

每日空氣品質

行政院環境保護署於105年12月1日起整合原有空氣污染指標(PSI)及細懸浮微粒(PM2.5)雙指標(原均分為綠、黃、紅、紫4種狀態色塊)，參考美國改採單一指標「**空氣品質指標(AQI)**」，分為綠、黃、橘、紅、紫、褐紅6色(空氣品質旗幟將調整為綠、黃、橘、紅、紫5色，增加橘色1色)。

因應**空氣品質指標(AQI)**調整，以下事項請務必配合辦理：

(一)每日上午及下午主動查詢空氣品質監測資訊，包括至環保署「[空氣品質監測網](#)」、「[即時空品測站資訊看板](#)」或以「[環境即時通APP](#)」查詢空氣品質資訊。

(二)依據新制「**空氣品質指標(AQI)**」對應之顏色與活動建議(詳如圖表)，調整上午或下午之戶外活動。**AQI值達橘色時**，請減少敏感性族群學生戶外活動；**AQI值達紅色時**，應考量戶外活動地點之空氣品質條件，必要時，將課程、活動調整於室內進行或延期辦理；**AQI值達紫色時**，應立即停止戶外活動，將課程調整於室內進行。

AQI指標之活動建議

AQI	0~50	51~100	101~150	151-200	201-300	301-500
對健康的影響	良好	普通	對敏感族群不良	對所有族群不良	非常不良	有害
	Good	Moderate	Unhealthful for Sensitive Groups	Unhealthful	Very Unhealthful	Hazardous
代表顏色	綠	黃	橘	紅	紫	褐紅
一般民眾活動建議	正常戶外活動。	正常戶外活動。	1.一般民眾如果有不適，如眼痛，咳嗽或喉嚨痛等， <u>應該考慮減少戶外活動。</u> 2.學生仍可進行戶外活動，但建議減少長時間劇烈運動。	1.一般民眾如果有不適，如眼痛，咳嗽或喉嚨痛等， <u>應減少體力消耗，特別是減少戶外活動。</u> 2.學生應避免長時間劇烈運動，進行其他戶外活動時 <u>應增加休息時間。</u>	1.一般民眾應減少戶外活動。 2.學生應立即停止戶外活動，並將課程調整於室內進行。	1.一般民眾應避免戶外活動，室內應緊閉門窗，必要外出應配戴口罩等防護用具。 2.學生應立即停止戶外活動，並將課程調整於室內進行。
敏感性族群活動建議	正常戶外活動。	極特殊敏感族群建議注意可能產生的咳嗽或呼吸急促症狀，但仍可正常戶外活動。	1.有心臟、呼吸道及心血管疾病患者、孩童及老年人， <u>建議減少體力消耗活動及戶外活動</u> ，必要外出應配戴口罩。 2.具有氣喘的人可能需增加使用吸入劑的頻率。	1.有心臟、呼吸道及心血管疾病患者、孩童及老年人， <u>建議留在室內並減少體力消耗活動</u> ，必要外出應配戴口罩。 2.具有氣喘的人可能需增加使用吸入劑的頻率。	1.有心臟、呼吸道及心血管疾病患者、孩童及老年人應留在室內並減少體力消耗活動，必要外出應配戴口罩。 2.具有氣喘的人應增加使用吸入劑的頻率。	1.有心臟、呼吸道及心血管疾病患者、孩童及老年人應留在室內並避免體力消耗活動，必要外出應配戴口罩。 2.具有氣喘的人應增加使用吸入劑的頻率。

資料來源：行政院環境保護署 空氣品質監測網

行政院環境保護署

空氣品質 即時空品測站 環境即時通
監測網 資訊看板 (APP)





衛生保健組

如何自我保護 減少細懸浮微粒暴露

細懸浮微粒參考資訊

衛福季刊第16期專文

口罩正確配戴步驟