

小笠原 保健所だより

令和2年度 第1号

東京都島しょ保健所小笠原出張所 No. 283

〒100-2101 東京都小笠原村父島字清瀬
電話 04998-2-2951
Fax 04998-2-2953
Email: S0000328@section.metro.tokyo.jp
東京都島しょ保健所ホームページアドレス
<http://www.fukushihoken.metro.tokyo.jp/tousyo/ogasawara/index.html>



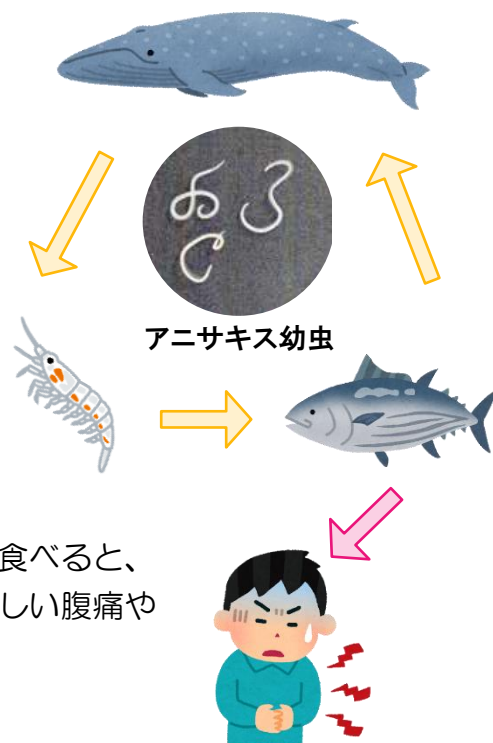
お願い：ご相談の際は、あらかじめ、お電話で担当職員にご連絡ください

魚に寄生するアニサキスの食中毒について

2019年に都内で発生した食中毒のうち、最も多かったのは**アニサキスによる食中毒**で、合計で47件（速報値）でした。

○ アニサキスの一生

アニサキスは寄生虫の一種で、イルカやクジラの体内で成虫に育ちます。成虫が産んだ卵は、海中でふ化し幼虫となり、オキアミに捕食されたのち、そのオキアミを食べた魚に寄生します。アニサキス幼虫は白色・長さ2～3cmで、アジ・イカ・イワシ・カツオ・サバ・サケなど、多くの魚介類に寄生します。幼虫は基本的に内臓に寄生しますが、寄生している魚介類が死んで時間が経過すると、筋肉部分に移行します。



○ アニサキス食中毒の症状

アニサキス幼虫が寄生した魚の筋肉部分を生（刺身など）で食べると、アニサキスが胃や腸の内壁に侵入しようとすることがあり、激しい腹痛やおう吐等の症状が現れます。

○ アニサキス食中毒の予防方法

① すぐに内臓を取り除く

時間の経過とともに内臓から筋肉へ移行するため、新鮮なうちに内臓を除去しましょう。

② 目視でよく確認する

さばく際にはキッチンを明るくし、色のついたカラーまな板を使うと虫体が発見しやすくなります。

③ 加熱する

アニサキスは熱に弱く、60℃・1分の加熱で死滅します。

④ 冷凍する

加熱だけでなく、-20℃・24時間の冷凍でも死滅します。

※ 料理で使う程度の量の酢、醤油やワサビでは、アニサキスを死滅することはできません。

アニサキスと同色（白色）のイカなどは、目視確認が困難です。
冷凍することも一つの対策です。



検便検査

食品取扱従事者の方を対象に、感染症・食中毒等の発生予防を目的とした検便検査を実施しています。

5月11日（月）、12日（火）

※ 6月以降の日程は検査担当にお問い合わせください。 料金 480円（O-157検査は+480円）

精神保健福祉巡回相談のお知らせ

「やる気が起きない。」「気分が落ち込む。」「お酒の問題で困っている。」など、ご自身やご家族でお困りの方はいらっしゃいませんか？

精神科医による個別相談を実施しますので、ご利用ください。

お申込みは6月1日からとなります。新型コロナウイルス感染症の発生状況によっては、中止や延期となる可能性もあります。

詳細につきましては、6月の村民だよりでお知らせいたします。

【日時（予定）】

〔母島〕令和2年7月10日（金曜日）午前

〔父島〕令和2年7月11日（土曜日）午前、午後

※日時は変更となる可能性があります。

【問合せ先】



受動喫煙を防止するための制度が新しくなりました

改正健康増進法と、東京都受動喫煙防止条例の全面施行により、受動喫煙を防止するための制度が新しくなりました。4月1日から飲食店、宿泊施設、事務所などすべての施設において、原則屋内禁煙です。基準を満たした施設（喫煙室）でのみ、喫煙が可能ですが、喫煙室には20歳未満の方は入室できません。

島民の皆様も本制度へのご理解・ご協力をお願いいたします。また、いずれの場所においてもたばこを吸うときは周囲の方に受動喫煙を生じさせることがないように、配慮してください。

詳細は、

「とうきょう健康ステーション」HPへ



飲食店ではこのような店頭表示が目印です。

