JATI EXPRESS Vol.115
特定非営利活動法人 日本トレーニング指導者協会機関誌
2026 October
2026年10月発行（第115号）

Contents

3 SPECIAL INTERVIEW インタビュー
河合純一
スポーツ庁長官

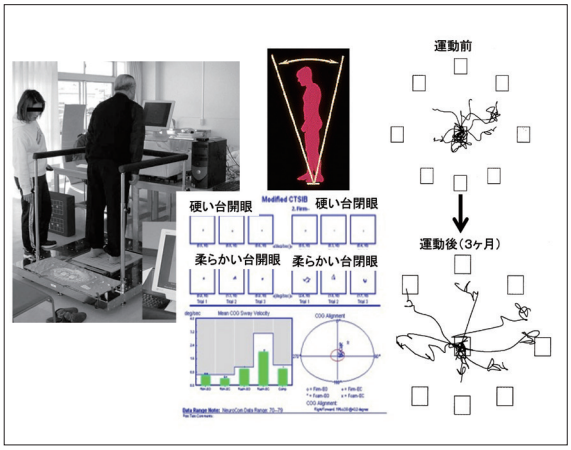
7 インタビュー
吉川大幾
読売ジャイアンツ 一軍内野守備 兼
走塁コーチ、JATI-ATI
［後編］ 聞き手◎広報・企画委員会

14 **レポート JATI創立20周年記念式典**



16 **JATI通信 ● 新理事紹介**
永友 憲治、曽我部 晋哉、田中 美季、本橋 恵美

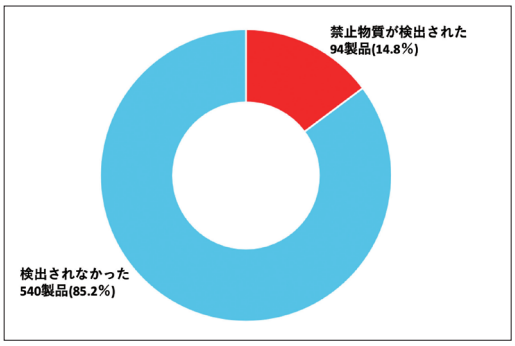
20 高齢者の運動指導 第4回 理論
4. バランス運動の理論と指導
竹島 伸生



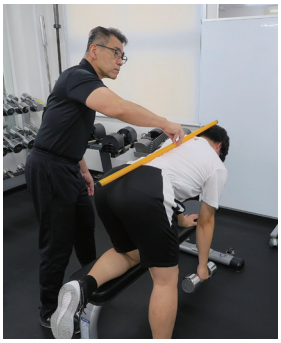
26 トレーニング指導者のための
パフォーマンス測定と評価 第32回 理論
エネルギー代謝測定による
新たなトレーニング指導サービスの創出
長谷川 裕

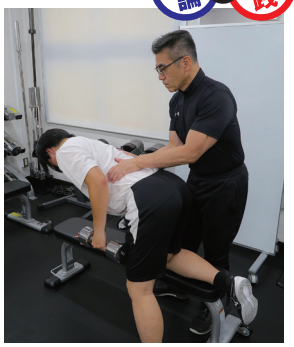


34 健康・フィットネス・スポーツのための栄養学 第70回
サプリメントとドーピング
——競技力向上と安全性を両立させるために 理論
杉浦 克己



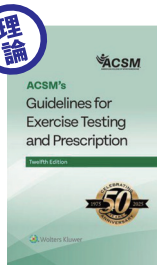
40 現場に活かす! 筋力トレーニングの実技指導 第58回
ワンハンドダンベルロウの代償動作と
初心者に起こりやすい問題点 理論&実践
有賀 誠司





45 トレーニング指導に活かす最新トレーニング情報
第32回（最終回）
― 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11 ―
菅野 昌明

50 トレーニングの複眼的探究
ACSM's guidelines for exercise testing and prescription に示された運動・スポーツを行う上での安全・健康管理上の留意点
佐野村 学



