

학부모님 안녕하십니까.

3월은 고농도 미세먼지가 자주 발생하는 시기로 학생들의 건강에 각별한 주의가 필요한 시기입니다. 건강을 위협하는 미세먼지의 위해성과 미세먼지 농도에 따른 행동요령을 안내해 드리오니, 고농도 미세먼지 발생 시에는 **실외활동을 자제**하시고, 학생들이 **등·학교 시 인증된 마스크**를 착용할 수 있도록 해주시기 바랍니다. 최근 코로나19 발병률 감소로 마스크 의무착용이 해제되어 개인의 선택에 따라 착용하고 있습니다. **환절기와 고농도 미세먼지가 자주 발생하는 3월에는 착용할 수 있도록 가정에서도** 각별히 지도해 주시길 바랍니다.

1. 미세먼진란?

- 대기 중에 떠다니거나 흩날려 내려오는 10 μ m이하의 입자상 물질
- 미세먼지(PM₁₀)와 초미세먼지(PM_{2.5})등 먼지 **직경에 따라 구분**

2. 미세먼지 위해성

- 입자가 미세하여 코점막을 통해 **걸러지지 않고** 흡입 시 **폐포까지 직접침투**, 천식,폐질환 유병률 및 조기사망률 증가
- 국제암연구소(IARC)는 미세먼지를 인간에게 암을 일으키는 것으로 **1군 발암물질로 분류**

3. 미세먼지 발생으로 인한 질병결석 인정절차

- 학생이 미세먼지 관련 기저질환(천식, 알레르기, 아토피, 호흡기질환, 심혈관질환 등)이 있는 경우, 학부모님이 해당 질환에 대한 의사 진단서 또는 의견서(의사소견서, 진료확인서 등)를 담임선생님께 제출하도록 합니다. **※미세먼지와 연관성이 드러나는 의사소견 또는 향후 치료의견 명시**
- 해당 의사소견서 및 진단서를 사전 제출한 경우 우리지역의 미세먼지 농도가 ‘나쁨 이상’ 인 경우 당일 수업 시작 전(9시 이전)에 학부모의 사전연락(담임교사에게 전화,문자 연락)만으로 질병결석이 인정됩니다. **※ 확인방법 : 에어코리아 홈페이지, 모바일어플(우리동네 대기 정보)**

4. 우리학교 미세먼지 대응사항

경보단계	대응사항 및 행동요령
주의보 미세먼지 150이상 또는 초미세먼지 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 미세먼지 300이상 또는 초미세먼지 150이상 2시간 지속	<ul style="list-style-type: none"> • 실외수업 시간 단축 또는 금지 ※ 체육활동, 현장학습, 체육대회 등을 실내 수업으로 대체 • 수업시간 조정, 등·학교 시간 조정, 임시휴업 검토 • 미세먼지 관련 질환자 파악 및 특별관리 (조기 귀가, 진료) • 학교 내 식당 기계, 기구 세척, 음식물 위생관리 강화 • 공기정화장치 가동

- 미세먼지 비상저감조치 발생 시, 차량 2부제에 적극 동참을 부탁드립니다.
- 미세먼지 ‘나쁨’ 이상인 경우 학생이 보건용(황사)마스크를 착용하고 등교하도록 합니다.

6. 고농도 미세먼지 발생 시 건강수칙



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 체류시간 줄이기
- 호흡량 증가로 미세먼지 흡입이 우려되는 격렬한 외부활동 줄이기



4 외출 후 깨끗이 씻기

• 손발을 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)

형식 환기	조리 시 환기
<ul style="list-style-type: none"> 1시간오염도가 높을 때는 자연환기 또는 기계환기 실시(크고 나쁜 대량환기 자연환기 자제) 하루 3번 30분 이상(오전 10시~오후 9시) 환기 실시 대기오염도가 높은 도로변 위치 다른 방으로 통풍 환기 실시 	<ul style="list-style-type: none"> 주방후드 기동과 자연환기를 동시에 실시 조리 중에도 30분 이상 환기 실시



미세먼지는 줄이고 건강은 지키는 10가지 학생생활실천

미세먼지를 줄이는 5가지 실천

건강을 지키는 5가지 실천

올바른 마스크 착용법

1. 일회용품 줄이고, 미세먼지 줄이고!



1. 집에 들어오면 손씻기, 세수하기
양치질로 미세먼지 씻어내기!



1. 마스크 안착기 전 손씻기
2. 양 손으로 마스크의 날개를
펼치고 날개끝을 오므리기



2. 겨울철 적정 실내온도(20°C) 유지,
낭비되는 전기에너지 줄이기



2. 건강상태에 따라 보건용 마스크 올바르게
착용하기! 호흡곤란시 바로 벗기!



3. 고정심이 있는 부분을 위쪽으로
잡고 턱부터 시작하여 코와 입을
완전히 가린다.



3. 가까운 걷거나 자전거를 타고,
먼 거리는 대중교통으로!



3. 물과 과일, 야채 충분히 섭취하기!



4. 머리끈을 귀에 걸어 위치를 고정
하거나 끈을 머리 뒤쪽으로 넘겨
연결고리에 양쪽 끈을 건다.



4. 운전하는 어른께는 정차 중에
시동을 꺼달라고 말씀드려요!



4. 미세먼지가 나쁜 날에는 격렬한 운동 및 외출
피하기!



5. 양 손의 손가락으로 고정 부분이
코에 밀착되도록 심을 누른다.



5. 공기정화식을 키우고, 나무도 심고!



5. 미세먼지가 나쁜 날에도 10분씩 하루
3번, 요리할 때는 30분 이상 환기 필수!



6. 양 손으로 마스크 전체를 감싸고
공기가 새는지 체크하면서 얼굴
에 밀착되도록 고정한다.





2024년
3월

2월 27일부터 시행

봄철 고농도 미세먼지 총력대응



민관이 협력하여
선제적으로 **총력대응**합니다

1 다중이용시설 공기질 점검

- 지하역사, 철도, 공항 등
물청소 강화
- 환기·공기정화설비
특별점검

2 민감·취약계층 보호

- 신학기 대비 학교
실내공기질 전수점검
- 어린이집, 요양시설 등
행동요령 안내·교육

3 농촌 불법소각 방지

- 영농폐기물 집중 수거
- 영농잔재물 파쇄지원단
집중 운영

2024년 3월 13일

백 산 중 학 교

