

故事溜溜球

貓偵探的 食安推理故事~

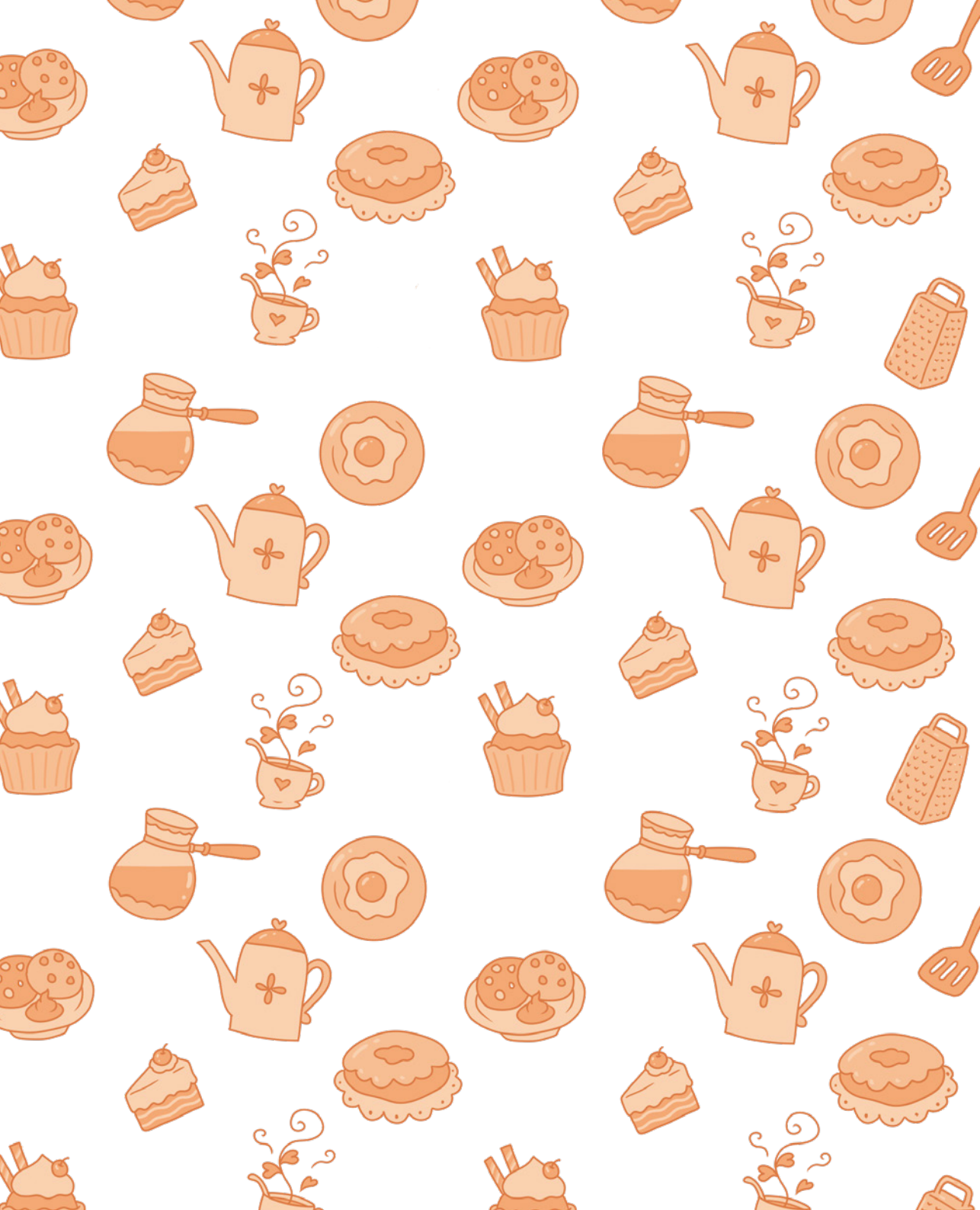
打擊食品中毒好安心

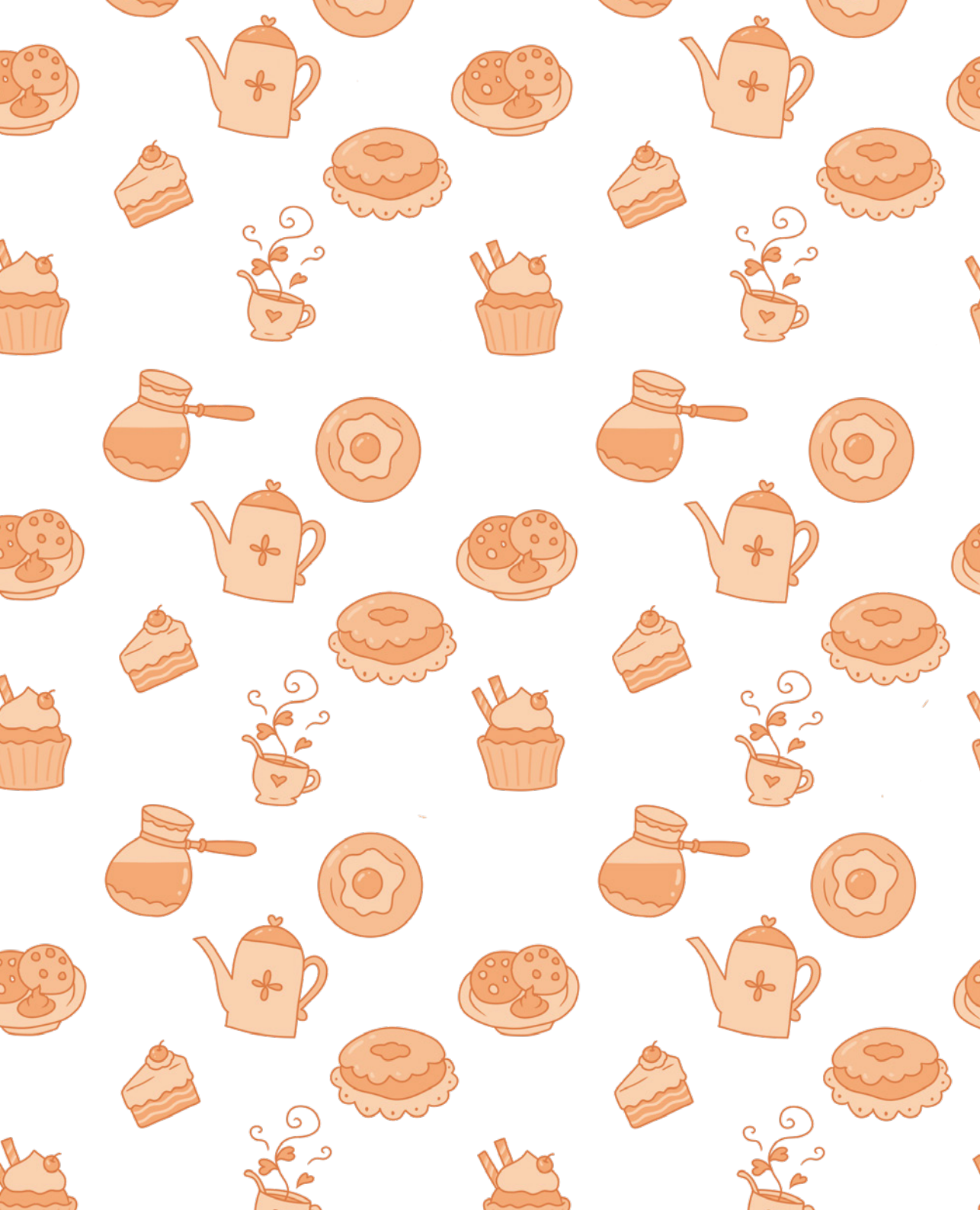
方秋雅 文 BO2 圖



衛生福利部
食品藥物管理署
Taiwan Food and Drug Administration

康軒圖書出版





貓偵探的 食安推理故事~

打擊食品中毒好安心

方秋雅 文 BO2 圖



我們都是食品安全守護者

你曾聽過或經歷過食品中毒嗎？食品安全細節無所不在，從食材的選購到餐桌，每一個環節，都可能影響衛生安全。沒有洗手，就動手做飯，食材沒有洗乾淨或不夠新鮮，甚至是食材保存不當等，都有可能造成安全疑慮。

我們每個人都有責任掌握食品安全的基本知識，學會如何保護自己免受食品中毒的威脅。這不僅能讓小朋友養成良好的衛生習慣，更能在未來的生活中，為食品安全把關。

本書透過有趣的故事，帶領小朋友們認識食品安全的重要性。故事以年終餐會為場景，餐會上豐富的美食讓大家垂涎三尺，大夥兒吃得開心極了！然而，餐會後，小兔和小羊家都有人感到腸胃不適，甚至有嘔吐和拉肚子的症狀，這到底是怎麼回事呢？貓偵探和助手咪咪



決定一探究竟！隨著貓偵探和助手咪咪的調查過程，揭示了從食材購買、清洗、烹調到保存的每個環節中可能存在的風險，教導小讀者們學會如何在日常生活中防範食品中毒。

希望大家在讀完這本書後，都能夠成為像貓偵探和助手咪咪那樣的食品安全小專家，幫助家人和朋友守護健康。下次在吃飯的時候，別忘了和大家分享你學到的食品安全小知識，成為最棒的食安小幫手！

每篇故事結束後，還可以讓你挑戰食安關卡，輕鬆獲得食品安全的相關知識喔！讓我們一起關注食品安全，保護自己和親友的健康，做一個聰明的消費者和食品安全的守護者！

食品藥物管理署署長

許勝春

42

要生食、熟食分開

第三篇

28

要新鮮

第二篇

12

要洗手

第一篇

大熊一家人



小羊一家人

助手咪咪

貓偵探

66

要注意保存溫度

第五篇

56

要澈底加熱

第四篇

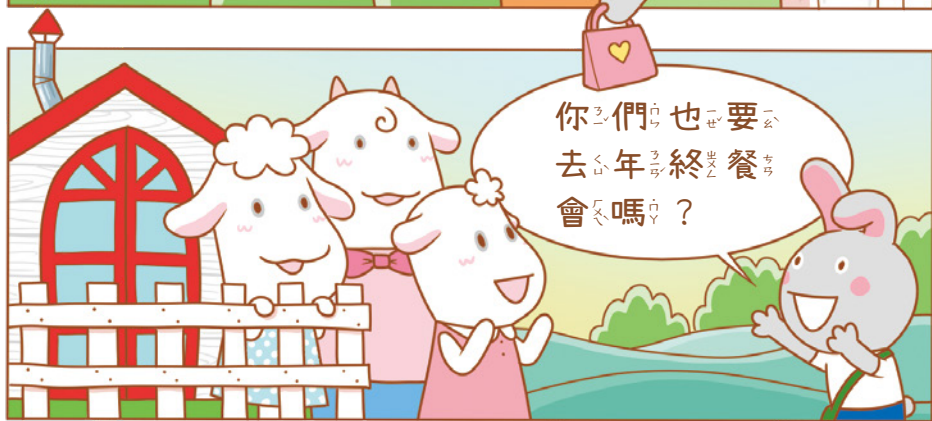
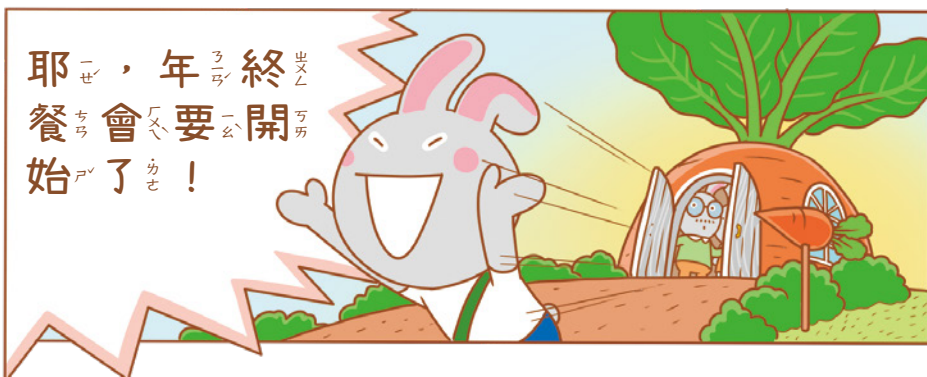
小兔一家人

山羊總鋪師

山羊助理

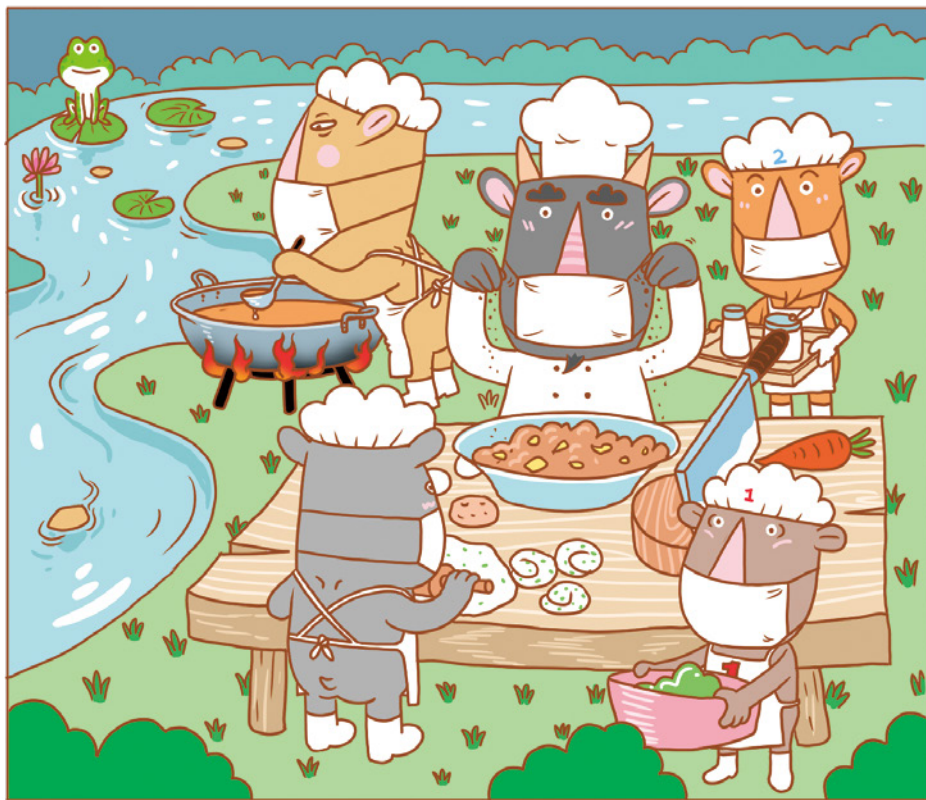
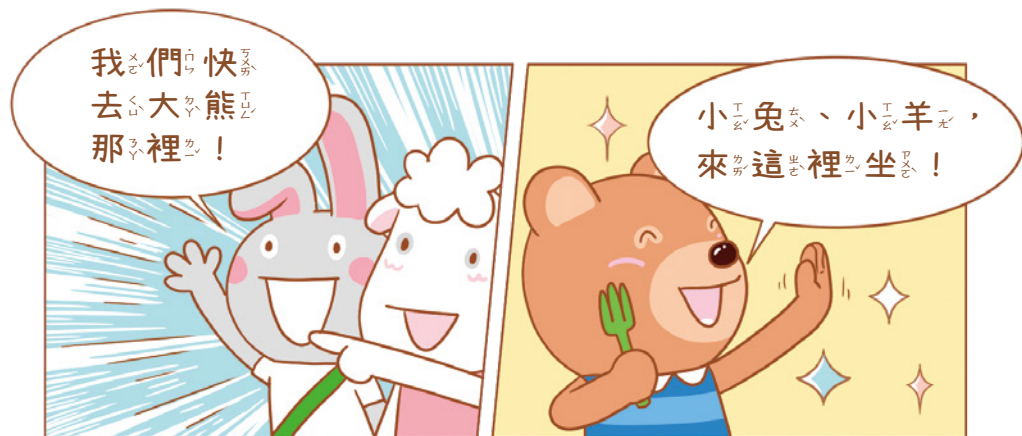
村長

