

Contents

3 SPECIAL INTERVIEW

砂岡良治

日本ウエイトリフティング協会会長
[後編] 聞き手◎広報・企画委員会



インタビュー

10 高齢者の運動指導 第2回

2. エアロビック運動の理論と指導

竹島 伸生

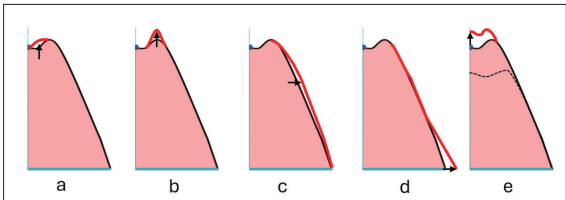


17 トレーニング指導者のための

パフォーマンス測定と評価 第30回

フォースプレートを使わずに カウンタームーブメントジャンプにおける 力の変化を診る

長谷川 裕



26 健康・フィットネス・スポーツのための栄養学 第68回

NMNは「若返り薬」か

—2026年時点でわかっていること—

杉浦 克己



① 若年アスリート・健康成人

- ・もともとNAD⁺状態が高い可能性がある
- ・劇的な変化は出にくい
- ・持久力の一部改善報告はあるが一貫した結果は得られていない

期待される効果：△

主な研究内容
アスリートでのパフォーマンス、持久力、回復、筋力など

※1,2

29 グッドコーチへの道標 第9回

チームビルディングの心理学

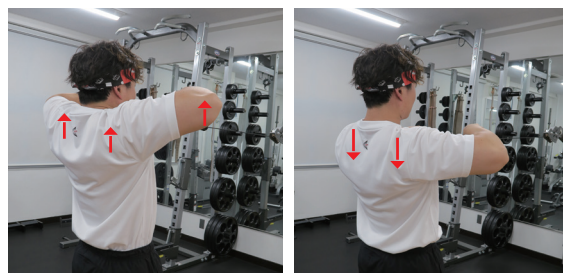
土屋裕睦



34 現場に活かす! 筋力トレーニングの実技指導 第56回

スタンディングプル

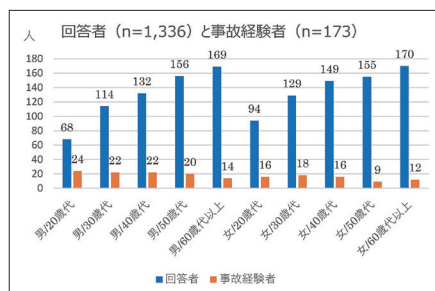
有賀 誠司



38 トレーニングの複眼的探究

消費者庁「スポーツジム等における パーソナルトレーニングによる事故 及び健康被害」に関する 消費者事故等調査報告書について

佐野村 学



44 From Sports Media 第90回

「ハイドレーションブレイク」

武智 幸徳

46 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33回

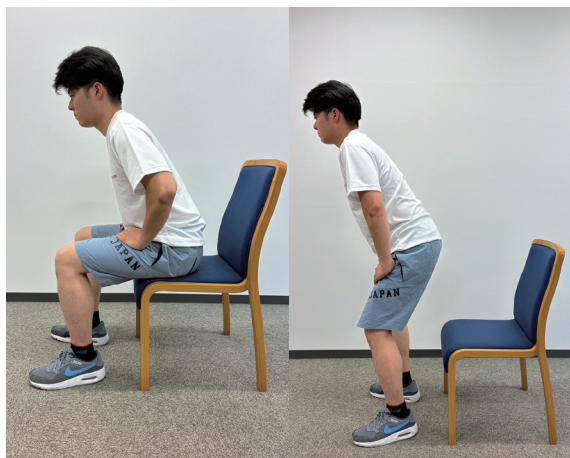
高度にトレーニングされた ランナーにおける レジスタンストレーニングが ランニングエコノミーに与える影響 :対照試験のシステマティックレビュー およびメタ分析

山内 武





- 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18回
止める力を鍛える
—エキセントリック収縮と
アイソメトリック収縮からみた転倒予防—
曾我部 晋哉



