

## 有毒植物による食中毒にご注意を

暑い夏が終わり、秋の気配を感じる季節となりました。

『秋の味覚』と呼ばれるように、秋は食べ物が美味しい季節ですが、キノコ狩りや山菜採りの際に、食べられる種類と誤って毒のある種類を採ってしまい、それを食べて食中毒を起こして入院したり、亡くなったりする例が後を絶ちません。

症状は食べた部分の有毒成分や量などによって異なりますが、主な症状としては、嘔吐、下痢、腹痛などの消化器系の障害や瞳孔の収縮、発汗、手足のしびれ、意識の混濁などの神経系の障害などが挙げられます。重症の場合は脱水症状、痙攣、呼吸困難などを起こして死亡することもあります。

キノコ狩りや山菜取りに豊富な経験を持つ人でさえ、食中毒を起こした例もあります。ましてや知識や経験の浅い人は自分の判断だけでキノコや山菜などを採取したり食べたりすることは絶対に避けるようにしましょう。

# 毒

# 有毒植物に要注意

山菜狩りなどで誤って有毒な野草を採取し、食べたことにより、**食中毒**が発生しています。  
有毒植物による食中毒で、**死者も発生**しています。

食用の野草と確実に判断できない植物は

**絶対に**

**採らない! 食べない!**

**売らない! 人にあげない!**

- ⚠ 家庭菜園や畑などで、野菜と観賞植物を一緒に栽培するのはやめましょう。
- ⚠ 山菜に混じって有毒植物が生えていることがあります。山菜狩りなどをするとき、一本一本よく確認して採り、調理前にもう一度確認しましょう。

## <食用と間違いやすい有毒植物の例>

### スイセン 及び スノーフレーク



スイセン



スノーフレーク  
(スズランスイセン)

#### 【中毒症状】

食後30分以内で、吐き気、嘔吐、頭痛など。  
(スイセンでは、悪心、下痢、流涎、発汗、昏睡、低体温などもある。)

#### 【間違いやすい植物】

・ニラ など  
(スイセンは、ノビルやタマネギにも間違われやすい)

### バイケイソウ



芽出し期のバイケイソウ

#### 【中毒症状】

嘔吐、下痢、手足のしびれ、めまいなどの症状が現れ、死亡することもある。

#### 【間違いやすい植物】

・オオバギボウシ(ウルイ)、ギョウジャニンニクなど

### イヌサフラン



#### 【中毒症状】

嘔吐、下痢、皮膚の知覚減退、呼吸困難。  
重症の場合は死亡することもある。

#### 【間違いやすい植物】

(葉)  
・ギョウジャニンニク  
・ギボウシ と類似。  
(球根)  
・ジャガイモ  
・タマネギ など

### クワズイモ



クワズイモの根茎



クワズイモの葉

#### 【中毒症状】

悪心、嘔吐、下痢、麻痺、皮膚炎など

#### 【間違いやすい植物】

・サトイモ

野草を食べて体調が悪くなったら、すぐに医師の診察を！  
見分けに迷ったら、食べないでください！

ちょっと  
待って!

# それ**毒キノコ**かも!

食中毒は毎年発生! 危険なキノコが身近にあります

食用キノコに**そっくり**な毒キノコがあります  
「自分は大丈夫」と思わず、必ず確認しましょう!



あの茶色のキノコは、  
前に本で見た  
食べられるキノコだな!



食用と間違えやすい「**毒キノコ**」を確認 (裏面へ)!

まちがいに食料だと判断できないキノコは  
採らない! 食べない! 売らない! 人にあげない!

野生のキノコを食べて体調が悪くなったら、すぐに医師の診察を!

# 毒

# キノコに要注意！

食中毒は毎年発生！危険なキノコが身近にあります

**絶対**

食用のキノコだと確実に判断できないキノコは

**採らない！ 食べない！**

**売らない！ 人にあげない！**

- ◆ キノコを食べて体調が悪くなったら、すぐに医師の診察を！
- ◆ 気温の高い夏の後には適度な降雨があり、朝晩の気温が低下すると、多くのキノコが発生する可能性があります

## ツキヨタケ



### 中毒症状

食後30分- 1時間程度で嘔吐、下痢、腹痛等の中毒を起こす。

### 間違いやすい食用きのこ

- ・ヒラタケ
- ・ムキタケ
- ・シイタケ

## テングタケ

### 中毒症状

食後30分程で嘔吐、下痢、腹痛など胃腸消化器の中毒症状が現れる。



神経系の中毒症状、瞳孔の収縮、発汗、めまい、痙攣等で、呼吸困難になる場合もあり、1日程度で回復するが、古くは死亡例もある。

## クサウラベニタケ



### 中毒症状

食後20分- 1時間程度で嘔吐、下痢、腹痛等の消化器系の中毒を起こす。唾液の分泌、瞳孔の収縮、発汗などの症状も現れる。

### 間違いやすい食用きのこ

- ・ウラベニホテイシメジ
- ・ホンシメジ
- ・ハタケシメジ

## ニセクロハツ

### 中毒症状

食後30分-数時間程度で嘔吐、下痢等の胃腸、消化器系の中毒症状を示す。



その後18-24時間ほどで横紋筋溶解が原因と考えられる全身筋肉痛、呼吸困難を示し、死亡に至ることもある。

※出典：厚生労働省ウェブサイト（自然毒のリスクプロファイル）