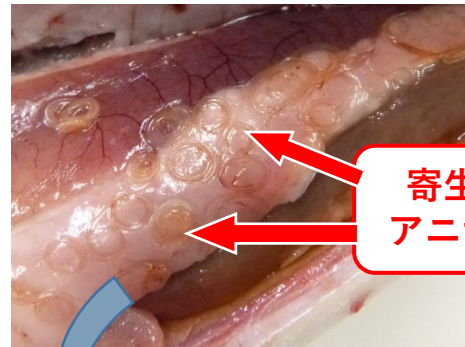


# アニサキスを知って 食中毒を予防しましょう

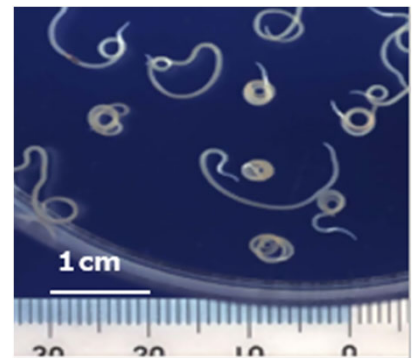
## アニサキスとは？

- ・アニサキスは寄生虫(線虫)の一種です。
- ・幼虫は、長さは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。
- ・アニサキス幼虫が寄生した魚介類を虫体除去等が不十分なまま生で食べることにより**食中毒**を起こすことがあります。



寄生している  
アニサキス幼虫

アニサキス幼虫  
を抽出した写真



写真提供：厚生労働省



## どんな魚にいるの？

- ・サバ、アジ、サンマ、カツオなどに寄生していることは有名ですが、ヒラメ、ブリ、イカなどにも寄生しています。
- ・オキアミを餌とする魚介類だけでなく、それらを餌とする**多くの魚介類にも寄生している**ため、注意が必要です。

## アニサキス食中毒の主な症状

- ・アニサキス幼虫が寄生した魚介類を虫体除去等が不十分なまま生で食べてから、主に数時間後から十数時間後に、みぞおちの激しい痛み、吐き気、嘔吐を生じます。(胃アニサキス症)



# アニサキス 食中毒 の予防方法

アニサキスによる食中毒が  
全国でも福岡市でも多数発生！！

## 1 新鮮な魚を選び、速やかに内臓を取り除く！

アニサキスは内臓に多くいますが、寄生している魚介類の死後は、筋肉(身)に移動することが知られています。



## 2 目視で確認して、アニサキスを除去する！

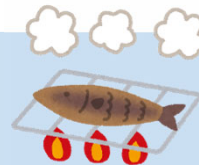
アニサキスは筋肉内にも寄生していることがあり、発見しづらいです。明るい部屋でカラーまな板などを使って複数人で確認しましょう。

## 3 冷凍処理をする！ **推奨**

マイナス20℃以下で24時間以上冷凍すると、死滅します。  
(内部までしっかりと冷凍する必要があります。)

## 4 加熱する！

60℃で1分、70℃以上では瞬時に死滅します。  
(中心部まで十分に加熱する必要があります。)



1～4以外の方法では、アニサキス食中毒の予防は**困難**です。

誤った知識などを信じないようにしましょう！！

ワサビ 、醤油 、酢  などで死ぬ **×**

よく噛めば大丈夫 **×**

## ★販売時の注意点★

- ・包装品については、生食用、加熱用の区別がつくよう表示を徹底しましょう
- ・加熱用の未包装品を販売する際は、消費者へ加熱用である旨の説明を確実にいきましょう

お問い合わせ／ご相談は 各区保健福祉センター(保健所) 衛生課食品係へ

東区	TEL 092-645-1111	FAX 092-645-1114	城南区	TEL 092-831-4219	FAX 092-843-2662
博多区	TEL 092-419-1126	FAX 092-434-0007	早良区	TEL 092-851-6609	FAX 092-822-5733
中央区	TEL 092-761-7356	FAX 092-761-8280	西区	TEL 092-895-7095	FAX 092-891-9894
南区	TEL 092-559-5162	FAX 092-559-5159			