



2010年11月至2011年2月份衛生講座及電影欣賞
逢星期六及日 下午3時30至4時15分(除特別註明外)
在本中心地下演講廳舉行 查詢: 2377 9275

日期 (2010年)	主題
11月6日 (星期六)	慢性胃炎之中醫調治講座*
11月7日 (星期日)	「玄是衛生」及「舞動衛生」
11月13日 (星期六)	日本腦炎 登革熱 齊來預防 把蚊滅
11月14日 (星期日)	公眾墳場及火葬場服務
11月20日 (星期六)	衛生講座在社區
11月21日 (星期日)	「防鼠秘笈」及「玄是衛生」
11月27日 (星期六)	食物中毒
11月28日 (星期日)	日本腦炎 登革熱 齊來預防 把蚊滅
12月4日 (星期六)	代謝綜合徵之中醫調治講座*
12月5日 (星期日)	「舞動衛生」及「防鼠秘笈」
12月11日 (星期六)	公眾墳場及火葬場服務
12月12日 (星期日)	食物中毒
12月18日 (星期六)	營養標籤
12月19日 (星期日)	日本腦炎 登革熱 齊來預防 把蚊滅
12月26日 (星期日)	「玄是衛生」及「舞動衛生」

■ 衛生講座 ■ 電影欣賞

*由香港健康協會中醫師主講，講座時間為下午2時30至3時30分

日期 (2011年)	主題
1月2日 (星期日)	家居衛生
1月8日 (星期六)	重症肌無力之中醫調治講座*
1月9日 (星期日)	「防鼠秘笈」及「玄是衛生」
1月15日 (星期六)	日本腦炎 登革熱 齊來預防 把蚊滅
1月16日 (星期日)	公眾墳場及火葬場服務
1月22日 (星期六)	「舞動衛生」及「防鼠秘笈」
1月23日 (星期日)	食物中毒
1月29日 (星期六)	日本腦炎 登革熱 齊來預防 把蚊滅
1月30日 (星期日)	「玄是衛生」及「舞動衛生」
2月6日 (星期日)	食物中毒
2月12日 (星期六)	衛生講座在社區
2月13日 (星期日)	「防鼠秘笈」及「玄是衛生」
2月19日 (星期六)	骨質疏鬆症之中醫調治講座*
2月20日 (星期日)	日本腦炎 登革熱 齊來預防 把蚊滅
2月26日 (星期六)	公眾墳場及火葬場服務
2月27日 (星期日)	「舞動衛生」及「防鼠秘笈」

免費入場，不設劃位，參加者可獲贈精美紀念品乙份。
紀念品數量有限，送完即止。

衛生生活嘉年華
日期 2011年2月20日(星期日)
時間 下午1時至5時
地點 中環遮打花園
查詢 2377 9275
攤位遊戲及展覽、
有獎問答遊戲、表演節目等等
生活處處要衛生
個個健康又開心
免費入場
參與者可獲贈豐富獎品



「義工服務獎項頒授典禮2010」

本中心於八月二十二日(星期日)舉行了「義工服務獎項頒授典禮2010」，共頒發廿三個「熱心服務」、四個「傑出服務」和四個「長期服務」獎項，以表揚義工們在過去一年期間積極協助中心進行各種的衛生教育推廣活動。

中心「義工計劃」為參加者提供有關衛生知識的訓練和推廣衛生訊息的義務工作機會，**凡年滿十四歲或以上的人士均可參加**，服務超過二十小時者，更可獲得義務工作證書。**2011年度第一輪的招募現已展開，於明年1月底截止**，新招募的義工須出席明年2月初舉辦的半天訓練課程。申請表格可於本中心索取或本署網頁 http://www.fehd.gov.hk/tc_chi/forms/volunteer_scheme.html 下載。

衛生教育展覽及資料中心通訊



衛生教育展覽及資料中心 九龍尖沙咀九龍公園S4座(彌敦道及海防道交界)
查詢電話: 2377 9275 網址: www.fehd.gov.hk
開放時間: 星期二、三、五及六 上午8時45分至下午6時15分
星期日 上午11時正至下午9時正
星期一、四及公眾假期休息



最新消息

全新展覽區：衛生教育里

在街道上亂拋垃圾、隨處吐痰、非法張貼街招及任由狗隻糞便弄污地方，都是令人討厭及缺德的行為。冷氣機滴水、簷篷垃圾堆積、排水系統淤塞或破爛及天花滲水等，都是常見的大廈環境衛生問題，不僅對居住者，對公眾人士也會造成滋擾。



本中心最近在展覽廳一樓興建了一條8米長的「衛生教育里」，以實境相片為背景，融合了手繪卡通圖象及立體滴水模型，展示出屋內屋外的生活實況，帶出以上所提及的種種環境衛生問題。在展區內還添置了三部輕觸式電腦展示互動遊戲，與及一部大型電視播放卡通圖片集，讓參觀者透過多種媒介，認識更多預防及清除環境衛生問題的方法。

保持環境衛生人人有責，我們歡迎你親身前來參觀「衛生教育里」，參與全新分別名為「罰款罪行考記憶」、「公共衛生Q&A」及「齊來捉拿垃圾蟲」的電腦遊戲及觀看由卡通人物「小白」介紹的「環境衛生你要知」圖片集。

