

# 頭部の筋

頭部の筋は「表情筋」と「咀嚼筋」

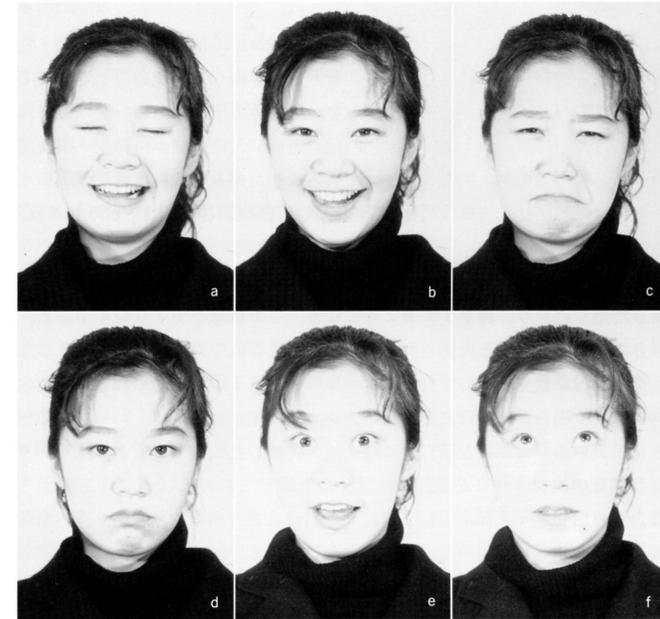
## 表情筋

- ・顔面の骨から起こって皮膚に停止する皮筋
- ・顔面神経の支配

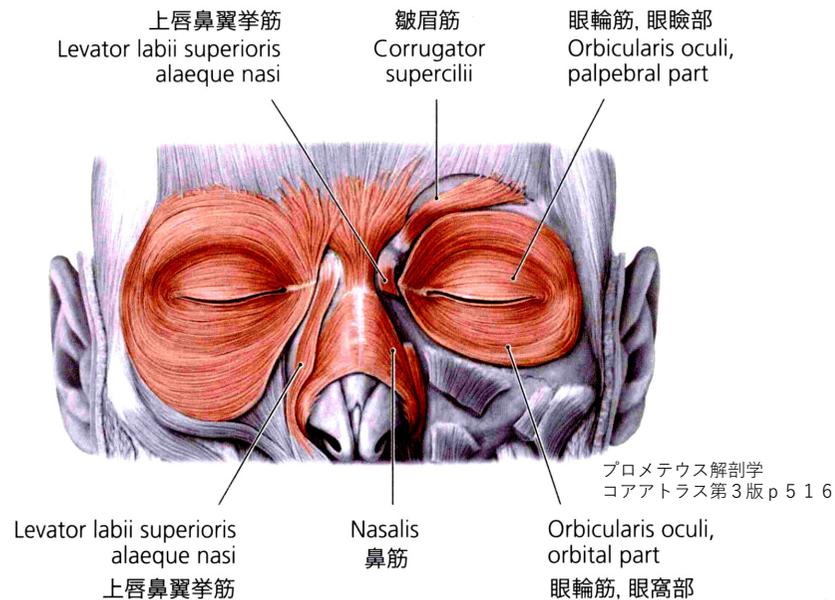
## 咀嚼筋

- ・顎関節の運動に携わり咀嚼する
- ・三叉神経の第3枝である下顎神経が支配

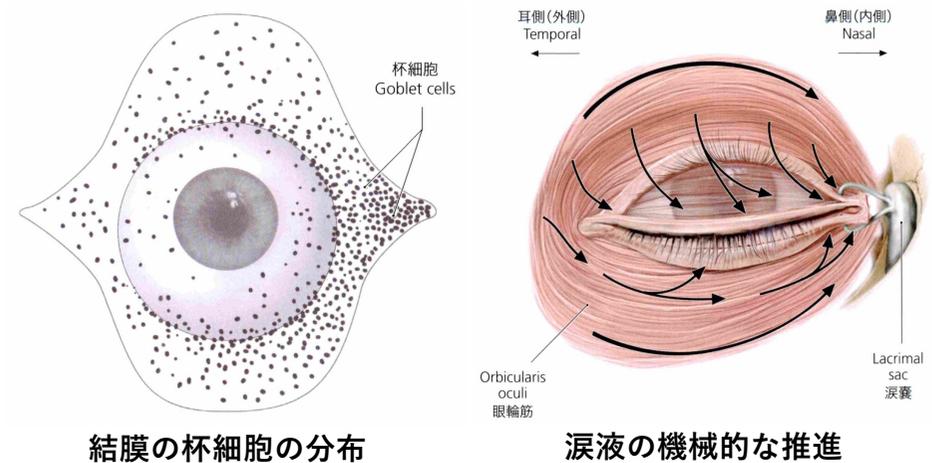
# 表情筋



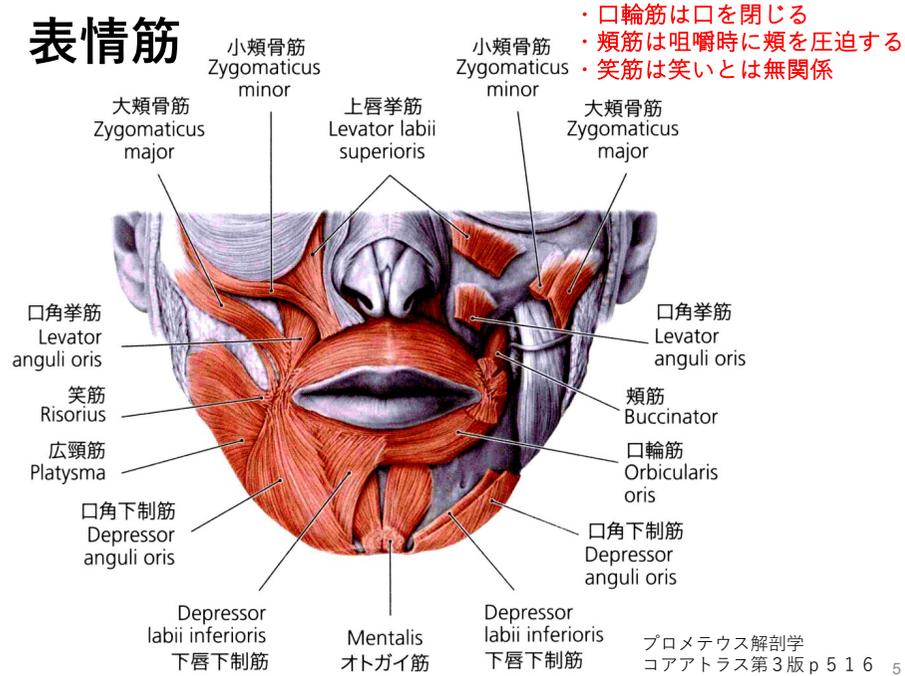
# 表情筋



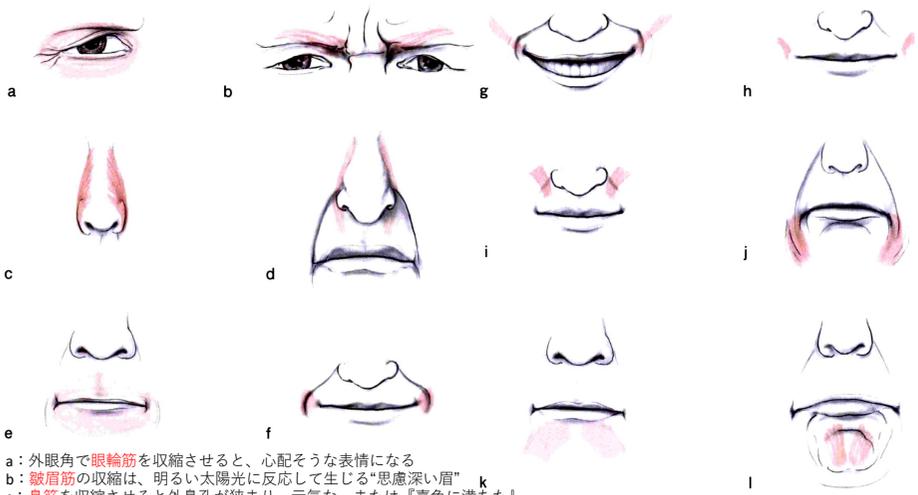
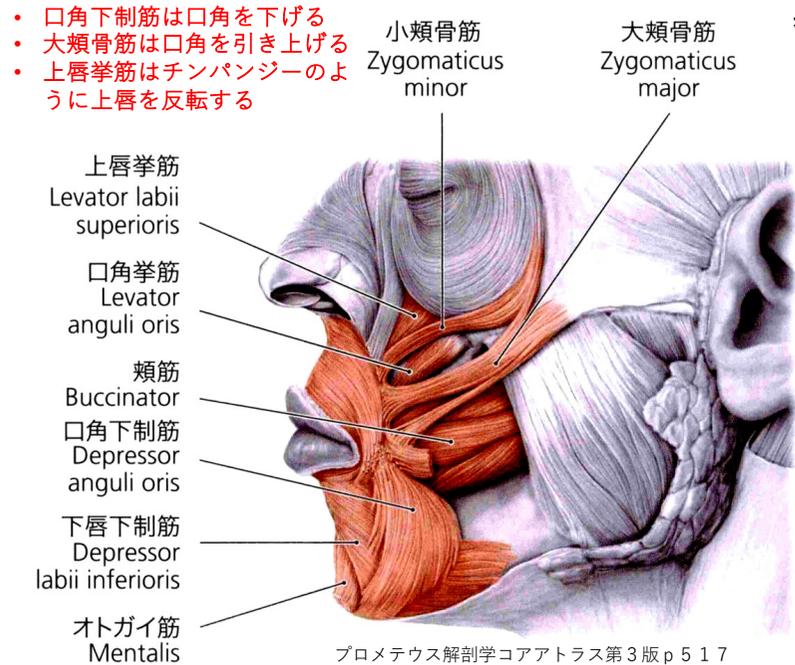
# 眼輪筋の作用



# 表情筋

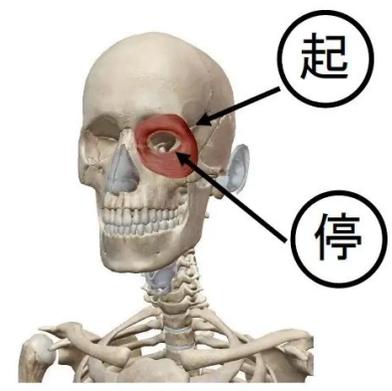


# 表情筋



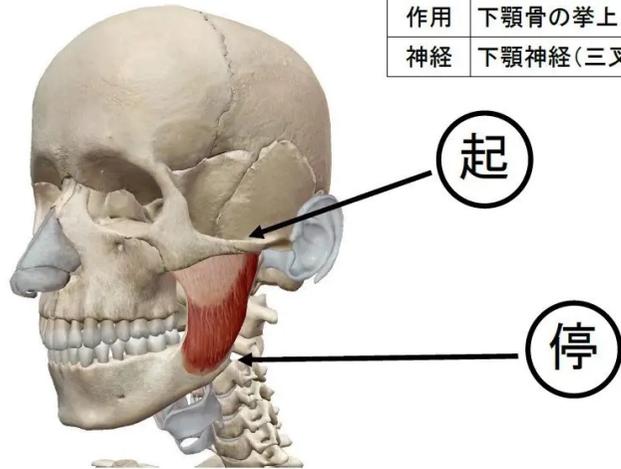
# がんりんきん 眼輪筋

起始	前頭骨、上顎および内側眼瞼靭帯、涙骨
停止	外側眼瞼縫線および上・下瞼板の内側
作用	眼瞼を閉じる
神経	顔面神経



こうきん  
咬筋

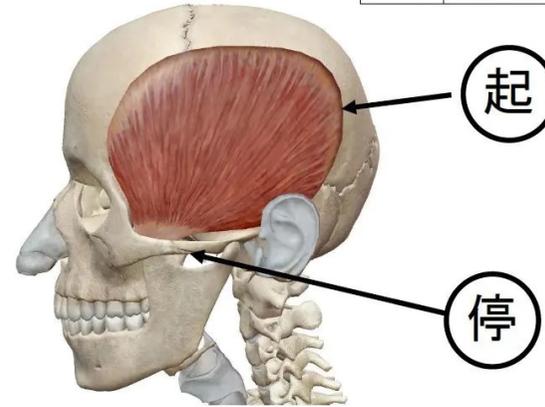
起始	頬骨弓
停止	咬筋粗面
作用	下顎骨の挙上
神経	下顎神経(三叉神経の第3枝)



9

そくとうきん  
側頭筋

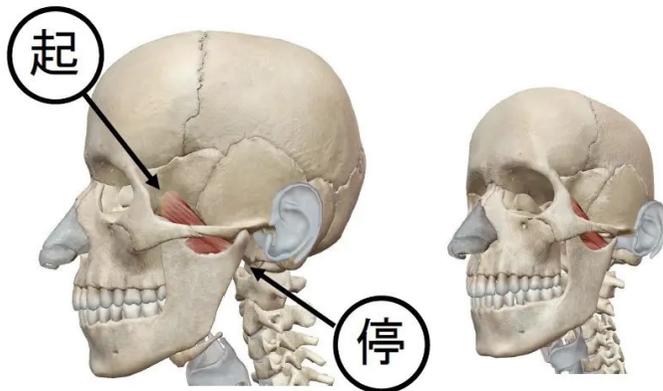
起始	側頭鱗
停止	筋突起
作用	下顎骨の挙上、後退
神経	下顎神経(三叉神経の第3枝)



10

がいそくよくとつきん  
外側翼突筋

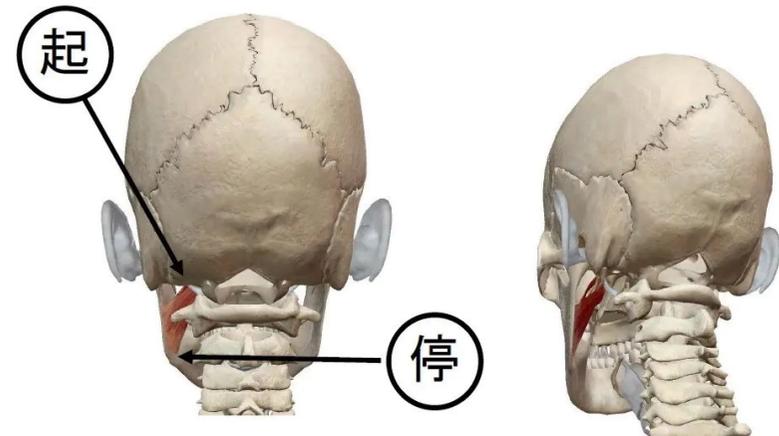
起始	蝶形骨翼状突起
停止	下顎頸
作用	下顎骨の前方移動
神経	下顎神経(三叉神経の第3枝)



11

ないそくよくとつきん  
内側翼突筋

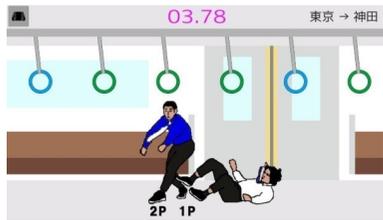
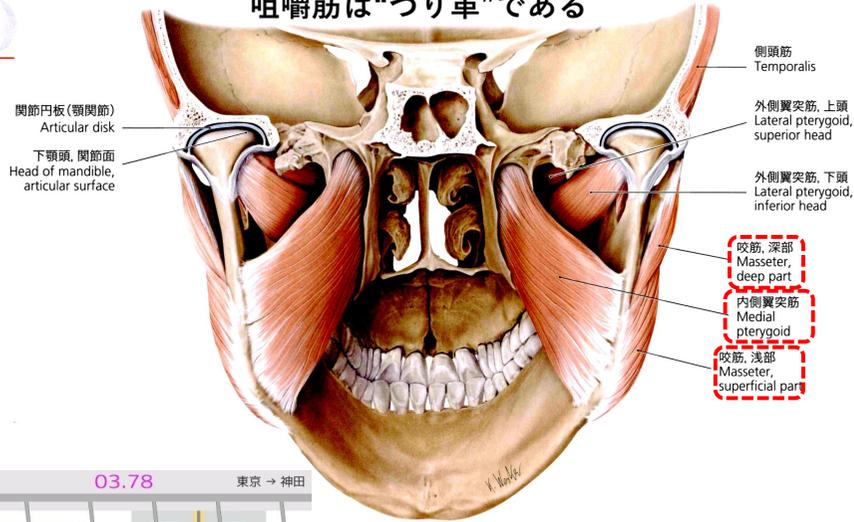
起始	蝶形骨翼状突起
停止	下顎角の内面
作用	下顎骨の挙上
神経	下顎神経(三叉神経の第3枝)



