

Contents

3	SPECIAL INTERVIEW スペイン/ビジャレアルCF メソッドダイレクター 佐伯夕利子 [前編] 聞き手◎有賀 雅史	43	アスリートと再生医療シリーズ Vol.II これから始まる幹細胞を用いた 整形外科領域への臨床応用 岩畔 英樹
8	Velocity Based Training (VBT)の理論と実際 第11回 最新VBT研究② =「できるだけ速く!」ではなく 具体的な数値目標を示すことの効果= 長谷川 裕	46	運動指導者として深化し続けるために 第14回 ヒップヒンジの構築とパワー発揮 ケトルベルスイングの安全な実行へ パート① 谷 佳織
11	From Sports Media 第54回 「厚底」でタイムを「底上げ」? 武智 幸徳	50	競技力向上のメンタルトレーニング 第42回(最終回) メンタルトレーニングの 真の普及発展のために 高妻 容一
12	健康・フィットネス・スポーツのための栄養学 第30回 オフ期の過ごし方 杉浦 克己	52	ジュニア世代へのトレーニング指導 第54回 発育発達段階に応じた トレーニングについて 三島 隆章
16	現場に活かす! 筋力トレーニングの実技指導 第18回 インクラインベンチプレス 有賀 誠司	56	GTK現場で使える機能解剖学 第28回 あらためて直感的機能解剖のすすめ 大山 卞 圭悟
20	足関節の柔軟性がスクワット動作に及ぼす影響 足関節背屈柔軟性がスクワット時の体幹や 下肢のキネマティクスに及ぼす影響 佐野村 学	58	現場で生かす運動生理学 第30回 運動生理学から考える「野球」 榎木 泰介
26	新連載 「絶対的金メダリストを育てる!」思考 第2回 「NO ATTACK, NO CHANCE!!」 加藤健志	61	トレーニング指導者のための最新スポーツ科学 最終回 中学生における腰椎の形態的発育について 飯塚哲司
29	第14回トレーニング指導者研修・交流会レポート ・基調講演 「筋タンパク質代謝の観点でみた レジスタンストレーニングプログラム」 (石井直方) ・国際講演 「Transfer and specificity of resistance training to athletic performance」 (Brendyn Appleby) ・分科会 「トレーニング指導者のための実践報告の手引き」 (下河内洋平)	62	治療院における運動指導プログラムの展開 第9回(最終回) 今後の課題と展開 ～地域における健康創生の中心的役割を担うために～ 西川 壘
40	トレーニング指導者に必要な摂食障害の知識 第21回 摂食障害の認知行動療法(CBT-E)から学ぶ② 食行動の乱れを招く認知を変える 小原 千郷	64	目指せ、トレーニング指導者の新星! 第30回 学内調査隊 至学館大学短期大学部 アスレティックトレーナー専攻科
		66	上級トレーニング指導者インタビュー Vol.47 橘内 基純
		67	FIA通信 第6回フィットネスクラブ・マネジメント 技能検定試験結果が発表されました! 菰沢 靖彦



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

- 68 専門誌編集部から
**疲労の実体を知ること
健康対策が変わる⑩**
河辺 雄治
- 69 専門誌編集部から
**坂口丈史さん
「大学チームと社会人チームの違い」**
浅野 将志
- 70 専門誌編集部から
新しいことをしよう
古屋 武範
- 71 専門誌編集部から
CES2020に見る、近未来のフィットネス
岩井 智子
- 72 トレーニング指導者に必要なビジネススキル 第30回
個として自立するための考え方 その⑫
「座学研修」の必要性
遠藤 一佳
- 74 JATI賛助会員レポート Vol.47
株式会社 モントルー
- ニッポン全国 JATI養成校・養成機関訪問
- 76 **国際武道大学**
- 77 **仙台大原簿記情報公務員専門学校**
- 78 JATI継続単位付与問題
- 80 8支部リレーセミナー
学生に伝える機能解剖学のおもしろさについて
ートレーニング指導者養成に携わる一教員の立場からー
篠原 純司
- 81 8支部だより
- 82 JATI養成校・養成機関一覧＋編集後記
- 84 JATI継続単位対象セミナー＋
2020年度 年間予定 資格認定事業

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LPN／株式会社キットクルー／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／サンテプラス株式会社／一般社団法人ジャパン・アスレティックトレーナーズ機構／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THINKフィットネス／一般社団法人スポーツパフォーマンス分析協会／セノー株式会社／医療法人再生会そばじまクリニック／株式会社大修館書店／Titleist Performance Insutitute／株式会社ニシ・スポーツ／株式会社パ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／株式会社プロティア・ジャパン／ミューラー・ジャパン株式会社／株式会社モントルー／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

(2020年2月現在) 29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(元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長)
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(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グスコーチ)
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 コンディショニング課 主幹)
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
編集／光成耕司 ライター／下川 祐、飯塚さき デザイン／Design OZ

表紙＝第14回トレーニング指導研修・交流会(2019年12月8日開催)、及び右上から中国・四国支部ワークショップ(2020年1月12日開催)、関東支部ワークショップ(2019年12月22日開催)、北海道支部ワークショップ(2020年1月25日開催)

〒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/

2020年2月(第75号) 定価2,000円＋税