

フードコミュニティ いしかわ

第30号
第2版

2022年3月発行

アニサキス(寄生虫)による食中毒に注意! ～予防のポイント～

石川県では、日本海などの漁場で水揚げされた新鮮で豊富な魚介類が地元住民はもとより観光客にも多く提供されており、生鮮魚介類を寿司や刺身など生で食べる機会がたくさんあります。

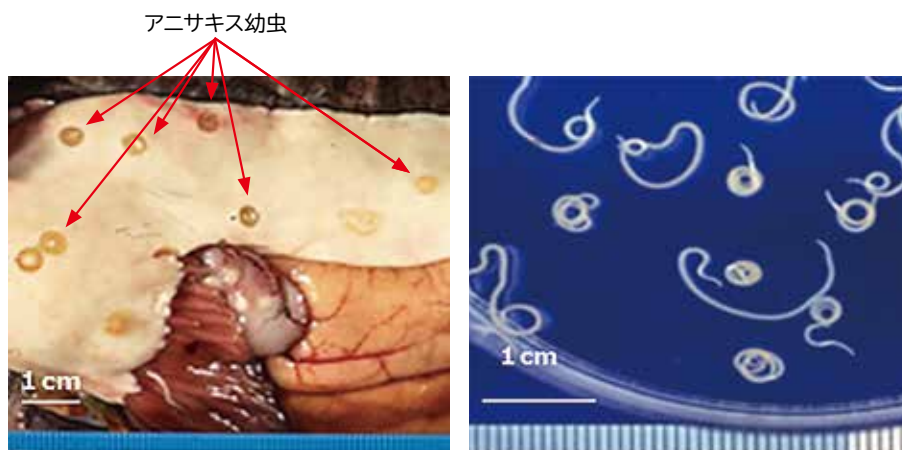
近年、サバやイカなどの魚介類に寄生したアニサキスによる食中毒の発生が多く報告され、注目される食中毒であることをご存知でしょうか。

ここでは、アニサキスについての正しい知識と、アニサキスによる食中毒の発生を予防するためのポイントをご紹介します。

アニサキスって何?

アニサキスの特徴

- ・ 寄生虫(線虫類)の一種で、その幼虫が魚介類に寄生
- ・ 約2～3cmで、白色の少し太い糸状
- ・ 多くは内臓表面に寄生しているが、魚介類が死亡し、時間が経過すると魚介類の内臓から筋肉に移動する。



(写真提供:厚生労働省) 魚の内臓に寄生したアニサキス幼虫(左)と拡大写真(右)

