

Contents

3 SPECIAL INTERVIEW

鈴木 雅 [前編] 聞き手◎有賀雅史(ゴールドジムアドバンストレーナー、
読売巨人軍ウエイト担当、JOC強化スタッフ)

6 JATI参与インタビュー②

桜井伸二 聞き手◎有賀雅史

中京大学スポーツ科学部教授、日本バイオメカニクス学会会長

12 新理事長就任のご挨拶

菅野昌明

14 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18回

**再考:アジリティの測定・評価
そしてトレーニング**

長谷川 裕

24 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8回

スポーツ現場における熱中症と救急対応

山本 利春、清水 伸子

29 From Sports Media 第78回

「首都でシン・スタジアムを楽しむ日」

武智 幸徳

30 健康・フィットネス・スポーツのための栄養学 第56回

サプリメントのコンセンサス

杉浦 克己

34 現場に活かす! 筋力トレーニングの実技指導 第44回

プリチャーカール

有賀 誠司

38 トレーニング指導に活かす最新トレーニング情報 第21回

**ーボディメイクと健康のための
レジスタンストレーニングの科学③ー**

菅野 昌明

43 「人生のパフォーマンス」を向上させる

CREED PERFORMANCEの取り組み 第3回

**パーソナルとグループトレーニングを
同時に行えるジムの機能的レイアウト
〜ジムオープン前に知っておくべきこと〜**

友岡 和彦

46 スポーツの認知脳科学 第15回

身体化された意思決定

柏野 牧夫

50 〜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6回

デュアルタスクで脳と体を鍛える

曾我部 晋哉

54 トレーニングの複眼的探究

**高強度スクワットエクササイズが
ジャンプパフォーマンスなどに
及ぼす即時的効果**

佐野村 学

60 「絶対的金メダリストを育てる!」思考 第28回

**“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.④**

加藤 健志

64 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22回

**フォースベクトル特異的レジスタンス
およびプライオメトリックトレーニングの
パフォーマンスへの影響:****メタ分析によるシステムティックレビュー**

前研究・国際委員会委員長 菅野 昌明

68 基礎から学ぶ運動生理学 第20回

「肝臓」を知る

榎木 泰介

72 GTK現場で使える機能解剖学 第54回

「フッキング」のはなし

大山 卞 圭悟

75 “女性トレーニング指導者”インタビュー 第12回

柳田尚子**今ある現場を大事にする**

80 第18回研修会レポート、第18回通常総会報告

82 専門誌編集部から

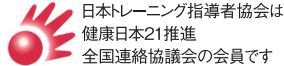
スケールする事業を生み出そう

古屋 武範

83 専門誌編集部から

**「たくさんの人生を輝かせる、
一生の仕事にしよう」**

岩井 智子



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

84 専門誌編集部から
中陳慎一郎さん
「より安全にラグビーができる環境を」
浅野 将志

85 FIA通信
Wライセンス (ATI+FCM)
荻沢 靖彦

86 「がん専門運動指導士」ニュース①
**『目標を持つことの重要性
～がんサバイバーの方に向けた運動機会の創出～』**
石野田 神

87 上級トレーニング指導者インタビュー Vol.62
天野雅崇

88 賛助会員レポート Vol.72
株式会社ONI

90 運動指導者として深化し続けるために 第38回
リセットボタンをプレスする

92 トレーニング指導者に必要なビジネススキル 第56回
「小規模予防型ジム」が日本を変える!⑧
「自己満足の仕事」から脱せよ!
遠藤 一佳

94 JATI継続単位付与問題

96 8支部リレーセミナー
地域に根ざしたジムを目指して。
永井隆太郎

97 8支部だより

98 JATI養成校・養成機関一覧+編集後記

100 JATIインフォメーション

102 JATI継続単位対象セミナー

『グッドコーチへの道標』は、都合により休載いたします。

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／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／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

(2024年6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)

【相談役】

有賀 誠司 (東海大学教授)

【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】

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

【理事長代理】

有賀 雅史 (帝京科学大学特任教授)

【副理事長】

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ngth&コンディショニングコーチ)
久村 浩 (合同会社ベストパフォーマンス代表)

【理事】

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 (周南公立大学教授)

【監事】

山内 武 (大阪学院大学教授)

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、藤本かずまさ
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＝第18回研修会より

2024年6月(第101号) 定価2,200円(税込)