

A1

オンデマンド 骨格筋の形、手順とポイント

2:00	外後頭隆起、上項線 肩甲骨下角、内側縁、上角 肩甲棘、肩峰角、肩峰 胸椎棘突起(12)
3:00	鎖骨、肩峰、肩鎖関節
3:30	僧帽筋 22・26
4:30	休憩
4:40	乳様突起、下顎角 肩甲拳筋 29・35
5:40	C5・C7・T1・T5棘突起
6:00	小菱形筋 37・39 大菱形筋
6:45	棘上筋 164・166
7:10	

A2

オンデマンド 骨格筋の形、手順とポイント

2:00	鎖骨、肩鎖関節、肩峰前半 肩甲棘、肩峰角、肩峰後半
2:40	三角筋 156・160
3:40	休憩
3:50	肘頭、上腕骨内側上顆・外側上顆 上腕三頭筋全体 195・201
4:40	上腕三頭筋長頭・外側頭・内側頭 橈骨神経
5:35	腕橈骨筋 221・224
6:20	



A3

オンデマンド 骨格筋の形、手順とポイント

2:00	肩甲骨烏口突起 上腕骨大結節・小結節 正中神経 大胸筋・三角筋前腋窩部
2:35	上腕二頭筋 178・185 烏口腕筋
3:35	上腕筋 189・192
4:15	休憩
4:25	上腕骨内側上顆 肘頭、豆状骨
5:10	円回内筋 205・210
5:55	長掌筋 205・211 橈側手根屈筋 尺側手根屈筋
6:50	

9:00	鎖骨、胸鎖関節 胸骨上端・角・下端 肋骨(2・5)、烏口突起
9:50	大胸筋 116・119
10:50	小胸筋 122・125 鎖骨下筋
11:20	第1肋骨外側端 乳頭線上第5肋骨1横指外側方 腋窩線上第9肋骨 前鋸筋 128・132
12:30	休憩
13:30	肩甲骨下角、内側縁、肩甲棘、 肩峰角、肩峰、大結節上端
14:00	棘下筋 168・171 小円筋
14:50	肩甲骨下角(肩関節外転位)・T7棘突起 腸骨稜 広背筋 41・44 大円筋 173・174
16:10	肩甲下筋 176・177
16:30	

9:00	上腕骨外側上顆 肘頭、尺骨骨幹部後縁 尺骨茎状突起 背側結節、橈側結節、掌側結節
9:50	外側上顆から1横指尺側方部 外側上顆から1横指橈側方部 小指伸筋 235・237 総指伸筋
11:00	尺骨後縁近位1/4部 尺骨骨間縁近位1/3部 尺側手根伸筋 肘筋 195・237
11:50	回外筋(後部) 241・244
12:20	休憩
13:20	長母指外転筋 246・249 短母指伸筋 長母指伸筋 示指伸筋
14:40	長橈側手根伸筋 227・231 短橈側手根伸筋
16:00	

9:00	上腕骨内側上顆 肘頭、尺骨骨幹部後縁、尺骨茎状突起
9:25	浅指屈筋 213・217
9:50	長母指屈筋 213・218 深指屈筋
10:40	回外筋(前部) 241・244 方形回内筋
11:10	第1中手骨の種子骨 長母指屈筋腱 252・257 母指球筋全体、短母指外転筋 短母指屈筋、母指対立筋
12:00	休憩
13:00	背側骨間筋 267・271 母指内転筋 第1虫様筋
14:00	豆状骨、有鉤骨鉤 小指球筋全体 260・264 小指外転筋、短小指屈筋
15:00	臨床への応用
16:00	