

付録 筋の起始・停止一覧表

① 上肢筋の起始・停止

表1 肩甲骨周囲の筋

筋名	起始	停止	支配神経	作用*
僧帽筋	後頭骨の上項線、外後頭隆起、項靭帯、第7頸椎以下全胸椎の棘突起および棘上靭帯	鎖骨外側1/3、肩峰、肩甲棘	副神経の外側枝、頸神経叢の枝 C2～4	上部：肩甲骨の挙上、上方回旋、中部：内転、下部：下制、上方回旋、(全体：内転)
肩甲挙筋	第1～4頸椎の横突起の後結節	肩甲骨内側縁の上部1/3	肩甲背神経 C4～6	肩甲骨の挙上、(下方回旋)
菱形筋	小菱形筋：第6・7頸椎の棘突起と項靭帯、大菱形筋：第1～4胸椎の棘突起および棘間靭帯	肩甲骨内側縁の下部2/3	肩甲背神経 C4～6	肩甲骨の挙上、内転、下方回旋
前鋸筋	第1～8肋骨、第1・2肋間に走る腱弓	肩甲骨の内側縁、上角、下角	長胸神経 C5～7	肩甲骨の外転、上方回旋
小胸筋	第2～5肋骨の前面	肩甲骨の烏口突起	内・外側胸筋神経 C7、C8	肩甲骨の下制、外転、下方回旋
鎖骨下筋	第1肋骨と肋軟骨の連結する辺りの上前面	鎖骨の下面	鎖骨下筋神経 C5	肩甲骨の下制

*主な作用を記載。括弧内は補助的な作用を意味する

表2 肩周囲の筋

筋名	起始	停止	支配神経	作用*
三角筋	鎖骨の外側端、肩峰、肩甲棘	上腕骨の三角筋粗面	腋窩神経 C5、C6	前部：肩関節屈曲、水平屈曲、中部：外転、水平伸展、後部：伸展、水平伸展
大胸筋	鎖骨部：鎖骨の内側1/2、胸肋部：胸骨および第2～7肋軟骨の前面、腹部：腹直筋鞘前葉	上腕骨の大結節稜	内・外側胸筋神経 C5～8、Th1	鎖骨部：肩関節屈曲、水平屈曲、(内転、内旋)、胸肋部および腹部：内転・水平屈曲、(内旋)
烏口腕筋	肩甲骨の烏口突起	上腕骨の小結節稜の下方	筋皮神経 C5～7	肩関節水平屈曲、(屈曲、内転)
広背筋	胸腰筋膜の浅葉、下位4～8胸椎・腰椎・仙椎の棘突起、肩甲骨の下角、腸骨稜、第10～12肋骨	上腕骨の小結節稜	胸背神経 C6～8	肩関節伸展、内転、(内旋)
大円筋	肩甲骨下角の後面	上腕骨の小結節稜	肩甲下神経 C5、C6	肩関節伸展、内転、内旋、(水平伸展)
棘上筋	棘上窩	上腕骨の大結節、肩関節包	肩甲上神経 C5、C6	肩関節外転
棘下筋	棘下窩	上腕骨の大結節の中央部、肩関節包	肩甲上神経 C5、C6	肩関節外旋、水平伸展
小円筋	外側縁に近い肩甲骨の後面	上腕骨の大結節、肩関節包	腋窩神経 C5、C6	肩関節外旋、水平伸展
肩甲下筋	肩甲下窩	上腕骨の小結節、小結節稜、肩関節包	肩甲下神経 C5、C6	肩関節内旋、水平屈曲、(内転)

