

最新消息

新設施：

超聲波骨質密度儀

本中心一樓展覽廳設置的量度高度、體重、血壓及人體脂肪的器材一向甚受參觀人士歡迎。為提供多元化的體檢設施，中心近日添置了一部超聲波骨質密度儀供訪客免費使用，並安排工作人員協助現場人士進行檢測，有關程序輕鬆簡易，檢測後可即時得知結果。

另外，中心亦在體檢設施附近增設營養標籤資訊欄，提醒大眾選購食物時要留意營養資料，因應身體狀況明智地挑選食物。

中心希望大家多注意身體狀況，並適當地改善飲食及生活習慣，保持身體健康。

專題介紹

清除積水 杜絕蚊患

踏入雨季，蚊子的滋生便開始進入高峰期，市民如果在這時候不加留神防範蚊蟲滋生，便容易受蚊患滋擾。蚊子叮咬人後，患處會感到紅腫痕癢，更可能感染瘧疾、日本腦炎及登革熱等疾病。最有效的防治蚊患方法是保持環境衛生清潔，清除積水。今期中心通訊會為大家介紹有效的防治蚊患方法，希望大家在雨季來臨前作好準備。

蚊子的生長過程分為四個階段（即卵、幼蟲/孑孓、蛹及成蟲），而首三個階段都在水中生長，到成蚊才離開水面，整個過程約需七天完成，因此，清除積水，是杜絕蟲蚊患的最佳方法。

防蚊守則

- 花瓶和水養植物須每星期至少換水一次，並切勿讓花盆底的盆碟積水
- 定期檢查冷氣機底盤以確保沒有積水
- 妥善棄置可貯水的廢物（如空飯盒及汽水罐）
- 避免將雜物堆放於天台、露台和天井，並將盛水容器蓋好

- 將地台凹陷的地方全部填平，以防積水
- 保持溝渠暢通
- 在窗戶安裝防蚊網
- 保持溝渠暢通
- 魚缸內飼養捕食子孓的魚
- 避免在黎明或黃昏時進入叢林
- 郊遊時要穿著淺色長袖衫及長褲
- 避免在接近叢林的地方或樹蔭下休息
- 郊遊時應在外露的皮膚和衣服噴塗驅蚊劑
- 進行戶外活動時不要塗抹帶氣味的化妝品或護膚露

防蚊知識考考你

1. 以下哪一項不是蚊子的滋生地？
 - a. 車胎
 - b. 冷氣機底盤
 - c. 腐肉
 - d. 山溪

2. 要預防蚊患，應多久清除積水一次？
 - a. 1 小時
 - b. 1 天
 - c. 7 天
 - d. 1 個月

3. 要預防被蚊子叮咬，郊遊時應：
 - a. 在接近叢林的地方或樹蔭下休息
 - b. 穿著淺色長袖衫及長褲
 - c. 塗帶氣味的化妝品或護膚露
 - d. 帶備食物

4. 以下哪一種疾病不是由蚊子傳播？
 - a. 瘧疾
 - b. 肺炎

- c. 日本腦炎
- d. 登革熱

答案: 1.c 2.c 3.b 4.b

活動預告

2014 年 4 月至 7 月份週末講座

逢星期六及日下午 3 時 30 至 4 時 15 分在中心地下演講室舉行

查詢：2377 9275

6/4	星期日	預防禽流感
12/4	星期六	認識日本腦炎
13/4	星期日	生化性及化學性食物中毒
20/4	星期日	防鼠秘笈 (家居篇)
26/4	星期六	營養標籤與長者
27/4	星期日	安全食用壽司魚生
3/5	星期六	預防手足口病
4/5	星期日	認識登革熱
10/5	星期六	細菌性食物中毒
11/5	星期日	防鼠秘笈 (商場篇)
17/5	星期六	營養標籤與兒童及青少年
18/5	星期日	於海上及紀念花園撒放骨灰
24/5	星期六	安全食用沙律
25/5	星期日	食物安全五要點
31/5	星期六	預防手足口病
1/6	星期日	預防流感
7/6	星期六	蚊患調查
8/6	星期日	病毒性食物中毒
14/6	星期六	如何使用捕鼠器及處理鼠屍
15/6	星期日	營養標籤與維持適當體重
21/6	星期六	棺木概覽及網上追思
22/6	星期日	安全食用壽司魚生
28/6	星期六	認識反式脂肪

29/6	星期日	預防流感
5/7	星期六	預防禽流感
6/7	星期日	認識日本腦炎
12/7	星期六	生化性及化學性食物中毒
13/7	星期日	營養標籤與長者
19/7	星期六	防鼠秘笈 (家居篇)
20/7	星期日	安排喪禮及火葬事宜
26/7	星期六	安全食用沙律
27/7	星期日	大廈常見的環境衛生問題

特別通告

「綠色殯葬」海報設計比賽參賽作品展

為宣傳推廣環保及可持續發展的紀念花園及海上撒灰服務，以及方便市民隨時隨地透過互聯網悼念摯愛逝者的「無盡思念」網上追思服務，中心由去年 10 月至今年 1 月為全港高中學生舉辦「綠色殯葬」海報設計比賽。比賽反應熱烈，不少參加者以創新意念配上吸引的構圖和顏色，帶出綠色殯葬的訊息。中心已選出冠、亞、季軍及兩名優異獎作品，並將於 4 月安排頒獎予獲獎的學生。另外，為表揚參賽者的優秀表現，中心將於 4 月份在一樓展覽廳舉行「綠色殯葬」海報設計比賽參賽作品展，歡迎各界人士蒞臨參觀支持。

義工園地

服務性質：協助本中心推廣食物安全和環境衛生的訊息及舉辦活動

申請資格：年滿十四歲或以上的香港居民(如申請者年齡少於十八歲，必須有家長或監護人同意。)

備註：1. 一年內服務超過二十小時者，可獲得本中心義務工作證書。

2. 本活動可作香港青年獎勵計劃的金、銀、銅章級服務之考核。

如有興趣成為本中心義工，歡迎登入食環署網址下載申請表格。

www.fehd.gov.hk/tc_chi/forms/volunteer_scheme.html