



班級：_____ 座號：_____ 姓名：_____

親愛的_ㄉ小朋友_ㄟ，猜_ㄉ猜_ㄉ看_ㄉ我_ㄟ們_ㄉ一_ㄉ天_ㄉ要_ㄉ吸_ㄉ入_ㄉ多_ㄉ少_ㄉ空_ㄟ氣_ㄟ呢_ㄟ？空_ㄟ氣_ㄟ雖_ㄉ然_ㄉ看_ㄉ不_ㄉ見_ㄉ，卻_ㄉ是_ㄉ我_ㄟ們_ㄉ不_ㄉ可_ㄉ或_ㄉ缺_ㄉ的_ㄉ朋_ㄟ友_ㄟ呢_ㄟ！但_ㄉ是_ㄉ，空_ㄟ氣_ㄟ有_ㄉ時_ㄉ也_ㄉ會_ㄉ因_ㄉ為_ㄉ忘_ㄉ記_ㄉ洗_ㄉ澡_ㄟ，弄_ㄉ得_ㄉ全_ㄉ身_ㄉ髒_ㄉ兮_ㄉ兮_ㄉ的_ㄉ，一_ㄉ旦_ㄉ我_ㄟ們_ㄉ把_ㄉ髒_ㄉ空_ㄟ氣_ㄟ吸_ㄉ入_ㄉ體_ㄟ內_ㄟ，容_ㄉ易_ㄉ讓_ㄉ我_ㄟ們_ㄉ生_ㄉ病_ㄟ喔_ㄟ！所_ㄉ以_ㄉ，學_ㄟ校_ㄟ也_ㄉ開_ㄉ始_ㄉ幫_ㄉ空_ㄟ氣_ㄟ打_ㄉ分_ㄉ數_ㄟ！從_ㄉ空_ㄟ氣_ㄟ乾_ㄉ淨_ㄉ到_ㄉ航_ㄟ髒_ㄟ程_ㄟ度_ㄟ分_ㄉ成_ㄉ四_ㄉ種_ㄉ顏_ㄟ色_ㄟ，並_ㄉ在_ㄉ學_ㄟ校_ㄟ升_ㄉ起_ㄉ(綠_ㄟ/黃_ㄟ/紅_ㄟ/紫_ㄟ)色_ㄟ的_ㄉ「空_ㄟ氣_ㄟ品_ㄟ質_ㄟ旗_ㄟ」，當_ㄉ你_ㄟ看_ㄉ到_ㄉ旗_ㄟ幟_ㄟ，就_ㄉ能_ㄉ知_ㄉ道_ㄉ今_ㄉ天_ㄉ的_ㄉ空_ㄟ氣_ㄟ是_ㄉ否_ㄉ乾_ㄉ淨_ㄉ喔_ㄟ！假_ㄉ如_ㄉ你_ㄟ忘_ㄉ記_ㄉ旗_ㄟ幟_ㄟ顏_ㄟ色_ㄟ所_ㄉ代_ㄉ表_ㄉ的_ㄉ意_ㄟ思_ㄟ，可_ㄉ以_ㄉ透_ㄉ過_ㄉ背_ㄉ誦_ㄉ小_ㄟ口_ㄟ訣_ㄟ的_ㄉ方_ㄟ式_ㄟ幫_ㄉ助_ㄉ你_ㄟ記_ㄉ起_ㄉ來_ㄟ！



旗幟顏色

小口訣

保護自己的方法



空_ㄟ氣_ㄟ良_ㄉ好_ㄉ是_ㄉ綠_ㄟ旗_ㄟ，
戶_ㄟ外_ㄟ運_ㄉ動_ㄟ可_ㄉ安_ㄉ心_ㄟ。

綠_ㄟ旗_ㄟ代_ㄉ表_ㄉ空_ㄟ氣_ㄟ乾_ㄉ淨_ㄟ，可_ㄉ以_ㄉ到_ㄉ戶_ㄟ外_ㄟ運_ㄉ動_ㄟ！但_ㄉ還_ㄉ是_ㄉ要_ㄉ注_ㄉ意_ㄉ旗_ㄟ幟_ㄟ是_ㄉ否_ㄉ變_ㄉ色_ㄟ喔_ㄟ！



