
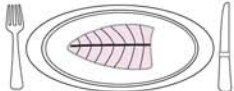



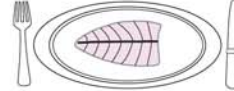







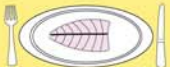




以下進食魚類份量建議可減少與水銀、DDT 及 PCB 等化學品的接觸

<p>琅牙魚 Barracuda</p> 	<p>兩個區域</p>  <p>每月 2 至 4 餐</p>
<p>黃尾駿 Pacific (chub) mackerel</p>  <p>沙鑽魚 Top smelt</p>  <p>鰹魚 Bonito</p> 	 <p>每月 4 餐</p>
<p>Rockfishes</p> <p>石班 Sculpin, (scorpionfish)</p>  <p>石九公 Black croaker (kingfish, tomcod)</p>  <p>河鱸 Surf perch</p>  <p>花鱸 Kelp bass (calico bass)</p>  <p>Queenfish 馬友</p>  <p>鮫魚 Corbina</p> 	<p>紅色區域</p>  <p>每月 1 至 2 餐</p> <p>黃色區域</p>  <p>每月 4 餐</p>
<p>小白花魚/黃花魚 White croaker (kingfish, tomcod)</p> 	<p>不可進食</p>  <p>每月 2 餐</p>

圖像是由 Cabrillo Marine Aquarium, NOAA 及 Montrose Settlements Restoration Program 提供。
畫家：Evie Templeton。技術顧問：M. James Allen(SCCWRP)。

注意

以上魚類每月不可進食合共超過四餐以。這包括以上各種魚類的不同組合，例如，若你在這個月內已吃了兩餐鰹魚及兩餐馬友，那麼你在這個月裡便不可再吃以上任一種魚了。

以上建議是按州政府 DDT 及 PCB 化學品消耗建議與全國水銀指南而提出的。

