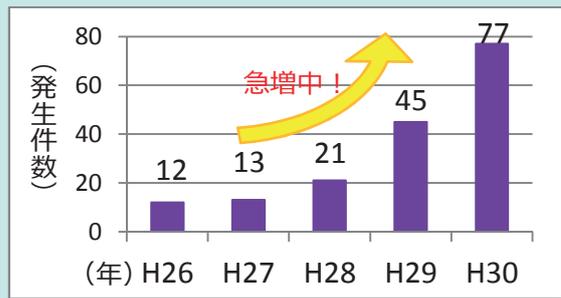


# ご存知ですか？アニサキスによる食中毒

平成30年に都内で発生した食中毒の病因物質第1位はアニサキスという寄生虫でした。この数年間で発生件数が急増しています。

アニサキスによる食中毒は、細菌やウイルスを原因とする食中毒と異なり、季節性はなく、年間を通じて発生しています。

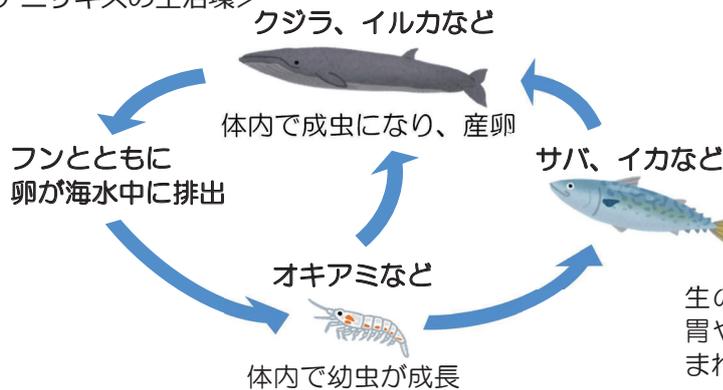


アニサキスによる食中毒発生状況（都内）

## アニサキスとは？

- ☆魚やクジラ等に寄生する寄生虫
- ☆アニサキス幼虫が寄生している主な魚介類  
サバ、カツオ、サンマ、イワシ、アジ、イカなど
- ☆幼虫の大きさは2～3cm、白色の少し太い糸状
- ☆主に魚介類の内臓に寄生するが、筋肉にも寄生
- ☆漁獲後、時間がたつと内臓から筋肉へ移動する傾向あり

＜アニサキスの生活環＞



生のまま食べると、胃や腸壁に侵入してまれに食中毒



## 食中毒の特徴は？

- ☆激しい腹痛
- ☆吐き気、おう吐を伴うことも
- ☆アニサキス幼虫が寄生した魚介類を生で食べてから8時間以内に発症することが多い

## 原因食品は？

- ☆シメサバ
- ☆寿司
- ☆刺身 など



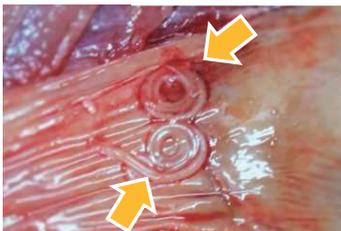
## 予防方法は、「冷凍」・「加熱」・「取り除く」です！

### 冷凍！

-20℃で24時間以上冷凍する。  
※内部まで完全に凍結しないとアニサキスは死にません。

### 加熱！

中心部まで十分加熱する。  
※筋肉内に寄生している場合、表面をあぶるだけでは死にません。



カツオの体内にいるアニサキス（丸く渦巻いている）

### 取り除く！

- ・新鮮な魚を選び、速やかに内臓を取り除く。
- ・調理する時や食べる時によく見て確認する。
- ・魚介類の内臓を生で食べない。

※アニサキスは、通常の料理で用いる程度のお酢、わさび、しょうゆなどでは死にません。

アニサキスについて詳しく知りたい方は

東京都 アニサキス

で

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

「保健所ねっと」R1年度 第1号 P3

