食品安全保健、自然生態保育　大家一起來

85/05/25 花蓮區農情資訊 61

由國立宜蘭農工專科學校主辦之「農業新知講座」於 4 月 29、30 日兩天安排了「食品安全保健之認知」及「自然生態保育現況與展望」兩場演講，主講人分別是行政院衛生署食品衛生處張壽昌科長、農業委員會保育科簡明龍科長。他們均於會中呼籲全體國民於日常生活中建立食品安全習慣，合理利用並保育生物資源之共識，以保護自身食用安全，進而保育地球上整個自然生態資源。

食品安全保健有賴政府、業者及消費者三者共同分擔責任，政府須制定周全之法規，業者須詳細標示、教育消費者，而消費者則須養成食品安全習慣。影響國人健康重要因素之一為油脂之食用，理想品質之烹調油脂肪酸組合為：飽和脂肪 25　30％、單元不飽和脂肪 45　55％、多元不飽和脂肪 25％以下，可供消費大眾作為選購食用油之參考。此外，選購食品要注意新鮮、包裝完整、標示清楚及公正機關推薦四大原則，而預防食品中毒則要注意食品清潔、調理過程迅速、食用前後加熱或冷藏等，這些均是國人須具備之安全保建觀念，惟有養成生活習慣才能維護身體健康。

自然生態之保育人人有責，如何保持物種多樣性、維持生態平衡為保育之重點。目前我國有 18 處自然保留區、24 處自然保護區、7 處野生動物保護區及 6 處國家公園，面積共 475,189 公頃，約占台灣陸域面積 12％。雖然有這些保護區保護自然生態，但重要的是國人均有保育之共識，並加以落實於日常生活中，如改變食補、藥用觀念及不當之放生行為，才能永續利用、與自然和諧共存。