

## แนวทางการจำหน่ายอาหารในช่วงเทศกาลตรุษจีน

เทศกาลตรุษจีน ถือเป็นวันสำคัญอีกวันหนึ่งของชาวไทยเชื้อสายจีน เพราะเป็นเทศกาลวันขึ้นปีใหม่ มีการไหว้เจ้า ไหว้บรรพบุรุษ เพื่อความเป็นสิริมงคลให้แก่ชีวิตและคนในครอบครัว จึงมีการยึดถือปฏิบัติกันมาอยู่ ๓ วัน คือ วันจ่าย วันไหว้ และวันเที่ยว ซึ่งประชาชนมักนิยมไปซื้อวัตถุดิบและอาหารจากแหล่งจำหน่ายตามสถานที่ต่าง ๆ เช่น ตลาด สถานที่จำหน่ายอาหาร สถานที่สะสมอาหาร

“ตลาด” หมายถึง สถานที่ซึ่งปกติจัดไว้ให้ผู้ค้าใช้เป็นที่ยุมนุ่มเพื่อจำหน่ายสินค้าประเภทสัตว์ เนื้อสัตว์ ผัก ผลไม้ หรืออาหารอันมีสภาพเป็นของสด ประกอบหรือปรุงแล้วหรือของเสีง่าย ทั้งนี้ ไม่ว่าจะมีการจำหน่ายสินค้าประเภทอื่นด้วยหรือไม่ก็ตาม และหมายความรวมถึงบริเวณซึ่งจัดไว้สำหรับผู้ค้าใช้เป็นที่ยุมนุ่ม เพื่อจำหน่ายสินค้าประเภทดังกล่าวเป็นประจำหรือเป็นครั้งคราวหรือตามวันที่กำหนด

“สถานที่จำหน่ายอาหาร” หมายถึง อาคาร สถานที่ หรือบริเวณใด ๆ ที่มีใช้ที่หรือทางสาธารณะ ที่จัดไว้เพื่อประกอบอาหารหรือปรุงอาหารจนสำเร็จและจำหน่ายอาหารให้ผู้ซื้อสามารถ บริโภคได้ทันที ทั้งนี้ ไม่ว่าจะเป็นการจำหน่ายโดยจัดให้มีบริเวณไว้สำหรับการบริโภค ณ ที่นั้น หรือนำไปบริโภคที่อื่นก็ตาม

“สถานที่สะสมอาหาร” หมายความว่า อาคาร สถานที่ หรือบริเวณใด ๆ ที่มีใช้ที่หรือ ทางสาธารณะ ที่จัดไว้สำหรับเก็บอาหารอันมีสภาพเป็นของสดหรือของแห้งหรืออาหารในรูปลักษณะอื่นใด ซึ่งผู้ซื้อนำไปทำประกอบหรือปรุงเพื่อบริโภคในภายหลัง


ซึ่งผู้ประกอบการด้านอาหารควรตระหนักถึงปัจจัยที่เป็นสาเหตุ ทำให้อาหารไม่สะอาดปลอดภัยต่อผู้บริโภค ซึ่งตามหลักการสุขาภิบาลอาหารนั้น มีปัจจัย ๕ ด้าน ได้แก่

๑. สถานที่ปรุง ประกอบ และจำหน่ายอาหาร
๒. ภาชนะอุปกรณ์
๓. อาหาร
๔. คน (ผู้สัมผัสอาหาร)
๕. สัตว์และแมลงนำโรค

ดังนั้น ผู้ประกอบกิจการด้านอาหารที่จำหน่ายอาหารในช่วงเทศกาลตรุษจีน ควรมีการจัดการด้านสุขลักษณะของสถานประกอบการอาหาร ดังนี้

**๑. สถานที่ปรุง ประกอบ และจำหน่ายอาหาร** ควรจัด ให้สะอาด เป็นระเบียบ สะดวกต่อการทำงาน ไม่นำ วัตถุมีพิษ ซึ่งเป็นอันตราย เช่น สารเคมีกำจัดแมลงและศัตรูพืช เป็นต้น มาเก็บไว้ในบริเวณนี้เด็ดขาด ต้องมีการระบาย อากาศที่ดี โดยมีปล่องระบายควันและกลิ่นจากการประกอบ อาหาร มีบ่อดักไขมัน และท่อระบายน้ำทิ้งที่ถูกต้อง มีห้องส้วม เพียงพอสำหรับการบริการลูกค้า และพนักงาน และทำความสะอาดบริเวณที่จำหน่ายอาหารหรือ รับประทานอาหาร และห้องส้วมอยู่เสมอ

