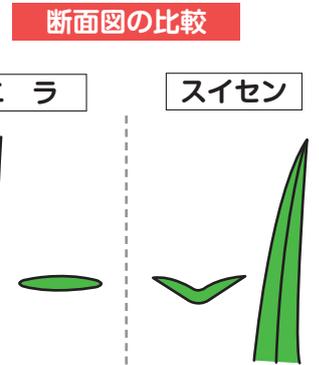
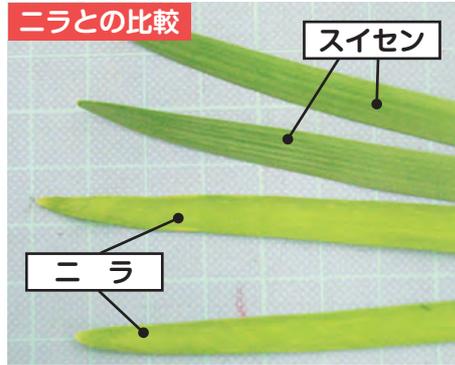


こんな近くに!?

有毒植物



この毒草、見分けられますか？



スイセン (ヒガンバナ科)

スイセンの近くにニラやノビルを植えると、食用の植物と間違ってスイセンを採取してしまうことがあります。スイセンは葉の中央が浅くくぼんでおり、ニラ臭はありません。ニラは葉が平たく、臭いがあります。

スノーフレーク (スズランスイセン) も有毒植物です。

(症状) おう吐、下痢、けいれん

食中毒事例「スイセン類」

2017年5月、長野市でスイセン類を食用のニラと誤食したことによる食中毒が2件発生しました。花が終わった5月頃のスイセンは、ニラと酷似しているため注意が必要です。



イヌサフランの花



イヌサフランの球根
(岐阜県提供)



ギョウジャニンニクの葉



スズラン

若葉がギョウジャニンニクとよく似ています。スズランにニンニク臭はありません。

(症状) おう吐、呼吸困難



イヌサフランの葉



イヌサフランの球根



ギボウシの葉

イヌサフラン

若葉は開花後の春に発育し、ギョウジャニンニクやギボウシと形状が似ています。ギョウジャニンニクには強いニンニク臭がありますが、イヌサフランに臭いはありません。また、球根は秋にニンニク、タマネギと誤食するおそれがあります。

(症状) おう吐、下痢、呼吸困難、重篤の場合は死亡

食中毒事例「イヌサフラン」

2017年5月、北海道で庭に生えていた「イヌサフラン」を「ギョウジャニンニク」と間違えて食べたことによる死亡事故が発生しました。

★家庭菜園や畑などで、野菜と観賞用植物を一緒に栽培するのはやめましょう。

(写真提供：厚生労働省ホームページ、小谷宗司)

身近な植物 による 食中毒 防止心得



確実に見分けられる山菜のみを採る！

分からない山菜は、「採らない」「食べない」「人にあげない」が基本です。芽生え時は特徴が分かりにくいので、特に注意してください。

料理する前にもう一度確認する！

よく洗浄し、新鮮なうちに調理する！

山菜には、寄生虫や有害物質などが付着していることがあります。

調理方法をよく確認する！

山菜にはあくが強いものがあります。ゆでこぼすなどの調理方法を確認しましょう。

栽培するときは、観賞用と食用の栽培場所を明確に分ける！

種や球根等には名前を記載し、保管する場所は観賞用と食用で明確に分けましょう。

身近にある有毒植物



新潟県提供

チョウセンアサガオ

根がゴボウ、つぼみがオクラ、葉がモロヘイヤやアシタバ、種子がゴマと似ています。園芸品種のエンゼル・ス・トランペットも有毒植物です。

※写真はゴボウとの比較

(症状) 口渇、おう吐、瞳孔散大



フクジュソウ

有毒と知らずに食べて、中毒を起こした例があります。葉、花、根いずれにも毒があります。

(症状) おう吐、呼吸困難、心臓まひ



テンナンショウ類

初夏から秋頃にトウモロコシ状の赤い実をつけます。子供が実などを食べないように注意しましょう。

(症状) 舌のしびれ、のどの痛み



レンゲツツジ

ヤマツツジと似ています。蜂蜜を採取するレンゲソウと間違えないでください。



カロライナジャスミン

お茶として利用するジャスミンの仲間ではありません。



アジサイ

料理に添えた本種を食べた中毒例があります。



クワズイモ

葉がサトイモと似ています。



グロリオサ

地下部がヤマノイモと似ています。



タマダレ

葉や鱗茎がノビルと似ています。

(写真提供：厚生労働省ホームページ、小谷宗司)

