

岩手県立住田高等学校

部活動安全対策マニュアル

0 学校の部活動に係る活動方針（P. 1）

1 運動部活動における安全対策について（P. 2）

- (1) 基本的な考え方
- (2) 未然防止の取組
- (3) 運動部活動の安全対策状況調査結果を踏まえた安全対策のポイント

2 緊急連絡体制について（P. 5）

- (1) 校内事故発生時の緊急連絡体制
- (2) アレルギー緊急時体制
- (3) 学校医一覧
- (4) 緊急事態発生時の確認事項
- (5) AED および担架設置場所

3 災害給付について（P. 8）

- (1) 日本スポーツ振興センター
- (2) 岩手県学校安全互助会
- (3) 災害給付請求の流れ

4 その他（P. 9）

- (1) てんかん発作時対応マニュアル
- (2) 過呼吸対応マニュアル
- (3) 住田高校熱中症指針
- (4) 落雷の対応



0 学校の部活動に係る活動方針

学校名 岩手県立住田高等学校

校長名 伊藤 治子

1 活動のねらい

- (1) 生徒に関しては、「高校生活におけるライフ・バランス（部活動・学習活動・その他日常生活間のバランス）」の実現を図るとともに、技術や競技力の向上だけに偏ることなく、個性の伸長と生涯教育の一環としての活動実践とする。
- (2) 教員に関しては、「ワーク・ライフ・バランス」の実現を図るとともに、生徒の人権に十分配慮した、無理のない部活動指導を行なう。

2 休養日・活動時間について

- (1) 休養日について
 - ア 週1日以上休養日の実施を徹底する。
 - イ 年間平均で週当たり2日以上休養日の設定に努める。
 - ウ 休養日に大会参加等で活動した場合は、他の日に振り替える。
- (2) 活動時間について
 - ア 平常日については、15時45分～18時30分とする。
 - イ 学校休業日については、9時～16時までの4時間以内とする。
 - ウ 長期休業中は上記イに準じた扱いとする。
 - エ 期末考査1週間前からの考査期間中、学校閉庁期間及び学検期間は活動停止とする。
 - オ 考査最終日から1週間以内に大会がある場合及び特別な事情がある場合は、部顧問が「部活動延長願」を提出し、許可を得た上で活動時間を延長することができる。この場合の延長時間は、1時間～1時間30分を目処とする。
 - カ 学校の休業日に大会参加等で活動時間を上回った場合は、他の日の活動時間で調整する。

3 活動のきまり

- (1) 指導・運営に係る体制の構築
 - ア 校長は、適切な校務分掌配置を行う。
 - イ 部顧問は、毎月の活動計画及び活動実績（活動日時・場所、休養日及び大会参加日等）を作成し校長に提出する。
 - ウ 部顧問は、上記月間活動計画を生徒・保護者に公表する。
 - エ 各部においては、部顧問間による適切なワークシェアリングの実施等により、負担の軽減に努める。
 - オ 校長は、勤務時間管理等により、過重負担が認められる部顧問並びに生徒に過重負担が認められる部の部顧問との面談を実施し、是正に係る適切な指導を行なう。
 - カ 校長は、教員及び生徒に対して、計画的な心肺蘇生法・AED使用に係る研修を義務付け、危機管理体制を整える。
- (2) 適切な指導の実施
 - ア 発達の個人差や成長期の状況等、生徒に関する正しい知識を得た上で、競技種目等の特性等を踏まえたスポーツ医・科学の見地を取り入れたトレーニングの積極的な導入等により、休養を適切に取りつつ、短時間で効果が得られる指導を工夫して行なう。
 - イ 事故等の未然防止のため、部室を含む施設・設備の適切な安全点検及び管理を行なう。
 - ウ 部活動に関係するいじめ等の問題行動については、未然防止、適切な初期対応の観点から、本校のいじめ防止基本方針等に則った取組を行なう。
 - エ 部顧問等部活動指導者による体罰や暴言等不適切な指導を根絶する。