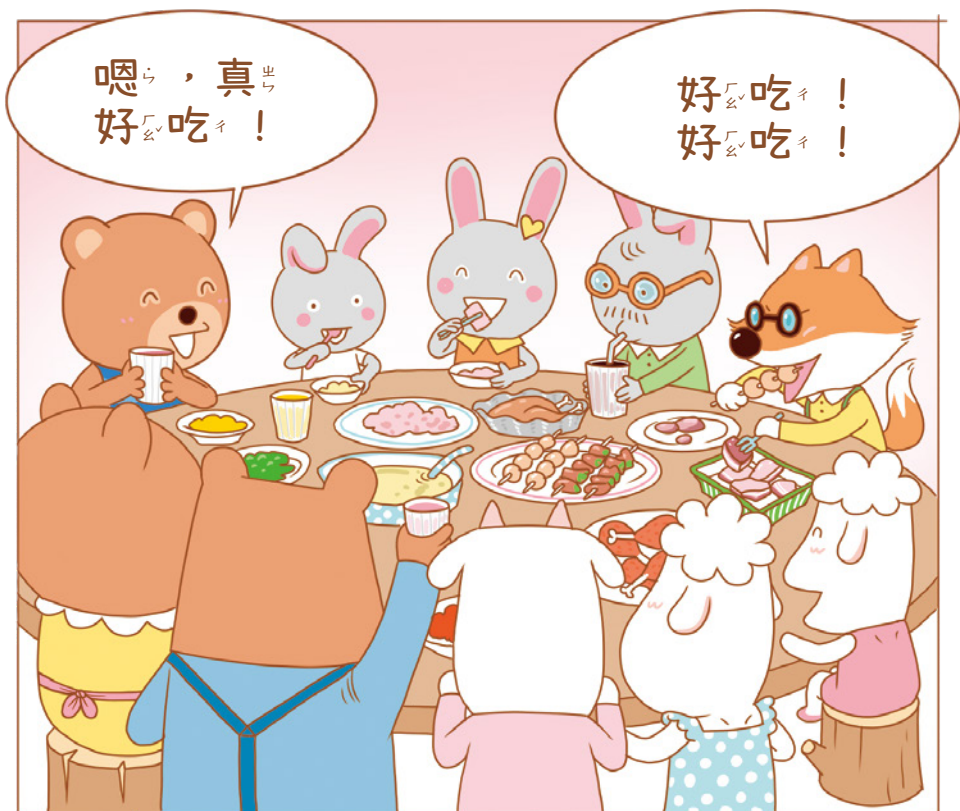


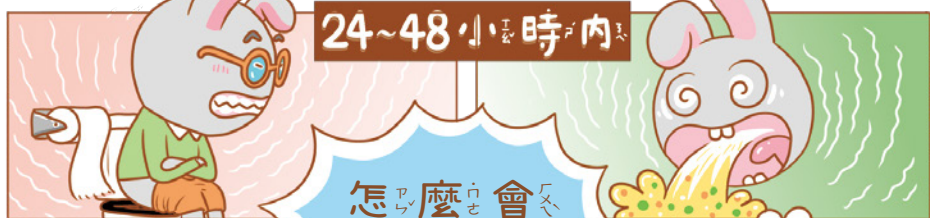




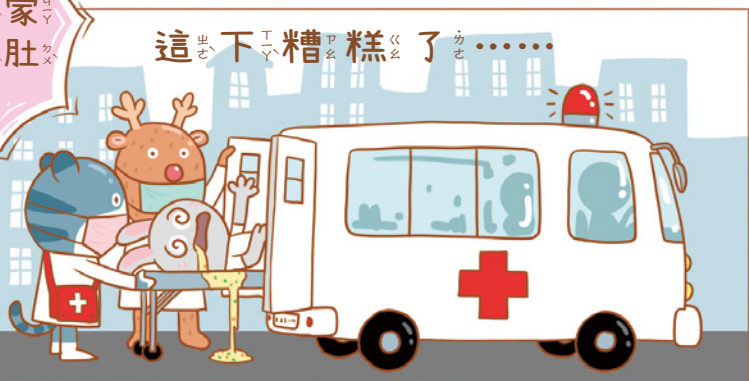






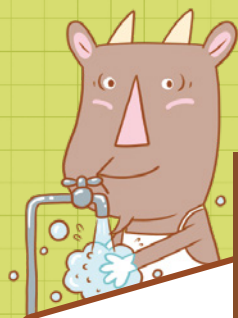


這下糟糕了……



第一篇

要洗手



森林年終餐會

在歡笑聲中順利結

束了，可是24

小時內，一些村民

出現了發燒、嘔吐

有多少人嘔吐和拉肚子呢？

貓偵探，你總算回來了！



和拉肚子的情形，
村長著急得不得了。

幸好這時，貓

偵探從外地辦案回

來了。貓偵探還沒來

得及休息，就趕緊

和村長去醫院，了

解村民生病的情形。

小羊家和小兔家都送醫了。

醫院到了，我們下車吧！



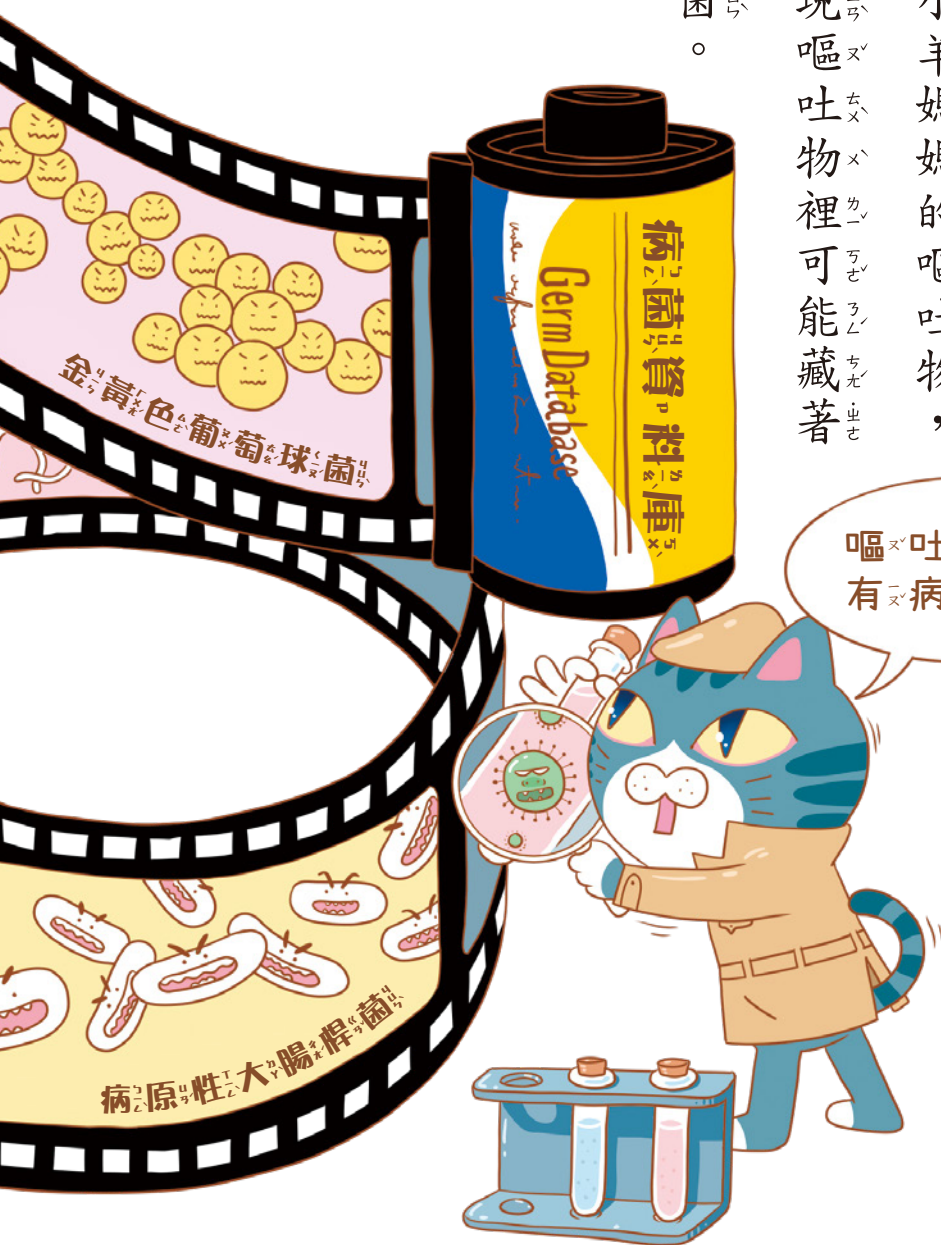
貓偵探檢驗了小兔

和小羊媽媽的嘔吐物，

發現嘔吐物裡可能藏著

病菌。

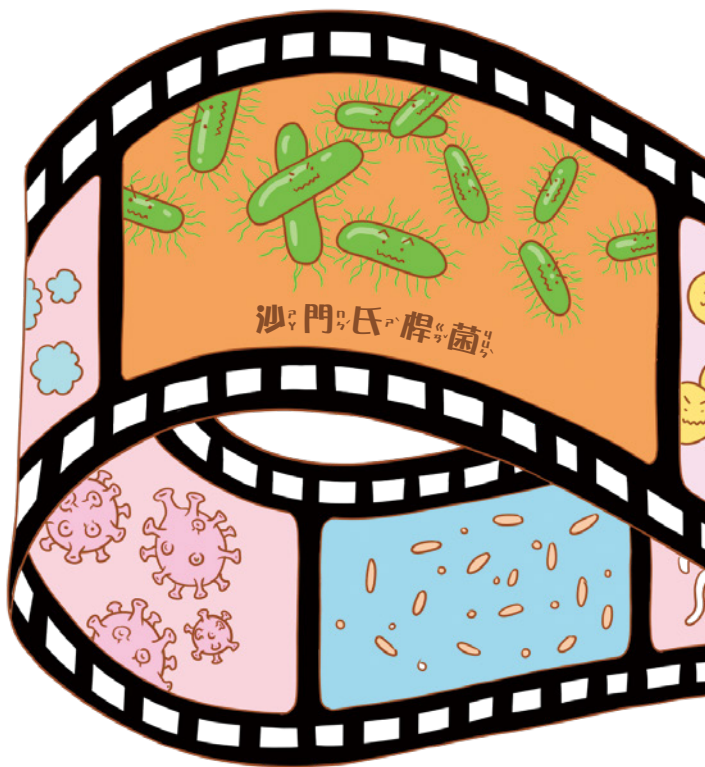
嘔吐物裡
有病菌！



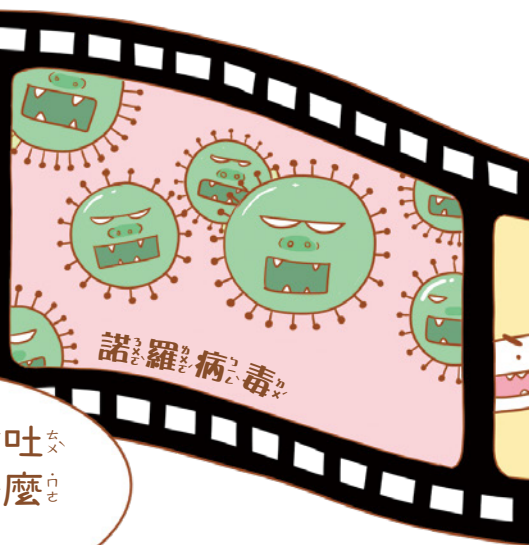
是什麼病菌在作怪了。

菌資料庫，很快就知道

貓偵探立刻比對病



我知道嘔吐物裡是什麼病菌了！

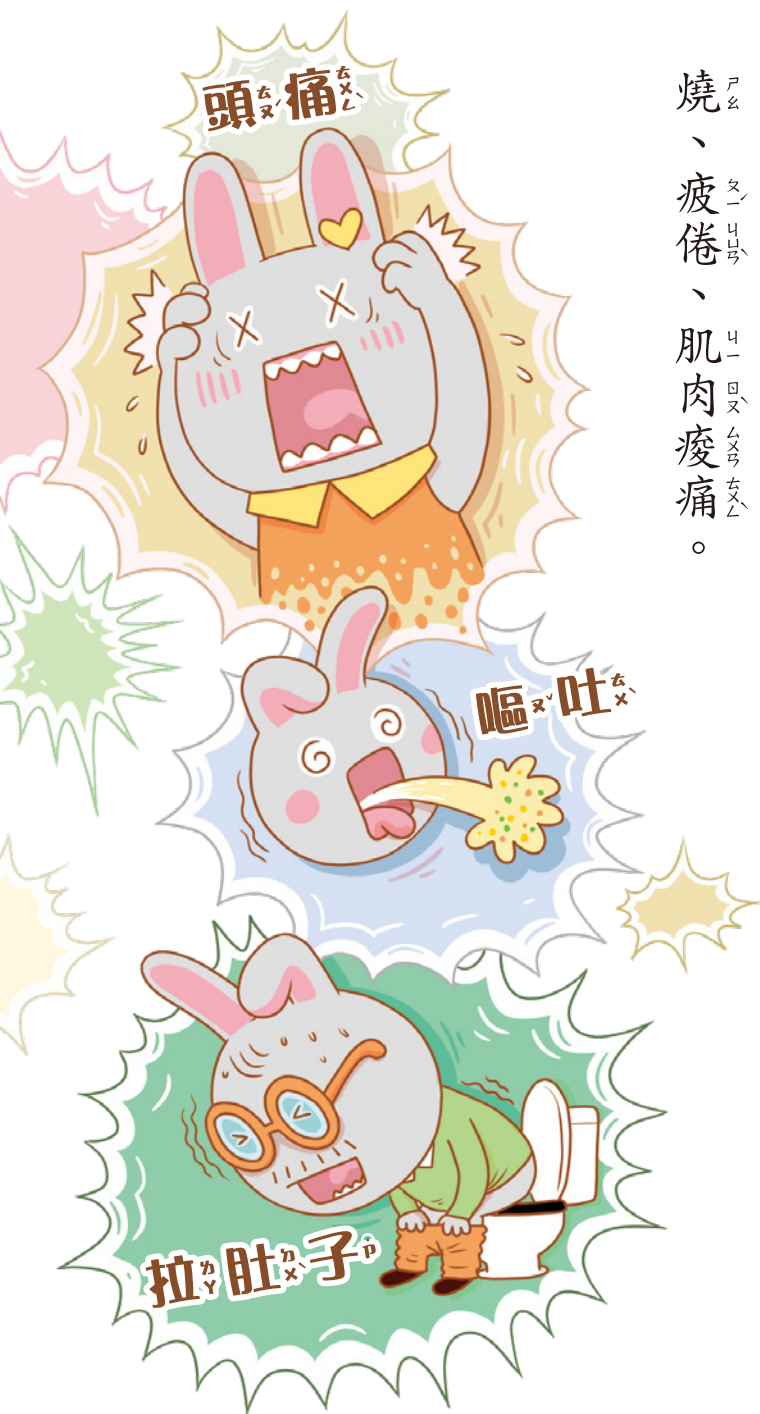


原來，讓村民生病的病菌壞蛋，是諾羅病毒。感

染諾羅病毒後，大約24～48小時就會開始出現不舒服

的症狀，除了嘔吐、拉肚子以外，還可能會頭痛、發

燒、疲倦、肌肉痠痛。



不過，經過治療後，大約1～3天就能痊癒。



諾羅病毒的傳染力很強，如果不小心吃下被諾羅

