

アニサキスによる食中毒を予防しましょう

生鮮魚介類に寄生したアニサキスによる食中毒が発生しています

鮮度を徹底！ **目視**で確認！ **冷凍・加熱**で予防！

アニサキスの特徴

- ◆寄生虫（線虫類）
- ◆約2cm～3cmで、白色の少し太い糸状
- ◆アニサキス幼虫が寄生している魚介類
サバ、イワシ、カツオ、サケ、イカ、サンマ、アジなど

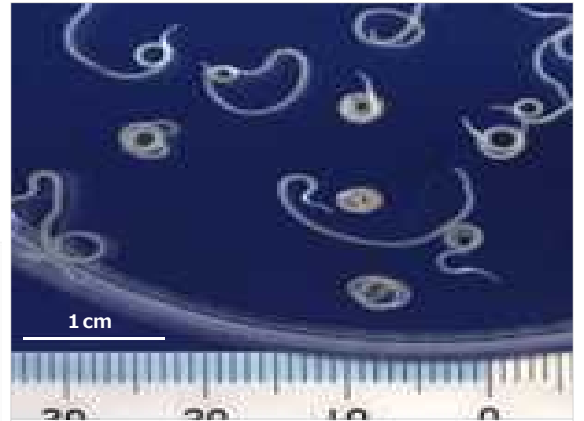


提供：（公財）目黒寄生虫館・小川和夫館長

食中毒の症状

- ◆アニサキス幼虫が寄生する生鮮魚介類を食べた後、数～十数時間後に、激しいみぞおちの痛み、悪心、嘔吐。
→ 急性胃アニサキス症
- ◆十数時間後以降に、激しい下腹部痛、腹膜炎症状など。
→ 急性腸アニサキス症

食中毒発生状況（患者数）



魚の内臓及び筋肉に寄生したアニサキス幼虫と拡大写真

予防方法

- ◆**新鮮な魚を選び、速やかに内臓を取り除く。**
※アニサキス幼虫は鮮度が落ちると、内臓から筋肉に移動することが知られている。
- ◆**魚の内臓を生で提供しない。**
- ◆**目視で確認して、アニサキス幼虫を除去する。**
- ◆**冷凍する。**（-20℃で24時間以上）
- ◆**加熱する。**（60℃で1分、70℃以上）
※一般的な料理で使う食酢での処理、塩漬け、しょうゆやわさびでは、アニサキス幼虫は死滅しない。

海外のアニサキス食中毒等の予防対策

- ◆**コーデックス**
中心部の加熱（60℃で1分）又は冷凍（-20℃で24時間）
- ◆**米国**
生食用の魚は、-35℃以下で15時間以上又は-20℃以下で7日間以上等の冷凍
- ◆**EU**
生食用の魚介類は、-35℃で15時間以上又は-20℃で24時間以上の冷凍

厚生労働省ホームページ「アニサキスによる食中毒を予防しましょう」もご覧ください。
<http://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/0000042953.html>