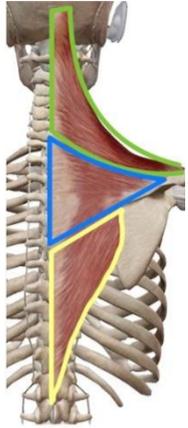


肩甲胸郭関節の解剖（筋肉・運動）

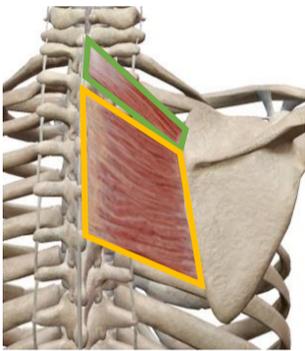
肩甲胸郭関節に付着する筋肉

図1



- ・ 図1の僧帽筋は体幹背面を覆う大きな筋肉で、**上部繊維**、**中部繊維**、**下部繊維**に分けられます。

図2



- ・ 図2の菱形筋は、**大菱形筋**と**小菱形筋**に分かれ、肩甲骨の挙上・内転・下方回旋に作用します。

図3



- ・ 図3の前鋸筋は、文字通り『鋸（ノコギリ）』形状の筋肉であり、肩甲骨の内側面から肋骨に付着します。

肩甲胸郭関節の運動

- ・ 肩甲胸郭関節では、肩甲骨に付着する筋肉が働くことで、下記の運動が生じます

図4



- 挙上**：僧帽筋上部線維、菱形筋
- 下制**：僧帽筋下部繊維
- 内転**：僧帽筋中部繊維、菱形筋
- 外転**：前鋸筋
- 上方回旋**：僧帽筋上部線維、前鋸筋
- 下方回旋**：菱形筋、（肩甲挙筋）