12

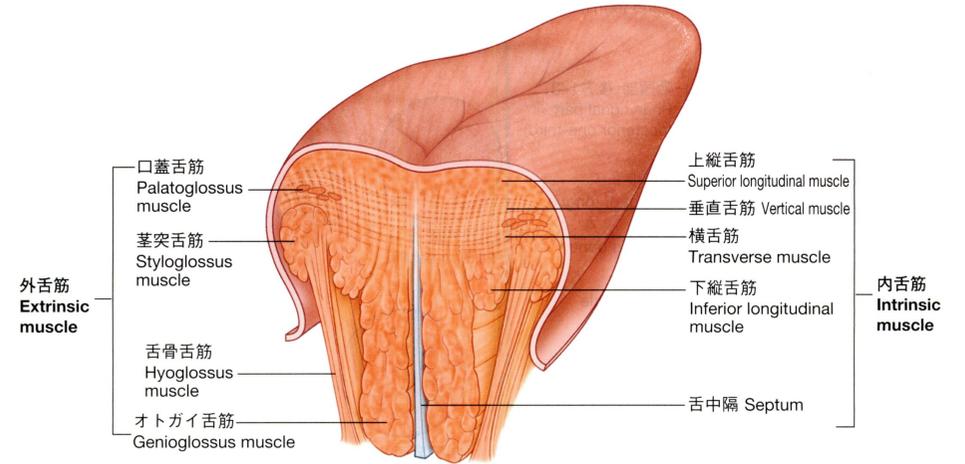


### 咀嚼筋は“つり革”である



プロメテウス解剖学コアアトラス第3版 p 5 2 3

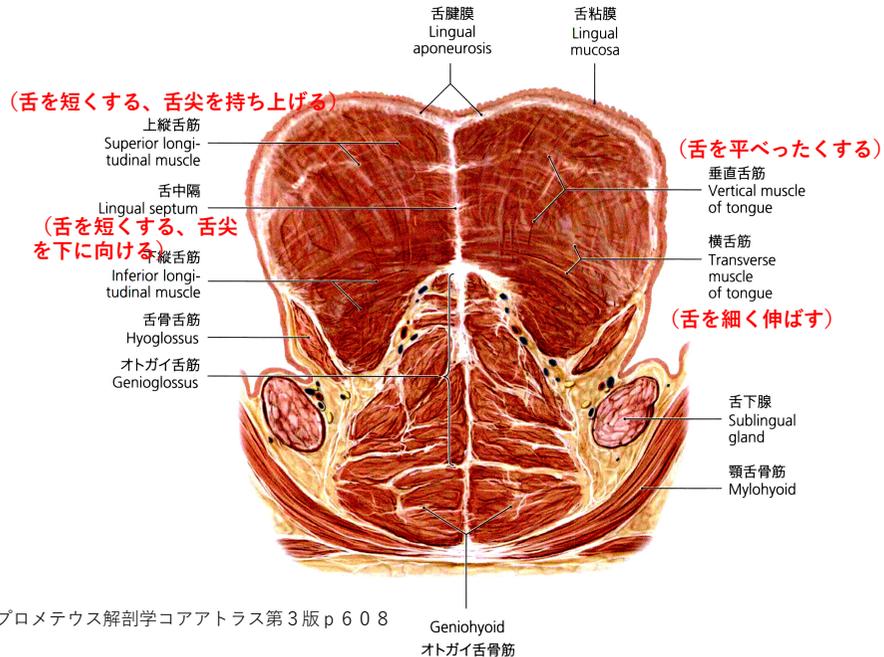
### 舌の筋 (前額断)



#### ※舌の筋肉

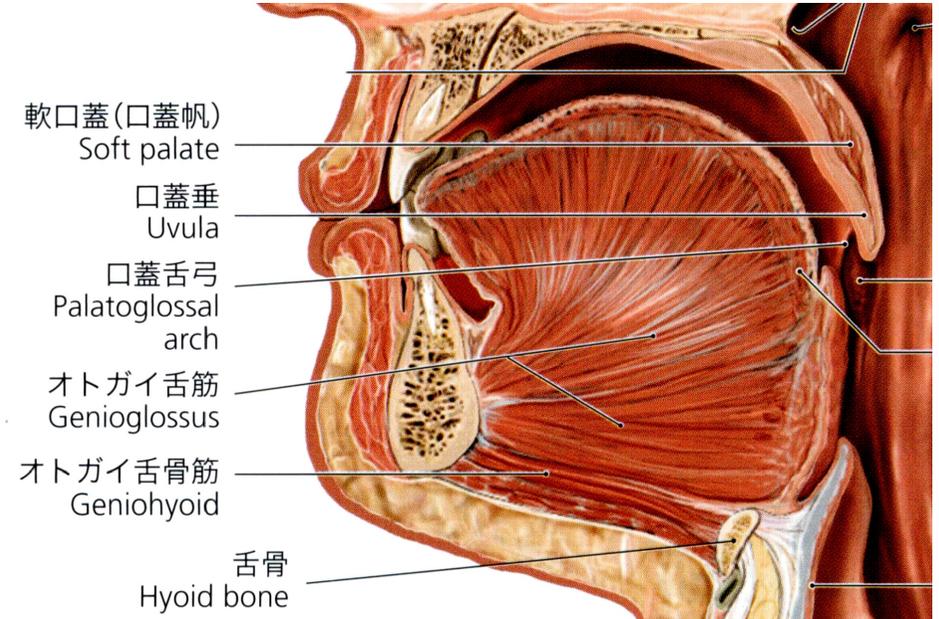
- ・外舌筋 (舌が外部の骨に付着；舌の位置を変える)  
：おとがい舌筋、舌骨舌筋、口蓋舌筋、茎突舌筋
- ・内舌筋 (筋全体が舌の中にある；舌の形を変える)  
：上縦舌筋、下縦舌筋、横舌筋、垂直舌筋

### 内舌筋 (前額断)



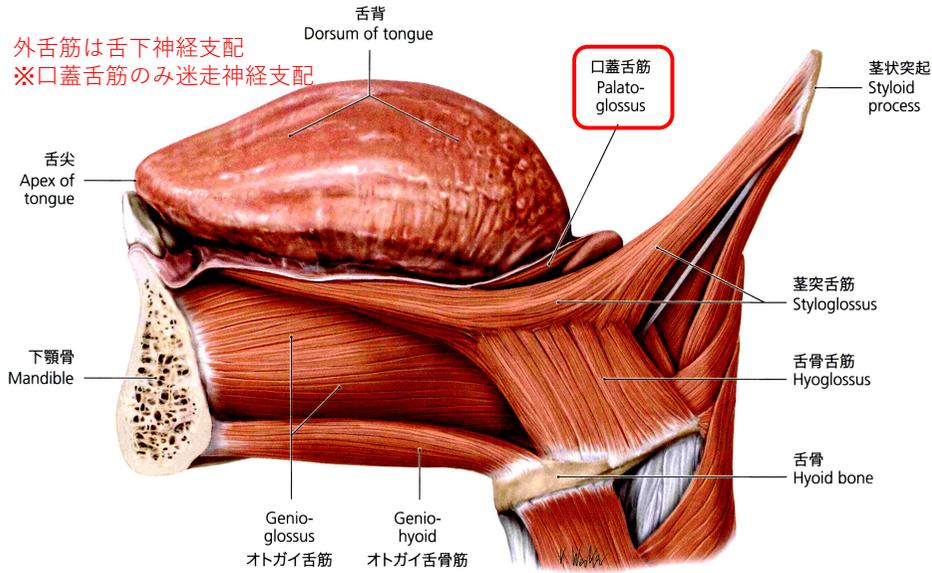
プロメテウス解剖学コアアトラス第3版 p 6 0 8

### 外舌筋 (矢状断)



プロメテウス解剖学コアアトラス第3版 p 6 1 0

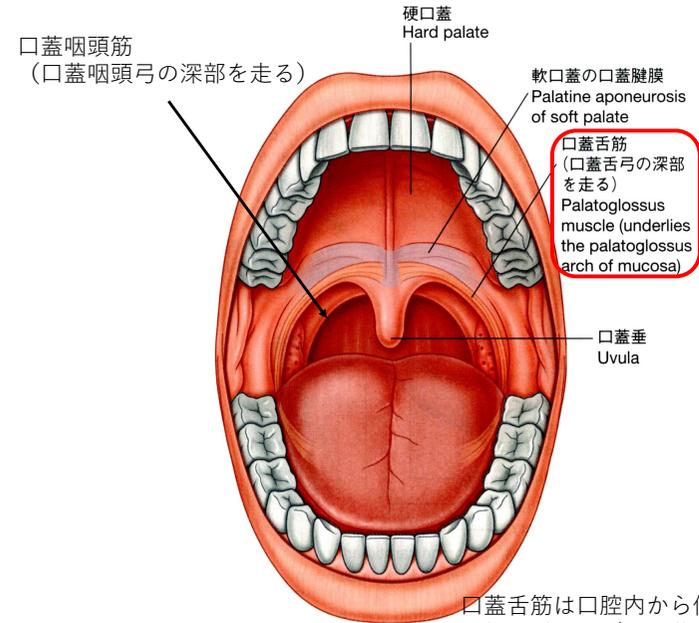
## 外舌筋（下顎骨左側のみ切除）



外舌筋は舌下神経支配  
※口蓋舌筋のみ迷走神経支配

プロメテウス解剖学コアアトラス第3版 p 6 0 8

17



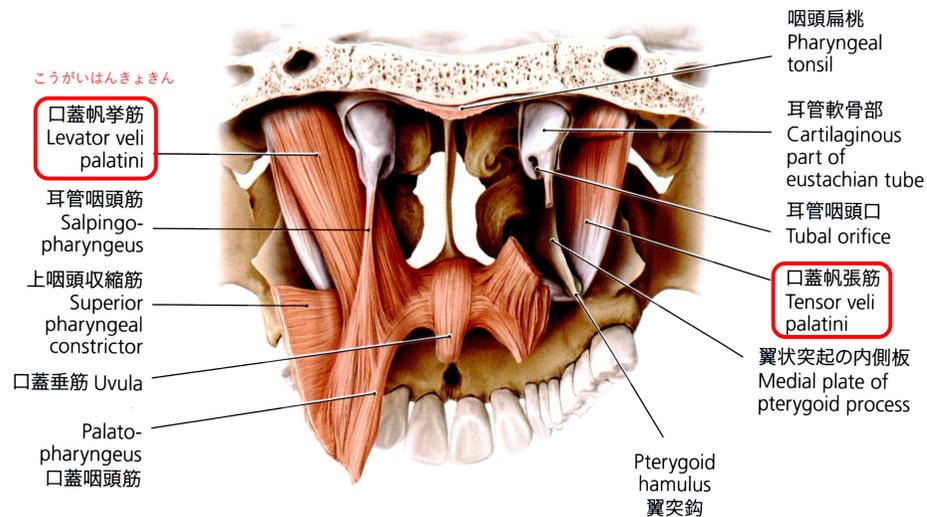
口蓋咽頭筋  
(口蓋咽頭弓の深部を走る)

