



가정통신문

발송번호 2023-10

2023.03.30.

우편번호 : 54056 / 주 소 : 군산시 임피면 임피향교길 44-6

☎ : 교무실 063)453-2127 / 행정실 063)453-2027 Fax : 063)453-2033 http://gd.ms.kr

고농도 미세먼지 관련 학부모 안내

학부모님 안녕하십니까?

미세먼지 고농도 시기에 접어들에 따라 미세먼지 농도가 높은 날이 빈발할 수 있으므로 고농도 미세먼지대응 행동요령을 알려드리니 참조하시어 대응을 잘 하시기 바랍니다. 아울러 미세먼지 ‘나쁨’ 이상에는 학생들이 인증된 마스크를 착용할 수 있도록 해주시기 바랍니다.

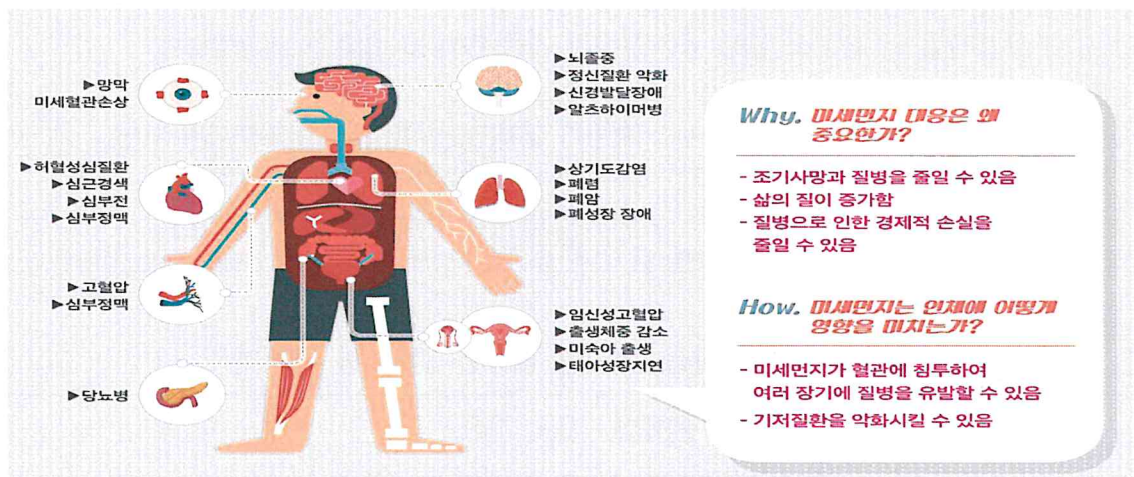
■ 미세먼지란?

미세먼지는 우리 눈에 보이지 않을 정도로 작은 먼지 입자로 입자 크기에 따라 $10\mu\text{m}$ 이하($10\mu\text{m}$ 는 0.001cm)인 것을 **미세먼지(PM_{10})**라고 하며, 직경 $2.5\mu\text{m}$ 이하인 것을 **초미세먼지($\text{PM}_{2.5}$)**라고 합니다. 이들 먼지는 매우 작아 숨쉴 때 폐포 끝까지 들어와 혈관으로 들어갈 수 있습니다.

■ 미세먼지 노출 후 나타나는 증상



■ 미세먼지가 인체에 미치는 영향



Why. 미세먼지 대응은 왜 중요한가?

- 조기사망과 질병을 줄일 수 있음
- 삶의 질이 증가함
- 질병으로 인한 경제적 손실을 줄일 수 있음

How. 미세먼지는 인체에 어떻게 영향을 미치는가?

- 미세먼지가 혈관에 침투하여 여러 장기에 질병을 유발할 수 있음
- 기저질환을 악화시킬 수 있음

■ 미세먼지 확인방법

환경부 에어코리아 홈페이지	우리동네 대기질 모바일 앱
(신청방법) ① 에어코리아 홈페이지 접속 (www.airkorea.or.kr) → ② 고객의 소리 → ③ 문자서비스 (문자발송) - 미세먼지 예보등급 '나쁨' 이상시 안내문자 발송됨 - 가입 후 "2년"마다 직접 홈페이지에서 재등록해야 문자 발송이 연장됨	(설치방법) '플레이 스토어' 또는 '앱스토어'에서 '우리동네 대기질'을 검색하여 다운로드 (주요기능) 미세먼지 예보결과 및 지역별 경보발령 상황 제공

고농도 미세먼지 대응요령(7대)

1. 외출은 가급적 자제하기

- 야외모임, 캠프, 스포츠 등 실외활동 최소화

2. 외출시 보건용 마스크(식약처 인증 KF80, KF94, KF99)착용하기.

[보건용 마스크(KF80, KF94, KF99)의 올바른 사용법]



<출처 : 식품의약품안전처>

※ 호흡기 취약학생은 꼭 인증마스크 휴대하게 해 주십시오

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' 이상시 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 환기 실시
- 조리 시 주방후드 가동과 자연환기를 동시에 실시하고, 조리 후에도 30분 이상 환기

7. 대기오염 유발행위 자제하기

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

2023. 03. 30.

군산대성중학교장(직인생략)