

食藥署提醒民眾，粽子應該充分加熱後趁新鮮食用，避免置於室溫儲存。若需儲存超過1天以上，則建議以冷凍保存。購買粽子與包粽材料時，謹記挑選原則，才能吃到安心的好粽！此外，粽子熱量與油脂含量較高需注意攝取量，而內餡有蘿蔔乾、筍干、鹹蛋等高鈉食材的粽子則建議減少沾醬，也可參考營養標示選擇含鈉量較低的粽子，粽子建議適量食用，並且搭配蔬菜一起食用，才是健康的過節方式！

最後食藥署呼籲，疫情警戒第三級期間應避免不必要外出，把人員流動降到最低，民眾如需外出切記必須全程佩戴口罩，為避免防疫破口，請一定要正確佩戴口罩，「開、戴、壓、密」四步驟不可少，勤用肥皂洗手，如身體不適出現疑似症狀請先撥打防疫專線1922、聽從防疫人員指示就醫。

2 建構完整食安供應鏈 自主管理「一級」棒！

過去幾年食安事件時有耳聞，作為食品衛生安全最高主管機關，衛生福利部(下稱衛福部)一直將民眾的飲食衛生安全列為優先考量。

為提升國內食品業者自主管理職能，衛福部自103年起，分年、分階段公告符合規模之食品業者，導入實施第一

級品管制度，包括訂定食品安全監測計畫及辦理強制檢驗等，迄今累計已納管33類食品業者，逐步建構完整的食品安全供應鏈。

提升自主管理，鞏固食安基礎

食品安全監測計畫與辦理強制檢驗，是屬於三級品管中的「第一級品管」制度，在符合法規前提下，透過危害分析、風險管控等概念，就各產業的特性於產品來源、輸入、製造、加工、調配、儲藏、銷售等各項重要管制環節，研訂管制程序或文件，並在各環節建立矯正措施及確效方法。此外，也藉由強制檢驗的規定，要求業者須定期執行檢驗，並依照檢驗結果呈現的科學數據，作為檢視業者自身品保制度執行的結果，或是再確認方法之一。

衛福部將宏觀佈局，持續推動並精進食品製造業者自主管理量能，促使食品製造業者落實且完善第一級品管制度，提升自主管理強度與國際競爭力，鞏固食安管理基石。相關法規資訊，民眾可至食藥署網站(<http://www.fda.gov.tw/TC/siteList.aspx?sid=10842>)查詢，裡面有更詳細且豐富的資訊，歡迎上網查詢利用。

更多相關法規資訊
歡迎民眾掃碼觀看

