

## KEY MESSAGE

### 雷雨の際、屋外に安全な場所はありません！

1. 雷鳴が聞こえたら、屋内へ
2. 雷鳴が止んで、30分経過してから屋外へ



## OKAY INSIDE

安全な屋内とは  
鉄筋コンクリート製の建物の内部、自動車や飛行機など乗り物の内部  
避雷設備の施された建物の内部、本格的な木造建築物の内部



## NO OUTSIDE

テント、東屋、オープンカー、バイク、ゴルフカートなどは危険

## ●Emergency action planの策定手順

1. 落雷事故に対する危機意識の共有を行いましょう

- 組織内の偏った知識は判断ミスにつながります、  
円滑なリスクコミュニケーションができる環境を整えましょう

2. 安全管理責任者の選任、指揮系統の確立

- 役割と情報伝達の経路を明確にしましょう

2. 天候監視人の選任、天候の監視/予測

- 練習、イベントの前に信頼に足る利用可能な情報より、天候の事前  
確認を行い、脅威の予測を行い、安全管理責任へ報告を行いましょう

参考：気象庁雷ナウキャスト

<https://www.jma.go.jp/jma/kishou/known/toppuu/thunder2-1.html>

3. 避難場所の設置と確認

- 雷からの避難に適した屋内を選定しましょう

4. 活動の停止/中止と再開の基準を設定しましょう

- 各行政、各競技団体の指針を参照しましょう

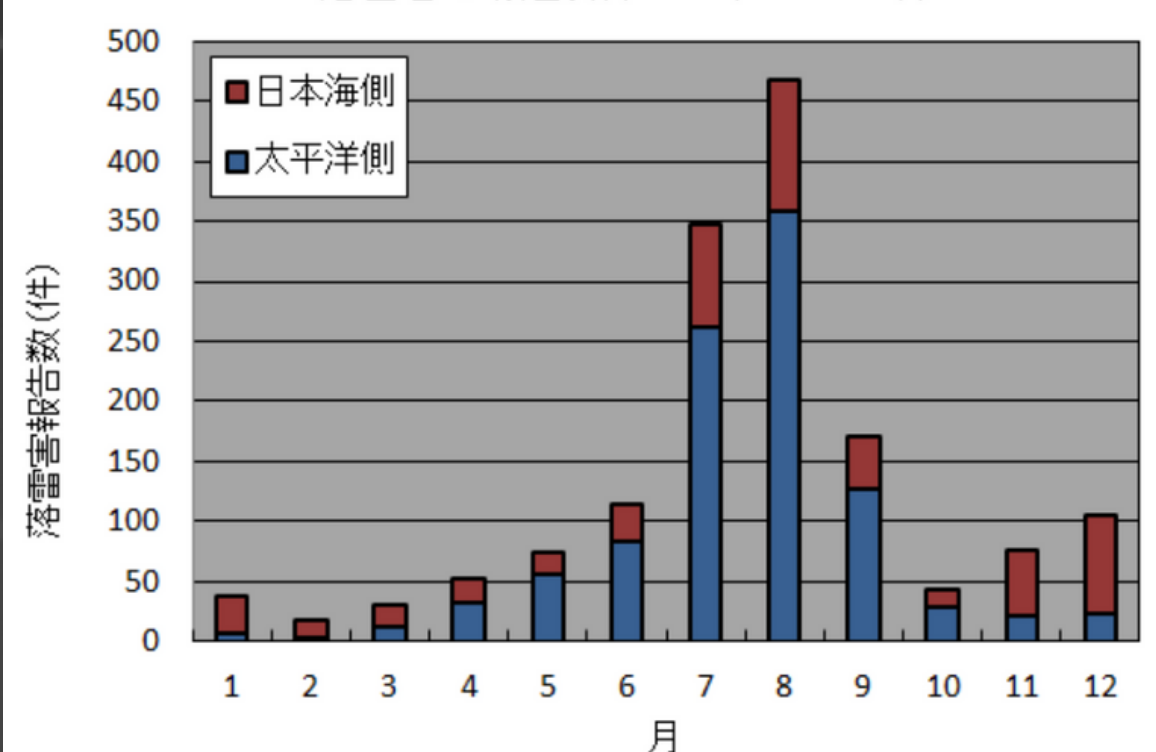
## ●落雷の人体への影響

1. 心停止
2. 熱傷
3. 意識消失
4. 鼓膜穿孔

## ●救助の手順

1. 必要に応じ患者を安全な場所に移す
2. ABCDEアプローチにより、致死的外傷を探索  
対処を行う

落雷害の報告数(2005年～2017年)



## 参考文献/WEBサイト

National Athletic Trainers' Association Position Statement: Lightning Safety for Athletics and Recreation

気象庁ホームページ：<https://www.jma.go.jp/jma/kishou/known/toppuu/thunder0-0.html>

雷ぶらり：<https://www.franklinjapan.jp/raiburari/>

日本サッカー協会 サッカー活動中の落雷事故防止対策についての指針

INFOGRAPHIC

スポーツ活動中における安全対策について

TR ACADEMY