 <p>한국전통문화고등학교</p>	<p>“창의적인 전통문화 인재 육성”</p> <h1>가정통신문</h1>	<p>새롭게 빛나는 전북교육</p> <p>제2023 -24호</p> <p>발송일: 2023.03.27.</p> <p>발송처: 한국전통문화고등학교</p>
<p>제 목</p>	<p>고농도 미세먼지 대응 안내문</p>	

학부모님 안녕하십니까?

우리 아이들의 건강을 위협하는 미세먼지의 위해성과 미세먼지 농도에 따른 행동 요령을 안내해드리고자 합니다. 고농도 미세먼지 발현 시에는 마스크를 착용해 주시길 바라며 대중이 밀집해 있는 공간은 거리두기, 손 씻기 등을 철저히 하여 미세먼지에 잘 대응하는 건강한 생활 나기에 도전해 보기로 합니다.

□ 미세먼지 : 대기 중에 떠다니거나 흩날려 내려오는 10㎍ 이하의 입자상 물질

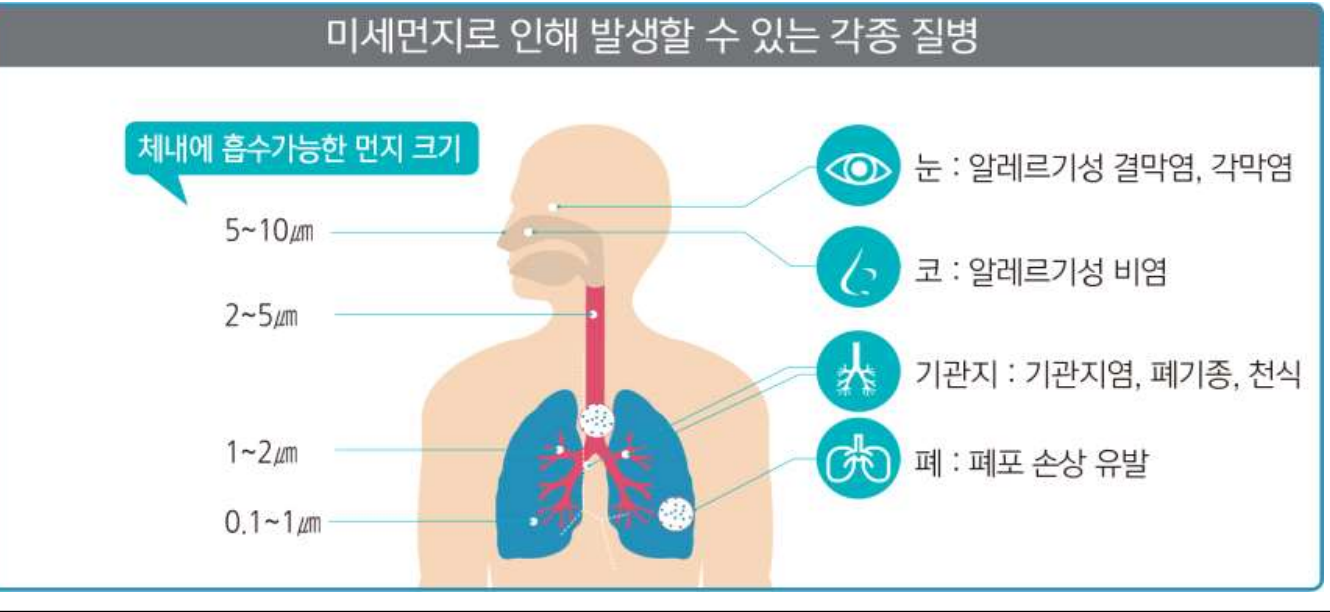
- 미세먼지(PM₁₀) : 대기 중에 부유하는 분진 중 직경이 10㎍ 이하의 먼지 (10/1000mm 보다 작은 먼지)
- 초미세먼지(PM_{2.5}) : 대기 중에 부유하는 분진 중 직경이 2.5㎍ 이하의 먼지 (2.5/1000mm 보다 작은 먼지)