口蓋舌筋は口腔内から位置が確認できる。  
舌根の引き上げ、口蓋舌弓の閉鎖で口腔と咽頭の間を閉じる

図 8.247 口蓋舌筋

18

## 口蓋の筋



こうがいはんきょきん

- 口蓋帆挙筋は軟口蓋を持ち上げる作用
- 口蓋帆張筋は耳管咽頭口を開口させる
- 口蓋垂筋は口蓋垂を持ち上げて軟口蓋の中央部を圧迫して口映を閉じさせる

プロメテウス解剖学コアアトラス第3版 p 6 1 5

19

## 頸部の筋

頸部には

後部の最深層に「**後頭下筋群**」がある

乳様突起から胸部に伸びる「**胸鎖乳突筋**」がある

頸椎の横突起からは「**斜角筋群**」が出ている

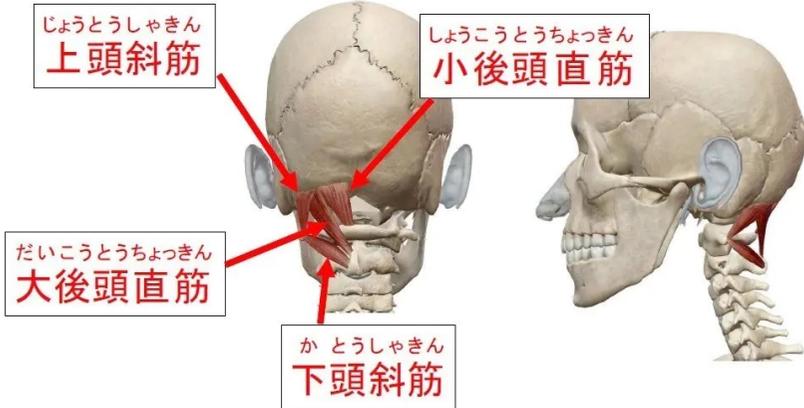
前面には「**椎前筋群**」が付着

20

こうとう か きんぐん  
後頭下筋群

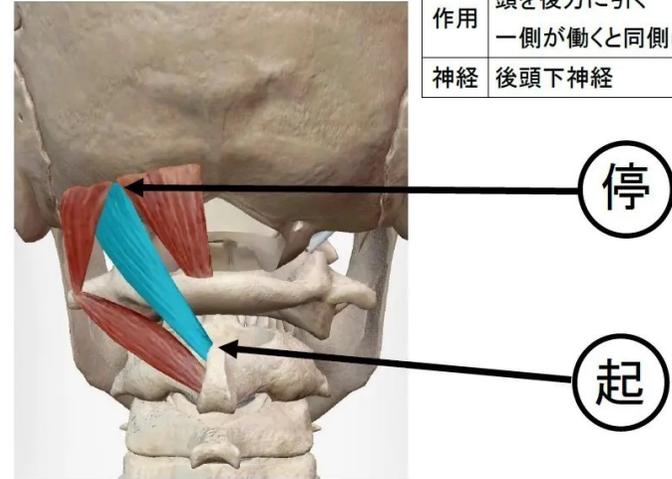
大後頭直筋
小後頭直筋
上頭斜筋
下頭斜筋

の4つの筋からなる。



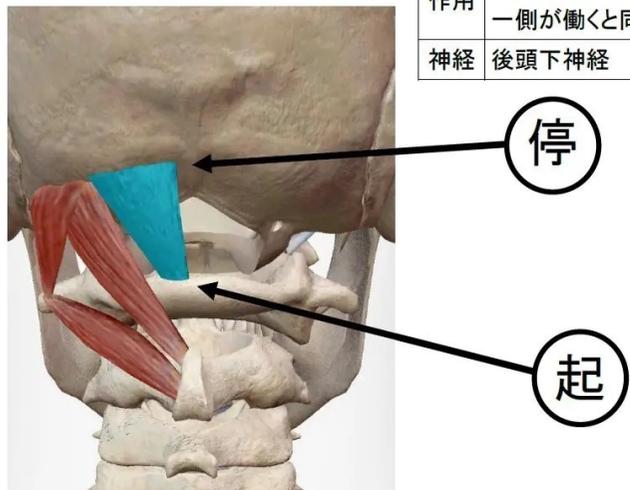
だいこうとうちよつきん  
大後頭直筋

起始	軸椎(第2頸椎)の棘突起
停止	後頭骨下項線の中央 1/3
作用	頭を後方に引く 一側が働くと同側に回転
神経	後頭下神経



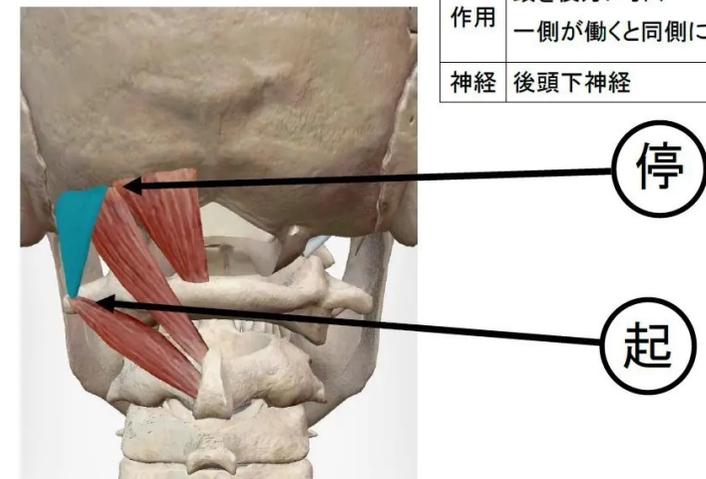
しょうこうとうちよつきん  
小後頭直筋

起始	環椎(第1頸椎)の後結節
停止	後頭骨下項線の内側方 1/3
作用	頭を後方に引く 一側が働くと同側に回転
神経	後頭下神経



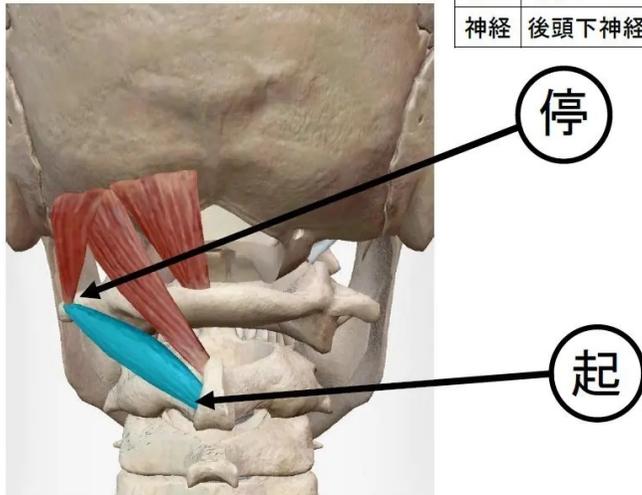
じょうとうしゃきん  
上頭斜筋

起始	環椎(第1頸椎)の横突起前部
停止	後頭骨の下項線
作用	頭を後方に引く 一側が働くと同側に回転
神経	後頭下神経



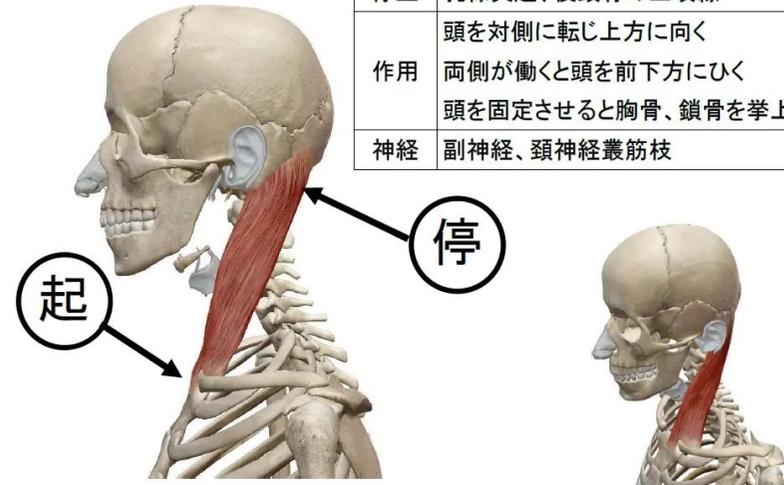
かとうしゃきん  
下頭斜筋

起始	軸椎(第2頸椎)の棘突起
停止	環椎(第1頸椎)の横突起
作用	環椎および頭を内側方に回転
神経	後頭下神経

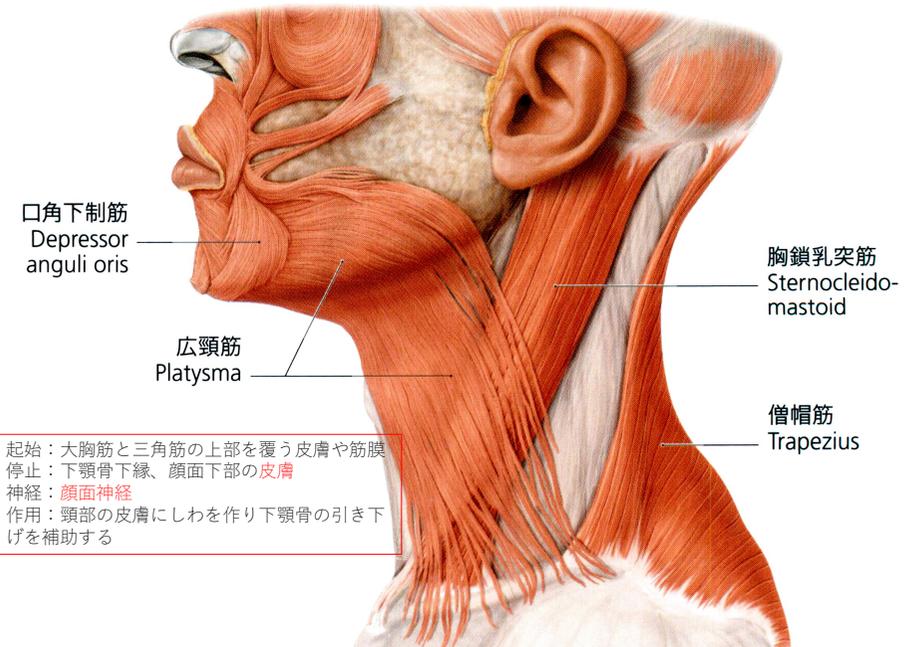


きょうさにゆうとつきん  
胸鎖乳突筋

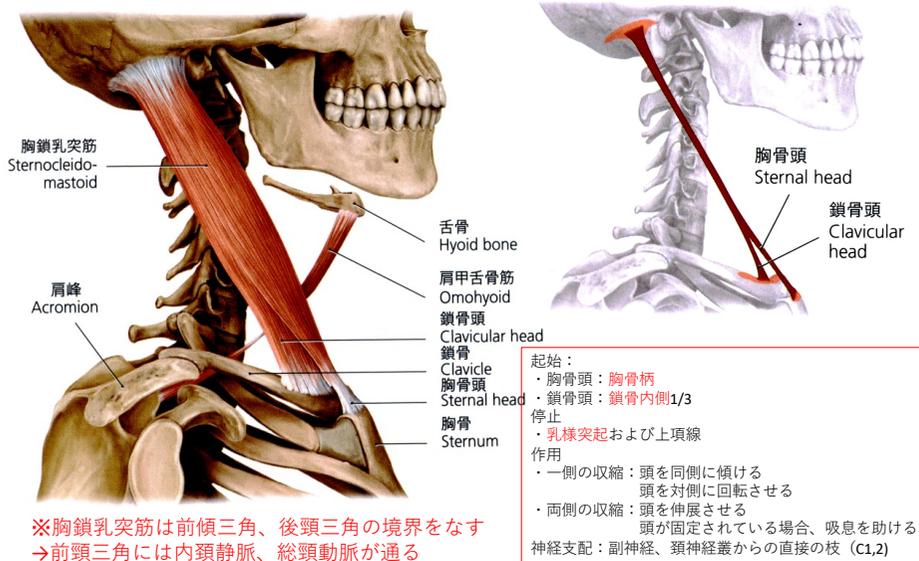
起始	胸骨頭: 胸骨柄の上縁および前面 鎖骨頭: 鎖骨内側 1/3
停止	乳様突起、後頭骨の上項線
作用	頭を対側に転じ上方に向く 両側が働くと頭を前下方にひく 頭を固定させると胸骨、鎖骨を挙上
神経	副神経、頸神経叢筋枝



胸鎖乳突筋の触診



# 胸(骨)鎖(骨)乳(様)突(起)筋



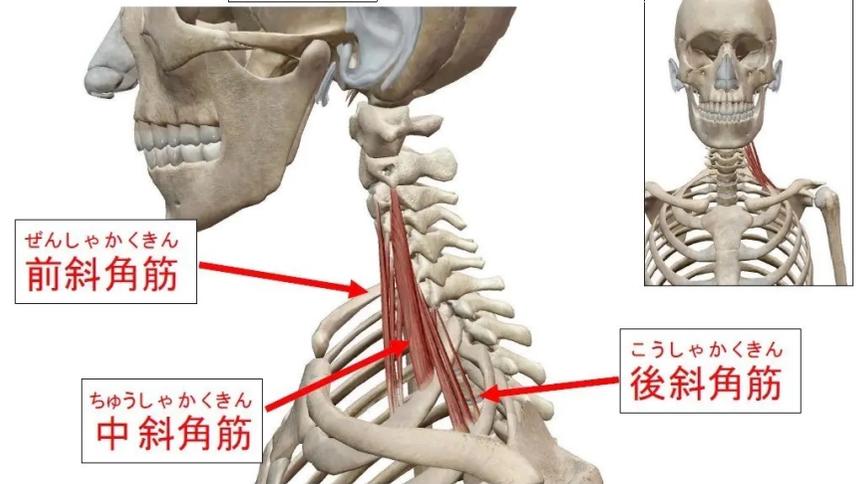
※胸鎖乳突筋は前傾三角、後頸三角の境界をなす  
→前頸三角には内頸静脈、総頸動脈が通る

※脳神経のXI (副神経) が支配するのは僧帽筋と胸鎖乳突筋

プロメテウス解剖学コアアトラス第3版 p 6 1 8

# しゃかくきん 斜角筋

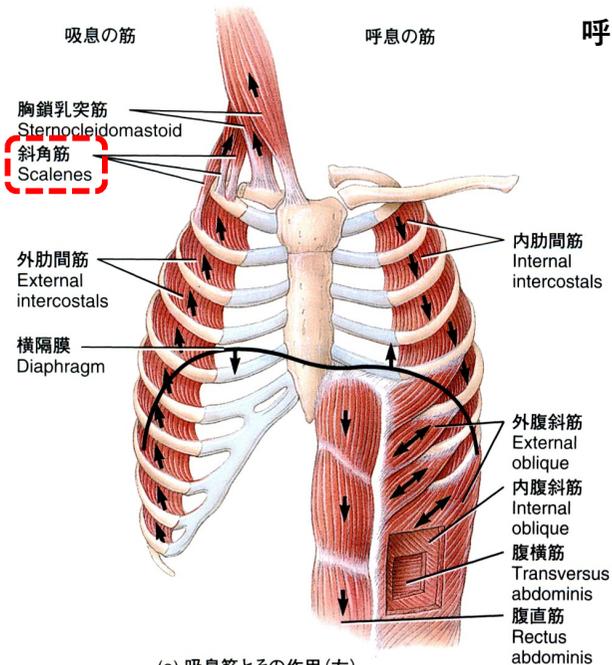
前斜角筋  
中斜角筋  
後斜角筋 の3つの筋からなる



## 吸息の筋

## 呼息の筋

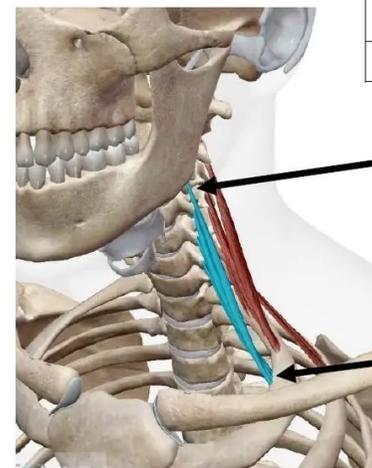
## 呼吸補助筋



(a) 吸息筋とその作用(左)  
呼息筋とその作用(右)

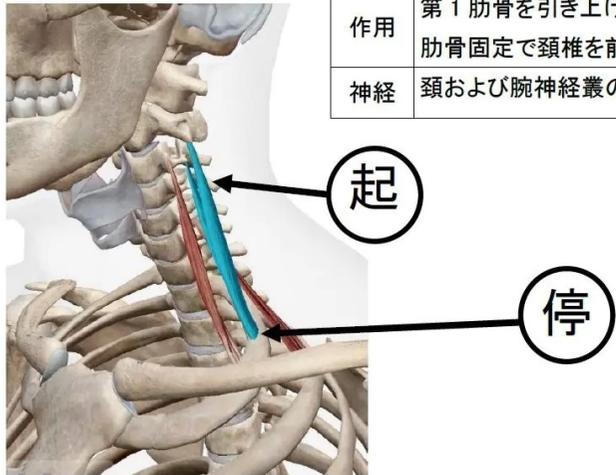
# ぜんしゃかくきん 前斜角筋

起始	第3~6 頸椎の横突起前結節
停止	第1 肋骨の前斜角筋結節
作用	第1 肋骨を引き上げる 肋骨固定で頸椎を前方に傾ける
神経	頸および腕神経叢の直接枝



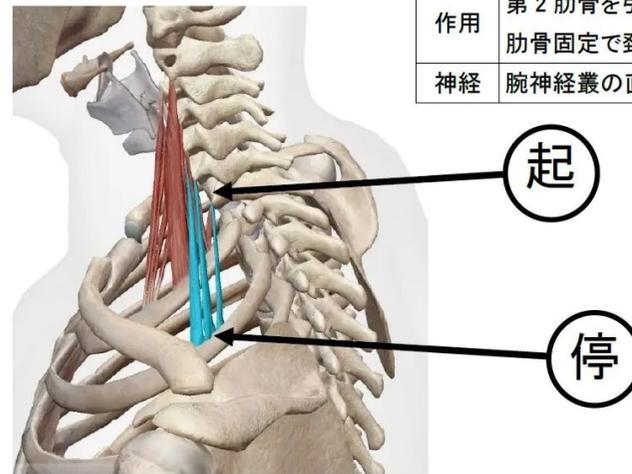
ちゅうしゃかくきん  
**中斜角筋**

起始	全頸椎の横突起前結節
停止	第1肋骨の鎖骨下動脈溝の後方隆起
作用	第1肋骨を引き上げる 肋骨固定で頸椎を前方に傾ける
神経	頸および腕神経叢の直接枝



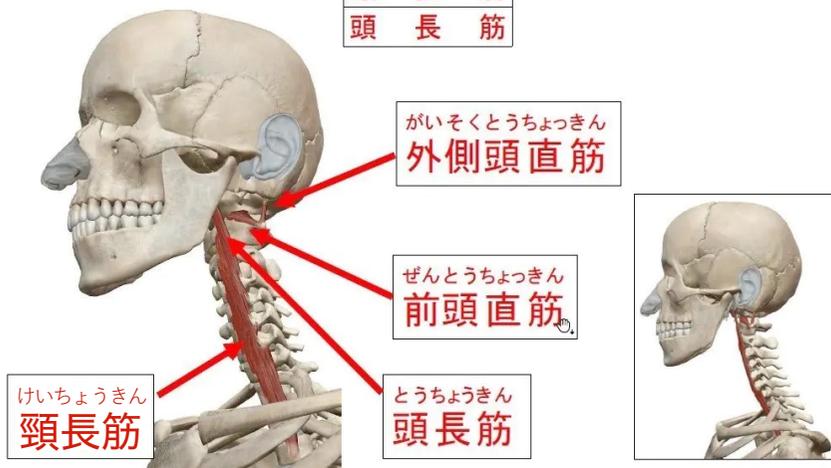
こうしゃかくきん  
**後斜角筋**

起始	第4~7頸椎の横突起結節
停止	第2肋骨の外側面
作用	第2肋骨を引き上げる 肋骨固定で頸椎を前方に傾ける
神経	腕神経叢の直接枝



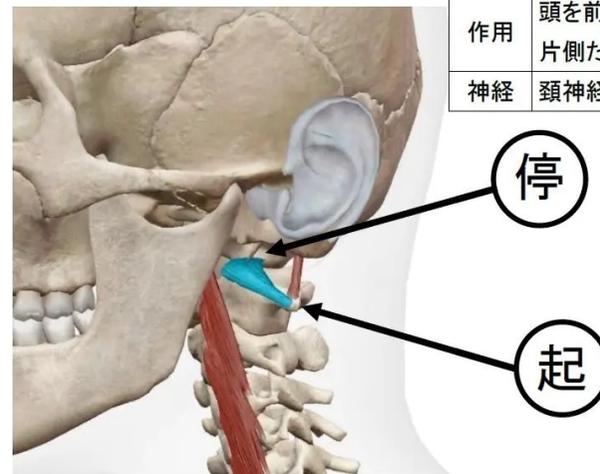
ついぜんきんぐん  
**椎前筋群**

前頭直筋	の4つの筋からなる
外側頭直筋	
頸長筋	
頭長筋	



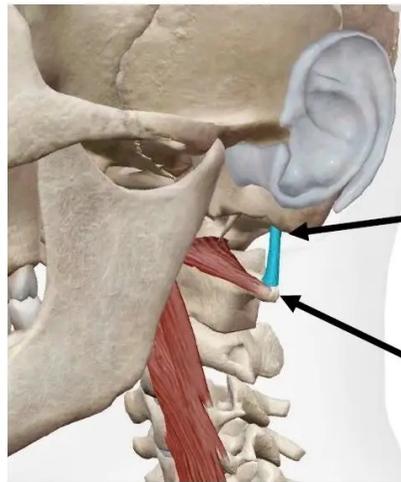
ぜんとうちよつきん  
**前頭直筋**

起始	環椎(第1頸椎)の外側塊および横突起
停止	後頭骨の底部
作用	頭を前方に倒す 片側だけでその側にまげる
神経	頸神経叢の直接枝



がいそくとうちょうきん  
外側頭直筋

起始	環椎(第1頸椎)の横突起前部
停止	頭静脈孔の外後側部と後頭顆の外側部
作用	片側だけでその側にまげる 両側が働くと起立させる
神経	第1、第2頸神経

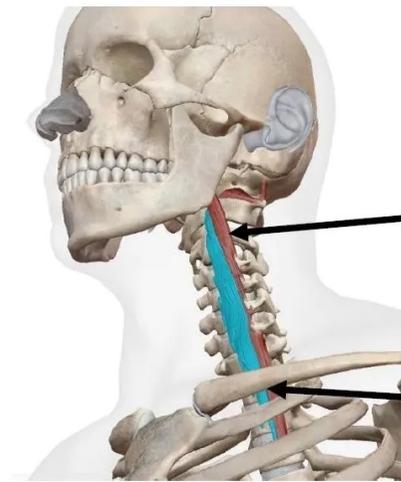


停

起

けいちょうきん  
頸長筋

起始	第3-5頸椎、第1-3胸椎、第5頸椎-第3胸椎
停止	環椎、第5-6頸椎、第2-4頸椎
作用	頭を前方に倒す 片側だけでその側にまげる
神経	頸及び腕神経叢の直接枝

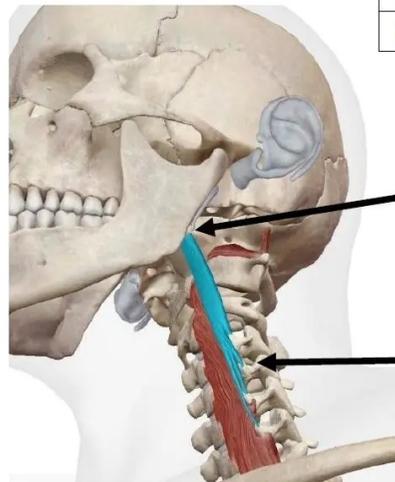


停

起

とうちょうきん  
頭長筋

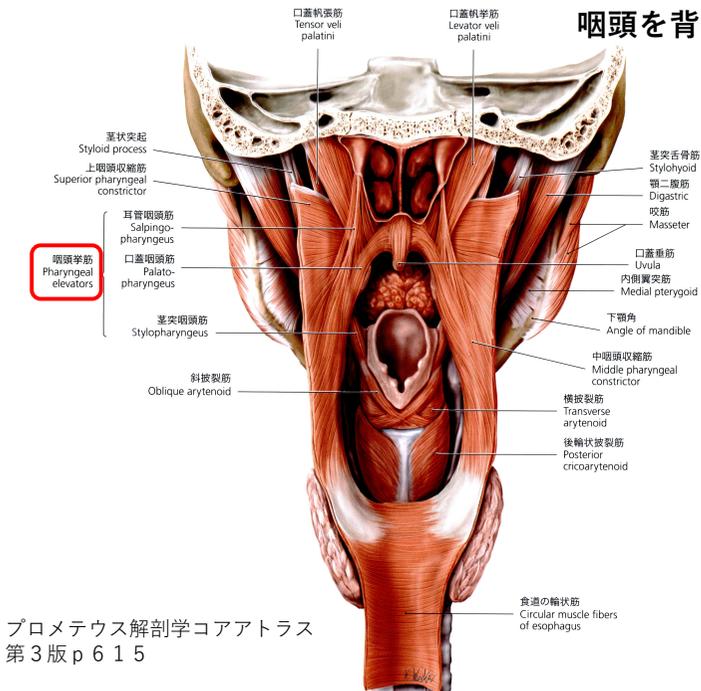
起始	第3~6頸椎横突起の前結節
停止	後頭骨底部
作用	頭を前方に倒す
神経	頸神経叢の直接枝



