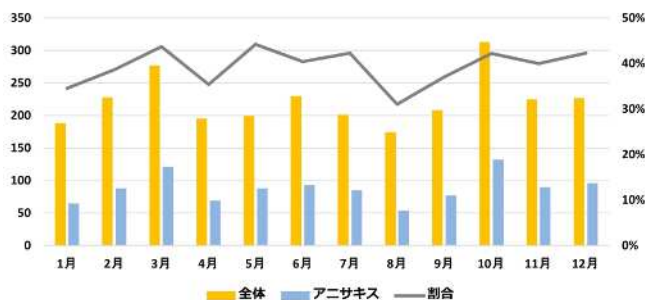


# アニサキス食中毒にご注意を！

## アニサキス食中毒発生状況

生きたアニサキス（幼虫）が付いたままの海産魚介類を生食、あるいは冷凍や加熱が不十分な状態で食べると、食中毒を引き起こすことがあります。右の図のとおりアニサキス食中毒は数多く発生しており、食中毒全体に占める割合は40%にもなります。

食中毒発生件数全体に占めるアニサキス食中毒発生件数と割合  
(令和元年～令和3年までの3カ年)



出典：農林水産省HP

## アニサキスとは？

アニサキスは寄生虫（線虫）の一種です。その幼虫は長さ2～3cm幅は0.5～1mmくらいで、白色の少し太い糸のように見えます。食中毒の原因となりやすいのはサバ、アジ、イワシ、ヒラメ、サケ、カツオ、イカ等の海産魚介類の刺身、冷凍処理をしていないシメサバなどの加工品です。



出典：国立感染症研究所HP

## アニサキス食中毒を防ぐためのポイント

### ①加熱する

中心温度60℃、1分以上でアニサキスは死滅します。

### ②冷凍する

-20℃、24時間以上でアニサキスは死滅します。

### ③丸ごと一尾で購入した魚はすぐに内臓を取り除く

寄生している魚介類が死亡すると、とどまっていた内臓から筋肉部位に移動することが知られています。

### ④見つけたアニサキスを取り除く

### ⑤醤油やお酢などの調味料では、アニサキスは死滅しません。



埼玉県マスコットコバトン

コバトン食の安心情報 令和4年度12月号  
12月28日発行



【お問い合わせ先】埼玉県保健医療部食品安全課 総務・安全推進担当  
電話：048-830-3422 FAX：048-830-4807 E-mail:a3420-07@pref.saitama.lg.jp