

落雷事故防止ガイドライン

スポーツ中の落雷事故は一定の頻度で発生しております。**落雷そのものを防ぐことはできませんが、適切な対応を取ることで落雷事故は防ぐことが可能です。**

ラグビーに関わるすべての関係者は、安全を最優先に考え、落雷の予兆を感じた際には本ガイドラインを参照し、適切な行動をとるよう努めてください。

安全なラグビーの実現に向けて、日々の練習や試合における競技運営に努めていただきますようお願い致します。

1. 事前の気象情報の確認

- ・練習や試合の前に、天気予報や雷予報アプリ(雷ナウキャスト)を活用し、天候を確認する。
- ・雷注意報が発表され、落雷の可能性が高いと判断される場合は、活動予定の変更を検討する。
- ・雷ナウキャストで、現在地から半径 20km 圏内に活動度 2 以上の雷活動がある場合には、直ちに練習・試合を中断し、安全な場所に避難する(避難に時間がかかる場合には、活動度 1 の段階から早めの対応を心がける)

※気象庁が提供している「雷ナウキャスト」については[こちら](#)をご参照ください。

2. 雷の兆候が見られた場合の対応

- ・雷の兆候を以下の 1~4 に示す。1 の兆候が確認された場合は、気象情報を確認し、2 以降の兆候が確認された場合は、直ちに練習・試合を中断し、安全な場所への避難を開始する

1. 積乱雲の発生・成長：積乱雲(雷雲であり、入道雲、モコモコとした雲)がみるみる大きくなる
2. 積乱雲の接近：黒い雲が近づき周囲が暗くなる
3. 気象の急変：急に冷たい風が吹いてくる
4. 雷の発生：雷光(稲光) が見える、雷鳴が聞こえる

- ・避難後は、雷ナウキャスト等で積乱雲の位置を確認し、適切な対応を取る。

3. 避難場所の選定

・安全な避難場所

- a. 自動車やバスなど乗り物の内部
- b. 鉄筋コンクリート造・鉄骨造の建物の内部
- c. 本格的な木造建築物の内部(屋根がしっかりとした金属である)

・避難に適さない場所(危険な場所)

- a. 木造建物の軒下、仮設小屋、テント内、ベンチ/パイプ椅子
- b. 高い樹木の下、林や森の中、建物の軒下、バルコニー、屋上

4. 屋外で安全な避難場所がない場合

- ・近くに避難できる安全な避難場所がない場合、以下の対応を取る。
- a. 5m 以上の高い構造物から 4m 以上離れ、姿勢を低く保つ。
- b. 鉄筋コンクリートの電柱や鉄塔の近く(約 2m の距離を保つ)で避難する。
- c. 電線がある場合は、その真下に入る。

※あくまでも緊急時の一時避難であり、車両等によるピックアップを要請する。

5. 屋外活動再開のための判断基準

以下の [2つの](#) 条件を満たすまで屋外での練習・試合再開の判断はしないこと。

- a. 雷ナウキャスト等の気象予報ツールで現在地から半径 20km 以内に活動度 2 以上の雷活動がないことが確認される。
- b. 雷鳴もしくは雷光が最後に確認されてから 30 分以上経過している。

6. 雷に打たれた場合の対応

雷に打たれた場合、「心停止」「やけど」「鼓膜穿孔」などの症状が想定される。なかでも、最も重篤なのは心停止の状態である。この場合、速やかに安全な場所に搬送し、心肺蘇生法と AED を使用する。また、並行して 119 通報を行う。

参考情報

- ・ 気象庁 「急な大雨や雷・竜巻から身を守るために」

https://www.jma.go.jp/jma/kishou/known/tenki_chuui/tenki_chuui_p1.html

- ・ 学校の危機管理マニュアル作成の手引き(雷への対応における留意点 P39)

https://anzenkyouiku.mext.go.jp/mextshiryou/data/aratanakikijisyou_all.pdf

- ・ 株式会社ウェザーニューズ

<https://weathernews.jp/>

- ・ 株式会社フランクリン・ジャパン

<https://www.franklinjapan.jp/>

- ・ 令和 7 年 4 月 11 日付 スポーツ庁 落雷事故の防止について(依頼)

https://www.mext.go.jp/sports/b_menu/hakusho/nc/jsa_00046.html

- ・ スポーツ庁 屋外でのサッカー活動中における高校生の落雷事故の発生について

https://www.mext.go.jp/sports/b_menu/hakusho/nc/jsa_00038.html

- ・ 平成 30 年 7 月 20 日付 文部科学省通知「落雷事故の防止について」

https://www.mext.go.jp/b_menu/hakusho/nc/1415646.htm

- ・ 日本サッカー協会 サッカー活動中における落雷事故防止対策について

<https://www.jfa.jp/documents/pdf/other/rakurai.pdf>

- ・ 公益財団法人スポーツ安全協会「スポーツ中の落雷から、どう身を守る？」

<https://www.sportsanzen.org/spoanlabo/thunder.html>

- ・ WORLD RUGBY Player Welfare Guidelines 「Lightning」

<https://www.world.rugby/the-game/player-welfare/guidelines/lightning>

2025.02.25 v1 発行

2025.06.12 v2 改訂