

잠깐! 미세먼지 상태 확인하셨나요?



매우 나쁨(초미세먼지 $76\mu\text{g}/\text{m}^3 \uparrow$)

실내에서 활동하고, 창문을 닫아 주세요!



나쁨(초미세먼지 $36\sim 75\mu\text{g}/\text{m}^3$)

긴 시간 외출해야 한다면 미세먼지 마스크가 도움이 될 수 있어요!



보통(초미세먼지 $16\sim 35\mu\text{g}/\text{m}^3$)

바깥 활동은 가볍게 하고, 내 몸의 상태(기침, 숨 쉬기 힘들)를 잘 확인해 주세요!



좋음(초미세먼지 $0\sim 15\mu\text{g}/\text{m}^3$)

미세먼지 때문에 미루어 두었던 바깥 활동을 계획해 보세요!



보건복지부
질병관리본부

KIHASA

한국보건사회연구원
Korea Institute for Health and Social Affairs