

Sportsmedicine

Media of Communication for Sportsmedicine People Monthly

月刊スポーツメディスン4月号

219

Contents April, 2020

April Special

特集

睡眠とパフォーマンス

1 体内時計は何をどのように制御している 2
田原 優

2 時差調整に向けたアドバイス 9
星川雅子

Digest ニチバン×JFA「SOCCER MEDICAL CAMP」より
FIFA ワールドカップでのコンディショニング 21
前田 弘

連載 Exercise Science Research Net-Work通信
スポーツ科学再考 4 24
エネルギーを補給し続けられるから、
からだは動き続けられる
宮下充正

Students power to 2020
連載 2020 Hope Lights Our Way—若者のムーブメントを未来へつなぐ聖火リレー 最終回
東京2020オリンピックにむけて 26
小笠原孝斗、倉持梨恵子

新連載 スポーツ現場のヒヤリハット、アクシデント
スポーツ現場で起こり得るヒヤリハット、アクシデント集(1) 28



新連載 図解 わかるとつながる 身体のしくみ
抑制性ニューロンによる筋出力の調節 30
得原 藍

MSM スペシャルレポート
中学生を対象としたメディカルチェックで目指すもの 32
—— 高身長全国中学校バレーボール有望選手合宿
水石 裕

MSM スペシャルレポート
一般向けに情報を告知する意味 36
—— 新型コロナウイルス感染症に対して私たちができること
山本邦子

新連載 画像診断からみるスポーツ医学
画像診断の大原則 足立拓也 39

投稿
スポーツ関節障害の予防・改善における
別府温泉藻類RG92の有用性 42
宮田光義、高山 愛、御筆千絵、岩田俊祐、小林弘幸、加世田国与士

新連載 ストーリーで理解する痛みマネジメント
痛みのマネジメント 45
永田将行、江原弘之

新連載 形態学的特徴から考える身体の機能と役割
アキレス腱のねじれ 江玉睦明 49

Seminar 15 Books 51