病毒污染的食物和水，就可能感染。因為村民是在參

加森林年終餐會後，才出現不舒服的症狀，所以貓偵

探立刻去拜訪山羊總鋪師，了解當時製作食物的情形。

你能說一下當天製作食物的情形嗎？





我_ニ很_ニ注_ニ重_ニ衛_ス生_ム，
料_カ理_カ時_ア會_ニ戴_カ上_ア口_マ
罩_ニ和_ニ網_ス帽_ニ。



① 溼

準備食物之前，
我們一定會用清水
打溼雙手！

② 洗

抹上肥皂。

③ 刷

將指尖、指甲
刷乾淨。



諾羅病毒。
 式，才能殺死
 正確洗手的方
 使用肥皂，用
 羅病毒，必須
 沒辦法殺死諾
 使用酒精

④ 搓

手_ア心_イ、手_ア背_ウ搓_ス
洗_ツ至_レ少_ク 20 秒_ロ。

⑤ 沖

用_ハ清_ク水_ニ將_テ雙_ハ手_ア
澈_ス底_ニ沖_ス淨_ク。

⑥ 乾

用_ハ紙_シ巾_ヲ將_テ
手_ア擦_ス乾_ク。



貓偵探陷入苦思：

「嗯……他們洗手的方

式沒有錯，那麼諾羅病

毒會是從哪裡來呢？」



快想想，我們是不
是漏掉什麼地方了？

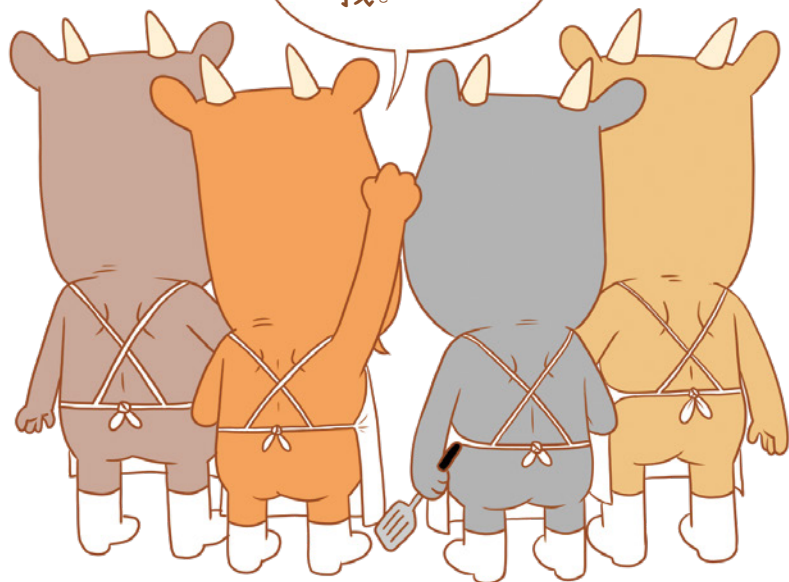


羊助
理們感
染了諾
羅病毒
？

助手咪咪突然想到，會不會是山羊總鋪師或小山

你們有沒有任何人感染諾羅病毒呢？

是……
我……

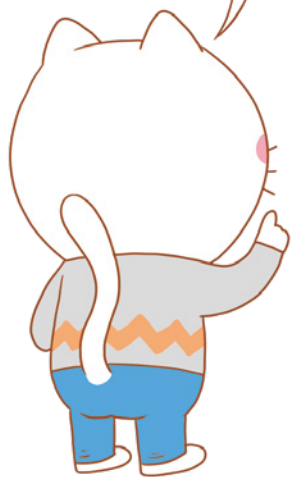


因為諾羅病毒
 的感染力很強，
 所以最好不要讓
 感染諾羅病毒的
 人負責料理食物，
 以免食物遭到污
 染。



不過，那是幾
 天前的事了！

那麼……諾羅
病毒是從哪
裡來的呢？



嗯……超過48小
時應該就沒有
傳染力了……



感染諾羅病

毒後，就算症狀消

失了，還是有傳染

力，可能傳染給其

他人，必須等症狀

