

Contents

3 SPECIAL INTERVIEW

鈴木大地

参議院議員、元スポーツ庁長官、JATI特別相談役

インタビュー

5 吉川大幾

読売ジャイアンツ

一軍内野守備 兼 走塁コーチ、JATI-ATI

〔前編〕聞き手◎広報・企画委員会

インタビュー

12 高齢者の運動指導 第3回

3. レジスタンス運動の理論と指導

竹島 伸生

理論



19 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31回

エネルギー代謝の実測が拓く、

新たな運動指導の可能性

—「動き」だけでなく、「代謝」も測る時代へ—

長谷川 裕

理論



キャノピー



ノーズクリップとマウスピース



フェイスマスク

28 健康・フィットネス・スポーツのための栄養学 第69回

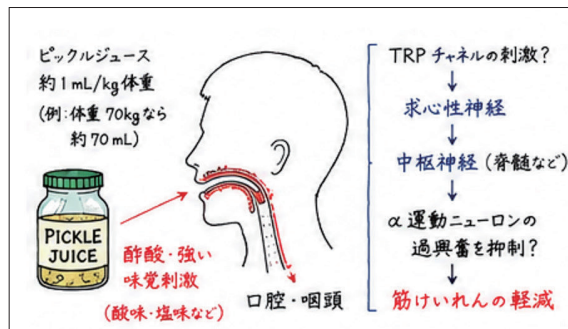
脚がつった!

—ピクルジュースはなぜ効く?

運動時筋けいれんの新しい考え方

杉浦 克己

理論



33 From Sports Media 第91回

「世も末」

武智 幸徳

34 現場に活かす! 筋力トレーニングの実技指導 第57回

インバーティッドロウの負荷調整とバリエーション

有賀 誠司

理論 & 実践



38 トレーニング指導に活かす最新トレーニング情報

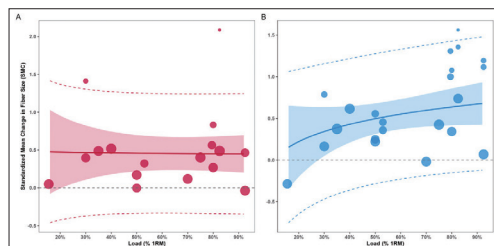
第31回

—ボディメイクのための

レジスタンストレーニングの科学10—

菅野 昌明

理論



43 トレーニングの複眼的探究

スポーツ庁「運動・スポーツにおける安全対策の評価・改善のためのガイドライン(試行版)」および消費者庁「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」調査報告書にみる安全管理上の留意事項

佐野村 学

理論

50 ～「運動指導における安全管理基準」と「運動指導に従事する運動指導者に必要な知識と技能」の策定について～

52 **運動指導者団体連絡協議会 運動指導における安全管理基準**

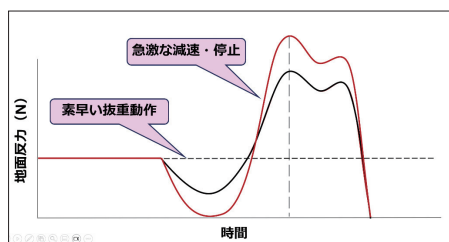
54 指導現場で使える!

わかりやすいトレーニングサイエンス 第34回

異なる速度における単独の伸張性スクワットトレーニングが、垂直跳びパフォーマンス、大腿四頭筋機能、および筋肥大に及ぼす影響

下河内 洋平

理論

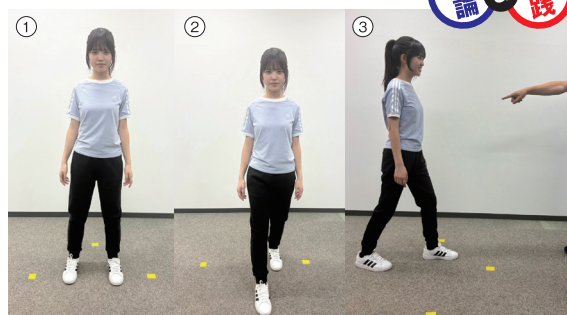


60 ～ケガを防ぐ、命を守る～
～転倒予防とマネジメントの理論と実際 第19回

備える力と立て直す力を鍛える
—フィードフォワード制御と
フィードバック制御からみた転倒予防—

曾我部 晋哉

理論 & 実践



64 基礎から学ぶ「運動生理学」 第33回
師弟対談③

八田秀雄×榎木泰介

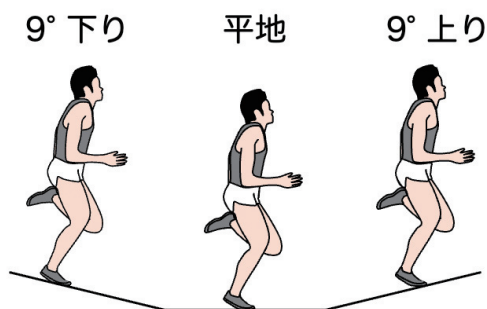


69 GTK現場で使える機能解剖学 第66回

坂と階段のはなし

大山 卞 圭悟

理論



72 コーチングのジレンマ

～迷いのコーチングからの脱却＝ 第9回

**スポーツを通じた自律の獲得と
チーム力向上**

——役割設定によるライフスキルプログラムの実践例

東海林 祐子

理論

76 特別連載「トレーニング指導の学びと可能性」 第3回
(最終回)

トレーニングの継続と深化

有賀 雅史

77 Column 恩送り 第8回

JATI創立20周年を迎えて

油谷 浩之

78 上級トレーニング指導者インタビュー 第70回

北山修子

79 賛助会員レポート 第81回

テクノジム ジャパン株式会社

80 専門誌編集部から

コンセプトの芯を食う

古屋 武範

81 専門誌編集部から

**英デビッドロイドクラブに学ぶ
フィットネスクラブの、
ウェルネスシフトのはじめ方**

岩井 智子

82 専門誌編集部から

**甲斐 久実代さん
「ヒューストン・バレエを見学して」**

浅野 将志

83 トレーニング指導者教育論 第3回

教育における“不易流行”③

澤田 友紀

84 「がん専門運動指導士」ニュース②④
大阪国際がんセンター認定
がん専門運動指導士事務局主催
『がんサバイバーのための
運動指導スキルアップセミナー』開催
石野田 神

86 FIA通信
フィットネス業界最大の展示会:
SPORTEC
菰沢 靖彦

87 ニッポン全国 JATI養成校・養成機関訪問
都城リハビリテーション学院

89 運動指導者として深化し続けるために 第51回
Movement Longevity／
動きの健康寿命を支える様々な要素とは
谷 佳織



92 トレーニング指導者に必要なビジネススキル 第69回
「小規模予防型ジム」が日本を変える!②①
今こそ、私たち自身が覚悟を決め、
予防社会を現実にしていくとき
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
今までどおりが通じない時代に
トレーニング指導者が求められる役割
岩田 祐二

97 8支部だより

98 JATI養成校・養成機関一覧＋編集後記

99 JATIインフォメーション

100 JATI継続単位対象セミナー

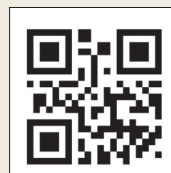


日本トレーニング指導者協会は
健康日本21推進
全国連絡協議会の会員です

3
ステップ

過去の記事が
見つけやすくなった!

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

