



황사 및 미세먼지 대응능력 향상 계기교육

삼례중학교
가정통신문 제 46호

2023년 4월 19일

(우)55341 전북 완주군 삼례읍 신금로 53-23

☎ 063-291-2624,

<http://samrye.ms.kr>.

학부모님, 안녕하십니까? 언제나 학생들의 건강관리를 위해 많은 관심과 협조를 보내주심에 감사드립니다. 최근 대기환경의 변화로 황사 및 미세먼지가 자주 발생되어 주의가 요구됩니다. 이에 황사·미세먼지 발생 시 학생안전 및 건강관리를 위해 아래와 같이 안내드리니, 자녀 건강관리에 참고해 주시기 바랍니다. 감사합니다.

1 황사

- 몽골과 중국의 사막 등에서 불어오는 흙먼지가 바람에 날려 하늘을 덮었다 떨어지는 현상

구분	판단 기준 : 미세먼지 농도
황사 주의보	기상 조건 등을 고려하여, 해당 지역의 대기자동측정소 PM-10 시간 평균 농도가 $300\mu\text{g}/\text{m}^3$ 이상 2시간 지속
황사 경보	황사로 인해 1시간 평균 미세먼지 농도가 $800\mu\text{g}/\text{m}^3$ 이상이 2시간 이상 지속

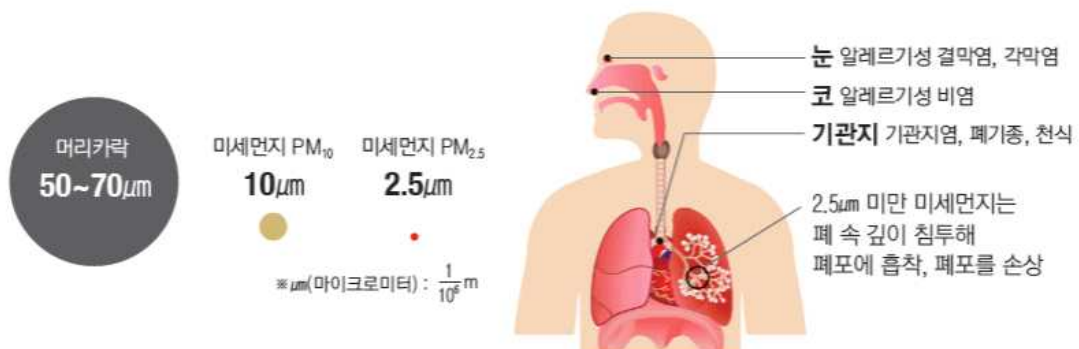
※ 황사 주의보는 미세먼지 경보로 대체('17.1.13. 시행)

2 미세먼지

- 대기 중에 떠다니거나 흩날려 내려오는 입자상 물질로 크기(입경)에 따라 PM-10($10\mu\text{m}$)와 PM-2.5($2.5\mu\text{m}$)로 구분
- 미세먼지는 화석연료의 연소, 공장과 자동차의 배출가스 등 인간의 활동으로 배출되며, 인체에 유해한 탄소류·대기오염물질 등으로 구성

구분	PM-10	PM-2.5
미세먼지 주의보	1시간 평균 미세먼지(PM-10) 농도가 $150\mu\text{g}/\text{m}^3$ 이상이 2시간 지속	1시간 평균 미세먼지(PM-2.5) 농도가 $75\mu\text{g}/\text{m}^3$ 이상이 2시간 지속
미세먼지 경보	1시간 평균 미세먼지(PM-10) 농도가 $300\mu\text{g}/\text{m}^3$ 이상이 2시간 지속	1시간 평균 미세먼지(PM-2.5) 농도가 $150\mu\text{g}/\text{m}^3$ 이상이 2시간 지속

3 건강에 미치는 영향



〈미세먼지의 상대적 크기 비교〉

〈미세먼지가 인체에 미치는 영향〉

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)

평시 환기

(실내오염도가 높을 때는 자연환기 또는 기계환기 실시(당, 낙엽 이송시 자연환기 자제))

(하루 3번 30분 이상(오전 10시~오후 9시) 환기 실시)

(대기오염도가 높은 도로변 회차)

다만 청문을 통한 환기 실시

조리 시 환기

(주방후드 기동과 자연환기(바람 등)에 실시)

(조리 후에도 30분 이상 환기 실시)



2023년 4월 19일

삼 레 중 학 교 장 (직인생략)