

고농도 미세먼지 대응요령 안내

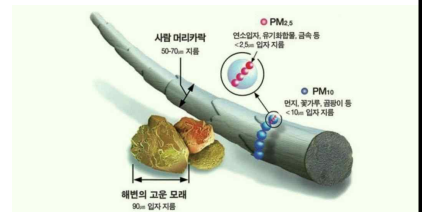
학부모님 안녕하십니까?

최근 미세먼지 농도가 높은 날이 증가하면서 학생들의 건강상 피해가 우려되고 있습니다.

미세먼지 농도가 높은 날에는 바깥활동을 자제하시고, 외출을 해야 할 경우 보건용 마스크를 꼭 착용하시기 바랍니다. 미세먼지 예보제, 질병결석 인정 및 미세먼지 대응 행동지침을 안내드리니, 가정에서도 관심을 가지고 숙지하셔서 건강관리에 유의하시기 바랍니다.

1. 미세먼지란?

- 미세먼지는 먼지 핵에 여러 종류의 오염물질이 엉겨 붙어 구성된 것으로 입자가 작을수록 코를 통해 걸러지지 않고 폐 깊숙이(폐포까지) 침투하여 천식, 폐질환, 조기사망률을 증가시킴
- 세계보건기구(WHO) 산하 국제암연구소(IARC)는 미세먼지를 인간에게 암을 일으키는 것으로 확인된 1군 발암물질로 분류('13.10월)
- 특히 대기오염 취약자(노약자, 어린이, 호흡기질환자, 심폐질환자)에게 피해가 큼



2. 미세먼지에·경보제 실시

- 스마트폰 앱 설치
 - ▶ (설치방법) '플레이 스토어' 또는 '앱 스토어'에서 '우리동네 대기정보'를 검색하여 다운로드
 - ▶ 미세먼지 예보 결과 및 지역별 경보발령 상황 제공
- 문자서비스 신청: 전라북도 실시간 대기정보 시스템 - 고농도 발생(나쁨 이상), 주의보·경보 문자 전송
 - ▶ <http://air.jeonbuk.go.kr/index.do> 메인 페이지 우측 '실시간대기정보SMS서비스 신청'
 - ▶ 에어코리아 홈페이지 접속(www.airkorea.or.kr)→ 고객의 소리→ 문자서비스

3. 오송초 미세먼지 대응사항

주의보 PM_{10} 150이상 또는 $PM_{2.5}$ 75이상 2시간 지속	<ul style="list-style-type: none"> • 실외수업 시간 단축 또는 금지 • 학교 내 식당 기계.기구 세척, 음식물 위생관리 강화 • 공기정화장치 가동
경보 PM_{10} 300이상 또는 $PM_{2.5}$ 150이상 2시간 지속	<ul style="list-style-type: none"> • 실외수업 시간 단축 또는 금지 ※ 체육활동, 현장학습, 운동회 등을 실내 수업으로 대체 • 수업시간 조정, 등·하교 시간 조정, 임시휴업 검토 • 미세먼지 관련 질환자 파악 및 특별관리 (조기귀가, 진료) • 학교 내 식당 기계.기구 세척, 음식물 위생관리 강화 • 공기정화장치 가동

※ 미세먼지 비상저감조치 발령 시, 학부모께서도 차량2부제에 적극 동참을 부탁드립니다.

4. 미세먼지·오존 관련 기저질환 서류 및 미세먼지 질병결석 인정절차

대상: 의사소견서를 통해 인정된 기저질환(천식, 아토피, 알레르기, 호흡기질환, 심혈관질환 등)을 가진 민감군 학생

- ① 등교시간대 거주지 또는 학교주변 실시간 미세먼지 농도가 '나쁨' 이상인 경우 학부모가 담임교사에게 **사전 연락**(전화, 문자 등)한 경우
- ② 미세먼지와 유관한 기저질환에 대한 의사소견서(진단서)를 **학년초에 사전제출**
(미세먼지와 연관성이 드러나는 의사 소견 또는 향후 치료의견 명시 필요)

☞ 뒷면에 계속됩니다.

< 고농도 미세먼지 대응요령(7대) >

1. 외출은 가급적 자제하기

- 야외모임, 캠프, 스포츠 등 실외활동 최소화

2. 외출 시 보건용 마스크(식약처 인증) 착용하기



※ 호흡기질환자, 심혈관질환자는 의사와 충분히 상의 후 마스크 사용 권고

※ 마스크 착용 후 두통, 호흡곤란, 어지러움이 있으면 바로 벗을 것

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

※ 주택 실내공기질 관리를 위한 매뉴얼(환경부·국립환경과학원, 2012),

주거환경 중 주방에서 발생하는 실내 오염물질 관리방안 연구(국립환경과학원, 2013)

7. 대기오염 유발행위 자제하기

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

2021. 3. 16

전 주 오 송 초 등 학 교 장