

# 室內空氣質素

常識科 小四至小六



# 小學四至六年級

## ◇ 什麼是室內空氣質素？

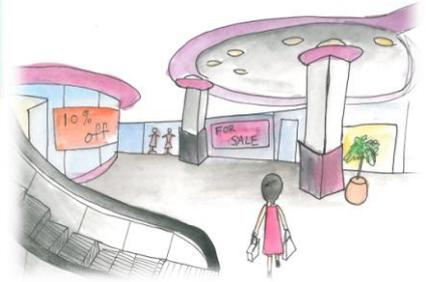
1. 觀察下圖，一天之中，你在以下各個地方平均停留多少個小時？在（ ）內填上。



家（ ）



學校（ ）



商場（ ）



超市（ ）



公園（ ）

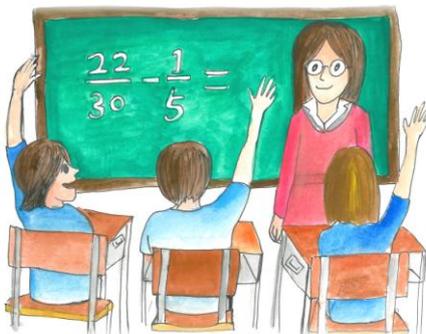


運動場（ ）

2. 想一想：根據你填寫的答案，你平時更多停留在室內還是室外？

## ◇ 為什麼室內空氣質素很重要？

1. 觀察下圖，哪些情景會發生在空氣質素良好的室內？哪些情景會發生在空氣質素不佳的室內？請在空格中填上“良好”或者“不佳”。



\_\_\_\_\_



\_\_\_\_\_



\_\_\_\_\_

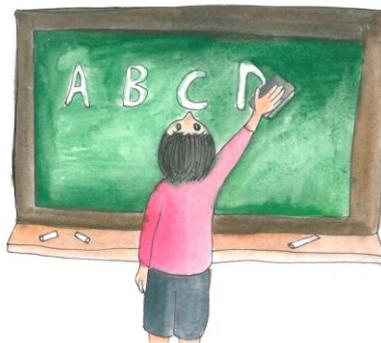
2. 想一想：不佳的室內空氣質素會帶來哪些影響？

### ◇ 室內空氣污染物的主要來源

1. 觀看影片並聯想生活中的場景。辨別下圖中的哪些行為會影響室內空氣質素。



(1) 開窗通風



(2) 用粉擦清潔黑板



(3) 在門窗緊閉的室內烹飪



(4) 在室內公共場所吸煙

### ◇ 如何提高室內空氣質素

仔細研究圖片(2)至(4)中潛藏的問題，對應有以下的解決方法(A)至(C)。請將字母(A)至(C)寫在相應序號後的橫線上。

A. 不抽煙；

B. 使用無塵粉筆或白板

C. 居家烹飪時保持良好的室內通風

(2) \_\_\_\_\_ (3) \_\_\_\_\_ (4) \_\_\_\_\_

## ◇ 課堂小結

### 1. 室內空氣質素---與你息息相關：

- 人類離不開空氣，而清潔的空氣對我們的身體健康很重要。
- 我們平均有七成以上的時間留在家中、辦公室或其他室內環境。
- 受污染的室內環境可導致身體不適，健康欠佳（例如頭痛、眼睛痕癢、呼吸困難、皮膚過敏、嘔吐及疲勞等）。
- 兒童，長者，以及患有呼吸系統或心臟疾病的人，會更加容易受到室內空氣污染物的影響。

### 2. 改善室內空氣質素----你可以做得到：

- 保持室內通風良好。
- 變壞的食品應妥善棄置。
- 幫忙定期清洗纖維織物用品，防止微塵和塵蟎積聚。
- 提醒爸媽在煮食時應開啓抽油煙機和/或抽風扇，並定期清洗。