*主な作用を記載。括弧内は補助的な作用を意味する

表3 肘周囲および前腕の筋

筋名	起 始	停 止	支配神経	作 用*
上腕二頭筋	長頭：肩甲骨の関節上結節，短頭：肩甲骨の烏口突起	橈骨粗面，一部は上腕二頭筋腱膜となり前腕筋膜に移行	筋皮神経 C5，C6	肘関節屈曲，前腕回外
上腕筋	上腕骨の前面で三角筋停止部の下方，内・外側筋間中隔，肘関節包の前	尺骨の鈎状突起，尺骨粗面，肘関節包の前	筋皮神経（一部は橈骨神経） C5，C6（橈骨神経支配はC7）	肘関節屈曲
腕橈骨筋	上腕骨外側縁の下部，外側上腕筋間中隔	橈骨茎状突起	橈骨神経 C5，C6	肘関節屈曲
上腕三頭筋	長頭：肩甲骨の関節下結節，内側頭：上腕骨後面の橈骨神経溝の下内側方，内側上腕筋間中隔，外側頭：上腕骨後面の橈骨神経溝の上下側方，外側上腕筋間中隔	尺骨の肘頭	橈骨神経 C6～8	肘関節伸展
肘筋	上腕骨の外側上顆	肘頭の側面	橈骨神経 C6～8	肘関節伸展
円回内筋	上腕頭：上腕骨の内側上顆，内側上腕筋間中隔，尺骨頭：尺骨の鈎状突起	橈骨の前および外側面（回内筋粗面）	正中神経 C6，C7	前腕回内，（肘関節屈曲）
方形回内筋	尺骨の下方1/4の前	橈骨下部の前（下橈尺関節を覆う）	正中神経の前骨間神経 C7，C8，Th1	前腕回内
回外筋	上腕骨の外側上顆，橈側副靭帯，輪状靭帯，尺骨の回外筋稜	橈骨上端1/3の橈側面（円回内筋付着部の上方）	橈骨神経の深枝 C5～7	前腕回外

*主な作用を記載，括弧内は補助的な作用を意味する
手関節屈筋は肘屈曲，手関節伸筋は肘伸展に対して補助的に作用する

表4 手部の筋

筋名	起 始	停 止	支配神経	作 用
橈側手根屈筋	上腕骨の内側上顆，前腕筋膜	第2・3中手骨底	正中神経 C6，C7	手関節の掌屈・橈屈，前腕の回内
長掌筋	上腕骨の内側上顆，前腕筋膜	手掌腱膜	正中神経 C8	手関節の掌屈
尺側手根屈筋	上腕頭：上腕骨の内側上顆，尺骨頭：肘頭，前腕筋膜，尺骨中部までの後縁	豆状骨，有鈎骨，第5中手骨底	尺骨神経 C8，Th1	手関節の掌屈・尺屈
長橈側手根伸筋	上腕骨の外側縁（腕橈骨筋の下方），外側上顆，外側上腕筋間中隔	第2中手骨底の背面	橈骨神経 C6，C7	手関節の背屈・橈屈
短橈側手根伸筋	上腕骨の外側上顆，橈骨輪状靭帯	第3中手骨底の背面	橈骨神経 C6～8	手関節の背屈・橈屈
尺側手根伸筋	上腕頭：上腕骨の外側上顆，肘関節の橈側副靭帯，尺骨頭：尺骨の後面	第5中手骨底の背面	橈骨神経の深枝 C7，C8	手関節の背屈・尺屈