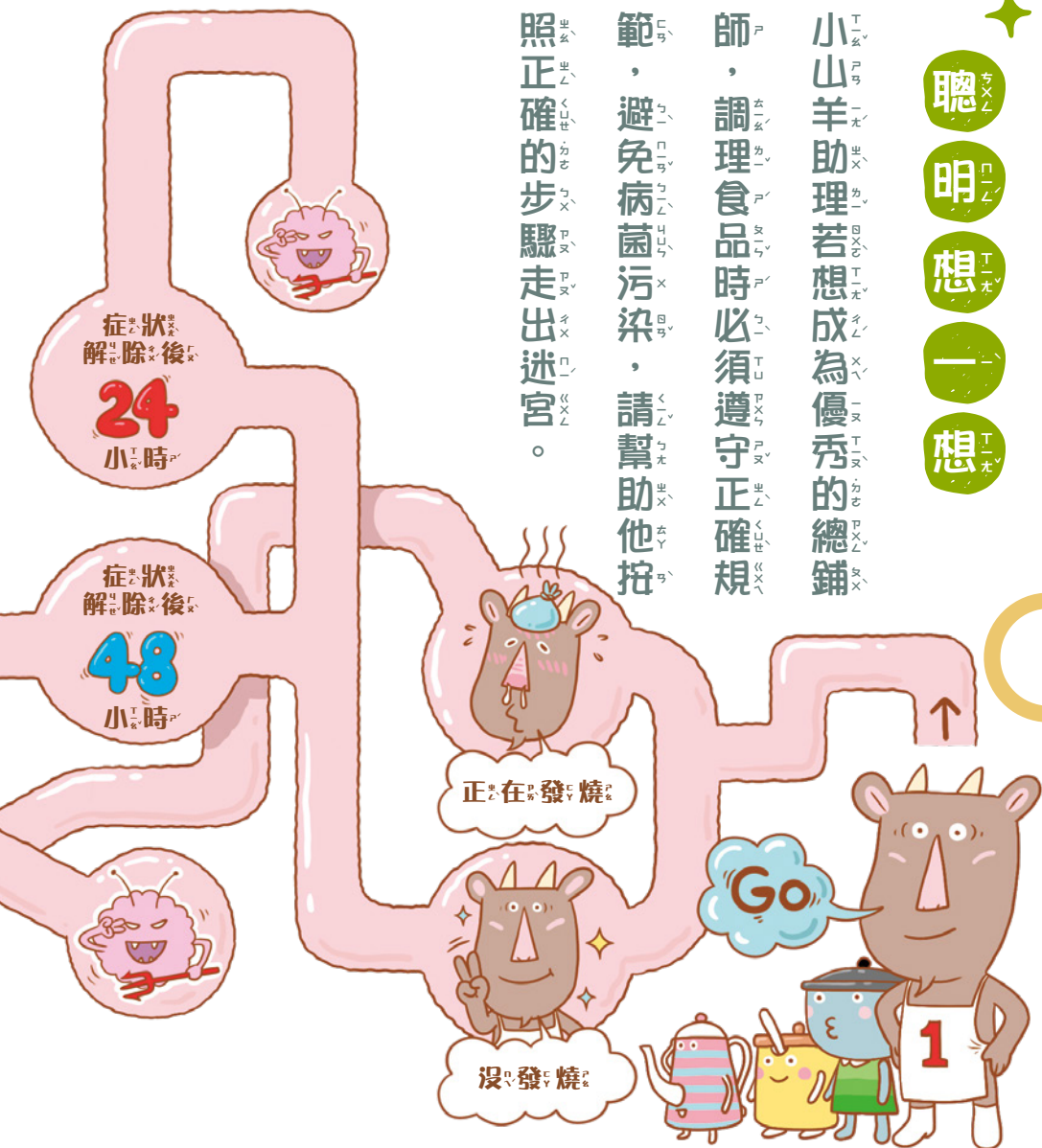
消失後至少48小

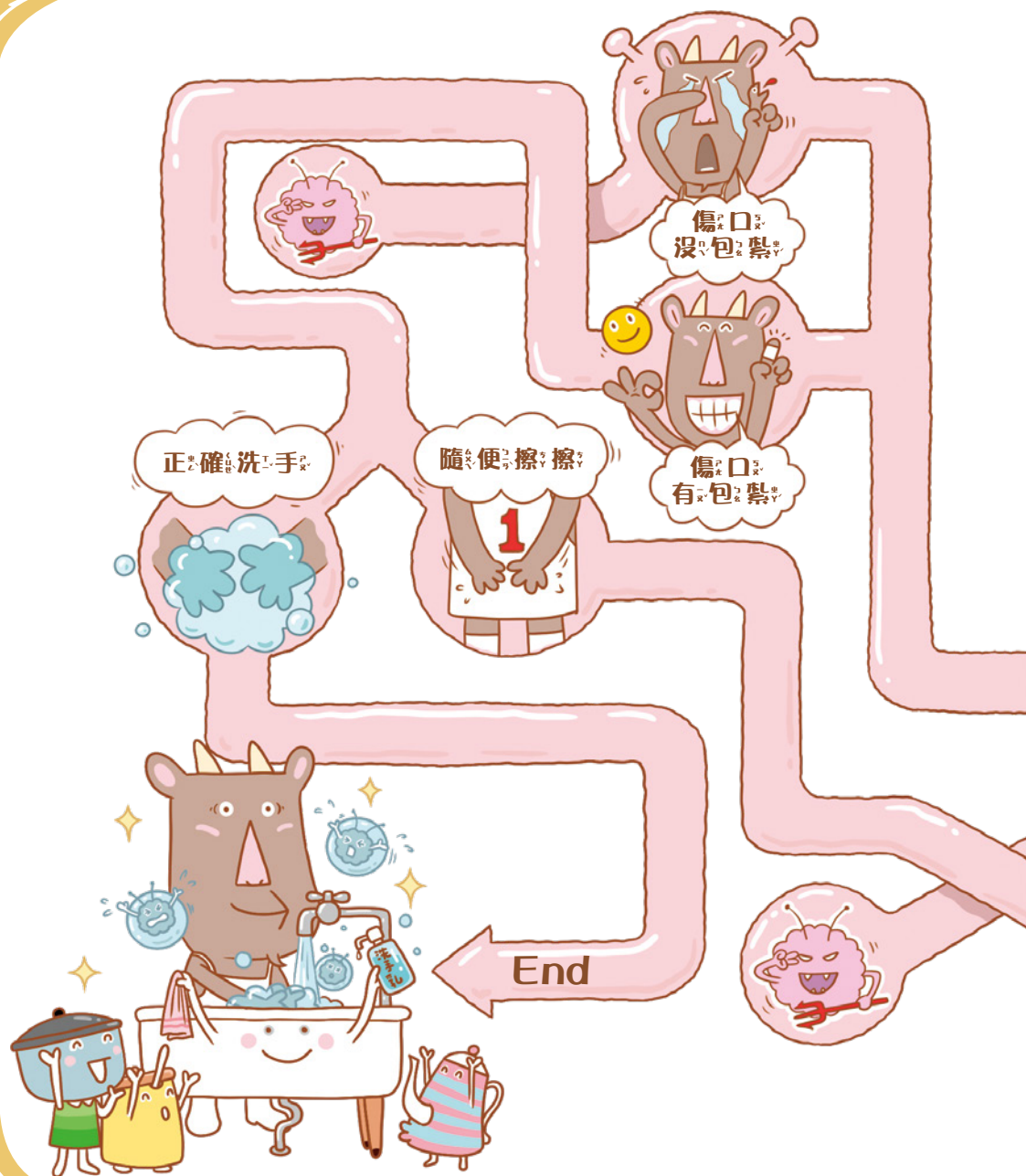
時，才可以為別人

準備食物。

聰明想一想

小山羊助理若想成為優秀的總鋪師，調理食品時必須遵守正確規範，避免病菌污染，請幫助他按照正確的步驟走出迷宮。





第二篇

要新鮮

注重衛生的山

羊總鋪師，準備食物

前都會正確洗手，又

為什麼會讓村民們

感染諾羅病毒呢？

可能是食材不新鮮，水源不乾淨！



助手咪咪推測：「有

可能是食材不新鮮，

或是水源不乾淨！」

一旁的山羊總

鋪師聽了很用力的

回應：「才不是這

樣！」

我很注重食品安全，
選用的食材和水源
都乾淨衛生！



山羊總鋪師表示，他在選擇食材時，會儘

量挑選當季的蔬菜和水果，不但味道好、價格

便宜，而且也比较新鮮。

鮮之頌

春

枇杷、牛番茄、桑葚、蘆筍、



當季蔬果最好！

冬

白蘿蔔、高麗菜、
柳丁、哈密瓜

秋

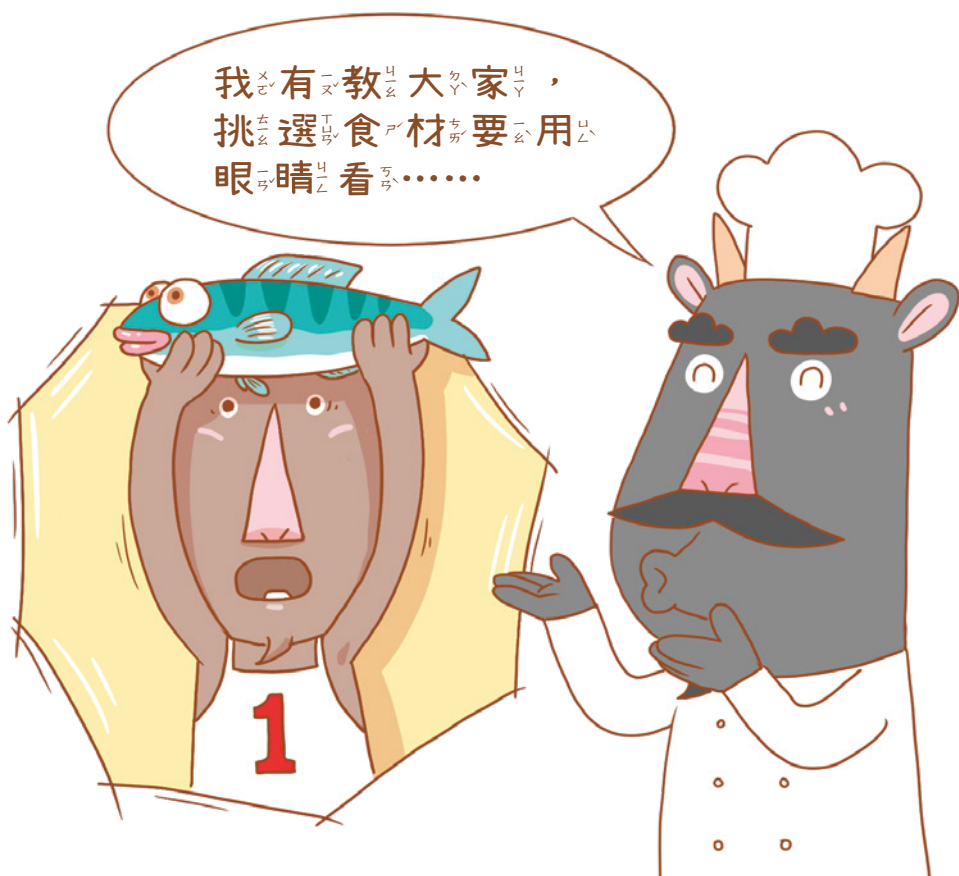
蓮藕、茭白筍、
柿子、文旦

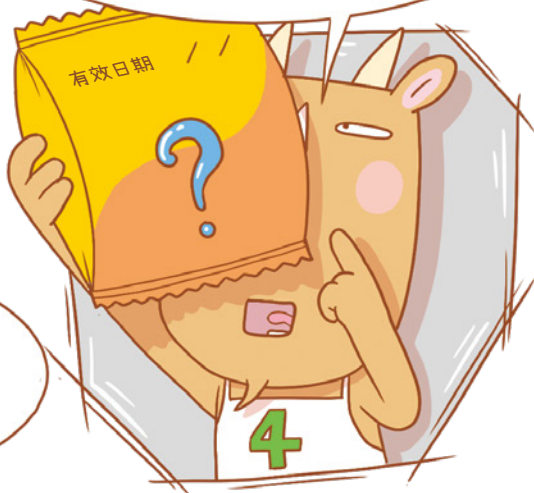
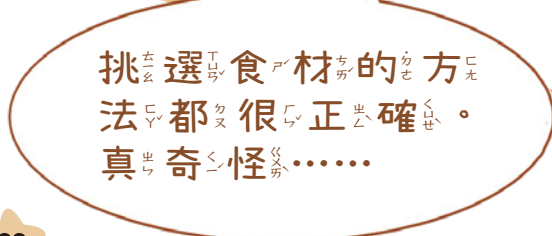
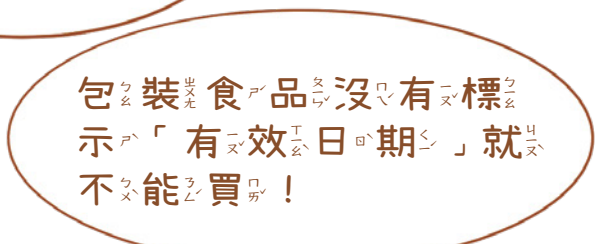
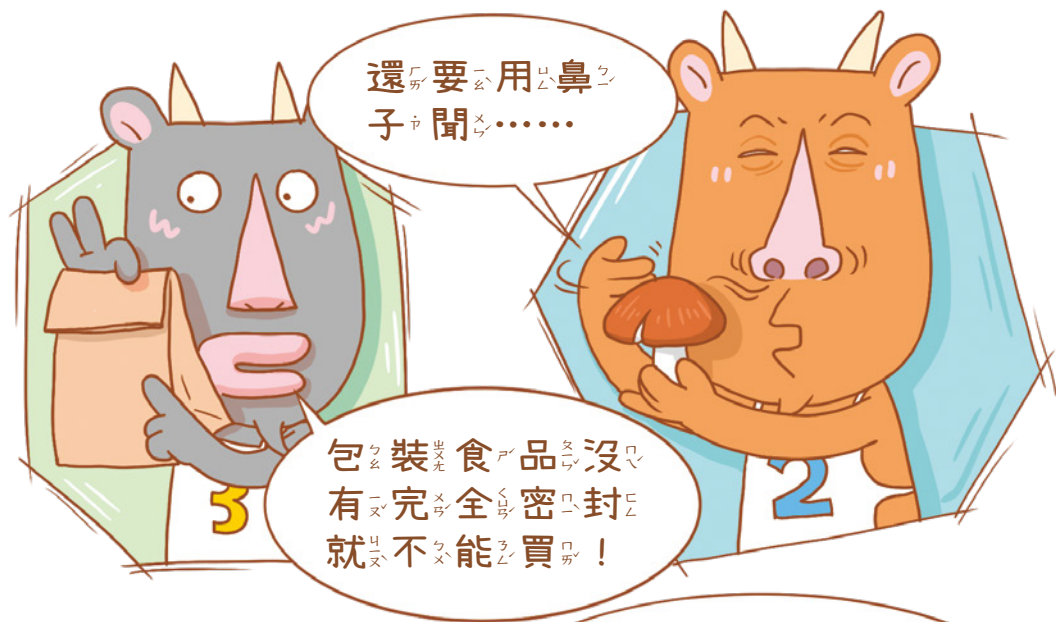
夏

絲瓜、冬瓜、西瓜、
荔枝、芒果



山羊總鋪師在挑選
 食材時，會仔細用眼睛
 看、用鼻子聞，看看食
 材新不新鮮；另外，如
 果是包裝食品，山羊總
 鋪師也會注意包裝是不
 是完整、標示是不是清
 楚。

