

			筋肉名	起始	停止	支配神経	作用
体幹	胸筋	浅胸筋	大胸筋	鎖骨(内側1/2) 胸骨と肋軟骨 腹直筋鞘	大結節稜	内側胸筋神経 外側胸筋神経	肩関節の屈曲, 内転・内旋
体幹	胸筋	浅胸筋	小胸筋	第2~5肋骨	烏口突起	内側胸筋神経 外側胸筋神経	呼吸補助筋
体幹	胸筋	浅胸筋	鎖骨下筋	第1肋骨	鎖骨下面	鎖骨下筋神経	鎖骨を下内方に引き、胸鎖関節を保護する。
体幹	胸筋	浅胸筋	前鋸筋	第1~8肋骨	肩甲骨内側縁	長胸神経	肩甲骨を前に引く。 下角を前に引いて肩甲骨を回す。
体幹	胸筋	深胸筋	外肋間筋	各肋間隙を満たす最表層筋。 後方では肋骨結節から起始、筋束は前下方へ斜めに走る。 前方は腱膜様となり、外肋間膜という。		肋間神経	肋骨を引きあげて胸郭を広げ、 息を吸いこむ(吸気筋)。
体幹	胸筋	深胸筋	内肋間筋	肋間隙の中層筋。 筋束は前上方へ斜めに走る。後方は腱膜様となり、内肋間膜という。		肋間神経	肋骨を引きさげて胸郭を狭め、 息を吐き出す(呼気筋)。
体幹	胸筋	深胸筋	最内肋間筋	肋間隙の最内層筋。 内肋間筋の内面で同じ走向をもつ筋束であるが、肋間神経・動脈・静脈が両者を分ける。		肋間神経	肋骨を引きさげて胸郭を狭め、 息を吐き出す(呼気筋)。
体幹	胸筋	深胸筋	肋下筋	胸郭後壁の内面にある。 最内肋間筋の分束で、第2~3肋間にまたがる。		肋間神経	肋骨を引きさげて胸郭を狭め、 息を吐き出す(呼気筋)。
体幹	胸筋	深胸筋	胸横筋	胸郭前壁の内面で、胸骨から斜上方へ走る。	第2~6肋軟骨へ至る。	肋間神経	肋骨を引きさげて胸郭を狭め、 息を吐き出す(呼気筋)。
体幹	胸筋	深胸筋	肋骨挙筋	胸郭後壁の外面にある。 起始は各胸椎の横突起で斜め下外側に扇状に広がる。	1つまたは2つ下の肋骨につく。	脊髄神経後枝	肋骨を引き上げ息を吸う。 (吸気筋)
体幹	胸筋	横隔膜	横隔膜	腰椎部:第1~4腰椎の椎体前面、 第12肋骨尖端 肋骨部:第7~12肋軟骨の内面 胸骨部:剣状突起よりの小さい筋束	腱中心 (膜状筋板は円蓋状に集まる。中心部は腱膜化し、クローバー状を呈す)	横隔神経	吸気筋 (収縮すると胸腔は広がり、弛緩すると胸腔は狭まる)
体幹	腹筋	前腹筋	腹直筋	恥骨結合 恥骨	第5~7 肋軟骨前面 剣状突起前面	肋間神経(第7~12胸神経)	体幹を前屈
体幹	腹筋	前腹筋	錐体筋	恥骨	白線	肋下神経 腸骨下腹神経	腹直筋の働きを助ける。
体幹	腹筋	側腹筋	外腹斜筋	第5~12肋骨の外面	腹直筋鞘 鼠径靭帯 腸骨稜	肋間神経 (第5~12胸神経) 腸骨下腹神経	肋骨を引き下げ、脊柱を前屈。 体幹をまわし、側屈する。 腹圧を高める。
体幹	腹筋	側腹筋	内腹斜筋	胸腰筋膜 腸骨稜 鼠径靭帯	第10-12肋骨下縁 腹直筋鞘	肋間神経 (第10~12胸神経) 腸骨下腹神経	肋骨を引き下げ、脊柱を前屈。 体幹をまわし、側屈する。 腹圧を高める。
体幹	腹筋	側腹筋	腹横筋	第7~12肋軟骨内面 胸腰筋膜 腸骨稜 鼠径靭帯	腹直筋鞘	肋間神経 (第7~12胸神経) 腸骨下腹神経	肋骨を引き下げ、脊柱を前屈。 体幹をまわし、側屈する。 腹圧を高める。

体幹	腹筋	後腹筋	腰方形筋	腸骨稜	第12肋骨	腰神経叢	腰椎の側屈, 両側が同時に働けば腰椎の後屈
体幹	背筋	浅背筋	僧帽筋	外後頭隆起 項韧带 棘突起(全胸椎+第7頸椎)	肩甲棘 肩峰 鎖骨外側1/3	副神経 第2~4頸神経	上部は肩甲骨と鎖骨の挙上. 中部は肩甲骨を内方に引き固定. 下部は肩甲骨を回転し, 上腕の挙上を助ける.
