

### 毒キノコによる食中毒にご注意を！

博士：行楽の秋じゃな。Q子はどこかへ出かける予定はあるのかね？

Q子：友人とキノコ狩りに行く予定なんです！ たくさん採れたら博士にも差し上げますね。

博士：知識もなしにキノコ狩りに出かけることは危険じゃから、気をつけるんじゃぞ。

Q子：キノコ図鑑を持っていくので大丈夫ですよ。

それに、毒キノコってみんな派手な色をしているので、私でも見分けられると思います。

博士：いや、キノコの見分け方はそんなに単純なものではないぞ。

博士。  
マイペース型。



Q子。助手。  
いつも前向き。

ネコ。  
しゃべれる。



### 食用と間違えやすい毒キノコ

博士：例を挙げてみようかの。このキノコは食べられると思うかね？

Q子：なんだか「シイタケ」みたいですね。色も地味だし、食べられるんじゃないですか？

博士：これは「ツキヨタケ」といって、猛毒を持つキノコでな。食用のヒラタケやムキタケ、シイタケと間違えて食べ、食中毒になってしまう例が毎年発生しているんじゃ。



#### ツキヨタケ

傘の大きさ：大型で10～20cm程度  
形と色：傘は初め黄褐色で成熟すると紫褐色～暗紫褐色。  
半円形、まれに円形で濃色の小鱗片を有する。ひだは白から薄い黄色で幅は広く、付け根につば様の隆起帯がある。  
暗闇では、ひだは青白く見える。  
発生時期：夏から秋（特に秋）  
発生場所：ブナなどの枯れ木

#### 間違えやすい食用きのこ

- ・ヒラタケ（写真上）
- ・ムキタケ（写真左下）
- ・シイタケ（写真右下）



写真：厚生労働省HP

博士：つぎは、「クサウラベニタケ」じゃ。こちらも毒キノコだぞ。

Q子：今度は「シメジ」に似てますね。



#### クサウラベニタケ

傘の大きさ：3～10cm程度で比較的小型～中型  
形と色：傘は灰色～黄土色(赤みを帯びるものもある)、茶色のものもある。乾燥時は絹のような光沢がある。湿潤時は濡れたような色、ムラがあり、粘性がある。ひだは白色から成熟すると肉色になる。  
発生時期：夏から秋  
発生場所：広葉樹の地上に発生

#### 間違えやすい食用きのこ

- ・ウラベニホテイシメジ（写真上）
- ・カクミノシメジ（写真下）
- ・ハタケシメジ
- ・シメジモドキ
- ・ホンシメジ 等

写真：厚生労働省HP



Q子：どちらのキノコも食べられるキノコによく似ていて、私には見分けがつかません。

博士：過去10年間に全国で起きた毒キノコによる食中毒のうち、43%はツキヨタケ、18%がクサウラベニタケによるものじゃ。

キノコに確実な見分け方はなく、採取歴の長い人でも間違えることがあるんじゃ。

また、キノコにも個体差があり、図鑑などに載っている写真と微妙に違って見えることもある。

素人の判断は危険だということを、覚えておいてほしい。



## 毒キノコによる食中毒の症状

Q子：「地味だから食べられる」というのは、間違った見分け方なんです。でも、毒キノコを食べたからって、そんなに大変な事にはなりませんよね？

博士：とんでもない。キノコの毒は大変強く、死に至る場合もあるんじゃないぞ。

下の写真の毒キノコは「ニセクロハツ」といって、今年の9月に死亡事例が発生した毒キノコなんじゃ。平成17年と18年にも、このキノコによる死亡事例が発生してある。



### 【毒キノコが引き起こす中毒症状の例】

植物名	症状
ツキヨタケ クサウラベニタケ	・嘔吐、下痢、腹痛など
テングタケ	・嘔吐、下痢、腹痛など ・発汗、めまい、痙攣など
ニセクロハツ	・嘔吐、下痢など ・全身筋肉痛、呼吸困難

### ニセクロハツ



(写真：厚生労働省HP)

傘の大きさ：中型～大型

形と色：傘は5～12cmと比較的大型。

成熟すると中央がくぼんだじょうご型になる。

色は灰色～黒褐色。ひだは薄いクリーム色で、傷をつけると薄い赤褐色となり、その後も黒変しない。柄は灰褐色からやや黒色で固め。

発生時期：夏から秋

発生場所：ツブラジイ（ブナ科シイ属）のある地上に発生する。

東海、関西等の西日本に分布

Q子：亡くなることもあるなんて……。毒のあるキノコって、本当に危険なんです。

## 毒キノコによる食中毒を防ぐ

博士：夏から秋にかけては毒キノコによる食中毒が増加する。毒のあるキノコによる食中毒を防ぐため、食べられるキノコと確実に判断できないキノコ類は、絶対に食べないようにするのじゃぞ。

絶対に

安全だと確信できないものは

採らない！ 食べない！ 売らない！ 人にあげない！

- 迷信を信じないようにしましょう。「柄が縦に裂けるキノコは食べられる」「色が地味なキノコは食べられる」「虫が食べるキノコは食べられる」「ナスと一緒に煮れば毒が消える」「塩漬けば食べられる」等、これらはどれも間違った言い伝えです。
- 食べられるキノコに混じて有毒なキノコが生えていることもあります。1本1本をよく確認して採り、また、調理前にも確認しましょう。
- 他の人からもらったものに有毒種が混じっていて食中毒になった例もあります。食用かどうか不確かなものを人にあげないのはもちろんのこと、人からもらったものでも、不安なときは食べない判断が大切です。

Q子：もし野生のキノコを食べて体調が悪くなったら、どうしたらいいですか？

博士：口に入れて強い苦味や舌のしびれなどを感じたら、すぐに吐き出すことだ。そして、体調に異常を感じたら、すぐに医療機関を受診するのじゃぞ。

食べたキノコが残っている場合は、持参することも大切だじゃ〜。



博士：夏の気温が高く、その後に適度な降雨があって朝晩の気温が低下すると、多くのキノコが発生すると言われておる。今年の夏は特に暑かった。キノコが豊作になるのは嬉しいが、同時に、毒キノコも増えていることも忘れてはいかんぞ。

Q子：分かりました。キノコに詳しい人に一緒に来てもらえないか、友人と相談してみます。せっかくの楽しいキノコ狩りも、食中毒になってしまったら台無しですもんね。

食卓の安全・安心ニュースで知りたいテーマがありましたら、メールかFacebookでお寄せください。  
生活衛生課メール：[c11222@pref.gifu.lg.jp](mailto:c11222@pref.gifu.lg.jp) Facebookページ「岐阜県食品安全推進室」

最後までお読みいただき  
ありがとうございました。

