

## アニサキスによる食中毒に注意！

東京都における直近3年間での病因物質別の食中毒件数トップは**アニサキス！！**



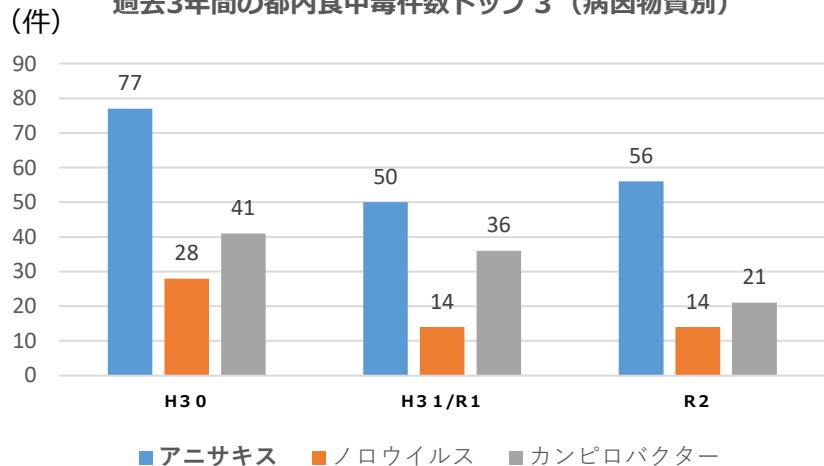
近年、アニサキスによる食中毒の件数が増加しています。

鮮魚・活魚の広域流通システムの発達により、様々な種類の魚介類が生食されるようになったことが、要因の1つとされています。

### アニサキスとは

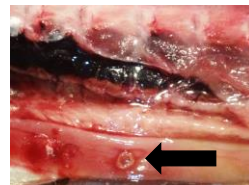
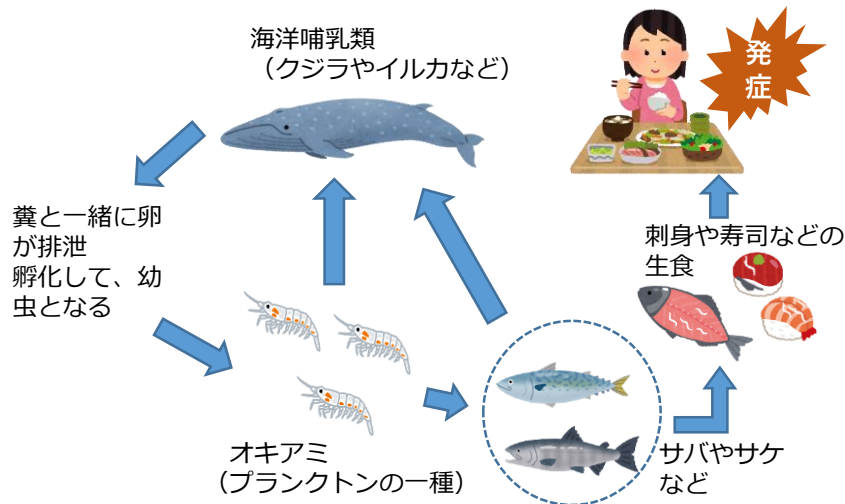
- ・半透明白色の寄生虫
- ・体長2～3cm
- ・魚介類の主に内臓に寄生するが、筋肉に寄生することも
- ・魚介類に寄生している幼虫を食べて発症
- ・生食8時間以内に激しい腹痛
- ・吐き気やおう吐、じんましんなどの症状を伴うことも

過去3年間の都内食中毒件数トップ3（病因物質別）



### 原因食品

- ・サバ、サケ、サンマ、アジ、ヒラメ、カツオ、イカなど多くの海産魚介類の刺身・寿司や、しめさば



マサバの内臓に寄生していたアニサキス (矢印)



シメサバ中のアニサキス (矢印)

