自主研コスモ

肢体の障害（脳内出血）の検査法を中心に

2025/10/25

小林勝哉

目次

様式第120号の3より

１）⑮手（足）指関節の他動稼働域
２）⑯関節可動域及び筋力
３）参考_⑰四肢長及び四肢囲
参考情報

⑮手（足）指関節の他動稼働域

手（足）指関節の他動稼働域

１・指（足）関節の名称

手と足の指の関節は、指先から順に名前がついています。

DIP (遠位指節間関節)：指先に一番近い関節

PIP (近位指節間関節)：指先に2番目に近い関節

指を曲げたり伸ばしたりする動き（屈曲・伸展）

MP (中手指節関節)：指の付け根の関節

屈曲・伸展と、広げたり閉じたり（外転・内転）もできる

※足指も同じ、名称に「足」がつく（例：中足趾節関節）

手（足）指関節の他動稼働域

１・指関節の名称

（出典）京大リウマチ通信 第35号

手（足）指関節の他動稼働域

１・足関節の名称

（出典）京大リウマチ通信 第35号

手（足）指関節の他動稼働域

２・他動稼働域の測定

他者が関節を動かして、その可動範囲を測定すること。

左右ともに、**母指（親指）、示指（人差し指）、中指、環指（薬指）、小指**について測定。

それぞれ、**屈曲（指を曲げる動き）と伸展（指をまっすぐ伸ばす動き）**の角度を測定。

測定結果は、自動（自力で動かせる）、運動（動かせる可能性がある）、不能（動かすことができない）、および角度（他動可動域の具体的な角度）などが記載される。

※ゴニオメーター（分度器のような専用の器具）で測定

手（足）指関節の他動稼働域

２・他動稼働域の測定

※ゴニオメーター（分度器のような専用の器具）で測定

（出典）履正社国際医療スポーツ専門学校

⑯関節可動域及び筋力

関節稼働域及び筋力

１・部位と運動の種類　・・・　基本的には**解剖学的肢位**

関節可動域ならびに測定法

https://www.jarm.or.jp/member/document/kadou/02.pdf

（**基本肢位 Neutral Zero Position を採用**しているので、Neutral Zero Starting Position に修正を加え，両側の足部長軸を平行にした直立位での肢位が基本肢位で、**概ね解剖学的肢位と一致する。**

ただし、肩関節水平屈曲・伸展については肩関節外転 90°の肢位、肩関節外旋・内旋については肩関節外転 0°で肘関節 90°屈曲位、前腕の回外・回内については手掌面が矢状面にある肢位、股関節外旋・内旋について は股関節屈曲 90°で膝関節屈曲 90°の肢位をそれぞれ基本肢位とする。）

