

## 雷に関する注意

1. 頭上に厚い黒雲、突風、急激な気温低下、激しい雨、雷鳴、雷光、等の予兆現象があった場合は状況を判断し早急に試合や練習を中止して、近くの建物、自動車、バスの中などの安全な場所に避難する。
2. 雷注意報、警報の発令があり落雷の危険性が高いと判断した場合は直ちに練習、試合を中止する。
3. 高い物体からは4m以上離れ、とくに樹木からはできるだけ離れて、安全な場所に避難する。林や森は危険です。
4. 避難する安全な場所は、自動車の中、バスの中、列車の中、鉄筋コンクリート建物の内部である。木造建物の内部も多くは安全であるが、仮小屋やテント内は危険です。
5. 避難するときに、コンクリートの電柱や鉄塔から2m離れた場所や電線の下は比較的安全とされている。ただし、木製の電柱には近づかないこと。
6. 雷活動が止んで20分以上経過してから、屋外にでる。
7. 安全な場所に避難できなかった場合は、高い物体から4m以上離れて、窪地があればそこで姿勢を低くして雷活動がやむのを待つ。
8. あらかじめ気象情報に注意して、雷の危険性があると判断した場合は、練習や試合の予定の変更を検討すること。