



제목 : 봄철 고농도 미세먼지 대응 안내 - 교육자료

안녕하십니까?

봄철 전북지역에 초미세먼지 나쁨 예보가 자주 발생되고 있습니다. 이에 군산기계공고 교육가족의 건강상 피해를 예방하고자 **고농도 미세먼지 발생 시 건강수칙 및 질병 결석 인정 절차를 안내**하오니 참고하시기 바랍니다.

■ 미세먼지 발생 시 건강수칙

- 미세먼지 '나쁨' 이상인 경우(호흡기 심혈관계 천식 등 민감군은 미세먼지 '보통'에도)
- 장시간 실외 활동 자세, 외출 시 보건용 마스크(KF80, KF94, KF99)착용
- 외출 후 깨끗이 씻고 충분한 물과 채고 과일 섭취하기

■ 미세먼지 관련 지저질환 서류 및 질병 결석 인정 절차

- 학생이 미세먼지 관련 지저질환(천식, 알레르기, 아토피, 호흡기질환, 심혈관질환 등)이 있는 경우 학부모님께서 해당 질환에 대한 **의사의 진단서 또는 의견서(의사소견서, 진료확인서 등)**을 **3월 31일까지 사전 제출**하면 우리동네 미세먼지 농도가 '나쁨'이상일 때 당일 수업 시작 전(8시40분 이전)에 **학부모님의 사전 연락(담당선생님께 전화 또는 문자 연락)만으로 질병 결석이 인정**됩니다.

※ 단 학생의 각 학년 과정의 수료에 필요한 출석 일수는 해당 학년 수업일수의 3분의 2이상이 되어야 함

■ 우리 학교 미세먼지 대응 사항

미세먼지 '나쁨' 이상일때	<ul style="list-style-type: none"> • 실외 수업 시간 단축 또는 실내 수업으로 대체 • 미세먼지 관련 질환자 파악 및 특별관리(조기 귀가 및 진료) • 학교 식생활관 기계 기구 세척, 음식물 위생관리 강화 • 공기청정기 모든 교실에 설치 완료
-------------------	---

■ 미세먼지 예보제와 경보제

:에어코리아 홈페이지 및 전라북도 실시간 대기정보시스템(<http://air.jeonguk.go.kr>)- 문자전송신청

미세먼지 예보제와 경보제

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

고농도 미세먼지 7가지 대/응/요/령

1

외출은 가급적 자제하기

• 야외모임, 캠프, 스포츠 등 실외활동 최소화하기



2

외출시 보건용 마스크(식약처 인증) 착용하기

• 보건용 마스크(KF80, KF94, KF99)의 올바른 사용법



※ 마스크 착용 시 호흡이 불편할 경우 사용을 중지하고 전문가 상담 필요

3

외출시 대기오염이 심한 곳은 피하고, 활동량 줄이기

- 미세먼지 농도가 높은 도로변, 공사장 등에서 지체시간 줄이기
- 호흡량 증가로 미세먼지 흡입이 우려되는 격렬한 외부활동 줄이기



4

외출 후 깨끗이 씻기

온몸을 구석구석 씻고, 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



7

대기오염 유발행위 자제하기

• 자가용 운전 대신 대중교통 이용 등



6

환기, 실내 물청소 등 실내 공기질 관리하기

- 실내·외 공기 오염도를 고려하여 적절한 환기 실시하기
- 실내 물걸레질 등 물청소 실시, 공기청정기 가동하기 (필터 주기적 점검·교체)

병시 환기	조리 시 환기
<ul style="list-style-type: none"> • 하절 1번 30분 이상(오전 11시 ~ 오후 9시) 환기 실시 • 실내온도(20도)가 높을 때는 자연환기 또는 기계환기 실시(단, 고농도지역도 최소한의 환기는 필요) • 대기오염도가 높은 도로변 벽체, 다른 침해를 통한 환기 실시 	<ul style="list-style-type: none"> • 주말휴일 기온과 자연환기를 동시에 실시 • 조리 후에도 30분 이상 환기 실시



2025. 3. 11.

군 산 기 계 공 업 고 등 학 교 장