

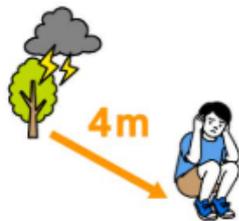
# 「雷が鳴ったらこれだけは」

#NHK防災これだけは

## 雷鳴ったらこれだけは

1

広場から離れる、  
木に近づかない



2

雷の音が  
聞こえたら建物や  
車に避難



3

最終手段は  
「雷しゃがみ」



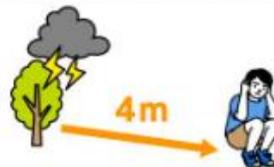
NHK

#NHK防災これだけは

1

## 広場から離れる、 木に近づかない

開けた場所では人に落雷しやすく要注意  
釣り竿や金属バッドなどを高く突き出さないで



雷が落ちやすい木の近くは危険  
4m以上離れて



野外フェスや花火大会の会場も要注意  
「せっかく場所を取ったから」と考えず、  
会場を離れる決断を

雷鳴ったらこれだけは

NHK

# 「自分の命は自分で守る！」

#NHK防災これだけは

## 2 雷の音が聞こえたら 建物や車に避難

雷雲の大きさは数十キロもあり  
雷の音が聞こえた時には雷雲の下にいます



建物や車の中は基本的に安全  
ただし、軒下は危険です



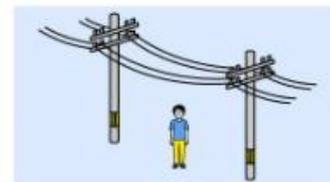
活動再開は「雷鳴が30分聞こえない  
(30分ルール)」を目安にしよう

雷鳴ったらこれだけは

NHK

#NHK防災これだけは

## 3 最終手段は 「雷しゃがみ」



電線の下は低リスク  
避雷針の役割を果たします



万が一、落雷を受けた場合は  
直ちに心臓マッサージを!

雷鳴ったらこれだけは

NHK