

# ほけんこより 夏休み 7号

2023.7.14 藤井寺高校保健室



## 落雷から身を守ろう

2012年8月大阪市の長居公園の木に雷が落ち、コンサートの入場待ちで木の周辺にいた数名が死傷する事故がありました。また、2014年8月には愛知県で野球部の練習試合中にピッチャーをしていた高校2年生の男子生徒に雷が直撃し亡くなるという事故も起こっています。自分とは無縁のことのようにですが、決してそうではないのです。

ここ最近ではゲリラ豪雨もよく起こっていますよね。まず、**気象情報の収集が避**  
**雷対策の出発点**です。朝の気象情報に注意してください。

### ≪ 積乱雲が近付いているサイン ≫



下のような変化を感じたら、積乱雲が近づいており、まもなく激しい雨と雷がやってくるサインです。竜巻などの激しい突風が起きる恐れもあります。



黒い雲が近づいてきた



雷の音が聞こえてきた

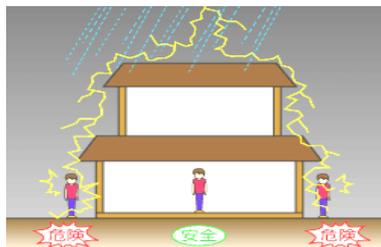


急に冷たい風が吹いてきた

⇒ただちに**安全な場所**に避難!!

学校のグラウンドやプールにいるとき

⇒**校舎、体育館、更衣室の中**



⚠ 建物の軒先やテント、木の下への避難は**側撃を受ける可能性**があり大変危険です。

### ☆夏場は金属アレルギーに注意!!

金属アレルギーは汗や体液によりイオン化された金属が、皮膚で拒絶反応を起こすことが原因のひとつです。汗をかきやすい夏は、アクセサリーや腕時計の長時間の使用は避けましょう。



溶け出しやすい金属ほどアレルギーを起こしやすい



チタン
金/プラチナ
銀
亜鉛/マンガン/銅
ニッケル/コバルト/クロム

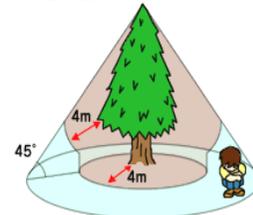
校外にいるとき

⇒**車、電車などの乗り物の中、鉄筋コンクリートの建物の中**

建物が無い、広場や野原などにいるとき

⇒**5m以上の高い木・電柱の保護範囲**に入ってください。

- ① その根元や枝先などから4m以上離れる
- ② 物体のてっぺんを見上げる角度が45度以上の位置でなるべく姿勢を低くする



⚠ **ただし、落雷を受ける確立はゼロにはなりません。**

あくまで緊急避難的な場所として活用できるということです。

⚠ **避雷針が周りにある場合にも、30m以上離れていると落雷の可能性が高くなります。**

⇒**周りに逃げ場のないときは、両足をそろえてしゃがむ!!**

積乱雲が遠ざかり、雷鳴が聞こえなくなっても

20分程度は安全な場所で待機!!



冒頭で挙げた野球部の事故が起こった際も雨で試合を一時中断していたのですが、**晴れ間が見えてきたため試合を再開した直後に雷が落ちた**ようです。气象台等から情報収集をし、雷注意報がでていないか確認すると良いでしょう。