

# アニサキス アンケート結果

---

茨城県中央保健所  
令和7年10月実施

# 調査対象者

(単位:名)

年齢	
10代	6
20代	10
30代	5
40代	20
50代	31
60代	27
70代以上	10
未回答	3
合計	112

(単位:名)

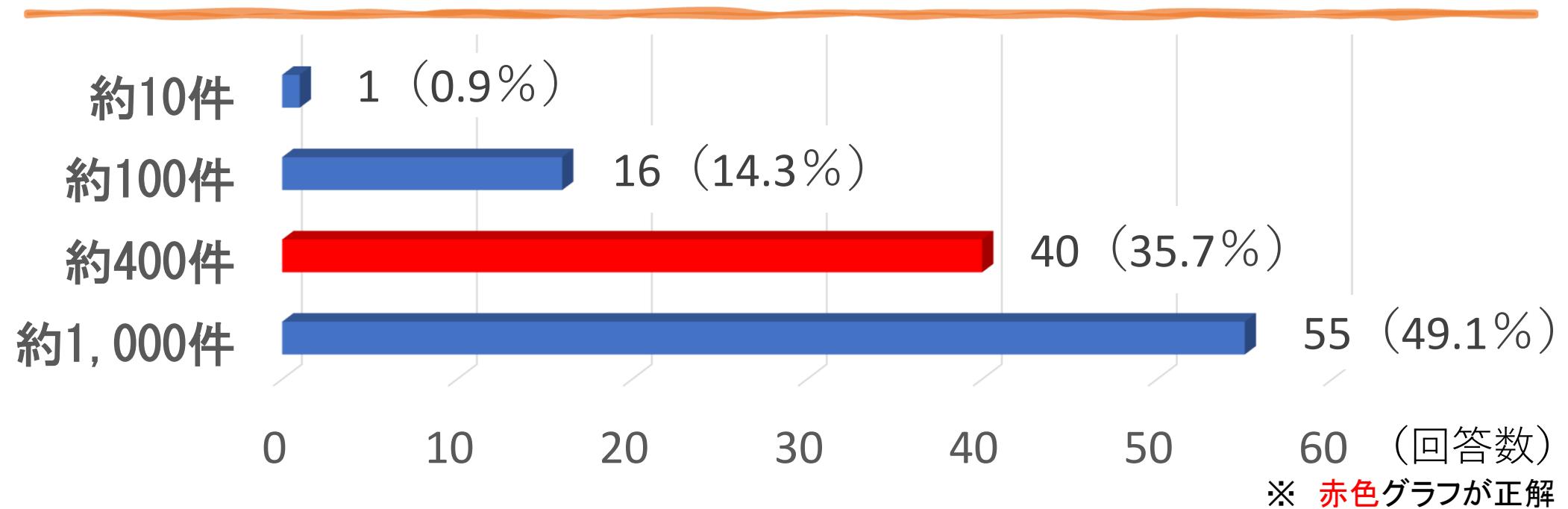
性別	
男	34
女	72
未回答	6
合計	112

(単位:名)

居住地	
茨城県内	70
茨城県外	33
未回答	9
合計	112

アンケート実施日時及び場所  
令和7年10月4、5日開催 食品衛生フェア(笠間市)  
令和7年10月15日開催 食品衛生講習会(小美玉市)