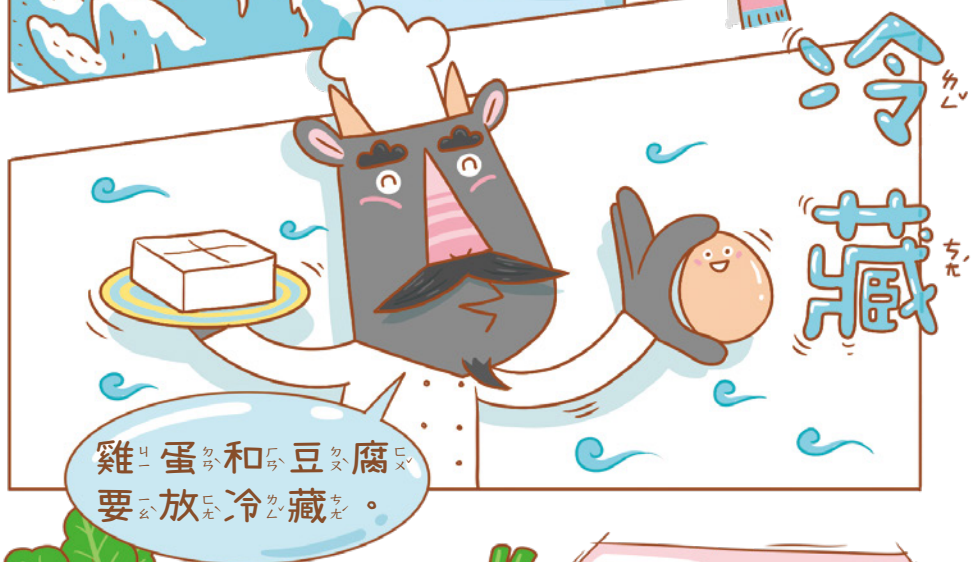




不然食材也有可能腐壞喔！

選購了新鮮的食材後，要用正確的方法來保存，





根莖類的食材
放常溫就可以了。

咪咪：「既然山羊總鋪師有好好保存食材，那一

定就是食品供應商有問題！」

山羊總鋪師：「我的食品供應商都信譽良好，他

們提供的食品也都符合衛生標準啊！」



你是不是沒有選擇良好的供應商？

誤會





使食材因為囤放太久而腐壞。
在採買食材時，要依照使用量來買，避免買過量，



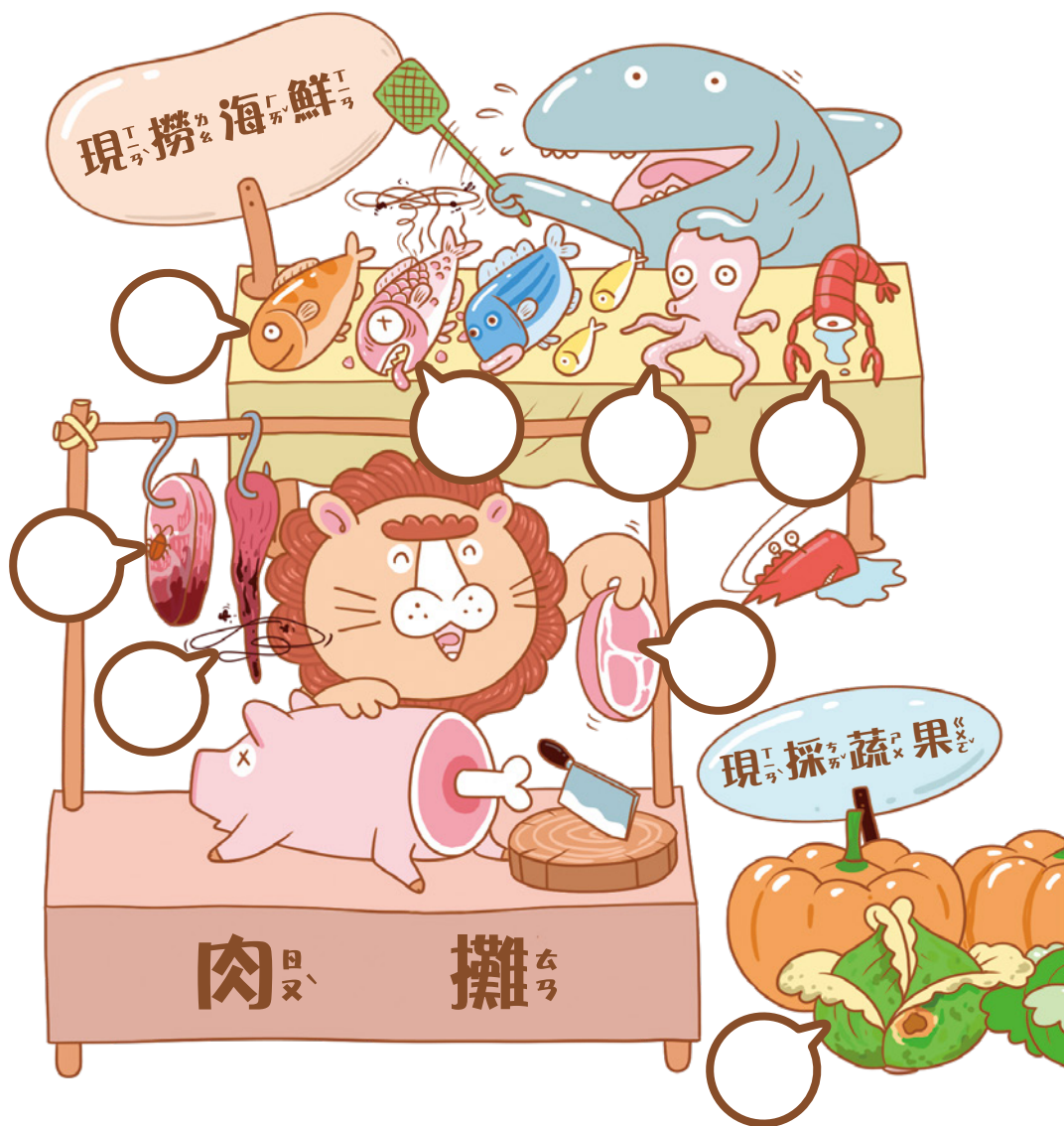


嗯……聽起來都
沒問題，那麼
諾羅病毒到底
是從哪裡來？

聽
 明
 想
 一
 想

山羊總鋪師到市場挑選食材，
 並在對話框裡畫上「X」。





解啓：有裂痕的蛋、發黴的南瓜、蝦頭剝離的蝦、魚難剝落的魚、發臭的菜葉、暗沉腐爛的肉等。

第三篇



要生食、熟食分開

貓偵探接著查看

山羊總鋪師的料理器

具，發現有兩套刀具

和砧板，好奇的問：

「為什麼有兩套不同

生食



顏色的料理器具？」

山羊總鋪師有把

握的回答：「因為

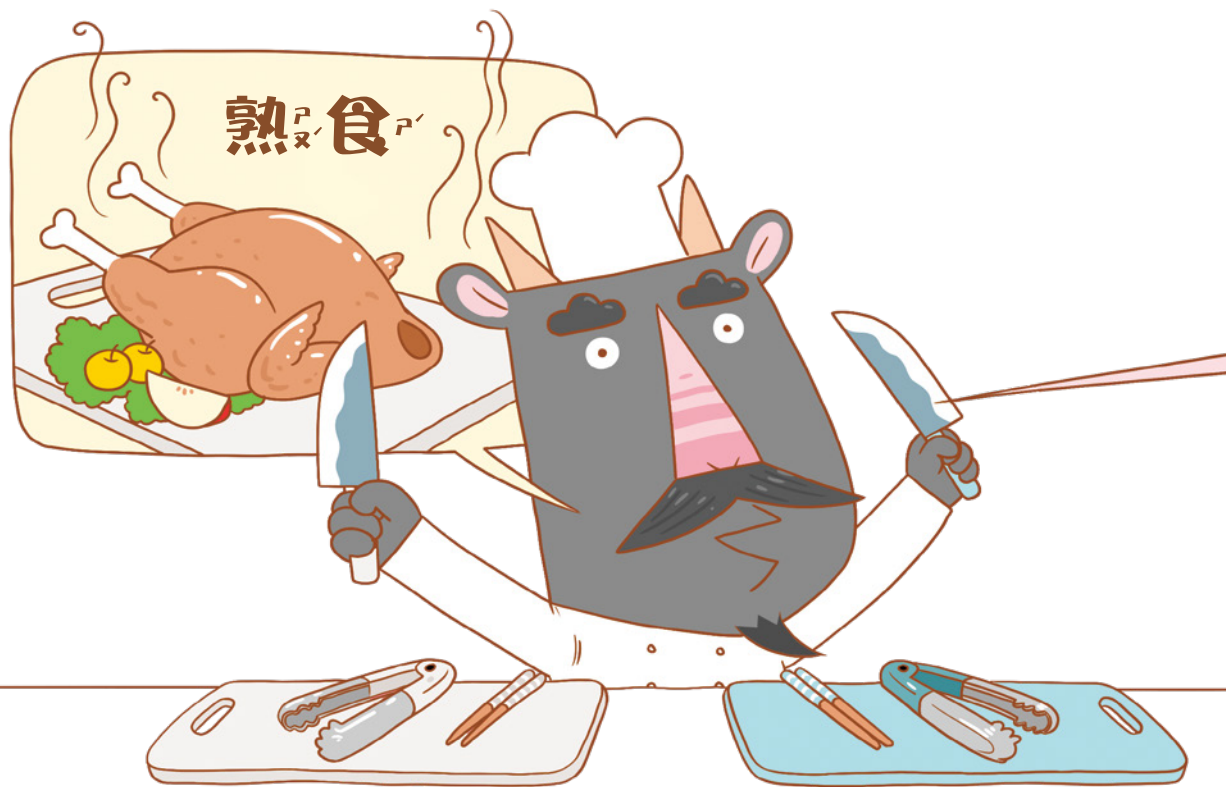
生食、熟食要分開處

理，所以一套處理生

食、一套處理熟食，

並且用不同的顏色來

區隔。」



生食、熟食要分開處理，才

可以避免交叉污染。因為生食可

能含有病菌，當刀子切完生食後，

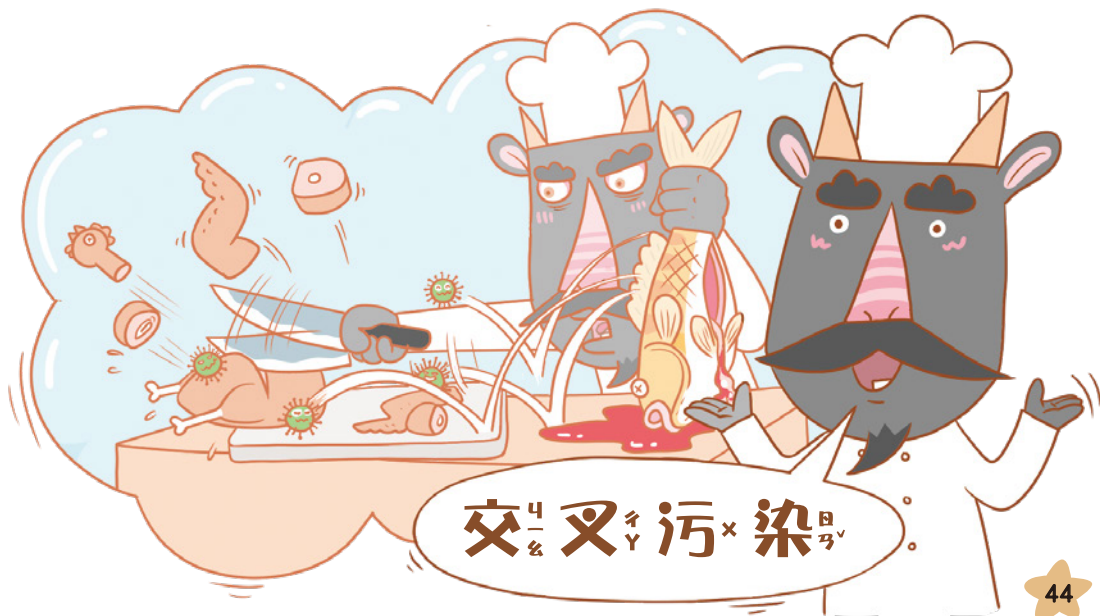
再接著切熟食，病菌就有可能跑

到熟食上，並因此被吃下肚。

山羊總鋪師說：「病菌從一

種食物跑到另一種食物上，就是

交叉污染。」





病菌跑到熟食上来了.....



太恐怖了！生食、熟食一定要分开处理！

在處理食材時，

最好能把廚房分為蔬

菜區、水果區、肉品

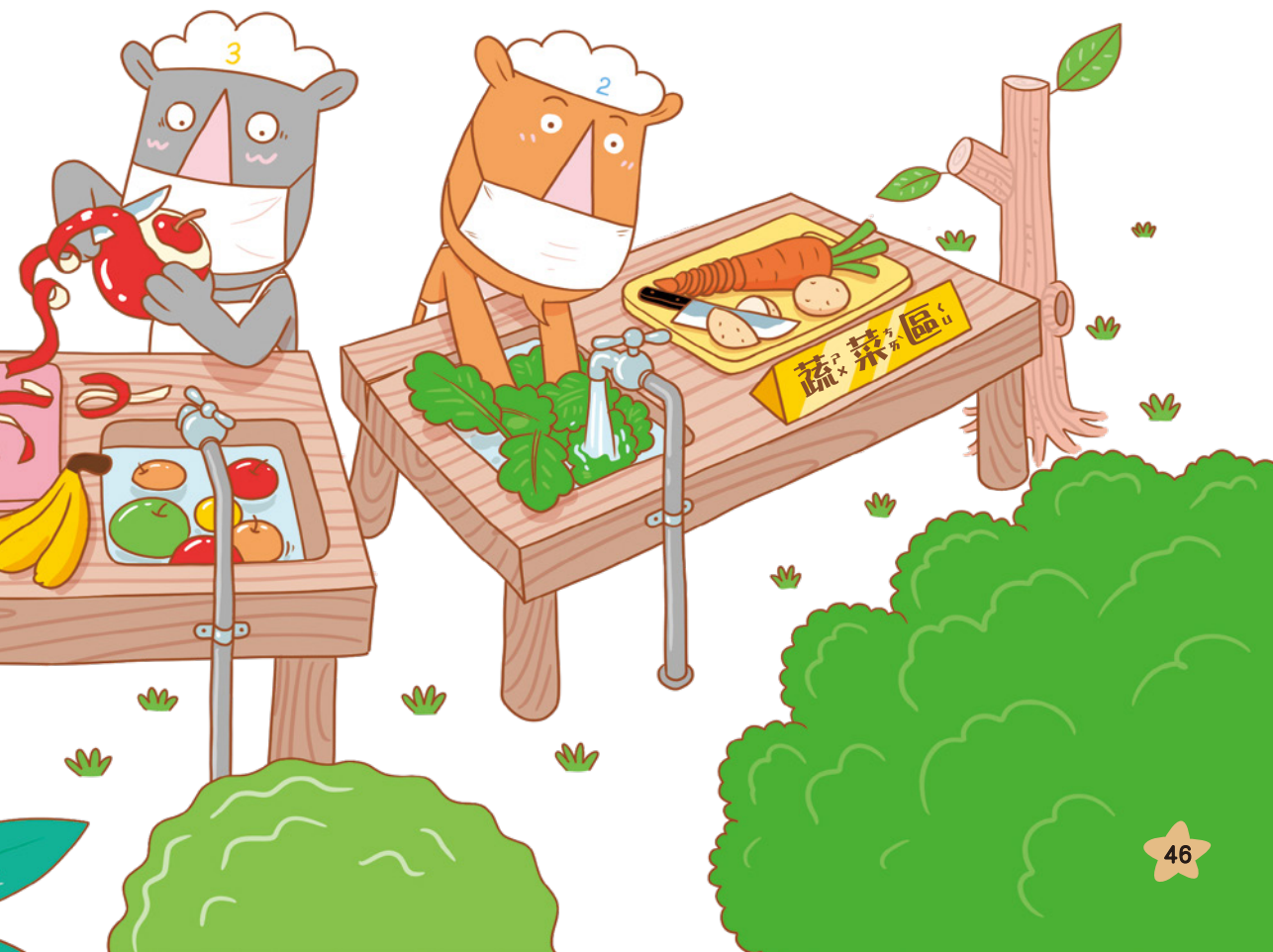
處理區、魚貝類處理

區等，在不同的區域

處理不同種類的食

材，也可以避免交叉

污染。





分區處理
更安心!

肉品区

水果区

臟類、蛋類、魚貝類。

理加工類食品，然後接著依序處理蔬果類、肉類、內

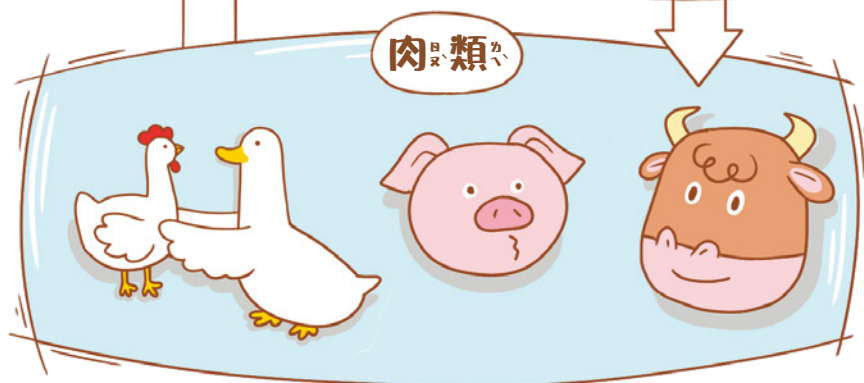
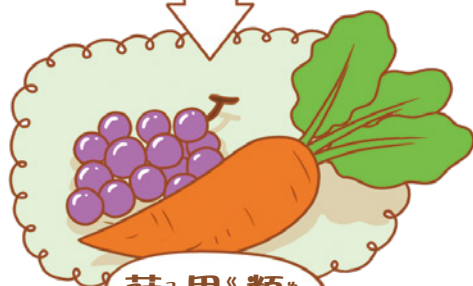
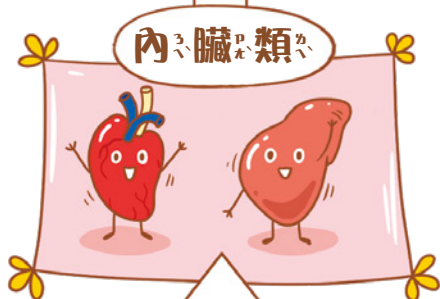
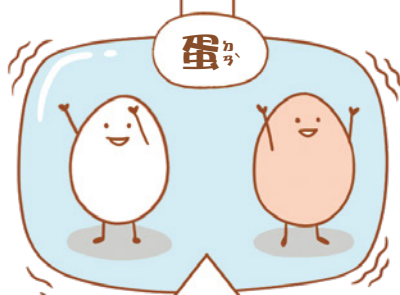
造成交叉污染的程度排序處理，如先處理乾貨，再處