体幹	背筋	浅背筋	広背筋	棘突起(第7胸椎以下の胸椎, 腰椎, 仙骨) 腸骨稜 下位(第9~12)肋骨 肩甲骨下角	小結節稜	胸背神経	肩関節の内転・内旋さらに背部へ回るように働く.
体幹	背筋	浅背筋	肩甲挙筋	第1~4頸椎横突起	肩甲骨上角	肩甲背神経	肩甲骨を上内方に引く.
体幹	背筋	浅背筋	小菱形筋	第6・7頸椎棘突起	肩甲骨内側縁上部	肩甲背神経	肩甲骨を上内方に引く.
体幹	背筋	浅背筋	大菱形筋	第1~4胸椎棘突起	肩甲骨内側縁	肩甲背神経	肩甲骨を上内方に引く.
体幹	背筋	深層筋の第1層(棘肋筋)	上後鋸筋	第5頸椎~第2胸椎の棘突起, 項韧带	第2~5肋骨	肋間神経(第1~4胸神経)	肋骨を引き上げる(吸息の補助筋).
体幹	背筋	深層筋の第1層(棘肋筋)	下後鋸筋	第10胸椎~第2腰椎の棘突起	第9~12肋骨	肋間神経(第9~12胸神経)	肋骨を引き下げる(呼息の補助筋)
体幹	背筋	深層筋の第2層	板状筋	下位(第4~7)頸椎および上位(第1~5)胸椎の棘突起	乳様突起(側頭骨) 第1~2頸椎横突起	脊髄神経後枝	頭および脊柱の背屈と側屈
体幹	背筋	深層筋の第2層	脊柱起立筋	仙骨の背面 下部腰椎棘突起 腸骨稜	最も外側に位置し, 肋骨に終わる(腸肋筋). 中間部に位置し, 横突起または肋骨に終わる(最長筋). 内側に位置し, 上位の棘突起に終わる(棘筋).	脊髄神経後枝	頭および脊柱の背屈と側屈
体幹	背筋	深層筋の第2層	横突棘筋	横突起	棘突起に終わる	脊髄神経後枝	頭および脊柱の背屈と側屈
体幹	背筋	後頭下筋	小後頭直筋	環椎の後結節から起こり, 外上方に広がる.	後頭骨の下項線の内側部の下方.	後頭下神経	主として頭を後に引いて直立位に保持する. 一側が働けば同側に曲げる. また下頭斜筋は同側に回す.
体幹	背筋	後頭下筋	大後頭直筋	軸椎の棘突起から起こり, 小後頭直筋の外側部の一部と重なりながら外上方に広がる.	後頭骨の下項線の外側部.	後頭下神経	主として頭を後に引いて直立位に保持する. 一側が働けば同側に曲げる. また下頭斜筋は同側に回す.