山菜と間違えやすい毒草



バイケイソウ



コバイケイソウ



オオバギボウシ



コバイケイソウ

葉脈の比較



オオバギボウシ

バイケイソウ (ユリ科)

バイケイソウの葉は茎を包み囲むようにつき、柄がありません。葉脈は根本から先に向かって伸びています。それに対して、ギボウシの葉には柄があり、太い葉脈が中心にあり、そこからふちに向かって細い葉脈が分かれています。新芽のうちギボウシ（地方名：ウルイ）やギョウジャニンニクと見分けがつきにくいので、少し葉が開いたもので確認するとよいでしょう。

近縁種で有毒のコバイケイソウも同様の形態です。

(症状) おう吐、しびれ、呼吸困難、血圧低下、めまい、重症の場合は死亡

食中毒事例「バイケイソウ」

2016年5月、長野県で「バイケイソウ」を山菜の「オオバギボウシ」と間違えて食べたことによる食中毒が発生しました。



トリカブト



トリカブト

ニリンソウ



ニリンソウ

トリカブト属 (キンポウゲ科)

トリカブトの葉はニリンソウ、ヨモギ、ゲンノショウコ、モミジガサと似ています。特にニリンソウは混在して生育しますので注意しましょう。トリカブトは秋に青～紫色の兜状の花をつけますが、ニリンソウは春に白い花をつけます。つぼみや花で区別すると良いでしょう。

※ニリンソウは微量の毒があるため、必ずゆでこぼしてから調理しましょう。

(症状) 口のしびれ、けいれん、呼吸困難、心臓まひ、重症の場合は死亡

食中毒事例「トリカブト」

2016年4月、秋田県で「トリカブト」を食用の「シドケ（モミジガサ）」と間違えて食べたことによる死亡事故が発生しました。



ハシリドコロ

葉が柔らかいため美味しい山菜と勘違いされることがあります。

分からない野草は食べないください。

(症状) おう吐、けいれん、幻覚



ジギタリス

コンフリーと似ています。なお、コンフリーも肝障害事例が報告されており、食べるべきではありません。

(症状) おう吐、不整脈



ヨウシュヤマゴボウ

根がゴボウと似ています。秋に実をつけますが、実も有毒なので子供が食べないように注意しましょう。

(症状) 下痢、おう吐、麻痺

有毒成分を含む農作物



ジャガイモ

ジャガイモの芽や緑化した部分には、ソラニンという有毒物質が多く含まれます。ジャガイモは、学校や家庭菜園で広く栽培されており、収穫された未熟で小さなジャガイモを食べたことによる食中毒が全国で発生しています。栽培するときは、土の盛り方などをよく確認し、収穫後は日光の当たらない場所で保管しましょう。また、地上部にトマトに似た緑色の実をつけることがありますが、実にも毒がありますので食べないください。

(症状) おう吐、腹痛、下痢、目がチカチカする

シアン化合物を含有する食品

県内で食べられている「ぺちゃ豆 (クリスマスライマビーン)」は、シアン化合物を蓄積する「シアン豆」のひとつです。検査でシアン不検出を確認したものを以外は販売できませんので注意してください。

シアン化合物は、バラ科の果物(びわ、うめ、もも等)の未熟な果実や種子などにも蓄積します。青梅にはシアン化合物が含まれていますが、梅酒や梅干しなどに加工する過程で分解されるため、健康には問題ありません。しかし、2017年に市販のびわ種子粉末からシアン化合物が検出されました。種子を単純に乾燥・粉末にしたような食品では、シアン化合物はほとんど分解せず残っている可能性があります。

(症状) 頭痛、めまい、おう吐、血圧低下、呼吸困難、けいれん、重篤の場合は死亡



有毒植物を食べたことによって、生命に関わることがあります。

万が一、身体に異常を感じたときは速やかに医師の診察を受けましょう。



有毒植物についてもっと詳しく知りたい方は

厚生労働省「自然毒のリスクプロファイル」

<http://www.mhlw.go.jp/topics/syokuchu/poison/index.html>

長野県 健康福祉部薬事管理課「食べると危険！有毒植物に注意しましょう」

<https://www.pref.nagano.lg.jp/yakuji/kenko/iryo/yakubutsu/yudoku.html>

長野市ホームページ「間違えやすい有毒植物」

<https://www.city.nagano.nagano.jp/soshiki/h-seikatu/3985.html>