



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_ㄟ天_ㄟ要_ㄟ吸_ㄟ入_ㄟ多_ㄟ少_ㄟ空_ㄟ氣_ㄟ呢_ㄟ？空_ㄟ氣_ㄟ雖_ㄟ然_ㄟ看_ㄟ不_ㄟ見_ㄟ，卻_ㄟ是_ㄟ我_ㄟ們_ㄉ不_ㄟ可_ㄟ或_ㄟ缺_ㄟ的_ㄟ朋_ㄟ友_ㄟ呢_ㄟ！但_ㄟ是_ㄟ，空_ㄟ氣_ㄟ有_ㄟ時_ㄟ也_ㄟ會_ㄟ因_ㄟ為_ㄟ忘_ㄟ記_ㄟ洗_ㄟ澡_ㄟ，弄_ㄟ得_ㄟ全_ㄟ身_ㄟ髒_ㄟ兮_ㄟ兮_ㄟ的_ㄟ，一_ㄟ旦_ㄟ我_ㄟ們_ㄉ把_ㄟ髒_ㄟ空_ㄟ氣_ㄟ吸_ㄟ入_ㄟ體_ㄟ內_ㄟ，容_ㄟ易_ㄟ讓_ㄟ我_ㄟ們_ㄉ生_ㄟ病_ㄟ喔_ㄟ！所_ㄟ以_ㄟ，學_ㄟ校_ㄟ也_ㄟ開_ㄟ始_ㄟ幫_ㄟ空_ㄟ氣_ㄟ打_ㄟ分_ㄟ數_ㄟ！從_ㄟ空_ㄟ氣_ㄟ乾_ㄟ淨_ㄟ到_ㄟ航_ㄟ髒_ㄟ程_ㄟ度_ㄟ分_ㄟ成_ㄟ五_ㄟ種_ㄟ顏_ㄟ色_ㄟ，並_ㄟ在_ㄟ學_ㄟ校_ㄟ升_ㄟ起_ㄟ(綠_ㄟ/黃_ㄟ/橘_ㄟ/紅_ㄟ/紫_ㄟ)色_ㄟ的_ㄟ「空_ㄟ氣_ㄟ品_ㄟ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_ㄟ天_ㄟ的_ㄟ空_ㄟ氣_ㄟ是_ㄟ否_ㄟ乾_ㄟ淨_ㄟ喔_ㄟ！假_ㄟ如_ㄟ你_ㄟ忘_ㄟ記_ㄟ旗_ㄟ幟_ㄟ顏_ㄟ色_ㄟ所_ㄟ代_ㄟ表_ㄟ的_ㄟ意_ㄟ思_ㄟ，可_ㄟ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，
敏感體質要注意。

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，
戶外暫停並小心。

紫旗代表空氣非常的髒，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！



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，包含飄浮在空氣中細小的懸浮微粒 (PM₁₀)、細小的細懸浮微粒 (PM_{2.5})、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 (PM_{2.5}) ?

漂浮在空氣中像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 PM_{2.5}，它的尺寸還不到人的頭髮絲粗細的 1/28，非常微小可穿透肺部的气泡，並直接進入血管中，隨著血液循環全身，因此使人體生病。

3. 為什麼當紅色或紫色空氣品質旗幟升起時，要減少戶外運動呢？

當學校升起紅色或紫色空氣品質旗幟時，代表空氣含有較高的污染物與細懸浮微粒，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，尤其是敏感性體質的小朋友，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. 我該如何知道本市的每日的空氣品質呢？

除了注意學校升起的空氣品質旗幟外，你也可以注意新聞報導或至「臺中市政府環境保護局空氣品質監測網」 (<http://taqm.epb.taichung.gov.tw/>) 查詢本市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。