体幹	背筋	後頭下筋	上頭斜筋	環椎の横突起前部から起こり, 斜めに後上方に走る.	大後頭直筋の停止を一部おあって, その外上方.	後頭下神経	主として頭を後に引いて直立位に保持する. 一側が働けば同側に曲げる. また下頭斜筋は同側に回す.
体幹	背筋	後頭下筋	下頭斜筋	軸椎の棘突起から起こり, 斜めに外上方に走る.	環椎の横突起の後部.	後頭下神経 大後頭神経	主として頭を後に引いて直立位に保持する. 一側が働けば同側に曲げる. また下頭斜筋は同側に回す.

上肢	上肢帯の筋	上肢帯の筋	棘上筋	棘上窩	大結節	肩甲上神経	肩関節の外転
上肢	上肢帯の筋	上肢帯の筋	棘下筋	棘下窩	大結節	肩甲上神経	肩関節の外旋
上肢	上肢帯の筋	上肢帯の筋	小円筋	肩甲骨外側縁	大結節	腋窩神経	肩関節の外旋
上肢	上肢帯の筋	上肢帯の筋	三角筋	肩峰 肩甲棘 鎖骨の外側1/3	三角筋粗面	腋窩神経	肩関節の外転(側方拳上) 屈曲(前方拳上) 伸展(後方拳上)
上肢	上肢帯の筋	上肢帯の筋	肩甲下筋	肩甲下窩	小結節	肩甲下神経	肩関節の内旋
上肢	上肢帯の筋	上肢帯の筋	大円筋	肩甲骨下角	小結節稜	肩甲下神経	肩関節の内旋・内転
上肢	上腕の筋	上腕の屈筋群	烏口腕筋	烏口突起	上腕骨体	筋皮神経	肩関節の屈曲、内転
上肢	上腕の筋	上腕の屈筋群	上腕二頭筋 1. 長頭	関節上結節	橈骨粗面	筋皮神経	肘関節の屈曲、前腕の回外
上肢	上腕の筋	上腕の屈筋群	上腕二頭筋 2. 短頭	烏口突起	橈骨粗面	筋皮神経	肘関節の屈曲、前腕の回外
上肢	上腕の筋	上腕の屈筋群	上腕筋	上腕骨前面の下半部	尺骨粗面	筋皮神経	肘関節の屈曲
上肢	上腕の筋	上腕の伸筋群	上腕三頭筋 1. 長頭	関節下結節	肘頭	橈骨神経	肘関節の伸展
上肢	上腕の筋	上腕の伸筋群	上腕三頭筋 2. 外側頭	上腕骨外側面	肘頭	橈骨神経	肘関節の伸展
上肢	上腕の筋	上腕の伸筋群	上腕三頭筋 3. 内側頭	上腕骨後面	肘頭	橈骨神経	肘関節の伸展
上肢	上腕の筋	上腕の伸筋群	肘筋	外側上顆	尺骨上部後面	橈骨神経	肘関節の伸展

上肢	前腕の筋	前腕浅層の屈筋群	円回内筋 1. 上腕頭	内側上顆	円回内筋粗面	正中神経	前腕の回内と肘関節の屈曲
上肢	前腕の筋	前腕浅層の屈筋群	円回内筋 2. 尺骨頭	鉤状突起	円回内筋粗面	正中神経	前腕の回内と肘関節の屈曲
上肢	前腕の筋	前腕浅層の屈筋群	橈側手根屈筋	内側上顆	第2・3中手骨底	正中神経	手関節の屈曲・外転(橈屈)
上肢	前腕の筋	前腕浅層の屈筋群	長掌筋	内側上顆	手掌腱膜	正中神経	手関節の屈曲
上肢	前腕の筋	前腕浅層の屈筋群	浅指屈筋 1. 上腕尺骨頭	内側上顆 尺骨粗面	第2～5中節骨底	正中神経	第2～5指のMP関節およびPIP関節を屈曲
