

飲食店・販売店・調理施設・給食施設などで
生鮮魚介類を扱う皆さまへ

魚介類に寄生した
アニサキスによる
食中毒が多く
発生しています

アニサキスによる 食中毒を予防しましょう



アニサキスの特徴

- ◆サバ、アジ、サンマ、カツオ、イワシ、サケ、ヒラメ、マグロ、イカなどに寄生する寄生虫
- ◆2～3cmで、白色の少し太い糸状

食中毒の症状

生の魚介類を食べた後、1時間から数日で症状が出現

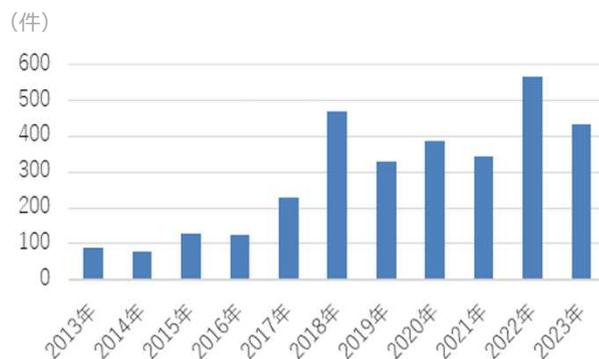
急性胃アニサキス症

12時間以内に、激しいみぞおちの痛み、吐き気、嘔吐。

急性腸アニサキス症

十数時間以降に、激しい下腹部の痛み。

アニサキス食中毒の発生状況



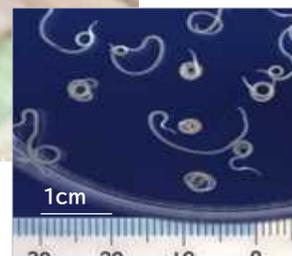
全国的にアニサキスによる食中毒が多く発生しています。

生食用は鮮度を徹底！ 目視で確認！

- ✓ より新鮮な魚を選び、速やかに内臓を取り除く。
※ アニサキス幼虫は寄生している魚介類が死亡し、時間が経過すると、内臓から筋肉に移動することが知られています。内臓が付いた魚を調理する場合は、速やかに内臓を取り除きましょう。
- ✓ 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。



提供: 東京都健康安全研究センター
サバに寄生したアニサキス幼虫の写真



中心部までの冷凍・加熱が有効！

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ません。

- 死滅させるには
- ✓ 冷凍する。(−20℃で24時間以上)
 - ✓ 加熱する。(70℃以上、または 60℃なら1分)

裏面も
ご覧ください。

魚を捌く時はよく見ましょう！

- ✓ アニサキス幼虫は2～3cmの大きさなので、よく見ると発見できます。
- ✓ 表面にいる時は、ブラックライトを使用すると光って発見しやすくなります。

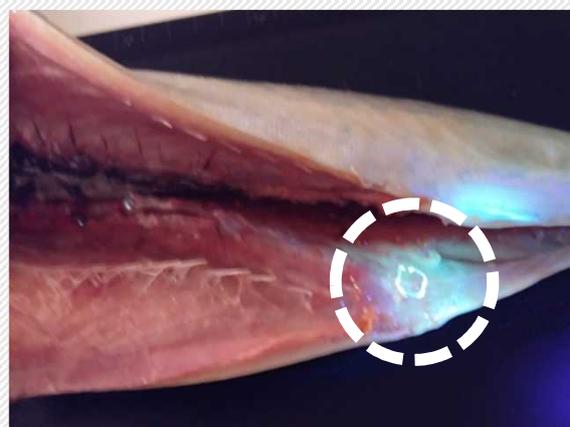
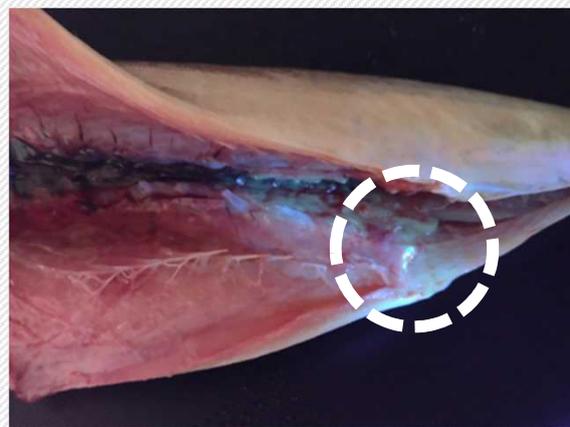
※ 筋肉の奥等に潜っている場合は見えないこともあります。

※ ブラックライトを当てても光らない種類もあります。



生で食べる時は、
腹身を除去することも有効です。
アニサキス幼虫は、魚が死んだ後、内臓から筋肉に移動するため、腹部(腹身)にいることが多いです。

いないように見えても、ブラックライト(波長365nm)で照らすと・・・



筋肉表面に潜り込んでいました。

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。

<https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/0000042953.html>

