



衛生教育展覽及資料中心通訊

2023年3月
第三十八期

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

全新面貌 的 衛生教育展覽及資料中心



本中心最近翻新了地下展覽廳的迷你影院，並增設了電子相架、虛擬實境和擴增實境元素的互動遊戲及優秀作品展覽區。

到訪本中心，市民可以透過虛擬實境互動遊戲和清潔大使「阿德」接觸，這個全港獨有的動態立體「清潔龍阿德」會做出盞鬼可愛的動作與大家見面。

中心增設擴增實境元素的互動遊戲及電子相架，展示本署提供的服務、各類設施及潔淨相關車輛、垃圾桶等相片，以生動有趣的方式加深市民對本署服務的認識。



市民更可以欣賞本港中、小學生宣揚保持環境衛生相關訊息的優秀作品。



中心希望舒適的環境及增設的新展品，為市民帶來嶄新的體驗。我們熱切期待大家到訪參觀！

「好印德」



「好印德」又有新角色啦！相信大家對本中心舉行的「好印德」活動已經非常熟悉，我們好榮幸邀請到一直默默為市民服務的「垃圾收集車」和「洗街車」，他們在百忙中參與「好印德」活動。由3月開始、大家可以在中心尋找他們的足跡！完成活動可以獲得迷你印章乙個。禮品數量有限，送完即止。

「阿德」工作室

本中心一樓部份正進行翻新，清潔大使「阿德」將會在他的工作室與大家見面。大家記住留意中心的最新資訊！



專題介紹

珍惜食物



減少浪費

近年國際間認為要實現減少碳排放從而促進邁向碳中和，我們必須要有可持續的糧食系統。正確處理食物，延長食物的保質期，避免變壞，便可以減少廚餘，實現碳中和，同時亦確保食物安全。

相反，棄置廚餘於堆填區，不但佔用了寶貴的土地資源，還會釋出強力溫室氣體甲烷，導致全球暖化和氣候變化。

4個產生廚餘的常見原因

- 過量生產
- 混淆不清的食物標籤
- 貯存不當
- 過量購買



認識食物標籤「此日期或之前食用」與「此日期前最佳」的分別

- 一般預先包裝食物，例如乾製及罐頭食品，都會標示「此日期前最佳」日期，過了這個日期的食物，品質會下降，味道及質感也可能變得較差，但仍可安全食用。
- 容易變壞的預先包裝食物，例如肉類製品或即食沙律，都會標示「此日期或之前食用」日期，過了這個日期的食物，便不能食用。



正確貯存和處理食物

- 查閱包裝上的指示，妥善貯存食物在適合的溫度。
- 冷凍食品應貯存於攝氏4度或以下，冷藏食品則應貯存於攝氏零下18度或以下。
- 食物解凍後，應即日處理及烹煮至滾燙才食用。
- 應在兩小時內把烹製好的食物放進雪櫃，以免食物變壞。
- 把剩餘的食物放入清潔密封容器內，並存放進雪櫃。
- 進食剩餘的食物前，應徹底翻熱至中心溫度達到攝氏75度或以上才食用。



減少廚餘

- 預先計劃飲食。每次購物前，列出購物清單，檢查家中已有食物，以免重複和購買過量食物。
- 採用「先入先出」的原則，先食用容易變壞的新鮮食物及較早過期的食物。

日期	3月	主題
4/3	(星期六)	認識反式脂肪
5/3	(星期日)	預防季節性流行性感冒
11/3	(星期六)	棺木概覽及善用龕位
12/3	(星期日)	營養標籤與維持適當體重
18/3	(星期六)	如何使用捕鼠器及處理鼠屍
19/3	(星期日)	蚊患調查
25/3	(星期六)	旅遊人士的食物安全
26/3	(星期日)	病毒性食物中毒

日期	4月	主題
1/4	(星期六)	生命教育(身後事安排)
2/4	(星期日)	安全享用自助餐
9/4	(星期日)	經常潔潔手 病菌自然走
15/4	(星期六)	認識日本腦炎
16/4	(星期日)	大廈常見的環境衛生問題
22/4	(星期六)	營養標籤與長者
23/4	(星期日)	生化性及化學性食物中毒
29/4	(星期六)	出招防鼠患 你我一定「德」
30/4	(星期日)	預防禽流感

日期	5月	主題
6/5	(星期六)	經常潔潔手 病菌自然走
7/5	(星期日)	營養標籤與兒童及青少年
13/5	(星期六)	認識登革熱
14/5	(星期日)	安全享用自助餐
20/5	(星期六)	細菌性食物中毒
21/5	(星期日)	防鼠秘笈(商場篇)
27/5	(星期六)	綠色殯葬及中央登記名冊
28/5	(星期日)	食物安全五要點

日期	6月	主題
3/6	(星期六)	預防季節性流行性感冒
4/6	(星期日)	棺木概覽及善用龕位
10/6	(星期六)	蚊患調查
11/6	(星期日)	認識反式脂肪
17/6	(星期六)	病毒性食物中毒
18/6	(星期日)	旅遊人士的食物安全
24/6	(星期六)	營養標籤與維持適當體重
25/6	(星期日)	如何使用捕鼠器及處理鼠屍

關於衛生講座的最新安排，請瀏覽本中心網頁

(www.fehd.gov.hk/tc_chi/research_education/heerc/index.html) 的公布或致電 2377 9275 查詢。

義工園地

學習衛生知識 自身受惠
發揮服務精神 裨益社會

義工招募

服務性質：協助本中心舉辦的活動及推廣食物安全和環境衛生的訊息。

申請資格：年滿14歲或以上的香港居民(如申請者年齡少於18歲，必須得到家長或監護人同意)

備註：

1. 一年內服務超過20小時者，可獲得本中心發出的義務工作證書。
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。



歡迎你們登入食環署網址，下載申請表格，成為本中心的義工，服務市民。

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