

# サッカー活動中における落雷事故防止対策について

# はじめに

近年の温暖化や環境変化の影響に伴い、雷の予測が難しい事例が増えており屋外でのサッカー活動における事故防止対策がより求められている。

特にグラスルーツでの活動は、周辺施設など必ずしも緊急時に安全性が確保されている環境下ではないケースも多く、より一層の事前の準備も含めた安全確保と周知徹底に努めるようお願い申し上げます。

## 原則

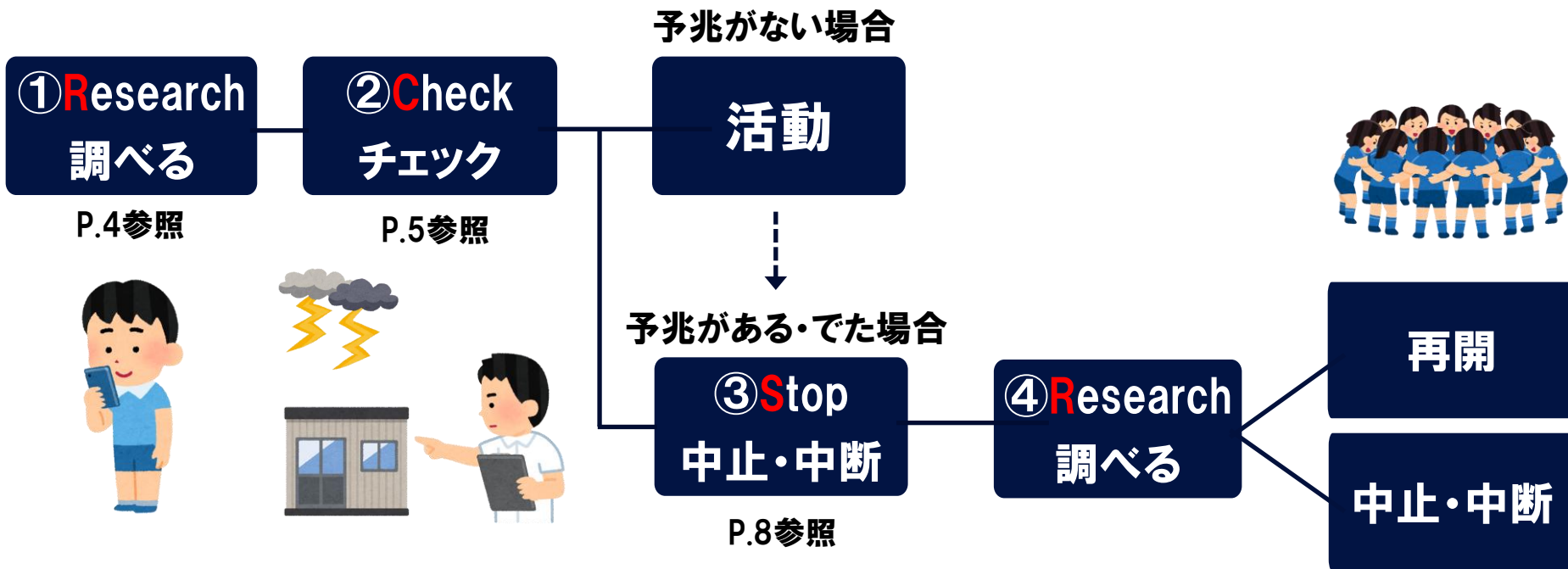
- ① 周辺で雷注意報・兆候がある場合、専門的なウェブサイトで常時天候情報を確認すること。
- ② 危険・兆候が確認されたら公式戦・練習にかかわらず躊躇なく中止すること。

※雷警報は存在しないため、雷注意報の段階で細心の注意を払うこと。

# フロー

## ポイント

活動前・中のRCSRの徹底 (Research → Check → Stop → Research)





## ② Check (チェックリストによる確認)

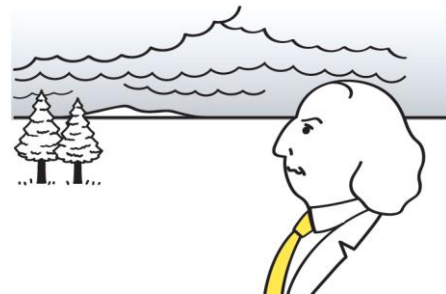
チェックリスト	チェック欄
1 活動前・活動中における周辺の気象情報 <b>確認者</b> の明確化	
2 活動の <b>実施可否判断者</b> の明確化	
3 周辺の落雷・雷注意報の確認(目視・音での確認も含む)	
4 避難場所の確認 (P.7参照)	
5 AEDの有無	