**๒. ภาชนะสำหรับใส่อาหาร** เช่น จาน ชาม ช้อน ส้อม ตะเกียบ ใบตอง เป็นต้น ต้องสะอาด ทำจากวัสดุ ที่ปลอดภัย และเลือกใช้ให้ถูกต้องเหมาะสมกับอาหารแต่ละชนิด เพราะภาชนะอุปกรณ์บางชนิด อาจทำให้เกิด อันตรายต่อสุขภาพได้หากใช้ไม่ถูกต้อง นอกจากนี้การล้างและการเก็บภาชนะอุปกรณ์ที่ถูกต้อง ก็มีส่วนทำให้ อาหาร สะอาด ปลอดภัย ไม่ปนเปื้อนด้วยเชื้อโรค



๓. อาหาร ไม่ว่าจะเป็นอาหารที่จะนำมาปรุง อาหารสด เนื้อสัตว์ ผักสด อาหารแห้งหรือ อาหารกระป๋อง จะต้องเลือกอาหารที่ใหม่ สด สะอาดและปลอดภัย ผลิตจากแหล่งที่เชื่อถือได้ นอกจากนี้วัตถุดิบปรุงแต่ง อาหาร เช่น น้ำปลา น้ำส้ม ซอส ซีอิ๊ว เป็นต้น ต้องเลือกใช้ที่ถูกต้อง มีการรับรองความปลอดภัยจากหน่วยงาน ราชการ เช่น สำนักงานคณะกรรมการอาหารและยา หรือสำนักงานมาตรฐานอุตสาหกรรม เป็นต้น

๔. ผู้ปรุง ผู้เสิร์ฟ ผู้จำหน่ายอาหาร รวมถึงผู้ล้างและเก็บภาชนะอุปกรณ์ ต้องเป็นผู้ที่มีความรู้ ความเข้าใจในการปฏิบัติอย่างถูกต้อง ทั้งในเรื่องสุขวิทยาส่วนบุคคล และสุขนิสัยที่ดี ในการประกอบ ปรุงอาหาร โดยยึดหลักว่า จะต้องทำให้สะอาด ปลอดภัย ปราศจากการปนเปื้อนทุกขั้นตอน ของการประกอบ ปรุง และจำหน่ายอาหาร

๕. สัตว์ และแมลงนำโรค ต้องมีการควบคุมและ ป้องกันโดยการจัดสภาพแวดล้อมของสถานที่ให้สะอาด เป็นระเบียบ เพื่อไม่ให้เป็นที่อยู่อาศัยของสัตว์และ แมลงนำโรค และการใช้สารเคมีกำจัดจะต้องระมัดระวัง เป็นกรณีพิเศษ

กองสุขาภิบาลอาหาร ๒๑ มกราคม ๒๕๖๘



## แนวทางการเลือกซื้ออาหารในช่วงเทศกาลตรุษจีน

ช่วงเทศกาลตรุษจีนคนไทยเชื้อสายจีนมักมีการจับจ่ายซื้อวัตถุดิบและอาหารสำหรับไหว้เจ้าหรือไปบริโภคนานาชาติ ไม่ว่าจะเป็น เป็ด ไก่ ขนมหัดเหียน ขนมหัดเหียง ขนมหัดเหียงฟู ส้ม เป็นต้น ซึ่งหากไม่มีความรู้หรือไม่ระมัดระวังในการเลือกซื้อ อาจจะได้อาหารที่ไม่มีคุณภาพมาตรฐาน และเป็นอันตรายต่อการบริโภคได้ ซึ่งในการเลือกซื้อวัตถุดิบนั้น ผู้บริโภคต้องเลือกจากสถานประกอบการอาหารที่ได้มาตรฐาน หรือมีเครื่องหมายรับรองจากทางราชการ

### ๑. เนื้อสัตว์

๑) เนื้อหมูที่ดีต้องมีสีชมพูอมเทาถึงสีชมพูแดง สีสดใสเป็นมัน มีความชุ่มชื้น มันหมูมีสีขาว ไม่มีลักษณะเหม็นสาหรืหรือไขพยาธิ

- สันคอหมูที่ดีควรมีสีชมพูอมเทาถึงสีชมพูแดง ไม่มีการอักเสบ เช่น ฝี หนอง หรือสารตกค้าง
- หมูสามชั้นที่ไม่มีการใช้สารเร่งเนื้อแดงจะมีชั้นเนื้อแดงน้อยและมีชั้นไขมันมาก สัดส่วนของไขมัน