上肢	前腕の筋	前腕浅層の屈筋群	浅指屈筋 2. 橈骨頭	橈骨上部の前面	第2～5中節骨底	正中神経	第2～5指のMP関節およびPIP関節を屈曲
上肢	前腕の筋	前腕浅層の屈筋群	尺側手根屈筋 1. 上腕頭	内側上顆	豆状骨, 第5中手骨底	尺骨神経	手関節の屈曲と内転(尺屈)
上肢	前腕の筋	前腕浅層の屈筋群	尺側手根屈筋 2. 尺骨頭	尺骨上半部の後縁	豆状骨, 第5中手骨底	尺骨神経	手関節の屈曲と内転(尺屈)
上肢	前腕の筋	前腕深層の屈筋群	深指屈筋	尺骨前面 前腕骨間膜	第2～5末節骨底	橈側半は正中神経, 尺側半は尺骨神経	第2～5指のDIP関節を屈曲
上肢	前腕の筋	前腕深層の屈筋群	長母指屈筋	橈骨前面 前腕骨間膜	母指末節骨底	正中神経	母指のMP, IP関節を屈曲
上肢	前腕の筋	前腕深層の屈筋群	方形回内筋	尺骨下部前面	橈骨下部前面	正中神経	前腕の回内
上肢	前腕の筋	前腕浅層の伸筋群	腕橈骨筋	上腕骨下部 外側縁	橈骨茎状突起	橈骨神経	肘関節の屈曲
上肢	前腕の筋	前腕浅層の伸筋群	長橈側手根伸筋	外側上顆	第2中手骨底	橈骨神経	手関節の伸展(背屈)と外転(橈屈)
上肢	前腕の筋	前腕浅層の伸筋群	短橈側手根伸筋	外側上顆	第3中手骨底	橈骨神経	手関節の伸展(背屈)と外転(橈屈)
上肢	前腕の筋	前腕浅層の伸筋群	総指伸筋	外側上顆	第2～5指の中節骨と末節骨	橈骨神経	手関節の伸展(背屈)と第2～5指の伸展
上肢	前腕の筋	前腕浅層の伸筋群	小指伸筋	外側上顆	第5指の指伸筋腱	橈骨神経	第5指の伸展
上肢	前腕の筋	前腕浅層の伸筋群	尺側手根伸筋	外側上顆 尺骨後面	第5中手骨底	橈骨神経	手関節の伸展と内転(尺屈)
上肢	前腕の筋	前腕深層の伸筋群	回外筋	外側上顆 尺骨回外筋稜	橈骨上部外側面	橈骨神経	前腕の回外
上肢	前腕の筋	前腕深層の伸筋群	長母指外転筋	橈骨および尺骨後面, 前腕骨間膜	第1中手骨底	橈骨神経	母指の外転
上肢	前腕の筋	前腕深層の伸筋群	短母指伸筋	橈骨下部後面 前腕骨間膜	母指基節骨底	橈骨神経	母指のMP関節の伸展
上肢	前腕の筋	前腕深層の伸筋群	長母指伸筋	尺骨後面 前腕骨間膜	母指末節骨底	橈骨神経	母指のIP関節の伸展
上肢	前腕の筋	前腕深層の伸筋群	示指伸筋	尺骨下部後面 前腕骨間膜	第2指の背側腱膜	橈骨神経	示指の伸展

上肢	手の筋 (手内筋)	母指球筋	短母指外転筋	舟状骨・屈筋支帯	母指基節骨底	正中神経	母指の外転
上肢	手の筋 (手内筋)	母指球筋	母指対立筋	大菱形骨 屈筋支帯	第1中手骨体の橈側縁	正中神経	母指の対立運動
上肢	手の筋 (手内筋)	母指球筋	短母指屈筋 1. 浅頭	屈筋支帯	母指基節骨底	正中神経	母指MP関節の屈曲
上肢	手の筋 (手内筋)	母指球筋	短母指屈筋 2. 深頭	大・小菱形骨 第2中手骨底	母指基節骨底	尺骨神経	母指MP関節の屈曲