Q1 「アニサキス食中毒」は日本全国で  
1年間に何件発生しているでしょうか。



【考察】

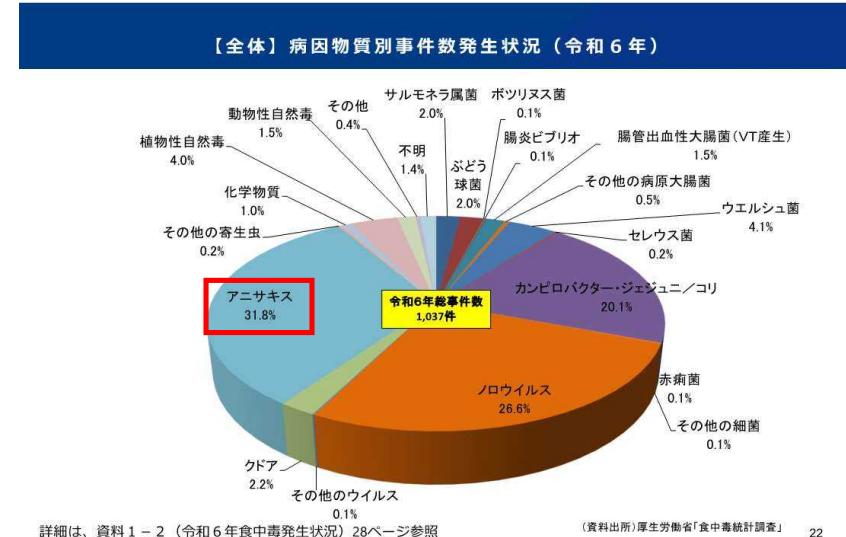
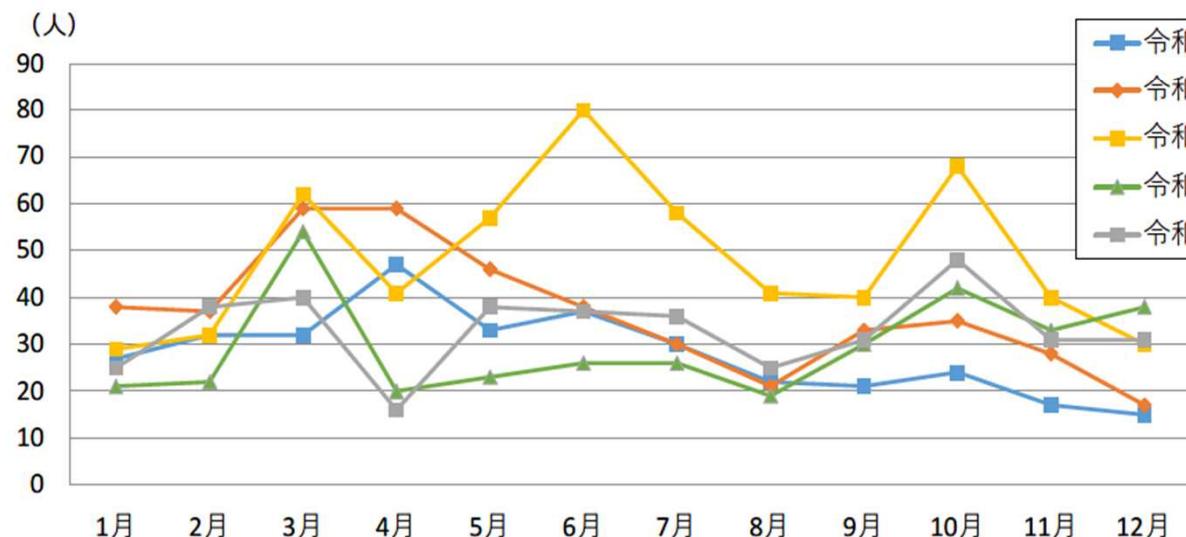
アニサキス食中毒が多いことは認識されていますが、  
食中毒事件数までは知られていないようでした。

