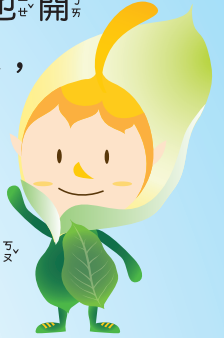


校園空氣品質宣導計畫宣導單(4-6年級學童)

班級：_____ 座號：_____ 姓名：_____

親愛的^ㄉ小朋友^ㄟ，猜^ㄉ看^ㄉ我們^ㄉ一天^ㄉ要^ㄉ吸^ㄉ入^ㄉ多少^ㄉ空氣^ㄟ呢^ㄟ？空氣^ㄟ雖然^ㄟ看^ㄉ不^ㄉ見^ㄉ，卻^ㄟ是^ㄉ我們^ㄉ不可^ㄟ或^ㄟ缺^ㄟ的^ㄉ朋友^ㄟ呢^ㄟ！但是^ㄟ，空氣^ㄟ有時^ㄟ也會^ㄟ因為^ㄟ忘記^ㄉ洗^ㄉ澡^ㄟ，弄得^ㄟ全身^ㄉ髒^ㄟ兮兮^ㄟ的^ㄟ，一旦^ㄟ我們^ㄉ把^ㄟ髒^ㄟ空氣^ㄟ吸^ㄉ入^ㄉ體^ㄟ內^ㄟ，容易^ㄟ讓^ㄟ我們^ㄉ生^ㄉ病^ㄟ喔^ㄟ！所以^ㄟ，學校^ㄟ也^ㄟ開始^ㄟ幫^ㄟ空氣^ㄟ打^ㄉ分^ㄟ數^ㄟ！從^ㄟ空氣^ㄟ乾^ㄟ淨^ㄟ到^ㄟ髒^ㄟ程^ㄟ度^ㄟ分^ㄟ成^ㄟ五^ㄟ種^ㄟ顏^ㄟ色^ㄟ，並^ㄟ在^ㄟ學校^ㄟ升^ㄟ起^ㄟ(綠^ㄟ/黃^ㄟ/橘^ㄟ/紅^ㄟ/紫^ㄟ)色^ㄟ的^ㄟ「空氣^ㄟ品質^ㄟ旗^ㄟ」，當^ㄟ你^ㄟ看^ㄟ到^ㄟ旗^ㄟ幟^ㄟ，就^ㄟ能^ㄟ知^ㄟ道^ㄟ今天^ㄟ的^ㄟ空氣^ㄟ是^ㄟ否^ㄟ乾^ㄟ淨^ㄟ喔^ㄟ！假如^ㄟ你^ㄟ忘記^ㄉ旗^ㄟ幟^ㄟ顏^ㄟ色^ㄟ所^ㄟ代^ㄟ表^ㄟ的^ㄟ意思^ㄟ，可以^ㄟ透^ㄟ過^ㄟ背^ㄟ誦^ㄟ小^ㄟ口^ㄟ訣^ㄟ的^ㄟ方^ㄟ式^ㄟ幫^ㄟ助^ㄟ你^ㄟ記^ㄟ起^ㄟ來^ㄟ！



旗幟顏色

小口訣

保護自己的方法



空氣良好是綠旗，
戶外運動好安心。

綠旗代表空氣很乾淨，可以多到戶外運動！但還是要注意旗幟是否變色喔！



空氣普通是黃旗，
戶外運動要小心。

黃旗代表空氣是普通，還是可以到戶外運動，但是對空氣敏感、有氣喘的小朋友要注意自己的身體，不能做太激烈的運動喔！如果身體不舒服要跟老師說！



空氣敏感是橘旗，
敏感體質要留意。

橘旗代表空氣是敏感，一般小朋友還是可以到戶外運動，但是對空氣敏感、有氣喘的小朋友要留意自己的身體，不能待在戶外太長時間，還要多戴口罩喔！身體不舒服要跟老師說！



空氣不良是紅旗，
減少活動多休息。

紅旗代表空氣不良，要避免長時間劇烈運動。下課時，多待在教室內休息，敏感體質的小朋友更要注意自己的身體，留在教室內，外出要戴上口罩喔！



空氣危害是紫旗，
戶外暫時停止並小心。

紫旗代表空氣非常髒，容易讓人生病，所以戶外活動也要停止，離開教室最好戴口罩！氣喘或敏感體質的小朋友，更要注意自己的身體，將藥隨時帶在身上！

校園空品旗宣導計畫宣導單(4-6年級學童)

旗幟顏色與空氣品質指標對照表



空氣品質指標(AQI)	50以下	51~100	101~150	151~199	200以上

空氣品質 Q&A



1. 什麼是空氣品質指標(AQI)?

空氣品質指標(AQI)是用來計算空氣中有害的氣體對我們身體的影響，包含飄在空氣中細小的懸浮微粒(PM10)、細小的細懸浮微粒(PM2.5)、二氧化硫(SO2)、二氧化氮(NO2)、一氧化碳(CO)及臭氧(O3)濃度等，按照對人體健康的影響程度，換算出當天的空氣污染指標值(AQI)。

2. 什麼是細懸浮微粒(PM2.5)?

漂浮在空氣中像是灰塵的粒狀物稱為懸浮微粒(particulate matter, PM)，懸浮微粒有分大、小，通常小於或等於2.5微米(μm)的粒子，就稱為細懸浮微粒PM2.5，它的大小還不到人的頭髮絲粗細的1/28，非常微小可穿透肺部氣泡，並直接進入血管中隨著血液循環全身，因此使人身體生病。

3. 為什麼當紅、紫、藍色空氣品質旗升起時，要減少戶外運動呢?

當學校升起紅、紫、藍色空氣品質旗時，代表空氣含有較高的污染物質與細懸浮微粒，此時若到戶外進行激烈運動，將會吸入大量髒空氣至肺部造成身體危害，尤其是敏感性體質小朋友，更容易引起過敏、呼吸道發炎、氣喘等症狀。因此，當學校升起紅旗時，戶外活動請戴上口罩；當學校升起紫旗時，請暫停體育課及戶外活動，多待在室內。

4. 我該如何知道每天的空氣品質呢?

除了注意學校升起的空氣品質旗外，你也可以注意新聞報導或上「環保署空氣品質監測網」(<http://taqm.epa.gov.tw/taqm/tw/default.aspx>)了解全臺灣各地區的空氣品質狀況，並對照上面表格，就能知道今天的空氣品質如何了。