

12月14日(木) 13:30~ 本校会議室において、学校歯科医の山岡先生、学校薬剤師の永田先生、PTA代表、1・2年生保健委員及び3年生保健委員代表、関係教職員が出席し、学校保健委員会を開催しました。

はじめに「南部高等学校等保健会 生徒保健委員研修会」に参加した2年生2名が、『正しい知識があなたを守る いつか必ず役に立つ ライフスキル講座』について伝達発表を行い、その後講演を聞きました。



今年の演題「落雷・竜巻・大雨の災害から身を守る」について、熊谷地方気象台 中村敏夫調査官にお話をさせていただきました。

以下の画像は資料からの抜粋です



局地的大雨から身を守るには

雨が降ったり、周囲に異変を感じたら、すぐに水辺から離れる。

- ・溪流、河川敷、中州、親水公園、キャンプ、釣り、水遊び等。

浸水した場所に注意する。

- ・側溝があふれて見えない場合や、マンホールの蓋が外れている場合がある。
- ・大雨時の地下の通路は通行に注意。また地下施設も水が流れ込み、危険である。
- ・車で移動する場合は、アンダーパスにも注意する。

大雨災害から身を守るには

危険な場所からは早めに避難する

台風接近通過中は、不要の外出をしない。川や崖など、危険な場所には近づかない。

※ 流速1m/sの時は 10cmの深さで20kg重
流速2m/sの場合 50cmの深さで20kg重

雷から身を守るには①

近くで鳴り始めてからでは遅い!

- ・雷雲の方が人間より速い。
- ・早めに避難が大事。
- ・逃げ場が無い場合は、ひたすら姿勢を低くして雷雲が去るのを待つ

長いものは持たない

- ・体から突き出したものは落雷を受けやすい。
- ・カサは危険、釣り竿やゴルフクラブは論外。

雷から身を守るには②

雨宿りで木の下に入るのは危険

- ・木や電柱から5m以上離れる。
- ・近くに避難する場所が無い場合は、

雷雲を受け付けた木が倒れると人が倒れ、木の根元から人へ電気が流れることがある(1)と(2)の、木の下で雨宿りなどをしていて死傷する事故は、ほとんどがこの雷害が原因である。

雷から身を守るには③

近くに安全な空間が無い場合

- ・電柱、煙突、鉄塔、建築物などの高い物体のてっぺんを以て見上げる範囲で、その物体から安全な空間へ退避します。
- ・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。
- ・雷の活動が止み、30分以上経過してから安全な空間へ移動します。
- ・保護範囲に退避していても、落雷地点の近くで座ったり寝ころんでいたりしていると、地面に接触している身体の部分に、しびれ、痛み、ヤケドが発生し、ときには逃げなくなることがあります。

雷から身を守るには③

軒先も危ない

- ・避雷針の無い建物に落雷すると、電流は表面を流れる。

車の中は安全

- ・電流は表面を流れやすい。
- ・表面が金属だとほとんどが表面を流れる。
- ・表面からなるべく離れる。
- ・家の中、電車の中も同じ。


暴風から身を守るには

高い所に上らない

- ・アンテナが動いてテレビの映りが悪い
- ・屋根瓦がずれて雨漏りしている
- ・屋根に上って修理 → 吹き落とされて死傷

屋外に出ない

- ・瓦や看板が飛んできて
- ・頭に当たった
- ・破片が刺さった、切られた
- ・風に吹き倒された



竜巻から身を守るには

頑丈な建物の中へ避難

竜巻、雷、突然の大雨は、すぐに建物に避難が基本

- ・窓、戸戸を閉め、カーテンを閉
- ・頑丈な机の下に入り、頭と首を守ろう

竜巻からの身の守り方

頑丈な建物の中へ避難

- 窓から避難する
- 壁から避難する
- カーテンを閉める
- 頑丈な机の下に入る
- 壁際・柱際・フレイブ等避難場所がない場合は、壁や柱の間に身を隠す
- 壁際・柱間に居る場合は、頭と首を守る
- 壁際・柱間に居る場合は、頭と首を守る
- 壁際・柱間に居る場合は、頭と首を守る

屋内でも窓や壁から離れる

- 壁際・柱間に居る場合は、頭と首を守る
- 壁際・柱間に居る場合は、頭と首を守る
- 壁際・柱間に居る場合は、頭と首を守る

屋外では、

- 屋根瓦など、飛来物などに注意する。

屋内では、

- 風呂場やトイレ、押入れ、建物中央の廊下などが安全。※大きな窓の下や周囲は大変危険
- バイクなどのヘルメットをつける、マットレスで体の周りを囲うなどで、少しでも身の安全をとること。

屋内にいる場合 **屋外にいる場合**

危険を避けるには・・・

屋外活動の前には、事前に気象情報や雷注意報を確認する。

前日の夕方や朝の天気予報で、テレビ、ラジオ解説者の「**大雨**」「**暴風**」「**竜巻**」「**雷**」といったキーワードに注意

↓ キーワードが入っていたら？

- ・現地での活動の中止、万が一の避難を含めたその日のシナリオをしっかりと計画
- ・すでにその地域に雷注意報が発表されていたら、溪流、河川敷、中州、親水公園などでの活動は避ける
- ・あらかじめ、屋外活動中止の判断基準を明確にしておく
- ・できれば後方支援者からの情報提供を得られるようにしておく

危険を避けるには・・・

まず、積乱雲が近づいたら・・・

- ・真黒な雲が近づき、周囲が急に暗くなる。
- ・雷鳴が聞こえたり、電光が見えたりする。
- ・ヒヤッと冷たい風が吹き出す。
- ・大粒の雨や雹が降ります。

運動場や開けた場所、水辺は危険！！

↓

すぐに建物に避難

危険を避けるには・・・

熊谷地方気象台が発表する気象情報に留意。

- 局地的大雨 → 大雨注意報、警報
- 局地的大雨 → 記録的短時間大雨情報
- 激しい突風 → 雷注意
- 激しい突風 → 激しい突風に関する埼玉県気象情報
- 激しい突風 → 竜巻注意情報
- 落雷 → 雷注意

※人が行動できなくなる水の深さ（流れていない状態）の目安が、子供で20cm、大人の女性で50cm、男性で70cmで、流れる水に逆らって歩くのは無理との事でした。

～生徒感想～

○積乱雲や台風のでき方、落雷の仕組みなど、細かい部分まで知ることができました。黒い雲が近づいたら早めに避難する、天気予報を注意して聞くなど、身の守り方もたくさん学びました。

○もし部活中に空が暗くなってきたら、部員のみんなに今日教えてもらった事を言って安全に避難できるようにしたいです。

○洪水、竜巻など実際の映像を見て、本当にあっという間にひどくなってとても怖いと思いました。雷が鳴ったら体を低くするなど、実践していくことが大切だと思いました。

局地的に積乱雲から大雨が降る様子や、川の氾濫、竜巻の発生などの動画もあり、より災害の怖さを実感しました。自分の身を守るための情報を得て、行動を身につけよう！