

## アニサキスによる食中毒を予防しましょう



令和元年の全国でのアニサキスによる食中毒は328件に上り、カンピロバクター食中毒等を抑え、年間事件数の第1位となっています。令和2年は10月2日までに435件の食中毒が報告されていますが、そのうち191件はアニサキスによるものです。

日本では、寿司や刺身等魚介類を生食する習慣があるため、諸外国に比べて多数の症例が発生していますが、実際の症例数は年間7,000件に上るとの推計もあり、報告されているのは、ごく一部と考えられます。

### アニサキスって何？

**特徴：**寄生虫の一種で、長さ2～3cmの白い糸状の幼虫が、サバ、アジ、サンマ、カツオ、イワシ、サケ、イカ等の内臓表面に寄生する。幼虫が胃壁や腸壁に刺入し、健康被害を生じさせる。

魚介類の鮮度が落ちると  
幼虫が筋肉に移動



### 食中毒の症状

- 急性胃アニサキス症（食べてから数～十数時間後に発症）  
→ 激しいみぞおちの痛み、吐き気、嘔吐
- 急性腸アニサキス症（食べてから十数時間後以降に発症）  
→ 激しい下腹部の痛み

### 食中毒の予防方法は？

- ✓ 新鮮な魚を選び、速やかに内臓を除去する
- ✓ 魚の内臓を生で提供しない
- ✓ 目視で確認して、幼虫を除去する
- ✓ 冷凍する（-20℃で24時間以上）
- ✓ 加熱する（70℃以上又は60℃の場合は1分）

酢・塩・しょうゆ・わさびといった調味料では幼虫は死滅しません



## 5S活動で苦情ゼロを目指しましょう

令和3年6月1日から、原則として全ての食品等事業者に**HACCP（ハサップ）**に沿った衛生管理が求められます。HACCPとは、従来の手法に比べ、より効果的に問題のある製品の出荷を未然に防ぐことができるシステムで、この基本となるのが「**5S**」活動です。

安全で安心な食品を提供するためには、日頃からの心がけが大切です。食品衛生の基本である「**5S**」を遵守し、作業効率や衛生レベルの向上を図り、苦情ゼロを目指しましょう。

### 5Sって何？

整理、整頓、清掃、清潔、しつけ（習慣）をローマ字表記した頭文字の**S（エス）**を取って「**5S**」と呼ばれています。

①整理	必要な物と不要な物を区別し、不要な物を処分すること
②整頓	必要な物を所定の場所に、使いやすく、戻しやすく置くこと
③清掃	ごみや汚れがなく、いつでも使用できる状態にしておくこと
④清潔	整理・整頓・清掃を徹底し、きれいな状態を維持すること
⑤しつけ（習慣）	上記①～④のルールや職場の決まりに従業員全員が理解し、守ること



**5S活動は費用もかからず、すぐに実践できます！**

### HACCPとは…

**H**azard **A**nalysis and **C**ritical **C**ontrol **P**ointの頭文字を取ったもので「危害要因分析重要管理点」と訳される。**5S**を中心とした一般的衛生管理を基本とし、それぞれの施設や取り扱う食品の特性に応じて、食品衛生上の問題が特に起きやすい工程を重点的にチェックし、その結果を記録する方法。