食中毒の原因となりやすい魚介類

アニサキスの幼虫はサバ、イカ、アジ、イワシ、カツオ、サンマ、ホッケ、サケなどの、海でとれるさまざまな魚介類に寄生します。

そのため、主に刺身、シメサバ、寿司等の魚介類の生食が食中毒の原因となります。

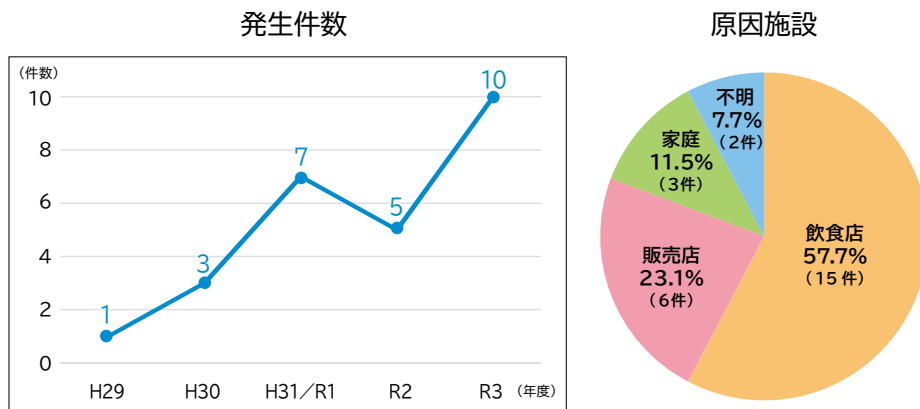


アニサキスによる食中毒の発生状況は？

近年、石川県内でアニサキスによる食中毒の探知件数が急増しています。

飲食店、販売店の他、家庭の調理においても発生しており、アニサキス1匹でも食中毒が起きるので注意が必要です。

アニサキスによる食中毒(石川県)※



※令和4年3月14日時点の探知件数

食中毒の症状は？

【胃アニサキス症】

アニサキスによる食中毒の多くが、胃アニサキス症です。アニサキスの幼虫が胃に刺さることで起こります。

発症までの時間 アニサキスが寄生した魚介類を食べてから、数時間から十数時間後

症状 みぞおちの激しい痛み、吐き気、嘔吐など

【腸アニサキス症】

アニサキスの幼虫が腸に刺さることで起こります。

発症までの時間 アニサキスが寄生した魚介類を食べてから、十数時間から数日後

症状 下腹部の激しい痛み、腹膜炎症状など

【アレルギー】

アニサキスが原因で、じんま疹などのアレルギー症状を起こした事例も報告されています。

治療方法

胃等の内視鏡検査時にアニサキスを摘出することが最も効果的です。



アニサキス食中毒をどのように予防すればよいですか？

除去

- ・ 生鮮魚介類を購入して刺身に調理する時は、鮮度を重視し、アニサキスがないかしっかりと目視で確認しましょう！
- ・ 発見したら、確実に除去しましょう！
- ・ 内臓は速やかに除去しましょう！



○アニサキスの多くは魚介類の内臓に寄生し、鮮度が落ちると筋肉部に移動することがあるため、より新鮮な魚を選び速やかに内臓を取り除き、低温（4℃以下）で保存します。

○魚介類の内臓を生で喫食しないようにしましょう。

○特に内臓周辺の筋肉を目視でよく確認し、薄くそぎ切りにして虫体を発見・除去しましょう。

○アニサキスは傷を受けると、人体内の胃壁や腸壁への侵入性が著しく低下するので、魚介類を細かく刻むことも有効です。



ブラックライトから放射される紫外線でアニサキスを肉眼で判別しやすくなるとの報告もある。



←タラの内臓の写真

ブラックライトを照射した写真
白く判別できるアニサキス



ブラックライト
(紫外線照射器)
をあてて見ると



(写真提供：岐阜県)

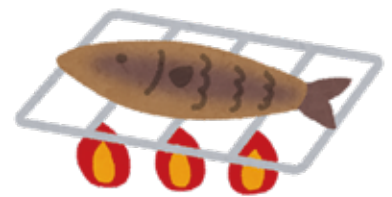
冷凍

-20℃で24時間以上冷凍すると死滅します。



加熱

70℃以上又は60℃なら1分間以上加熱すると死滅します。



60℃1分間以上加熱

※一般的な料理で使う程度の量や濃度の、酢、塩、わさびなどでは、アニサキス幼虫は死滅しません。



※シメサバにも注意しましょう。

フグの素人調理は危険です！ 絶対にやめましょう！

海釣りでフグが釣れても、

「持ち帰らない」、「食べない」、「人にあげない」

<フグの毒>

フグは「テトロドトキシン」という猛毒を持っています。フグの種類により有毒部位が異なり、筋肉や皮に毒を持つ種類もあります。また、フグの毒は熱に強く、加熱してもなくなることはありません。

<フグによる食中毒の発生状況>

石川県におけるフグによる食中毒は、過去25年間（平成9～令和3年度）に10件発生しています。

そのほとんどは、無資格者による販売や、釣ったフグを家庭で素人調理することにより起きており、1名の方が亡くなっています。



※石川県ではフグによる食中毒を防止するため、平成18年に条例を制定し、フグを処理する場合は、免許を持つ資格者又は資格者の立ち合いの下で指示を受けて調理する者が、許可を受けた施設において行うこととしています。また、石川県の特産品であるフグの卵巣の糠漬けなどの塩蔵加工品は、出荷前に検査を行い、基準に適合していることが確認されています。

食品衛生に関する問い合わせ

食品衛生やHACCPなどに関するお問い合わせや相談は、下記にご連絡ください。

相談先	電話番号	相談先	電話番号
石川県健康福祉部薬事衛生課	076-225-1443	能登中部保健福祉センター 食品保健課	0767-53-2482
南加賀保健福祉センター 食品保健課	0761-22-0794	能登北部保健福祉センター 食品保健課	0768-22-2011
石川中央保健福祉センター 食品保健課	076-275-2253	金沢市保健所 衛生指導課	076-234-5112

石川県 健康福祉部 食品安全対策室

〒920-8580 石川県金沢市鞍月1丁目1番地 電話 076-225-1445

メールアドレス foodsafety@pref.ishikawa.lg.jp

ホームページ 『いしかわの食の安全・安心情報』

[いしかわ 食の安全](#)

[検索](#)