4 その他

- ア 学校外のスポーツ活動や文化的活動等に取り組む生徒に配慮した取組を推進する。
- イ 本方針を含めた本校の部活動の活動方針等について、学校と保護者、外部指導者等が共通理解を図る機会を設定し、本校の部活動に係る共通理解を深める。

適用期間（令和6年4月1日～）

I 運動部活動における安全対策について

(1) 基本的な考え方

・日常での取組

顧問は、生徒に安全の確保や協力し合う態度・習慣を身につけさせることが大切である。

・安全な部活動のために

器具・用具・活動場所の整備と点検を定期的実施する。

・顧問不在時の練習

実施方法や活動内容等について学校全体で共通理解を図る。

(2) 未然防止の取組

ア 部員の健康状態を把握

事故を未然に防止するために、担任、養護教諭等との連絡を図り、絶えず部員の心身の健康状態の把握に努める。

イ 無理のない活動計画の作成

部活動予定表を作成し、無理のない活動を実施する。また、計画作成においては平成30年3月にスポーツ庁が策定した「運動部活動の在り方に関する総合的なガイドライン」に沿った計画を作成する。

ウ 指導体制の確立

やむを得ず指導者が活動の場に参加できない場合もしくは途中で活動の場を離れる場合には、他の部の指導者に監督を依頼し、部員だけでも安全で自主的に活動できるような練習内容を明確に指示する。または練習自体を中止するなどの適切な措置をとる。

エ 施設・設備

施設・設備の安全点検実施にあたっては、点検表等を作成し、定期的な安全点検の励行を図る。

オ 部員への安全管理に対する意識の高揚

部活動場所の入念な整備、練習中における安全確保のための約束事等を決め、安全に対する意識の高揚を図る。

また、複数の部が活動場所を共有して使用する場合は、安全対策について共通理解をすることが必要である。活動の制限事項やルール等については、部活動間で常に共通理解を図ることが大切である。

カ 校内の救急体制の整備

学校内の救急体制を整え役割分担を明確にし、教職員の危機管理意識の高揚を図るとともに、常に組織的に動ける体制を整えておく。

(3) 運動部活動における安全対策状況調査結果を踏まえた安全対策のポイント

ア 陸上競技（投てき種目）

予想される危険	<ul style="list-style-type: none"> ・他の種目と練習場を共用で使用するにより、投てき物が他の選手に衝突する危険 ・後ろ向きの準備局面から投動作に入る場合、直前の前方確認を怠り事故を起こす危険 ・回転系は前後左右 360 度に大きく失投する可能性があり危険である ・網上の防護ネットには「たわみ」があり、投てき物が当たった場合に 1～2 m ほど伸びるので、ネット間近にいることは危険がある
事故防止対策	<ul style="list-style-type: none"> ・投てき種目の環境が充実した近隣校や公共施設を利用 ・サークル以外では試技の禁止 ・投てき者は確実に周囲の安全を確認し、大声で「行きます」又は「投げます」と周知し、必ず自ら前方と周囲の者の反応を確認する。すべての安全が確認できたときに初めて投てき動作に入る ・周囲の者は投てき物が落下するまで投てき物から目を離さない

イ アーチェリー

予想される危険	<ul style="list-style-type: none"> ・射場の安全管理が不十分で、矢が射場外に飛び出して、人に当たる危険性が高い ・弓に傷があって、引き分けた際に裂けて射手がけがをする危険性が高い ・矢が短く引き分けた際に弓の中に入り込み飛び出したり、折れて射手に当たったりする危険性が高い ・矢取りの際に射手との連絡が不十分で、矢取りに入った者に矢が当たる危険性が高い ・巻き藁に放った矢が、跳ね返り射手に当たる危険や外れて周囲の者に当たる危険性が高い
事故防止対策	<ul style="list-style-type: none"> ・定期的な施設 ・用具の安全点検の徹底 ・指導者の許可無しに行射をしないルール・マナーを遵守する ・安全な場所以外では絶対に弓を引かない ・たとえ矢をつがえていなくても、人のいる方向に弓を引かない ・巻き藁練習を行う際には、的前に立たないことと、前後左右の近い所に人がいないことを確認する ・一人一人の上達に応じた練習メニューの提示 ・自己の技能に応じた強度の弓具等を使用する

