（題目）肩のバイオメカニクスと投球動作

（概要）

関節では動きと支持の2つの機能が要求されます。体幹を支時する必要のある下肢に比べ、上肢はより自由に動かすことができることから理解されるように個々の関節によってその機能は異なります。肩関節ではポジションの違いにより、これらの関節機能が大きく変化することが特徴で、下垂位では体幹の前方で動きが要求され（懸垂関節）、対して挙上位では体幹の横で上肢が支持されています（要支持関節）。2つの特性を認識することが、肩関節のバイオメカニクスひいては投球動作を理解するうえで有用です。

