



## ชุมทางสาร Tungsong Municipality

เอกสารประชาสัมพันธ์ สำนักงานเทศบาลเมืองทุ่งสง ฉบับที่ ๕๑/๖๑

### เทศบาลเมืองทุ่งสงเชิญชวนปฏิบัติหลักวิธีเลือกซื้ออาหารถูกวิธี

#### ซื้ออาหารถูกที่ ล้างอาหารถูกวิธี ปรงอาหารถูกสุขลักษณะ เก็บอาหารถูกต้อง บริโภคอาหารถูกหลัก

ด้วยกองสาธารณสุขและสิ่งแวดล้อม เทศบาลเมืองทุ่งสง ดำเนินการประชาสัมพันธ์ด้านการส่งเสริมอาหารปลอดภัยตามสุขาภิบาลอาหารและน้ำ ในเรื่องการเลือกซื้ออาหาร “๕ ถูก เพื่ออาหารปลอดภัย” รวมทั้งประชาสัมพันธ์เรื่องความสะอาดของตลาดสดเทศบาลเมืองทุ่งสง “ตลาดสะอาด ปลอดภัย ร่วมใจล้างตลาดเป็นประจำ” เพื่อพัฒนาคุณภาพชีวิตของประชาชน และเพื่อให้เป็นไปตามหลักเกณฑ์มาตรฐานสุขาภิบาลสิ่งแวดล้อม โดยมีหลัก และวิธีการเพื่อเผยแพร่ประชาสัมพันธ์ไปยังพี่น้องประชาชนชาวทุ่งสงได้รับทราบ ดังนี้

#### ๕ ถูก เพื่ออาหารปลอดภัย

๑. **ซื้อถูกที่** ควรเลือกซื้ออาหารจากสถานที่ หรือตลาดสดที่มีการรับรองจากหน่วยงานราชการ ร้านอาหาร แผงลอยที่ได้มาตรฐานอาหารสะอาด รสชาติอร่อย สถานที่จำหน่ายอาหารมีความสะอาด ถูกสุขลักษณะ อาหารที่จำหน่ายต้องมีสภาพสด ไม่มีสีหรือกลิ่นที่ผิดไปจากเดิม ส่วนอาหารปรุงสำเร็จต้องบรรจุใส่ถุงพลาสติก สังเกตดูว่ามีฟองก๊าซเกิดขึ้นในถุงหรือไม่ เป็นต้น
๒. **ล้างถูกวิธี** อาหารสดที่ซื้อมาปรงเป็นอาหารนั้น ควรล้างทำความสะอาดด้วยน้ำเปล่า หรือล้างด้วยเกลือเพื่อลดกลิ่นคาว ส่วนผักผลไม้ล้างด้วยน้ำเปล่า ๑ ครั้ง หลังจากนั้นนำมาแช่น้ำเกลือหรือน้ำส้มสายชู
๓. **ปรงถูกสุขลักษณะ** ควรปรงอาหารให้สุกด้วยความร้อนอย่างทั่วถึง ไม่ควรปรงสุกๆดิบๆ เป็นต้น ผู้ปรงควรสวมผ้ากันเปื้อน หมวกคลุมผม ล้างมือทุกครั้งที่ปรงอาหาร ที่สำคัญที่สุดคือต้องใช้อุปกรณ์หยิบจับอาหารหรือสวมถุงมือในการหยิบจับอาหารทุกครั้ง เป็นต้น
๔. **เก็บถูกต้อง** สำหรับอาหารสดจำพวกเนื้อสัตว์ อาหารทะเล เมื่อล้างทำความสะอาดแล้วควรเก็บในตู้เย็น ส่วนอาหารที่ปรงสำเร็จ ต้องใส่ภาชนะที่ปลอดภัย มีการปกปิด วางสูงจากพื้นอย่างน้อย ๖๐ เซนติเมตร และควรนำมาอุ่นด้วยความร้อนอย่างทั่วถึงทุกๆ ๔ ชั่วโมง
๕. **กินถูกหลัก** การรับประทานอาหารที่ถูกสุขลักษณะ คือ ต้องยึดหลัก “กินร้อน ช้อนกลาง ล้างมือ” หลีกเลี่ยงการรับประทานอาหารสุกๆดิบๆ อาหารที่แช่ในตู้เย็นควรนำมาอุ่นด้วยความร้อนอย่างทั่วถึง น้ำดื่ม น้ำแข็ง ควรเลือกบริโภคที่บรรจุในขวดที่ได้มาตรฐาน ล้างมือด้วยน้ำและสบู่ให้สะอาดทุกครั้งก่อนรับประทานอาหาร เป็นต้น

ในการนี้ เทศบาลเมืองทุ่งสง จึงขอประชาสัมพันธ์ไปยังพี่น้องประชาชนชาวทุ่งสง และผู้บริโภคทุกท่าน ได้รับทราบ และปฏิบัติตามหลักในการเลือกซื้ออาหาร “ ๕ ถูกเพื่ออาหารปลอดภัย ” ซึ่งอาหารถูกที่ ล้างอาหารถูกวิธี บรรจุอาหารถูกสุขลักษณะ เก็บอาหารถูกต้อง บริโภคอาหารถูกหลัก และขอเชิญชวนผู้บริโภคชาวทุ่งสง และผู้บริโภค โดยทั่วไป ในการมาเลือกซื้ออาหารสด สะอาด ปลอดภัย และได้มาตรฐานที่ตลาดสดเทศบาลเมืองทุ่งสงที่ผ่านการรับรอง และผ่านการประเมินตลาดสดคุณภาพดี และตลาดสดนำซื้อจากกรมอนามัย มั่นใจในเรื่องของความสะอาด อาหารปลอดภัย การันตีคุณภาพจากเทศบาลเมืองทุ่งสง

งานประชาสัมพันธ์ เทศบาลเมืองทุ่งสง

๑๙ มิถุนายน ๒๕๖๑