

## その山野草は安全？ 類似した有毒植物に注意!!

今年も、山菜採りのシーズンがやってきました。たらの芽の天ぷらやふきみそなどは、毎年楽しみにしている方も多いと思います。しかし、この時期には、毎年、山菜とよく似た有毒食物による食中毒が発生し、死亡事故も起きています。

今回は、有毒植物による食中毒の最新情報と予防対策についてお伝えします。

### 有毒植物による食中毒の発生状況

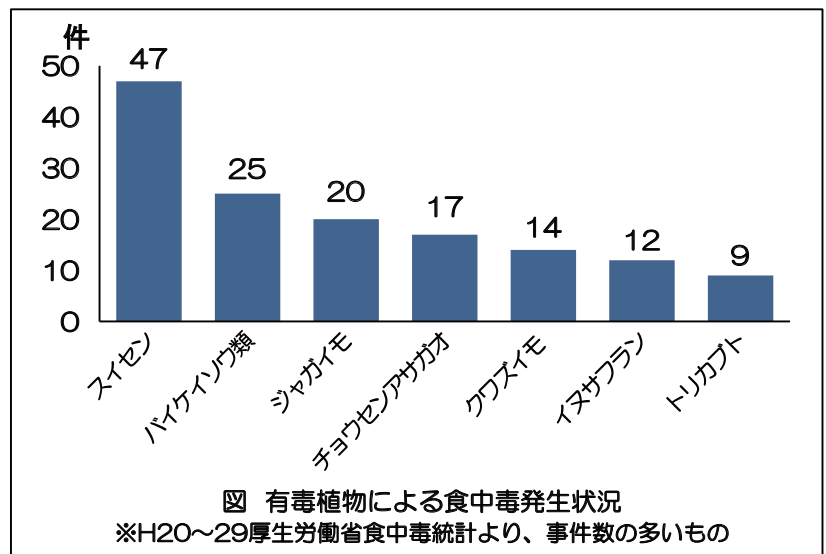
厚生労働省の食中毒統計によれば、過去10年間（H20～H29年）に発生した食中毒件数は188件、患者数818名で、そのうち10名の方が亡くなっています。また、特に新芽などで植物の見分けのつきにくい4月、5月に多く発生しています。

### ニラ、ノビル、ウルイ、ギョウジャニンニクなどを採るときは要注意!

過去10年間の有毒植物による食中毒の発生状況を図に示しました。事件数が最も多かったのはスイセンで、次いでバイケイソウ類、ジャガイモの順でした。

スイセンは身近な観賞植物ですが、葉はニラと誤って、球根はノビルやタマネギと誤って事故が発生しています。

また、山地の湿ったところに生えるバイケイソウ類は、山菜採りに行ってウルイやギョウジャニンニクと誤って事故が発生しています。



絶対に

食用の野草と確実に判断できない植物は

**採らない! 食べない! 売らない! 人にあげない!**



**観賞植物は食用植物と分けて植えましょう**


スイセンとニラは見間違えやすいので、必ず離れた場所に植えてください。



山野草や家庭菜園、庭先の植物を食べてしびれや吐き気、おう吐などの症状が現れたら、すみやかに医療機関を受診してください。

# ～有毒植物についてもっと知る～

## 事件数・死亡数の多い主な有毒植物

食用植物	葉：ニラ 球根：ノビル、タマネギ	ウルイ(オウバギボウシ)、 ギョウジャニンニク	葉：ウルイ(ギボウシ)、 ギョウジャニンニク 球根：ジャガイモ、タマネギ	ニリンソウ、モミジガサ
食用植物と 間違い やすい 有毒植物	スイセン 	バイケイソウ類 	イヌサフラン 	トリカブト 
中毒症状	吐き気、おう吐、頭痛、 気持ちが悪くなる、下 痢、よだれ、発汗、昏 睡、低体温など	おう吐、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	おう吐、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	食後、10～20分以内で くちびる、舌、手足のし びれ、おう吐、腹痛、下 痢、不整脈、血圧低下、 けいれん、呼吸不全に至 り死亡することもある
過去10年間の 食中毒発生 状況 (H20～29)	事件数： 47件 患者数： 167人 死亡数： 1人	事件数： 25件 患者数： 60人 死亡数： 0人	事件数： 12件 患者数： 20人 死亡数： 6人	事件数： 9件 患者数： 14人 死亡数： 3人

※厚生労働省HP「有毒植物による食中毒に注意しましょう」、食中毒統計から作成

## ジャガイモにも注意!

身近な食材のジャガイモですが、炭水化物やビタミンCなどの栄養素が多く含まれるほか、天然毒素（ソラニンやチャコニン）が微量に含まれています。

天然毒素は、特に芽や皮（未熟なジャガイモの緑色の部分）に多く含まれるため、適切に栽培・収穫・流通・調理されているジャガイモは問題ありませんが、未熟なジャガイモが原因で、学校や家庭菜園などで食中毒が発生しています。

次の点に注意して食中毒を防ぎましょう。

- 1 芽を十分取り除く
- 2 緑色の皮は厚めにむく
- 3 小さなジャガイモ、未熟なジャガイモはたくさん食べない、皮ごと食べない
- 4 苦みやえぐみのあるものは食べない



芽が出たジャガイモ



緑色に変わったジャガイモ(左)と色が変わっていないジャガイモ(右)

※写真：農林水産省HP「ジャガイモによる食中毒を予防するために」より

## より詳しい情報はこちら

- 厚生労働省HP「有毒植物による食中毒に注意しましょう」  
「自然毒のリスクプロファイル」
- 農林水産省HP「知らない野草・山菜は採らない、食べない」  
「ジャガイモによる食中毒を予防するために」
- 消費者庁HP「家庭菜園等における有毒植物による食中毒に御注意ください」



御意見・御感想  
お問い合わせは  
こちらへ

〒371-8570 前橋市大手町1-1-1  
群馬県健康福祉部 食品・生活衛生課 食品安全推進室  
TEL：027-226-2424 FAX：027-243-3426  
電子メール：shokuseika@pref.gunma.lg.jp  
★群馬県HPでバックナンバーをダウンロードできます。  
(<http://www.pref.gunma.jp/05/d6200163.html>)



【公式フェイスブック】