

## 雷に関する注意

1. 突風、急激な気温低下、激しい雨、雷鳴、雷光、等予兆現象があった場合は状況を判断し早急に練習、試合を中止する。
2. 雷注意報、警報の発令があった場合は直ちに練習、試合を中止する。
3. 付近で落雷のあった場合は、樹木、ポール、電柱等 5 m 以上の物体を探し 4 m 以上離れた場所に避難する。
4. 周辺に高い物体がない場合は姿勢を低くし速やかに移動する。
5. 周囲への落雷が激しく、逃げられない時は、その場で両足を揃えてしゃがみ、目を閉じ、指で両耳穴をふさぐ。
6. 雷に関する情報は

- \* 気象庁
- \* 日本気象協会
- \* 気象サービス 等で確認する。