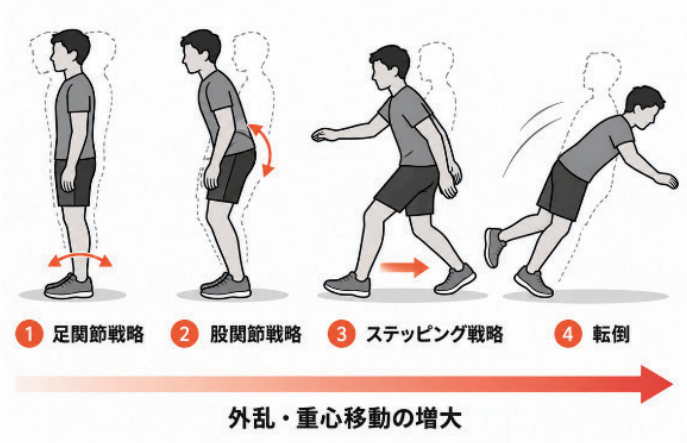
55 From Sports Media 第92回
「体心技」
武智 幸徳

56 **～「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～**

58 **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**

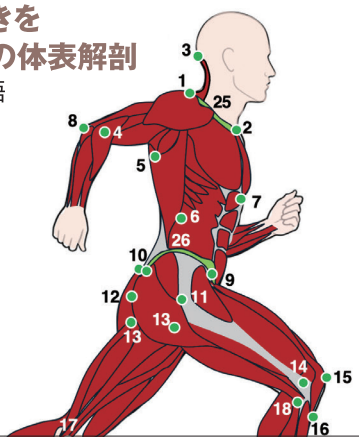
60 指導現場で使える!
わかりやすいトレーニングサイエンス　第35回
ストレッチングと動脈スティッフネス: 急性および長期介入の系統的レビューとメタ解析
山口 太一

64 ～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20回
動けるバランスを鍛える
―安定性限界から考える姿勢制御―
曽我部 晋哉



68 基礎から学ぶ「運動生理学」　第34回（最終回）
基礎なくして応用なし
榎木 泰介

73 GTK現場で使える機能解剖学　第67回
身体と動きをみるための体表解剖
大山 卞 圭悟



76 コーチングのジレンマ
～迷いのコーチングからの脱却～　第10回
チームのソーシャル・キャピタルを高めることが選手のエネルギーを生み出す
―― プロの指導者に学ぶ、社会関係資本（ソーシャル・キャピタル）の育て方
東海林 祐子

80 “女性トレーニング指導者”インタビュー　第21回
清水花音



86 セミナーレポート
運動指導者団体連絡協議会 合同セミナー

88 Column　恩送り　第9回
トレーニングの未来
油谷 浩之

89 上級トレーニング指導者インタビュー　第71回
関口匠哉

90 専門誌編集部から
変えられない計画は、誰を守っているのだろうか
古屋 武範

91 専門誌編集部から
「暮らす」と「旅する」に広がるウェルネス
岩井 智子

92 専門誌編集部から
遠山健太さん
「博士課程を修了、今後は現場と研究の橋渡しをしていきたい」
浅野 将志

93 トレーニング指導者教育論　第4回
トレーナー専門教育の変遷①
澤田 友紀

94 「がん専門運動指導士」ニュース㉕
がんを「知る」から「行動する」へ
石野田 神

96 FIA通信
FIAキャリア継続支援プロジェクト始動!
韮沢 靖彦

97 ニッポン全国　JATI養成校・養成機関訪問
福山医療専門学校　スポーツ健康学科

98 運動指導者として深化し続けるために　第52回
女性のストレングス指導におけるパラダイムシフト：
Dr. Stacy Simsが提唱する「Women Are Not Small Men」の生理学と実践
谷 佳織



102 トレーニング指導者に必要なビジネススキル　第70回
「予防社会」が日本を変える! ①
「フィットネス」という言葉の意味を考える
遠藤 一佳

104 JATI継続単位付与問題

106 8支部リレーセミナー
トレーニング指導だけに偏らず、競技者のさまざまな成長を支える人材になりたい。
守田 誠

107 8支部だより

108 JATI養成校・養成機関一覧＋編集後記

110 JATIインフォメーション

112 JATI継続単位対象セミナー

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



Sport in Life

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