表5 手指の筋

筋名	起始	停止	支配神経	作用*
浅指屈筋	上腕尺骨頭：上腕骨の内側上顆、尺骨粗面の内側、橈骨頭：橈骨の上方前面	第2～5指の中節骨底	正中神経 C7～Th1	第2～5指の中手指節関節と近位指節関節の屈曲（手関節の掌屈）
深指屈筋	尺骨前面上方2/3、前腕骨間膜	第2～5指の末節骨底	正中神経、尺側の一部は尺骨神経 C7～Th1	第2～5指の近位・遠位指節関節の屈曲（手関節、第2～5指の中手指節関節の掌屈）
総指伸筋	上腕骨の外側上顆、前腕筋膜	第2～5指背側で指背腱膜に移行し、中央のものは中節骨底に、両側のものは末節骨底	橈骨神経の深枝 C6～8	第2～5指の中手指節関節、近位・遠位指節関節の伸展（手関節の背屈）
示指伸筋	前腕骨間膜、尺側の後面、尺側手根伸筋筋膜	総指伸筋の第2腱とともに指背腱膜に移行	橈骨神経の後骨間神経 C6～8	第2指の中手指節関節、近位・遠位指節関節の伸展（手関節の背屈）
小指伸筋	小指伸筋筋膜	小指の背側で2つに分かれて指背腱膜に移行	橈骨神経の深枝 C6～8	第5指の中手指節関節、近位・遠位指節関節の伸展（手関節の背屈）
虫様筋	第1虫様筋：第2指にいく深指屈筋腱の橈側、第2～4虫様筋：第2～5指に至る深指屈筋腱の対向側	第2～5指の基節骨の外側縁	橈側の2筋は正中神経、尺側の2筋は尺骨神経掌枝の深枝 C8, Th1	第2～5指の中手指節関節の屈曲、近位・遠位指節関節の伸展
掌側骨間筋	第1掌側骨間筋：第2中手骨の尺側、第2・3掌側骨間筋：第4・5中手骨の橈側	第2、第4および第5指の基節骨	尺骨神経掌枝の深枝 C8, Th1	第2、4、5指の内転、中手指節関節の屈曲、近位・遠位指節関節の伸展
背側骨間筋	第1～5中手骨の相対する底の側面	第2～4指の基節骨底と指背腱膜（第2・3指の橈側、第3・4指の尺側）	尺骨神経掌枝の深枝 C8, Th1	第2、4指の外転、第3指の内・外転、中手指節関節の屈曲、近位・遠位指節関節の伸展
長母指屈筋	回外筋付着部の下方で橈骨前面および前腕骨間膜	母指末節骨底	正中神経の前骨間神経 C6～8	母指の中手指節関節、指節関節の屈曲（母指の手根中手関節の掌側内転）
長母指伸筋	前腕骨間膜、尺側手根伸筋の筋膜	母指末節骨底	橈骨神経の深枝 C6～8	母指の中手指節関節、指節関節の伸展（母指の手根中手関節の掌側内転、橈側外転）
短母指伸筋	前腕骨間膜、橈骨	母指基節骨底	橈骨神経の深枝 C6～8	母指の中手指節関節の伸展（母指の手根中手関節の掌側外転、橈側外転）
長母指外転筋	尺骨の骨間縁、前腕骨間膜、橈骨後面	第1中手骨底	橈骨神経 C6～8	母指の手根中手関節の掌側外転、橈側外転（手関節の橈屈・掌屈）
短母指外転筋	舟状骨粗面および屈筋支帯の橈側端前面	第1中手骨頭の橈側種子骨および母指基節骨の底	正中神経 C6～Th1	母指の手根中手関節の掌側外転（母指の中手指節関節の屈曲）
短母指屈筋	浅頭：屈筋支帯の橈側端、深頭：大・小菱形骨、有頭骨	浅頭：母指の橈側種子骨、母指基節骨底、深頭：母指の尺側種子骨、母指基節骨底	正中神経、尺骨神経掌枝の深枝 C6～Th1	母指の中手指節関節の屈曲、手根中手関節の掌側内転、尺側内転
母指内転筋	斜頭：屈筋支帯および第2・3中手骨底の掌面、横頭：第3中手骨掌面の全長	母指の基節骨頭および第1中手骨頭の尺側の種子骨	尺骨神経 C8, Th1	母指の手根中手関節の掌側内転、尺側内転（母指の中手指節関節の屈曲）
母指対立筋	屈筋支帯、大菱形骨結節	第1中手骨の体および頭	正中神経 C6～Th1	母指の対立

(表5は次ページに続く)

表5 手指の筋（つづき）

筋名	起始	停止	支配神経	作用*
小指外転筋	豆状骨, 屈筋支帯	小指基節骨底の尺側の種子骨	尺骨神経掌枝の深枝 C8, Th1	第5指の中指指節関節の外転 (第5指の近位・遠位指節関節の伸展, 中指指節関節の屈曲)
短小指屈筋	屈筋支帯, 有鉤骨鉤	小指基節骨底の尺側の種子骨	尺骨神経掌枝の深枝 C8, Th1	第5指の中指指節関節の屈曲
小指対立筋	屈筋支帯, 有鉤骨鉤	第5中手骨尺側縁の体および頭	尺骨神経掌枝の深枝 C8, Th1	第5指の対立

