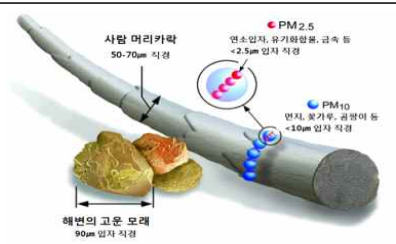




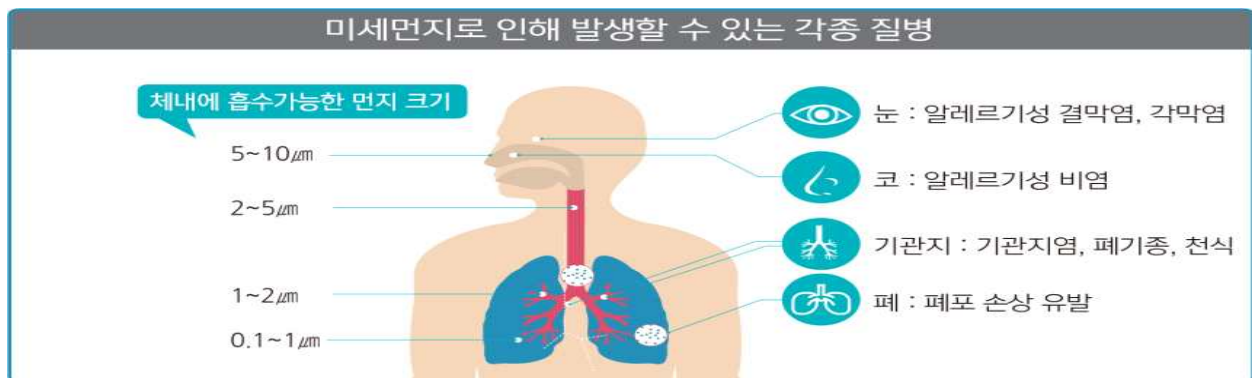
## 제목 : 고농도 미세먼지 대응요령 및 미세먼지 관련 기저질환 질병결석 인정 안내

### 1. 미세먼지란?

- 대기중에 떠다니거나 흩날려 내려오는  $10\mu\text{m}$  이하의 입자상 물질
- 미세먼지(PM10)와 초미세먼지(PM2.5)등 먼지 직경에 따라 구분
  - PM10은 1,000분의 10mm보다 작은 먼지이며, PM2.5는 1,000분의 2.5mm보다 작은 먼지로, 머리카락 직경(약  $60\mu\text{m}$ )의 1/20 ~ 1/30 크기보다 작은 입자



### 2. 미세먼지로 인해 발생할 수 있는 질병



### 3. 미세먼지 · 오존 관련 기저질환 서류 및 미세먼지 질병결석 인정절차

- 학생이 미세먼지 또는 오존 관련 기저질환(천식, 알레르기, 아토피, 호흡기질환, 심혈관질환 등)이 있는 경우, 학부모께서는 해당 질환에 대한 **의사의 진단서 또는 의견서(의사소견서, 진료확인서 등)를 3월 29일(금)까지 제출해주시기 바랍니다.**
  - ※ 미세먼지 또는 오존과 연관성이 드러나는 의사 소견 또는 향후 치료의견 명시
- 해당 의사소견서 및 진단서를 사전제출한 경우, **우리지역의 미세먼지·오존 농도가 '나쁨' 이상인 경우**, 당일 수업 시작 전(8시40분 이전)에 **학부모의 사전연락(담당선생님께 전화·문자연락)만으로 질병결석이 인정됩니다.**
  - ※ 학생의 각 학년과정의 수료에 필요한 출석일수는 해당학년 수업일수의 3분의2 이상이 되어야 함

### 4. 우리학교 미세먼지 대응사항

<b>주의보</b> PM <sub>10</sub> 150이상 또는 PM <sub>2.5</sub> 75이상 2시간 지속	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 실외수업 시간 단축 또는 금지</li> <li>• 학교 내 식당 기계.기구 세척, 음식물 위생관리 강화</li> <li>• (공기정화장치 보유학교) 공기정화장치 가동</li> </ul>
<b>경보</b> PM <sub>10</sub> 300이상 또는 PM <sub>2.5</sub> 150이상 2시간 지속	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 실외수업 시간 단축 또는 금지                             <ul style="list-style-type: none"> <li>※ 체육활동, 현장학습, 운동회 등을 실내 수업으로 대체</li> </ul> </li> <li>• 수업시간 조정, 등·하교(원) 시간 조정, 임시휴업 검토</li> <li>• 미세먼지 관련 질환자 파악 및 특별관리(조기귀가, 진료)</li> <li>• 학교 내 식당 기계.기구 세척, 음식물 위생관리 강화</li> <li>• (공기정화장치 보유학교) 공기정화장치 가동</li> </ul>

# 미세먼지는 줄이고 건강은 지키는 10가지 학생생활실천

## 미세먼지를 줄이는 5가지 실천

## 건강을 지키는 5가지 실천

## 올바른 마스크 착용법

1. 일회용품 줄이고, 미세먼지 줄이고!



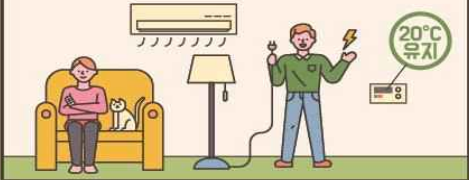
1. 집에 들어오면 손씻기, 세수하기  
양치질로 미세먼지 씻어내기!



1. 마스크 만지기 전 손씻기  
2. 양 손으로 마스크의 날개를  
펼치고 날개끝을 오므리기



2. 겨울철 적정 실내온도(20℃) 유지,  
낭비되는 전기에너지 줄이기



2. 건강상태에 따라 보건용 마스크 올바르게  
착용하기! 호흡곤란시 바로 벗기!



3. 고정심이 있는 부분을 위쪽으로  
잡고 턱부터 시작하여 코와 입을  
완전히 가린다.



3. 가까운 걷거나 자전거를 타고,  
먼 거리는 대중교통으로!



3. 물과 과일, 야채 충분히 섭취하기!



4. 머리끈을 귀에 걸어 위치를 고정  
하거나 끈을 머리 뒤쪽으로 넘겨  
연결고리에 양쪽 끈을 건다.



4. 운전하는 어른께는 정차 중에  
시동을 꺼달라고 말씀드려요!



4. 미세먼지가 나쁜 날에는 격렬한 운동 및 외출  
피하기!



5. 양 손의 손가락으로 고정 부분이  
코에 밀착되도록 심을 누른다.



5. 공기정화식을 키우고, 나무도 심고!



5. 미세먼지가 나쁜 날에도 10분씩 하루  
3번, 요리할 때는 30분 이상 환기 필수!



6. 양 손으로 마스크 전체를 감싸고  
공기가 새는지 체크하면서 얼굴  
에 밀착되도록 고정한다.



2024. 3. 19.

군산상일고등학교장 [직인 생략]