



contents

SPECIAL INTERVIEW

岡本依子 氏 [後編]

聞き手◎有賀雅史 **3**

リコンディショニングの科学

リコンディショニングにおける筋力評価の留意点

—その4.H/Q比を用いた筋力評価の問題点—

山本利春 **8**

現場からの指導レポート

走スピードの質とトレーニング量

黒須雅弘 **10**

特別寄稿

上半身の測定と評価

～肩・肘・肩甲骨で特に知っておきたいこと～

百瀬 喜与志 **12**

トレーニング指導者のためのメンタルトレーニング

トレーニング指導者のコミュニケーション能力向上

高妻容一 **14**

トレーニング指導者のための最新スポーツ科学

傷害予防とトレーニング①

—傷害・疾病調査研究—

久保田潤 **15**

トレーニング指導者のための健康科学

メタボリックシンドロームと身体活動

真田樹義 **16**

特別寄稿

高齢者の骨格筋とトレーニング

—介護・寝たきりを予防するための基礎知識—

町田修一 **18**

子どものトレーニング指導

子どものからだの成長を知っておこう!

三島隆章 **20**

トレーニング指導者のためのビジネス論

事業のタイプと起業までのプロセス

久村 浩 **22**

海外レポート1

from フランス

フランスにおける女子サッカーの取り組み

太田 徹

海外レポート2

from オーストラリア

Australian Weightlifting Federation Club Weightlifting/Sports Power Coach Course

関口 遵 **24**

海外レポート3

from イギリス

ロンドン五輪

山本孝浩

海外レポート4

from ドイツ

ライブチヒ学派におけるパフォーマンスとは?

豊田太郎 **25**

Report from JISS [国立スポーツ科学センターレポート]

「SCWAT」の活用

守田 誠 **26**

Sports Business Seminar

パブリシティ活動の必要性

矢柄亮直 **27**

専門誌編集部から

ロコモティブシンドロームの約4800万人を誰が、どのようにサポートするか?

河辺雄治 **28**

[調査・研究委員会]

世界のトップ・プロ・スポーツにおける科学的データ活用の最新動向

長谷川裕 **30**

[資格認定委員会]

広く、そして、深く

伊藤良彦 **32**

Q&Aコーナー

34

Relay Seminar 8支部 リレーセミナー Vol.19 中国・四国支部

教育機関におけるトレーニング施設の企画と将来性

楠本欣司 **36**

8支部だより 北海道支部、東北支部、北信越支部、関東支部、東海支部、近畿支部、中国・四国支部、九州・沖縄支部

37

お知らせ+編集後記

38

特定非営利活動法人 日本トレーニング指導者協会

【参与】

伊坂忠夫(立命館大学教授)
石井直方(東京大学教授)
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(東海大学教授)
川原 貴(国立スポーツ科学センター統括研究部長)
桜井伸二(中京大学教授)
鹿倉二郎(順天堂大学教授、ジャパン・アスレティックトレーナーズ機構顧問)
杉浦克己(明治製菓 ザバス スポーツ&ニュートリション・ラボ顧問、立教大学教授)
関口 脩(日本体育大学教授)
田口素子(日本女子体育大学准教授・日本スポーツ栄養研究会会長)
平野裕一(国立スポーツ科学センタースポーツ科学研究部長)
福林 徹(早稲田大学教授)
山本利春(国際武道大学教授)
湯浅景元(中京大学教授)

【理事長】

窪田 登(早稲田大学名誉教授、吉備国際大学名誉教授)

【理事】

長谷川裕(龍谷大学教授)
有賀雅史(昭和学院短期大学教授)
有賀誠司(東海大学教授)
菅野昌明(愛知学院大学ラグビー部コンディショニング・ディレクター)
福守研二(大福企画主宰)
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ングスコーチ)
久村浩(合同会社ベストパフォーマンス代表)

【監事】

山内 武(大阪学院大学教授)

表紙デザイン
フォトグラファー
モデル

撮影協力
本文デザイン

紙カーブ
箕輪均
浅見清香
須藤秀太
ゴールドジム
衛さおとめの事務所

・オフィシャルスポンサー
明治製菓株式会社



・JATI賛助会員一覧
株式会社ウエサカ ティー・イー
ウエスコム株式会社
株式会社ウエニ貿易
エスアンドシー株式会社
カシオ計算機株式会社
株式会社ザオバ
Gymstick Japan株式会社
株式会社THINKフィットネス
スポーツクラブNAS株式会社
株式会社スポーツスタイル
セノー株式会社
西川産業株式会社
株式会社ニシ・スポーツ
株式会社プロティア・ジャパン
三菱レイヨン・クリンスイ株式会社
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
(2010年9月末日現在) 17社 五十音順