予防しよう! ~*アニサキスから身を守るために*~

家庭でできる対処法

- ① 60℃で | 分以上の加熱 ② 目で見て取り除く
- ・釣りをされる方は、釣った魚はなるべく早くさばいてください!内臓に生息するアニサキスが筋肉(身)に移行してしまいます。
- ・お酢や醤油、ワサビに漬けてもアニサキスは死滅しません!しめサバでもアニサキスは生き残ります。
- ・魚介類は冷凍処理されたものを購入しましょう! アニサキスは-20℃で24時間以上の冷凍でも死滅します。 家庭用冷凍庫では難しいため、冷凍処理済みの魚介類を購入することをおすすめします。

アニサキスによる食中毒発症の流れ

アニサキスとは

魚介類に寄生している寄生虫で、 サバ・カツオ・サンマ・サケ・イ カ・アジなど多くの魚介類に寄生し ています。

体長2-3cmほどで、白色・糸状の 見た目をしています。

アニサキスが寄生した生の魚介類を 食べると、食後数時間~10数時間 後に激しい腹痛・おう吐などを発症 します。

アニサキスについて詳しく知りたい 方はこちらのQRコードへ!

横浜市 ホームページ 厚生労働省 ホームページ





人目線







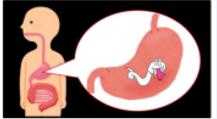


アニサキス目線









制作:横浜市立横浜総合高校の生徒たち

編集・監修:横浜市南福祉保健センター生活衛生課 TEL:045-341-1191

発行:令和6年3月