

Contents

- | | | | |
|----|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 3 | <p>SPECIAL INTERVIEW</p> <p>2012年ロンドンオリンピック48kg級銀メダリスト、
2016年リオデジャネイロオリンピック48kg級銅メダリスト、
いちごウエイトリフティング部コーチ</p> <p>三宅宏実
[前編] 聞き手◎有賀 雅史</p> | 46 | <p>トレーニングの複眼的探究</p> <p>ロコモティブシンドローム
佐野村 学</p> |
| 7 | <p>NPO法人日本健康運動指導士会 会長</p> <p>黒田恵美子
[後編] 聞き手◎有賀 雅史</p> | 52 | <p>支部活動支援委員会から⑥</p> <p>地方からも情報を発信していきながら、
日本全体をトレーニングの力によって
活性化していきたい!
藤竹 晃平</p> |
| 12 | <p>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15回</p> <p>スポーツパフォーマンス向上のための
ウェイトトレーニング指導に
挙上速度の測定が不可欠な理由①
長谷川 裕</p> | 55 | <p>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19回</p> <p>4週間の下肢の
スタティックストレッチングは
中高年女性の局所的な
動脈スティフネスを減少させる
研究・国際委員会委員 山口 太一</p> |
| 17 | <p>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5回</p> <p>スポーツ外傷発生時の
救急対応における固定法
山本 利春、清水 伸子</p> | 58 | <p>「絶対的金メダリストを育てる!」思考 第25回</p> <p>“巧みさ”を発達させる「神経-筋回路」
ニューロマスキュラートレーニングVol.①
加藤 健志</p> |
| 22 | <p>健康・フィットネス・スポーツのための栄養学 第52回</p> <p>ビタミン その②
杉浦 克己</p> | 64 | <p>運動指導者として深化し続けるために 第35回</p> <p>力学的ローディングの段階的な
プログレッション:
爆発的な力の発揮に向けて
谷 佳織</p> |
| 26 | <p>現場に活かす! 筋力トレーニングの実技指導 第41回</p> <p>シーティッドカーフレイズ
有賀 誠司</p> | 68 | <p>“女性トレーニング指導者”インタビュー 第9回</p> <p>岡田有加
パワーリフティングの
研鑽を重ねつつ、
トレーニング愛好者や
後進を正しく教え導きたい!</p> |
| 30 | <p>新連載 グッドコーチへの道標 第2回</p> <p>いま、なぜグッドコーチなのか
土屋 裕睦</p> | 74 | <p>基礎から学ぶ運動生理学 第17回</p> <p>冬季のトレーニングについて考える
榎木 泰介</p> |
| 34 | <p>スポーツの認知脳科学 第12回</p> <p>熟練者は動作の再現性が高いか?
柏野 牧夫</p> | 78 | <p>研修・交流会及び学会大会報告</p> |
| 38 | <p>～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3回</p> <p>転倒フェーズのどこにアプローチするか。
Pre-Fallのための筋力トレーニング
曾我部 晋哉</p> | 80 | <p>専門誌編集部から</p> <p>パーソナルトレーニングの
品質管理の徹底を
古屋 武範</p> |
| 42 | <p>GTK現場で使える機能解剖学 第51回</p> <p>機能解剖学的にみたテーピング その②
大山下 圭悟</p> | 81 | <p>専門誌編集部から</p> <p>急成長パーソナルトレーニング、
強さの源泉
岩井 智子</p> |
| 45 | <p>From Sports Media 第75回</p> <p>「スポーツと文化」
武智 幸徳</p> | | |

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

82 専門誌編集部から
高橋純一さん
「各地のスポーツ×地域×トレーニングで、その地域を元気にしたい」
浅野 将志

83 FIA通信
スペシャリストが生き残るため
何が求められているか
韭沢 靖彦

84 「がん専門運動指導士」ニュース⑧
『日本サイコオンコロジー学会総会でのシンポジウム発表を通じて』
石野田 神

85 上級トレーニング指導者インタビュー Vol.59
北澤俊哉

86 養成校・養成機関訪問
札幌大学

87 JATI賛助会員レポート Vol.70
株式会社スマートスタート

88 学内調査隊 第38回
健康科学大学トレーナークラブ

90 トレーニング指導者に必要なビジネススキル 第53回
「小規模予防型ジム」が日本を変える!⑤
トレーナーやインストラクターは「健康社会問題」を解決せよ!
遠藤 一佳

92 JATI継続単位付与問題

94 8支部リレーセミナー
トレーニング指導者の新たな挑戦：
異業種ベンチマークで広がる可能性
伊藤 博一

95 8支部だより

96 JATI養成校・養成機関一覧+編集後記

97 JATIインフォメーション

98 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

株式会社アズウィンド / 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 トレーナーズ機構 / 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 / 株式会社スマートスタート (REAXION) / 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12月現在) 34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 / 山崎裕実華

〒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=表紙写真=左下:第18回トレーニング指導者研修・交流会(12/3)より、右上集合写真:JATI共催 日本健康運動指導士会 第7回本部講習会(11/4-5)より
2023年12月(第98号)

2023年12月(第98号) 定価2,200円(税込)