


食品安全－大家一起來



資料來源：宜蘭縣政府衛生局食藥科莊淑姿科長

衛生單位稽查重點，即為預防食中關鍵

想一想，每個管理要預防什麼？



- 驗收紀錄及標準
- 不合格品處理
- 可追溯來源資料

採購及驗收



倉儲管理

- 先進先出
- 離牆離地
- 溫溼度管制



前處理

- 海鮮、肉品、蔬果分開清洗，防止交叉污染



- 菜餚應維持適當溫度且覆蓋。
- 運輸菜餚時，車輛應保持清潔並做好溫度管控。

配膳供餐

烹調料理

- 作業場所保持清潔，不得有病媒出沒。
- 人員管理：工作中應穿戴工作衣帽及手套，並每年執行供膳人員體檢。
- 防止交叉污染：砧板刀具應分生熟食、待烹煮食材應離地放置。



資料來源：宜蘭縣政府衛生局及衛生局衛生科

洗淨

- 食材調理前應徹底清洗乾淨。
- 表皮較粗糙的水果易藏污納垢，應徹底刷洗乾淨後再行分切。

加熱

- 食品中心溫度應超過70°C。
- 烹煮蛤蜊或牡蠣等貝類時，當殼張開後，應再加熱一段時間。

預防食品中毒小撇步

NO

- 切勿因追求口感而忽略生食的風險。
- 飲水要先煮沸再飲用。

不生食

預防食品中毒五要二不

洗

要洗手

鮮

要新鮮

分

要生熟食分開

熱

要徹底加熱

存

要注意保存溫度

不

不飲用山泉水

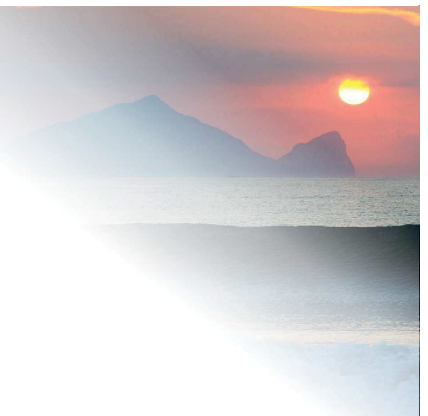
不

不食用不明動植物

應盡量避免生食!

烹煮蛤蜊或牡蠣等貝類，當殼張開時，記得延長加熱後再食用喔!





資料來源：宜蘭縣政府衛生局食藥科莊淑姿科長

新思維：除了5要還有2不

《五要》洗鮮分熱存 要落實



《二不》山泉與動植 不採食



青蛙

- 表皮濕潤
- 趾間有蹼



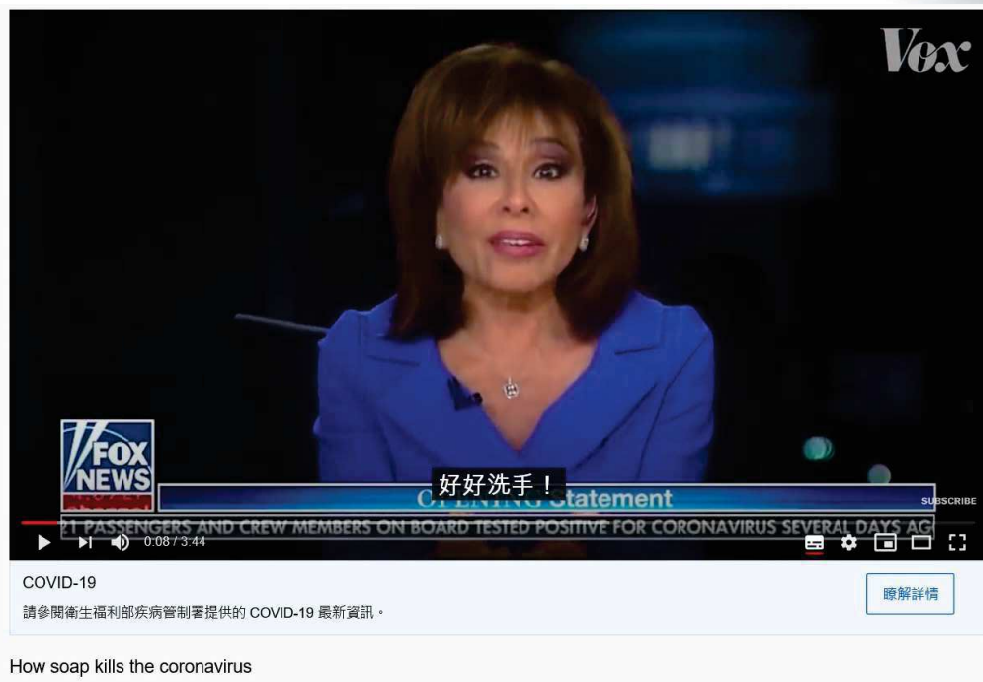
蟾蜍

- 表皮乾而粗糙、長滿疣凸
- 趾間無蹼
- 耳後有毒腺
- 毒素從毒腺及疣凸分泌出



資料來源：宜蘭縣政府衛生局食藥科莊淑姿科長

不是新思維但要說三次的觀念 洗手很重要！很重要！很重要



資料來源：<https://www.youtube.com/watch?v=dLKVLachyE>

資料來源：宜蘭縣政府衛生局食藥科莊淑姿科長

正確勤洗手

保護你我他

濕洗手40~60秒

先用水沾濕雙手後，使用肥皂或洗手乳，
再進行洗手七步驟：



1. 搓手心



2. 搓手背



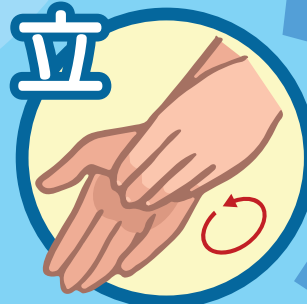
3. 搓指縫



4. 搓指背



5. 搓大拇指和虎口



6. 搓指尖



7. 沖乾淨並擦乾

記得擦手紙要丟到垃圾桶喔！



食品檢體留樣

冷藏0 ~ 7°C，保存48小時，一人份留樣總重量300公克(檢驗200公克+複驗100公克備份)。

建議：留樣的裝盛由學校裝盛飯(主食)、菜、湯。



照片來源：國立頭城家商賴美純營養師