



고농도 미세먼지 대응요령 및 질병결석 안내

(우 54072) 전라북도 군산시 공포3로 48(조촌동) 교무실 : 063-453-9009 행정실 : 063-454-8083 (fax : 063-454-8084)

학부모님께,

미세먼지 농도가 높은 날이 많아지면서 학생들의 건강상 피해가 우려되고 있습니다. 건강을 위협하는 미세먼지에 대하여 안내하오니 참고하시기 바랍니다.

- ☐ **미세먼지**: 대기 중에 떠다니거나 흩날려 내려오는 $10\mu\text{m}$ 이하의 입자상 물질
- ☐ **미세먼지 (PM_{10})** : 대기 중에 부유하는 분진 중 직경이 $10\mu\text{m}$ 이하의 먼지 (10/1000mm 보다 작은 먼지)
- ☐ **초미세먼지 ($\text{PM}_{2.5}$)** : 대기 중에 부유하는 분진 중 직경이 $2.5\mu\text{m}$ 이하의 먼지 (2.5/1000mm 보다 작은 먼지)

☐ 황사와 미세먼지의 차이

- 황사는 바람에 의해 하늘 높이 올라간 미세한 모래 먼지가 대기 중에 퍼져서 하늘을 덮었다가 서서히 떨어지는 현상 또는 떨어지는 흙모래로 주로 자연적 활동으로 발생. 칼슘, 철분, 알루미늄, 마그네슘 등 토양성분을 주로 포함한다.
- 미세먼지는 주로 연소 작용에 의해 발생하므로 황산염, 암모니아 등의 이온성분과 금속화합물, 탄소화합물 등 유해물질로 이루어진다.

☐ 미세먼지 예보제

예보제 (대기 모델링을 이용하여 예측 발표)

예보내용		농도별 예보등급($\mu\text{g}/\text{m}^3$)			
		좋음	보통	나쁨	매우나쁨
예보물질	PM10	0~30	31~80	81~150	151이상
	PM2.5	0~15	16~35	35~75	76이상

확인방법 : 에어코리아 홈페이지, 모바일 앱(우리동네 대기질)

☐ 미세먼지 관련 기저질환 서류 및 질병결석 인정 절차

- 자녀가 미세먼지 관련 기저질환(천식, 알러지, 아토피, 호흡기질환, 심혈관질환 등)이 있는 경우, 해당 질환에 대한 ‘의사 진단서’ 또는 ‘의견서’ 등을 (미세먼지와 유관성이 드러나는 의사소견 또는 향후 치료 의견이 명시된)

담임선생님께 제출해주시기 바랍니다.

- 해당 의사 진단서 또는 의견서 등을 사전 제출한 경우, 우리 지역의 미세먼지 농도가 ‘나쁨’ 이상인 경우, 당일 수업 시작 전(8시 50분 이전)에 학부모의 사전 연락 (담임선생님께 전화·문자 연락)만으로 질병 결석이 인정됩니다.

〈 고농도 미세먼지 대응요령(7대) 〉

1. 외출은 가급적 자제하기

- 실외 모임, 캠프, 스포츠 등 실외 활동 최소화

2. 외출 시 보건용 마스크(식약처 인증) 착용하기



※ 〈주의사항〉 임산부, 호흡기·심혈관 질환자, 어린이, 노약자 등 마스크 착용으로 호흡이 불편한 경우 사용을 중지하고, 필요시 의사 등 전문가와 상의

3. 외출 시 대기오염이 심한 곳은 피하고, 활동량 줄이기

- 미세먼지 농도가 높은 도로변, 공사장 등에서 지체시간 줄이기
- 호흡량 증가로 미세먼지 흡입이 우려되는 격렬한 외부 활동 줄이기

※ 참고 : 한 연구 결과(Science Daily, 2016)에 따르면, 대기오염물질 흡입을 최소화하기 위해 보행시 2~6km/hr, 자전거 운행 시 12~20km/hr(성인 기준) 속도 유지

4. 외출 후 깨끗이 씻기

- 샤워하고, 특히 필수적으로 손, 발, 눈, 코를 흐르는 물에 씻고 양치질하기

5. 물과 비타민C가 풍부한 과일, 야채 섭취하기

- 노폐물 배출 효과가 있는 물, 항산화 효과가 있는 과일, 야채 등 충분히 섭취하기

6. 환기, 물청소 등 실내 공기질 관리하기

- 실내·외 공기오염도를 고려하여 적절한 환기 실시
- 실내 물걸레질 등 물청소 실시, 공기청정기 가동(필터 주기적 점검·교체)

〈 환기 요령 〉

- ▶ 실내 오염도가 높을 때는 자연환기 또는 기계환기 실시(단, “나뽀” 이상 시 자연환기 자제)
- ▶ 대기가 정체되어 있는 시간대를 피해 오전 10시부터 오후 9시 사이에 하루 3번 30분 이상 환기
- ▶ 자연 환기 시에는 대기오염도가 높은 도로변 외의 다른 창문을 통한 환기 실시
- ▶ 조리 시 주방 후드 가동과 자연환기를 동시에 실시하고, 조리 후에도 30분 이상 환기
- * 주택 실내 공기질 관리를 위한 매뉴얼(환경부·국립환경과학원, 2012), 주거환경 중 주방에서 발생하는 실내 오염물질 관리 방안 연구(국립환경과학원, 2013)

7. 대기오염 유발행위 자제하기

- 자가용 운전 대신 대중교통 이용, 폐기물 태우는 행위 등 자제하기

2023. 4. 3.

군 산 금 빛 초 등 학 교 장