

## 미세먼지 농도 실시간 확인 방법

- 01 환경부 에어코리아([www.airkorea.or.kr](http://www.airkorea.or.kr))접속
- 02 메인화면 좌측 '초미세먼지 또는 미세먼지' 클릭 후 확인

## 미세먼지 예보 확인 방법

- 01 환경부 에어코리아([www.airkorea.or.kr](http://www.airkorea.or.kr))접속
- 02 대기정보 예보/경보 클릭 후 하단 확인

## 폭염 온도 확인 방법

- 01 기상청 날씨누리([www.weather.go.kr](http://www.weather.go.kr))접속
- 02 메인화면 내 지역 검색 후 우측 온도 확인

## 폭염 상세정보 확인 방법

- 01 기상청 날씨누리([www.weather.go.kr](http://www.weather.go.kr))접속
- 02 메인화면 좌측 '날씨' - '기상특보' - '영향예보' 클릭 후 지역 선택하여 확인



## 재난대응 매뉴얼 종합본 다운로드



문화체육관광부 누리집  
[www.mcst.go.kr](http://www.mcst.go.kr)



스포츠안전재단  
[www.sportsafety.or.kr](http://www.sportsafety.or.kr)

스포츠행사 운영자를 위한

# 미세먼지 폭염 대응 가이드

(개정판)



# 종목별 재난취약등급 확인

## 취약등급분류(지수)

외부환경지수 + 내부환경지수

외부 환경지수 분류기준		내부 환경지수 분류기준	
지수	경기시간(h)	지수	METs
1	1h 이하	1	1Mets 이하
2	1h 초과 3h 이하	2	1Mets 초과 3Mets 이하
3	3h 초과 6h 이하	3	3Mets 초과 6Mets 이하
4	6h 초과 9h 이하	4	6Mets 초과 9Mets 이하
5	9h 초과	5	9Mets 초과

**내부환경지수(METs)란?** 운동강도를 나타내는 표시법의 하나로, 각종 운동의 산소소비량을 배수로 나타낸 값을 의미합니다

## 대표 실외종목 MET지수 예시

종목	MET지수	종목	MET지수
마라톤(시합)	13.3	력비(시합)	8.3
축구(시합)	10	수영(바다수영)	6.0
육상 허들(시합)	10	야구(일반)	5
자전거(경주)	10	골프(경주)	4.8
오리엔티어링(시합)	9	파크골프(시합)	3

\* 종목별 세부Mets 지수는 매뉴얼 종합본 부록 참조

## 재난대응 취약등급표

지수	1등급	2등급	3등급
	고위험군	중위험군	저위험군
	7점 이상	5-6점	4점 이하
예시	자전거(14-15mph, 경주) 10Mets, 경기시간 6h - 외부환경지수 : 3점 - 내부환경지수 : 5점 - 합계 : 8점	농구(시합, 3on3) 8Mets, 경기시간 1h - 외부환경지수 : 1점 - 내부환경지수 : 4점 - 합계 : 5점	파크골프(시합) 3Mets, 경기시간 3h - 외부환경지수 : 2점 - 내부환경지수 : 2점 - 합계 : 4점

### 1등급(고위험) 종목별 취약성 색깔을 확인해주세요!

스포츠활동에 있어 재난대응을 위해 스포츠의 활동시간, 운동강도 등을 감안하여, 1등급(고위험)에서 3등급(저위험)까지의 재난대응 취약성 등급을 3단계로 분류하고 있습니다.

이러한 분류 기준에 따른 스포츠행사 운영의 취약성등급에 대해 충분히 검토하신 후 재난대응 사전대비를 하시기 바랍니다.

### 2등급(중위험)

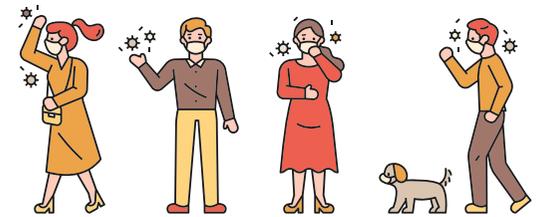
### 3등급(저위험)

