

有毒植物及び 毒キノコによる 食中毒について

①有毒植物について

有毒植物による食中毒

- ・ 有毒植物による食中毒は、春から初夏にかけて多く発生します。
- ・ 有毒な植物の中には、食用の山菜や野菜と見た目がそっくりで、区別するのが難しいものもあります。
- ・ 福島県では、特に、食用のウルイと間違えて、有毒なバイケイソウを採取し、喫食したことによる食中毒が発生しています。
- ・ イヌサフラン(コルチカム)のように、一部死亡に至る事例もあります。

間違えやすい有毒植物(バイケイソウ類)

コバイケイソウ(毒)



- ・主脈が無く葉脈が並行
- ・葉柄無し
- ・葉脈は表側に出っ張る

ウルイ(食)



- ・主脈有り
- ・葉柄有り
- ・葉脈は裏側に出っ張る

間違えやすい有毒植物(スイセン)

スイセン(毒)



- ・ニラ臭無し
- ・球根有り
- ・ニラに比べ株元の茎(葉鞘)が太い
- ・葉の断面がV字



ニラ(食)



- ・ニラ臭有り
- ・球根無し
- ・葉の断面が扁平



間違えやすい有毒植物(イヌサフラン)

イヌサフラン(毒)



- ・ニンニク臭無し
- ・茎は緑色
- ・球根有り

ギョウジャニンニク(食)



- ・ニンニク臭有り
- ・茎は赤紫色
- ・球根無し

鑑賞用植物と食用の農作物は離して植える事が大切

食中毒を防止するために

- ・ 家庭菜園や畑などで、**食用の野菜・果物と観賞用の植物を一緒に栽培するのはやめましょう。**
- ・ 有毒植物は、食用の山菜・野菜等に混じって生えていることがあります。
採取する時には**一本一本よく確認**し、出荷前はもちろん、**販売前や調理前にも再度確認**しましょう。
- ・ 万一、山菜や自家栽培の野菜等を食べた後に体調が悪くなったら、速やかに医療機関を受診しましょう。
この際、食べた植物が残っている場合は、治療の参考になる場合があるため、受診の際に持参するようにしましょう。

②毒キノコについて

ツキヨタケ

初夏から秋にブナ等の倒木や枯れ木等に発生する。
食用のムキタケ、ヒラタケ等に似ており、特に中毒例が多い。
食後数時間でおう吐、腹痛、下痢等の症状を引き起こす。
柄の内部に特徴的な「**黒いシミ**」がある。



画像出典：厚生労働省ホームページ「自然毒のリスクプロファイル」

ツキヨタケと似ているキノコ

ツキヨタケ(毒)



ムキタケ(食)



ヒラタケ(食)



同じ場所に混生する場合があるため注意！

クサウラベニタケ

夏から秋にブナ科(コナラ、スダジイ等)の林に発生する。
食後20分～1時間程度で、消化器症状(おう吐、下痢、腹痛等)の他、神経系の症状(発汗等)も現れる。
個体差が激しく鑑別が難しいため、特に中毒例が多い。



ヒダは白～肉色
(ウラベニ=裏紅)



中空の柄が多いが
個体差が激しい

画像出典：
厚生労働省ホームページ
「自然毒のリスクプロファイル」

クサウラベニタケと似ているキノコ

クサウラベニタケ(毒)

ウラベニホテイシメジ(食)



- ・ 柄が華奢で中空のものが多い
※比較的しっかりした柄の個体もあるため過信は厳禁
- ・ 苦みは無い
- ・ 傘に模様無し
- ・ 小型～中型の個体が多い



- ・ 柄が太く中実(中身がつまっている)のものが多い
- ・ 独特の苦みがある
- ・ 傘に指で押したような模様
- ・ 大型の個体が多い

食べても触れても危険なキノコ

カエントケ(毒)



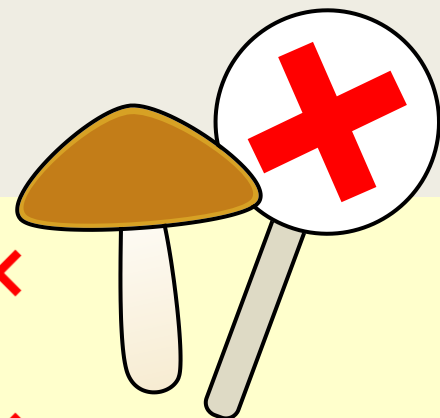
食べた場合：死亡 触れた場合：皮膚に炎症
発見しても直接触らないこと。子どもにも絶対触れさせないこと。
夏から秋にブナ、コナラなどの広葉樹林の地上に発生。
土から手の指が出ているような形状で、表面はオレンジ色から赤色、中は白く硬い。
見た目は気味が悪く、食用に見えないが、薬用と勘違いして酒に浸して飲み、死亡した例がある。

画像出典：厚生労働省ホームページ
「自然毒のリスクプロファイル」

キノコに関する迷信に注意！

誤った迷信を信じたことによる食中毒事例があります。
以下の言い伝えに科学的根拠は無く、全て誤りですので、
絶対に信じないようにしましょう！

キノコに関する迷信



- ① 柄が縦に裂けるきのこは食べられる → ×
- ② 色が派手なきのこは毒
地味な色をしたきのこは食べられる → ×
- ③ 塩漬けにすれば毒が抜けて食べられる → ×
- ④ 干して乾燥すれば毒が抜けて食べられる → ×
- ⑤ 虫が食べているきのこは食べられる → ×
- ⑥ 傘の裏がスポンジ状のきのこは食べられる → ×

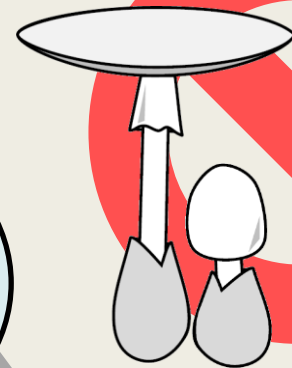
食中毒を防止するために

- ・ 安易な鑑別は絶対に行わないようにしましょう。
- ・ きのこは個体差が激しく、個体によっては毒キノコとしての特徴がはっきり現れない場合があります。
インターネット等の画像検索の結果は参考程度にとどめましょう。
- ・ 万一、キノコを食べた後に体調が悪くなったら、速やかに医療機関を受診しましょう。
この際、食べたキノコが残っている場合は、治療の参考になる場合があるため、受診の際に持参するようにしましょう。

食中毒の予防の4原則

採らない

鑑別出来ないものは
絶対に採取しない



人にあげない

食べさせたりもしない

食べない

味見もしない

売らない

出荷制限にも注意

③その他

ユウガオ

ユウガオは煮物や漬物などとして食べられてきた植物ですが、苦味成分「**ククルビタシン類**」により中毒になることがあります。



数時間以内に唇のしびれ、吐き気、嘔吐、腹痛、下痢の症状が現れることがあります

- ・ 苦味を感じたユウガオは食べないようにしましょう。
- ・ スイカ等を栽培する際に接ぎ木として使用した台木から採れるユウガオは食べないようにしましょう。

