



진 실 (참)  
용 감 (힘)  
봉 사 (덕)

# 가정 통신문

<http://www.wonkwang.hs.kr>

원 광 고 등 학 교

전북 익산시 무왕로 31길 139  
TEL (063) 832-6612  
FAX (063) 832-6296

담당부서	보건실	담당자	이정원	연락처	063-830-1414
------	-----	-----	-----	-----	--------------

제 2023-35호

안녕하십니까?

고농도 미세먼지가 높은 날이 증가하면서 학생들의 건강상 피해가 우려되고 있습니다. 고농도 미세먼지 주의보 및 경보 발령시에 학생들이 등교 및 외출할 때 인증된 마스크를 착용할 수 있도록 지도해 주시기 바랍니다. 고농도 미세먼지 대응을 위한 정보를 안내하오니 참고하여 주시기 바랍니다.

## 1. 미세먼지·오존 관련 기저질환 서류 및 미세먼지 질병 결석 인정 절차

- 학생이 미세먼지 또는 오존 관련 기저질환(**천식, 알레르기, 아토피, 호흡기질환, 심혈관질환 등이 있는 경우**) 학부모께서는 해당 질환에 대한 의사의 진단서 또는 의견서(의사소견서, 진료 확인서 등)를 담임선생님께 제출해주시기 바랍니다.

※ 미세먼지 또는 오존과 연관성이 드러나는 의사소견 또는 향후 치료의견 명시

- 해당 의사소견서 및 진단서를 사전제출한 경우, 우리 지역의 미세먼지·오존 농도가 ‘나쁨’ 이상인 경우, 당일 수업 시작 전(8시 이전)에 **학부모의 사전연락(담임선생님께 전화 또는 문자 연락)만으로 질병 결석이 인정됩니다.**

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

## 2. 우리 학교 미세먼지 대응사항

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

- 미세먼지 비상저감조치 발령 시, 학부모께서도 차량 2부제에 적극 동참을 부탁드립니다.

## 김설달과 마늘님의 미세먼지 이야기





찾아보니  
이런 걸 이미  
하고 있구만-

한.중  
협력강화

미세먼지  
예.경보제

국내 오염  
저감 대책



그리고 이런 건  
단기간에 바로  
결과가 나올 수  
있는 게 아니잖소.  
앞으로 차차  
나아질 테니  
두고 봅시다.

그런데 임자는  
<미세먼지 주의보>가  
돈 건 어떻게 알았소?

이거  
신청했었거든요.

알림문자  
서비스.



에어코리아  
<http://www.airkorea.or.kr/>

문자(SMS)서비스 신청

▶ 본인 인증을 위한 본인 인증을 위해 가입자 본인에게 가입자 인증, 본인인증  
▶ 본인 인증을 위한 본인 인증을 위해 가입자 본인에게 가입자 인증, 본인인증  
▶ 본인 인증을 위한 본인 인증을 위해 가입자 본인에게 가입자 인증, 본인인증

CHECK! 신청한 본인 인증을 위해 가입자 본인에게 가입자 인증, 본인인증

이름	생년월일	2014년 1월 1일	성별	남
주민번호	연락처	010-1234-5678	소속	가정통신망
거주지 시/도	이메일	example@gmail.com	가입자	가정통신망

※ 본 서비스는 대도시권 광역교통법 제41조 제1항 제2호에 따라 서비스 제공을 중단합니다.  
※ 서비스 제공을 위한 본인 인증을 위해 가입자 본인에게 가입자 인증, 본인인증

이걸 신청해두면  
따로 일기예보를  
찾아보지 않아도 되어서  
편하죠.

미세먼지가 심할 때만  
문자 보내주는데  
이게 꽤 유용하더라고요.

'약간 나쁨'  
이상일 때만  
문자가 와요!



자, 그럼 오늘은  
임자 말대로  
황사마스크를 쓰고  
나가 볼까요?

돌아와서는  
꼭 샤워하는 거  
잊지 마세요!



옷도 꼭 털고  
들어오시라구

## 미세먼지가 높은 날 건강 생활 수칙

(※ 미세먼지예보 등급상 '약간나쁨(81㎍/㎥~149㎍/㎥)' 이상인 경우)



가급적  
실외활동 자제  
※ 특히 어린이, 노인자,  
호흡기 및 심폐 질환자 등



학교나 유치원은  
실내 체육수업으로  
대체 권고



실외 활동시에는  
황사마스크 착용



창문을 닫고 빨래는  
실내에서 건조



흐르는 물에  
코세척을 하고  
세면 자주하기



가급적  
대중교통 이용

건강생활수칙!  
우리 모두  
실천해 보아요!!





# 고농도 미세먼지 7가지 대/응/요/령

1

## 외출은 가급적 자제하기

• 야외오염, 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

- 실내외 오염도가 높을 때는 자연환기 또는 기계환기 실시(단, 낙행 이상시 자연환기 차제)
- 하루 3번 30분 이상(오전 10시~오후 9시) 환기 실시
- 대기오염도가 높은 도로변 외의 다른 창문을 통한 환기 실시



### 조리 시 환기

- 주방후드 기동과 자연환기를 동시에 실시
- 조리 후에도 30분 이상 환기 실시



2023. 3. .

원 광 고 등 학 교 장