起

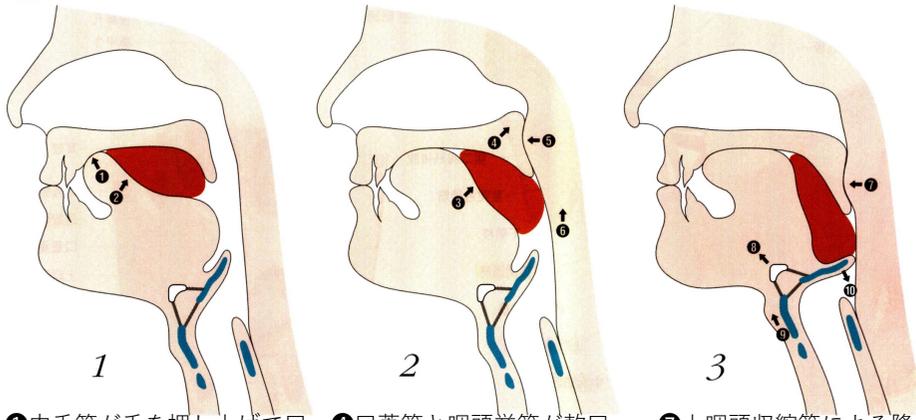
停

咽頭を背面から開く



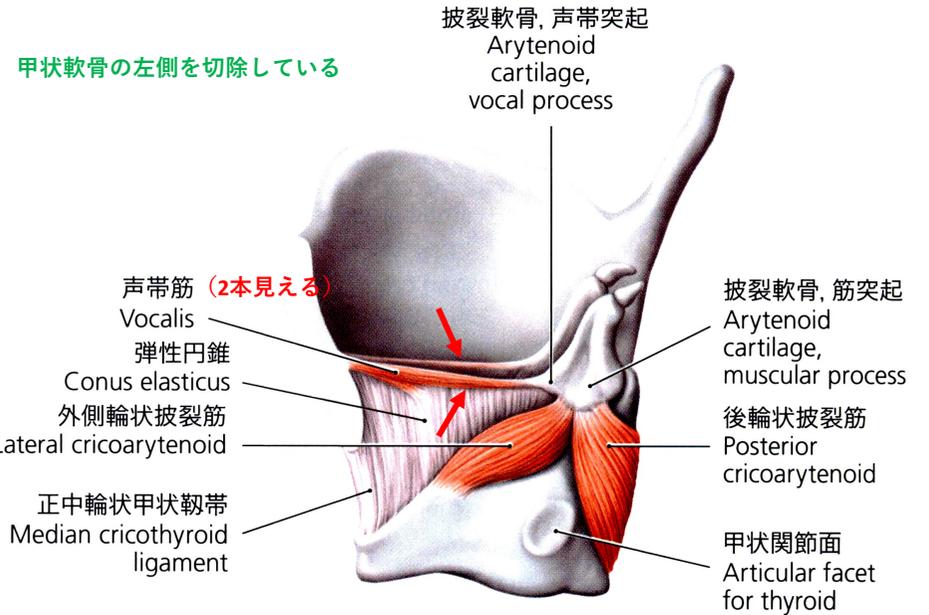
プロメテウス解剖学コアアトラス  
第3版 p 6 1 5

21 嚥下のメカニズム



- ① 内舌筋が舌を押し上げて口蓋前部に密着させ、前を塞ぐ。このとき舌背には食塊をのせる窪みができる
- ②③ 前方から後方に向かって舌が挙上し、食塊を後方へ送る
- ④ 口蓋筋と咽頭挙筋が軟口蓋を後上方へ引き上げる
- ⑤ 上咽頭収縮筋が収縮することにより咽頭後壁が隆起する (④⑤の結果、鼻咽頭腔は閉鎖される)
- ⑥ 咽頭挙筋による咽頭の挙上
- ⑦ 上咽頭収縮筋による隆起は順次下降する
- ⑧⑨ 舌骨と喉頭の挙上
- ⑩ 喉頭蓋は後方に傾く

喉頭の筋



プロメテウス解剖学コアアトラス第3版 p 6 3 2

# 胸部の筋

胸部の筋は

浅胸筋：上肢の運動に関与

大胸筋 小胸筋 前鋸筋 鎖骨下筋

深胸筋：肋骨の運動に関与・横隔膜と

ともに呼吸運動も行う

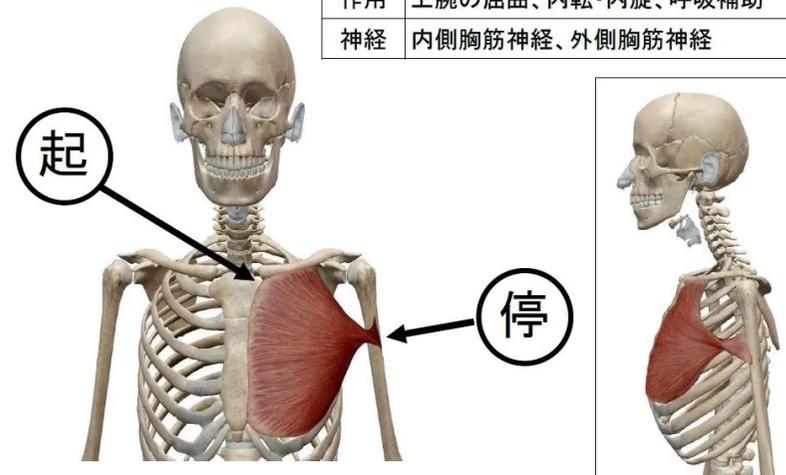
外肋間筋 内肋間筋

横隔膜：呼吸運動

からできている

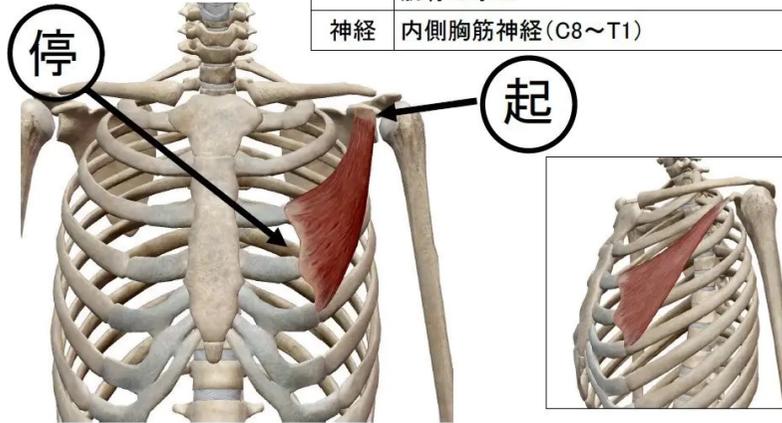
## だいきょうきん 大胸筋

起始	鎖骨(内側 1/2)、胸骨と肋軟骨、腹直筋鞘
停止	上腕骨大結節稜
作用	上腕の屈曲、内転・内旋、呼吸補助
神経	内側胸筋神経、外側胸筋神経



しょうきょうきん  
小胸筋

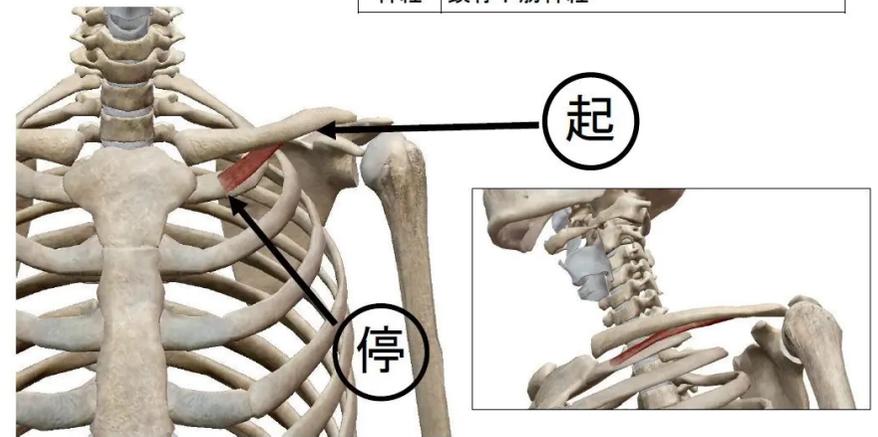
起始	烏口突起
停止	第3~5肋骨
作用	肩甲骨の下制、下方回旋と外転 肋骨の挙上
神経	内側胸筋神経 (C8~T1)



45

さこつかきん  
鎖骨下筋

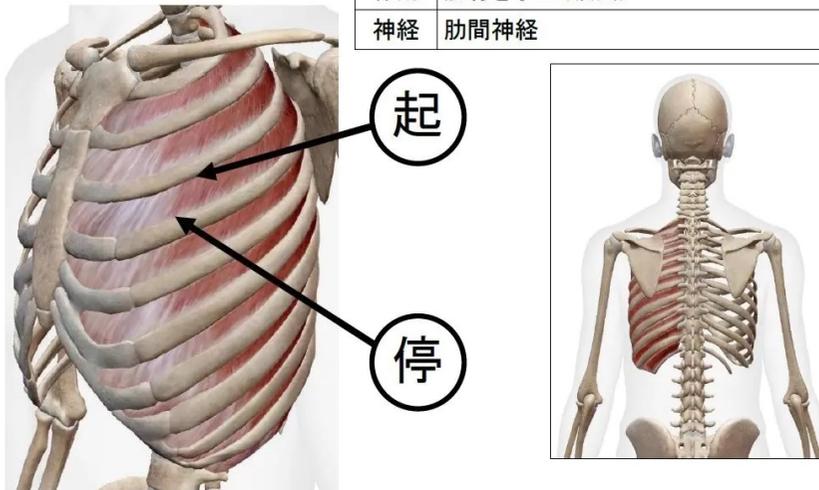
起始	第1肋骨
停止	鎖骨
作用	鎖骨を下内方に引き、胸鎖関節を保護
神経	鎖骨下筋神経



46

がいろっかんきん  
外肋間筋

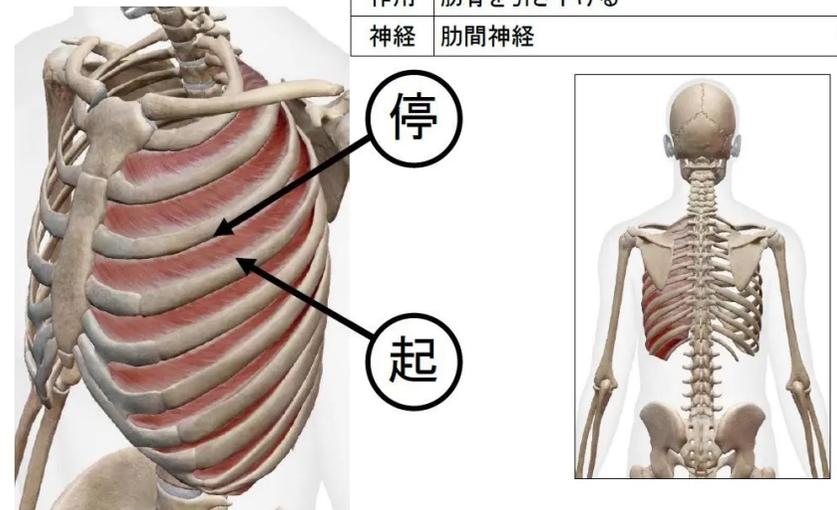
起始	肋骨の外面でその下縁に近い部
停止	1つ下の肋骨の上縁
作用	肋骨を挙上(吸気)
神経	肋間神経



47

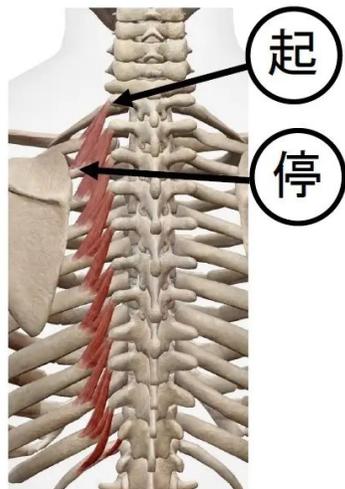
ないろっかんきん  
内肋間筋

起始	肋骨の上縁
停止	1つ上の肋骨の上縁および内面
作用	肋骨を引き下げる
神経	肋間神経

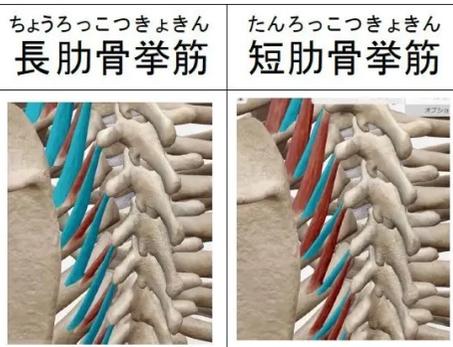


48

ちょう たんろっこつきよきん  
長・短肋骨挙筋



起始	第7頸椎～第11胸椎の横突起
停止	[長]2つ下の肋骨上縁 [短]すぐ下の肋骨上縁
作用	肋骨の挙上
神経	第8頸神経の後枝、肋間神経



49

## 腹部の筋

腹部の筋の働き：

- ① 腹部内臓の保護
- ② 側腹筋による側屈・捻転などの運動
- ③ 骨盤と胸郭が固定されている時は腹圧を高める
  - a) 気道が開いている時は  
強制呼気や咳・くしゃみの際など
  - b) 気道が閉じている時は  
いきみの状態（排便・排尿・嘔吐）など

50

おうかくまく  
横隔膜

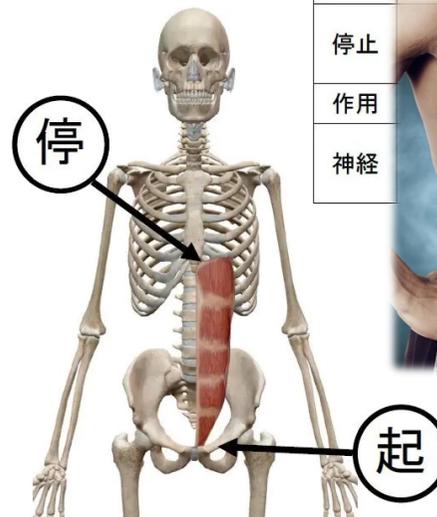


起始	[腰椎部] 第1～4腰椎の椎体、第12肋骨 [肋骨部] 第7～12肋軟骨の内面 [胸骨部] 剣状突起よりの小さい筋束
停止	腱中心
作用	呼吸筋（収縮すると胸腔は広がり、弛緩すると胸腔はせばまる）
神経	横隔神経（頸神経叢）

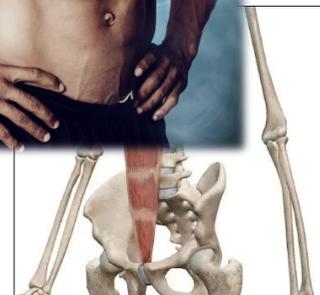


51

ふくちよくきん  
腹直筋



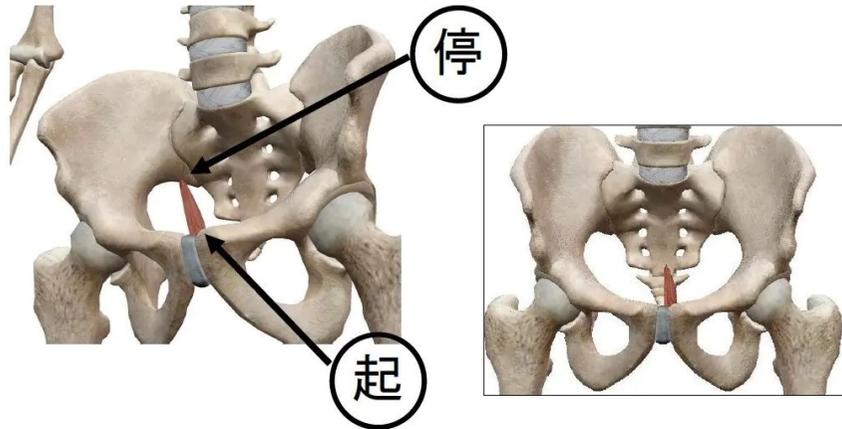
起始	恥骨結合 恥骨
停止	
作用	
神経	



52

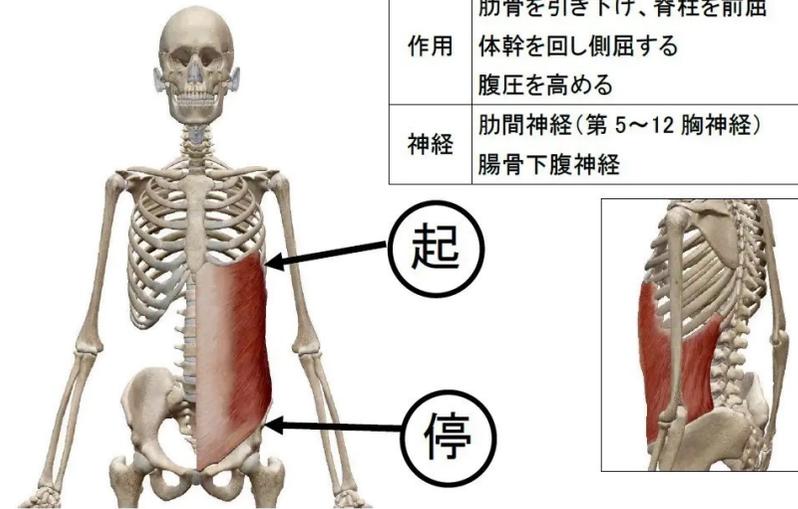
すいたいきん  
錐体筋

起始	恥骨
停止	白線
作用	白線を緊張させ、腹直筋の働きを助ける
神経	肋間神経(第12胸神経)