上肢	手の筋 (手内筋)	母指球筋	母指内転筋 1. 横頭	第3中手骨手掌面	母指基節骨底	尺骨神経	母指の内転
上肢	手の筋 (手内筋)	母指球筋	母指内転筋 2. 斜頭	有頭骨	母指基節骨底	尺骨神経	母指の内転
上肢	手の筋 (手内筋)	小指球筋	短掌筋	手掌腱膜の尺側縁	小指球の皮膚	尺骨神経	小指球の尺側縁の皮膚の緊張
上肢	手の筋 (手内筋)	小指球筋	小指外転筋	豆状骨・屈筋支帯	小指基節骨底	尺骨神経	小指の外転
上肢	手の筋 (手内筋)	小指球筋	短小指屈筋	有鉤骨、屈筋支帯	小指基節骨底	尺骨神経	小指のMP関節の屈曲
上肢	手の筋 (手内筋)	小指球筋	小指対立筋	有鉤骨、屈筋支帯	第5中手骨の尺側縁	尺骨神経	小指が母指と向かい合うのを助ける (第5中手骨を前方に引くことによる)。
上肢	手の筋 (手内筋)	中手筋	虫様筋	第2～5指に向かう個々の深指屈筋腱の橈側より起こる。	第2～5指の個々の基節骨の橈側を通り指伸筋腱に入る。	第1・2虫様筋は正中神経、 他は尺骨神経	第2～5指のMP関節を屈曲させ、 IP関節の伸展を助ける。
上肢	手の筋 (手内筋)	中手筋	掌側骨間筋	3個あり、第2中手骨の尺側と第4・5中手骨の橈側より、各1頭をもって起こる	それぞれ第2指の基節骨底尺側と第4・5指の基節骨底橈側に終わる。	尺骨神経	第3指にすべての指を近づける(指の内転)。
上肢	手の筋 (手内筋)	中手筋	背側骨間筋	4個あり、2頭をもって第1～5中手骨の対向面より起こる。	第1・2背側骨間筋はそれぞれ第2・3指基節骨底の橈側に、 第3・4背側骨間筋はそれぞれ第3・4指基節骨の尺側に終わる。	尺骨神経	第3指を中心に指を開く(指の外転)。

下肢	下肢帯の筋	内寛骨筋	腸腰筋 1. 腸骨筋	腸骨窩	小転子	大腿神経	股関節の屈曲(大腿の前方挙上), 下肢を固定すると上半身は前に曲がる。
下肢	下肢帯の筋	内寛骨筋	腸腰筋 2. 大腰筋	全腰椎の肋骨突起, 第12胸椎～第4腰椎の椎体と椎間円板		腰神経叢	股関節の屈曲(大腿の前方挙上), 下肢を固定すると上半身は前に曲がる。
下肢	下肢帯の筋	外寛骨筋	大殿筋	腸骨外面(後殿筋線より後ろ), 仙骨と尾骨の後面, 仙結節靭帯	殿筋粗面, 腸脛靭帯	下殿神経	股関節の伸展(大腿を後方に引く). 腸脛靭帯の緊張により膝関節を伸展し, 直立姿勢を保つ. 股関節の外転(上部の筋)と外旋
下肢	下肢帯の筋	外寛骨筋	中殿筋	腸骨外面(前殿筋線と後殿筋線の間)	大転子	上殿神経	股関節の外転銀1方挙上 前部の筋は内旋
下肢	下肢帯の筋	外寛骨筋	小殿筋	腸骨外面(前殿筋線と下殿筋線の間)	大転子	上殿神経	股関節の外転, 内旋
下肢	下肢帯の筋	外寛骨筋	大腿筋膜張筋	上前腸骨棘	腸脛靭帯	上殿神経	股関節の屈曲, 外転, 内旋 膝関節の伸展, 外旋