# アニサキス食中毒発生状況

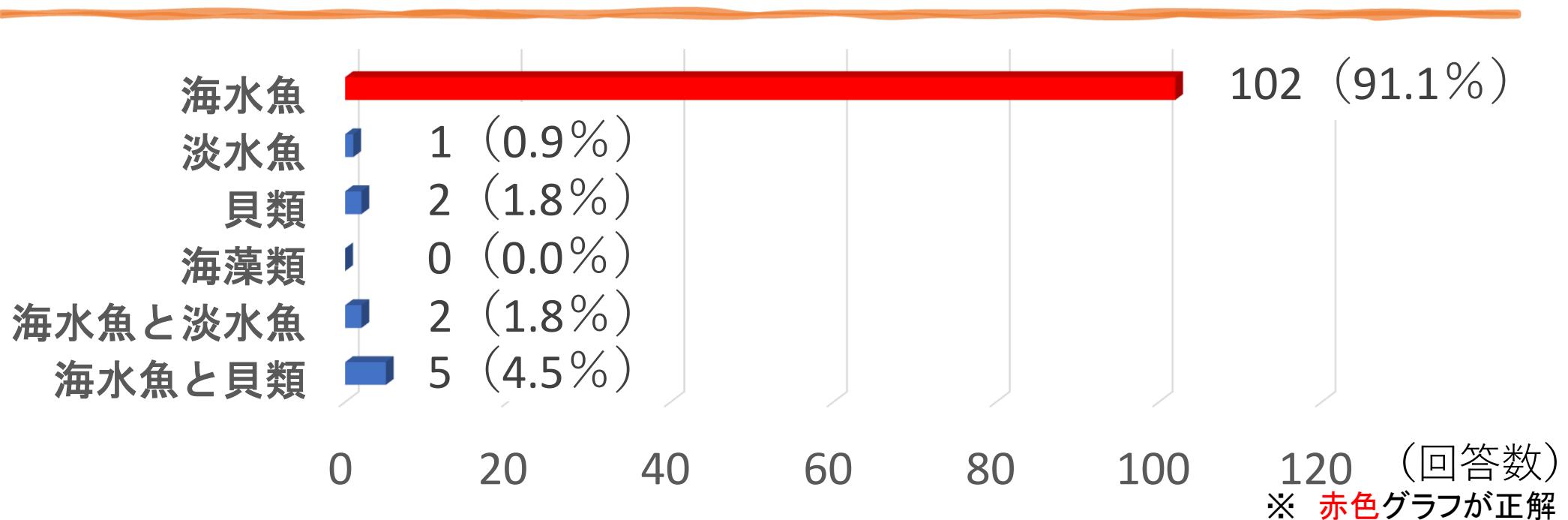
	1月	2月	3月	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	総計
令和6年	27	32	32	47	33	37	30	22	21	24	17	15	337
令和5年	38	37	59	59	46	38	30	21	33	35	28	17	441
令和4年	29	32	62	41	57	80	58	41	40	68	40	30	578
令和3年	21	22	54	20	23	26	26	19	30	42	33	38	354
令和2年	25	38	40	16	38	37	36	25	31	48	31	31	396

