

DLS Ballet解剖学 入門編

パート5ー7 の答え

True OR False (各2点)

1. AISIとは坐骨のカッコいい呼び方です **E**
2. 恥骨結合（ちこつけつごう）はpubic boneと呼ばれます **I**
3. 坐骨（ざこつ）の2つと、恥骨結合で出来る三角形を骨盤の前の三角形といいます **E**
4. 両手バーの時、骨盤の前の三角形はバーと水平になります **I**
5. 仙腸関節（せんちょうかんせつ）を作る骨は仙骨と腸骨です **I**
6. 腰椎（ようつい）は6つあり、クリオネのしっぽが短いです **E**
7. 股関節のソケット部分は寛骨臼（かんこつきゅう）といいます **I**
8. 女性の骨盤はハート形をしています **E**
9. 股関節唇（こかんせつしん）は肩関節の中にもあります **E**
10. 大腿骨（だいたいこつ）の事をfemurといいます **I**
11. 大転子（だいてんし）の事をlesser trochanterといいます **E**
12. L3とは腰椎（ようつい）3番目を指します **I**
13. 脛骨（けいこつ）のことをFibula、もしくはShin Boneといいます **E**
14. 膝関節（しつかんせつ）は脛骨、腓骨、膝蓋骨の3つの骨で出来ています **E**
15. 膝関節の事をKneecapと呼ぶことがあります **E**
16. 可動域（かどういき）とは、筋肉が動く幅の事をいいます **E**
17. くるぶしの骨は外側の方が大きい **E**
18. Medial Malleolusとは外果（がいか）のことです **E**
19. Externalとは外側の事です **I**
20. ターンアウトでは股関節を外転させる必要があります **E**
21. タンジュアラセコンドから5番ポジションに戻ってくる動きを股関節の内転といいます **I**

22. forearmとは**上腕骨**のことです **F**
23. **尺骨**（しゃくこつ）の英語版解剖学用語はRadiusといいます **F**
24. 脛骨と腓骨は**体肢骨格**（たいしこっかく）の一部です **I**
25. 股関節は**側屈**（そっくつ）が出来ません **I**
26. ジュッテ・デリエールをしている脚は**股関節の屈曲**が必要です **F**

Short Answer A (各2点)

27. 膝を伸ばし、自分で動かしている時の股関節の可動域をそれぞれ答えましょう

- 屈曲 **60度 (give or take)**
伸展 **15度 (give or take)**
外転 **45度 (give or take)**
外旋 **45度 (give or take)**
内旋 **45度 (give or take)**

Short Answer B (各3点)

28. 股関節の動く方向を6つ英語であげましょう

- ① **Flexion**
- ② **Extension**
- ③ **Abduction**
- ④ **Adduction**
- ⑤ **External Rotation**
- ⑥ **Internal Rotation**

29. 骨盤の前の三角形をつくる3つの点をあげましょう

右のASIS (上前腸骨棘)

左のASIS (上前腸骨棘)

恥骨結合

30. タンジュ・デヴァンに必要な股関節の動きを2つあげましょう

① **外旋**

② **屈曲**

Long Answer (5点)

31. どうしてダンサーは健康でなければいけないのでしょうか？

健康じゃないと踊れないから！

点数

T or F	Short Answer	Long Answer
/62	/33	/5