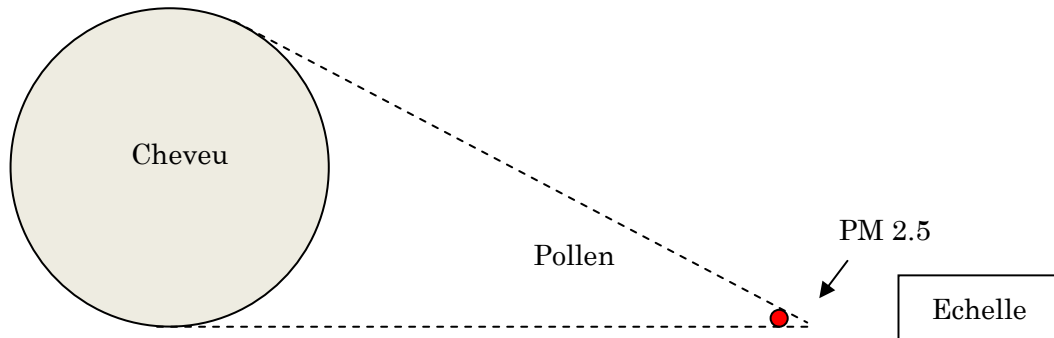


1. Qu'est ce que les particules « PM 2.5 » ?

Il s'agit de particules très fines (environ 30 fois plus fines qu'un cheveu) en suspension dans l'air, dont le diamètre est inférieur à 2.5 micromètres ( $1\mu\text{m} = 0.001\text{mm}$ ). Ces particules sont émises par les voitures, les chaudières, ou ont une origine naturelle comme les volcans. Elles peuvent pénétrer jusque dans les poumons et sont dangereuses pour la santé, particulièrement pour les poumons, la gorge et le coeur.



2. A partir de quand cela est-t-il dangereux pour la santé ?

Pour limiter les impacts sur la santé, les taux de concentration en PM 2.5 suivants ne doivent pas être dépassés :

Moyenne annuelle : Moins de  $15\mu\text{g}/\text{m}^3$  (15 microgrammes par mètre cube d'air)  
 Moyenne journalière : Moins de  $35\mu\text{g}/\text{m}^3$

3. Que puis-je faire pour me protéger ?

Lorsque les taux de PM 2.5 dépassent  $70\mu\text{g}/\text{m}^3$  suivez les consignes suivantes :

- ✧ Evitez de sortir.
- ✧ Limitez le temps passé à l'extérieur, activités et sports en plein air par exemple.
- ✧ Limitez le nombre de fois où vous ouvrez portes et fenêtres pour éviter de faire rentrer l'air extérieur.
- ✧ Les personnes âgées, les enfants et les personnes fragiles des poumons, de la gorge et du nez sont plus à risque lorsque la moyenne journalière atteint  $70\mu\text{g}/\text{m}^3$  et doivent prendre plus de précautions.

4. Où trouver les mesures de PM 2.5 ?

Vous pouvez trouver les niveaux actuels de PM 2.5 sur le site de la Préfecture de Kyoto. Si ces derniers dépassent  $70\mu\text{g}/\text{m}^3$  par jour, l'information sera relayée sur le site et par les médias.

<http://www.pref.kyoto.jp/taiki/1111111.html>

Cliquez sur « 日平均値 (直近 1 週間) » dans la page ci dessus pour consulter les mesures de PM 2.5 par région (uniquement en japonais actuellement).