

アニサキス食中毒について、ご存じですか？

アニサキスは魚介類に寄生する寄生虫で、近年、全国で発生した食中毒において最も件数の多い病因物質となっています。生の魚介類を食べることで、食中毒が起こることがあります。

アニサキスとは？

- 魚やクジラ等に寄生する寄生虫
- 体長2～3 cm、半透明白色で細長い
- アレルギーの原因となることもある

どんな魚にいるの？

サバ、アジ、サンマ、カツオ、イワシ、サケ、スルメイカなど



サバに寄生しているアニサキス
(出典：東京都健康安全研究センター)

どんな症状？

食後、数時間から十数時間程度で激しい腹痛。じんましんが出ることもある

原因食品は？

刺身、寿司、しめさばなど

アニサキス食中毒の予防方法は？

除去

特に内臓周辺を目視でよく確認

冷凍

中心部まで完全に-20℃・24時間以上

加熱

中心部まで70℃以上、または60℃なら1分以上

※通常の料理で用いる程度のワサビ、醤油、酢などはアニサキス対策として有効ではありません。

詳しくは

[食品衛生の窓 アニサキス](#)

[検索](#)

【この記事に関するお問合せ】生活環境安全課 食品衛生担当

6月1日～6月30日は「東京都HIV検査・相談月間」です

HIV/エイズとは

HIV（ヒト免疫不全ウイルス）に感染することによりからだの免疫力が低下します。その結果、健康な時には体内に入っても病気を起こさない弱い病原菌にも感染（日和見感染）して様々な症状が出る状態をエイズといいます。

感染経路・予防方法

HIVは、主に血液、精液、膣分泌液を介して感染します。感染力が非常に弱く、学校・職場等での日常生活では感染しません。HIV感染を予防するために、コンドームを使用した安全なセックスをこころがけましょう。

検査案内

早期発見・早期治療をすればエイズ発症を抑えられます。保健所や検査・相談室でHIVや梅毒の検査ができます。多摩府中保健所では**原則毎週木曜日**に検査を実施しています。気になることや不安があれば、検査を受けましょう。

- ※24時間いつでも予約可能です。
- ※検査は無料・匿名です。

[東京都HIV等検査予約サイト](#)

[検索](#)



【この記事に関するお問合せ】保健対策課 感染症対策担当

