




전북пет고등학교  전북특별자치도 임실군 오수면 호로 2099-23	JUMP(도약)하는 ONE-STOP 행복 학교 가정통신문 교무실 : 642-5081, 행정실 : 642-5080	제 2024 - 79호 통지대상 전교생
제목 : 2024년 하반기 고농도 미세먼지 대응요령		

학부모님 안녕하십니까? 고농도 미세먼지로 학생들의 건강이 염려되는 시기입니다.
에어코리아 홈페이지(www.airkorea.or.kr) 접속 ⇨ 고객의 소리 ⇨ 문자서비스 신청으로 평소 미세먼지 상황에 관심을 가져주시고, 보건용(KF)마스크를 가정에 구비하여 등교 시나 외출 시에 자녀들이 착용할 수 있도록 지도 부탁드립니다.
미세먼지와 관련하여 다음 사항을 안내해드리오니 자녀의 건강관리에 참고하시기 바랍니다.

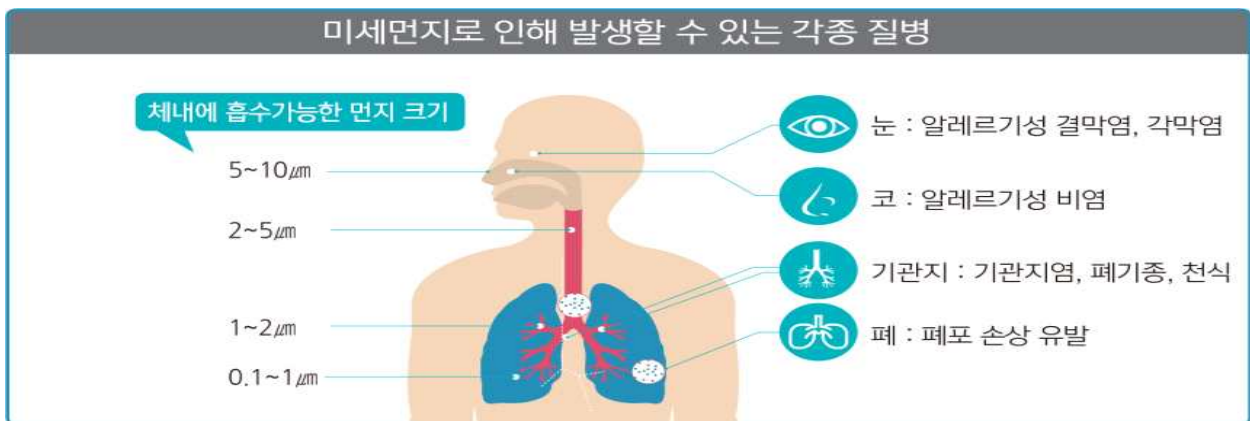
고농도 미세먼지 대응요령 및 미세먼지 관련 기저질환 질병결석 인정 안내



1. 미세먼지란?

<ul style="list-style-type: none"> ■ 미세먼지(PM10) <ul style="list-style-type: none"> - 대기 중에 부유하는 분진 중 직경이 $10\mu\text{m}$ 이하의 먼지 ■ 초미세먼지(PM2.5) <ul style="list-style-type: none"> - 대기 중에 부유하는 분진 중 직경이 $2.5\mu\text{m}$ 이하의 먼지 	<div style="display: flex; align-items: center; justify-content: space-around;"> <div style="text-align: center;">  <p>머리카락 50~70μm</p> </div> <div style="text-align: center;">  <p>미세먼지, 황사 10μm</p> </div> <div style="text-align: center;">  <p>초미세먼지 2.5μm</p> </div> </div> <p style="text-align: right; font-size: small;">*μm(마이크로미터) : 1/10⁶m</p>
<p style="text-align: center;"><황사와 미세먼지의 차이></p> <ul style="list-style-type: none"> - 황사는 바람에 의해 하늘 높이 올라간 미세한 모래먼지가 대기 중에 퍼져서 하늘을 덮었다가 서서히 떨어지는 현상 또는 떨어지는 흄오래로 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. 	

2. 미세먼지로 인해 발생할 수 있는 질병



3. 미세먼지 관련 기저질환 서류 및 질병결석 인정절차

- 학생이 미세먼지 관련 기저질환(천식, 알레르기, 아토피, 호흡기질환, 심혈관질환 등)이 있는 경우,

학부모께서는 해당 질환에 대한 의사의 진단서 또는 의견서(의사소견서, 진료확인서 등)를 제출해주시기 바랍니다.

※ 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(오전9시 이전)에 학부모의 사전연락(담당선생님께 전화·문자연락)만으로 질병결석이 인정됩니다.

4. 고농도 미세먼지 대응요령(7대)

1) 외출은 가급적 자제하기

- 야외모임, 캠프, 스포츠 등 실외활동 최소화

2) 외출 시 보건용 마스크(식약처 인증) 착용하기

[보건용 마스크(KF80, KF94, KF99)의 올바른 사용법]



<출처 : 식품의약품안전처>

※ 폐기능 질환자는 의사와 충분히 상의 후 마스크 사용권고

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 운행시 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 (단, '나쁨' 이상 시 자연환기 자제)
- 대기가 정체되어 있는 시간대를 피해 오전 10시부터 오후 9시 사이에 하루 3번 30분 이상 환기
- 자연환기 시에는 대기오염도가 높은 도로변 외의 다른 창문을 통한 환기실시
- 조리 시 주방 후드 가동과 자연환기를 동시에 실시하고, 조리 후에도 30분 이상 환기

7) 대기오염 유발행위 자제하기

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