*主な作用を記載。括弧内は補助的な作用を意味する

② 下肢筋の起始・停止

表1 骨盤周囲の筋

筋名	起始	停止	支配神経	作用*
大腰筋	第12胸椎～第4腰椎の椎体および肋骨突起	小転子（筋裂孔を經由）	腰神経叢の枝 L1～3	股関節屈曲, 外旋
小腰筋	第12胸椎および第1腰椎の椎体の外側面	腸恥隆起, 腸骨筋膜	腰神経叢の枝 L1	股関節屈曲, 外旋
腸骨筋	腸骨上縁, 腸骨窩	小転子（筋裂孔を經由）	腰神経叢の枝 L2～4	股関節屈曲, 外旋
大殿筋	腸骨翼の外側面, 後殿筋線の後方, 仙骨および尾骨の外側縁, 胸腰筋膜, 仙結節靭帯	大腿筋膜の外側部（腸脛靭帯に移行）, 大腿骨の殿筋粗面	大殿神経 L4～S2	股関節伸展, 外旋
中殿筋	腸骨翼の外側面で前殿筋線と後殿筋線の間, 腸骨稜外唇および殿筋膜	大転子尖端の外側面	大殿神経 L4～S1	股関節外転
小殿筋	腸骨翼の外側面で前殿筋線と下殿筋線の間, 下殿筋線	大転子の前外側面	大殿神経 L4～S1	股関節外転, 内旋
大腿筋膜張筋	上前腸骨棘	脛骨の外側顆	大殿神経 L4～S1	股関節屈曲, 外転, 膝関節伸展
梨状筋	仙骨前面の上方にある3つの前仙骨孔の間およびその周囲	大転子の上縁	仙骨神経叢 L5～S2	股関節外旋
内閉鎖筋	寛骨の内面（弓状線の下）で閉鎖膜とその周囲	大腿骨の転子窩	仙骨神経叢 L5～S2	股関節外旋
上双子筋	坐骨棘	大腿骨の転子窩	仙骨神経叢 L4～S1	股関節外旋
下双子筋	坐骨結節の上部	大腿骨の転子窩	仙骨神経叢 L4～S1	股関節外旋
大腿方形筋	坐骨結節	大転子の下部, 大腿骨の転子間稜	坐骨神経 L4～S1	股関節外旋
外閉鎖筋	閉鎖孔の内側骨縁の外側面と閉鎖膜	大腿骨の転子窩	閉鎖神経 L3, L4	股関節外旋, 内転

