

即時發佈：2025年5月5日

聯絡方式：[communications@baaqmd.gov](mailto:communications@baaqmd.gov)

## Spare the Air (愛惜空氣) 霧霾季開始

呼籲廣大居民搭乘大眾運輸工具、步行、騎行或共乘汽車，攜手減少空氣污染

**SAN FRANCISCO** - 灣區空氣局宣布 Spare the Air 夏季霧霾季開始，並將從五月持續至十月。

每天在道路上馳騁的數百萬輛汽車仍是灣區霧霾污染和溫室氣體排放的主要源頭。Spare the Air 活動鼓勵居民減少開車並尋找共乘、縮短或改變其通勤方式的方案，從而幫助緩解本地的霧霾和交通堵塞現象。隨著天氣回暖，溫度升高，因空氣品質不利於健康而發出「Spare the Air 預警」的風險變得更大。

空氣局執行官Philip Fine博士表示：「每次出行都選擇搭乘大眾運輸工具或採取主動式交通方式，而不是選擇獨自開車，是朝著潔淨空氣和更健康灣區邁進的重要一步。從每天的出行選擇開始，讓我們共同承擔起保護潔淨空氣的責任。」

Spare the Air霧霾季與空氣品質宣傳週同時開始，後者是一項全國性活動，旨在提高民眾對空氣品質的認識，並鼓勵民眾採取措施減少其造成的空氣污染。此活動讓民眾有機會了解空氣品質不佳的原因以及如何持續做好準備和應對全年的空氣品質問題。

灣區也將在5月6日歡慶灣區全民搭乘大眾運輸工具日，鼓勵民眾走出家門搭乘大眾運輸工具，體驗當地交通運輸機構新升級的服務。

當霧霾或臭氧污染預測達到不利於健康的水平時，便會發出「Spare the Air 預警」。臭氧會引起喉嚨不適、鼻塞和胸痛。還會誘發哮喘、使肺膜發炎並加重支氣管炎和肺氣腫。臭氧污染對幼兒、老年人以及呼吸道疾病和心臟病患者尤其有害。當「Spare the Air 預警」發出時，表示溫度和臭氧濃度在傍晚時候達到最高，屆時請減少戶外活動。

若想知道「Spare the Air 預警」何時發送，居民可以在 [www.sparetheair.org/alerts](http://www.sparetheair.org/alerts) 上註冊電子郵件或簡訊通知、撥打 1(800) HELP-AIR、下載 Spare the Air Bay Area 應用程式或在 [Facebook](#)、[Instagram](#) 或 [X](#) 上追蹤 Spare the Air。

[灣區空氣局](#)是負責保護灣區九縣空氣品質的地區機構。您可透過 [Facebook](#)、[Instagram](#)、[X](#) 和 [YouTube](#) 與空氣局聯絡。如需更多有關 **Spare the Air** 的資訊，請造訪 [www.sparetheair.org](http://www.sparetheair.org)。

###

---

[空氣局通訊辦公室](#)

375 Beale Street, Suite 600, San Francisco, CA 94105

[空氣局首頁](#) | [新聞稿](#)