骨格形状種類

人間には、遺伝に関わる基本的な骨格形状が数種類あります。正面から見た時の骨格形状のイメージをアルファベットで説明すると、右足側に骨盤（軸）のある**「C字型体型」「逆S字型体型」「右傾斜体型」**、左足側に軸のある**「逆C字型体型」「S字型体型」「左傾斜体型」**があります。
また、上記の骨格形状に前後弯や回旋が組み合わさった姿勢で生活をしています。

バランステストによる骨格形状の判断
左右軸足グループ判断
骨盤左右位置テスト、左右軸位置確認テスト、股関節左右高さテスト、座位腰椎左右傾斜テストから
骨格形状を判断する

S字体型、逆S字体型判断
左右軸足グループ判断、上体左右傾斜テスト、スライドテスト、座位上体左右傾斜・スライドテストから
上体の骨格形状を判断する

右傾斜体型、左傾斜体型の判断
左右軸足グループ判断、S字体型、逆S字体型判断から軸位置と腰椎が逆傾斜による軸足側へ
上体が側弯している骨格形状を判断する

前後弯の判断
前後バランス確認、上体前後位置、骨盤前後位置、骨盤前後傾斜テストにより判断する

左右回旋の判断
前後荷重左右差テスト、上体左右回旋テスト、骨盤左右回旋により判断する

右足側に骨盤と軸が位置して、左足側に
上体が傾いた「**C字型体型**」

骨盤左右位置（左弱・右強）、左右軸位置確認（左弱・右強）
座位腰椎左右傾斜（左強・右弱）、左右股関節高さ（左高・右低）
上体左右傾斜（左低・右高）

特徴
右腰、右肩で物を持ちあげる動作、右軸足での押し返しが
強い骨格形状

右軸足、腰椎右傾斜、胸椎下部左傾斜

C字型

（正面骨格イメージ）

右軸足グループ

「Ｃ字型体型」から上体の横移動または逆傾斜によるバランス補正が行われている**「逆Ｓ字型体型」**、

骨盤左右位置（左弱・右強）、左右軸位置確認（左弱・右強）
座位腰椎左右傾斜（左強・右弱）、左右股関節高さ（左高・右低）
上体左右傾斜（左高・右低）

特徴
右軸足での押し返しが強い骨格形状だが、上体での姿勢保持反応による傾斜やスライドがある場合には左肩で物を持つ傾向が表れる

右軸足、腰椎右傾斜、胸椎下部左傾斜、胸椎上部右傾斜（スライド）

逆Ｓ字型

（正面骨格イメージ）

右軸足グループ

右軸で在りながらも脚長差や仙骨の関係から腰椎の傾きが左に傾斜している事から胸椎の右側への姿勢保持反応が現れた
「右傾斜体型」（逆Ｃ字型、S字型の右軸移動）

骨盤左右位置（左弱・右強）、左右軸位置確認（左弱・右強）
左右股関節高さ（左低・右高）、座位腰椎左右傾斜（左弱・右強）
上体左右傾斜（左低・右高）、上体左右傾斜Ｓ字型からの軸移動（左低・右高）

特徴
右軸足側で姿勢保持や全ての運動が行われる関係から様々な疲労・疾病が右側で起こりやすい骨格形状

右軸足、腰椎左傾斜、胸椎下部右傾斜、

右傾斜

（正面骨格イメージ）

右軸足グループ

左足側に骨盤と軸が位置して、右足側に上体が傾いた
「**逆Ｃ字型体型**」（胸椎の単純側弯）

骨盤左右位置（左強・右弱）、左右軸位置確認（左強・右弱）
座位腰椎左右傾斜（左弱・右強）、左右股関節高さ（左低・右高）
上体左右傾斜（左高・右低）

特徴
左腰、左肩で物を持ちあげる動作、左軸足での
押し返しが強い骨格形状

左軸足、腰椎左傾斜、胸椎下部右傾斜

逆Ｃ字型

（正面骨格イメージ）

左軸足グループ

「逆Ｃ字型体型」から上体の横移動または逆傾斜によるバランス補正が行われている「**Ｓ字型体型**」、

骨盤左右位置（左強・右弱）、左右軸位置確認（左強・右弱）
座位腰椎左右傾斜（左弱・右強）、左右股関節高さ（左低・右高）
上体左右傾斜（左低・右高）

特徴
左軸足での押し返しが強い骨格形状だが、上体での姿勢保持反応による傾斜やスライドがある場合には右肩で物を持つ傾向が表れる

右軸足、腰椎右傾斜、胸椎下部左傾斜、胸椎上部右傾斜（スライド）

Ｓ字型

（正面骨格イメージ）

左軸足グループ

左軸で在りながらも脚長差や仙骨の関係から腰椎の傾きが右に
傾斜している事から胸椎の左側への姿勢保持反応が現れた
「左傾斜体型」（Ｃ字型、逆S字型の左軸移動）

骨盤左右位置（左強・右弱）、左右軸位置確認（左強・右弱）
左右股関節高さ（左高・右低）、座位腰椎左右傾斜（左強・右弱）
上体左右傾斜（左低・右高）、体左右傾斜逆Ｓ字型からの移動
（左高・右低）

特徴
左軸足側で姿勢保持や全ての運動が行われる関係から様々な
疲労・疾病が右側で起こりやすい骨格形状

左軸足、腰椎右傾斜、胸椎下部左傾斜、

左傾斜

（正面骨格イメージ）

左軸足グループ