

姿勢と動作の評価からつなげる ストレッチングと エクササイズ

目 次

◆ 序	3
◆ 執筆者一覧	6

第1章 総論

澤渡知宏, 三木貴弘

1 はじめに	10
2 治療過程における基礎	16

第2章 頸椎・胸椎

戸塚賢司, 澤渡知宏

1 機能評価	23
2 ストレッチング・エクササイズ	48

第3章 肩関節・肩甲帯

野村勇輝, 三木貴弘

1 機能評価	79
2 ストレッチング・エクササイズ	92

第4章 腰部・骨盤帯

柴田寛幸, 三木貴弘

1 機能評価	105
2 ストレッチング・エクササイズ	117

第5章 股関節

吉田亮太

1 機能評価	133
2 ストレッチング・エクササイズ	156

第6章 膝関節

戸村千里, 高山熙那

1 機能評価	183
2 ストレッチング・エクササイズ	201

第7章 足部・足関節

岡本雄作

1 機能評価	222
2 ストレッチング・エクササイズ	237

◆ 付録：動画一覧

265

◆ 索引

274

●足関節の運動の定義について

本書は、2022年4月改訂の「関節可動域表示ならびに測定法」に準じて足関節・足部・趾の運動を表記しております。