関節稼働域及び筋力

１・部位と運動の種類

・・・　数値は、**(附)　関節可動域参考値一覧表**　を参考

・・・　（参考）解剖学的肢位（かいぼうがくてきしい）とは

解剖学で人体の標準的な基準となる直立姿勢。

顔を正面に向け、肩幅を広く開いて両腕をまっすぐ体の側面に下ろし、手のひらを前に向け、足を平行にして立つ姿勢のこと。

関節の可動域測定や、リハビリテーションの基準（基本肢位またはゼロ・ポジションとも呼ばれる）や、方向を示す基準として重要なもの。

関節稼働域及び筋力

１・部位と運動の種類

肩関節（屈曲、伸展、内転、外転）

屈曲　関節を曲げる、または関節の角度を小さくする動き

伸展　関節を伸ばす、または関節の角度を大きくする動き

内転　体の中心線に近づける方向に動かすこと

外転　体の中心線から遠ざかる方向に動かすこと

肘関節（屈曲、伸展）

関節稼働域及び筋力

１・部位と運動の種類

前腕　（回内、回外）

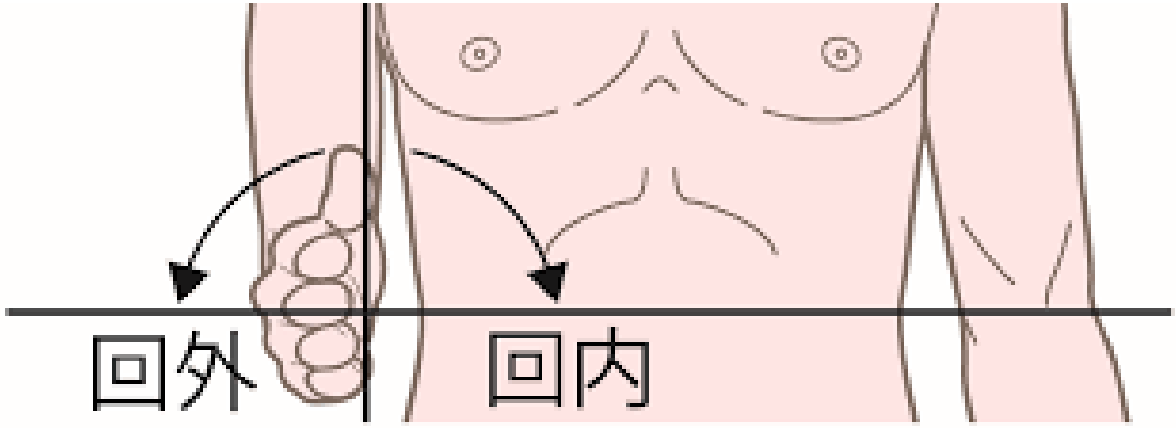
回内　前腕を内側にひねり、

手のひらを下に（あるいは後ろに）向ける動き

回外　前腕を外側にひねり、

手のひらを上に（あるいは前に）向ける動き

（例）



関節稼働域及び筋力

１・部位と運動の種類

手関節（背屈、掌屈）

背屈　手首を手の甲側（体の外側）に反らす動き

掌屈　手首を手のひら側（体の内側）に曲げる動き

股関節（屈曲、伸展、内転、外転）

膝関節（屈曲、伸展）

関節稼働域及び筋力

１・部位と運動の種類

足関節（背屈、底屈）

背屈　足のつま先を、すね（足の甲側）に近づけるように、
足首を上げる動き

底屈　足の裏側（足底）に、つま先を伸ばすように、
足首を下げる動き

関節稼働域及び筋力

２・関節可動域（角度）

剛直肢位

関節が硬く固まって動かせなくなった状態の可動域

他動可動域

誰かに動かしてもらって初めて動く関節の可動域

関節稼働域及び筋力

３・筋力

徒手による筋力検査

５段階

正常　（手で加える十分な抵抗を排し自動可能）

やや減（手をおいた程度の抵抗を排し自動可能）

半減　（抵抗には抗し得ないが自分の体の重さに抗し自動可）

著減　（自分の体の重さに抗し得ないが他の体位では自動可）

消失　（いかなる体位でも関節の自動が不能）

参考_⑰四肢長及び四肢囲

四肢長及び四肢囲

1・**左右**それぞれ6種類測定

上肢長

上腕囲

前腕囲

下肢長

大腿囲

下腿囲

図1　上肢計測部位

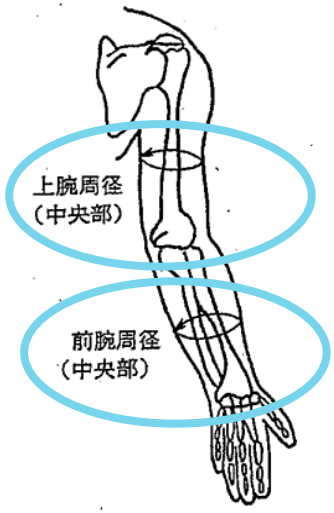


図2　下肢計測部位

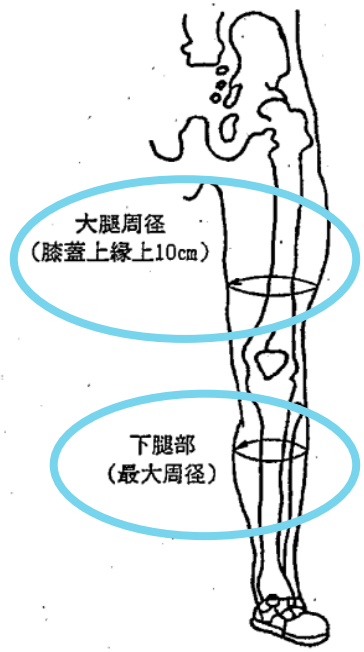


図3　上肢長

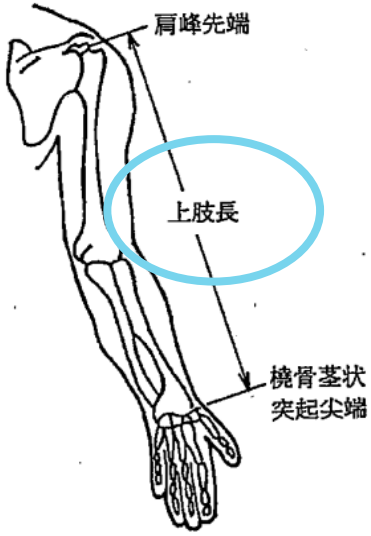
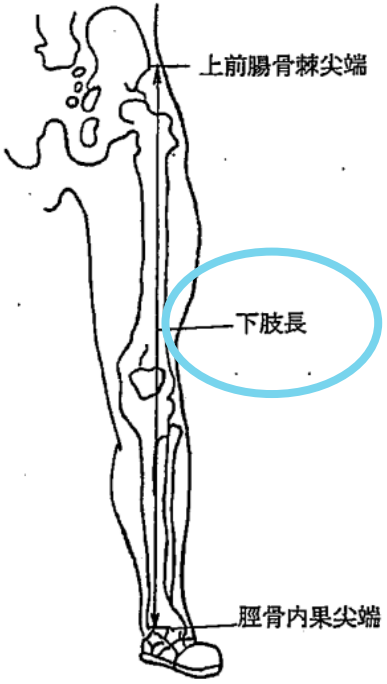


図4　下肢長



参考情報

【参考資料】

参考情報

１・肢体の障害が広範囲にわたる障害（脳血管障害など）の場合には、肢体の機能の障害として認定する。

２・脳血管障害による片麻痺とともに言語障害などの障害が併存する場合には、それらの障害も認定の対象となるので、診断書に具体的に記載する。

３・「関節可動域表示ならびに測定法」の改訂履歴

- 1794年（昭和49年）改訂　日本整形外科学会と日本リハビリテーション医学会が協議
- 1995年（平成7年）2月改訂　運用上の問題を中心に、日本整形外科学会および日本リハビリテーション医学会が協議
- 2022年（令和4年）4月改訂　足関節・足部・趾に関する用語の問題を中心に、日本整形外科学会、日本リハビリテーション医学会、日本足の外科学会が協議

https://www.jarm.or.jp/member/kadou.html

- 2022年（令和6年）6月修正　2022 年 4 月改訂、関節可動域表示ならびに測定法の修正について　日本リハビリテーション医学会

https://jspo.jp/pdf/rangeofmotion2022.pdf