# 미세먼지 발령 기준에 따른 행동요령

	매우나쁨	주의보	경보
발령 기준	시간당 평균 농도 • PM10 : 151 $\mu$ g/m <sup>3</sup> 이상 • PM2.5 : 76 $\mu$ g/m <sup>3</sup> 이상	시간당 평균 농도 • PM10 : 150 $\mu$ g/m <sup>3</sup> 이상 (2시간 지속) • PM2.5 : 75 $\mu$ g/m <sup>3</sup> 이상 (2시간 지속)	시간당 평균 농도 • PM10 : 300 $\mu$ g/m <sup>3</sup> 이상 (2시간 지속) • PM2.5 : 150 $\mu$ g/m <sup>3</sup> 이상 (2시간 지속)
대회 전	대회 당일 예보 확인 (나쁨 이상 시) 회의소집 대회 시행 검토 미세먼지 대비책 조치 또는 대회 연기 / 취소	대회 당일 예보 확인 (나쁨 이상 시) 회의소집 대회 시행 검토 미세먼지 대비책 조치 또는 대회 연기 / 취소	대회 당일 예보 확인 (나쁨 이상 시) 회의소집 대회 시행 검토 미세먼지 대비책 조치 또는 대회 연기 / 취소
대회 당일	긴급회의 소집 대회중지, 대회실시 휴식 후 재개/취소 결정, 미세먼지 대비책 강화	긴급회의 소집 대회중지(권장) 취소 (권장), 휴식 후 재개/취소 결정	긴급회의 소집 대회중지(적극권장) 취소 (적극권장)
결정 권자	행사주최/주관 단체의 장, 경기감독관 등	행사주최/주관 단체의 장, 경기감독관 등	행사주최/주관 단체의 장, 경기감독관 등
비고	• 1등급 종목의 경우 주의보 단계로 자체 격상 • 미세먼지 취약계층 (노인, 어린이 등)의 경우 주의보 단계로 자체 격상 • 환자 발생 시 주의보 단계로 자체 격상	• 1등급 종목의 경우 경보단계로 자체 격상 • 미세먼지 취약계층 (노인, 어린이 등)의 경우 경보 단계로 자체 격상 • 환자 발생 시 경보 단계로 자체 격상	• 1등급 종목의 경우 경기 취소 적극 권장 • 미세먼지 취약계층 (노인, 어린이 등)의 경우 취소 적극 권장 • 환자 발생 시 경기 취소 적극 권장

# 폭염 발령 기준에 따른 행동요령

	주의보	경보
발령 기준	33 $^{\circ}$ C 다음 중 어느 하나에 해당하는 경우 ① 일 최고 체감온도 33 $^{\circ}$ C 이상이 2일 이상 지속될 것으로 예상될 때 ② 급격한 체감온도 상승 또는 폭염 장기화 등으로 중대한 피해가 예상될 때	35 $^{\circ}$ C 다음 중 어느 하나에 해당하는 경우 ① 일 최고 체감온도 35 $^{\circ}$ C 이상이 2일 이상 지속될 것으로 예상될 때 ② 급격한 체감온도 상승 또는 폭염 장기화 등으로 광범위한 지역에서 중대한 피해가 예상될 때
대회 전	회의소집 대회 시행 검토 폭염 대비책 조치 또는 대회 연기/취소	회의소집 대회 시행 검토 대회 연기/취소(권장) 또는 폭염 대비책 조치
대회 당일	긴급회의소집 대회중지, 대회실시 휴식 후 재개/취소 결정, 폭염 대비책 강화	긴급회의소집 대회중지(적극권장) 취소 (적극권장), 휴식 후 재개/취소 결정
결정 권자	행사주최/주관 단체의 장, 경기감독관 등	행사주최/주관 단체의 장, 경기감독관 등
비고	• 1등급 종목의 경우 경보 단계로 자체 격상 • 폭염 취약계층(노인, 어린이 등)은 경보 단계로 자체 격상 • 환자 발생 시 경보 단계로 자체 격상	• 1등급 종목의 경우 경기 취소 적극 권장 • 폭염 취약계층(노인, 어린이 등)은 경기 취소 적극 권장 • 환자 발생 시 경기 취소 적극 권장



스포츠행사 개최시기 월별 재난유형 파악



스포츠행사 종목별 재난취약등급 확인



미세먼지/폭염 발령 기준에 따른 행동요령 파악



스포츠행사 연기, 취소/중지, 실시, 취소결정