

Contents

- 3 **SPECIAL INTERVIEW**
オーストラリア エディスコワン大学 教授
野坂和則
[前編] 聞き手◎有賀 雅史
- 8 トレーニング指導者のための
パフォーマンス測定と評価 第13回
**集めたデータを有効利用するための
パーセンタイル順位表の作成
—「コーチ、これって
どれくらいのレベルなんですか?」—**
長谷川 裕
- 12 トレーニング指導者として知っておきたい
スポーツ事故・傷害の予防と救急対応 第3回
**スポーツ外傷時の救急対応
—RICE処置①**
山本 利春、清水 伸子
- 15 健康・フィットネス・スポーツのための栄養学 第51回
夏バテ対策の栄養
杉浦 克己
- 20 現場に活かす! 筋力トレーニングの実技指導 第39回
シングルレッグスクワット
有賀 誠司
- 24 コーチとアスリートのための「こころ」の強化書 第15回
**メンタルトレーニングの
これまでとこれから:
学び続けることの大切さ**
土屋 裕睦
- 29 From Sports Media 第73 回
「日本の夏」
武智 幸徳
- 30 トレーニング指導に活かす最新トレーニング情報 第17回
**—RFDのためのトレーニング総括!
トレーニング法—**
菅野 昌明
- 36 スポーツの認知脳科学 第10回
**野球の新球種「スーパードーム」は
なぜ打ちにくいのか?**
柏野 牧夫
- 40 スポーツコンディショニング入門 第19回
運動連鎖と動きの評価②
下河内 洋平、笹壁 和佳奈
- 44 新連載 ～ケガを防ぐ、命を守る～
転倒予防とマネジメントの理論と実際 第1回
**高齢者の転倒予防トレーニング
開始前の身体チェック**
曾我部 晋哉
- 48 GTK現場で使える機能解剖学 第49回
ストレッチングの解剖学②
大山 卞 圭悟
- 52 トレーニングの複眼的探究
**高齢者を対象とした
転倒予防エクササイズプログラムについて**
佐野村 学
- 58 指導現場で使える! わかりやすいトレーニングサイエンス 第17回
**ハーフマラソンランナーの
パフォーマンスレベルによる
共通点と相違点**
研究・国際委員会委員 山内 武
- 61 「絶対的金メダリストを育てる!」思考 第23 回
**“勝たせる心を育てる”メンタルトレーニング Vol.④
「人格、性格、気分や感情を知る!」**
加藤 健志
- 66 “女性トレーニング指導者”インタビュー 第7回
**亀岡 舞
指導力の追究と女性アスリートサポート活動**
- 72 基礎から学ぶ運動生理学 第15回
スプリント持久力～高強度運動を反復する能力～
榎木 泰介
- 76 運動指導者として深化し続けるために 第34回
**力学的ローディングの
段階的なプロGRESSION:
クローズチェーンからオープンチェーンへ**
谷 香織
- 80 「支部活動支援委員会」から⑤
**支部活動の活性化のためには、
まず我々、
支援委員がアクションを起こすこと。**
小川 恭二
- 84 SPORTEC2023
**「健康で活力ある日本の未来のために
運動指導者ができること」
～運動指導者が切り拓くこれからの日本～**

Official Sponsor



Sport in Life



健康日本21

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

- 88 専門誌編集部から
「エシカルフィットネス」を拡げよう
古屋 武範
- 89 専門誌編集部から
**スポーツ・健康まちづくり産業として、
『フィットネス』を再定義**
岩井 智子
- 90 専門誌編集部から
**越田専太郎さん
「予測困難な未来を勇気をもって
拓いていく」**
浅野 将志
- 91 FIA通信
**なぜ、現場のマネジメント力向上が
大切なのか**
菰沢 靖彦
- 92 「がん専門運動指導士」ニュース⑥
**『がんサバイバーの方に向けた
運動機会の提供』**
石野田 神
- 94 上級トレーニング指導者インタビュー Vol.57
上坂裕一
- 95 JATI賛助会員レポート Vol.68
クルル株式会社
- 96 トレーニング指導者に必要なビジネススキル 第51回
**「小規模予防型ジム」が日本を変える! ③
パーソナルトレーニングジムが
「ビジネスモデルの欠陥」に至る2つの理由**
遠藤 一佳
- 98 JATI継続単位付与問題
- 100 8支部リレーセミナー
**アスリートへのトレーニング指導で
心がけていること**
中村 大輝
- 101 8支部だより
- 102 JATI養成校・養成機関一覧+編集後記
- 104 JATIインフォメーション
- 106 JATI継続単位対象セミナー

オフィシャルスポンサー 株式会社 明治

JATI賛助会員一覧

株式会社イジット/VALD/株式会社vit/株式会社ウエサカ ティー・
イー/株式会社HLコーポレーション/エスアンドシー株式会社/株式
会社LPN/株式会社ONI/株式会社ORGO/喜多機械産業株式会社
/株式会社クラブビジネスジャパン/クルル株式会社(パーソナルジム
eviGym)/株式会社ザオバ/株式会社サンクト・ジャパン/サンテプ
ラス株式会社/ジャパン・アスレティック トレーナース機構/株式会
社Japan Insider/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/SK8INSOLL株式会社/セノー株式会社/株式会
社草思社/株式会社大修館書店/株式会社タニタ/有限会社トライ・ワ
ークス/株式会社ニシ・スポーツ/株式会社ネットマーケティング/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/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

(2023年8月現在) 32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

【名誉会長】

長谷川 裕(龍谷大学教授)

【参与】

伊坂忠夫(立命館大学教授)
石井直方(東京大学名誉教授)
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(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(東京大学名誉教授、早稲田大学名誉教授)
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】

有賀 誠司(東海大学教授)

【理事長代理】

有賀 雅史(帝京科学大学教授)

【副理事長】

菅野 昌明(豊田合成ハンドボール部Blue Falcon ストレngths&コンディショニングコーチ)
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ngths&コンディショニングコーチ)

【理事】

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)
島 典広(東海学園大学教授)
佐野村 学(帝京大学准教授)

【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 副委員長/田村尚之 委員/久保田潤 吉田裕和
編集/光成耕司 ライター/下川 祐、森永祐子 デザイン/山崎裕美華

〒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/

表紙写真=中央の集合写真:JATI共催 日本健康運動指導士会 第3回本部講習会、
右下:SPORTEC2023 運動指導者団体連絡協議会セミナーより

2023年8月(第96号) 定価2,200円(税込)