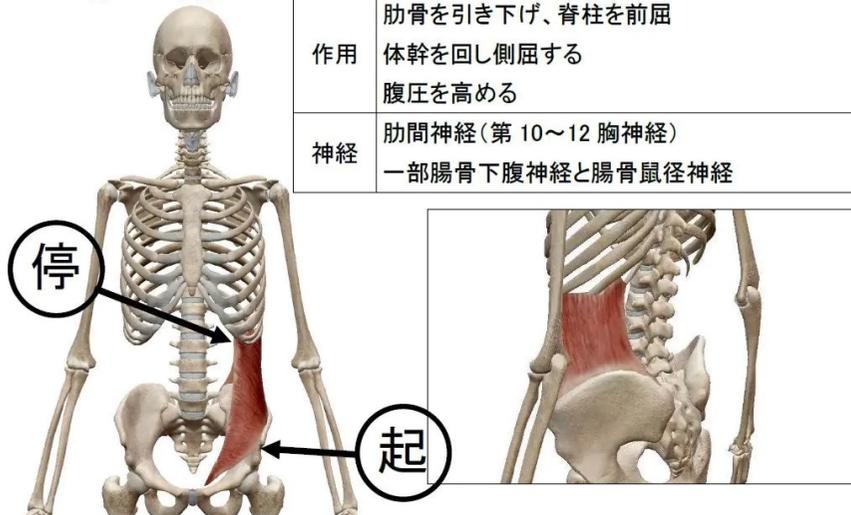
がいふくしゃきん  
外腹斜筋

起始	第5~12肋骨の外側
停止	腹直筋鞘、鼠径靭帯、腸骨稜
作用	肋骨を引き下げ、脊柱を前屈 体幹を回し側屈する 腹圧を高める
神経	肋間神経(第5~12胸神経) 腸骨下腹神経



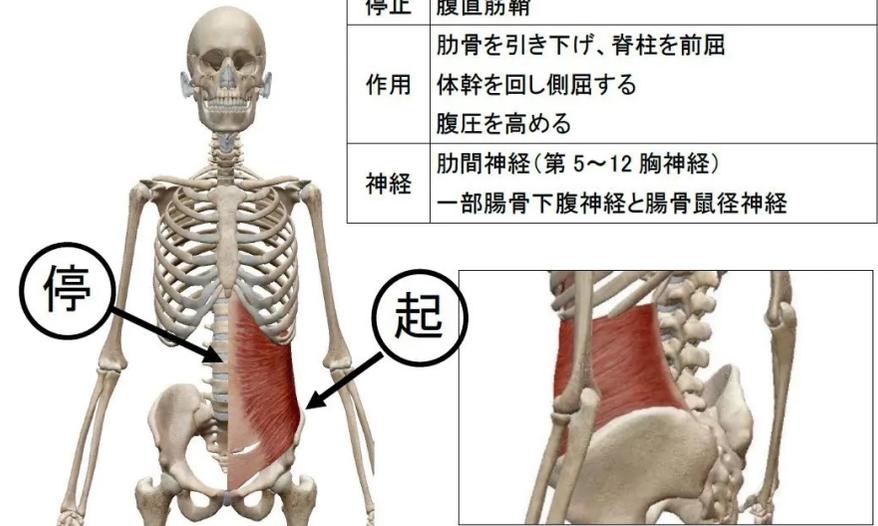
ないふくしゃきん  
内腹斜筋

起始	胸腰筋膜、腸骨稜、鼠径靭帯
停止	第10~12肋骨下縁、腹直筋鞘
作用	肋骨を引き下げ、脊柱を前屈 体幹を回し側屈する 腹圧を高める
神経	肋間神経(第10~12胸神経) 一部腸骨下腹神経と腸骨鼠径神経



ふくおうきん  
腹横筋

起始	第7~12肋軟骨内面、胸腰筋膜、腸骨稜、 鼠径靭帯
停止	腹直筋鞘
作用	肋骨を引き下げ、脊柱を前屈 体幹を回し側屈する 腹圧を高める
神経	肋間神経(第5~12胸神経) 一部腸骨下腹神経と腸骨鼠径神経



# 背部の筋

背部の筋は

**浅背筋**：上肢の運動に関与

僧帽筋 広背筋 肩甲挙筋  
大菱形筋 小菱形筋

**深背筋第1層**：肋骨の運動に関与

上後鋸筋 下後鋸筋

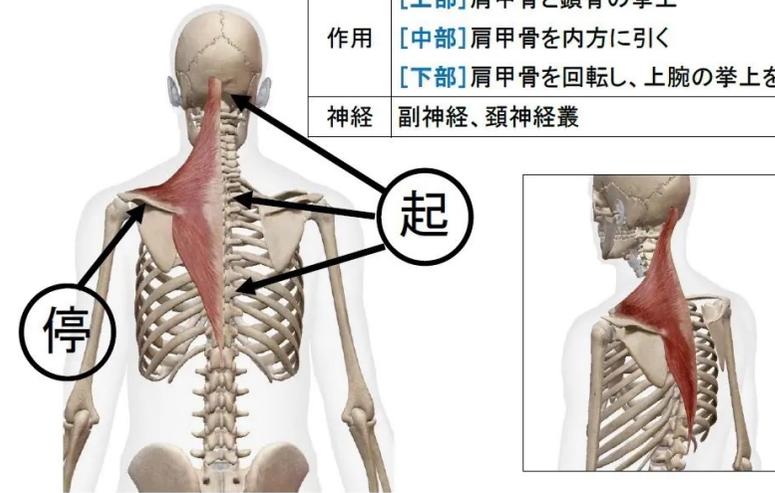
**深背筋第2層**：脊柱の運動に関与

板状筋 脊柱起立筋 横突棘筋  
棘間筋 横突下筋 後頭下筋

からできている

## そうぼうきん 僧帽筋

起始	外後頭隆起、項靭帯、全胸椎棘突起
停止	肩甲棘、肩峰、鎖骨外側 1/3
作用	[上部] 肩甲骨と鎖骨の挙上 [中部] 肩甲骨を内方に引く [下部] 肩甲骨を回転し、上腕の挙上を助ける
神経	副神経、頸神経叢

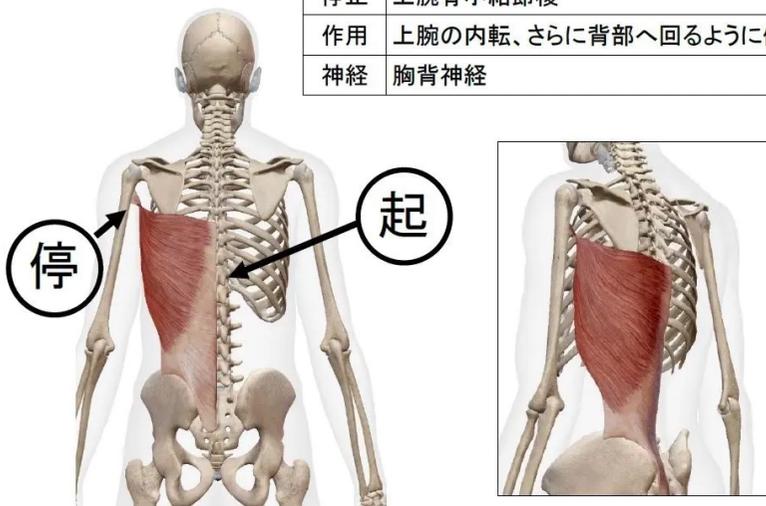


57

58

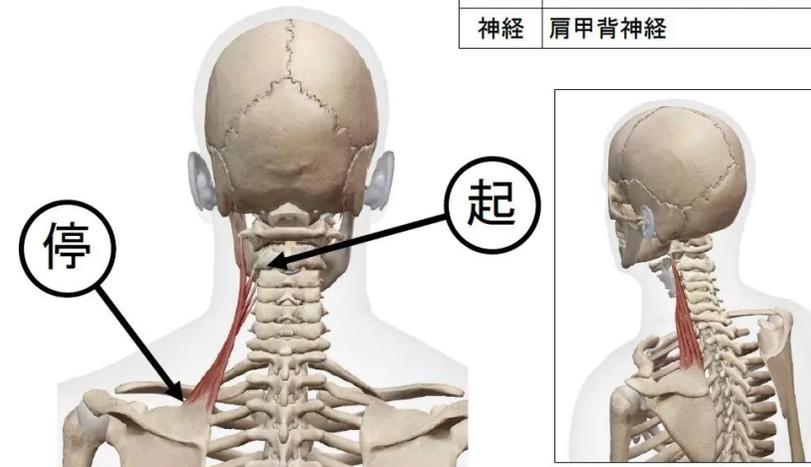
## こうはいきん 広背筋

起始	第7胸椎～仙骨の棘突起、腸骨稜、第9～12肋骨
停止	上腕骨小結節稜
作用	上腕の内転、さらに背部へ回るように働く
神経	胸背神経



## けんこうきょきん 肩甲挙筋

起始	第1～4頸椎の横突起
停止	肩甲骨上角
作用	肩甲骨を上内方に引く
神経	肩甲骨背神経

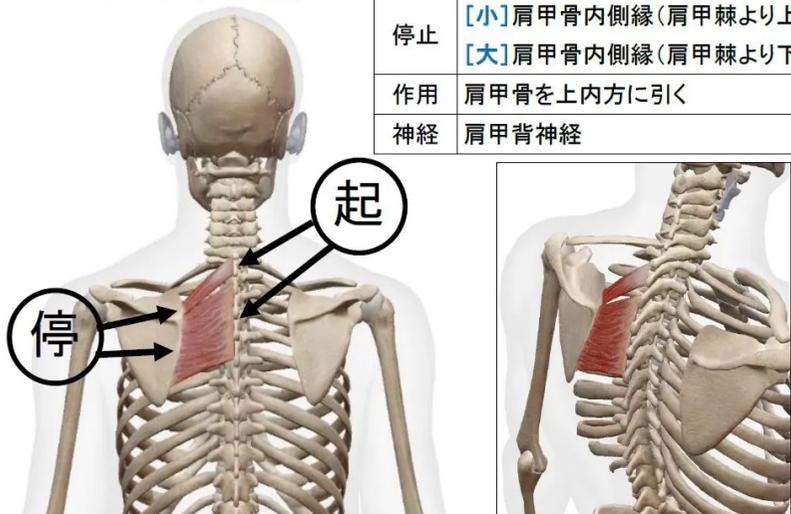


59

60

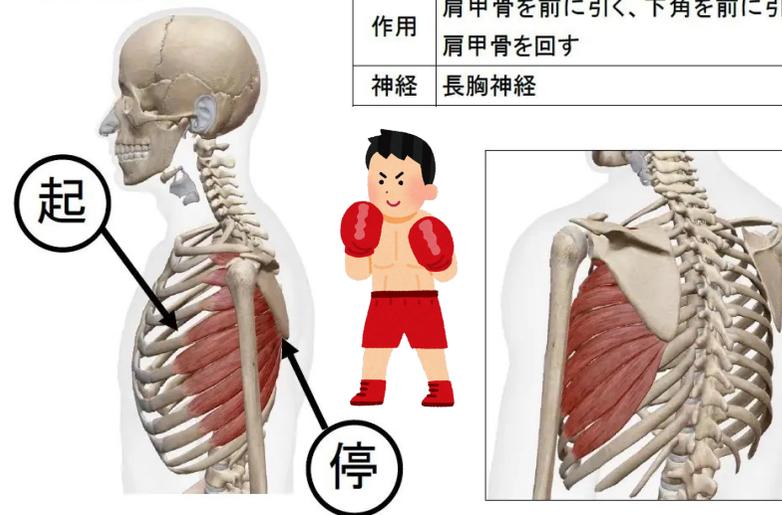
しょう だいらょうけいきん  
小・大菱形筋

起始	[小] 第6～7 頸椎の棘突起 [大] 第1～4 胸椎の棘突起
停止	[小] 肩甲骨内側縁(肩甲棘より上方) [大] 肩甲骨内側縁(肩甲棘より下方)
作用	肩甲骨を上内方に引く
神経	肩甲背神経



ぜんきょきん  
前鋸筋

起始	第1～9 肋骨
停止	肩甲骨内側縁
作用	肩甲骨を前に引く、下角を前に引いて肩甲骨を回す
神経	長胸神経



61

62

「翼状肩甲骨（翼状肩甲）」

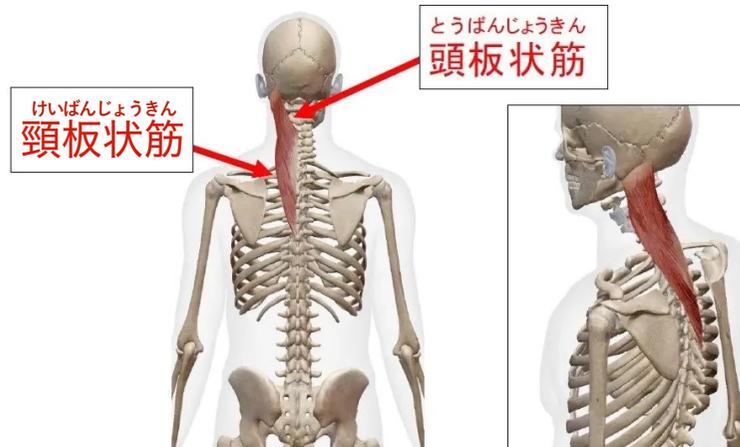


肩甲骨が背中から浮き上がって翼のように見える状態

原因としては  
前鋸筋の麻痺や筋力低下  
長胸神経の損傷

ばんじょうきん  
板状筋

頭板状筋	の2つの筋からなる
頸板状筋	

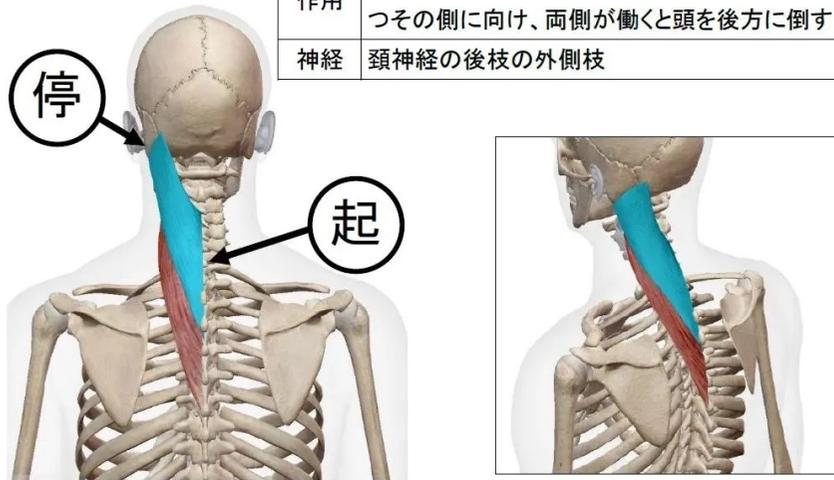


63

64

## とうばんじょうきん 頭板状筋

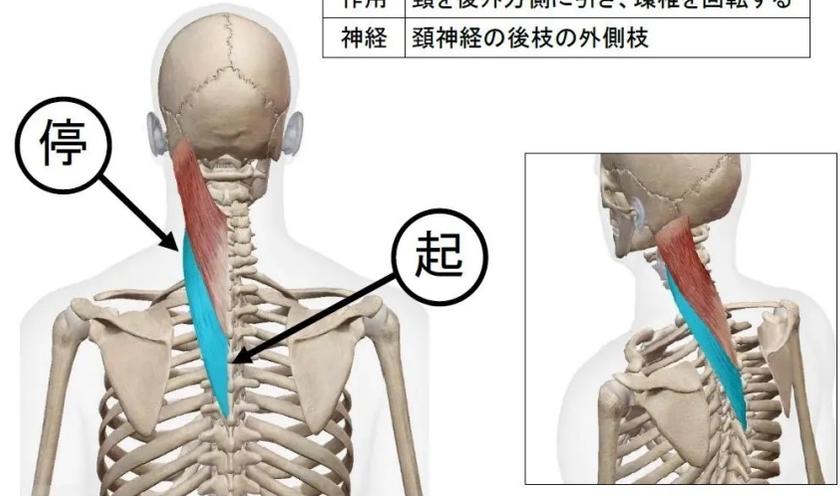
起始	項韧带、上位 2 胸椎の棘突起
停止	乳様突起、上項線の外側部
作用	一側が働くと頭をその側に回転し、顔を上方かつその側に向け、両側が働くと頭を後方に倒す
神経	頸神経の後枝の外側枝



65

## けいばんじょうきん 頸板状筋

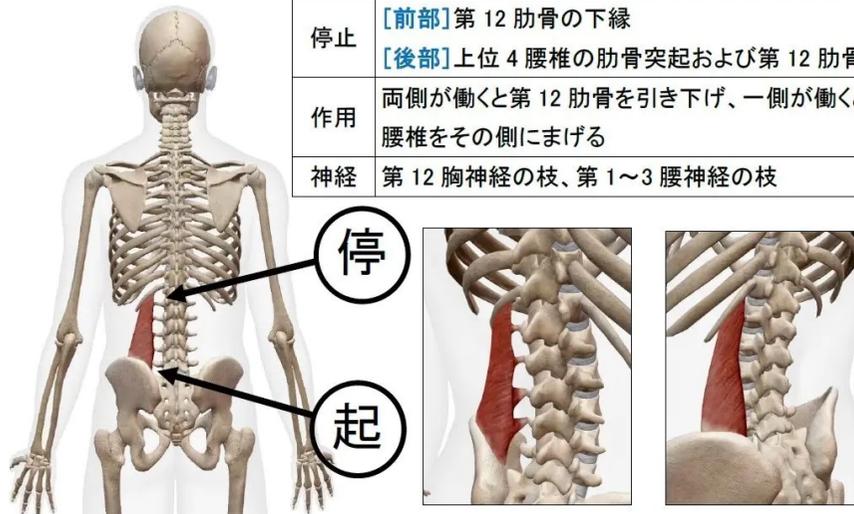
起始	第 3~6 胸椎の棘突起
停止	上位 2 頸椎の横突起結節
作用	頸を後外方側に引き、環椎を回転する
神経	頸神経の後枝の外側枝



