



衛生教育展覽及資料中心通訊

2014年7月
第十三期

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時至下午9時 / 星期一、四及公眾假期休息

最新消息

全新展覽區：食物環境衛生署簡介

本中心地下展覽廳的「食物環境衛生署簡介」展覽區最近完成翻新工程。全新的展覽區配備大型電視屏幕及兩部觸控式電腦，供參觀人士欣賞宣傳短片或瀏覽有關食環署服務的資訊。中心透過新設備以更互動和有趣的形式，向參觀者介紹本署的各項服務，並希望市民與本署合力提升食物安全及公眾衛生水平。



2014‘食物安全、環境衛生與你’活動日

本中心將於八月十七日(星期日)下午一時至六時舉辦以‘食物安全、環境衛生與你’為主題的大型活動日。中心希望透過是次活動，讓市民更加認識食物安全及環境衛生的重要性。

活動當天將設有六個有關食物安全及環境衛生的攤位遊戲，歡迎市民一家大小齊齊參加。攤位遊戲的參加者可獲贈精美紀念品。



專題介紹

預防禽流感：食用安全小貼士

認識禽流感

流感病毒有不同類型。禽流感是由主要影響鳥類和家禽(如雞或鴨)的流感病毒例如H5N1, H9N2和H7N9引致。由於人類感染這種病毒的情況並不常見，因此人體對該病毒的免疫力極低，甚至沒有免疫力。一旦禽流感病毒能輕易地在人與人之間傳播，便會出現流感大流行。

人類感染禽流感的病徵包括眼部感染(結膜炎)、流感樣病徵(例如發燒、咳嗽、喉嚨痛、肌肉痛)或嚴重的呼吸道感染(例如肺炎)。較嚴重的類型(如感染H5N1或H7N9病毒)可引致呼吸衰竭、多種器官衰竭，甚至死亡。

人類主要透過近距離接觸染病的禽鳥(活鳥或死鳥)或其糞便而感染禽流感病毒。禽流感病毒在人類之間的傳播能力十分低。近年部分亞洲國家報告禽鳥爆發禽流感疫情，並出現一些人類感染個案。



食物安全與公眾健康

世界衛生組織指出，肉類(包括家禽和野禽)經適當處理和烹煮後可安全食用。因此，大家處理活家禽、家禽製品和禽蛋後，切記用肥皂或清潔液徹底洗淨雙手，並且清洗乾淨所有用過的工作枱面、器皿和用具。



食用安全小貼士

未經烹煮的禽鳥和禽鳥蛋可能被沙門氏菌或禽流感病毒等細菌或病毒污染。為避免因進食這類食物而受到感染，要訣是徹底煮熟食物，殺死食物中的細菌和病毒。因此，只要徹底煮熟禽鳥和禽鳥蛋，便可大大減低因進食而感染禽流感的風險。

要預防感染禽流感，須經常保持個人、食物及環境衛生。市民應謹記以下小貼士：

選購

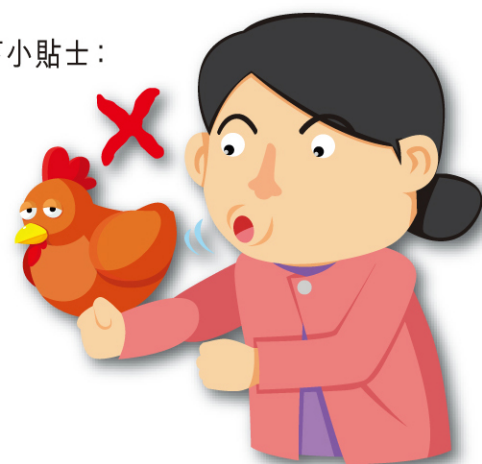
- 選購活雞時，不要接觸雞隻或牠們的糞便，或用口吹雞隻的尾部。

處理

- 處理活禽鳥、禽類製品或蛋後，要用肥皂或清潔液徹底洗淨雙手。
- 徹底清洗所有曾經用作處理禽類製品或蛋的工作枱面、器皿及設備。
- 用不同的刀和砧板，分開處理生的食物和即食食物。
- 未經烹煮的禽肉須存放於有蓋的容器內，才放在雪櫃下格貯存。即食食物及熟食則應放在雪櫃上格，以免交叉污染。
- 洗淨沾有禽鳥糞便或污漬的蛋(如有需要，可用家居洗滌劑輔助清洗)。清洗後，應立刻把雞蛋烹煮。
- 避免進食有裂痕的蛋，因它們較易受污染。

進食

- 避免用生或未徹底煮熟的蛋配製一些不會再經烹煮的食物。
- 避免進食生蛋，或把熟食蘸上生蛋混合的醬料。蛋要徹底煮熟，直至蛋黃及蛋白都變得堅實。
- 禽鳥必須徹底煮熟才可食用，禽肉中心溫度須達至攝氏70度，然後持續烹煮最少兩分鐘。
- 如禽鳥在烹煮後仍有粉紅色肉汁流出或骨的中心部分呈紅色，應再烹煮直至熟透。



活動預告

2014年7月至10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

5/7 星期六	預防禽流感	6/9 星期六	預防流感
6/7 星期日	認識日本腦炎	7/9 星期日	蚊患調查
12/7 星期六	生化性及化學性食物中毒	13/9 星期六	病毒性食物中毒
13/7 星期日	營養標籤與長者	14/9 星期日	如何使用捕鼠器及處理鼠屍
19/7 星期六	防鼠秘笈(家居篇)	20/9 星期六	營養標籤與維持適當體重
20/7 星期日	安排喪禮及火葬事宜	21/9 星期日	棺木概覽及網上追思
26/7 星期六	安全食用沙律	27/9 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	28/9 星期日	認識反式脂肪
2/8 星期六	預防手足口病	4/10 星期六	預防禽流感
3/8 星期日	認識登革熱	5/10 星期日	認識日本腦炎
9/8 星期六	於海上及紀念花園撒放骨灰	11/10 星期六	生化性及化學性食物中毒
10/8 星期日	營養標籤與兒童及青少年	12/10 星期日	防鼠秘笈(家居篇)
16/8 星期六	安全食用壽司魚生	18/10 星期六	營養標籤與長者
17/8 星期日	防鼠秘笈(商場篇)	19/10 星期日	安排喪禮及火葬事宜
23/8 星期六	食物安全五要點	25/10 星期六	安全食用壽司魚生
24/8 星期日	於海上及紀念花園撒放骨灰	26/10 星期日	大廈常見的環境衛生問題
30/8 星期六	認識登革熱		
31/8 星期日	細菌性食物中毒		

義工園地

城門郊野公園 — 菠蘿壩自然教育徑導賞團

為答謝義工團隊過去一年對中心作出的貢獻，中心於四月十二日舉辦了「義工之旅」，義工團隊當日中午由中心出發前往位於城門郊野公園的菠蘿壩自然教育徑。在公園導賞員的帶領下遊覽教育徑，沿途欣賞大自然秀麗風光及認識各類有趣的植物，令人心曠神怡，有益身心。相信義工們在活動中增進彼此間的友誼，加強團隊精神！



義工招募

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。

義工招募

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