市民のみなさまへ

～アニサキスについて～

【アニサキスとは】

・　アジ、イカ、イワシ、サバ、サンマ等の海産魚介類に寄生する寄生虫の一種です。

・　体長　２～３㎝

・　灰白色、線状（巻いていることが多い）

【症　状】

・　潜伏期間は、１～３６時間で、約７０％が８時間以内に発症しています。

・　ヒトの胃腸壁に侵入するため、腹部の激しい痛み、胃けいれん、嘔吐等の症状が見られます。

【原　因】

アジ、イカ、イワシ、サバ、サンマ等の海産魚介類を、さしみ、酢漬け、しょう油漬け、にぎり寿司などの生のままで食べることで感染します。

【予　防】

・　アニサキスは、加熱か冷凍で死滅するため、加熱調理（６０度以上、１分間以上）か冷凍保存(－２０度以下、２４時間以上)することで感染を予防できます。

・　アニサキスは傷をつけると死滅するので、細かく切ることも予防になります。

・　内臓に寄生するアニサキス幼虫が漁獲後に筋肉へ移行することがあるため、魚を購入する際は新鮮な魚を選び、速やかに内臓を取り除き、目視で確認して幼虫を除去してください。

※一般的な料理で使う食酢での処理、塩漬け、醤油やわさびを付けても、アニサキス幼虫は死滅しません。

○藤沢市における食中毒発生状況(本件を含みません)

	件数	患者数	死亡者数
2026 年(1 月～3 月 25 日現在)	1 件	3 名	0 名
2025 年同期	4 件	454 名	0 名
2025 年(1 月～12 月)	6 件	467 名	0 名