가평중학교! 꿈을 키우며 함께 성장하는 행복한 우듬지 교육공동체

가정통신문 2022-163호	고농도 미세먼지 예방 및 대응 안내	담 당 보건교사 성현화 ☎ 580-3044

우-12417 경기도 가평군·읍 광장로 10 ☎ 580-3000(교무실) http://gapyong.ms.kr

학부모님 안녕하십니까?

꽃피는 계절, 따사로운 햇살이 포근하게 다가옵니다. 하지만 가끔 찾아오는 고농도 미세먼지 발생으로 아이들의 건강과 안전이 걱정됩니다. 이에 따라 미세먼지 대응 단계별 행동요령과 건강 지침을 안내하오니 관심을 갖고 숙지하시어 건강관리에 유의하시기 바랍니다.

1. 외출은 가급적 자제하기

○ 야외모임, 캠프, 스포츠 등 실외활동 최소화

2. 외출 시 보건용 마스크(식약처 인증) **착용하기**



※ 폐기능 질환자는 의사와 충분히 상의 후 마스크 사용권고

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 : 한 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 가정 내 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' 이상시 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
- 조리시 주방 후드 가동과 자연환기를 동시에 실시하고, 조리 후에도 30분 이상 환기

※ 주택 실내공기질 관리를 위한 매뉴얼(환경부·국립환경과학원, 2012), 주거환경 중 주방에서 발생되는 실내 오염물질 관리방안 연구(국립환경과학원, 2013)

7. 대기오염 유발행위 자제하기

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

서울특별시교육청학교보건진흥원
Seoul School Health Promotion Center

유치원생 미세먼지 대응 단계별 행동요령

좋음

미세먼지	초미세먼지
30 ㎍/㎥	15 ㎍/㎥



- ☑ 미세먼지 농도가 높아지면 어떻게 해야 하는지 알아봐요
- ☑ 미세먼지 민감군 및 고위험군 어린이는 유치원에 미리 알려요

보통

미세먼지	초미세먼지
80 ㎍/㎥	35 ㎍/㎥



- ☑ 미세먼지 예보와 농도를 알아봐요

나쁨

미세먼지	초미세먼지
81↑ ㎍/㎥	36↑ ㎍/㎥



- ☑ 마스크 착용 후 등원해요
- ☑ 바깥활동 대신 실내활동을 해요
- ☑ 미세먼지 대응 안전교육을 받아요

비상(예비) 저감 조치



- ☑ 유치원 통원 자동차나 대중교통을 타고 등하원해요

매우나쁨

미세먼지	초미세먼지
150↑ ㎍/㎥	75↑ ㎍/㎥



- ☑ 미세먼지 관련 질환자는 선생님에게 알려 일찍 하원하고, 필요하면 병원에 가서 진료를 받아요

우리 아이, 미세먼지로부터 안전해지려면?

미세먼지를 알아볼까요?

미세먼지는 아주 작은 입자 크기의 오염물질입니다. 미세먼지 중 머리카락 두께의 20분의 1 정도 지름인 먼지, 즉 **'초미세먼지'**는 세계보건기구(WHO)가 **1급 발암물질**로 지정하였을 정도로 유해성이 큰 물질로 알려져 있습니다.

주로 **봄과 겨울에 미세먼지 농도가 높은 편입니다.**(여름과 가을에 비해 약 17㎍/㎥ 정도 높습니다.)

※ 미세먼지 고농도 기간(12~3월) 동안 미세먼지 고농도계절 차량 2부제 시행(공공기관 및 국공립학교 시행 중)



미세먼지 나쁜 날, 몸이 좋지 않은 우리 아이는 어떻게 할까요?

학교와 유치원에서는 **미세먼지 '나쁨' 이상인 날**에는 **미세먼지 민감질환**(천식, 알레르기, 아토피, 호흡기 및 심혈관 질환)학생의 질병 결석을 인정합니다.

미세먼지 질병결석 절차 – 학교

1. '기저질환(천식, 아토피, 알레르기, 호흡기질환, 심혈관 질환 등)을 가진 민감군임을 인정한 의사의 진단서(또는 의견서)'를 학교에 제출합니다.
2. 등교시간대 거주지 또는 학교 주변 실시간 미세먼지 농도가 **'나쁨'** 이상인 경우, 학부모가 학교에 사전 연락(전화 또는 문자 등)합니다.
3. 결석한 날부터 5일 이내에 결석계를 제출하여 학교장의 승인을 받으면 질병결석이 인정됩니다. (※결석계 제출 시 첨부하는 증빙서류는 학기 초 최초 제출한 진단서로 해당학기 질병결석 증빙을 갈음할 수 있습니다.)

※. 미세먼지 민감군으로 확인되지 않은 학생의 경우에도 상습적이지 않은 2일 이내의 질병으로 인한 결석은 학부모의 의견서나 담임교사 확인서만으로도 질병결석으로 처리될 수 있음

※. 단, 학생의 각 학년과정의 수료에 필요한 출석일수는 해당학년 수업일수의 3분의2 이상이 되어야 함

미세먼지 질병결석 절차 – 유치원

1. **미세먼지 '나쁨'인 날**(수업시작 전까지) 학부모가 담임교사에게 연락(문자 및 전화)합니다.
2. 질병결석이 인정됩니다.

※. 미세먼지 또는 오존으로 질병결석을 하는 경우에는, 유아학비 지원금 산정 일수에 미포함되어, **유아학비 지원금 수령에 불이익이 없습니다.**

가정에서 미세먼지로부터 아이들을 보호하는 방법

학원, 놀이터 등 밖으로 많이 나가는 우리 아이들, 미세먼지로부터 이렇게 지킬 수 있습니다.

- **'우리동네 대기정보' 애플리케이션으로 미세먼지 정보를 파악 합니다.(환경부, 에어코리아 제공)**
  - 시도별 대기현황뿐만 아니라 대기오염물질 정보, 대응요령 등 다양한 대기 관련 정보를 습득할 수 있습니다.



- **물청소를 통해 실내 공기를 개선합니다.**
  - 물걸레를 이용한 청소가 진공청소기를 사용하는 것보다 미제먼지 제거에 효과적입니다. 물걸레로 청소를 하면 바닥에 가라앉은 먼지가 다시 날릴 가능성을 낮출 수 있습니다.



- **요리할 때 공기청정기를 켜두지 않습니다.**
  - 요리하는 동안 공기청정기를 가동하면,기름 입자가 공기청정기 필터를 막아 공기정화 효과가 감소하게 됩니다. 요리를 마치고 환기를 한 후에 공기청정기를 가동하는 것이 좋습니다.



- **집에 돌아온 후에는 손과 얼굴을 씻고 양치질을 합니다.**



- **외출 시 마스크 이외에도 모자나 보호 안경을 활용하도록 합니다.**

※. 마스크는 착용법에 따라 올바르게 착용하여야 하며, 호흡곤란 시 바로 벗도록 합니다.



2022. 12. 14.

가 평 중 학 교 장 직인생략