ウ 硬式野球

予想される危険	<ul style="list-style-type: none"> ・バットスイング時に周りの他の選手にぶつかる危険 ・バッティング練習時、ピッチャーやボール拾いの選手に打球がぶつかる危険 ・バッティング練習時、ファールゾーンで別の練習をしている選手に打球が当たる ・ノック中のイレギュラーバウンドが当たる危険 ・落ちているボールを踏み足を捻る危険 ・フライ捕球時、外野後方ネットやファールゾーンのネットに激突する危険 ・守備時の野手と野手の交錯 ・プレー中における死球などの不慮の怪我
---------	--

事故防止対策	<ul style="list-style-type: none"> ・バットを振る際の安全確認の徹底 ・ボール拾いの選手は必ずバッティング練習を注視させる ・バッティングピッチャーは「行きます」と発声してから投球する ・グラウンド整備を徹底し、イレギュラーバウンドを減らす ・ボールや用具などがグラウンド上に落ちていないか、足下を確認する ・選手同士の交錯やネット・フェンスへの衝突を避ける為、「危ない」の声を徹底する ・事故や怪我が発生しやすいスポーツであることを踏まえ、指導者間で緊急対応の手順などを予め確認しておく
--------	--

エ トレーニング同好会

予想される危険	<ul style="list-style-type: none"> ・練習場所の未整理、安全具の未装備（プレートの左右のバランス確認、プレートが落下しないように留め具でしっかりと固定されているか、ベルトやシューズ、バンテージなど必要な安全具が装着されているか） ・用具の破損や器具の整備不良 ・個々の能力以上による練習、誤ったフォームによる練習 ・十分な準備運動を怠り、基礎基本の習得が不足 ・周囲の安全確認、選手同士の声掛け、意思疎通の怠り
事故防止対策	<ul style="list-style-type: none"> ・使用前の器具、用具の点検を十分に行う ・ストレッチ等を練習の前後に必ず行う ・軽い重量からウォーミングアップを行う ・正しいフォームを身につける ・使用する器具の安全確認を怠らない ・外したバーベルの整理整頓を行う ・利用者、補助員ともに使用上の決まりを守り、安全を最優先する

オ バレーボール同好会

予想される危険	<ul style="list-style-type: none"> ・選手同士の接触による負傷 ・ブロック、レシーブによる手の負傷 ・スパイク、ブロックの着地の際の足または膝の負傷
事故防止対策	<ul style="list-style-type: none"> ・危険なプレーを防止するための指導 ・活動前の周囲やコートでの安全確認

エ ダンス同好会

予想される危険	<ul style="list-style-type: none"> ・ステージ昇降時の転倒による負傷 ・生徒同士の衝突等による負傷
事故防止対策	<ul style="list-style-type: none"> ・準備は複数で行うことの徹底 ・活動場所の安全確認と選手間の距離の確保

2(1) 校内事故発生時の緊急連絡体制

〈方針〉 1. 生徒の生命維持、安全確保 2. 冷静な判断と指示 3. 報告・連絡・相談・記録



【重大な事件・事故の場合】 校長指示で「事件・事故対策本部」を直ちに設置する

事件・事故対策本部	校長 副校長	教育委員会への連絡 (逐一速やかに)、学校医へ連絡 (助言協力要請等)、教職員への対応 (共通理解)、報道機関への対応 (窓口の一本化)
	担任 学年団	保護者への連絡対応 (迅速、誠意)、生徒への指導等 (冷静に)
	厚生相談課	警察への連絡対応 (協力要請他)
	関係職員	その他必要な対応 (臨機応変に)