下肢	下肢帯の筋	外寛骨筋	梨状筋	仙骨前面	大転子	仙骨神経叢	股関節の外旋 股関節が屈曲しているときは 股関節の外転
下肢	下肢帯の筋	外寛骨筋	内閉鎖筋	閉鎖膜の内面	転子窩	仙骨神経叢	股関節の外旋 股関節が屈曲しているときは 股関節の外転
下肢	下肢帯の筋	外寛骨筋	上双子筋	坐骨棘	転子窩	仙骨神経叢	股関節の外旋 股関節が屈曲しているときは 股関節の外転
下肢	下肢帯の筋	外寛骨筋	下双子筋	坐骨結節	転子窩	仙骨神経叢	股関節の外旋 股関節が屈曲しているときは 股関節の外転
下肢	下肢帯の筋	外寛骨筋	大腿方形筋	坐骨結節	転子間稜	仙骨神経叢	股関節の外旋

下肢	大腿の筋	大腿 前面の筋	縫工筋	上前腸骨棘	脛骨粗面の内側 (鷲足の形成)	大腿神経	股関節の屈曲, 外転, 外旋, 膝関節の屈曲, 内旋
下肢	大腿の筋	大腿 前面の筋	大腿四頭筋 1. 大腿直筋	下前腸骨棘	4つの筋は合して膝蓋骨につ き, 膝蓋靭帯をへて脛骨粗面に 終わる.	大腿神経	膝関節の伸展 大腿直筋は股関節の屈曲も行 う
下肢	大腿の筋	大腿 前面の筋	大腿四頭筋 2. 外側広筋	粗線外側唇	4つの筋は合して膝蓋骨につ き, 膝蓋靭帯をへて脛骨粗面に 終わる.	大腿神経	膝関節の伸展
下肢	大腿の筋	大腿 前面の筋	大腿四頭筋 3. 中間広筋	大腿骨前面	4つの筋は合して膝蓋骨につ き, 膝蓋靭帯をへて脛骨粗面に 終わる.	大腿神経	膝関節の伸展
下肢	大腿の筋	大腿 前面の筋	大腿四頭筋 4. 内側広筋	粗線内側唇	4つの筋は合して膝蓋骨につ き, 膝蓋靭帯をへて脛骨粗面に 終わる.	大腿神経	膝関節の伸展
下肢	大腿の筋	大腿 前面の筋	膝関節筋	大腿骨下部前面	膝関節包	大腿神経	膝関節の関節包を上方に引 く.
下肢	大腿の筋	大腿 内面の筋 (内転筋群)	恥骨筋	恥骨楯	恥骨筋線	大腿神経 ※約20%の人では 閉鎖神経の支配を受け る.	股関節の内転, 屈曲
下肢	大腿の筋	大腿 内面の筋 (内転筋群)	長内転筋	恥骨体(前面)	粗線内側唇	閉鎖神経	股関節の内転, 屈曲
下肢	大腿の筋	大腿 内面の筋 (内転筋群)	短内転筋	恥骨下枝(外面)	粗線内側唇	閉鎖神経	股関節の内転, 屈曲
下肢	大腿の筋	大腿 内面の筋 (内転筋群)	大内転筋	恥骨下枝, 坐骨枝, 坐骨結節	粗線内側唇 内転筋結節	閉鎖神経 (一部, 坐骨神経)	股関節の内転筋の上方は股関 節の屈曲, 下方は伸展
下肢	大腿の筋	大腿 内面の筋 (内転筋群)	薄筋	恥骨下枝(前面)	脛骨粗面の内側 (鷲足の形成)	閉鎖神経	股関節の内転膝関節の屈曲, 内旋
下肢	大腿の筋	大腿 内面の筋 (内転筋群)	外閉鎖筋	閉鎖膜の外面	転子窩	閉鎖神経	股関節の外旋, 内転
下肢	大腿の筋	大腿 後面の筋 (屈筋群)	大腿二頭筋 1. 長頭	坐骨結節	腓骨頭	坐骨神経 (脛骨神経)	膝関節の屈曲, 外旋 長頭は股関節の伸展も行う