在不同時段處理不同食材，而且可依照食材可能

如果廚房不夠大，無法分區處理食材，怎麼辦？



那就把食材「分時、分段」處理。



食材的處理很重要，保持料理器具的乾淨也非常

重要。山羊總鋪師說：「砧板使用後要立刻清潔，若

食材殘渣停留在砧板上太久，病菌就可能大量繁殖，

造成食品中毒。」

用洗碗精搭配
細纖維菜瓜布，
刷掉食材殘渣。



把泡沫沖乾淨。



放在通風處晾乾。

洗砧板時，要避

免使用鋼刷，才不會

把砧板刮傷。另外，

也不可以直接用滾燙

的熱水沖洗，因為殘

渣中的蛋白質遇熱會

凝固，反而不容易洗

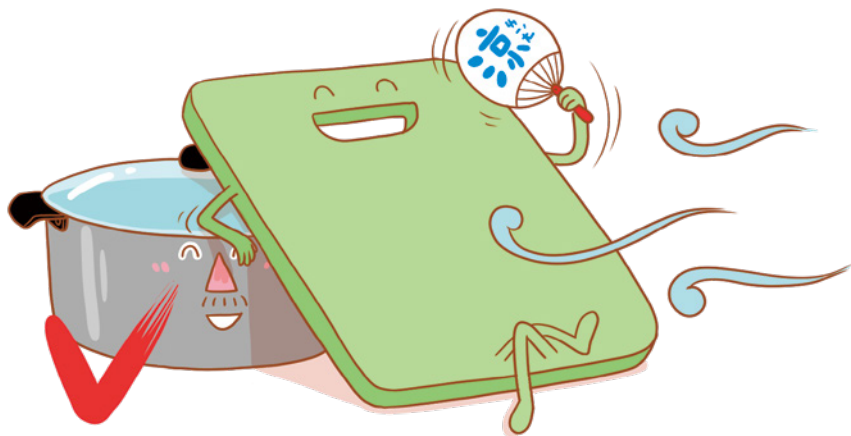
乾淨。



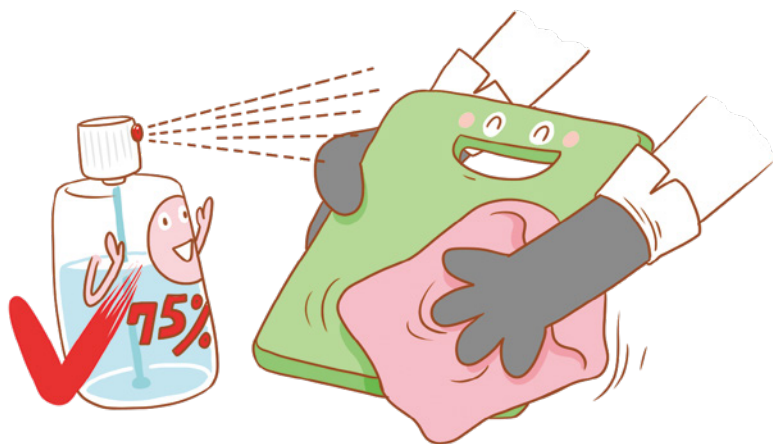
用滾燙熱水沖洗



使用鋼刷



砧板洗淨後，放在通風處晾乾，
保持乾燥，避免發霉。



必要時，用75%酒精或200ppm漂白水消毒，再以清水擦拭一遍，避免異味和化學物質殘留。

聽
 明
 想
 一
 想

廚師要處理食材

了！請問這四種

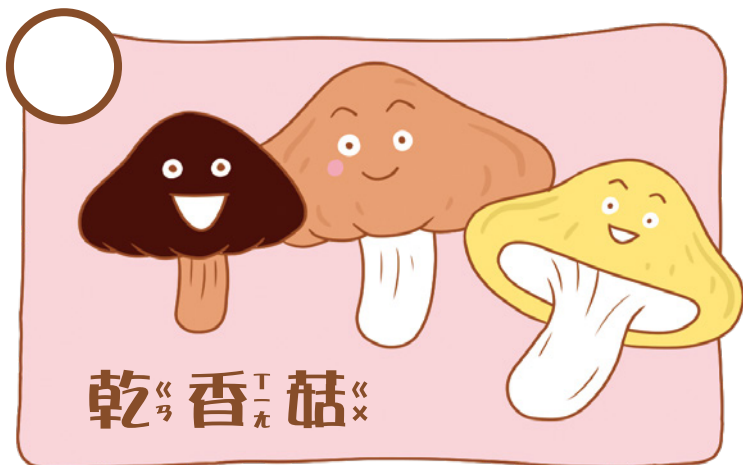
食材的正確清洗

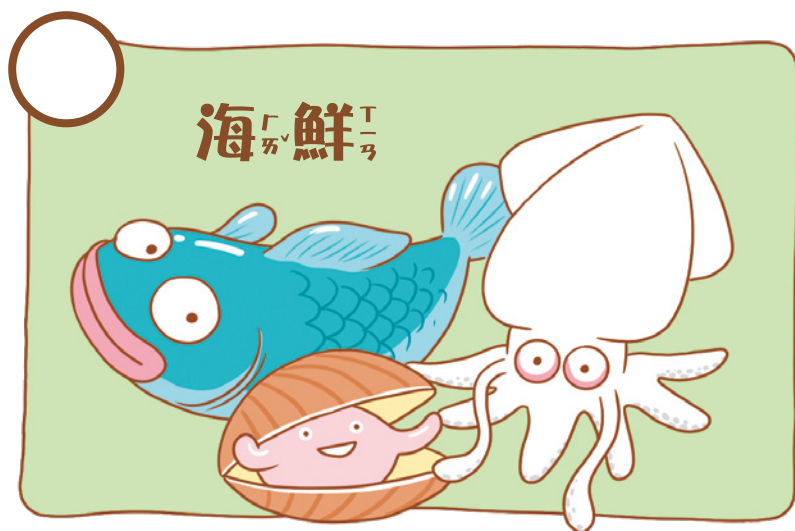
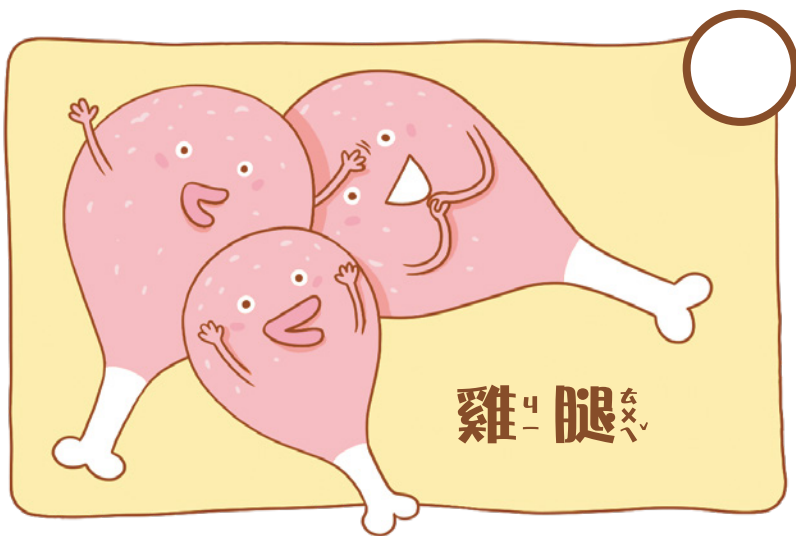
順序是什麼呢？

請依序在○標

上1、2、3、

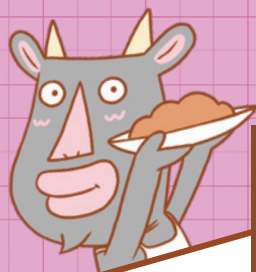
4。





正確答案：1. 乾香菇 → 2. 蔬果 → 3. 雞腿 → 4. 海鮮。

第四篇



要澈底加熱

因為貝類容易受污

染，如果沒有好好處理且

直接生吃，例如生蠔、生

鮑魚，就有可能引發食品

中毒。

當天有沒有生蠔或其他的生食貝類？

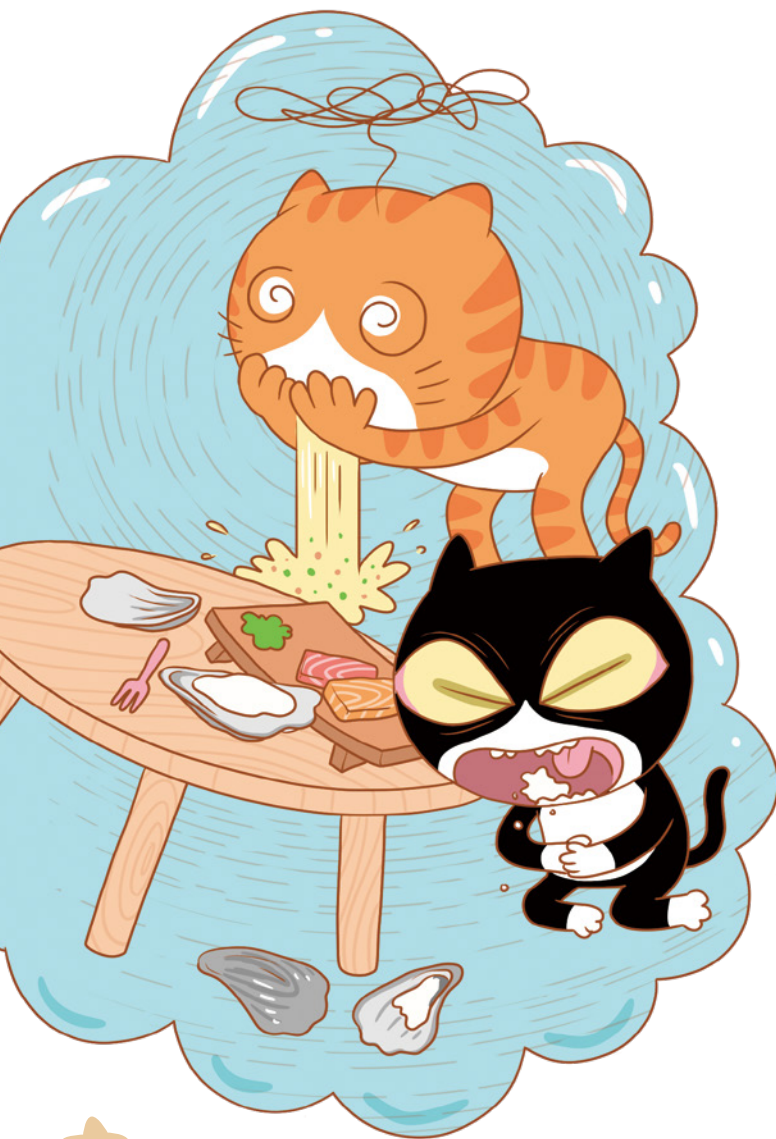


沒有啊！

因為生食沒有經過加熱殺菌的步驟，所以任何病

菌都有可能隨著食物進到肚子裡。因此，孕婦、孩童、

老人或抵抗力較弱的人，儘量不要吃生食。



山羊總鋪師

突然想起，當天
其中一道菜色，
是含有貝類的海
鮮沙拉，但是製
作沙拉前，都有
將貝類加熱。



食，才不容易把病菌吃下肚。
 在烹煮食物時，應該要充分加熱，儘量不要吃生



一般來說，食品的中心溫度超過攝氏70度，病菌

才容易被消滅。所以中心溫度至少要加熱到超過攝氏

70度，才算是充分加熱。



食_シ品_{ヒン}中_{チュウ}心_{シン}溫_{オン}度_ド至_シ少_{セウ}
要_{ヤウ}加_カ熱_{ネツ}超_{チョウ}過_カ攝_{セツ}氏_シ 70
度_ド，才_{サイ}比_ヒ較_{カウ}安_{アン}全_{セン}喔_オ！

好_コ熱_{ネツ}啊_ア！

好_コ熱_{ネツ}啊_ア！
我_ワ受_ウ不_ズ了_カ
啦_カ！

受_ウ不_ズ了_カ啦_カ！

如果在烹

煮貝類的時候，

採用快速蒸煮

的方式，可能

無法充分加熱，

也就不能消滅

諾羅病毒了。

諾羅病毒可以耐
熱達攝氏63度，你
只有快速涮一下，
是無法消滅病菌
的！



要_一充_分加_熱才_能
消_滅病_菌。

沒_問題_！



山_羊總_鋪師_準備_的
菜_色都_有充_分
加_熱，那_麼諾_羅
病_毒到_底是_從哪_裡
來_呢？

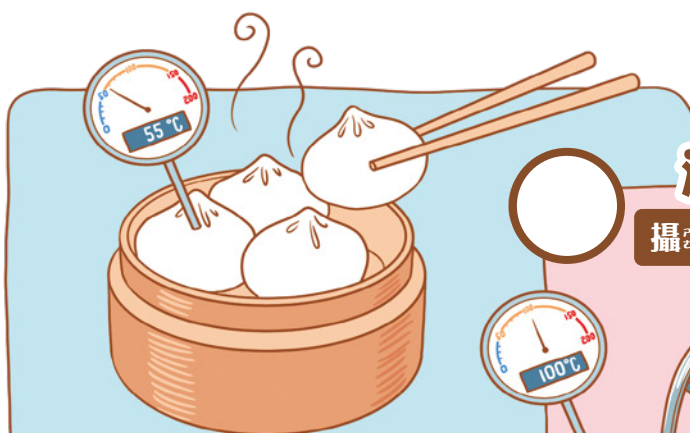


全。找找看，哪些食品已經充分加熱了，在○中打勾。

食品應該充分加熱再食用，中心溫度要超過攝氏70度才安

聰明想一想





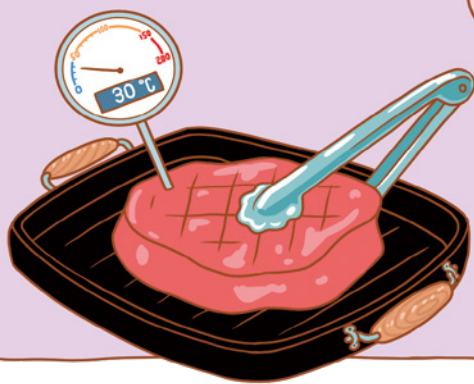
蒸包子

攝氏 55 度



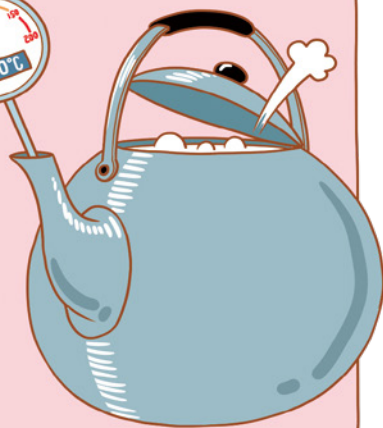
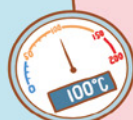
煎牛排

