



毒草ハンドブック



イヌサフラン

ユリ科

北海道

毒草に気をつけて！

春になると大自然に親しみながら、たくさんの皆さんが山菜採りを気軽に楽しんでいます。

食べられる植物の中には、これに似た有毒植物との区別が大変難しいものがあり、例年、全国各地で有毒植物の誤食により食中毒が発生しています。

消費者の皆さんが正しい知識を身につけて、食中毒を未然に防いでいただくために、食中毒を起こしやすい植物を紹介したハンドブックを作成しました。

山菜採りの際にお役立てください。

庭や野山の有毒植物による食中毒防止のために

- 食べられるかどうかの判断のつかない山菜は採らないように、また食べないようにしましょう。
- 山菜などと有毒植物が同じ場所に混ざって生えることがありますので、混ぜて採らないよう注意しましょう。
- 料理する前にもう一度確かめましょう。
- 採った山菜をみだりに人に譲ることはやめましょう。



食べて異常を感じたときは

- 一刻も早く病院で診察を受けてください。
- 食べたものを医師に見せてください。

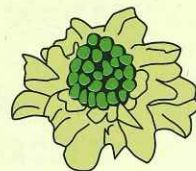
エキノコックス症にご注意を

- 野山では、沢水などの生水を飲まないようにしましょう。
- 山菜などは、水道水でよく洗い、生で食べないようにしましょう。
- 野山に出かけた時は、よく手を洗いましょう。



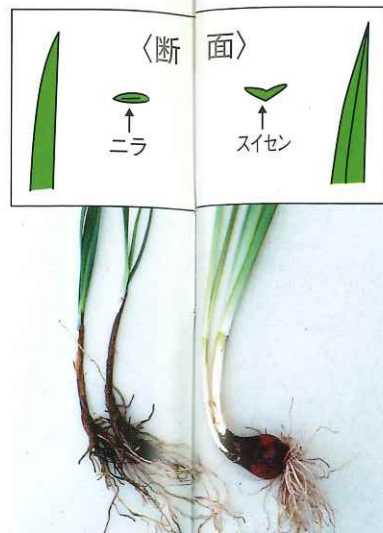
調理方法に気をつけて

- アク抜きを十分にしましょう。
- 新鮮な材料を使いましょう。



山菜採りはマナーが大切

- 他人の山に勝手に入らないようにしましょう。
- 自然保護のため、根こそぎ採るのはやめましょう。
- ごみは必ず持ち帰りましょう。



食 ニラ ユリ科

ニンニクと同じネギの1種で、古代に中国から渡来し栽培が始まった。

硫化アリルによる特有臭を持つ香味野菜としてなじみ深い。

葉の大きさなどによっていくつかの系統があり、最近では広幅で葉肉の厚いグリーンベルト系が栽培されている。

特徴

- 葉は平たく、独特の匂いがある。
- 夏に白い花が咲く。

毒 スイセン ヒガンバナ科

原産地は地中海沿岸で、ギリシャ神話にも描かれている。

ラッパスイセン、フサザキスイセンなど多くの種類が観賞用として庭で栽培されている。

特徴

- 葉の中央は浅くくぼんでいる。
- 早春に黄色や白色の美しい花が咲き、芳香がある。

有毒部位：全草、特に球根

有毒成分：リコリン

中毒症状：おう吐、下痢、けいれん

※春先（5月）にスイセン（毒）の葉とニラを誤認して食べて中毒を起こす事故が多く発生している。



葉は単葉で長楕円形、先がとがり、有柄。

食 **モロヘイヤ** シナノキ科

草丈2メートルに達し、葉は単葉で互生し、長楕円形で先端がとがる。
葉のつけ根部分左右に1本ずつ角状突起がある。
エジプトなど中近東地域で食される。
日本でも1980年代から食べられるようになった。
種に毒があるので要注意。



アメリカチョウセンアサガオ



ヨウシュチョウセンアサガオ

毒 **チョウセンアサガオ** ナス科

草丈1.5mに達し、葉は波状歯縁で卵型、夏に葉のつけ根に花をつけ、花の形状はロート状で、色は淡紫色から白色である。
果実は楕円形で長いトゲが密生し、熟すると中に黒色柱状の種子をたくさんもつ。また、全体に特有の臭気をもつ。
この植物を触った手で目をこすると瞳孔が散大し、まぶしくて物が見えなくなる。

有毒部位：全草、特に種や根
有毒成分：アトロピン、スコポラミン、ヒョスチアミン
中毒症状：血圧・脈拍の上昇、瞳孔散大、
興奮状態→麻痺状態

※平成12年に札幌市内でチョウセンアサガオ（毒）とモロヘイヤの誤食による食中毒事故が発生した。