下肢	大腿の筋	大腿 後面の筋 (屈筋群)	大腿二頭筋 2. 短頭	粗線外側唇	腓骨頭	坐骨神経 (総腓骨神経)	膝関節の屈曲, 外旋 長頭は股関節の伸展も行う
下肢	大腿の筋	大腿 後面の筋 (屈筋群)	半腱様筋	坐骨結節	脛骨粗面の内側 (鷲足の形成)	坐骨神経 (脛骨神経)	股関節の伸展 膝関節の屈曲, 内旋
下肢	大腿の筋	大腿 後面の筋 (屈筋群)	半膜様筋	坐骨結節	脛骨内側顆の後部	坐骨神経 (脛骨神経)	股関節の伸展 膝関節の屈曲, 内旋

下肢	下腿の筋	下腿 前面の筋 (伸筋群)	前脛骨筋	脛骨外側面, 下腿骨間膜	内側楔状骨, 第1中足骨底(底面)	深腓骨神経	足の背屈, 内反
下肢	下腿の筋	下腿 前面の筋 (伸筋群)	長母指伸筋	脛骨外側面, 下腿骨間膜	足背の母指末節骨底	深腓骨神経	母指の伸展 足の背屈, 内反
下肢	下腿の筋	下腿 前面の筋 (伸筋群)	長指伸筋	腓骨内側面, 脛骨外側頭, 下腿骨間膜	第2~5指の指背腱膜に移行し, 中節骨と末節骨に終わる	深腓骨神経	第2~5指の伸展 足の背屈, 外反
下肢	下腿の筋	下腿 前面の筋 (伸筋群)	第三腓骨筋	腓骨内側面, 下腿骨間膜	第5中足骨底(背面)	深腓骨神経	足の背屈, 外反
下肢	下腿の筋	下腿 外側面の筋 (腓骨筋群)	長腓骨筋	腓骨頭, 腓骨上部外側面	内側楔状骨, 第1中足骨底(底面)	浅腓骨神経	足の底屈, 外反
下肢	下腿の筋	下腿 外側面の筋 (腓骨筋群)	短腓骨筋	腓骨下部外側面	第5中足骨粗面	浅腓骨神経	足の底屈, 外反
下肢	下腿の筋	下腿 後面の筋 (屈筋群)	下腿三頭筋 1. 腓腹筋 内側頭	内側上顆	両頭は合して踵骨腱(アキレス腱)をつくり, 踵骨隆起に終わる.	脛骨神経	足関節の底屈 腓腹筋は, 膝関節の 屈曲も行う
下肢	下腿の筋	下腿 後面の筋 (屈筋群)	下腿三頭筋 1. 腓腹筋 外側頭	外側上顆	両頭は合して踵骨腱(アキレス腱)をつくり, 踵骨隆起に終わる.	脛骨神経	足関節の底屈 腓腹筋は, 膝関節の 屈曲も行う
下肢	下腿の筋	下腿 後面の筋 (屈筋群)	下腿三頭筋 2. ヒラメ筋	腓骨頭, ヒラメ筋線	両頭は合して踵骨腱(アキレス腱)をつくり, 踵骨隆起に終わる.	脛骨神経	足関節の底屈
下肢	下腿の筋	下腿 後面の筋 (屈筋群)	足底筋	外側上顆	踵骨腱の内側縁に癒合	脛骨神経	下腿三頭筋の働きを 助ける
下肢	下腿の筋	下腿 後面の筋 (屈筋群)	膝窩筋	外側上顆	脛骨上部後面 (ヒラメ筋線の上)	脛骨神経	膝関節の屈曲, 内旋
下肢	下腿の筋	下腿 後面の筋 (屈筋群)	後脛骨筋	下腿骨間膜の後面	舟状骨, 全楔状骨, 立方骨, 第2~4中足骨底	脛骨神経	足関節の底屈, 内反
下肢	下腿の筋	下腿 後面の筋 (屈筋群)	長指屈筋	脛骨後面	第2~5指の末節骨底	脛骨神経	第2~5指の屈曲 足関節の底屈, 内反
