



九龍尖沙咀九龍公園S4座(彌敦道及海防道交界)
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

查詢電話：2377 9275 網址：www.fehd.gov.hk

日期	3月	主題
1/3	(星期六)	預防季節性流行性感冒
2/3	(星期日)	認識日本腦炎
8/3	(星期六)	認識木蝨 唔使慌蝨蝨
9/3	(星期日)	病毒性食物中毒
15/3	(星期六)	如何使用捕鼠器及處理鼠屍
16/3	(星期日)	棺木概覽及善用龕位
22/3	(星期六)	營養標籤與維持適當體重
23/3	(星期日)	常見的大廈環境衛生問題
29/3	(星期六)	旅遊人士的食物安全
30/3	(星期日)	經常潔手 病菌自然走

日期	5月	主題
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)	安全享用自助餐
11/5	(星期日)	減少廚餘 同時確保食物安全
17/5	(星期六)	營養標籤與兒童及青少年
18/5	(星期日)	出招防鼠患 你我一定「德」
24/5	(星期六)	細菌性食物中毒
25/5	(星期日)	綠色殯葬中央登記名冊

日期	4月	主題
5/4	(星期六)	辦理身後事須知
6/4	(星期日)	殲滅家居「小強」攻略
12/4	(星期六)	預防禽流感
13/4	(星期日)	營養標籤與長者
20/4	(星期日)	出招防鼠患 你我一定「德」
26/4	(星期六)	吸血蠓的防治
27/4	(星期日)	食源性疾病與高風險食物

日期	6月	主題
1/6	(星期日)	認識木蝨 唔使慌蝨蝨
7/6	(星期六)	預防季節性流行性感冒
8/6	(星期日)	營養標籤與維持適當體重
14/6	(星期六)	認識日本腦炎
15/6	(星期日)	安全享用自助餐
21/6	(星期六)	常見的大廈環境衛生問題
22/6	(星期日)	食源性疾病與高風險食物
28/6	(星期六)	棺木概覽及善用龕位
29/6	(星期日)	如何使用捕鼠器及處理鼠屍

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。
關於衛生講座及展覽的最新安排，請瀏覽本中心網頁或致電 2377 9275 查詢。



◀ 了解更多

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，可獲得本中心發出義務工作證書。
2. 本活動可作香港青年獎勵計劃的金、銀及銅章級服務之考核。



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

最新消息

今期為大家隆重介紹一樓

全新面貌的新展區「環境衛生」。新展區主要推廣與大家息息相關的衛生環境資訊，例如廢物棄置的正確方法、如何處理冷氣機滴水問題及防治蚊蟲滋生等。展區內配置具備感應功能的巨型屏幕，透過互動小遊戲，讓參觀者扮演本署衛生督察，在「衛生教育里」捕捉影響環境衛生的行為或物件，從而加深對環境衛生的知識及了解不同衛生問題的處理方法。



特別展覽

由即日起至3月31日，中心將會播放公務員事務局與香港電台聯手製作的電視節目「公務員好故事」系列。節目共分為兩部份，第一部份「義工善行」向大家分享獲公務員事務局局長嘉許的部門義工團隊及個人義工的故事及關愛助人的感受，並展現公務員團隊心繫社會，以民為本的精神。第二部份「同心為民」將介紹十位獲公務員事務局局長嘉許的公務員，了解他們專業及多元化的工作。中心希望藉此機會向大家展示公務員的工作成就和矢志服務社會的熱忱。



專題介紹

過了期的食物 還能吃嗎? 食物剛過期不用怕?

看看標籤上「此日期前最佳」或「此日期或之前食用」日期幫到你。食品上的標示日期可使人清楚知道該食品可以保存多久，才開始變質或不能再供食用。「此日期或之前食用」日期關乎食物安全，而「此日期前最佳」日期關乎食物品質而非安全。

此日期或之前食用 (Use by)

食品上的「此日期或之前食用」日期關乎食物安全。食品在到期日當天仍可供食用，但過期後便不能吃了。「此日期或之前食用」日期常見於很快變壞的食品，例如肉類製品或即食沙律。

