

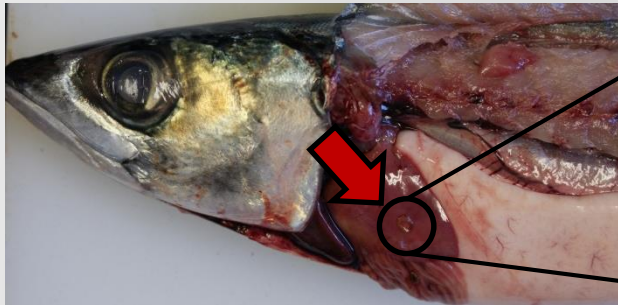


# アニサキス食中毒にご注意ください！！

## アニサキス食中毒とは！？

- ☑ アニサキスとは、主にサバ、サンマ、アジ、イカなどの内臓に見られる寄生虫で、寄生している魚が死ぬと、内臓から魚の身（筋肉）に移行します。
- ☑ アニサキスが寄生した魚などを生で食べると、アニサキスが胃や腸に侵入し、激しい腹痛などの症状を起こすことがあります。

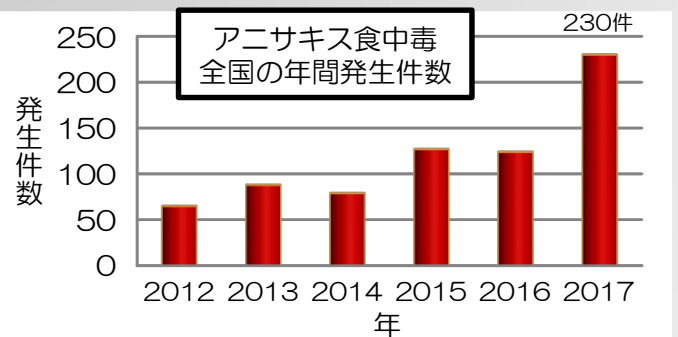
提供：下関市保健所



体長2cm～3cm

## アニサキス食中毒の発生状況は？

- ☑ アニサキス食中毒は2017年（平成29年）の病因物質別発生件数が全国で第2位となっています。
  - ☑ 魚介類の生食文化があるわが国では、年間2000人以上の患者が発生していると推定※されています。
- ※アニサキス症ファクトシート（食品安全委員会）より



## アニサキス食中毒を防ぐために

- ☑ アニサキスは、食酢での処理、塩漬け、醤油やわさびでは死にません。次の方法でアニサキス食中毒を防ぎましょう！

### Point① 新鮮

新鮮な魚を選び、速やかに内臓を取り除く！  
内臓は生で食べない！

### Point② 目視

魚の身（筋肉）を、しっかり目で見て確認し、  
アニサキスを確実に除去する！

### Point③ 冷凍or加熱

『**-20℃ 24時間以上**』で冷凍！  
『**60℃ 1分**』か『**70℃以上 瞬時**』で加熱！

また、刺身は薄く切って提供し、食べる時はよく噛むよう心がけましょう！