

平成27年1月

水産物を扱う漁業者、市場関係者、加工・流通業者の皆様へ

# 水産物でヒスタミンを増やさないよう 衛生管理を徹底しましょう！

👉 ヒスタミン生成菌は海水中や陸上に常在し、魚に付着しています。  
温度が上昇すると、菌が増殖してヒスタミンも増えます。

**ヒスタミンを増やさないようにする管理は  
鮮度保持とほぼ同じ！**

## 管理のポイント

- 低温管理が大切（水揚げ後は速やかに施氷や水氷、冷蔵や冷凍で保管、ただし、冷蔵での長期間保管は禁物）
- 常温での長時間放置や解凍は厳禁
- エラ、内臓では菌が増殖しやすいので、できるだけ速やかに取り除く、また、エラ、内臓付きの魚の取扱い時は温度管理に特に注意が必要

## ヒスタミンとは

- ヒスタミン生成菌の酵素の働きにより、魚肉等に含まれるヒスチジン（アミノ酸の一種）からヒスタミンが生成
- サバ、マグロ、カジキ、イワシ、サンマなど赤身魚でしやすい
- 同じロット内でも濃度のバラツキが非常に大きい
- ヒスタミンは熱に安定で、加熱調理しても食中毒が発生する
- ヒスタミン食中毒の症状は、顔面の紅潮、頭痛、じんま疹、発熱など

## 水産物が原因となったヒスタミン食中毒の例

年月	発生場所	原因食品	摂食者数(人)	患者数(人)
平成3年12月	自宅	ウルメイワシ干物	1	1
21年6月	保育所	カジキマグロの竜田揚げ	124	45
25年9月	保育所	イワシのつみれ汁	307	109

## ヒスタミン食中毒防止マニュアルの概要(水産庁補助事業)

漁船



- ✓ 魚は死後、海水中に置かず、できるだけ早く水揚げする
- ✓ 水揚げした魚は速やかに施氷するか、水氷中に入れて低温で保管する



魚市場



- ✓ 陳列時は魚箱に必ず氷を入れる
- ✓ カジキなど大型の魚も、陸揚げ後は、できるだけ早く施氷し、低温状態に保つ



加工場



- ✓ 原料の受入れ時、低温管理の状況や鮮度を、また、ヒスタミンの検査結果があれば確認する
- ✓ 室内の温度管理、解凍や調味液漬けの時間と温度の管理、工程中の滞留に注意する



調理施設



- ✓ 常温で解凍しない
- ✓ 使う分だけ解凍し、解凍後は速やかに調理する
- ✓ 解凍したものを再凍結しない

詳しくは、大日本水産会のウェブサイトに掲載されているマニュアルをご覧ください。

大日本水産会 ヒスタミン で [検索](#)

### 農林水産省による水産加工品の実態調査では

- 塩干品(丸干し)、発酵食品の一部の試料でヒスタミン濃度が比較的高いものがありました。
- 内臓を除かない「丸干し」でヒスタミンは特に生成しやすく、乾燥工程の温度、時間の管理が重要です。原料段階や塩水漬け後の塩抜き工程でも、温度が上昇するとヒスタミンが生成されるおそれがあるので注意が必要です。

👉 製品の保管中にヒスタミンが増えることもあるので、**流通段階では製造や保管の履歴を確認し、必要に応じてヒスタミンを検査**することは、食中毒や事故を未然に防ぐために有効です。

👉 国際食品規格(コーデックス規格)は、一部の水産物でヒスタミンの衛生基準として200 mg/kgを設定しています。**水産物を輸出する際は、輸出先国のヒスタミンの基準を確認**しましょう。