*主な作用を記載。括弧内は補助的な作用を意味する

表2 大腿の筋

筋名	起始	停止	支配神経	作用*
縫工筋	上前腸骨棘のすぐ下方	脛骨粗面の内側	大腿神経 L2, L3	股関節屈曲, 外転, 外旋, 膝関節屈曲 (内旋)
大腿直筋	下前腸骨棘, 寛骨臼上縁	膝蓋骨底 (一部は膝蓋靭帯を介して脛骨粗面)	大腿神経 L2 ~ 4	股関節屈曲, 膝関節伸展
外側広筋	大転子の外側面, 大腿骨粗線の外側唇	膝蓋骨の外側および上縁, 中間広筋・大腿直筋の停止腱 (一部は膝蓋靭帯を介して脛骨粗面)	大腿神経 L2 ~ 4	膝関節伸展
内側広筋	大腿骨の転子間線の下部, 大腿骨粗線の内側唇	膝蓋骨の内側および上縁, 中間広筋の停止腱 (一部は膝蓋靭帯を介して脛骨粗面)	大腿神経 L2 ~ 4	膝関節伸展
中間広筋	大腿骨体の前面	膝蓋骨底 (一部は膝蓋靭帯を介して脛骨粗面)	大腿神経 L2 ~ 4	膝関節伸展
恥骨筋	恥骨上枝, 恥骨嚢, 恥骨靭帯	大腿骨の恥骨筋線	閉鎖神経・大腿神経 L2, L3	股関節内転, 屈曲
薄筋	恥骨下枝	脛骨上縁で縫工筋停止部の後方	閉鎖神経 L2 ~ 4	股関節内転 (屈曲, 内旋), 膝関節屈曲
長内転筋	恥骨結合前面と恥骨結節にわたる三角形の面	大腿骨粗線の内側唇中部1/3	閉鎖神経 L2 ~ 4	股関節内転 (屈曲, 外旋)
短内転筋	恥骨結合と恥骨結節の間	大腿骨粗線の内側唇上部1/3	閉鎖神経 L2, L3	股関節内転 (屈曲, 外旋)
大内転筋	坐骨下枝の前面, 坐骨結節の下面	大腿骨粗線の内側唇 (小転子から内側上顆まで)	閉鎖神経 (ときに脛骨神経) L2 ~ 4	股関節内転
大腿二頭筋	長頭: 坐骨結節の後面 (半腱様筋との共同腱), 短頭: 大腿骨粗線の外側唇の下方1/2	腓骨頭, 下腿筋膜	長頭: 脛骨神経 L5 ~ S2 短頭: 総腓骨神経 L4 ~ S1	股関節伸展 (外旋), 膝関節屈曲
半腱様筋	坐骨結節の内側面	脛骨上縁で薄筋停止部の後下方, 下腿筋膜	脛骨神経 L4 ~ S2	股関節伸展 (内旋), 膝関節屈曲 (屈曲位での内旋)
半膜様筋	坐骨結節	脛骨の内側顆, 斜膝窩靭帯, 下腿筋膜	脛骨神経 L4 ~ S2	股関節伸展 (内旋), 膝関節屈曲 (屈曲位での内旋)

* 主な作用を記載。括弧内は補助的な作用を意味する

表3 下腿の筋

筋名	起始	停止	支配神経	作用*
前脛骨筋	脛骨上方1/2の外側面、下腿骨間膜上方2/3の前面および下腿筋膜	内側楔状骨、第1中足骨底	深腓骨神経 L4～S1	足の背屈（内がえし）
長指伸筋	脛骨上端の外側面、腓骨の前縁、下腿骨間膜、下腿筋膜	第2～5指の指背腱膜	深腓骨神経 L4～S1	第2～5指の中足指節関節、近位・遠位指節関節の伸展、足の背屈（外がえし）
第三腓骨筋	腓骨下部の前面	第5中足骨底の背側	深腓骨神経 L4～S1	足の背屈（外がえし）
（足の）長母指伸筋	下腿骨間膜、腓骨中央部の内側面	母指の末節骨底	深腓骨神経 L4、L5	母指の中足指節関節、指節関節の伸展、足の背屈（内がえし）
長腓骨筋	脛骨の外側側、脛腓関節包、腓骨頭、腓骨外側縁の上方2/3、前・後下腿筋間中隔、下腿筋膜	内側楔状骨、第1中足骨底	浅腓骨神経 L5、S1	足の外がえし、底屈
短腓骨筋	腓骨の外側面	第5中足骨粗面	浅腓骨神経 L5、S1	足の外がえし、底屈
腓腹筋	内側頭：大腿骨の内側上顆、外側頭：大腿骨の外側上顆	踵骨隆起	脛骨神経 L5～S2	足の底屈、膝関節屈曲
ヒラメ筋	脛骨後面のヒラメ筋線、腓骨の内側縁、腓骨頭、ヒラメ筋腱弓	踵骨隆起	脛骨神経 L5～S3	足の底屈
足底筋	大腿骨の外側上顆、膝関節包	踵骨の内側	脛骨神経 L4～S1	足の底屈（膝関節屈曲）
膝窩筋	大腿骨の外側上顆、外側側副靭帯、膝関節包	脛骨後面（ヒラメ筋線の上方）	脛骨神経 L4～S1	膝関節屈曲（内旋）
後脛骨筋	脛骨の後面、腓骨の内側面、下腿骨間膜後面	舟状骨粗面、立方骨、内側・中間・外側楔状骨、第2～4中足骨の底側面	脛骨神経 L5～S2	足の底屈、内がえし
長指屈筋	脛骨の後面、下腿骨間膜後面	第2～5指の末節骨底	脛骨神経 L5～S2	第2～5指の中足指節関節、近位・遠位指節関節の屈曲、足の底屈、内がえし
（足の）長母指屈筋	腓骨後面下方2/3、下腿骨間膜後面の下部	母指の末節骨底	脛骨神経 L5～S2	母指の中足指節関節、指節関節の屈曲、足の底屈（内がえし）

