

アニサキスによる食中毒を予防しましょう

生鮮魚介類に寄生したアニサキスによる食中毒が発生しています

アニサキスによる食中毒（アニサキス症）について

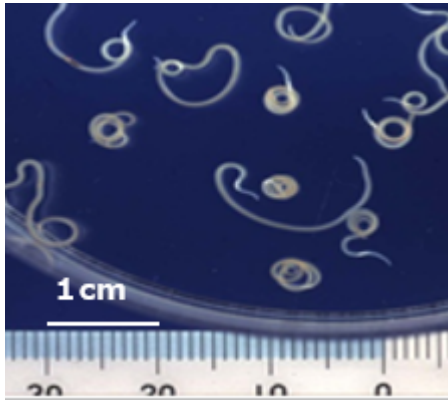
アニサキスって何？

アニサキスは寄生虫（線虫）の一種です。

その幼虫（アニサキス幼虫）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。

アニサキス幼虫は、サバ、アジ、サンマ、カツオ、イワシ、サケ、イカなどの魚介類に寄生します。

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。



アニサキスによる食中毒はなぜ起こるの？

アニサキス幼虫が寄生している生鮮魚介類を生（不十分な冷凍又は加熱のものを含まず）で食べることで、アニサキス幼虫が胃壁や腸壁に刺入して食中毒（アニサキス症）を引き起こします。



提供：東京都健康安全研究センター

サバに寄生したアニサキス幼虫の写真

アニサキスによる食中毒（アニサキス症）の症状は？

◆ 急性胃アニサキス症

食後数時間後から十数時間後に、みぞおちの激しい痛み、悪心、嘔吐を生じます。

◆ 急性腸アニサキス症

食後十数時間後から数日後に、激しい下腹部痛、腹膜炎症状を生じます。

※ 多くが急性胃アニサキス症です。

※ 激しい腹痛があり、アニサキスによる食中毒が疑われる際は速やかに医療機関を受診してください。



胃の粘膜に潜入するアニサキス幼虫



内視鏡の先端に装着された鉗子でアニサキス幼虫を
摘出する（診断と治療を兼ねる処置）

提供：立川相互病院消化器内科・浦崎裕二先生

アニサキスによる食中毒の予防方法は？

まずは、**鮮度**を徹底！**目視**で確認！
さらに、**冷凍・加熱**が有効！

消費者の皆さまへ

- ◆ 魚を購入する際は、新鮮な魚を選びましょう。また、丸ごと1匹で購入した際は、速やかに内臓を取り除いてください。
- ◆ 内臓を生で食べないでください。
- ◆ 目視で確認して、アニサキス幼虫を除去してください。

※ 一般的な料理で使う食酢での処理、塩漬け、醤油やわさびを付けても、アニサキス幼虫は死滅しません。

事業者の皆さまへ

- ◆ 新鮮な魚を選び、速やかに内臓を取り除いてください。
- ◆ 魚の内臓を生で提供しないでください。
- ◆ 目視で確認して、アニサキス幼虫を除去してください。
- ◆ 冷凍してください。(-20℃で24時間以上冷凍)
- ◆ 加熱してください。(70℃以上、または60℃なら1分)

※ 一般的な料理で使う食酢での処理、塩漬け、醤油やわさびを付けても、アニサキス幼虫は死滅しません。

事業者向けリーフレットはこちらからダウンロードできます。ご自由に印刷してご活用ください。

 [リーフレット \[PDF形式: 165KB\]](#) 



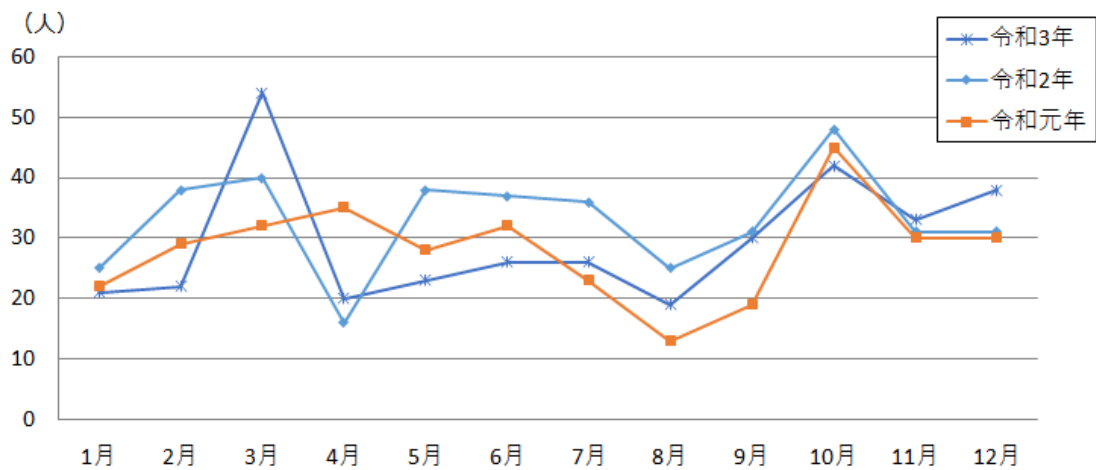
海外のアニサキス食中毒等の予防対策

- ◆ コーデックス ([CAC/RCP52-2003](#))
中心部の加熱 (60℃で1分) 又は冷凍 (-20℃で24時間)
- ◆ 米国 ([Fish and Fishery products Hazards and Control Guidance -4th Edition](#))
生食用の魚は、-35℃以下で15時間以上又は -20℃以下で7日間以上等の冷凍
- ◆ E U ([Regulation \(EC\) No 853/2004](#))
生食用の魚介類は、-35℃で15時間以上又は-20℃で24時間以上の冷凍

過去3年間のアニサキスによる食中毒発生状況

アニサキス食中毒発生状況（患者数）

	1月	2月	3月	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	総計
令和3年	21	22	54	20	23	26	26	19	30	42	33	38	354
令和2年	25	38	40	16	38	37	36	25	31	48	31	31	396
令和元年	22	29	32	35	28	32	23	13	19	45	30	30	338



アニサキス食中毒に関するQ&A

[アニサキス食中毒に関するQ&A](#)

関連ホームページ

[国立感染症研究所 アニサキス症とは](#) 

[内閣府食品安全委員会 ファクトシート「アニサキス症」](#) 

[農林水産省 食中毒を起こす細菌・ウイルス・寄生虫図鑑（アニサキス（寄生虫線虫類））](#) 

[公益財団法人目黒寄生虫館](#) 

お問い合わせ先

医薬・生活衛生局 食品監視安全課

TEL:03-5253-1111（内線4244）



[PDFファイルを見るためには、Adobe Readerというソフトが必要です。Adobe Readerは無料で配布されていますので、こちらからダウンロードしてください。](#)