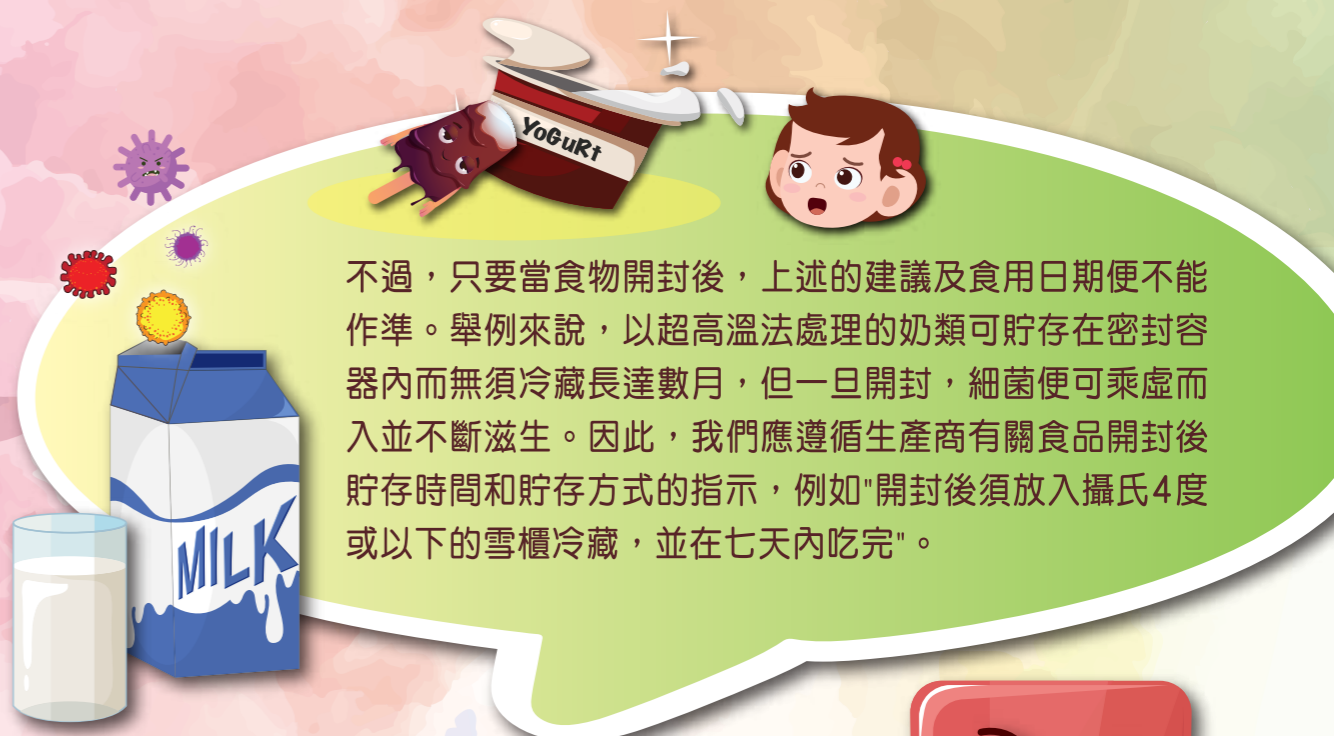
此日期或之前食用
Use by
31-03-25
日/月/年



此日期前最佳
Best before
31-12-25
日/月/年

此日期前最佳 (Best before)

「此日期前最佳」日期關乎食物品質而非安全。食品在過期後仍可供安全食用，但品質可能並非最佳，味道及質感也可能不如前。「此日期前最佳」日期廣泛用於各種食品，包括冷藏、乾製及罐頭食品。不過，消費者應避免進食已變壞的食物。



不過，只要當食物開封後，上述的建議及食用日期便不能作準。舉例來說，以超高溫法處理的奶類可貯存在密封容器內而無須冷藏長達數月，但一旦開封，細菌便可乘虛而入並不斷滋生。因此，我們應遵循生產商有關食品開封後貯存時間和貯存方式的指示，例如「開封後須放入攝氏4度或以下的雪櫃冷藏，並在七天內吃完」。



給市民的建議

- 購買及進食食物時應留意「此日期前最佳」或「此日期或之前食用」日期。
- 不應購買及進食已過了「此日期或之前食用」日期的食物；而過了「此日期前最佳」日期的食物則應留意其品質。
- 切勿購買或進食包裝有損的食物，因為即使未過標籤上的食用日期，但如包裝破損，食物亦可能已受污染或變壞。

