



“꿈과 사랑을 키워가는 행복한 학교”

2023-016호(3월 15일)

# 가정통신문

안성고등학교  
http://www.ansung.hs.kr

55536 전라북도 무주군 안성면 구량천로 147 ☎ 교무실 323-0115 ☎ 행정실 323-0279

## ◆ 고농도 미세먼지 대처 방법 안내 가정통신문 ◆

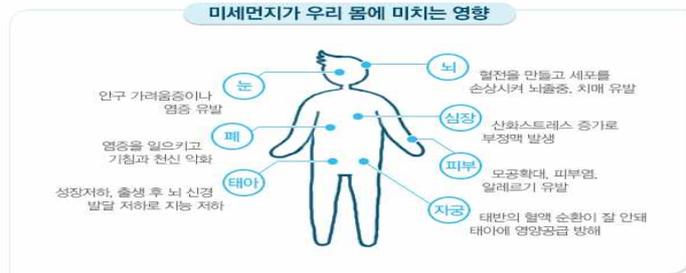
학부모님 안녕하십니까? 가정에 건강과 행복이 함께 하시길 기원합니다. 미세먼지 대처 방법을 안내하여 드리오니, 다음 사항을 확인하시어 건강관리에 참고하시기 바랍니다.

### 1. 미세먼지 위험 단계

구분		등급(μg/m <sup>3</sup> )						
		좋음	보통	나쁨	매우나쁨 (주의보)		경보	
물질	대기질 기준							
	미세먼지 (PM <sub>10</sub> )	0~30	31~80	81~150	151 이상		300 이상	
	초미세먼지 (PM <sub>2.5</sub> )	0~15	16~35	36~75	76 이상		150 이상	
	초미세먼지 (PM <sub>2.5</sub> ) 비상저감조치	환경부 위기경보			관심	주의	경계	심각
		비상저감조치 미발령			발령	3일이상	5일이상	7일이상

### 2. 미세먼지 위해성

- 입자가 미세하여 코, 구강, 기관지에서 걸러지지 않고 몸 속에 흡입됨
- 2013년 세계보건기구(WHO) 산하 국제암연구소에서는 **미세먼지를 1군 발암물질**로 지정
- 단시간 흡입으로는 갑자기 신체 변화가 나타나지 않으나, 장기적·지속적 노출 시 천식과 폐 질환 등 유발에 영향



### 3. 고농도 미세먼지 대처요령

- 가. 실외활동은 가급적 자제하기
- 나. 보건용 마스크 착용하기
- 다. 대기오염이 심한 곳은 피하고, 활동량 줄이기
- 라. 외부활동 후 깨끗이 씻기
- 마. 물과 비타민C가 풍부한 과일·야채 섭취하기
- 바. 환기, 물청소 등 실내 공기 질 관리하기
  - 실내·외 공기오염도를 고려하여 적절한 환기 실시
  - 실내 물걸레질 등 물청소 실시, 공기청정기 가동(공기청정기 필터 주기적 점검교체)
- < 환기요령 >
  - 실내오염도가 높을 때는 자연환기 또는 기계환기 실시 (단, '나쁨' 이상 시 자연환기 자제)
  - 대기가 정체되어 있는 시간대를 피해 오전 10시부터 오후 9시 사이에 하루 3번 30분 이상 환기
  - 자연환기 시에는 대기오염도가 높은 도로변 외의 다른 창문을 통한 환기 실시
- 사. 대기오염 유발행위 자제하기
  - 자가용 운전 대신 대중교통 이용, 폐기물 태우는 행위 등 자제하기

2023. 3. 15.

안성고등학교장(관인생략)

# 스스로 관리하는 미세먼지



## 미세먼지란?

- 공기중에 떠다니는 눈에 보이지 않을 정도로 작은 먼지를 말합니다.
- 미세먼지에 노출되면 호흡기, 피부, 심혈관계 등에 다양한 질병이 발생할 수 있습니다.

**미세먼지 노출로부터 건강을 보호하기 위해 다음 상황에 따라 학교 미세먼지를 관리합니다.**

구분	예보* 등급			
	좋음	보통	나쁨	매우나쁨
PM <sub>10</sub> ( $\mu$ g / m <sup>3</sup> )	0~30	31 ~ 80	81 ~ 150	151 이상
PM <sub>2.5</sub> ( $\mu$ g / m <sup>3</sup> )	0 ~ 15	16 ~ 35	36 ~ 75	76 이상

\*예보는 환경부가 대기모델링 등을 이용하여 미세먼지 농도를 예측하여 다음 날의 대기질을 발표

## 외부 미세먼지 예보등급



**'좋음' 또는 '보통' 일 경우**  
(PM<sub>2.5</sub> 35  $\mu$ g/m<sup>3</sup> 이하)



**'나쁨' 또는 '매우 나쁨' 일 경우**  
(PM<sub>2.5</sub> 36  $\mu$ g/m<sup>3</sup> 이하)

## 교실에서 할 일

- 창문을 열어 자연 환기를 실시합니다.
- 다만 학교 주변 상황(근처 공사 등), 날씨, 냉·난방 등으로 자연 환기를 할 수 없다면, 공기정화장치 (공기청정기, 기계환기설비)를 사용합니다.

- 실내 미세먼지 측정기로 실내 미세먼지 농도를 실시간으로 확인합니다.
- 창문을 닫고 공기정화장치를 사용하면서, 쉬는 시간 마다 창문을 열어 환기합니다.
- 외출하는 경우, KF 마스크를 착용하고 외출 후에는 손을 씻습니다.
- 실외 수업의 경우, 대체 수업을 고려하거나 실내 (체육관 등)에서 할 수 있도록 합니다.
- 물걸레로 교실을 수시로 청소하여 교실에 먼지가 쌓이지 않도록 합니다.



## Q 미세먼지가 좋음, 보통일 때는 왜 공기 정화장치를 쓰지 않나요?

A 공기정화장치를 계속 켜는 것은 필터 성능이 낮아질 수 있고, 교실 내 에너지 소비량도 늘어나므로 외기의 미세먼지 농도를 확인하여 상황에 따라 가동해야 합니다.

## Q 공기정화장치를 사용하는데 환기를 해야 하나요?

A 공기 중에는 미세먼지 외에도 다른 오염물질(이산화탄소, 포름알데히드, 라돈, 휘발성 유기 화합물 등)이 존재합니다. 공기정화장치를 사용 한다고해서 자연환기를 전혀 하지 않으면 다른 오염물질이 축적되어 실내 공기가 나빠질 수 있으므로 주기적인 환기는 꼭 필요합니다.

## Q 공기정화장치를 사용하는데 환기를 해야 하나요?

A 주기적인 청소를 통해 실내에 존재하는 미세먼지 양을 줄일 수 있습니다. 진공청소기를 사용하여 청소하는 경우, 바닥에 있던 먼지가 공기 중으로 떠오를 수 있기 때문에 주의 해야 합니다. 미세먼지가 나쁜 날에는 가급적 진공청소기 보다 물걸레질로 청소하는 것이 실내 미세먼지 제거에 더욱 효과적입니다.