(2) アレルギー緊急時体制

訴えの例	職員周知	● 「アレルギー物質を食べてしまった」「体が痒くなってきた」 ※保健室で様子観察
	注意	● 「喉がイガイガする」「息苦しい」「吐きそう」「腹が痛い」 ※動かさないこと
	危険	● 命の危険のある症状 <u>咳込む、嘔吐、下痢、ぐったり (ショック)</u> ※動かさないこと



(3) 学校医一覧


学校医	病院名・氏名	住所・電話番号
内科	住田地域診療センター ・ 工藤 正一郎	〒029-2311 住田町世田米大崎 22-1 ☎46-3121
耳鼻咽喉科	いとう耳鼻咽喉科 ・ 伊藤 俊也	〒022-0004 大船渡市猪川町字中井沢 7-7 ☎21-1333
眼科	大船渡病院 ・ 福田 一央	〒022-8512 大船渡市大船渡町字山馬越 10-1 ☎26-1111
歯科	菅野歯科医院 ・ 菅野 悦哉	〒029-2311 住田町世田米駅 117 ☎46-2345
学校薬剤師	気仙中央薬局 ・ 大坂 敏夫	〒029-2204 陸前高田市気仙町字中井 190-1 ☎53-1250

緊急	救急車 119	到着まで約7分
救急救命センター	県立大船渡病院 0192-26-1111 平日17:00以降、土日祝日も対応	

(4) 緊急事態発生時の確認事項

- (1) 事故が発生した場合は複数の職員で対応し、応急処置、連絡、担架、記録、生徒への指示等を分担する。
- (2) 傷病生徒を動かせる場合は保健室へ移動させるが、動かすと危険と思われる状況のときは、周囲の生徒を別の場所に移動させ、被害の拡大防止等に努める。
- (3) 保護者以外への外部対応は窓口を一本化し、副校長があたる。
- (4) 救急車を要請する場合は速やかに要請する。(副校長・校長に報告)

(5) AED および担架設置場所

AED (2台)		校舎内 職員玄関内	校舎外 部室棟
担架 (1台)		校舎内 保健室前	
車いす (1台)		校舎内 保健室前廊下	

3 災害給付について

(1) 日本スポーツ振興センター

- ① 目的 学校安全の普及充実を図るとともに、学校管理下における生徒の災害（負傷、疾病、障害、死亡）について災害給付を行う
- ② 掛金負担金 一人あたり年額 1,760 円（保護者負担分：学年費で徴収）
- ③ 災害共済給付の対象となる災害と給付金額

災害の種類	災害の範囲		給付金額
負傷	学校の管理下の事故によるもので、療養に要した費用が 5,000 円以上のもの		医療費 ・健康保険なみの療養に要する費用の額の 4/10（そのうち 1/10 は療養に伴って要する費用として加算される分）ただし、高額療養費の対象となる場合には、自己負担額（所得区分により限度額が定められている）に「療養に伴って要する費用月額」の 1/10 を加算した額。また、入院時食事療養費の負担がある場合はその額を加算した額（支給期間は最長 10 年間、 <u>時効は給付事由が生じた日から 2 年間</u> ）
疾病	学校の管理下の行為によるもので、療養に要した費用が 5,000 円以上のもののうち、文部科学省令で定めるもの ・学校給食による中毒、ガス等による中毒 ・熱中症、溺水、異物の嚥下または迷入による疾病、漆等による皮膚炎 ・外部衝撃等による疾病、負傷による疾病等		
障害	学校の管理下の負傷及び上覧の疾病が治った後に残った障害でその程度により 1 級から 14 級に区分される		障害見舞金 3,370 万円～82 万円 (通学中 1,885 万円～41 万円)
死亡	学校の管理下の事故による死亡及び上覧の疾病に直接起因する死亡		死亡見舞金 2,800 万円 (通学中 1,400 万円)
	突然死	学校の管理下において運動などの行為と関連なしに発生したもの	死亡見舞金 1,400 万円 (通学中 1,400 万円)
		学校の管理下において運動などの行為が起因あるいは誘因となって発生したもの	死亡見舞金 2,800 万円
附帯業務	供花料	学校の管理下の死亡で、損害賠償金が支払われ、死亡見舞金が支給されないこととなる場合	供花料 17 万円