攝氏 30 度



沸水

攝氏 100 度



解答：炸雞、沸水。

第五篇



要注意保存溫度

注重食品安全的山羊總鋪

師，在料理時都有遵守規範，

令人感到安心，不過，細心的

貓偵探不放過任何細節，又繼

續追問，一定要查個水落石出。

食品烹煮完
後，有立刻
送上桌嗎？





你好，上菜了！

不可能！我們每一道菜都是新鮮現做的！

該不會給客人吃前一天做好的隔夜菜吧？

不可能！



仔^ア細^ニ想^テ想^テ，海^カ
鮮^ニ沙^ア拉^カ是^ハ事^ハ先^ニ
準^ビ備^フ好^ク的^カ……

那^コ可^ウ能^ゼ是^ハ
海^カ鮮^ニ沙^ア拉^カ
有^ハ問^メ題^チ！

冷藏

保鮮



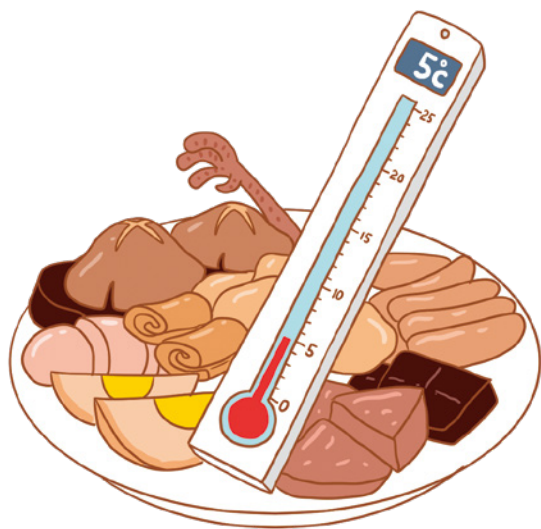
可是我有把事先煮好的鮑魚、蟹味棒和地瓜，都放進冰箱冷藏保存！

一般來說，冷藏溫度必須低於攝氏7度，才能抑

制病菌生長，如果是已經烹調好的食品，或是容易腐

壞的食品，則應該要保存在攝氏5度以下，防止病菌

生長。



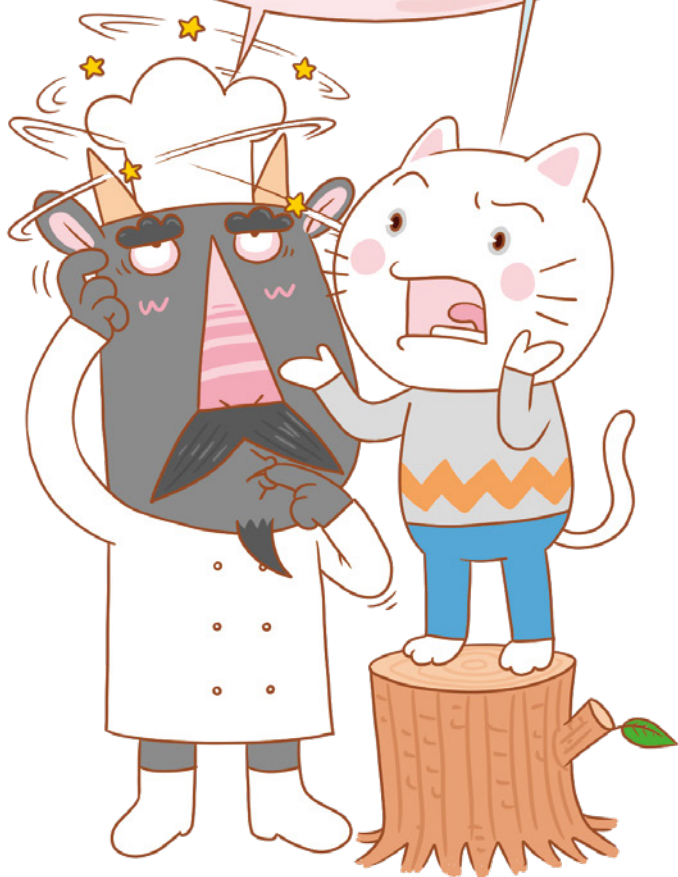


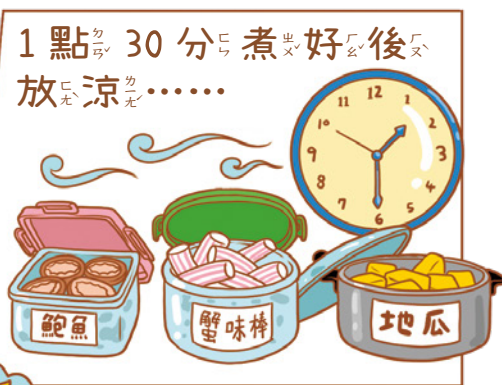
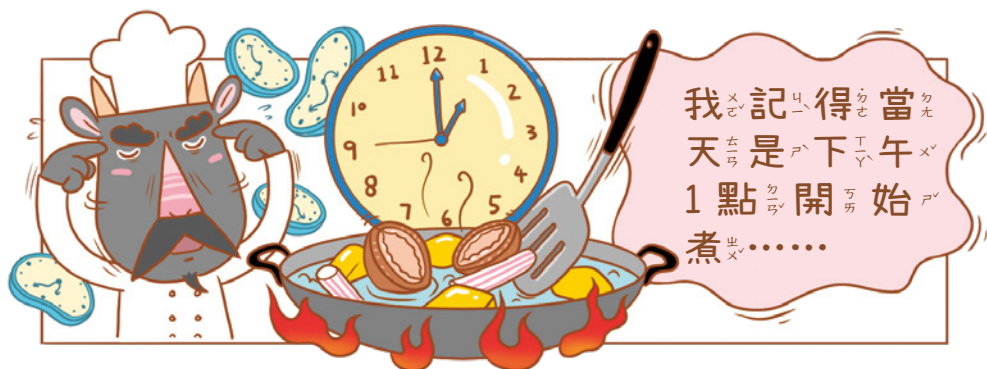
菌就容易大量繁殖。
時內放進冰箱。因為食品在室溫放置超過1小時，病

烹調好的食物，如果沒有馬上吃完，最好在1小

那會不會是把煮好的食物放在室溫超過1小時？

呃……我想想看……





又汚染。
イ
Y
メ
回
マ

以及還沒有烹調的熟食，用不同的冰箱保存，避免交叉污染。
以
及
還
沒
有
烹
調
的
熟
食
，
用
不
同
的
冰
箱
保
存
，
避
免
交
叉
污
染
。

用冰箱保存食物的時候，最好把烹調好的熟食，



上層放熟食，下層放生食……不過好像還有哪裡怪怪的……

交叉污染。

和乾燥的食材放在上層，把生食和容易出水的食材放在下層，這樣可以避免生食的汁水滴到熟食上，造成交叉污染。

如果生食和熟食要放在同一個冰箱，最好把熟食



你知道是哪裡怪怪的嗎？

在冰箱的時間太長，還是有可能會腐壞。

時間，但這只是暫時減少病菌大量繁殖，如果食品放

雖然放在冰箱冷藏或冷凍，可以延長食品保存的



我知道！冰箱裡的食物沒有密封起來！



不論是生食或熟食，都應該要密封好再放進冰箱。

冰 箱 不 是
萬 能 的 ……

放 了 三 天

放 了 五 天

放 了 一 星 期

放 了 一 個 月

的溫度低於攝氏60度，就有可能讓病菌大量繁殖。

危險溫度帶，如果把食物放在電鍋中保溫，而電鍋中

在攝氏7度到攝氏60度之間，是適合病菌滋生的

那可能是電鍋保溫的溫度低於攝氏60度，病菌容易大量繁殖！

我辦桌沒有用電鍋來保存食物呀！

不在場證明

沒吃_レ完_イ的_カ食_セ品_ス可_カ以_レ放_ニ在_ハ電_カ鍋_コ暫_ト時_キ保_ク溫_ム，但_カ是_ハ溫_ム度_メ必_カ須_ト高_ク於_ニ攝_セ氏_ハ60度_メ，防_ニ止_セ病_カ菌_ハ大_カ量_ニ繁_シ殖_セ。



要預防諾羅病毒，有五件事情必須要做到。

1

要洗手。



2

要新鮮。



3

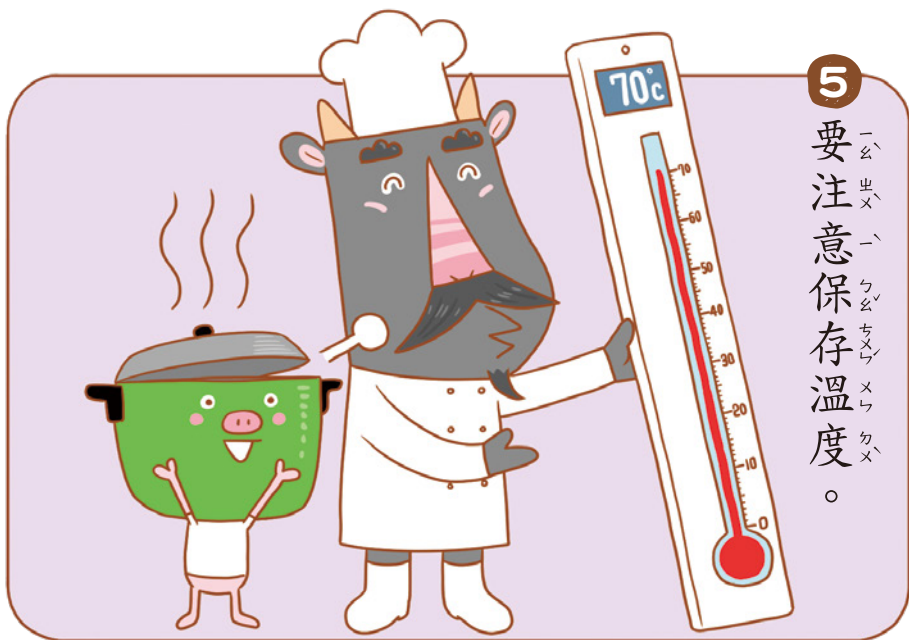
要生熟食分開。



4

要澈底加熱。





聰明想一想

食品吃不完，要暫時放在冰箱冷藏保存。請問這三種食品要分別放在冰箱哪一層比較適合呢？連連看。





生^{ナマ}食^{シキ}



•

熟^{マタ}食^{シキ}

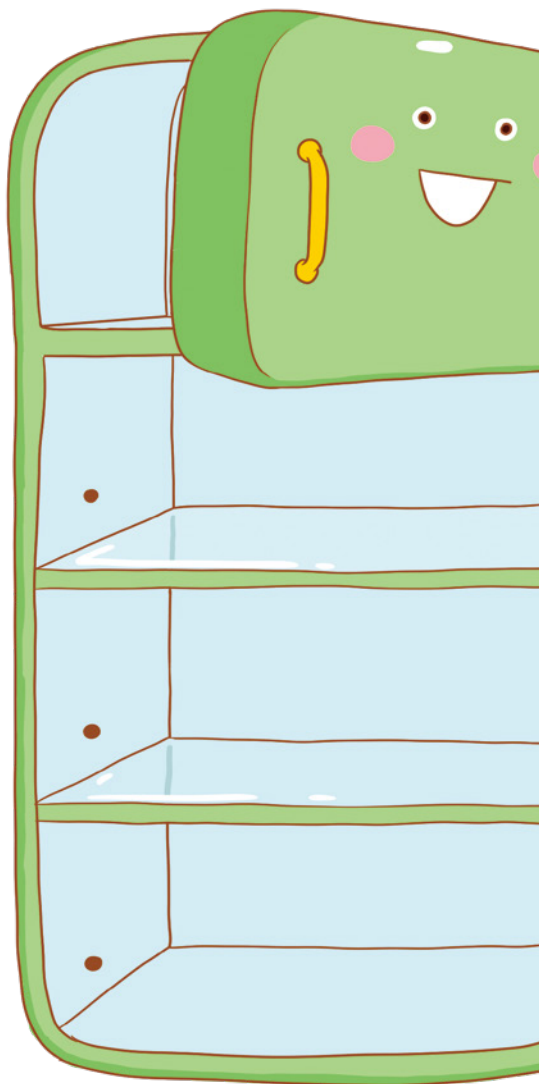


•

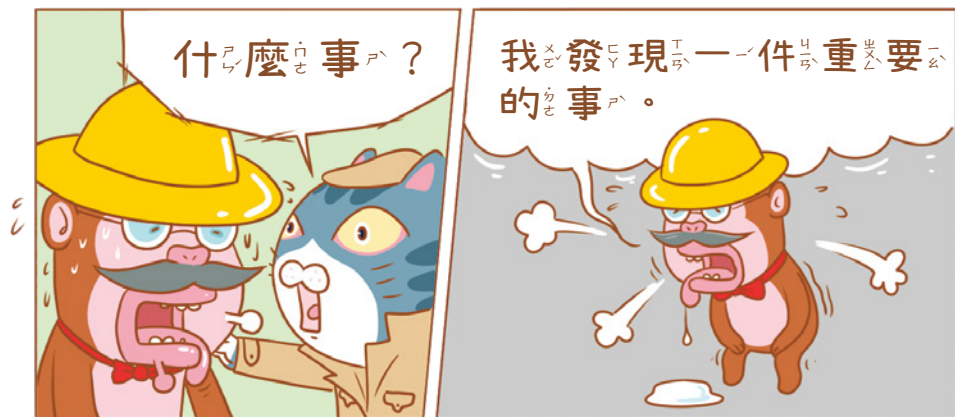
水^{スイ}果^カ

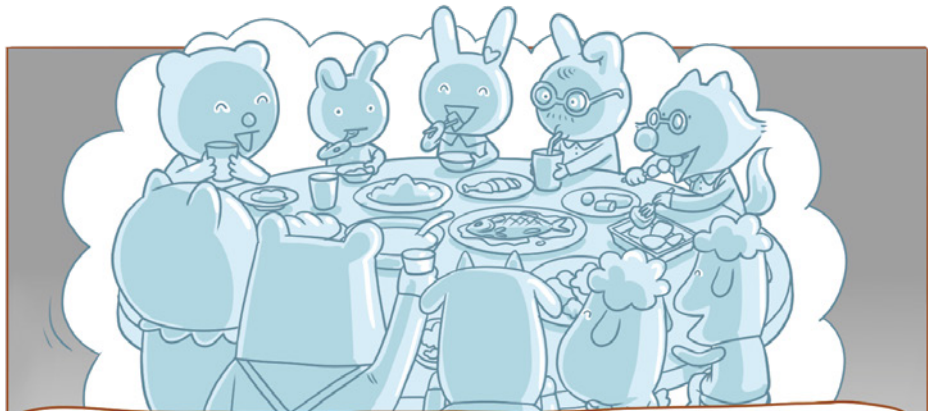


•



解答：熟食^{マタシキ}放^{ハク}上^{ジョウ}層^{レイ}；水果^{スイカ}放^{ハク}中^{チュウ}層^{レイ}；生^{ナマ}的^テ蝦^{エビ}蟹^{カニ}放^{ハク}下^ゲ層^{レイ}。