66

## ようほうけいきん 腰方形筋

起始	<b>[前部]</b> 下位 3~4 腰椎の肋骨突起 <b>[後部]</b> 腸骨稜および腸腰韧带
停止	<b>[前部]</b> 第 12 肋骨の下縁 <b>[後部]</b> 上位 4 腰椎の肋骨突起および第 12 肋骨
作用	両側が働くと第 12 肋骨を引き下げ、一側が働くと腰椎をその側にまげる
神経	第 12 胸神経の枝、第 1~3 腰神経の枝



67

## せきちゅう きりつきん 脊柱起立筋

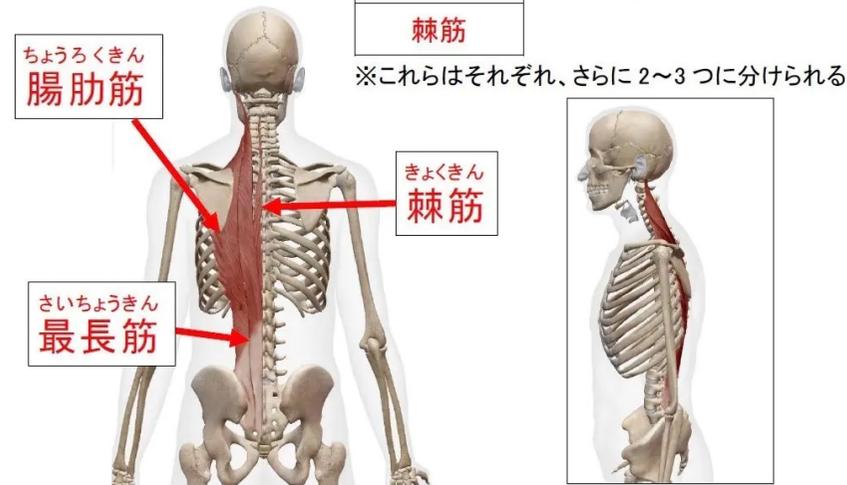
腸肋筋

最長筋

棘筋

の 3 つの筋からなる

※これらはそれぞれ、さらに 2~3 つに分けられる



68

ちょうろくきん  
腸肋筋

頸腸肋筋
胸腸肋筋
腰腸肋筋

の3つの筋からなる

けいちょうろくきん  
頸腸肋筋



きょうちょうろくきん  
胸腸肋筋

ようちょうろくきん  
腰腸肋筋

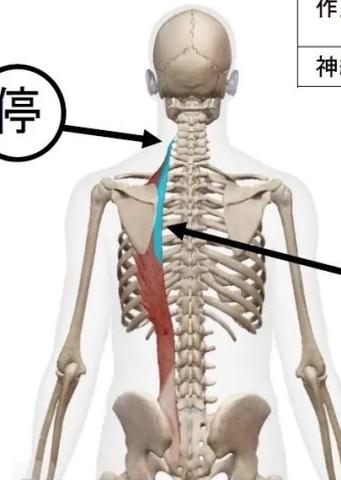


腸肋筋の1つの

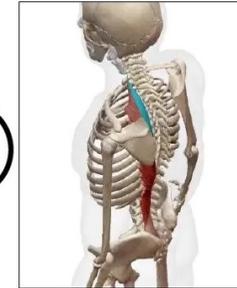
けいちょうろくきん  
頸腸肋筋

起始	第7～第3肋骨の上縁
停止	第6～4頸椎の横突起
作用	脊柱を後方にまげ、あるいは一側にまげる
神経	脊髄神経後枝の外側枝

停



起

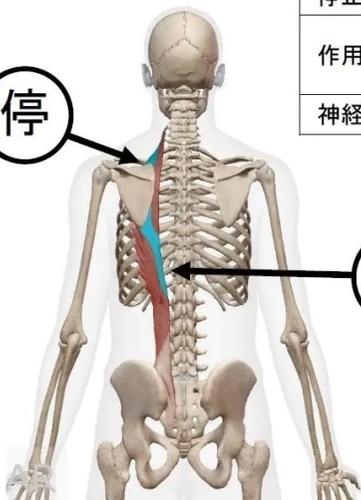


腸肋筋の1つの

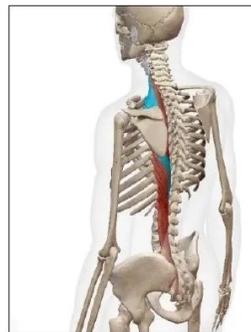
きょうちょうろくきん  
胸腸肋筋

起始	第12～第7肋骨の上縁 腰腸肋筋に被われる
停止	第7～第1肋骨の肋骨角
作用	脊柱を後方にまげ、あるいは一側にまげる
神経	脊髄神経後枝の外側枝

停



起

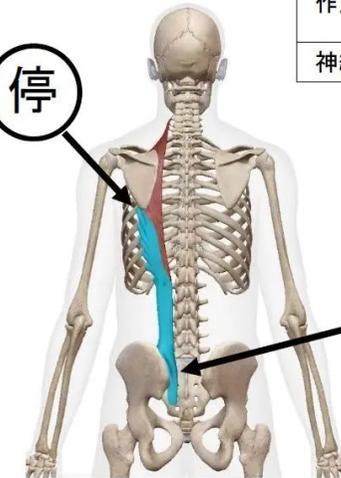


腸肋筋の1つの

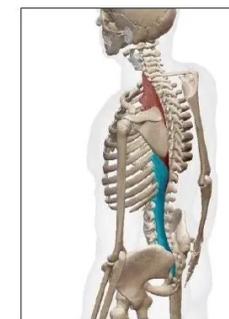
ようちょうろくきん  
腰腸肋筋

起始	腸骨稜、仙骨・下位腰椎、胸腰筋膜
停止	第12肋骨の下縁、第11～第4肋骨角
作用	脊柱を後方にまげ、あるいは一側にまげる
神経	脊髄神経後枝の外側枝

停



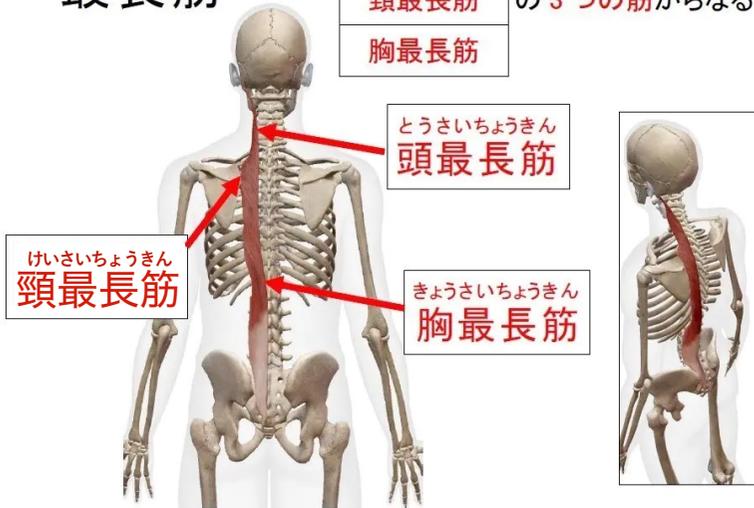
起



さいちょうきん  
**最長筋**

頭最長筋
頸最長筋
胸最長筋

**最も長い筋ではないよ!!**  
→ 最も長い筋 = 縫工筋  
の 3 つの筋からなる



とうさいちょうきん  
**頭最長筋**

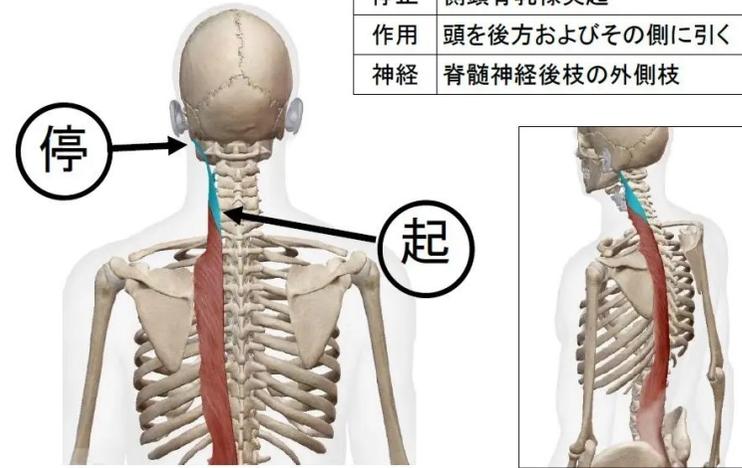
けいさいちょうきん  
**頸最長筋**

きょうさいちょうきん  
**胸最長筋**

最長筋の 1 つの

とうさいちょうきん  
**頭最長筋**

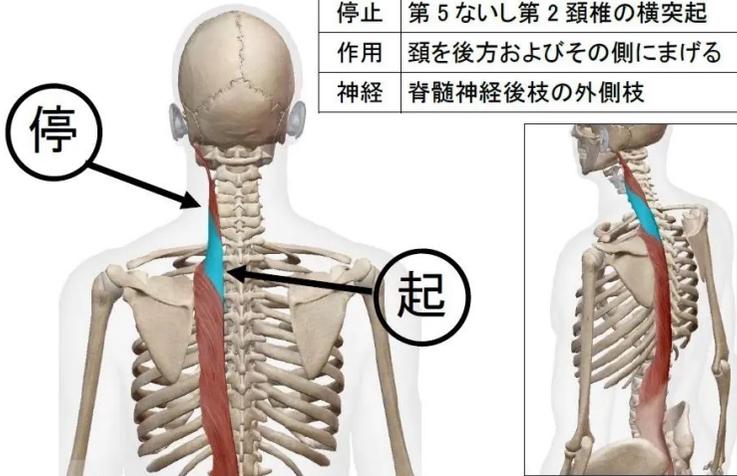
起始	第 3 胸椎から第 3 頸椎間にある横突起 ならびに関節突起
停止	側頭骨乳様突起
作用	頭を後方およびその側に引く
神経	脊髄神経後枝の外側枝



最長筋の 1 つの

けいさいちょうきん  
**頸最長筋**

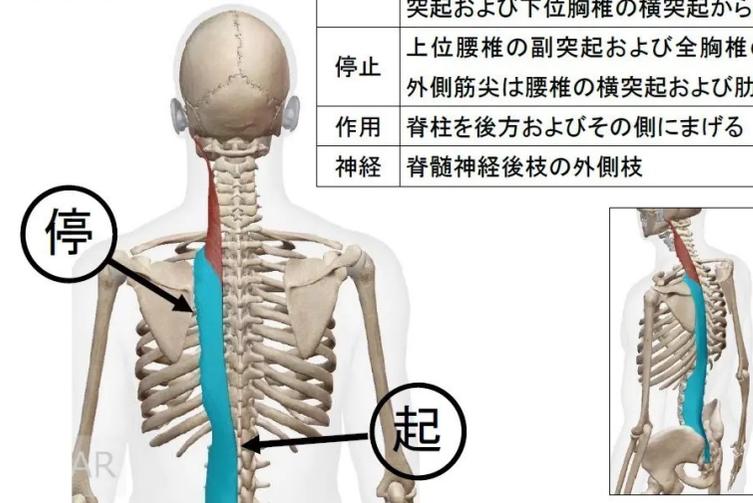
起始	腰腸肋筋および胸腰筋膜と一緒に起こる。 副起始として上位腰椎および下位胸椎の棘 突起および下位胸椎の横突起から起こる。
停止	第 5 ないし第 2 頸椎の横突起
作用	頸を後方およびその側にまげる
神経	脊髄神経後枝の外側枝



最長筋の 1 つの

きょうさいちょうきん  
**胸最長筋**

起始	腰腸肋筋および胸腰筋膜と一緒に起こる。 副起始として上位腰椎および下位胸椎の棘 突起および下位胸椎の横突起から起こる。
停止	上位腰椎の副突起および全胸椎の横突起 外側筋尖は腰椎の横突起および肋骨角
作用	脊柱を後方およびその側にまげる
神経	脊髄神経後枝の外側枝



きよきん  
棘筋

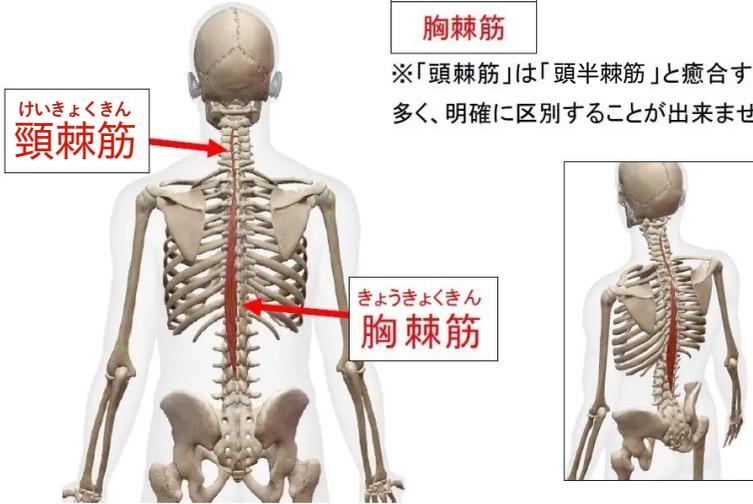
頭棘筋
頸棘筋
胸棘筋

の3つの筋からなる

※「頭棘筋」は「頭半棘筋」と癒合することが多く、明確に区別することが出来ません。

けいきよきん  
頸棘筋

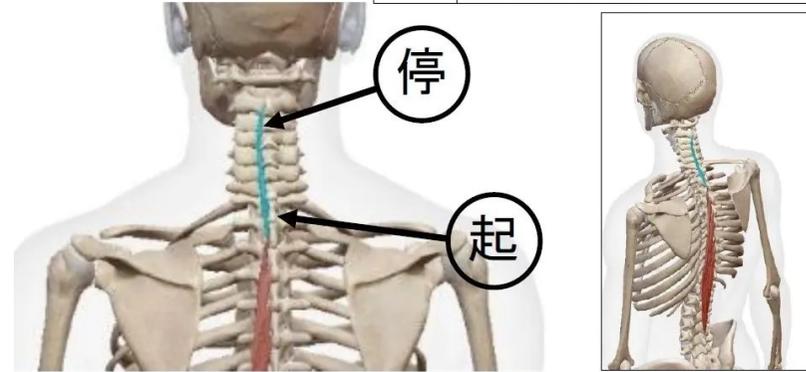
きよきん  
胸棘筋



棘筋の1つの

けいきよきん  
頸棘筋

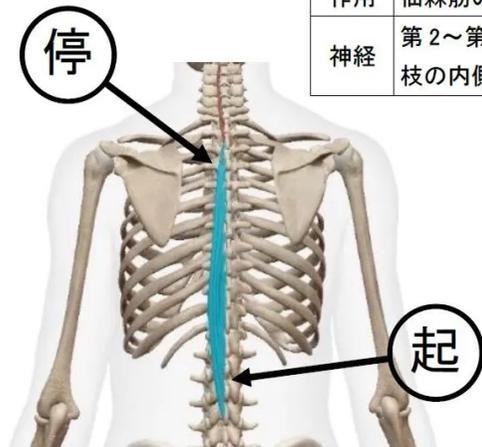
起始	上位2胸椎および下位2頸椎の棘突起
停止	第4～第2頸椎の棘突起
作用	仙棘筋の作用を助けて脊柱をのばす
神経	第2～第8頸神経および第1～第12胸神経後枝の内側枝



棘筋の1つの

きよきん  
胸棘筋

起始	上位2腰椎および下位2胸椎の棘突起
停止	第9ないし第2胸椎 少なくとも1椎骨を飛び越えてつく
作用	仙棘筋の作用を助けて脊柱をのばす
神経	第2～第8頸神経および第1～第12胸神経後枝の内側枝

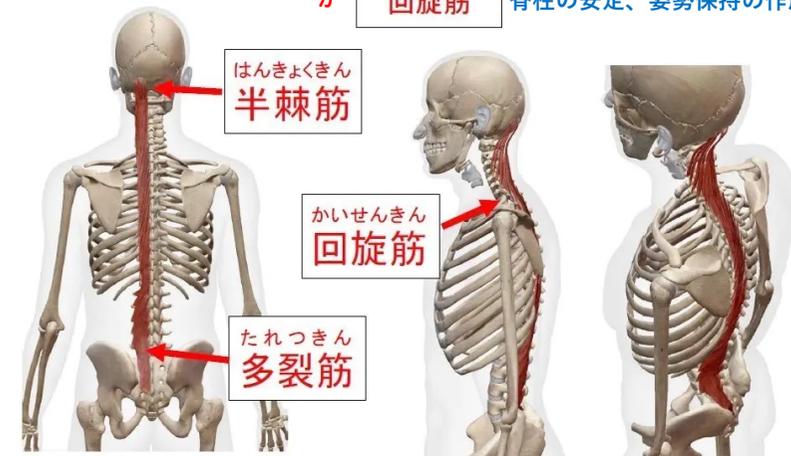


おうとつきよきん  
横突棘筋

は	半棘筋
だ	多裂筋
か	回旋筋

の3つの筋からなる

脊柱の安定、姿勢保持の作用が主



# はんきょくきん 半棘筋

頭半棘筋

頸半棘筋

胸半棘筋

の3つの筋からなる

とうはんきょくきん  
頭半棘筋



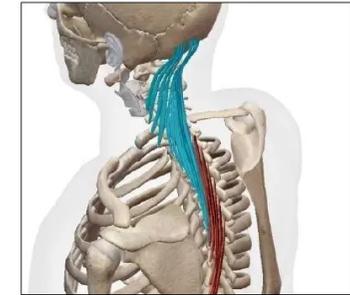
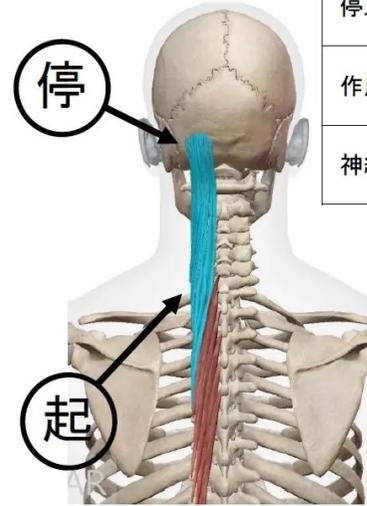
けいはんきょくきん  
頸半棘筋

