



# 有毒植物に気をつけよう

ねりま食品衛生だより第60号 平成29年3月21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 / 石神井分室 3996-0633

山菜採りなどで、有毒な野草を食用と間違えて食べたり、観賞用の有毒植物を食べたりして、中毒になる事故が発生しています。

また、家庭のごく身近にも毒を持った植物があり、調理方法や食べ方に注意が必要なものがあります。有毒植物に注意しましょう。

食用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**

## 間違えやすい有毒植物

有毒

### チョウセンアサガオ類



キダチチョウセンアサガオのつぼみ

#### 中毒症状

口渇、瞳孔散大、意識混濁、心拍促進

#### 似ている植物

葉：モロヘイヤ

アシタバ

根：ゴボウ

種：ゴマ

つぼみ：オクラ



有毒

### スイセン



スイセンの芽

#### 中毒症状

おう吐、下痢、頭痛、発汗、低体温

#### 似ている植物

葉：ニラ

鱗茎：タマネギ

鱗茎：厚い鱗片が重なって球状になったもの

有毒

### トリカブト



芽生え期のトリカブト（矢印）とニリンソウ（その周囲）

#### 中毒症状

しびれ、おう吐、腹痛、下痢、不整脈、血圧低下、呼吸不全

#### 似ている植物

ニリンソウ、モミジガサ

野菜と観賞植物を一緒に栽培するのはやめましょう。

# 間違えやすい有毒植物

有毒

## バイケイソウ



### 中毒症状

おう吐、下痢、手足のしびれ、めまい、血圧低下

### 似ている植物

オオバギボウシ、ギョウジャニンニク

## ハシリドコロ



### 中毒症状

おう吐、下痢、けいれん、昏睡、瞳孔散大

### 似ている植物

フキノトウ、ギボウシ

## イヌサフラン



### 中毒症状

おう吐、下痢、皮膚の知覚減退

### 似ている植物

葉：ギボウシ、ギョウジャニンニク  
球根：タマネギ

## クワズイモ



### 中毒症状

おう吐、下痢、しびれ、皮膚炎

### 似ている植物

サトイモ



食

オオバギボウシ



食

ギョウジャニンニク

体調が悪くなったら、すぐに病院へ。原因と思われる植物が残っていたら受診の際、持参しましょう。

写真 厚生労働省HP「自然毒のリスクプロファイル」より

身近な食材でも！

## 調理方法や食べ方に注意



## ジャガイモ

- ・芽の部分は確実に取り除く
- ・緑色の部分は皮を厚めにむく
- ・貯蔵は光の当たらないところで

### ジャガイモ

発芽部分や緑色の皮部分を食えると

おう吐、下痢、腹痛など

### 白インゲン

加熱調理を行わずに生のまま食えると

おう吐、下痢など

### 青梅

未加工の果実や種の中心部を食えると

頭痛、めまい、発汗など

### ギンナン

一度に多量に食えると

おう吐、下痢、呼吸困難など

