四川省遂宁市市场监管局　遂宁市消委会
重庆市潼南区市场监管局　潼南区消委会
重庆市铜梁区市场监管局　铜梁区消委会
重庆市合川区市场监管局　合川区消委会
联合发布端午节消费提示

端午佳节将至，粽子是端午节必备的传统美食，各大商超粽子等端午食品消费也日渐升温，为维护消费者合法权益，四川省遂宁市、重庆市潼南区、铜梁区、合川区市场监管局、消委会联合发布端午节消费提示，提醒广大消费者在选购粽子时要注意以下几点:

一、购买渠道要正规。消费者在选购粽子时应从正规渠道购买。选择储藏条件较好，符合卫生要求的正规商场、超市和市场购买。通过电商平台购买的需冷冻或冷藏储运的粽子，接收时应确认是否为低温条件，尽量选择物流条件成熟的电商平台。

二、查看包装要仔细。仔细查验产品包装是否完整，厂名、厂址、生产日期、保质期等标识是否齐全。注意查看包装是否有破损、漏气或胀袋等现象，食用前查看有无色变或霉点、异味等异样。

三、保存方式要得当。对于真空包装类和速冻类粽子，在食用前都要彻底加热，预包装粽子可按照标签标示的食用

方法进行加工制作，确保粽子蒸熟煮透后再食用。速冻粽子应在冰箱冷冻室存放，不可常温存放；未食用的粽子需在放凉、水分沥干后冷藏或冷冻。自制粽子保质期短，最好现包现吃，没吃完的粽子需在放凉、水分沥干后冷藏或冷冻，再次食用时须彻底加热。

四、特殊人群需留意。粽子虽然美味，但因其主要成分为糯米，过量食用可能导致消化不良。建议消费者根据自身身体状况适量食用，切勿贪多。对于糖尿病患者、老人、儿童等特殊人群，在选择粽子时应更加谨慎。糖尿病患者应尽量选择低糖或无糖的粽子；老人和儿童在食用时应适量，并避免过于油腻或不易消化的馅料。

五、购物凭证要留存。节日期间消费购物时，应保留好消费凭证，无论是线上或线下消费，应及时向商家索取购物发票，保留线上订单记录、与商家的聊天记录、商家宣传资料等凭证。一旦发生消费纠纷，先与经营者协商解决，如协商不成可拨打 12315 投诉举报热线、12345 政务服务热线，登录全国消协智慧 315 平台或向当地消委组织投诉举报。

2025 年 5 月 22 日