酸濃度から考える～
榎木 泰介
山崎 樹
- 54 窪田登名誉会長 追悼セミナー報告
有賀 雅史
- 56 目指せ、トレーニング指導者の新星! 第20回
学内調査隊
履正社医療スポーツ専門学校
トレーナーコース
- 58 専門誌編集部から
「中之条研究」を
パーソナルトレーニングに活かす―③
河辺 雄治



- 59 専門誌編集部から
倉持江弥さん
「研究論文を読む機会を、
スタッフや社外の人とつくる」
浅野 将志
- 60 専門誌編集部から
神宿央江さんを、偲ぶ
古屋 武範
- 61 専門誌編集部から
トレーナーの指導力が活きる
グループエクササイズの世界的潮流
岩井 智子
- 62 トレーニング指導者に必要なビジネススキル 第20回
個として自立するための考え方
遠藤 一佳
- 63 JATI賛助会員レポート Vol.37
エスアンドシー株式会社
- 64 上級トレーニング指導者インタビュー Vol.41
森崎貴志
- ニッポン全国 JATI養成校・養成機関訪問
- 66 北翔大学 生涯スポーツ学部
- 67 日本総合医療専門学校
- 68 口座振替WEB登録
- 70 JATI継続単位付与問題
- 72 JATI資格継続単位
- 74 8支部リレーセミナー
幼児から小学校低学年への
運動指導について
濱田和樹
- 75 8支部だより
- 76 JATI養成校・養成機関一覧＋編集後記
- 78 JATI継続単位対象セミナー&2018年度年間予定



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

健康日本21

オフィシャルスポンサー 株式会社 明治

JATI賛助会員一覧

株式会社R-body project／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MTG／株式会社LPN／株式会社キットクルー／協和チャック工業株式会社／有限会社クラブクリエイト／株式会社クラブビジネスジャパン／株式会社ザオバ／株式会社サント・ジャパン／ジャパン・アスレティック・トレーナーズ機構／ジョンソンヘルステックジャパン株式会社／株式会社THINKフィットネス／セノー株式会社／株式会社ダーウィン／株式会社大修館書店／Titleist Performance Insutitute／TRX Training Japan株式会社／西川産業株式会社／株式会社ニシ・スポーツ／株式会社バフォームベタージャパン／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／ミューラージャパン株式会社／株式会社ユーフォリア／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

(2018年6月現在) 30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(静岡産業大学教授)
川原 貴(前国立スポーツ科学センター センター長、日本臨床スポーツ医学会理事)
桜井伸二(中京大学教授)
鹿倉二郎(順天堂大学客員教授)
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(早稲田大学教授)
平野裕一(法政大学教授)
福林 徹(有明医療大学特任教授)
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】

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クスコーチ)
久村 浩(合同会社ベストパフォーマンス代表)
田村尚之(国立スポーツ科学センター主幹専門職)
小川恭二(ステージコーチ代表)

【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 下川 祐 デザイン Design OZ

〒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/

2018年6月(第65号) 定価2,000円＋税