毎年300～500件程度の食中毒が発生！

食中毒全体の3割程度を占めており、原因別としてはカンピロバクター属菌、ノロウイルスと並んで発生件数が多い。



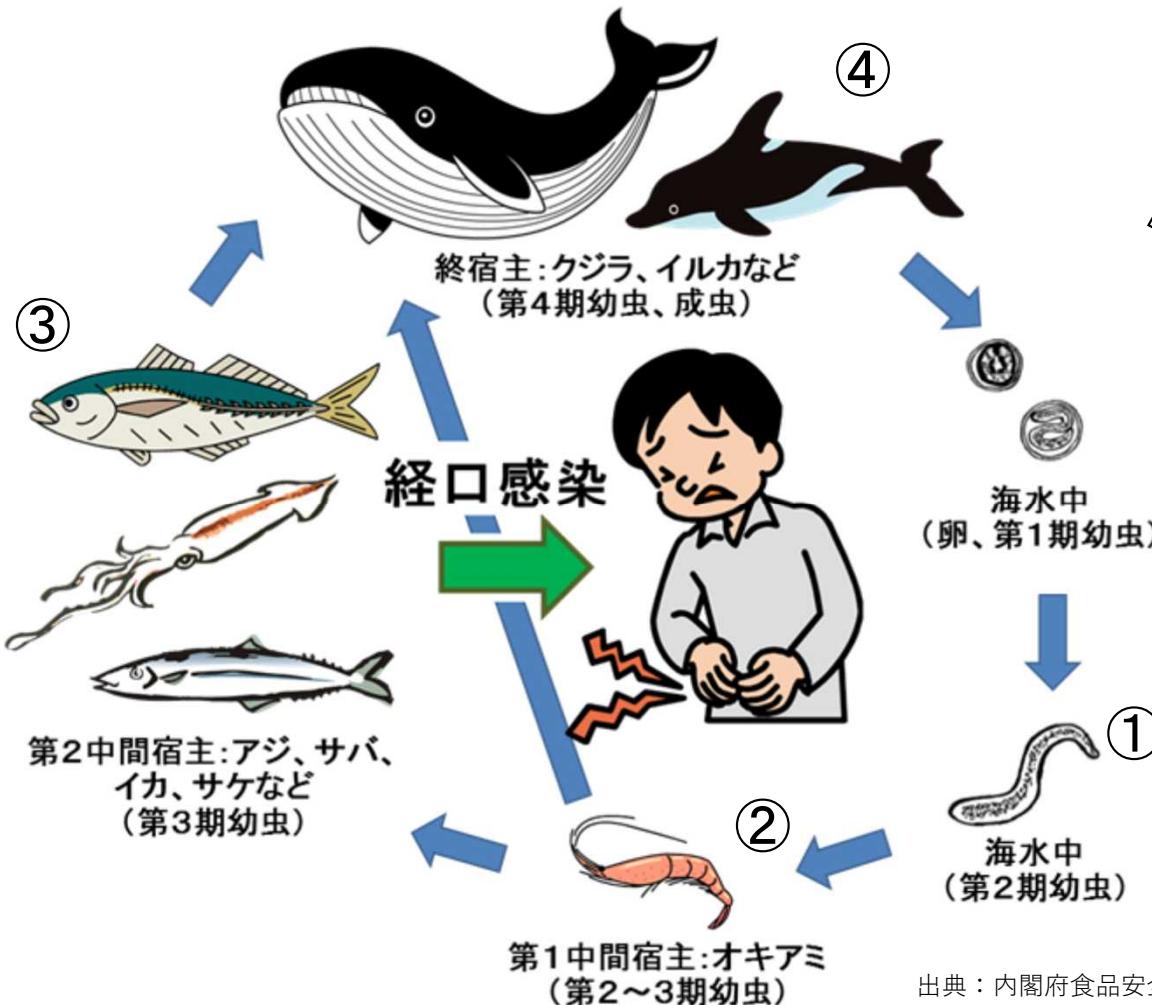
## Q2 「アニサキス」が寄生するものはどれでしょうか。



### 【考察】

9割以上の方が正しい認識でしたが、一部の方は淡水魚や貝類にも寄生していると誤解されているようでした。

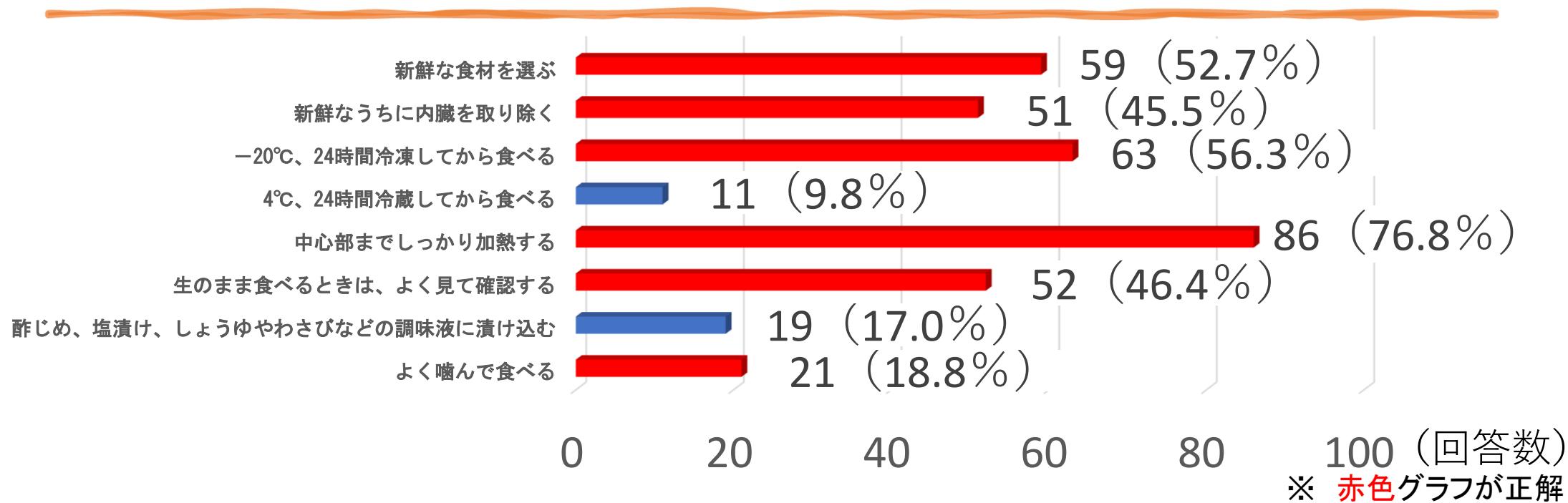
# アニサキスの一生



- ① アニサキスの卵が海中でふ化し、幼虫となります。
- ② 幼虫はオキアミに寄生し、成長します。
- ③ オキアミがイカや小魚に食べられ、さらに、アジ、サバ、カツオなどの大型魚に捕食されます。魚に捕食されると、アニサキスは魚の体内で成虫に成長します。
- ④ さらにクジラやイルカなどの哺乳類に捕食され体内で卵を産みます。産んだ卵は糞と共に海中に放出され、再びふ化します。

