

第3回 あん摩マッサージ指圧甲子園 2026

参加選手の皆さまへ

触察課題部位の公表について

このたび、第3回あん摩マッサージ指圧甲子園 2026 における触察課題部位を以下のとおり公表いたします。練習・準備の際の参考としてください。

【筋肉】

以下の筋について、筋繊維の走行に対して直交するように指を動かして、筋腹を確認してください。

- ・ 棘下筋
- ・ 肩甲挙筋
- ・ 頭板状筋
- ・ 腰部多裂筋

触察方法例

棘下筋：肩甲棘下方にある棘下筋の筋腹を確認、肩関節を外旋させることで筋収縮を確認できる。

肩甲挙筋：乳様突起下方にある頸椎横突起上、甲状軟骨の高さで横突起から肩甲骨上角に向けて走る筋腹を確認。同部位で肩甲骨挙上、または肩関節伸展することで筋収縮が確認できる。

頭板状筋：外側縁が停止する乳様突起を触知して、起始部に向かって走る筋腹が確認できる。頸部を同側に側屈か回旋で筋収縮を確認できる。

腰部多裂筋：第5腰椎棘突起の外側1～2センチ外側で縦に走る筋腹を確認。その部で、腰椎を伸展か下肢伸展させると筋収縮を確認できる。

【骨】

以下の骨指標を正確に触察してください。

- ・ 肩甲棘（棘三角から肩峰角付近までをなぞるように確認すること）
- ・ 第4腰椎棘突起（ヤコビー線を指標に確認すること）
- ・ 大転子（下肢を内外旋して確認すること）

審査員は、伏臥位、肩関節外転90度程度で前腕はベッド下に下垂した状態で待機しています。

当日の触察課題は、上記の中から選定されます。解剖学的理解を深めたうえで、的確な触察技術を発揮できるよう練習に励んでください。