

ヒスタミンの概要及びリスク管理措置

平成27年6月

ヒスタミンの概要

- 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)から生成される物質
- 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
- サバ、マグロ、カジキ、イワシ、サンマなど赤身魚でしやすい
- 同じ製品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主な事例

年月	発生場所	原因食品	摂食者数(人)	患者数(人)
平成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

農林水産省による水産加工品の実態調査の概要

- 塩干品(丸干し)、発酵食品の一部でヒスタミン濃度が比較的高いものがあった
- 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、乾燥工程における温度と時間の管理が重要
- 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

生産・加工流通段階における管理のポイント

- 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

ヒスタミン食中毒防止マニュアルの概要(水産庁補助事業)



✓ 漁船では
漁倉には、必ず氷を入れ漁獲後の魚を冷却

(大日本水産会ホームページ
ヒスタミン食中毒防止マニュアルより)



✓ 魚市場では
陳列時には、魚箱に必ず氷を入れる



✓ 加工場では
原料魚は氷などで冷却して輸送し、工場到着後は冷蔵庫や冷凍庫へ迅速に保管



✓ 調理施設では
①常温で解凍しない
②使う分だけ解凍し、解凍後は速やかに調理
③解凍したものを再凍結しない