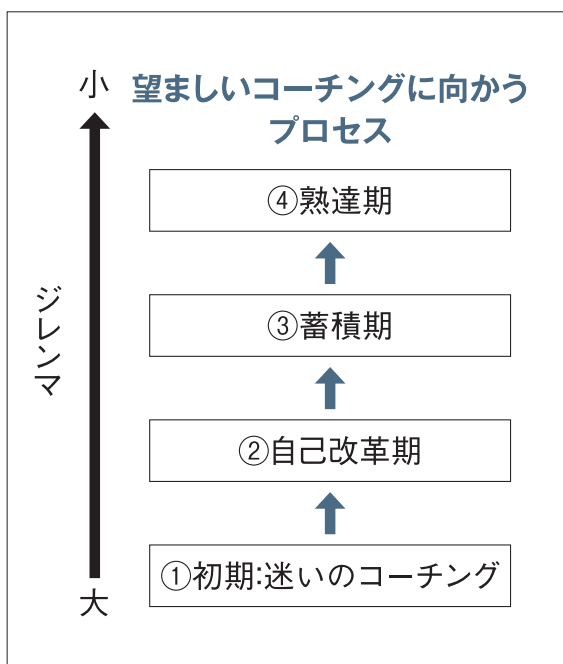
- 54 基礎から学ぶ運動生理学 第32回
師弟対談②
八田秀雄×榎木泰介



- 59 GTK現場で使える機能解剖学 第65回
肩こりのはなし
大山 卞 圭悟



- 62 コーチングのジレンマ
～迷いのコーチングからの脱却～ 第8回
**コーチと選手の信頼関係は
どうやって構築するのか**
—2つのコーチングからのアプローチ—
東海林 祐子



- 66 **International Conference
on Sports Science & Technology**

- 68 **第20回研修会
レポート**

- 71 Column 恩送り 第7回
高校時代の原風景
油谷 浩之

- 72 特別連載
「トレーニング指導の学びと可能性」 第2回
エキスパートへの道筋
有賀 雅史

- 73 上級トレーニング指導者インタビュー 第69回
小林直登

- 74 賛助会員レポート 第80回
ダイキン工業株式会社

- 76 専門誌編集部から
ピラティスの次
古屋 武範

- 77 専門誌編集部から
**脳科学とコミュニティが導く
ウェルネスの新潮流**
岩井 智子

- 78 専門誌編集部から
今中祐子さん
**「オンラインで伴走するサポート、
『わたしのATさん』開始にあたって」**
浅野 将志

- 79 トレーニング指導者教育論 第2回
教育における“不易流行”②
澤田 友紀

- 80 「がん専門運動指導士」ニュース②③
**大阪国際がんセンター主催
府民公開講座**
**『消化器がんは早期発見で変わる!』
予防・検診・治療を一緒に学ぶ 開催**
石野田 神

- 81 FIA通信
パーソナルトレーナーに求められるも
荻沢 靖彦

- 82 ニッポン全国 JATI養成校・養成機関訪問
鹿児島鍼灸専門学校

- 83 運動指導者として深化し続けるために 第50回
**バイオハッキングvs.
負荷強度という努力の積み重ね**
谷 佳織



- 86 トレーニング指導者に必要なビジネススキル 第68回
**「小規模予防型ジム」が日本を変える!②
「趣味の延長」では、
健康社会問題は解決できない**
遠藤 一佳

- 88 JATI継続単位付与問題

- 90 8支部リレーセミナー
**筋力トレーニングの大衆化による指導と
環境の変化について**
島袋 好一

- 91 8支部だより

- 92 JATI養成校・養成機関一覧+編集後記

- 94 JATIインフォメーション

- 96 JATI継続単位対象セミナー

機関誌『JATI EXPRESS Vol.112』のお詫びと訂正

◆該当箇所:P.63右段1行目

◆訂正:

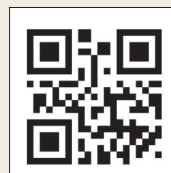
誤:竹重勇輝氏が、調査によって判明した事故の事例などを紹介しました。

正:竹重勇輝氏が、事故の事例などを紹介しました。

過去の記事が
見つけやすくなった!

3
ステップ

1 ここからログイン



2 機関誌バックナンバーをクリック



3 検索機能を搭載

