

 소룡초등학교	소룡 가정통신문	바르고 씩씩하며 푸른 꿈을 키우는 어린이
	자연사랑 · 푸른 꿈 · 즐거운 학교	

## 고농도 미세먼지 대응요령 안내

학부모님 안녕하십니까?

최근 미세먼지 농도가 높은 날이 증가하면서 학생들의 건강상 피해가 우려되고 있습니다.

미세먼지 농도가 높은 날에는 바깥활동을 자제하시고, 외출을 해야 할 경우 보건용 마스크를 꼭 착용하시기 바랍니다.

미세먼지 예보제, 질병결석 인정 및 미세먼지 대응 행동지침을 안내드리니, 가정에서도 관심을 가지고 숙지하셔서 건강관리에 유의하시기 바랍니다.

### 1. 미세먼지란?

- 미세먼지는 먼지 핵에 여러 종류의 오염물질이 엉겨 붙어 구성된 것으로 입자가 미세할수록 코점막을 통해 걸러지지 않고 흡입 시 폐포까지 직접 침투하여 천식, 폐질환, 조기사망률을 증가시킴
- 특히 대기오염 취약자(노약자, 어린이, 호흡기질환자, 심폐질환자)에게 피해가 큼

### 2. 미세먼지 예·경보제 실시

- 모바일 앱 설치: 우리동네 대기정보
- 문자서비스 신청
  - ▶ (예보문자) 에어코리아 홈페이지 접속([www.airkorea.or.kr](http://www.airkorea.or.kr)) → 고객의 소리 → 문자서비스
  - ▶ (주의보·경보문자) <http://air.jeonbuk.go.kr/index.do> → 문자서비스 신청

### 3. 미세먼지 예보내용

구 분		등 급(μg/m <sup>3</sup> )					
대기질 기준		좋음	보통	나쁨	매우나쁨(주의보)		경보
물질	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> )	환경부 위기경보			관심	주의	경계
	비상저감조치	비상저감조치 미발령			발령	3일이상	5일이상

### 4. 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 16일까지 담임선생님께 제출해 주시기 바랍니다.

※ 미세먼지 또는 오존과 유관성이 드러나는 의사 소견 또는 향후 치료의견 명시

- 해당 의사소견서 및 진단서를 사전제출한 경우, 우리지역의 미세먼지·오존 농도가 ‘나쁨’ 이상인 경우, 당일 수업 시작 전(8시 50분 이전)에 학부모의 사전연락(담임선생님께 전화·문자연락)만으로 질병결석이 인정됩니다.

※ 학생의 각 학년과정의 수료에 필요한 출석일수는 해당학년 수업일수의 3분의2 이상이 되어야 함

## 〈 고농도 미세먼지 대응요령(7대) 〉

### 1. 외출은 가급적 자제하기

- 야외모임, 캠프, 스포츠 등 실외활동 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 외부활동 줄이기
- ※ 참고: 한 연구결과(Science Daily, 2016)에 따르면, 대기오염물질 흡입을 최소화하기 위해 보행 시 2~6 km/hr, 자전거 운행 시 12~20 km/hr(성인기준) 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 실내공기질 관리하기

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

#### 〈 환기요령 〉

- 실내오염도가 높을 때는 자연환기 또는 기계환기 실시(단, '나쁨' 이상 시 자연환기를 자제하되, 실내공기질 오염상황에 따라 필요한 경우 짧게 환기 후 물청소)
- 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
- 조리 시 주방후드 가동과 자연환기를 동시에 실시하고, 조리 후에도 30분 이상 환기
- ※ 주택 실내공기질 관리를 위한 매뉴얼(환경부·국립환경과학원, 2012), 주거환경 중 주방에서 발생되는 실내 오염물질 관리방안 연구(국립환경과학원, 2013)

### 7. 대기오염 유발행위 자제하기

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

2021. 3. 10.  
소 롱 소 등 학 교 장