

# アニサキス対策について

2022年8月

## 1 アニサキスについて

アニサキス症とは、アニサキスという寄生虫の幼虫がいる魚介類を食べたときに、幼虫が消化管の壁に食いつくことによって急な腹痛などを起こす感染症です。アニサキス症の予防としては、加熱(60度で1分以上)や冷凍処理(マイナス20度で24時間以上)にすることです。(メディカルノートHPより)

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る。(厚生労働省HPより)

## 2 対策について考える

- 一般家庭用の冷凍庫はマイナス18度までしか下がりませんから、家庭では冷凍による予防はできないこととなります。
- アニサキス幼虫は長さ2～3cm、幅0.5～1mmであることから、刺身で食べるときは、下処理や食べる大きさに切り分けるときによく見るということです。1尾でも発見したら、そのイカは生で食べないことだと思えます。
- アニサキス幼虫は魚介類が死亡し、時間が経過すると内臓から筋肉に移動するということなので、刺身で食べるときは釣ったらできるだけ早く食べることです。スルメイカの場合、船上干しをするときの要領で、船の上で生きていうちに下処理をすれば、いいこととなります。
- 肝を生で食べたり、塩辛を作ったりする時は、長さ2～3cmの白くて少し太い糸状のものがいないかよく見るということでしょうか。

スルメイカの場合、船上干しをするときに肝だけを丁寧に取り分けて持ち帰る。加えて、料理をするときに視認により確認すれば、より確実に防げることができるということでしょうか。