

食品衛生 FAX 通信

令和7年 10・11 月号

各食品取扱い店 店長 様

～ 10・11 月の目標 ～

ヒスタミン食中毒にご注意を！

◆ヒスタミン食中毒とは？

○原因食品

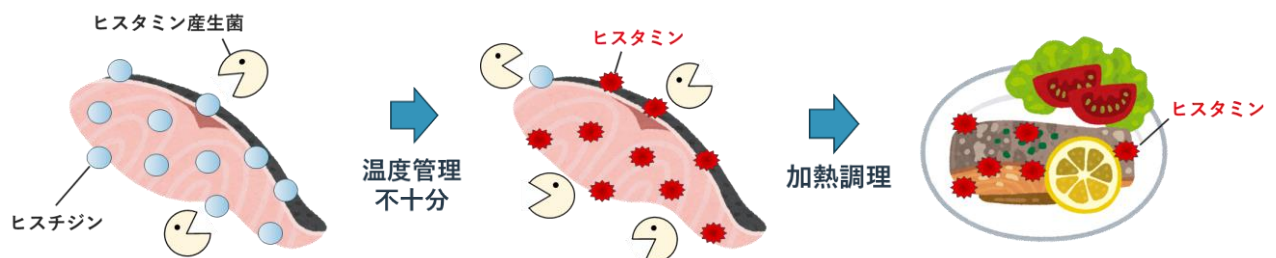
赤身魚（マグロ、ブリ、サンマ、サバ、イワシ等）やその加工品等

○症状

食べた後 1 時間以内に、顔面に発赤、じんましん、頭痛、おう吐、下痢等

○ヒスタミン食中毒が発生する原因

魚の身にはヒスチジンというアミノ酸が含まれています。海水中には、ヒスチジンをヒスタミンに変えるヒスタミン産生菌が存在しており、魚の身にも付着しています。常温で放置する等、不適切な管理を行うとヒスタミン産生菌が増殖してヒスタミンを産生します。ヒスタミンは加熱しても分解されないため、食品中に多く蓄積したヒスタミンが調理後も残ってしまい、それを摂取して食中毒が発生します。



◆ヒスタミン食中毒を起こさないためのポイント！

- | | |
|-----------------------------------|---|
| ① 納入時の温度確認を行う！
／ 信頼できる業者から仕入れを | ② きちんと冷蔵・冷凍保管する！
／ 毎日の冷蔵庫の温度点検と記録の実施 |
| ③ 解凍する時は冷蔵で！
／ 再凍結・解凍を繰り返さない | ④ 冷蔵でも長期保管はしない！
／ 0～5℃でも増えるヒスタミン産生菌も存在 |

問合せ先

島しょ保健所大島出張所

TEL 04992-2-1436

島しょ保健所三宅出張所

TEL 04994-2-0181

島しょ保健所大島出張所新島支所

TEL 04992-5-1600

島しょ保健所八丈出張所

TEL 04996-2-1291

島しょ保健所大島出張所神津島支所

TEL 04992-8-0880

島しょ保健所小笠原出張所

TEL 04998-2-2951