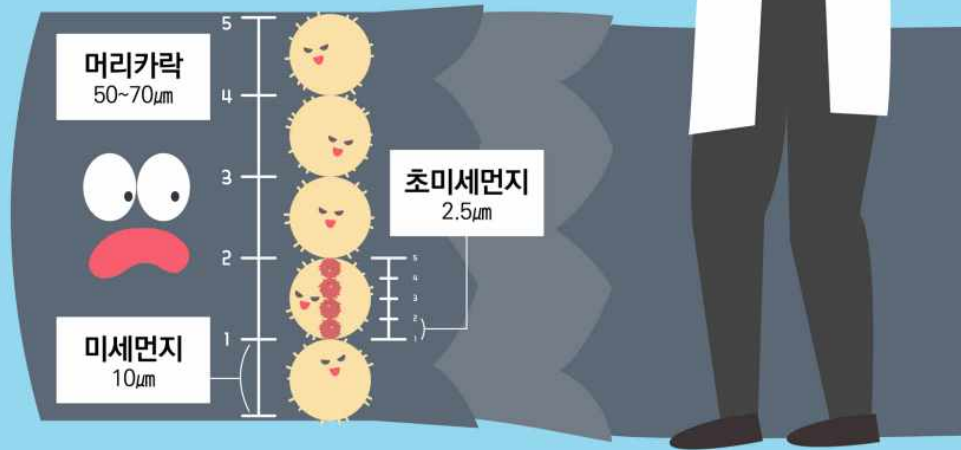


미세먼지, 너는 누구니?

미세먼지, 너는 누구니?

자동차 매연, 석탄, 석유 등의 화석연료가
연소될 때 나오는 우리 눈에 보이지 않는
직경 $10\mu\text{m}$ 이하의 대기 오염물질입니다.



잡아라 미세먼지

미세먼지에 좋은 음식
알아볼까요?



녹차

대표적인 항산화성분인
폴리페놀의 일종은 탄닌은
면역력을 강화시키고
중금속을 배출하는
효과가 있습니다.

전날 밤 '잠'이
안들면 꿀이
미세먼지에도 좋단다.



귤

미세먼지로 답답할 때 귤을
먹으면 귤의 항산화물질이
미세먼지 속 세균의
활성화를 막아줍니다.



브로콜리

설포라판과 비타민 C가 많아서
미세먼지로 인한 체내 염증을
완화시키는 효과가
있습니다.

잡아라~ 미세먼지