きょうはんきょくきん  
胸半棘筋



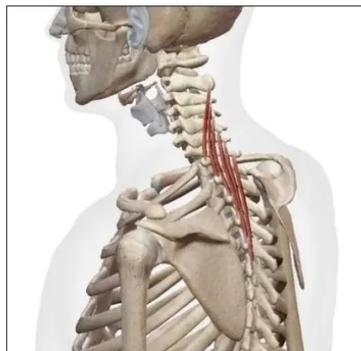
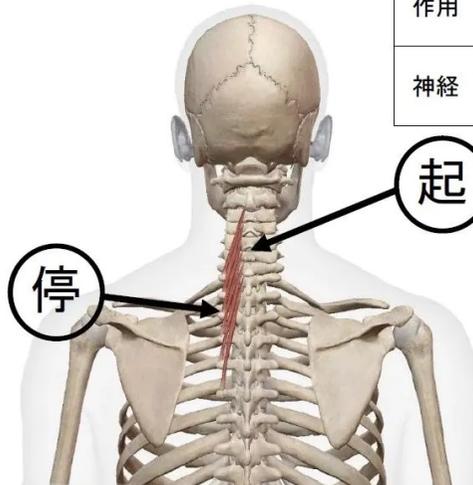
# とうはんきょくきん 頭半棘筋

起始	上位6胸椎の横突起および下位3~4頸椎の棘突起
停止	後頭骨の上項線と下項線との間の後頭鱗で頭最長筋附着部の内側
作用	頭を後方に引き、一側が働けば頭を反対に回転する
神経	第2~第8頸神経および第1~第7胸神経後枝の内側枝



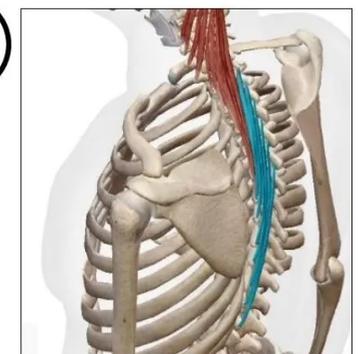
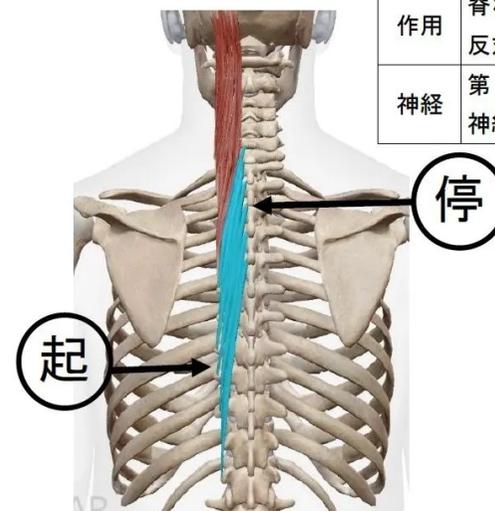
# けいはんきょくきん 頸半棘筋

起始	上位6胸椎の横突起
停止	第5~第2頸椎の棘突起
作用	脊柱を後方にまげ、かつ一側が働くと反対側に回転する
神経	第2~第8頸神経および第1~第7胸神経後枝の内側枝



# きょうはんきょくきん 胸半棘筋

起始	下位6胸椎の横突起
停止	上位胸椎および下位2頸椎の棘突起
作用	脊柱を後方にまげ、かつ一側が働くと反対側に回転する
神経	第2~第8頸神経および第1~第7胸神経後枝の内側枝



たれつきん  
多裂筋

起始	仙骨後面、全腰椎の乳頭突起および副突起 第7～第4頸椎の下関節突起
停止	軸椎以下の全ての椎骨の棘突起
作用	脊柱を後方に引く 一側が働けば反対側に回転する
神経	脊髄神経後枝の内側枝



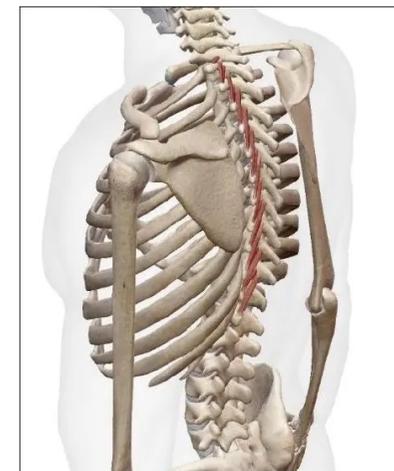
かいせんきん  
回旋筋

長回旋筋
短回旋筋

の2つの筋からなる

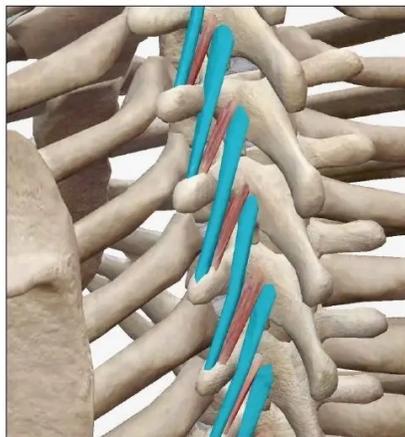
ちょうかいせんきん  
長回旋筋

たんかいせんきん  
短回旋筋



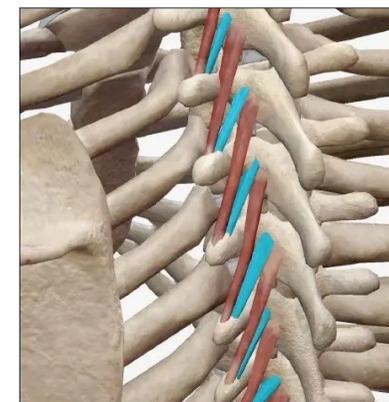
ちょうかいせんきん  
長回旋筋

起始	全脊椎の横突起
停止	2個上方の椎骨棘突起
作用	脊柱の回転を補助する
神経	脊髄神経後枝の内側枝



たんかいせんきん  
短回旋筋

起始	全脊椎の横突起
停止	1個上方の椎骨棘突起
作用	脊柱の回転を補助する
神経	脊髄神経後枝の内側枝



# 肩部の筋

肩部の筋は

「大きな力を出すアウターマッスル」と  
「関節の安定に寄与するインナーマッスル」がある

アウターマッスル

**三角筋 大胸筋** ※胸部の筋で説明

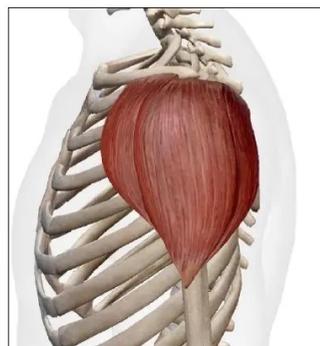
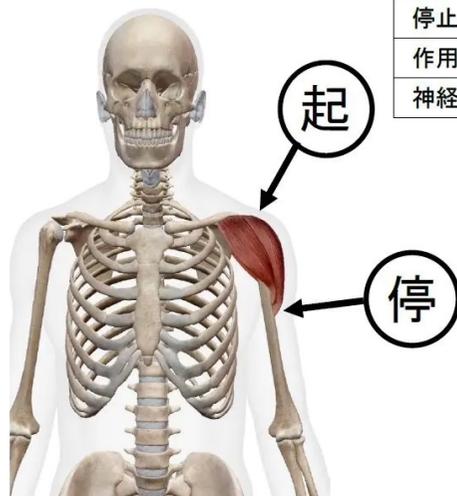
インナーマッスル

**棘上筋 棘下筋 小円筋 肩甲下筋**

がある

さんかくきん  
**三角筋**

起	[前部]鎖骨の外側 1/3 [中部]肩峰 [後部]肩甲棘
止	三角筋粗面
作用	側方挙上、前方挙上、後方挙上
神経	腋窩神経



# 肩部の筋

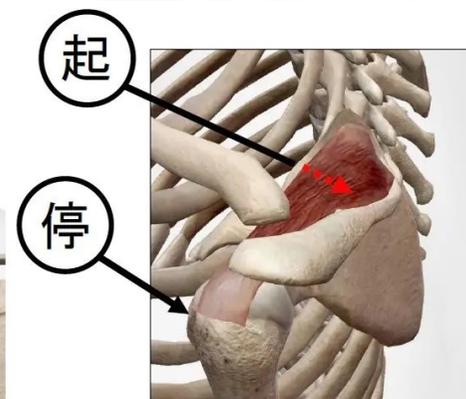
**棘上筋 棘下筋 小円筋 肩甲下筋**  
これら4つの筋肉を合わせて

「**腱板**」  
= 「**回旋筋腱板**」  
= 「**ローテーターカフ**」

と呼ぶ  
これらは包むように上腕骨頭を肩甲骨の関節に押し  
当てることで肩関節の安定性を保っている

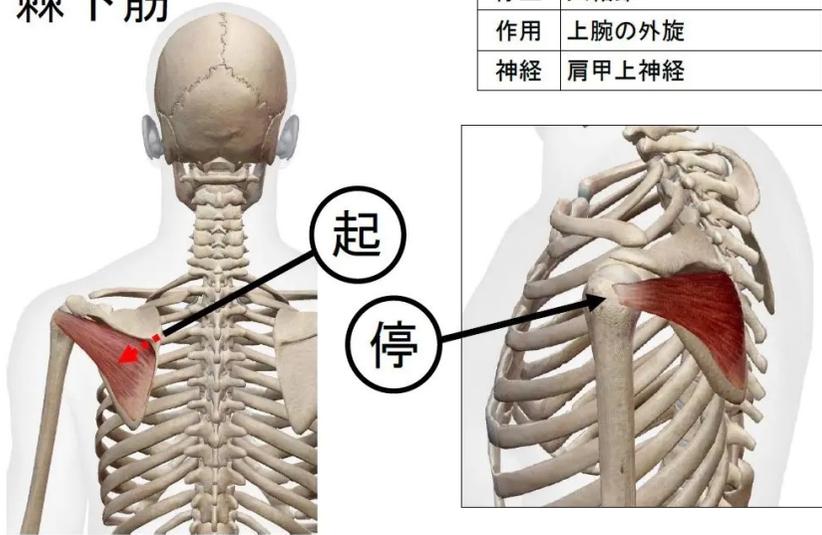
きよくじょうきん  
**棘上筋**

起	棘上窩
止	大結節
作用	上腕の外転
神経	肩甲上神経



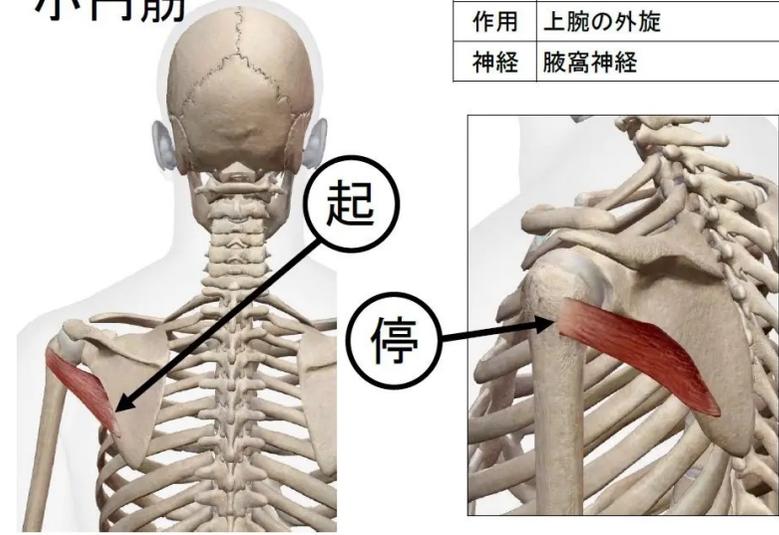
きよく か きん  
棘下筋

起始	棘下窩
停止	大結節
作用	上腕の外旋
神経	肩甲上神経



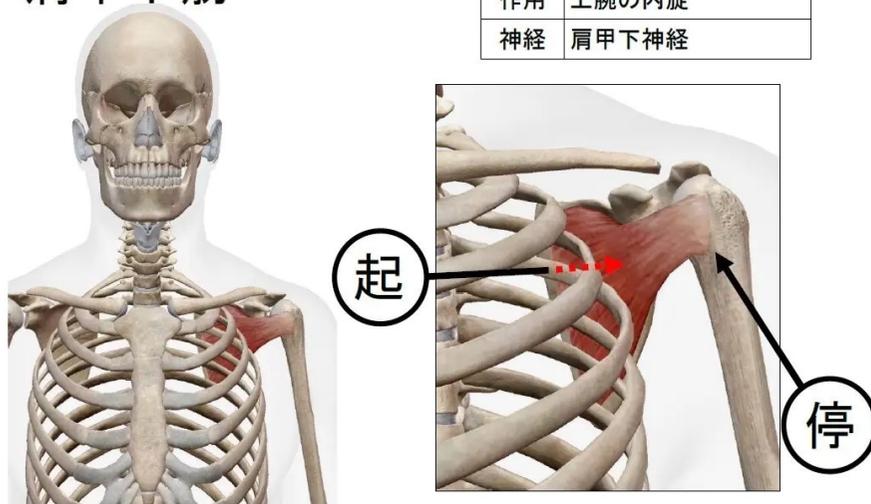
しょうえんきん  
小円筋

起始	肩甲骨外側縁
停止	大結節
作用	上腕の外旋
神経	腋窩神経



けんこう か きん  
肩甲下筋

起始	肩甲下窩
停止	小結節稜
作用	上腕の内旋
神経	肩甲下神経

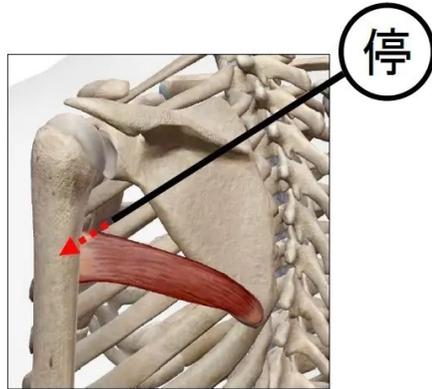
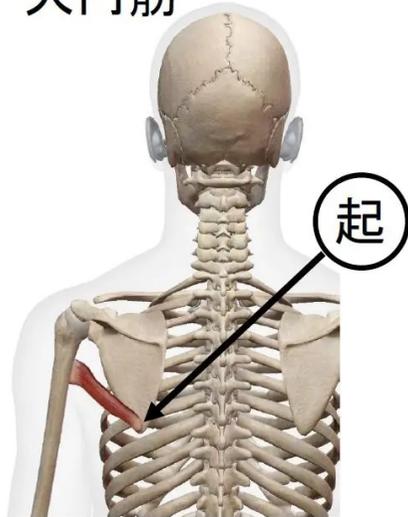


けんばん かいせんきんけんばん  
腱板・回旋筋腱板・ローテーターカフ



だいえんきん  
大円筋

起始	肩甲骨下角
停止	小結節稜
作用	上腕の内旋・内転
神経	肩甲下神経



## 上腕の筋

上腕の筋は肘関節を曲げる（**屈曲**）屈筋と、肘関節を伸ばす（**伸展**）伸筋に分けられる

### 屈筋

烏口腕筋 上腕二頭筋 上腕筋

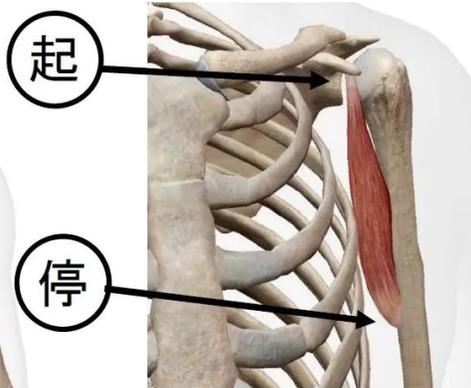
### 伸筋

上腕三頭筋 肘筋

- ・肘の運動に関与する筋
- ・肩甲骨に起始を有するものは肩関節の運動にも影響する

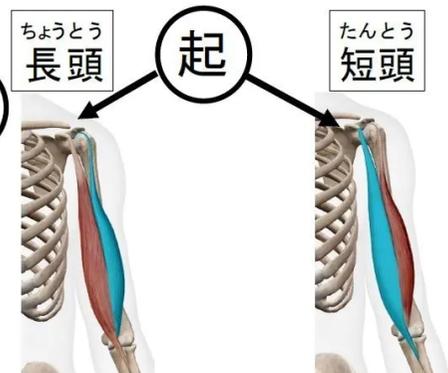
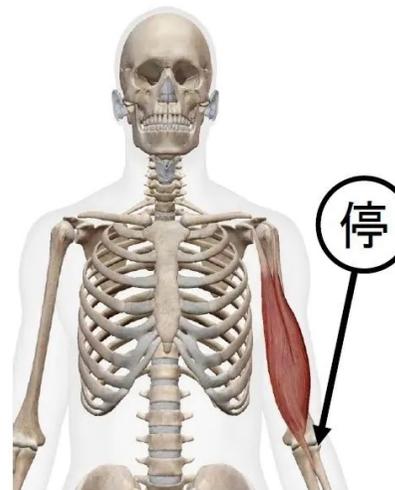
う こうわんきん  
烏口腕筋

