

ご注意を!

\ 徹底的に!確実に! /

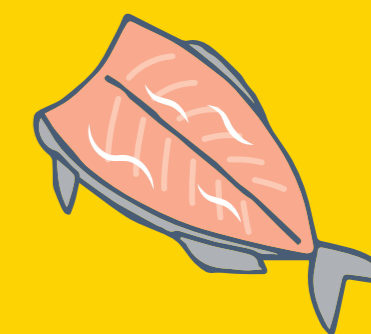
# アニサキス食中毒を 予防する3つのポイント!

アニサキスがついている生鮮魚介類も、確実に対策をすれば食べられます。



## 目視

目で見える大きさなので、  
よく確認して除去する。



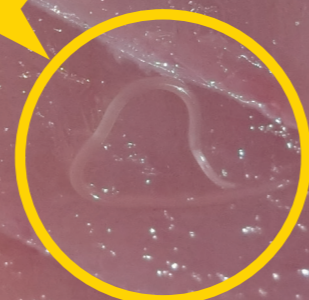
## 冷凍

マイナス20℃で24時間以上  
冷凍する。



## 加熱

70℃以上または60℃で  
1分以上加熱する。



### アニサキスとは

- 寄生虫 ● 幼虫の体長: 2~3cm
- 色: 半透明白色
- アニサキス幼虫が寄生している魚介類:  
サバ、アジ、サンマ、カツオ、イワシ、サケ、イカなど
- 魚介類に寄生するのは幼虫です。  
幼虫は卵を産むことはないため、魚介類に卵はついていません。

酢、塩、しょうゆ、ワサビ等では  
アニサキスは死滅しません!