流動教育中心

本中心於2006年增添一輛宣傳車作為「流動教育中心」，每年到訪220多所學校、屋邨及公園等進行流動展覽活動，加強向市民推廣公眾健康與環境衛生的教育，以及食物安全的知識。

流動中心於今年十月底剛完成提昇工程，車內現添置了五部輕觸式電腦，展示更豐富的多媒體資訊和互動遊戲。每次展覽活動可提供一個至五個主題，為「個人及家居衛生」、「食物安全五要點」、「營養標籤多面睇」、「防治蚊鼠」及「辦理身後事項」。職員會利用其中兩部32吋電腦屏幕，介紹相關主題的資訊內容，參觀者亦可自由瀏覽或進行互動電腦遊戲。透過先進的多媒體電腦設備和富教育意義的電影、資訊展板及資料單張，並通過問答環節、示範和遊戲等活動，讓參加者以多樣化方式獲取環境及食物衛生的資訊。



流動中心現已重投服務，歡迎學校、屋邨管理公司及各界社團預訂，費用全免。申請表格可在本署網頁 http://www.fehd.gov.hk/tc_chi/forms/mobile_edu_centre.html 下載。市民如欲得知流動中心近期出動時間及地點，請登入網頁 http://www.fehd.gov.hk/tc_chi/research_education/publicity_vehicle/index.html 瀏覽。



細菌性食物中毒

根據衛生防護中心由2000年至2009年所做的「食物中毒病原體」統計數字，在眾多的食物中毒事件中，細菌是最主要的元兇，約佔八成，其中約98%是由沙門氏菌、副溶血性孤菌及金黃葡萄球菌引起。以下本文將會詳細介紹上述三種細菌的特性、其中毒症狀、容易受污染的食物和傳播途徑。

沙門氏菌

- 通常存在於人類和動物（特別是家禽類及豬隻）的腸臟中
- 其中約有2,000種菌型可引致食物中毒



沙門氏菌食物中毒

潛伏期

- 約6至72小時，通常是12至36小時

病徵

- 噁心、發燒、肚痛、腹瀉及有時會有嘔吐
- 老年人及幼兒的病徵會較嚴重

容易受污染的食物

- 肉類、家禽肉類、蛋及其製成品
- 如燒牛肉、白切雞、肉餡餅、布甸等

傳播途徑

- 生吃或進食未經煮熟源自動物的食物，或受沙門氏菌污染的食物

副溶血性孤菌

- 是一種嗜鹽孤菌，普遍存在於海洋環境及海產食物內
- 在75°C或以上烹煮至少30秒可被殺死



副溶血性孤菌食物中毒

潛伏期

- 4至30小時，一般是12至24小時

病徵

- 腹痛、肚瀉及嘔吐，有時會出現輕微發燒

容易受污染的食物

- 主要是海產，如海魚、蝦、蟹、八爪魚、海蜇和蠔等
- 被交叉污染的熟食，如燒味和滷味

傳播途徑

- 生吃或進食未經煮熟的海產或未有徹底翻熱的熟食

金黃葡萄球菌

- 大量存在於發炎的傷口、膿疱及痊瘡上
- 可經一般烹煮方法消滅
- 但所產生的腸毒素較為耐熱，並引致中毒



金黃葡萄球菌食物中毒

潛伏期

- 2至6小時

病徵

- 急性嘔吐、腹瀉及肚痛，偶有出現虛脫的徵狀

容易受污染的食物

- 經人手處理，隨後無需再烹煮或翻熱的食物
- 如三文治、沙律、蛋糕、蛋、奶及火腿等

傳播途徑

- 進食受污染及不適當地處理的食物，金黃葡萄球菌在食物上迅速繁殖並產生毒素

預防錦囊

避免進食而引致細菌性食物中毒，我們應該在日常生活中注意個人、食物及環境衛生。

個人衛生



處理食物前用梘液洗手20秒



刀傷及含膿傷口須貼上防水膠布



切勿對着食物咳嗽或打噴嚏



避免用手直接接觸已烹調好的食物

食物衛生



食物要徹底煮熟才可食用



雪櫃內，熟的食物要放在上層，生的則在下層，避免交叉污染



用兩套不同刀具、砧板和用具分開處理生和熟的食物



不要將食物放置在室溫中超過兩小時

環境衛生



保持廚房環境清潔及整齊



適當清洗、消毒及貯存食具及其他設備



垃圾桶要蓋好，並至少每天清倒一次



杜絕老鼠、蟑螂滋生及禁止貓狗進入廚房

「食物中毒」專題展覽於2010年11月至2011年2月在本中心一樓專題展覽廳展出。歡迎公眾人士免費參觀。



「防治鼠患攤位遊戲及展覽」及「遊樂日2010」

本中心於八月一連五個星期日舉辦了「防治鼠患攤位遊戲及展覽」活動，有超過四千多名市民前來參與，並即場獲贈豐富紀念品。與此同時，中心一年一度以攤位遊戲形式向公眾人士推廣食物安全及環境衛生訊息的暑期活動「遊樂日」，亦於八月二十二日(星期日)舉行，並配合以「防鼠工作做得好 鼠患問題自然冇」為主題。活動內容富娛樂性兼具教育意義，甚受小童歡迎，吸引了大批市民攜同子女一起參與，在輕鬆愉快的氣氛下認識到有效的滅鼠和防鼠措施。