*主な作用を記載。括弧内は補助的な作用を意味する

表4 足部の筋

筋名	起始	停止	支配神経	作用*
(足の)短母指伸筋	踵骨体の外側上面	母指基節骨底	深腓骨神経 L4～S1	母指の中足指節関節の伸展
短指伸筋	踵骨前部の背側面から外側面	第2～4指の指背腱膜	深腓骨神経 L4～S1	第2～4指の中足指節関節の伸展
母指外転筋	踵骨隆起の内側部、屈筋支帯、足底腱膜、舟状骨粗面	第1中足骨頭の下内側にある種子骨および母指基節骨底	内側足底神経 L5, S1	母指の中足指節関節の外転、屈曲
(足の)短母指屈筋	内側・中間楔状骨、足底踵骨立方靭帯および長足底靭帯	第1中足骨頭の内側・外側種子骨、母指基節骨底	内側足底神経 L5～S2	母指の中足指節関節の屈曲
(足の)母指内転筋	斜頭：立方骨、外側楔状骨、長足底靭帯、第2～4中足骨、横頭：第3～5中足指節関節包・中足骨頭	第1中足骨頭の外側種子骨、母指基節骨底	外側足底神経 S1, S2	母指の中足指節関節の内転、屈曲
(足の)小指外転筋	踵骨隆起の外側部、踵骨外側面、長足底靭帯	第5中足骨粗面、小指基節骨底	外側足底神経 S1, S2	第5指の中足指節関節の外転、屈曲
(足の)短小指屈筋	長足底靭帯および第5中足骨底	小指基節骨底	外側足底神経 S1, S2	第5指の中足指節関節の屈曲
短指屈筋	踵骨隆起の内側結節、足底腱膜	第2～5指の中節骨底	内側足底神経 L5, S1	第2～5指の近位指節間関節の屈曲
足底方形筋	踵骨の内側面および下面	長指屈筋腱の外側縁	外側足底神経 S1, S2	第2～5指の近位・遠位指節間関節の屈曲
(足の)虫様筋	長指屈筋の腱	第2～5指の基節骨内側、指背腱膜の内側	内側2筋：内側足底神経 L5, S1 外側2筋：外側足底神経 S1, S2	第2～5指の中足指節関節の屈曲、近位・遠位指節間関節の伸展
(足の)背側骨間筋	それぞれ第1～5中足骨の相対する面(2頭)	第1背側骨間筋：第2指基節骨底内側、第2～4背側骨間筋：第2～4指基節骨底外側	外側足底神経 S1, S2	第2～4指の中足指節関節の外転
底側骨間筋	第3～5中足骨の内側縁	第3～5指基節骨底内側	外側足底神経 S1, S2	第3～4指の中足指節関節の内転、屈曲