๖๐% ต่อเนื้อแดง ๔๐%

๒) เนื้อไก่สด มีสีชมพูถึงขาวอมเทา สีสดใสเป็นมัน ชุ่มชื้น เนื้อมีความยืดหยุ่นน่ากิน กัดแล้วไม่ทิ้งรอยบุ๋ม

๓) เนื้อโคที่ดีจะมีสีน้ำตาลแดง สีแดง หรือสีแดงเข้ม มีสีสดใสเป็นมัน มีความยืดหยุ่น

๔) เนื้อปลาสด ผิวจะเป็นมัน เนื้อแน่น มีความยืดหยุ่น เมื่อใช้นิ้วกดจะคืนตัว

\* ซื้อไก่ทั้งตัว เช็กให้ดูว่าตาไก่ต้องไม่ลึกหรือบวมเกินไป รอยเชือดต้องสดอยู่

\*\* หมูหรือไก่ที่สำเร็จ ควรซื้อร้านที่เตรียมอาหารล่วงหน้าวันต่อวันเท่านั้น

### ๒. ผักและผลไม้

๑) เลือกที่มีสีตามธรรมชาติ ไม่มีคราบดินหรือคราบสีขาวของสารเคมีกำจัดศัตรูพืช ไม่มีจุดราดำหรือเชื้อราต่าง ๆ และไม่มีการฉีกรสชาติ


๒) เลือกผักสดที่มีรูเจาะ รอยกัดแทะของหนอนหรือแมลงอยู่บ้าง หรือควรเลือกผักและผลไม้ที่มีตัวหนอนอยู่บ้าง หรือมีแมลงเดินอยู่เล็กน้อย เช่น มด เพลี้ย เป็นต้น เพราะแสดงว่ามีสารพิษกำจัดศัตรูพืชในปริมาณที่ไม่เป็นอันตรายมาก

๓) ถ้าซื้อที่ห้างสรรพสินค้า ต้องมีการแสดงฉลากที่ถูกต้อง

๔) เลือกซื้อผักและผลไม้ตามฤดูกาล เพราะจะได้ของตามธรรมชาติอย่างแท้จริงและปลอดภัย โดยวิธีการล้างผักให้สะอาด มีวิธีปฏิบัติดังนี้

๔.๑) ใช้ผงฟู (Baking Soda) ปริมาณ ๑ ช้อนโต๊ะ ละลายในน้ำอุณหภูมิปกติ ๑ กะละมัง หรือปริมาตร ๒๐ ลิตร แช่ผักและผลไม้ทิ้งไว้ เป็นระยะเวลา ๑๕ นาทีและล้างผักและผลไม้ด้วยน้ำสะอาด ซึ่งวิธีนี้จะช่วยลดปริมาณสารเคมีตกค้างได้ ๘๐ - ๙๕ %

๔.๒) การใช้น้ำไหลผ่าน เด็ดผักออกเป็นใบๆและล้างด้วยน้ำสะอาดไหลผ่านอย่างต่อเนื่อง พร้อมกับใช้มือถูเบา ๆ วิธีนี้จะช่วยลดปริมาณสารเคมีตกค้างได้ ๕๔ - ๖๓ %



๓. ขนมนมงคลต่าง ๆ

- ๑) เลือกขนมที่มีสีไม่ฉูดฉาด
- ๒) บรรจุอยู่ในภาชนะที่สะอาด
- ๓) สังเกตวันผลิตและวันหมดอายุของอาหารก่อนซื้อ

ที่มา : [https://www.tcc.or.th/tcc\\_media/chinesenewyear-๒๐๒๔/](https://www.tcc.or.th/tcc_media/chinesenewyear-๒๐๒๔/)

<https://anamai.moph.go.th/th/news-anamai/๔๓๕๕๕>

: คู่มือหลักสูตรการสุขาภิบาลอาหารของกรุงเทพมหานคร สำหรับผู้ประกอบการและผู้สัมผัสอาหาร  
กองสุขาภิบาลอาหาร สำนักอนามัย พิมพ์ครั้งที่ ๑ บริษัท เอช อาร์ พรินซ์ แอนด์ เทรนนิง จำกัด

<https://anamai.moph.go.th/th/news-anamai/๔๓๕๕๕>

กองสุขาภิบาลอาหาร ๒๑ มกราคม ๒๕๖๘