④ 書類の取り扱い

- ア 「災害報告書」（生徒記入）…保健室で配布。生徒が記入し、関係職員が押印。その際、文面の確認をする。
- イ 「医療等の状況」（病院記入）…保健室で配布。通院先の病院へ持って行き、記入して頂く。
- ウ その他の必要書類…随時保健室にて配布。

(2) 岩手県学校安全互助会

- ① 目的 県内の児童・生徒の保護者が一定の会費を納め、学校管理下での災害に対し見舞金を支給し、被災児童・生徒の救済を図ることを目的としている。
- ② 会費 一人あたり 年額 400 円（学年費で徴収）
- ③ 給付金
 - ア 「入院見舞金」…1 日につき 1,300 円（5 日以上入院のもの）
 - イ 「通院見舞金」…1 日につき 500 円（7 日間以上通院の場合）
 - ウ 「障害見舞金」…第 1 級（262 万円）～第 14 級（6 万円）（後遺症の程度による。通学時半額）
 - エ 「死亡見舞金」…200 万円（突然死の場合は半額）
 - オ 「供花料」…10 万円（本会から死亡見舞金が支給されない場合に支給）

④ 書類の取り扱い・・・養護教諭から配布

(3) 災害給付請求の流れ（カッコ内は担当者）

- ① 養護教諭へ災害報告。（担当：被災生徒に関係する職員）
- ② 被災生徒に書類配布。書類回収、請求に必要な書類を作成。（担当：養護教諭）
- ③ システム入力、請求書起案、支払通知書起案。（担当：養護教諭）
- ④ 指定口座へ入金。（担当：事務室担当職員）

4 その他

(1) てんかん発作時対応マニュアル

症 状	目つきがおかしい、頭が痛そうな様子、反応がおかしい（意識朦朧） いつもと様子が違う・・・
-----	---

- ① 発見者 「具合が悪そうだけど大丈夫？」と声を掛ける
- ② 反応が鈍かったり、「頭痛がする」「気分が悪い」と訴えたら、「保健室に行こう」と付き添う。
- ③ 途中で倒れた場合、「倒れました」と言って、職員の協力要請を求める。保健室にも、連絡。
- ④ 複数の職員で対応 *生徒が大勢いる場合には、生徒を別の場所へ移動させる



× 口の中にタオルなどを入れない。

× 発作を押さえつけないこと。

周囲を片づけて、頭の下にバスタオルタオルなど柔らかいものを敷きましょう。

職員 1：嘔吐する可能性と、吐物による窒息を避けるため回復体位、衣類を緩める

職員 2：倒れた時間を記録 ⇒職員室救急用品にストップウォッチ有

職員 3：周囲に職員しかいない環境を作る ※生徒は移動させる

職員 4：担任または学年の職員を探し、保護者連絡を指示

連絡内容→ 「時間、倒れた場所、学校での対応の様子、発作が続く場合について」

【発作が落ち着いた場合】

- ① 保健室のベッドに移送、休養させる。（養護教諭か学年）家庭へ二報「今後の対応を相談」

【発作が15分以上続く場合、また発作を繰り返す場合】

- ① 15分続いた段階で、（養護教諭か学年）保護者に二報「現在の様子、今後の対応を相談」
- ② 救急搬送と決定したら → 副校長・校長へ連絡し、救急車要請 *職員同乗

