

# 寄生虫に気をつけよう

近年、生の食品や輸入食品・自然食品の摂取、海外旅行の増加やペットブームなどの影響で寄生虫による食中毒が増えてきているといわれています。

## 寄生虫ってどんな虫？

寄生虫とはヒトや動物の表面もしくは体内で栄養をとり生活している生き物のこと。生肉・魚介類・野菜・井戸水にも潜んでいる場合があります。



## 寄生虫が潜んだ食品を食べると…

食べてから約1～10時間後に腹痛・下痢・吐き気などを引き起こします。  
※症状が軽く気づきにくい寄生虫もいます

衛生状態が良くなかった時代は今より寄生虫による食中毒が多かったんだって



## 主な寄生虫の種類・特徴

### アニサキス

体長2～3cm程度、半透明で白い

【原因となる食品】

イカ・サバ・サケなどの生食、刺身



### クドア・セブテンpunkタータ

肉眼では見えないほど小さい

【原因となる食品】

ヒラメの生食、刺身



### ザルコシスティス・フェアリー

体長0.5～1mm程度

【原因となる食品】

馬肉(馬刺し)



※上記の食品に必ず潜んでいるわけではありません

## 寄生虫による食中毒を防ぐには

肉や魚などは十分に加熱する



生野菜などはよく洗う



-20℃で48時間以上冷凍する(※)



手指や調理器具は調理中こまめに洗う



(※)一部長時間生存する寄生虫もいます

## あんあんにく 第67話 注意!テイクアウト品の食中毒



# 組合員さんの声 Q & A

実際に安全政策部に寄せられた質問に答えします!

**Q** アボカドを切ったら、ヘタ側の果肉が黒くなっていました…。カビでしょうか?

**A** アボカドはヘタ側から熟します。熟度が進むと皮と果肉の間にできた隙間から空気が入り、ポリフェノールと反応して黒く変色します。生協では物流センターにて検品を行っていますが、お届けまでに熟しすぎてしまったものと思われます。交換などの対応をいたしますので、お手数ですが配送担当者までお申し出ください。



クイズに答えてポイントをもらおう!!

## あんあんクイズ

## 食中毒の予防で間違っているのはどれでしょう?

- ① 加熱調理は十分に火を通す
- ② 冷蔵・冷凍食品は帰宅後すぐに冷蔵庫に入れなくても良い
- ③ 調理後の食品は室温に長時間放置しない

正解者の中から抽選で20名様に500ポイントを進呈します。当選の有無につきましては、ご利用明細の「ポイントのご案内」欄をお確かめください。

応募締切 2020年9月25日(金)  
(当日消印有効)

応募方法 官製はがきもしくはパソコンや携帯電話から応募できます。

### はがきでのご応募の場合

①クイズの答え ②郵便番号 ③住所 ④氏名 ⑤電話番号 ⑥ご所属の生協(富山県生協・コープいしかわ・福井県民生協)を明記して下記の宛て先までお送りください。

宛て先 〒920-0362 金沢市古府2丁目188番地  
コープ北陸事業連合 安全政策部「あんあんクイズ」係

### パソコンや携帯電話からのご応募の場合

ホームページの応募フォームから必要事項を入力してご応募ください。

ホームページ [あんあんクイズ](#) 検索

携帯電話からのご応募はこちら▶



※お預かりした組合員個人情報、あんあんクイズ、その他ご本人への通知で利用させていただきます。

前回(6月号)のクイズ

Q. 冷蔵庫の使い方で正しいのはどれでしょう?

- ① 冷蔵室には食品をぎゅうぎゅうに詰める
  - ② 調味料などは記載の保存方法関係なく冷蔵庫で保管する
  - ③ 肉や魚介類などはラップや袋・密閉容器などに入れる
- 正解は「③ 肉や魚介類などはラップや袋・密閉容器などに入れる」