



Persatuan Pengguna Pulau Pinang Consumers Association of Penang

檳城消費人協會 பினாங்கு பயனீட்டாளர் சங்கம்

10 Jalan Masjid Negeri, 11600 Pulau Pinang, Malaysia
Tel: 604-8299511 Fax: 604-8298109
email: consumerofpenang@gmail.com

Website: (English, BM, Chinese & Tamil)
<https://consumer.org.my>

facebook.com/ConsumerAssociationPenang
twitter.com/consumer_penang
instagram.com/consumer_penang

檳城消費人協會
2025年7月29日 文告

檳消協：如何应对大马食品涨价

食品涨价，社交媒体充斥着各种比价和抱怨，生活压力增加令人民怨声载道。檳城消費人協會（CAP）认为，消费者与其抱怨，不如寻求其他方法来管理和解决问题。

调查显示，现今家庭一日三餐的开支占收入的近三分之一，而5年前只占四分之一。许多消费者保持观望，但食品价格不可能下降，反而会继续上涨。

应对方法之一，是政府毫不犹豫的推行紧缩政策。展开全国性醒觉运动，教育和辅导消费者进行节俭。这项行动应包括中小学生、高校学生、公共和私营部门以及大小家庭。

社区菜园和屋顶农场，以及数码市场是绕过中间商降低食物价格的途径。有效执行，可降低食物价格和为年轻人制造就业机会。

外卖经常高含脂肪、糖和盐，导致我国成为东南亚糖尿病、中风和心脏病发病率最高的国家之一。专家认为，大马人吃太多高热量食物了。

每个家庭必需有价格意识，节省但不要吝啬。确保每一项开销，都是合理和有需要的。

檳消協提醒消費者，每日餐飲必需注意健康與衛生，避免病從口入。全方位的措施迫在眉睫，解決方案是從每個家庭的廚房做起。家常菜比任何飲食都更好，更健康同時又能省錢。

为了应对食品价格上涨和人民健康状况恶化，檳消協呼吁：

- 教育部在学校开设烹饪课程，不分性别的指导学生。年轻人必须学习为自己和家人准备有营养的餐饮。
- 卫生部推展健康饮食宣导运动。
- 农业及粮食安全部鼓励和支持社区菜园和屋顶农场。

檳城消費人協會主席
莫希丁阿都卡迪