

【ベーシックブック】

ページ	位置	誤り	訂正
目次 P5 P29	代償姿勢理論	この場合、仙骨だけ矯正しても上半身の歪みを強制しなければ	この場合、仙骨だけ矯正しても上半身の歪みを矯正しなければ

【インストラクター教本】

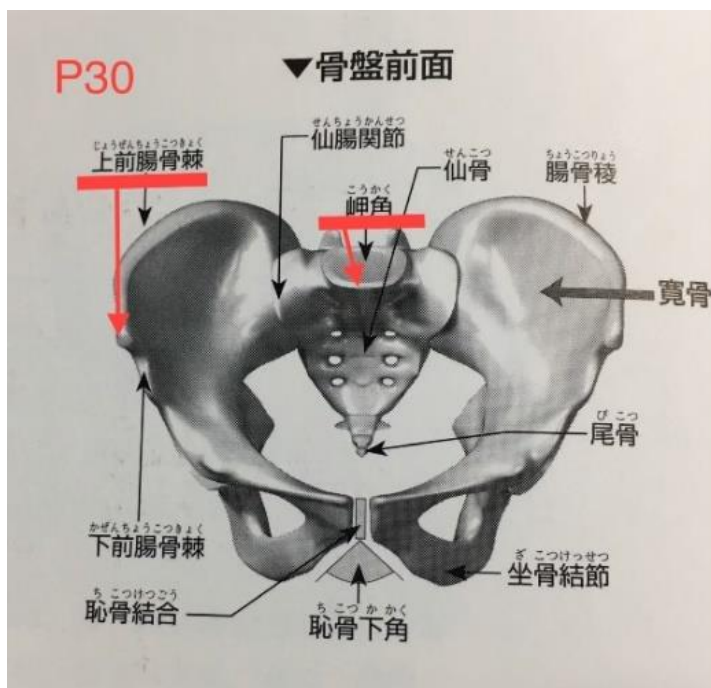
ページ	位置	誤り	訂正
P13	上方文面	～仙腸関節は後方変位しません	～仙腸関節は後方変位しません
P16	全面性の原則	平行性	平衡性
P18	ストレッチ	ダイナミックス(動的)トレッチ	ダイナミック(動的)ストレッチ
P20 P141	タイトル “	中・長期プログラム → トレーニング・サイクル →	中・長期筋トレプログラム 中・長期筋トレプログラム
P27	中段 顆状関節 2行目	距離骨下関節	距骨下関節
P28	●外転 ●内転	前額面で、四肢を～	前額面で、四肢を～
P30	骨盤全面の図	上前腸骨棘、岬角 矢印の位置	※下図参照
P31	膝関節の図	けい(月+丩)骨	脛骨
P33	全身の骨格筋 背面	(右手) 尺側手根屈筋	長橈側手根屈筋
P34	右上 腕神経叢の図	頸椎のC4～T1までの表記 T2 →	C8
P36	胸鎖乳突筋の 支配神経	副神経・脛神経叢	副神経・頸神経叢
P38	腸骨筋の起始	腸骨筋	腸骨窩
P41	表中 C4～6 代表的な症状	弁膜症、狭心症、不整脈 →	T3～5に入る
P41	表中 C7・T1～3 代表的な症状	鎖骨の痛み	胸鎖関節の痛み 胸肋関節(上部)の痛み
P41	表中 T6～8 代表的な症状	胆嚢	胆嚢
P41	表中 L1～3 関連する器官・ 部位	股関節	股関節

P89	ランジねじり アクション	後ろ足の踵をつけるように内側に倒しながら股関節を外旋方向に捻じりながら、前方に体重をかけて股関節をはめにいく動作を10往復行います。	後ろ足の踵を床につけるように内側へ倒しながら、体重を前方にかけ、手は前に向かって押すようにし、股関節をはめにいく動作を10~30往復行います。(内踵を床につけることにより大腿骨は股関節に対して外旋方向になります)
P107 第2刷発行	肩ゆるめ 上下・回す	②右肘が上の場合 ⇒ ※追加補足 ⇒	左肘が上の場合 ※肩が動きにくい方は反時計回りも行うとよい
P151	名称	ローワーバック	バックエクステンション
P152	名称	ローワーバック(椅子)	バックエクステンション(椅子)

【インストラクター教本】

P 30 骨盤全面

上前腸骨棘、岬角の位置



【パーソナルトレーナー教本】

ページ	位置	誤り	訂正
P14	全面性の原則	平行性	平衡性
P16	ストレッチ	ダイナミックス(動的)トレッチ	ダイナミック(動的)ストレッチ
P23	診察室血圧に基づく血圧の分類	120~130 正常血圧 ⇒ 130~140 正常高値血圧 ⇒	正常高値血圧 高値血圧
P43	全身の神経	下肢の 総腓骨神経 ⇒ 伏在神経 ⇒ 頸骨神経 ⇒	削除 削除 脛骨神経
P45	VII 顔面神経	(副交感神経・運動神経)	(副交感神経・運動神経・知覚神経)
P46	表中 C4~6 代表的な症状	弁膜症、狭心症、不整脈 ⇒	T3~5に入る
P46	表中 C7・T1~3 代表的な症状	鎖骨の痛み	胸鎖関節の痛み 胸肋関節(上部)の痛み
P46	表中 T6~8 代表的な症状	胆嚢	胆嚢
P46	表中 L1~3 関連する器官・部位	股関節	股関節
P80	肩の内旋運動	写真 補助する人の手の位置 外側(手の甲側)	内側(掌側)

【スペシャリスト教本】

ページ	位置	誤り	訂正
P16	表中 T6~8 代表的な症状	胆嚢	胆嚢
P16	表中 C7・T1~3 代表的な症状	鎖骨の痛み	胸鎖関節の痛み 胸肋関節(上部)の痛み
P16	表中 L1~3 関連する器官・部位	股関節	股関節
P17	全面性の原則	平行性	平衡性
P55	膝関節ねらい	外側と内旋位にズレた大腿骨骨頭を矯正します。	外側と内旋位に大腿骨がズレたことにより生じた膝のねじれを矯正します。