*主な作用を記載

③ 体軸骨格筋の起始・停止

表1 腹部の筋

筋名	起始	停止	支配神経	作用*
腹直筋	恥骨結合の前面、恥骨結節上縁	第5～7肋軟骨、剣状突起、肋剣靭帯	肋間神経 Th5～12	体幹前屈
錐体筋	恥骨上縁	腹直筋鞘、白線下端	肋下神経 Th12	体幹前屈
外腹斜筋	第5～12肋骨外面	腸骨稜外唇の前半、鼠径靭帯、白線	肋間神経 Th7～12	体幹対側回旋、側屈(屈曲)
内腹斜筋	鼠径靭帯、腸骨稜の中間線、胸腰筋膜の深葉	第10～12肋骨の下縁、腹直筋鞘、白線	肋間神経、腸骨下腹神経、腸骨鼠径神経 Th7～12	体幹対側回旋、側屈(屈曲)

(表1は次ページに続く)

表1 腹部の筋（つづき）

筋名	起始	停止	支配神経	作用*
腹横筋	第6～12肋軟骨の前面，胸腰筋膜，腸骨稜の内唇，鼠径靭帯の外側部	腹直筋鞘	肋間神経，腸骨下腹神経，腸骨鼠徑神経 Th 7～12	腹圧の上昇
腰方形筋	腸骨稜，腸腰靭帯，第2～3腰椎の肋骨突起	第12肋骨の下縁，第1～4腰椎の肋骨突起および第12肋骨	腰神経叢の枝 Th 12～L 3	腰椎の側屈

*主な作用を記載。括弧内は補助的な作用を意味する

表2 胸部の筋

筋名	起始	停止	支配神経	作用*
外肋間筋	上位肋骨外面の下縁	直下の肋骨上縁	肋間神経 Th 1～11	肋骨挙上（吸気）
内肋間筋	下位肋骨内面の上縁	直上の肋骨下縁および内面	肋間神経 Th 1～11	肋骨下制（呼気）
胸横筋	胸骨後面，剣状突起	第2～6肋軟骨	肋間神経 Th 2～6	肋骨下制（呼気）
横隔膜	腰椎部：第1～4腰椎体，内・外側弓状靭帯，肋骨部：第7～12肋軟骨の内面，胸骨部：剣状突起の後面，腹直筋鞘の後葉	腱中心	横隔神経 C 3～5	胸腔を広げる（吸気）

*主な作用を記載。浅胸筋群（大・小胸筋，鎖骨下筋，前鋸筋）は肩甲骨周囲の筋（p.207表1）を参照

表3 主な頸部の筋

筋名	起始	停止	支配神経	作用*
胸鎖乳突筋	胸骨柄の上縁および前面，鎖骨内側1/3	側頭骨の乳様突起，後頭骨の上項線	副神経，頸神経叢の枝 C 2，C 3	頭部の伸展，頸部の屈曲，側屈，対側回旋
前斜角筋	第3～6頸椎の横突起前結節	第1肋骨の前斜角筋結節	頸・腕神経叢の枝 C 4～6	第1肋骨の挙上，頸部の側屈
中斜角筋	第2～7頸椎の横突起前結節	第1肋骨の鎖骨下動脈溝後方の隆起	頸・腕神経叢の枝 C 3～8	第1肋骨の挙上，頸部の側屈
後斜角筋	第4～6頸椎の横突起後結節	第2肋骨の外側面	腕神経叢の枝 C 6～8	第2肋骨の挙上，頸部の側屈
頸長筋	垂直部：上位3胸椎，下位3頸椎の椎体，上斜部：第3～5頸椎の横突起，下斜部：第1～3胸椎の椎体	垂直部：第2～4頸椎の椎体，上斜部：環椎の前結節，下斜部：第6・7頸椎の横突起	頸・腕神経叢の枝 C 2～6	頸部の屈曲，側屈
頭長筋	第3～6頸椎の横突起の前結節	後頭骨の底部の下面	頸神経叢の枝 C 1～4	頭・頸部の屈曲，側屈
前頭直筋	環椎の外側塊および横突起	後頭骨の底部（大後頭孔の前）	第1・2頸神経の枝 C 1，C 2	頭部の屈曲
外側頭直筋	環椎の横突起の前部	頸静脈孔の後方外側部と後頭顆の外側部	第1・2頸神経の枝 C 1，C 2	頭部の側屈