• 황사와 미세먼지의 차이

- 황사는 바람에 의해 하늘 높이 올라간 미세한 모래 먼지가 대기 중에 퍼져서 하늘을 덮었다가 서서히 떨어지는 현상 또는 떨어지는 흙모래로 주로 자연적 활동으로 발생. 칼슘, 철분, 알루미늄, 마그네슘 등 토양 성분을 주로 포함한다.
- 미세먼지는 황산염, 암모니아 등의 이온 성분과 금속화합물, 탄소화합물 등 유해 물질로 이루어진다.

□ 미세먼지의 위해성

- 입자가 미세하여 코점막을 통해 걸러지지 않고 흡입 시 폐포까지 침투하여 천식 및 사망률 증가






- 2013년 세계보건기구(WHO) 산하 국제암연구소에서 미세먼지를 1군 발암물질로 지정함
(석면, 벤젠, 벤조피렌, 술, 담배, 매연, 방사선, 바이러스, 세균, 곰팡이 등이 포함)

사망률 관련 연구결과('09 국립환경과학원.인하대)

(PM₁₀) 농도가 120~200 $\mu\text{g}/\text{m}^3$ 경우 만성천식 환자 10% 증가, 201~300 $\mu\text{g}/\text{m}^3$ 경우 급성천식 환자 10% 증가
(PM_{2.5}) 농도가 36~50 $\mu\text{g}/\text{m}^3$ 경우 급성폐질환 환자 10% 증가, 51~80 $\mu\text{g}/\text{m}^3$ 경우 만성천식 환자 10% 증가

□ 미세먼지 예보제와 경보제

예보제 (대기 모델링을 이용하여 예측 발표)						경보제 (현재의 실시간 농도 측정값 기준으로 발령)	
예보내용		농도별 예보등급(μg/m³)				주의보	PM10 시간당 평균농도가 150μg/m³ 이상 2시간 지속 PM2.5 시간당 평균농도가 90μg/m³ 이상 2시간 지속
							
		좋음	보통	나쁨	매우나쁨		
예보물질	PM10	0~30	31~80	81~150	151이상	경보	PM10 시간당 평균농도가 300μg/m³ 이상 2시간 지속 PM2.5 시간당 평균농도가 180μg/m³ 이상 2시간 지속
	PM2.5	0~15	16~50	51~100	101이상		
확인방법 : 에어코리아 홈페이지, 모바일 앱 (우리 동네 대기질)						확인 방법 : 에어코리아 홈페이지. 지자체별 문자서비스 신청	

□ 미세먼지 발생 시 건강 수칙

(미세먼지 '나쁨' 이상인 경우, 호흡기·심혈관계·천식 등 민감 군은 '보통'에도 준수)

■ 장시간 실외 활동 자제

- 활동량이 커지면 호흡률이 증가하여 미세먼지 흡입이 증가하므로 외출 시에는 활동량 줄이기

■ 외출 시 마스크 착용

- 식품의약품안전처가 인증한 보건용 마스크 이용하기(KF80, KF94)
- 호흡기, 심혈관질환, 천식 환자는 의사와 상의 후 사용하기

■ 외출 후 손, 얼굴 깨끗이 씻기

- 외출 후 미세먼지가 실내에 들어오는 것을 방지하기 위해 손발, 얼굴을 깨끗이 씻기

■ 수분, 과일, 채소 등 충분히 섭취하기

- 노폐물을 내보내는 효과가 있는 물을 충분히 마시기

■ 창문을 닫아서 실외 공기가 실내로 유입되는 것을 최소화하기

- 요리 시 초미세먼지가 급증하므로 반드시 환풍기 작동시키기 - 청소기 대신 물걸레 사용 하기

2023. 3. 27.

한국전통문화고등학교장 송택상 드림