

平成23年
Vol.19

千葉県健康福祉部衛生指導課

食の安全安心レポート

特集 食中毒 part 7

今回は、山野草等の
『植物性自然毒』です。



千葉県



『植物性自然毒』について

食中毒は、食中毒細菌に汚染された食品を食べたために起こるものばかりではなく、野山の散策で収穫した物を食べても食中毒になることがあります。今回は植物性自然毒について、いくつかの例をあげて紹介します。



山野草等について

自然食ブームの中で、山菜の人気も高い反面、有毒な植物を食べて食中毒にかかる例があります。野草については、素人判断をせず、名前の判らないもの、自信がもてないものは、食べないようにしましょう。

身近な植物では、アジサイ、スイセン、ジャガイモの芽（ソラニン）や生の青梅（アミグダリン）も植物性自然毒をもっており、食中毒の原因になることもあります。

● 食用植物と間違いやすい、山野草

間違いやすい有毒植物	部 位	食 用 植 物
トリカブト	若葉	ニリンソウ、モミジガサ、ゲンノショウコなどの若芽や若葉
バイケイソウ	若葉	オオバキボウシの若葉
コバイケイソウ	若葉	オオバキボウシの若葉
ハシリドコロ	新芽	フキトウ
ドクゼリ	葉、根	セリ(葉)、ワサビ(根)
ヨウシュヤマゴボウ	根	ヤマゴボウ(モリアザミの根)
ジキタリス	葉	コンフリー

身近にある毒性を持つ植物

ジャガイモ



光に当たって皮がうすい黄緑～緑色になったイモの表面の部分、芽が出てきたイモの芽及び付け根部分などにソラニン等のステロイドアルカロイド配糖体*が含まれています。

調理する時は、芽とその周囲をしっかりと取り除きましょう。

*ステロイドアルカロイド配糖体

ステロイド骨格を有するアルカロイドである。
アルカロイドについてはチョウセンアサガオを参照。

症 状	嘔吐、下痢、腹痛、めまい、動悸など
発症時期	食後30分程度

アジサイ



アジサイには「青酸配糖体*」という成分が含まれているとされており、それが中毒の原因であると考えられています。
飲食店で料理の飾り用として提供された「アジサイの葉」を、料理に添えられていたので「食べられるもの」と思い食べたことによる食中毒事例も発生しています。

*青酸配糖体

胃酸により分解され青酸を発生する。アミグダリン（生の青梅）などがある。

症 状	嘔吐、めまい、顔面紅潮など
発症時期	食後30分程度

スイセン

上 スイセン



下 ニラ

観賞用の花として栽培されているスイセンは「リコリン」や「シュウ酸カルシウム」などの有毒成分を持っています。
葉がニラと似ていることから、畑に生えていたスイセンの葉をニラと間違えて採取してしまい、調理して食べたことによる食中毒事例が県内でも発生しています。

症 状	悪心、嘔吐、下痢、流涎、発汗、頭痛、昏睡、低体温など
発症時期	食後30分程度
間違いやすい植物（部位）	葉 … ニラ 鱗茎 … ノビル（鱗茎）

チョウセンアサガオ



チョウセンアサガオは一年草で、アルカロイド*の「スコポラミン」や「アトロピン」などの有毒成分を含有しています。
県内でも過去に、畑で栽培されていたチョウセンアサガオの根をゴボウと間違えて収穫し、きのこ等と煮て食べたことによる食中毒事例の発生があります。

*アルカロイド

窒素を含み塩基性を示す化合物で、“アルカリのようなもの”ということから、アルカロイドと総称されている。
強い生物活性をもつものが多く、植物毒の多くはアルカロイドです。

症 状	口渇、めまい、瞳孔拡大、頻脈、幻視、意識混濁など
発症時期	食後30分程度
間違いやすい植物（部位）	根 … ゴボウ 葉 … モロヘイヤ、アシタバ つぼみ … オクラ 種子 … ゴマ




『きのこ』について



『きのこ食中毒』の症状

毒きのこの種類により症状は様々ですが、主に下痢、嘔吐、腹痛等です。
 また種類によっては、しびれ、幻覚、精神錯乱、肝臓等の臓器障害を起こすこともあり、死に至ることもあります。




『きのこ食中毒』を防ぐポイント!

食用の「きのこ」と確実に判断できない「きのこ」は
絶対に、採らない! 食べない! 売らない! 人にあげない!


毒きのことう食用きのこの区別は素人ではなかなかむずかしく、長年きのこを採取している人でも誤って毒きのこで食中毒を起こすことがあります。

『食用きのこ』と間違えやすい『毒きのこ』

例	食用きのこ	毒きのこ
	ウラボニホテイシメジ	クサウラベニタケ
	クリタケ、ナラタケ	ニガクリタケ
	ホンシメジ、シイタケ	カキシメジ




ウラボニホテイシメジ




クサウラベニタケ

千葉県の『毒きのこ』最悪10傑



オオシロカラカサタケ




ドクツルタケ

食べたら死亡するもの

- 1 ドクツルタケ
- 2 フクロツルタケ
- 3 タマゴタケモドキ
- 4 タマシロオニタケ
- 5 カエンタケ

食べたらひどい目にあうもの

- 6 ニガクリタケ
- 7 カキシメジ
- 8 クサウラベニタケ
- 9 テングタケ
- 10 オオシロカラカサタケ



カエンタケ (撮影: 浅井郁夫)

食品に関する疑問、相談がありましたら、下記までお願いします。

最寄の保健所・食品衛生県民ダイヤル(県庁衛生指導課内) TEL043-221-6000
 食の安全・安心電子館 http://www.pref.chiba.lg.jp/syozoku/c_eisi/date/densikan/densikan_top.html

チーバくん食の安全・安心情報メール 会員募集

「食の安全・安心電子館」に掲載する食の安全・安心に係る最新情報を、メールでお知らせします。

食品の自主回収
情報配信中

アクセスしてメールマガジンのページから登録できます!

千葉県ホームページ <http://www.pref.chiba.lg.jp/index.html>

QRコードで簡単アクセス!

携帯電話でのご登録はこちらから



問い合わせは

千葉県 健康福祉部 衛生指導課 食品安全対策室
 〒260-8667 千葉市中央区市場町1-1 TEL043-223-2626 FAX043-227-2713 E-メール eisi2@mz.pref.chiba.lg.jp URL http://www.pref.chiba.lg.jp/syozoku/c_eisi/index.html