

吉村 茜（よしむら あかね）

中京大学 スポーツ科学部 特任助教

博士（スポーツ科学）

専門分野：アスレティックトレーニング, スポーツ傷害予防, コンディショニング

1993年 新潟県新潟市生まれ

## 学歴

2016年3月

北海道教育大学スポーツ教育課程 卒業

2018年3月

早稲田大学スポーツ科学研究科 修士課程 修了（広瀬統一研究室）

2021年3月

早稲田大学スポーツ科学研究科 博士課程 修了（広瀬統一研究室）

## 職歴

2018年4月-2019年3月

慶應義塾大学医学部整形外科 非常勤研究助手

2019年5月 - 2020年3月

千葉県総合スポーツセンター 測定員・トレーニングルームスタッフ

2019年11月 - 2020年3月

クラーク記念国際高等学校 非常勤教員

2020年6月-2021年3月

株式会社エデュケーショナルネットワーク テクニカルアドバイザー

2021年1月-2021年2月

株式会社 biima コーチスタッフ

## 資格・免許

中学校教諭1種免許（保健体育）

高等学校教諭1種免許（保健体育）

## 学会活動

日本臨床スポーツ医学会 準会員

日本アスレティックトレーニング学会 正会員

第10回日本アスレティックトレーニング学会学術集会 実行委員（広報・渉外）

## 専門競技・競技成績

ソフトボール

2011年4月 茨城県高等学校ソフトボール春季大会 準優勝（主将）

2011年5月 茨城県高等学校ソフトボール関東予選 第3位（主将）

2011年6月 茨城県高等学校ソフトボールインターハイ予選 第4位（主将）

## 論文

## 【査読付原著論文（筆頭著者）】

- 3) Yoshimura A, Sekine Y, Schleip R, Furusyo A, Yamazaki K, Inami T, Murayama M, Hirose N. The acute mechanism of the self-massage-induced effects of using a foam roller. Journal of bodywork and movement therapies (in press)
- 2) Yoshimura A, Schleip R, Hirose N. Effects of self-massage using a foam roller on ankle range of motion and gastrocnemius fascicle length and muscle hardness: A pilot study. Journal of Sport Rehabilitation (2020)
- 1) Yoshimura A, Inami T, Schleip R, Mineta S, Shudo K, Hirose N. Effects of Self-myofascial Release Using a Foam Roller on Range of Motion and Morphological Changes in Muscle: A Crossover Study. Journal of Strength & Conditioning Research (2019)

## 【査読付原著論文（共同研究者）】

- 4) Yanaoka T, Iwata R, Yoshimura A, Hirose N. A 1-Minute Re-warm Up at High-Intensity Improves Sprint Performance During the Loughborough Intermittent Shuttle Test. Frontiers in Physiology (2021)
- 3) Yanaoka T, Yoshimura A, Iwata R, Fukuchi M, Hirose N. The effect of foam rollers of varying densities on range of motion recovery. Journal of Bodywork and Movement Therapies (2020)
- 2) 稲見崇孝, 東原綾子, 中川剣人, 飯塚哲司, 前道俊宏, 吉村茜, 山口翔大, 深野真子, 伊藤瑳良, 神武直彦, 成田崇矢, 村山光義. 硬化した筋の回復を加速させる方策—経口保水液と特殊シューズを用いた戦略的リカバリー—. 日本レーザー治療学会誌 (2019)
- 1) Mineta S, Inami T, Fukano M, Hoshiya T, Masuda Y, Yoshimura A, Kumai T, Hirose N. The reliability, and discriminative ability of the identification of functional ankle instability questionnaire, Japanese version. Physical Therapy in Sport (2018)

## 受賞歴

- 2) 2020年10月25<sup>th</sup> European College of Sport Science Anniversary Congress. Young Investigator Award, Poster presentation 4<sup>th</sup> prize (共同研究者)
- 1) 2018年11月 The 5<sup>th</sup> International Fascia Research Congress Conference. Prizewinning abstracts 2nd prize (研究代表者)

## 研究資金獲得状況

- 2) 2019年2月-2022年2月 平成30年度公益財団法人日本スポーツ医学財団研究助成／研究課題名：セルフマッサージ圧刺激による関節可動域向上の機序解明～組織の材質的・形態的变化及び中枢神経学的応答に着目して～／研究代表者：吉村茜／共同研究者：広瀬統一  
2018年10月-2019年9月
- 1) 特定非営利活動法人 NSCA ジャパン 平成30年度 NSCA ジャパンストレングス&コンディショニング研究助成／研究課題名：球技系競技における短時間・高強度のハーフタイム・リウォームアップが後半のスプリントパフォーマンスに与える影響／研究代表者：柳岡拓磨／共同研究者：広瀬統一, 岩田理沙, 吉村茜