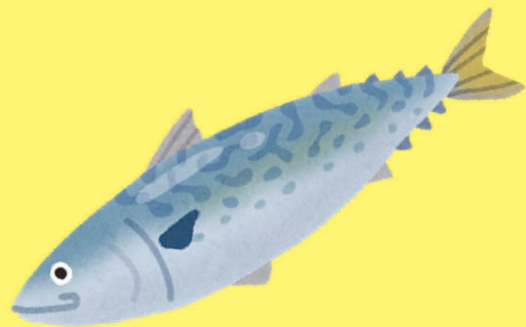


焼かぬなら

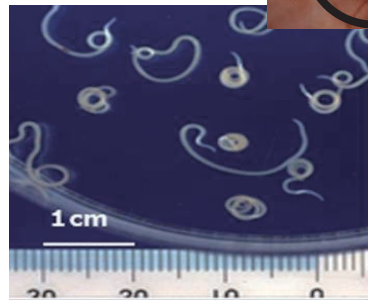
よくみて注意

アニサキス



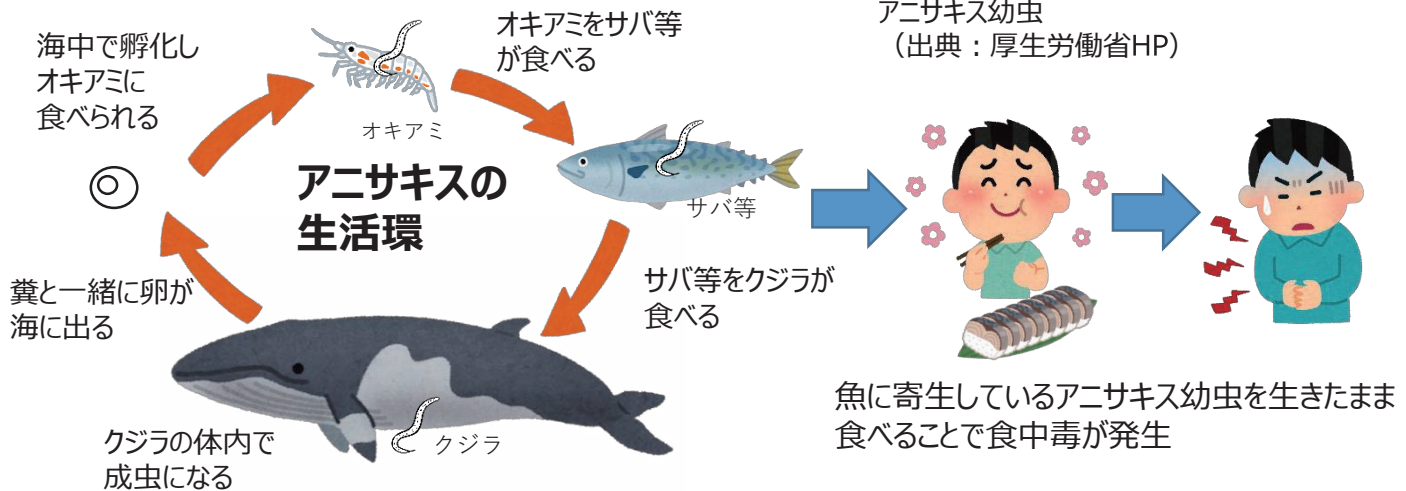
# アニサキスってなに？

- アニサキスは寄生虫の一種です。  
幼虫はサバ、アジ、サンマ、カツオ、イワシ、サケ、イカなどに寄生。成虫はクジラに寄生します。
- 寄生された魚を生や加熱不十分な状態で食べると、アニサキスが胃や腸に侵入し、**激しい腹痛**などを起こすことがあります。



実際にはこんな風に魚に付いてます。

アニサキス幼虫 (出典：厚生労働省HP)



## アニサキスによる食中毒は家庭でもよく起きています！

### ■ 鮮度を徹底 ■

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。内臓が付いた魚を買った場合は、速やかに内臓を取り除きましょう。

### ■ 目視で確認 ■

身の部分にアニサキス幼虫がついていないか、よく見て取り除きましょう。  
(大きさ、形：長さ約2～3cmで白色の糸状)

### ■ 冷凍・加熱が有効 ■

冷凍処理 (−20℃、24時間以上) や  
加熱 (70℃以上、または60℃なら1分)

\* 酢締め (しめサバなど)、  
塩漬、しょうゆやわさびでは、  
アニサキス幼虫は死にません

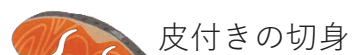
※まな板・包丁はこまめに洗いましょう

### 食中毒事例

原因食品：生秋鮭皮付き切身

原因施設：家庭

- スーパーで購入した加熱用の生秋鮭皮付き切身を**自宅で刺身に加工**
- 喫食途中で虫体を発見し喫食を中止したが2時間後に腹痛や嘔吐
- 医療機関にて患者の胃からアニサキス虫体**10匹以上**摘出
- 患者は鮭の切身は全て**安全に生食できるとの思い込み**があった



皮付きの切身



刺身

大阪府健康医療部生活衛生室食の安全推進課 06-6941-0351 (代)  
(お問合わせは最寄りの保健所へ)

令和5年6月作成