(2) 過呼吸（正式には過換気症候群）対応マニュアル

症 状	息苦しさ、手足や唇のしびれ、手足の硬直、頭痛やめまい、失神 等
-----	---------------------------------

過呼吸は激しい呼吸を繰り返すうちに血液中の二酸化炭素が不足してしまう状態。ゆっくり吐くことを意識することで、二酸化炭素不足を解消できます。

- ① 周りに人が居ない場所へ移動し、衣類を緩める。特に女子はうつりやすいので注意。
- ② 息をゆっくり吐くことを意識させる。「大丈夫だよ」と声かけ。
- ③ 「吸う：吐く」が1：2になるくらいの割合で呼吸する。
- ④ 1回の呼吸で10秒くらいかけて吐く。
(息を吐く前に1～2秒くらい息を止めるくらいがベター)
- ⑤ 背中をゆっくり押して、呼吸をゆっくりするように促す。



何気ない会話で気を紛らわすと回復が早いです。
本人が喋りたくなるような内容を考えて会話をしてみましょう。



窒息死の危険があるため

紙袋は、使用しません！

(3) 住田高校 熱中症指針

熱中症は、生徒の生命や健康に甚大な影響を与えることを十分に認識した上で、指導に当たる。

① 運動指針 WBGT 値が確認できない場合は、熱中症予防情報サイト等を活用する。

WBGT	気温	運動指針	
31℃以上	35℃以上	運動は原則禁止	活動の必要がある場合、生徒指導主事と保健主事、副校長で協議すること。
28℃以上	31℃以上	厳重警戒（激しい運動は中止）	激しい運動や持久走など体温が上昇しやすい運動は中止。10～20分おきに休憩をとり、水分・塩分の補給を行う。
25℃以上	28℃以上	警戒（積極的に休憩）	30分おきに休憩をとり、水分・塩分の補給を行う。
21℃以上	24℃以上	注意（積極的に水分補給）	熱中症の兆候に注意するとともに、運動の合間に積極的に水分・塩分を補給する。

② 生活指針（6月～9月末まで）

服装	暑い日は、「学校指定のハーフパンツ、ポロシャツ」の服装を推奨する。
教室	エアコンを使用し、扇風機1台を設置する。 他の扇風機は、エアコン設置の無い教室や体育館にて使用すること。
授業中	水分補給は可とする。
その他	職員用冷蔵庫(放送室)に「スポーツ飲料」と「冷却材」を設置。応急処置で使用。

