



## 미세먼지 대응 및 관련 기저질환 질병결석 인정 절차 안내

학부모님, 안녕하십니까?

신학기 고농도 미세먼지 발생이 예상됩니다. 미세먼지 대응요령 및 관련 안내사항을 아래와 같이 알려드리오니 학생 건강관리에 협조하여 주시기 바랍니다.

### 1. 미세먼지가 건강에 미치는 영향

미세먼지는 대기 중에 부유하는 분진 중 눈에 보이지 않을 정도로 가늘고 작은 입자를 의미합니다. 미세먼지는 폐포까지 직접 침투하기에 천식이나 폐질환의 유병률 증가에 영향을 주며 민감군인 어린이는 더 각별한 주의가 필요합니다.

### 2. 고농도 미세먼지에 대한 우리학교 대응

- 실외수업 및 실외활동을 자제
- 손 씻기 등 미세먼지 행동요령 교육
- 미세먼지 관련 기저질환이 있는 경우 특별 관리 및 보건용 마스크를 배부  
(일상생활 중에 **개인적으로** 마스크를 착용하는 경우 **개별적으로** 준비)
- 공기청정기 가동 및 실내 물청소를 통해 실내 공기질 관리

가정에서도 **뒷장의 고농도 미세먼지 행동요령**을 숙지하시어  
자녀들이 건강하게 자랄 수 있도록 관심 가져 주시기 바랍니다.

### 3. 미세먼지 관련 기저질환 질병결석 인정절차 안내

- 학생이 미세먼지 관련 기저질환(천식, 알레르기, 아토피, 호흡기질환, 심혈관질환등)이 있는 경우, 학부모께서는 해당 질환에 대한 의사의 진단서 또는 의견서 (의사소견서, 진료확인서 등)를 **3월 29일(금)까지 담임선생님께 제출해주시기 바랍니다.**  
※ **기제출자는 별도 제출하지 않습니다.**  
※ 미세먼지와 연관성이 드러나는 의사 소견 또는 향후 치료의견 명시
- 해당 의사소견서 및 진단서를 사전 제출한 경우, **우리지역의 미세먼지 농도가 ‘나쁨’ 이상인 경우**, 당일 수업 시작 전(8시40분 이전)에 **학부모의 사전연락** (담임선생님께 전화·문자)만으로 질병결석이 인정됩니다.

2025년 3월 18일

이 리 송 학 초 등 학 교 장

# 고농도 미세먼지 7가지 행/동/요/령

1

## 외출은 가급적 자제하기

· 야외모임, 캠프, 스포츠 등 실외활동 최소화하기



2

## 외출시 보건용 마스크 (식약처 인증) 착용하기

! 보건용 마스크(KF80, KF94, KF99)의 올바른 착용법



마스크 앞면을 열기 후 입과  
옆면 끝을 밀착시켜주세요



고정장 부착을 위해 코와  
턱의 틈을 완전히 가려주세요



마스크를 귀에 걸어 들어  
뒤를 고정해 주세요



입 손가락으로 코안이나 코에  
닿지 않도록 주의해주세요



코가 누워서 숨을 쉬기 어려워  
마스크를 잘라내어 주세요



3

## 외출시 대기오염이 심한 곳은 피하고, 활동량 줄이기

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



4

## 외출 후 깨끗이 씻기

- 옷을 구석구석 씻고, 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



7

## 대기오염 유발행위 자제하기

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



6

## 환기, 실내 물청소 등 실내 공기질 관리하기

- 실내·외 공기 오염도를 고려하여 적절한 환기 실시하기
- 실내 물걸레질 등 물청소 실시, 공기청정기 가동하기(공기청정기 필터 주기적 점검·교체)

환기 하기

- ! 미세먼지 농도를 낮추는 자연환기 노출 때는 가열하기 실시
- ! 드린 노면·이음시 자연환기 자제
- ! 하루 3번 30분 이상인 04시~08시 환기 실시
- ! 대기오염도가 높은 도로변 10m 이내 정문을 통한 환기 실시

조리시 환기

- ! 주방에서 가열과 자연환기를 동시에 실시
- ! 조리 후에도 30분 이상 환기 실시

