



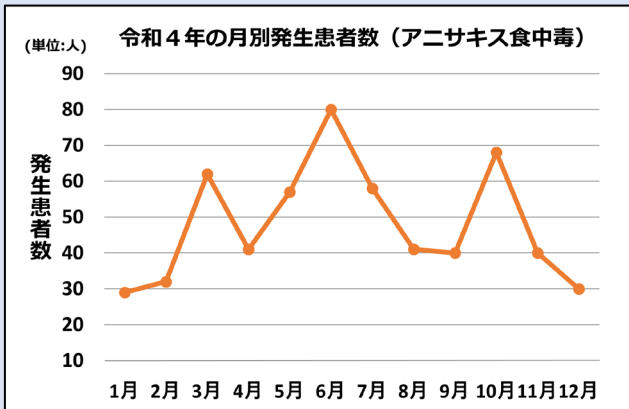
海の幸を楽しむために ～アニサキス症の予防～



全国で、アニサキスによる食中毒が毎年多く発生しています！

生きたアニサキス（幼虫）が付いたままの海産魚介類を生食、あるいは冷凍や加熱が不十分な状態で食べると、食中毒を引き起こすことがあります。

アニサキスによる食中毒は一年を通して発生しています！



原因となりやすい食品は、サバ、サンマ、アジ、イワシ、ヒラメ、サケ、カツオ、イカ等の海産魚介類の刺身、冷凍処理をしていないシメサバなどの加工品です。



美味しい魚料理を安全に楽しむために、以下のポイントに気をつけて、アニサキスによる食中毒を予防しましょう！

海の幸を楽しむために～特に気をつけたいポイント～

○鮮魚を丸ごと一尾で購入したらよく冷やして持ち帰り、**すぐに内臓を取り除きましょう。**魚の内臓を生で食べることは避けてください。



○**十分な冷凍**（-20℃で24時間以上または -18℃で48時間以上）や**加熱調理**（中心温度60℃で1分以上）でアニサキス幼虫は死にます。



○酢や塩、しょうゆ、ワサビなどの調味料では、**アニサキス幼虫は死にません！**



海の幸を安全に楽しむために～アニサキス症の予防～（農林水産省HP）
https://www.maff.go.jp/j/syouan/seisaku/foodpoisoning/f_encyclopedia/anisakis.html

農林水産省消費・安全局食品安全政策課