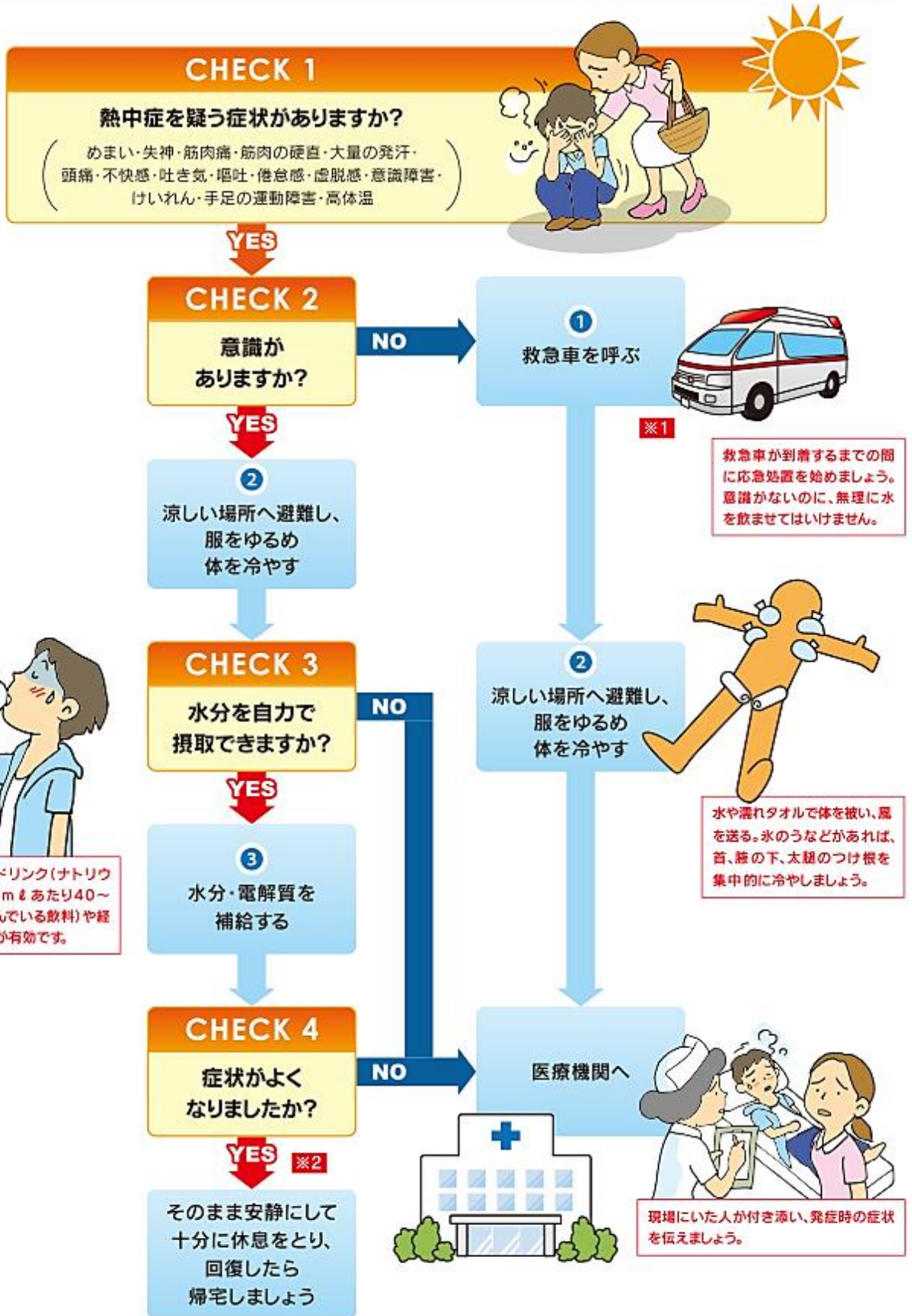
③ 熱中症防止対策 職員の動き

管理職 保健主事	特に注意が必要な日は、校内放送等で、繰り返し生徒全体に注意喚起を行うこと。
全教員	熱中症について、随時保健指導を行うこと。
担任 顧問	生徒が活動する前に一人ひとりの健康観察を行うこと。特に「睡眠不足」や「体調不良」等に注意すること。また、適宜気温を確認すること。
	活動する場合、活動量、内容、時間、場所等を変更するなど柔軟に対応すること。また、水分補給や休息を積極的に励行すること。
	中止する場合、運動を伴わない別の活動に切替えるなど、無理な活動をさせない。
	万が一、生徒が熱中症で倒れた場合、早急に対応すること。また、緊急体制や救急処置等を生徒と共有しておくこと。 顧問が不在になる場合は、周りの職員に声を掛けておくなど、生徒だけの活動にならないように注意すること。

④ 熱中症の症状と職員の対応 意識が無い場合は、救急車を要請し、AEDを使用した心肺蘇生。

職員の対応	熱中症の症状	応急処置
安静 早退の判断	めまい、筋肉痛、筋肉の硬直、手足のしびれ、気分不快	<ul style="list-style-type: none"> ・涼しい場所へ移動。 ・衣類を緩める。 ・体を冷却する。 ・スポーツドリンク等で水分補給。 ・症状を観察、記録。
病院受診の指示	体温の上昇、頭痛、吐き気、倦怠感、虚脱感	
救急車要請!!	繰り返す嘔吐、意識障害、言動がおかしい、けいれん、手足の運動障害、高体温	
★寒気を訴える場合や自力で水分補給が出来ない場合は、直ちに救急車を要請。		

