空氣盒子教我們的事

陳平國小衛生組

111.09.22

空氣的重要性

- 戴著口罩舒服嗎? 為什麼不舒服?
- 你有沒有一秒鐘不呼吸的?
- 吃了不乾淨的食物、喝了不乾淨的水會拉肚子、生病
- 那呼吸了不乾淨的空氣，會生病嗎?
- 請小朋友注意看影片 **PM2.5 - 看不見的殺手**
- https://www.youtube.com/watch?v=QrxnERnlRQ8

什麼是 PM 2.5？

- Particulate Matters 細懸浮微粒
- 飄在空氣中，看不到也摸不到
- 很小很小，小到看不見
- 不到頭髮直徑的1/28

什麼是 AQI指數?

- Air Quality Index 空氣品質指數
- 空氣好不好，用數字告訴你
- 數字越大，空氣越不好
- 100 和 50 哪個空氣比較好?

認識空品旗

旗幟顏色與空氣品質指標對應



AQI值	50以下	51-100	101-150	151-200	201-300	301-500

AQI值：空氣品質指標

空品指數怎麼查?

- 臺中市政府環境保護局空氣品質監測網 https://taqm.epb.taichung.gov.tw/
- 空品指數達到多少就不宜出門?

生活中的PM2.5?

- 建築工地?
- 道路施工?
- 汽機車廢氣?
- 還有呢?

空氣盒子來幫我們

- 測量點燃香時的空氣品質
- 測量機車發動時的空氣品質
- 燒烤、煎炸時的空氣品質

如何自我防護?

- 戴口罩
- 停止戶外活動
- 保持良好生活習慣，多運動、增加免疫力

如何減少PM2.5?

- 多搭乘大眾運輸工具
- 多選擇水煮、清蒸的食物
- 多種樹
- 不吸菸
- 還有呢?