

目次

A. 運動器の解剖と機能概論

① 体表の区分	2	基質	10
1. 人体の区分	2	e. 骨の発生と成長	10
2. 全身の骨格と筋	2	2. 関節の構造と機能	11
② 運動の表し方	5	a. 関節の基本的構造	11
1. 基本姿勢（基本肢位）	5	b. 関節の種類	12
a. 基本的姿勢	5	c. 関節軟骨	13
b. 解剖学的姿勢	5	3. 靭帯の構造と機能	14
2. 運動の面と軸	5	4. 筋・腱の構造と機能	16
a. 運動の基本面	5	a. 骨格筋の構造	16
b. 運動の基本軸	5	b. 筋と骨との連結	16
3. 基本的な関節運動	6	c. 骨格筋の収縮メカニズム	16
a. 屈曲と伸展	6	d. エネルギー供給系	16
b. 外転と内転	6	e. 骨格筋線維のタイプ分類	17
c. 外旋と内旋	6	f. 筋収縮の様式	17
d. 分回し運動	6	g. 筋-腱複合体	18
4. 方向あるいは相対的位置関係を表す用語	7	h. 筋収縮と張力	18
③ 運動器の構造と機能	8	i. 筋の形状	18
1. 骨の構造と機能	8	j. 最大筋力の発揮	18
a. 骨の肉眼的構造	8	k. 筋収縮と関節運動の関係	20
b. 骨の微細構造	8	5. 骨格筋の神経支配	20
c. 骨の循環系と神経系	8	a. 骨格筋の感覚器	22
d. 骨代謝と骨を構成する細胞・骨		b. 反射	23
		c. 随意運動	24

B. 体幹の基礎解剖と運動

① 脊柱の運動	27	2. 頸椎の筋	34
1. 脊柱の骨格	27	3. 頸椎の血管	38
2. 脊柱の関節	27	4. 頸椎の神経	38
a. 脊椎の連結	27	③ 胸椎と胸郭の運動	41
b. 脊椎の加齢変化	29	1. 胸椎と胸郭の骨格・関節・運動	41
3. 脊柱の弯曲と運動	29	2. 胸椎と胸郭の筋	42
a. 上位頸椎	30	3. 胸椎と胸郭の血管と神経	44
b. 中・下位頸椎	30	④ 腰椎・仙椎・骨盤の運動	45
c. 胸椎	31	1. 腰椎・仙椎・骨盤の骨格	45
d. 腰椎	31	2. 腰椎・仙椎・骨盤の関節	45
4. 脊髄・馬尾神経	31	3. 腰椎・仙椎・骨盤の運動	47
② 頸椎の運動	32	4. 腰椎・仙椎・骨盤の筋	49
1. 頸椎の骨格・関節・運動	32	5. 腰椎・仙椎・骨盤の血管と神経	50

C. 上肢の基礎解剖と運動

①	上肢帯の運動	55	b.	前腕骨	65
	1. 上肢帯の骨格	55		c. 肘関節 X 線像	66
	2. 上肢帯の関節	55		d. 成長期の肘関節 X 線像	66
	3. 上肢帯の運動	55	2.	肘関節の構成	67
	4. 上肢帯の筋	55	a.	関節面の形態	67
	5. 上肢帯の血管と神経	56	b.	靭帯	67
②	肩関節の運動	61	3.	肘関節の運動	70
	1. 肩関節の骨格	61	4.	肘関節の筋・神経	71
	2. 肩関節の関節	61	5.	肘関節の血管	76
	a. 肩甲上腕関節	61	④	手関節・手の運動	78
	b. 肩鎖関節	61	1.	遠位橈尺関節 (前腕関節)	78
	c. 胸鎖関節	61	2.	手関節	79
	d. 肩峰下滑液包 (第二肩関節)	61	a.	橈骨手根関節	79
	e. 肩甲胸郭関節	61	b.	手根中央関節	79
	3. 肩関節の運動	62	c.	手根間関節および関節靭帯 (三角線維靭帯複合体を含む)	81
	4. 肩関節の筋	64	3.	手関節・手の筋	83
	a. 肩甲骨と上腕骨をつなぐ筋群	64	a.	前腕筋群 (外在筋)	83
	b. 上腕骨と体幹をつなぐ筋群	64	b.	手筋群 (内在筋)	85
	c. 肩甲骨と体幹をつなぐ筋群	64	4.	手関節・手の血管と神経	86
	5. 肩関節の血管と神経	64	a.	動脈	86
③	肘関節の運動	65	b.	神経	86
	1. 肘関節の骨格	65			
	a. 上腕骨	65			

D. 下肢の基礎解剖と運動

①	股関節の機能解剖と運動	90	c.	半月	99
	1. 解剖	90		d. 靭帯	100
	2. 骨の形態	90	3.	膝関節の運動	102
	3. 股関節の動き	92	4.	膝関節の筋	103
	a. 骨盤の動き	92	a.	膝伸筋群	103
	b. 股関節の動き	92	b.	膝屈筋群	104
	4. 股関節周囲の筋群	94	5.	膝関節の血管と神経	104
	a. 股関節のインナーマッスル	94	a.	膝関節の血管	104
	b. 股関節のアウトマッスル	95	b.	膝関節の神経支配	105
	5. 頭の片隅に置いておきたい疾患	95	③	足関節・足部の運動	106
②	膝関節の運動	96	1.	足関節・足部の骨格	106
	1. 膝関節の骨格	96	a.	足関節の骨格	106
	a. 膝蓋骨	96	b.	足の骨格	106
	b. 大腿骨	96	2.	足関節・足部の関節	108
	c. 脛骨	96	3.	足関節・足部の運動	110
	d. 腓骨	96	4.	足関節・足部の筋	112
	e. 骨性アライメント	97	a.	下腿から起始する筋群 (外在筋)	112
	2. 膝関節の構造	97	b.	固有筋 (内在筋)	112
	a. 膝蓋大腿関節	97	c.	下腿と足の筋と運動	112
	b. 大腿脛骨関節	98	5.	足関節・足部の神経と血管	117

a. 足関節・足部の神経……………	117	a. 足のアーチ……………	119
b. 足関節・足部の血管……………	118	b. 足の形……………	121
6. 足のアーチと足の形……………	119	c. 足趾による分類……………	123
索引……………	125		



目

次