熱中症が疑われる時の応急処置 <フロー>



(4) 落雷の対応

予想される状況	教職員の対応	児童生徒等の対応
<ul style="list-style-type: none"> 雷注意報の発表。 真っ黒い雲が近づき、周囲が急に暗くなる。 雷鳴が聞こえたり、雷光が見えたりする。 ヒヤッとした冷たい風が吹き出す。 大粒の雨や雹^{ひょう}が降り出す。 近くに雷が落ちる。 	<ul style="list-style-type: none"> 雷鳴が聞こえたり、雷光が見えたりした場合は速やかに屋内に避難させる。(雷鳴が遠くても雷雲はすぐ近づいてくる。また雨が降っていなくても落雷はある。) 校庭やプールでの活動、平地でのハイキング等、近くに高いものがない場所での活動の場合は特に注意し、速やかに活動を中止し、屋内に避難させる。 	<ul style="list-style-type: none"> 教職員の指示に従い、すみやかに屋内に避難する。 <p style="text-align: center;">【登下校時】</p> <ul style="list-style-type: none"> 雷の活動は短時間でおさまることが多いので、無理に帰宅せず、屋内へ避難をする。 自転車に乗っていたら、すぐに降りて安全な場所に避難する。
<p>【避難場所等に関する留意点】</p> <ul style="list-style-type: none"> 建物の中、自動車、バス、列車の中等への素早い避難が求められる。 軒先や外壁は雷の通り道になること等に注意する。 雷は高い場所に落ちやすい。立ち木に落ちると被害を受ける。 近くに避難する場所がない場合は、しゃがみこむ等できるだけ姿勢を低くする。 		
<ul style="list-style-type: none"> 雷の活動が止む。 	<ul style="list-style-type: none"> 雷鳴が止んでから20分程度は落雷の危険があることから安全な場所での待機を指示する。 一つの雷雲が去っても、次の雷雲が近づく場合もあるので、新しい雷雲の接近に常に注意する。 その後は、気象情報等で安全を確認の上、活動を再開するかどうか判断する。 	<ul style="list-style-type: none"> 教職員の指示に従い、安全な場所で落ち着いて待機する。 <p style="text-align: center;">【登下校時】</p> <ul style="list-style-type: none"> 雷鳴が止んでから20分程度は落雷の危険があることから、安全な場所で待機する。 一つの雷雲が去っても、次の雷雲が近づくことを想定し、新しい雷雲の接近に常に注意する。
<p>【安全な空間に避難できない場合の対応】</p> <p>近くに安全な空間が無い場合は、電柱、煙突、鉄塔、建築物などの高い物体のてっぺんを45度以上の角度で見上げる範囲で、その物体から4m以上離れたところ(保護範囲)に避難します。</p> <p>高い木の近くは危険ですから、最低でも木の全ての幹、枝、葉から2m以上は離れてください。姿勢を低くして、持ち物は体より高く突き出さないようにします。</p> <p>雷の活動が止み、20分以上経過してから安全な空間へ移動します。</p>		



★落雷から身を守る基本姿勢
万一逃げる場所がないときは、両足をそろえて上半身前かがみにしゃがみ、親指で耳の穴をふさいで、頭をかかえましょう。

H26 群馬県教育委員会「学校災害対応マニュアル(落雷・竜巻等突風編)参考

重要 心肺蘇生：落雷を受けた被害者の体は電気を帯びていないため、すぐに応急処置を開始。

《雷雨 危険な避難場所》

- ・テントの中、ビーチパラソルの下(平地で、姿勢を低くしている時より危険)、樹木の上に張ったビニールシートの下での雨宿り。
- ・屋根が布またはビニール製の自動車のトラック、オープンカー、ほろで覆ったトラックの荷台。
- ・自転車・オートバイでの走行。
- ・開けたところ(山頂、尾根、堤防の上、河川敷、田畑、海岸・海上・湖上など)。
- ・海、サーフィン、ボート、水上オートバイ、避雷針のないヨット・漁船。
- ・グラウンド、テニスコート、ゴルフ場、屋外プール、屋根のない観客席。

重要 電線の下は、比較的安全。(電線が避雷針に近い役割をする)