下肢	下腿の筋	下腿 後面の筋 (屈筋群)	長母指屈筋	腓骨下部後面	母指末節骨底	脛骨神経	母指の屈曲 足関節の底屈, 内反

下肢	足の筋	足背筋	短母指伸筋	踵骨上面	母指基節骨底	深腓骨神経	母指の伸展
下肢	足の筋	足背筋	短指伸筋	踵骨上面	第2~4指の長指伸筋腱に合して、 中節骨・末節骨へ	深腓骨神経	第2~4指の伸展
下肢	足の筋	母指球筋	母指外転筋	踵骨隆起	母指の基節骨底	内側足底神経	母指の外転、屈曲
下肢	足の筋	母指球筋	短母指屈筋	外側楔状骨、立方骨	母指の基節骨底	内側足底神経	母指の中足指節関節の屈曲
下肢	足の筋	母指球筋	母指内転筋 1. 斜頭	第2~4中足骨底	母指の基節骨底	外側足底神経	母指の内転(第2指に近づける)、 母指の中足指節関節の屈曲
下肢	足の筋	母指球筋	母指内転筋 2. 横頭	第3~5中足骨頭の 底側にある靭帯	母指の基節骨底	外側足底神経	母指の内転(第2指に近づける)、 母指の中足指節関節の屈曲
下肢	足の筋	小指球筋	小指外転筋	踵骨隆起	小指の基節骨底	外側足底神経	小指の外転、屈曲
下肢	足の筋	小指球筋	短小指屈筋	第5中足骨底、長腓骨筋の腱鞘	小指の基節骨底	外側足底神経	小指の中足指節関節の屈曲
下肢	足の筋	中足筋	短指屈筋	踵骨隆起	第2~5指の中節骨底	内側足底神経	第2~5指の中足指節関節、 PIP関節を屈曲
下肢	足の筋	中足筋	足底方形筋	踵骨隆起	長指屈筋腱	外側足底神経	長指屈筋の斜め方向に向かう 力を矯正して、 指の屈曲を助ける。
下肢	足の筋	中足筋	虫様筋	第2~5指に向かう長指屈筋の、 個々の腱の内側縁	第2~5指の基節骨の内側 と指背腱膜	第1虫様筋は内側足底 神経、 第2~4虫様筋は外側足 底神経	第2~5指の中足指節関節の屈 曲
下肢	足の筋	中足筋	底側骨間筋	3個あり。第3~5中足骨の内側 より、各1頭をもつて起こる。	第3~5指基節骨底の内側)	外側足底神経	足指の内転、第3~5指の中足 指節関節の屈曲
下肢	足の筋	中足筋	背側骨間筋	4個あり。2頭をもつて第1~5中 足骨の対向面より起こる。	第1:第2指基節骨の内側 第2~4:第2~4指基節骨の 外側	外側足底神経	足指の外転、第2~4指の中足 指節関節の屈曲
頭頸部	頭部の筋	咀嚼筋	咬筋	頬骨弓	下顎枝の外側	下顎神経 (三叉神経の第3枝)	下顎骨の挙上
頭頸部	頭部の筋	咀嚼筋	側頭筋	側頭窩	筋突起	下顎神経 (三叉神経の第3枝)	下顎骨の挙上、後方移動
頭頸部	頭部の筋	咀嚼筋	外側翼突筋	蝶形骨翼状突起	下顎頭、関節円板	下顎神経 (三叉神経の第3枝)	下顎骨の前方移動
頭頸部	頭部の筋	咀嚼筋	内側翼突筋	翼突窩(蝶形骨)	下顎枝の内側	下顎神経 (三叉神経の第3枝)	下顎骨の挙上、左右移動