このように、海中に生息する複数の生き物の間で生活しており、アニサキスが寄生した魚介類を喫食した人間が食中毒を起こします。

### Q3 「アニサキス食中毒」を予防するために どんなことが有効だと思いますか。（複数回答可）



#### 【考察】

アニサキス食中毒予防策を誤解している方が2割程度おり、  
今後も正しい知識の普及啓発が必要。

# アニサキス食中毒の予防法①

【正解】新鮮な食材を選ぶ、新鮮なうちに内臓を取り除く

アニサキスは主に内臓の表面に寄生していますが、鮮度の低下や時間の経過とともに筋肉(可食部)内に移動します。そのため、鮮度が悪い魚はすでに筋肉内にアニサキスが移動しているかもしれません。  
また、新鮮なうちに寄生部位の内臓を取り除くことが重要です。

有効

【正解】 $-20^{\circ}\text{C}$ 、24時間冷凍して食べる

【不正解】 $4^{\circ}\text{C}$ 、24時間冷蔵して食べる

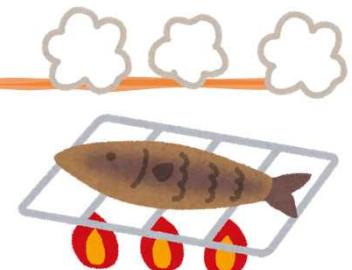
アニサキスは $-20^{\circ}\text{C}$ 以下で24時間以上冷凍すると死にますが、冷蔵では死にません。  
なお、一般的な家庭用の冷蔵庫は $-18^{\circ}\text{C}$ が標準とされているため、冷凍すれば安心というわけではありません。



# アニサキス食中毒の予防法②

有効

【正解】中心部までしっかり加熱する



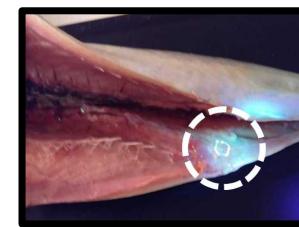
焼き魚や煮魚等の調理工程で、中心部までしっかりと熱を加えることでアニサキスは死にます。

【正解】生のまま食べるときは、よく見て確認する

アニサキスは目に見えるため、刺身等生で食べる場合には虫体の除去をすることが重要です。また、色付きまな板(青・黒・緑等)やUVライト(365nm)を使用すると見つけやすくなります。



通常の目視では分かりにくい…



UVライトを当てると見つかりやすい！



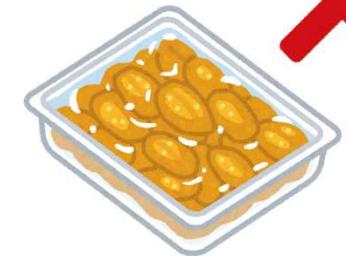
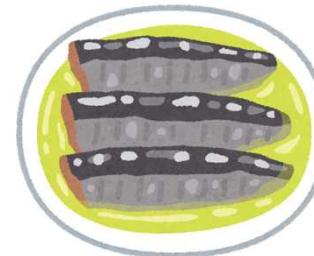
# アニサキス食中毒の予防法③

【不正解】酢漬け、塩漬け、しょうゆやわさび等の調味液に漬け込む

一般的な調味行為ではアニサキスは死にません。

要注意

【正 解】よく噛んで食べる



アニサキスを食べてしまっても、アニサキスの頭部を物理的に破壊すれば、胃壁に噛みつくことができなくなり、食中毒は起こりません。

しかし、虫体表面はなめらかで丈夫、かつ細い糸のような形状であるため、咀嚼して虫体を損傷することは難しく、有効ではありますが必ず防げるわけではありません。

また、アニサキス虫体によるアレルギー反応を防ぐことはできないので注意が必要です。

# アニサキス食中毒に関する 参考資料

厚生労働省HP(アニサキスによる食中毒を予防しましょう)

<https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/0000042953.html>

厚生労働省HP(アニサキス食中毒に関するQ&A)

[https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/kenkou\\_iryou/shokuhin/syokuchu/05107.html](https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/kenkou_iryou/shokuhin/syokuchu/05107.html)