空_ㄟ氣_ㄟ普_ㄉ通_ㄟ是_ㄉ黃_ㄟ旗_ㄟ，
敏_ㄟ感_ㄟ體_ㄟ質_ㄟ要_ㄉ留_ㄉ意_ㄟ。

黃_ㄟ旗_ㄟ代_ㄉ表_ㄉ空_ㄟ氣_ㄟ是_ㄉ普_ㄉ通_ㄟ，還_ㄉ是_ㄉ可_ㄉ以_ㄉ到_ㄉ戶_ㄟ外_ㄟ運_ㄉ動_ㄟ，但_ㄉ是_ㄉ對_ㄉ空_ㄟ氣_ㄟ敏_ㄟ感_ㄟ、有_ㄉ氣_ㄟ喘_ㄟ的_ㄉ小_ㄟ朋_ㄟ友_ㄟ若_ㄉ不_ㄉ舒_ㄉ服_ㄟ要_ㄉ戴_ㄉ口_ㄟ罩_ㄟ，不_ㄉ能_ㄉ做_ㄉ太_ㄉ激_ㄉ烈_ㄟ的_ㄟ運_ㄉ動_ㄟ喔_ㄟ！



空_ㄟ氣_ㄟ不_ㄉ良_ㄟ是_ㄉ紅_ㄟ旗_ㄟ，
配_ㄉ戴_ㄉ口_ㄟ罩_ㄟ並_ㄉ注_ㄉ意_ㄟ。

紅_ㄟ旗_ㄟ代_ㄉ表_ㄉ空_ㄟ氣_ㄟ不_ㄉ良_ㄟ，上_ㄟ、下_ㄟ學_ㄟ或_ㄟ戶_ㄟ外_ㄟ活_ㄟ動_ㄟ最_ㄉ好_ㄟ戴_ㄉ上_ㄟ口_ㄟ罩_ㄟ，保_ㄉ護_ㄉ口_ㄟ鼻_ㄟ。下_ㄟ課_ㄟ時_ㄟ，多_ㄉ待_ㄉ在_ㄟ教_ㄟ室_ㄟ內_ㄟ，敏_ㄟ感_ㄟ體_ㄟ質_ㄟ的_ㄉ小_ㄟ朋_ㄟ友_ㄟ更_ㄉ要_ㄉ注_ㄉ意_ㄟ自_ㄟ己_ㄟ的_ㄟ身_ㄟ體_ㄟ喔_ㄟ！







空_ㄟ氣_ㄟ危_ㄉ害_ㄟ是_ㄉ紫_ㄟ旗_ㄟ，
戶_ㄟ外_ㄟ暫_ㄉ停_ㄟ並_ㄉ小_ㄟ心_ㄟ。

紫_ㄟ旗_ㄟ代_ㄉ表_ㄉ空_ㄟ氣_ㄟ非_ㄉ常_ㄟ的_ㄟ髒_ㄟ，容_ㄉ易_ㄉ讓_ㄉ人_ㄟ生_ㄉ病_ㄟ，所_ㄉ以_ㄟ最_ㄉ好_ㄟ戴_ㄉ口_ㄟ罩_ㄟ，戶_ㄟ外_ㄟ活_ㄟ動_ㄟ考_ㄉ慮_ㄟ先_ㄟ暫_ㄟ停_ㄟ！氣_ㄟ喘_ㄟ或_ㄟ敏_ㄟ感_ㄟ體_ㄟ質_ㄟ的_ㄉ小_ㄟ朋_ㄟ友_ㄟ，更_ㄉ要_ㄟ注_ㄉ意_ㄟ自_ㄟ己_ㄟ的_ㄟ身_ㄟ體_ㄟ，將_ㄉ藥_ㄟ隨_ㄟ時_ㄟ帶_ㄉ在_ㄟ身_ㄟ上_ㄟ！



旗幟顏色與空氣品質指標對照表



				
空氣汙染指標 (PSI)	50以下	51~100	101~199	200以上
細懸浮微粒 (PM2.5)	3級以下	4-6級	7-9級	10級

空氣品質 Q&A



1. 什麼是空氣汙染指標 (PSI) ?

空氣汙染指標 (PSI) 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)、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，換算出當天的空氣汙染指標值 (PSI)。

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的氣泡，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. 為什麼當紅色或紫色空氣品質旗升起時，要減少戶外運動呢？

當學校升起紅色或紫色空氣品質旗時，代表空氣含有較高的汙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，並對照上面的表格，就能知道今天的空氣品質如何了。