*主な作用を記載。舌骨上・下筋群は省略

表4 主な背部の筋

筋名	起始	停止	支配神経	作用*
頭板状筋	第3～7頸椎の高さにある項靭帯、第1頸椎～第2または3胸椎の棘突起	側頭骨の乳様突起、後頭骨上項線の外側部	頸神経後枝の外側枝 C2～5	頭・頸部の伸展、側屈、同側回旋
頸板状筋	第3～6胸椎の棘突起	第1～2頸椎横突起の後結節	頸神経後枝の外側枝 C2～5	頸部の伸展、側屈、同側回旋
腸肋筋	腸骨稜、仙骨前面、第3～12肋骨の肋骨角上縁	第12～1肋骨の肋骨角、第7～4頸椎横突起	脊髄神経後枝の外側枝 C8～L1	体幹、頸部の伸展、側屈
最長筋	腸骨稜、胸腰筋膜、仙骨・腰椎の棘突起、第6胸椎～第3頸椎の横突起（頸椎では関節突起も含む）	全腰椎の副突起・肋骨突起、第12胸椎～第2頸椎横突起の後結節、側頭骨の乳様突起、第3～12肋骨の肋骨角	脊髄神経後枝の外側枝 C1～L5	体幹、頭・頸部の伸展、側屈
棘筋	第2腰椎～第11胸椎、および第2胸椎～第6頸椎の棘突起	第9～2胸椎、第4～2頸椎の棘突起	脊髄神経後の内側枝 C2～Th12	体幹、頭・頸部の伸展
半棘筋	第12胸椎～第3頸椎の横突起	第4胸椎～第2頸椎の棘突起、後頭骨の上項線と下項線の間	脊髄神経後枝の内側枝 C2～Th7	体幹、頭・頸部の伸展、対側回旋
多裂筋	仙骨の後面、全腰椎の乳様突起および副突起、全胸椎の横突起、第7～4頸椎の下関節突起	第2頸椎以下すべての椎骨の棘突起	脊髄神経後枝の内側枝 C3～S3	体幹、頭・頸部の伸展、対側回旋
回旋筋	第2頸椎以下すべての椎骨の横突起	直上あるいは1つの椎体を隔てた上位椎体の棘突起	脊髄神経後枝の内側枝 C3～S3	体幹、頸部の対側回旋
大後頭直筋	軸椎の棘突起	後頭骨下項線の中央1/3	後頭下神経 C1	頭部の伸展、同側回旋
小後頭直筋	環椎の後結節	後頭骨下項線の内側1/3	後頭下神経 C1	頭部の伸展、同側回旋
上頭斜筋	環椎の横突起の前部	後頭骨の下項線	後頭下神経 C1	環椎後頭関節の伸展、側屈、対側回旋
下頭斜筋	軸椎の棘突起	環椎の横突起	後頭下神経 C1	環椎後頭関節の伸展、側

* 主な作用を記載。浅背筋群（僧帽筋、広背筋、菱形筋、肩甲挙筋）は肩甲骨周囲の筋（p.207 表1）、肩周囲の筋（p.207 表2）を参照

表5 咀嚼筋

筋名	起始	停止	支配神経	作用*
咬筋	頬骨弓	下顎枝・下顎角の外側面	下顎神経の咬筋神経	下顎骨の挙上（閉口）
側頭筋	側頭骨の側頭面全域、側頭筋膜の内面	下顎骨の筋突起、下顎枝	下顎神経の深側頭神経	下顎骨の挙上（閉口）
外側翼突筋	上頭：蝶形骨の側頭下稜、蝶形骨大翼の側頭下面、下頭：翼状突起の外側板	下顎骨の関節突起、関節円板、関節包	下顎神経の外側翼突筋神経	上頭：下顎骨の挙上（閉口）、下頭：下顎骨の前方に牽引（開口）
内側翼突筋	蝶形骨の翼状突起後面の翼突窩	下顎骨内面の翼突筋粗面	下顎神経の内側翼突筋神経	下顎骨の挙上（閉口）

* 主な作用を記載