起始	烏口突起
停止	上腕骨体
作用	上腕の屈曲・外転
神経	筋皮神経



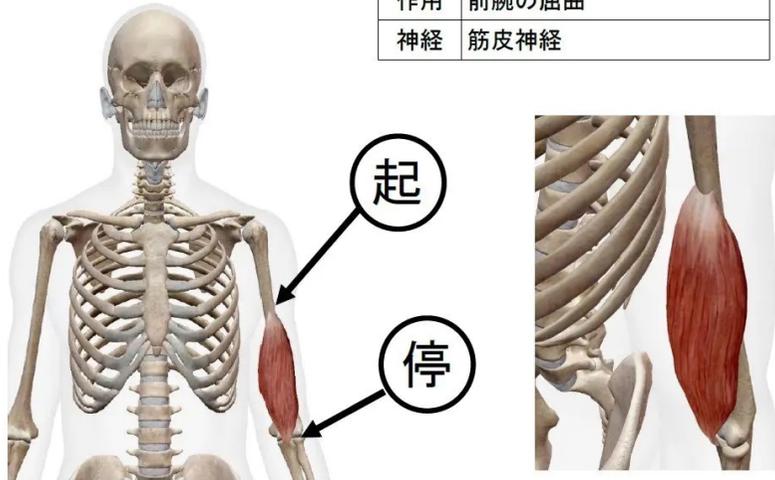
じょうわんにとうきん  
上腕二頭筋

起始	[長頭] 関節上結節 [短頭] 烏口突起
停止	橈骨粗面、前腕筋膜
作用	前腕の屈曲・回外
神経	筋皮神経



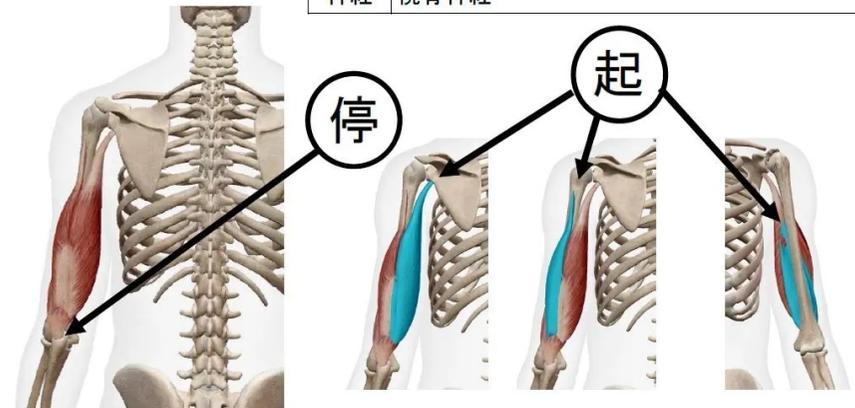
じょうわんきん  
上腕筋

起始	上腕骨体前面の下半部
停止	尺骨粗面
作用	前腕の屈曲
神経	筋皮神経



じょうわんさんとうきん  
上腕三頭筋

起始	[長頭] 関節下結節 [外側頭] 上腕骨体外側面 [内側頭] 上腕骨体後部
停止	肘頭
作用	前腕の伸展
神経	橈骨神経

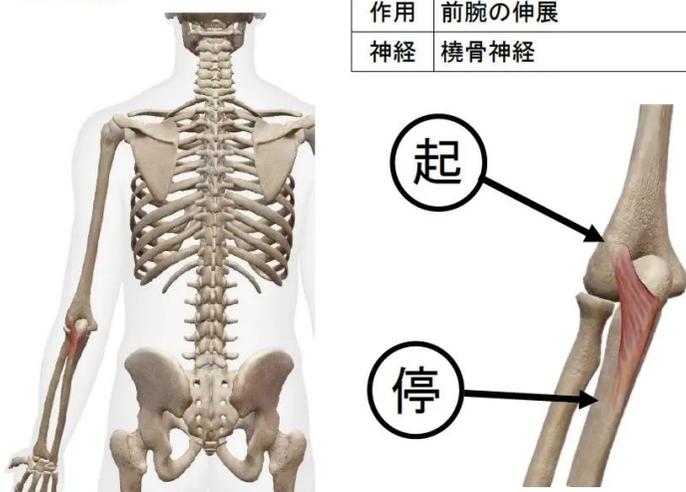


101

102

ちゅうきん  
肘筋

起始	上腕骨外側上顆
停止	尺骨上部後面
作用	前腕の伸展
神経	橈骨神経



## 前腕部の筋（屈筋群）

前腕の筋は上腕骨または前腕の骨から起こり、手の骨に付着し、手首または指を動かす

前腕の筋は「**屈筋群**」と「**伸筋群**」に分けられる

屈筋はさらに「**浅層**」と「**深層**」に分けられる

浅層

円回内筋 橈側手根屈筋 長掌筋  
浅指屈筋 尺側手根屈筋

深層

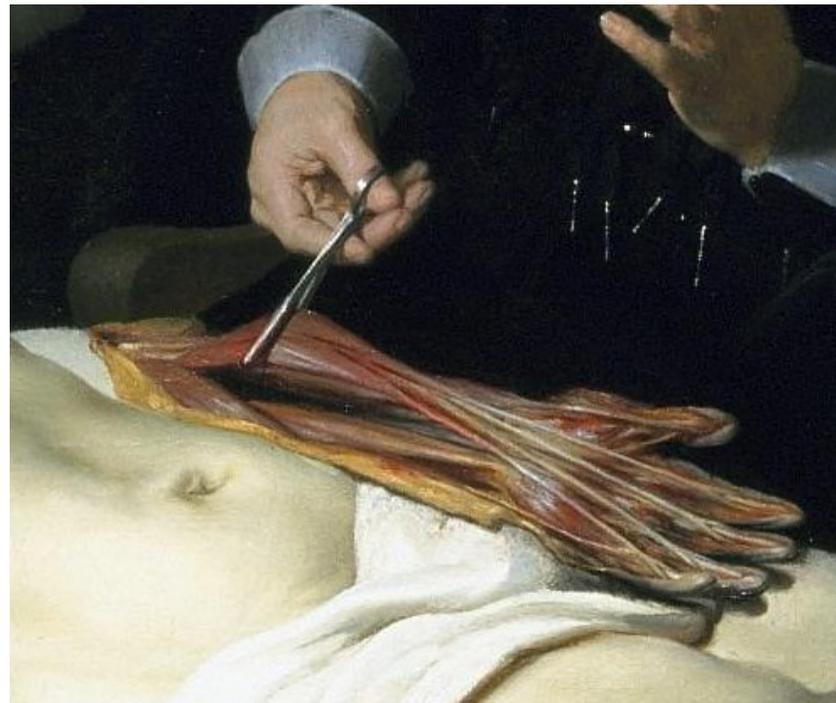
深指屈筋 長母指屈筋 方形回内筋

103

104



レンブラント・ファン・レイン作



## 前腕部の筋（屈筋群）

前腕の筋は全体が筋膜に包まれている  
手首の部分では特に厚くなっており

手掌側では「**屈筋支帯**」

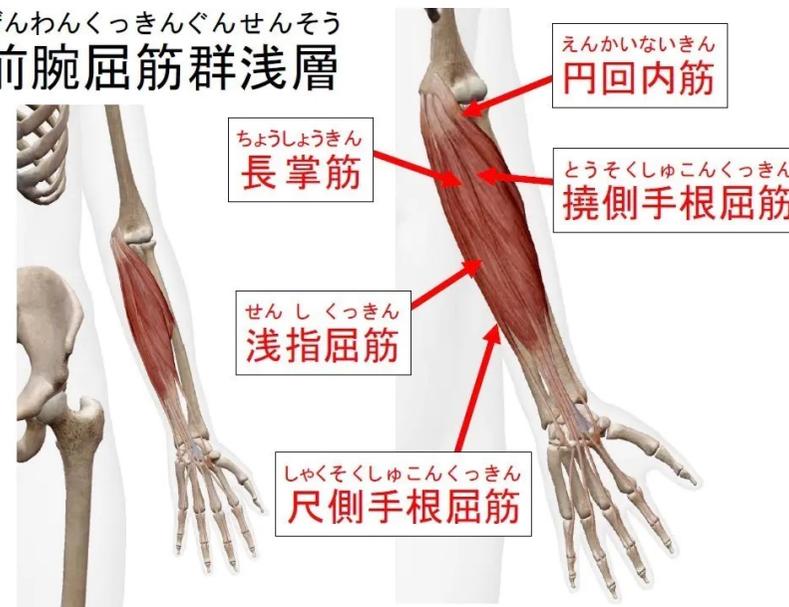
手背側では「**伸筋支帯**」

と呼ばれる靭帯となる

屈筋支帯は舟状骨、大菱形骨と豆状骨、有鉤骨の間に張り、そこはトンネルになっている  
それを「**手根管**」と呼び、腱や神経（正中神経）が走る

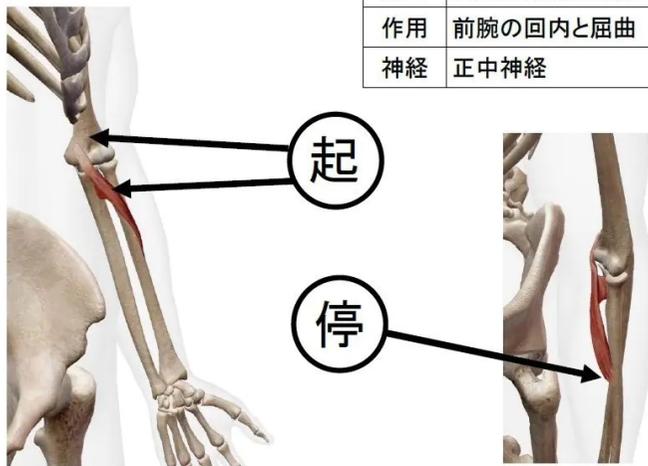
手根管内の腱鞘が炎症などで腫脹すると、神経が圧迫されて障害を生じる（手根管症候群）

## ぜんわんくつきんぐんせんそう 前腕屈筋群浅層



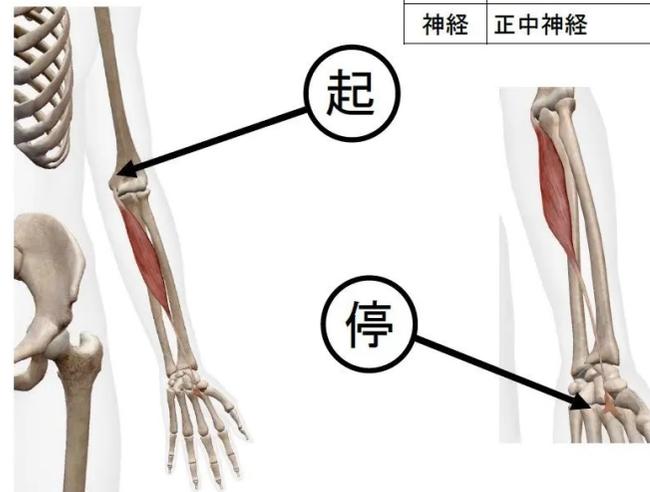
えんかいなきん  
円回内筋

起始	[上腕頭]上腕骨内側上顆 [尺骨頭]鉤状突起(尺骨)
停止	円回内筋粗面(橈骨)
作用	前腕の回内と屈曲
神経	正中神経



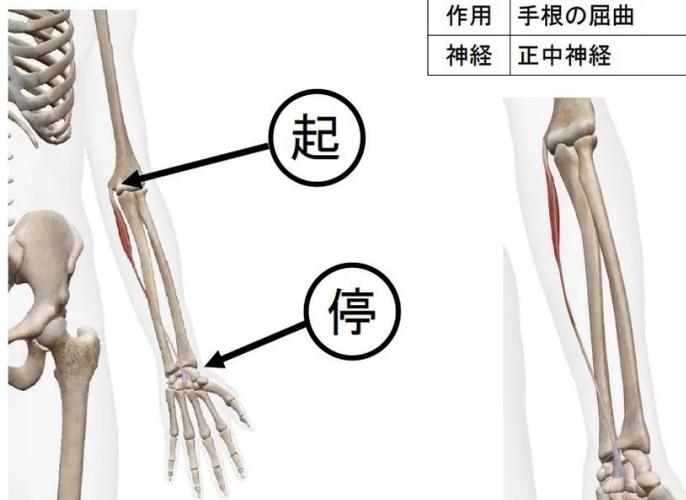
とうそくしゅこんくつきん  
撓側手根屈筋

起始	上腕骨内側上顆
停止	第2・3の中手骨底
作用	手根の屈曲と外転(撓屈)
神経	正中神経



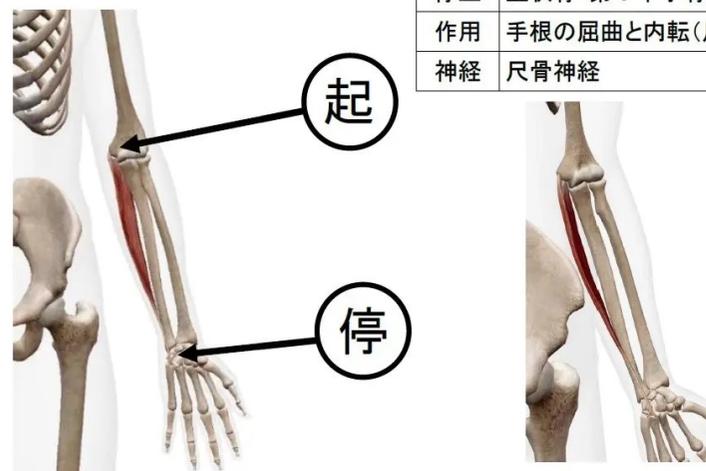
ちようしょうきん  
長掌筋

起始	上腕骨内側上顆
停止	手掌腱膜
作用	手根の屈曲
神経	正中神経



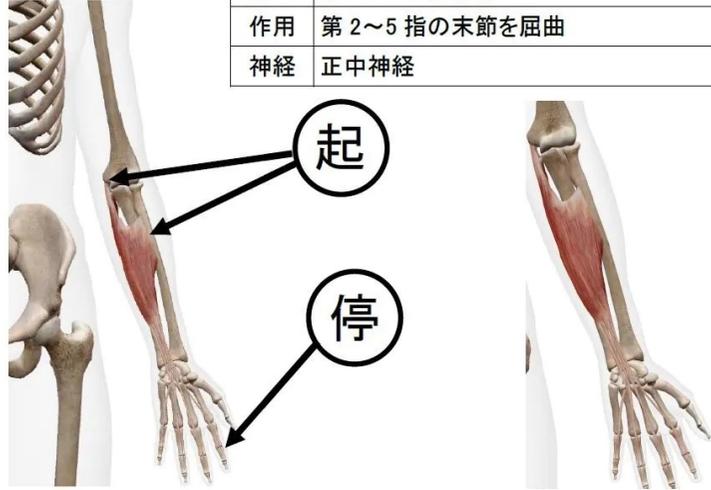
しゃくそくしゅこんくつきん  
尺側手根屈筋

起始	[上腕頭]上腕骨内側上顆 [尺骨頭]尺骨上半部の後縁
停止	豆状骨・第5中手骨底
作用	手根の屈曲と内転(尺屈)
神経	尺骨神経

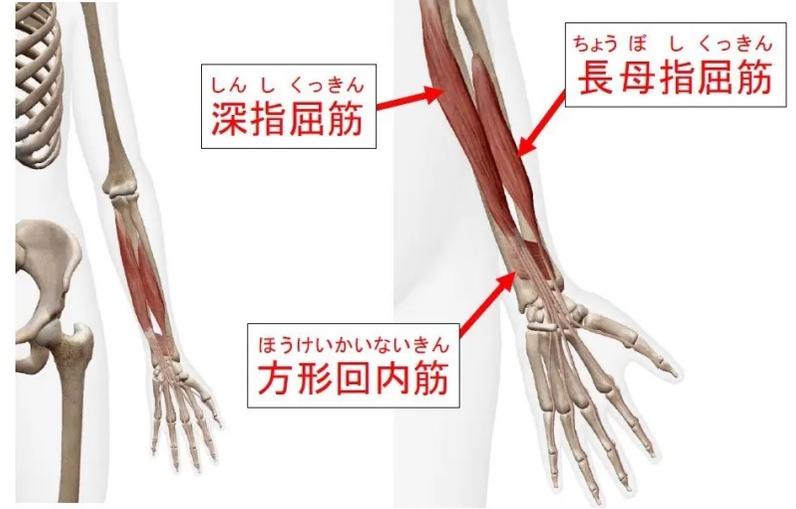


せんし くつきん  
浅指屈筋

起始	<b>[上腕尺側頭]</b> 上腕骨内側上顆、尺側粗面(尺骨) <b>[橈骨頭]</b> 橈骨上部の前面
停止	第2~5 中節骨底
作用	第2~5 指の末節を屈曲
神経	正中神経

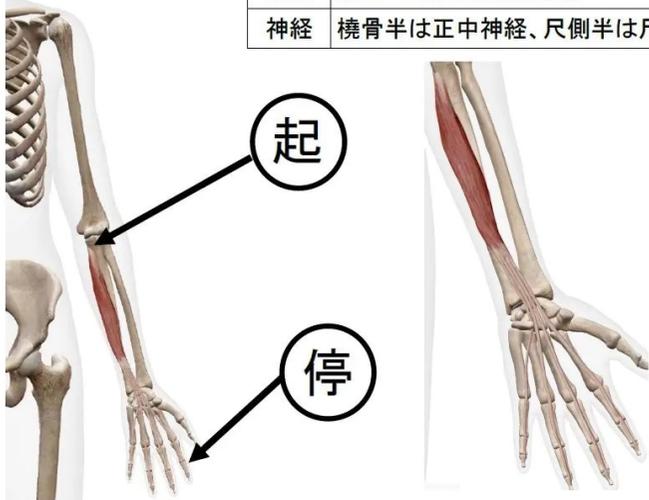


ぜんわんくつきんぐんしんそう  
前腕屈筋群深層



しんし くつきん  
深指屈筋

起始	尺骨体前面、前腕骨間膜
停止	第2~5 末節骨底
作用	第2~5 指の末節を屈曲
神経	橈骨半は正中神経、尺側半は尺骨神経



ちょうぼ し くつきん  
長母指屈筋

起始	橈骨体前面、前腕骨間膜
停止	母指末節骨底
作用	母指の末節を屈曲
神経	正中神経