# 気象情報の確認方法(目視・音での確認)

## ①積乱雲がみるみる大きくなる



## ②黒い雲が近づき、暗くなる



## ③急に冷たい風が吹く



## ④雷光が見える、雷鳴が聞こえる

※雷鳴が聞こえた時には既に約10km以内で雷が発生



# 避難場所の確認

## 安全

- ・自動車等の乗り物の内部
- ・鉄筋コンクリート製の建物の内部
- ・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

## 危険

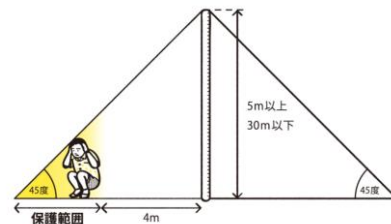
- ・避雷設備のないあずま屋  
(屋根と柱だけで壁のない建物)
- ・テント、屋根付きベンチ、掘っ建て小屋
- ・木のそば

### 【近くに安全な建物や乗り物がない場合】

電線の下、鉄塔や電柱など高さ5m以上の高い物体の付近。ただし4m以上離れ、姿勢を低くする。

※物体との距離が近い場合、側撃や落下物の危険がある

※木は電気を通しにくいいため側撃が起こりやすく距離を取っても危険



高さ30m以下の物体の保護範囲

## ③ Stop→④ Research 中断からの再開基準

雷活動(雷鳴、雷光)が止んでから**30分**以上経過し、気象情報の確認結果からも当面は新たな雷雲の接近はないと判断できる場合、活動を再開する。



## 補足：雷に打たれた時の対応

雷に打たれた場合、「心肺停止」「やけど」「意識障害」「鼓膜穿孔(鼓膜がやぶれること)」の症状の可能性がある。

上記可能性がある場合、救急車を呼び救急車が到着するまでの間、心肺蘇生法や火傷の手当てなど応急処置を施す。

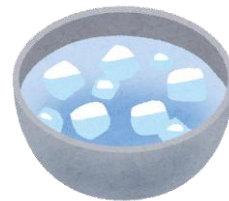
### ■心肺停止の場合

- ・AED、心肺蘇生の実施  
即座に応急処置を施せば、助かる可能性がUP



### ■やけどの場合

- ・急いで冷たい水、水道水を注いで痛みが取れるまで冷やす。
- ・衣類を脱がさないで、そのまま衣類の上から冷水をかける。



**監修：株式会社フランクリン・ジャパン**

**JFA**



# サービスのご案内

## 落雷リスクを“事前に把握できる”ポケットライトニングステーション

リアルタイム雷情報 × 72時間予測 × 天気予報(WBGTも)

アプリで落雷情報を最速で！WBGT値も把握可能！



落雷リアルタイム

1分更新・業界最速



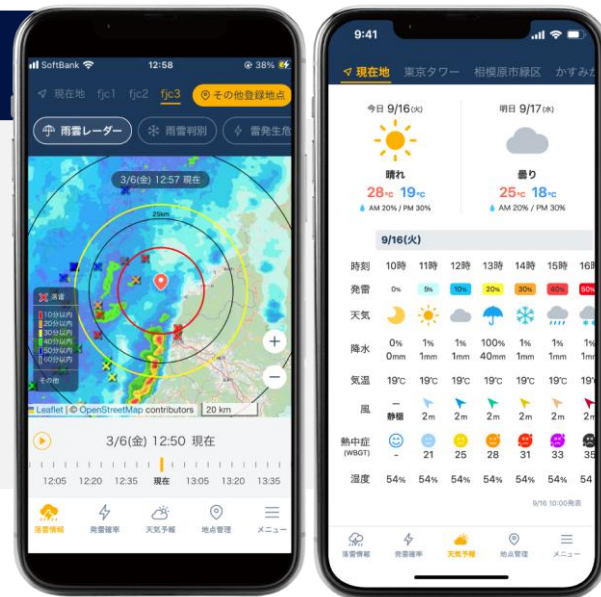
72時間予想

1時間単位で  
リスクを可視化



天気予報

WBGTも把握可能



今すぐダウンロード

フランクリン・ジャパンはJFAサポーターとして  
落雷事故防止をサポートいただいています。



月額 **110円** (税込)

通常 3,300円 → JFA特別価格

クレジットカード自動引き落とし

こちらのQRよりお申込みください。

「ポケットライトニングステーション」の登録は必ずアプリをお使いになるスマートフォンから行っていただく必要があります。  
上記のQRコードよりご登録いただくと、「企業・団体コード」が有効になり特別料金が適用されます。

指導者用



審判用



チーム関係者用



運営スタッフ用



保護者用

