

身近な

有毒植物に気をつけよう!



ねりま食品衛生だより第52号 平成27年3月13日発行

練馬区保健所 生活衛生課 食品衛生担当係 5984-4675 練馬地区 3992-1183 / 石神井地区 3996-0633

春の山菜採りのシーズンには、食用植物と有害植物を間違えて食べて中毒になる事故が、毎年発生しています。また、家庭のごく身近にも毒を持った植物があり、知らずに食べて中毒を起こす事例も発生しています。区内でもクワズイモやツキヨタケ等の誤食による食中毒が発生しています。食用と確実に判断できないものは「採らない」「食べない」「ゆずらない」ように!

食用とはっきり判断できないものは

絶対に

採らない
食べない
ゆずらない



植物・きのこを
食べて体調が
悪くなったら、
すぐに病院へ!



【食中毒事例】

毒

ツキヨタケ

【事例】

友人がヒラタケと間違えて採ったキノコをゆずり受け、自宅でバター焼きにして食べたところ、食後1時間頃から、吐き気、おう吐の症状が現れ、救急搬送された。

【原因】

毒成分

(イルジンS)



【間違えやすいキノコ】

ムキタケ、ヒラタケ
シイタケ

毒

クワズイモ 別名:アローカシア

【事例】

観賞用だった「クワズイモ」の根茎を煮て試食したところ、直後に口内に激しい痛みを感じた。

【原因】

クワズイモに含まれるシュウ酸カルシウムの針状結晶による刺激

【似ているもの】

サトイモ



毒

スイセン

【事例】

自宅で栽培したスイセンをニラと間違えて採取し、炒め物やみそ汁にして食べたところ、食後30分頃から、おう吐、下痢の症状がでた。

【原因】

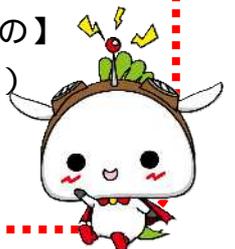
毒成分

(リコリンなど)

【似ているもの】

ノビル(鱗茎)
ニラ(葉)

ニラとスイセンは
一緒に植えないように
するねり~



栽培した

小学校で **じゃがいも** を食べて食中毒



都内の小学校で、校内で栽培したじゃがいもをゆでて食べたところ、132名のうち児童先生77名が、腹痛、吐き気、のどの痛みなどの症状が出ました。

- 【原因】 未成熟じゃがいもに多く含まれる、ソラニン
【有毒物質】 ソラニン、チャコニン（有毒成分）
芽や皮付近の緑色の部分に多い



安全に食べるためには、
こんな事に注意!



食べる時

中まで緑色になったじゃがいもは食べるのをやめましょう。小さい未熟なじゃがいもは、ソラニン類が多いので食べるのはやめましょう。苦味やえぐ味がある場合には食べないようにしましょう。

市販のじゃがいもは
ほとんど問題ないねり〜

栽培・収穫

じゃがいもが地面から出ないように、土寄せをして育てましょう。栄養が行きわたるよう、間引きをしましょう。十分に大きくなったじゃがいもだけを収穫しましょう。

緑色や未熟なじゃがいもを作らないために

保存・調理

収穫後のじゃがいもは、風通しが良く、日光の当たらない場所に保管しましょう。芽は取り除き、緑色の部分は皮を厚めにむきましょう。
(注)有毒成分(ソラニン類)は加熱しても完全になくなりません。



他にも、じゃがいものように食用になっているもので、「食べ方を間違えると危険なもの」がありますので気をつけて下さい。

- ・モロヘイヤ（「種」「さや」は有毒）
- ・いんげん豆（加熱調理が必要）
- ・青梅（加工しない果実や種の中心は毒を含む）