這五個人在森林年終餐會那天，
剛好坐在同一桌。





不過我們在餐會前一天就沒有症狀了，想說不會傳染給別人，就放心的去參加餐會了。

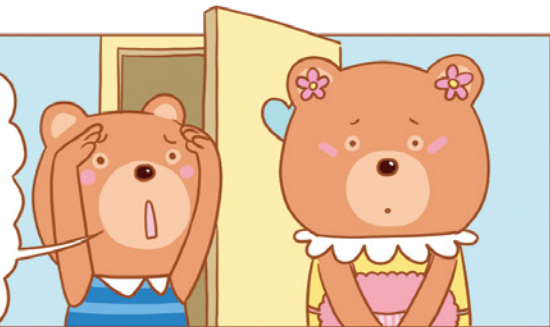


其實症狀消失後的48小時以內，都還是可能會傳染喔！



48
小時

啊？！對不起，我沒想到竟然會傳染……



對不起，那天
我沒有洗手，
也沒有使用
公筷母匙，害
大家生病……

好吃
好吃
好吃

諾羅病毒的
傳染力很強，
以後要更加
小心。

我們知
道了。

以後遇到疑
似食品中毒
案件，要把
吃剩的食品
密封起來放
在冷藏庫。

然後儘快通知衛生單位查驗，找出造成中毒的病菌元凶。



要冷藏，不可以冷凍喔！



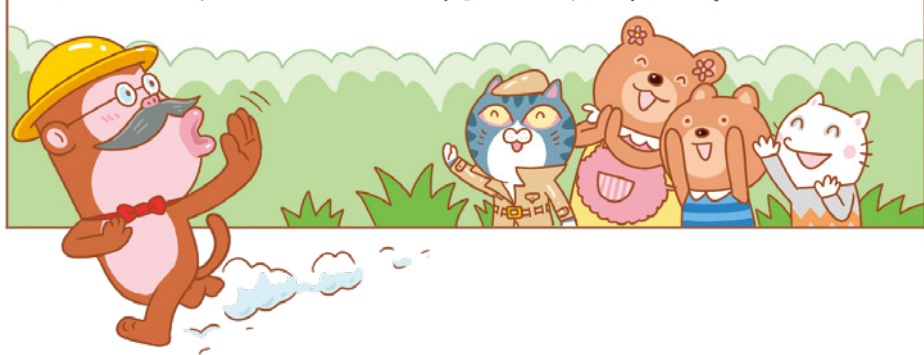
呵呵……



貓偵探真厲害，又破案了！



對了，我趕快去通知全村村民，要大家小心防範諾羅病毒！



大家要小心！
諾羅病毒！



貓偵探的食安推理故事：打擊食品中毒好安心 /
方秋雅文；BO2 圖。-- 初版。-- 臺北市：衛生福利部食品藥物管理署；新北市：康軒文教事業股份有限公司，2024.11

96 面；21X17 公分

ISBN 978-626-7461-53-2(平裝)

1.CST: 食品衛生 2.CST: 衛生教育 3.CST: 繪本

411.3

113013810

貓偵探的食安推理故事～打擊食品中毒好安心

文：方秋雅

圖：BO2

審訂：蔡宗佑、楊珣堯、陳若琳

責任編輯：黃仲翎

美術編輯：馮子庭

出版機關：衛生福利部食品藥物管理署

康軒文教事業股份有限公司

署長：莊聲宏

策畫審核：蔡淑貞、劉芳銘、蕭惠文、林蘭砮、楊依珍、徐千云

地址：115021 臺北市南港區研究院路一段130巷109號

網址：<https://www.fda.gov.tw>

電話：02-2787-8000

總策畫：陳文智

編輯部經理：鄭雯娟

圖書主編：廖曉君

美術主編：熊育賢

美術副主編：蔡資敏

行銷業務經理：陳玟甄

行銷企畫：劉力銘、何瑩芳

地址：231037 新北市新店區中興路2段218巷11號

登記證：新聞局版臺業字第4397號

出版日期：2024年11月初版

定價：260元

ISBN：978-626-7461-53-2

GNP：1011301251

康軒書屋網址：<http://www.k9books.com.tw>

製版印刷：綺益彩印科技股份有限公司

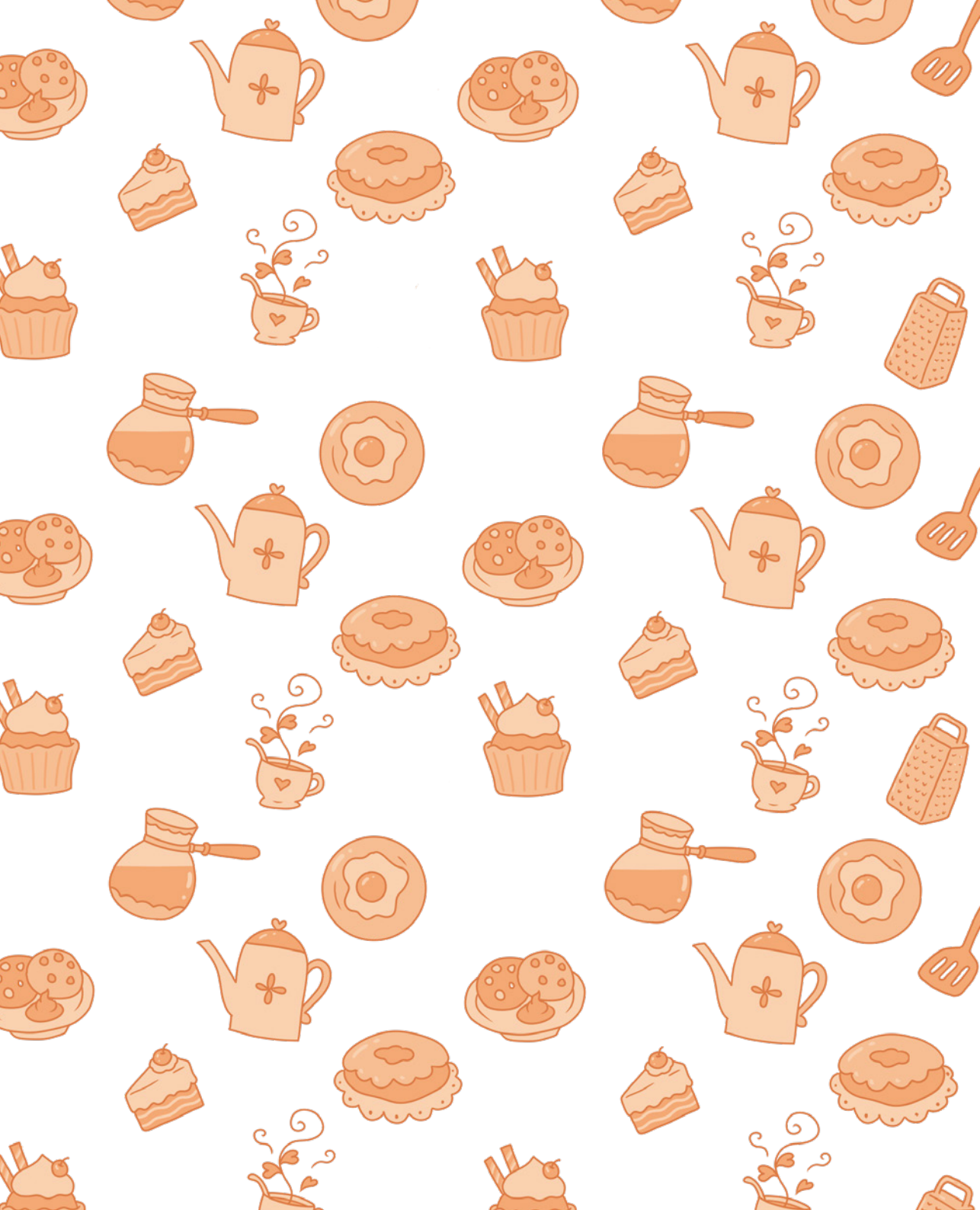
客服專線：(02)8665-1740

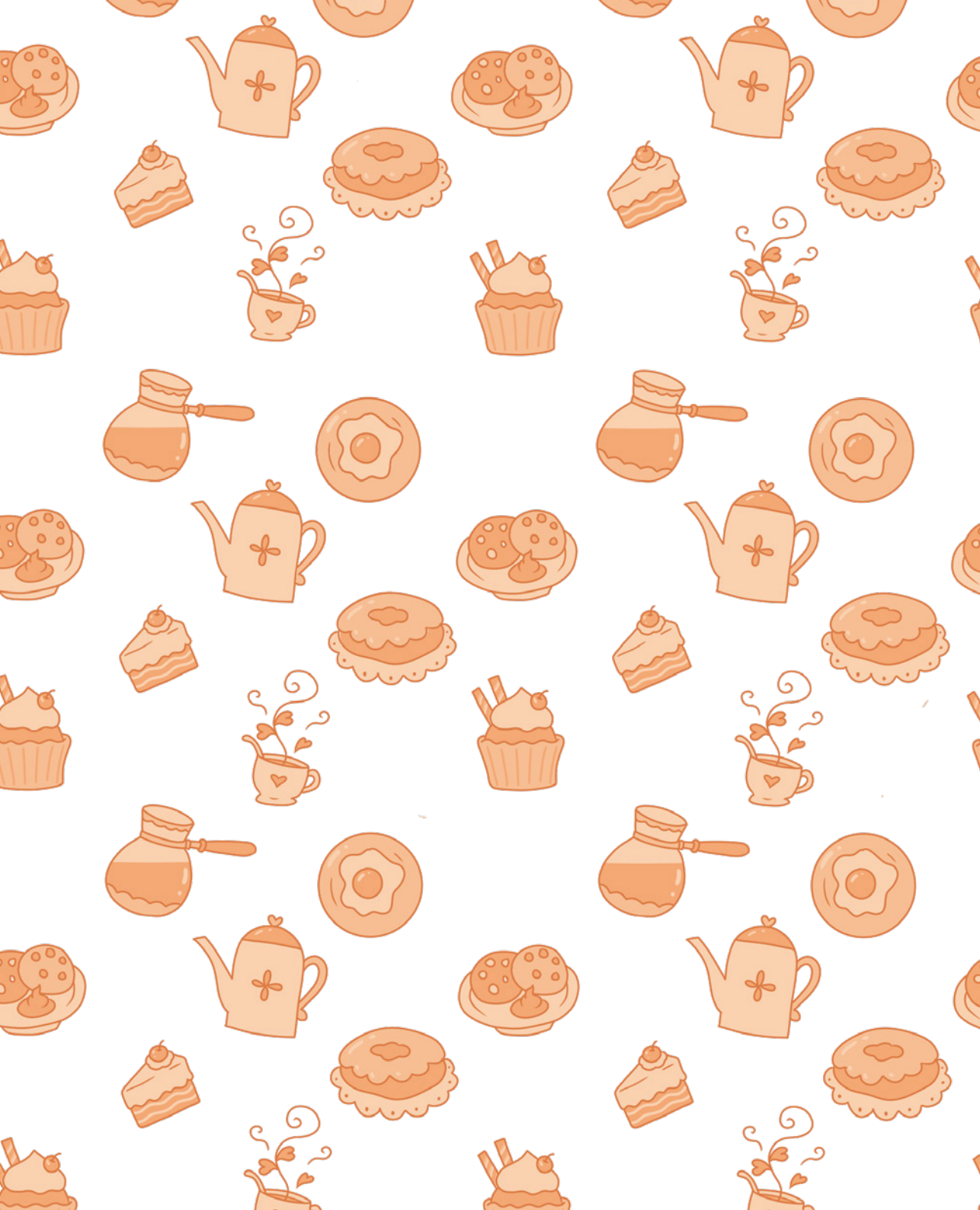
24小時傳真專線：(02)8665-1720

Copyright © Taiwan FDA. & Kang Hsuan Educational Publishing Corp.

有著作權・請勿侵害

如果您發現本書有缺頁、倒裝、漏印、嚴重汙損等情形，請接受本公司誠摯的歉意，並請寄回公司，我們將立刻為您服務。





專為中低年級孩子量身打造的系列書，以淺顯易懂的文字，搭配趣味橫生的故事情節，以及饒富童趣、引發想像力的插圖，為孩子搭建一座通往文字世界的橋梁。

森林村的年終餐會熱鬧展開，大家盡情享用美食，氣氛歡樂無比。可是，兩天後，小羊家和小兔家都有人感到不適，出現了嘔吐和拉肚子的症狀。究竟發生了什麼事？難道大家遇上食品中毒了？



食品安全，我也會！

- 🐾 要洗手
- 🐾 要新鮮
- 🐾 要生食、熟食分開
- 🐾 要澈底加熱
- 🐾 要注意保存溫度

食品安全與健康息息相關，我們要學會保護自己，才能避免因食物中毒而生病。這本書將會帶你學習安全、衛生的飲食原則，讓你成為自己和家人的食品安全守護者，確保每一餐都吃得健康又放心。

食品藥物管理署署長

許勝長

品名／貓偵探的食安推理故事～打擊食品中毒好安心
製造商，出版商／康軒文教事業股份有限公司
地址／231037 新北市新店區中興路二段 218 巷 11 號
統一編號／23142092 客服專線／(02)8665-1740
材質／紙、貼紙 產地／臺灣
適用年齡／7 歲以上

警告與注意事項

- 請勿置於嬰幼兒易取之處，若有小零件請勿放入口中，以免不慎吞食。
- 請遠離火源。
- 請在成年人陪同監護下使用，以維護安全性。



本書與「食藥署」合作出版



0-3



D3B224
2410002

康軒圖書出版