### 予防方法

確実な予防方法ではないので注意！

予防方法には、アニサキスを①取り除く方法と②死滅させる方法があります。

- ①：目視で確認して虫体を除去、新鮮な魚を選び内臓はすぐに除去
- ②：中心部まで加熱、-20℃以下で24時間以上中心部まで凍結



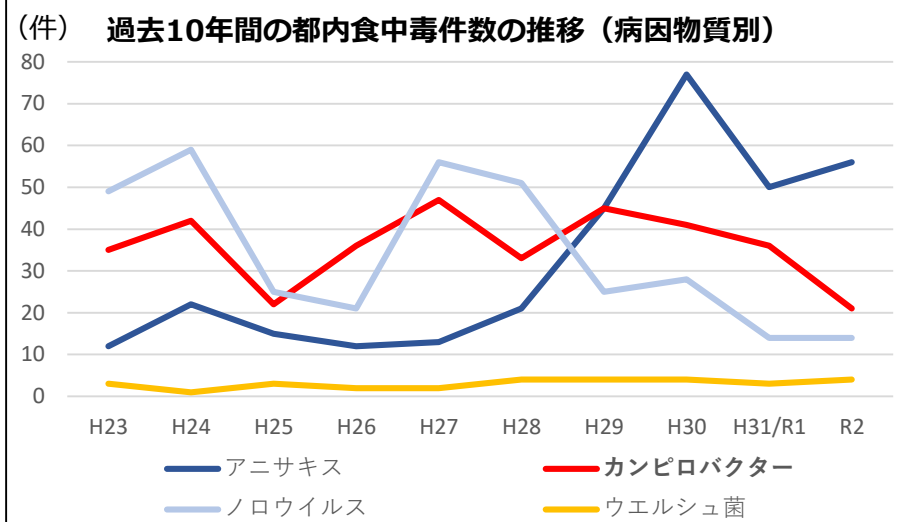
調理で使用する濃度の醤油やわさび、酢では死滅しないので注意！！

# カンピロバクターによる食中毒に注意！

東京都における近年の食中毒で、  
**カンピロバクターは、  
常に発生件数上位となっています！**



令和2年には、  
カンピロバクターによる食中毒\*が、多摩小平保健所管内でも発生しました。



## カンピロバクターとは

- ・鶏、牛、豚、羊など多くの動物の腸管内に生息する細菌
- ・原因食品を喫食して1～7日後に腹痛・下痢・発熱を発症（感染から症状が出るまでの期間がやや長いことが特徴）
- ・感染後に、手足の麻痺や呼吸困難等を引き起こすギランバレー症候群を発症する人も
- ・市販の食肉からも検出されており、都の調査では、流通している鶏肉の4～6割と高い割合でカンピロバクターが検出
- ・湯通し程度の加熱では、カンピロバクターを完全に殺すことはできないという実験結果も

食品からの感染経路は3つあります。

### ①加熱不十分な食肉（特に鶏肉）の喫食



### ②手や調理器具を介して、食肉に付着していた菌が他の食品に付着（二次汚染）し、その食品を喫食



### ③生及び生に近い状態での食肉を喫食



**感染経路を遮断して食中毒を防ぎましょう。**

**対策①**  
中心部まで  
しっかり加熱する。

**対策②**  
手洗い、調理器具の使い分け及び  
調理器具使用後の洗浄・消毒を  
適切に実施し、二次汚染を防ぐ。

**対策③**  
生及び生に近い状態での  
食肉を喫食しない・  
提供しない。

## ※多摩小平保健所管内で昨年発生したカンピロバクター食中毒

5名のグループで店舗を利用し、そのうち3名が下痢や発熱等を発症しました。原因として、鶏肉の加熱が不十分であったことや、生肉から従事者の手や調理器具（包丁・まな板等）を介した食品への二次汚染が考えられました。



この場合、  
対策①②が  
重要だね！