



가 정 통 신 문

행정실: 063) 903-7730
FAX : 063) 222-3320
교무실: 063)903-7728~9

고농도 미세먼지 대응 안내

1. 미세먼지(PM10)와 초미세먼지(PM2.5)

- 직경에 따라 PM_{10} 과 $PM_{2.5}$ 등으로 구분한다.
- PM_{10} 은 1000분의 10mm보다, $PM_{2.5}$ 는 1000분의 2.5mm보다 작은 먼지이다.
☞ 머리카락 직경 (약 $60\mu m$)의 1/20~1/30 크기보다 작음.)
- 공기 중 고체와 액체상태 입자의 혼합물로 배출된다.
☞ 머리카락 직경 (약 $60\mu m$)의 1/20~1/30 크기보다 작음.)
- 사업장 연소, 자동차 연료 연소, 생물성 연소 과정 등 결과 화학적 배출
- 광물 입자(예: 황사), 소금 입자, 생물성 입자(예:꽃가루, 미생물) 등 자연적 조성

2. 미세먼지 위해성

| | | | |
|----|--------------------|----|-----------------------------|
| 눈 | 안구 가려움증, 염증 유발 | 뇌 | 혈전 생성으로 인한 뇌졸중, 치매 유발 |
| 폐 | 염증 생성, 기침과 천식 악화 | 심장 | 산화스트레스 증가로 부정맥 발생 |
| 피부 | 모공확대, 피부염, 알레르기 유발 | 태아 | 성장 저하, 생후 지능 저하(뇌 신경 발달 저하) |

* 2013년 세계보건기구(WHO) 산하 국제암연구소에서 **미세먼지를 1군 발암물질**로 지정
(석면, 벤젠, 담배, 매연, 방사선, 바이러스, 세균, 곰팡이 등)

3. 미세먼지 예보제, 경보제

| | 예보제 | | 경보제 | |
|--------------------------------|---------------------------------|---|---------------------------------------|--|
| 주체 | 환경부(한국환경공단) | | 보건환경연구원 | |
| 등급 | 좋음, 보통, 나쁨, 매우 나쁨 | | 주의보, 경보 | |
| 현황 | 1일 4회(오전 5시, 11시 / 오후 5시, 11시) | | 수시 | |
| 확인방법 | -에어코리아 홈페이지 -모바일 앱(우리동네 대기질) | | -에어코리아 홈페이지 -대기 환경 정보 서비스(문자신청 가능) | |
| 농도별 예보등급 ($\mu g/m^3$) | 미세먼지 PM_{10} | 좋음(0-30) / 보통(31-80) 나쁨(81-150) / 매우 나쁨(151 이상) | 주의보 | - PM_{10} 시간 평균농도가 $150\mu g/m^3$ 이상 2시간 지속 - $PM_{2.5}$ 시간 평균농도가 $90\mu g/m^3$ 이상 2시간 지속 |
| | 초미세먼지 $PM_{2.5}$ | 좋음(0-15) / 보통(16-50) 나쁨(51-100) / 매우 나쁨(101 이상) | 경보 | - PM_{10} 시간 평균 농도가 $300\mu g/m^3$ 이상 2시간 지속 - $PM_{2.5}$ 시간 평균농도가 $180\mu g/m^3$ 이상 2시간 지속 |

4. 미세먼지 행동 및 대응 요령 (“나쁨”과 “매우 나쁨” 예보 시)

- 외출은 가급적 자제합니다.
- 외출 시 보건용 마스크(식약처 인증)를 착용합니다.
- ☞ 마스크 착용 방법



1 마스크 날개를 펼친 후
양쪽 날개 끝을 오므려주세요



2 고정심 부분을 위로 하여
코와 입을 완전히 가려주세요



3 머리끈을 귀에 걸어
위치를 고정해주세요



4 양 손가락으로 코편이 코에
밀착되도록 눌러주세요



5 공기누설을 체크하며 안면에
마스크를 밀착시켜 주세요

- 외출 시 대기오염이 심한 곳은 피하고, 활동량을 줄입니다.
- ☞ 미세먼지 농도가 높은 도로변, 공사장 등에서 지체시간 줄이기
- ☞ 호흡량 증가로 미세먼지 흡입 우려 시, 격렬한 외부활동 줄이기
- 외출 후 깨끗이 씻습니다.
- ☞ 온몸을 구석구석 씻고, 특히 손/발/눈/코는 필수적으로 흐르는 물에 씻고 양치질 하기
- 물(노폐물 배출)과 비타민C(항산화 효과)가 풍부한 과일, 야채를 먹습니다.
- 자가용 대신 대중교통을 이용하여, 대기오염 유발행위를 자제합니다.
- 환기, 실내 물청소 등으로 실내 공기의 질을 관리합니다.
- 호흡기/심혈관계, 천식 환자 등 취약자는 “보통”에도 준수합니다.

2022. 03. 28

전 주 예 술 중 학 교 장