

# 毒キノコにご注意!!!

キノコ狩りのシーズンには、全国で例年のように毒キノコによる食中毒が多数発生しています。キノコ狩りに出かける際には、誤って毒キノコを採取しないように十分注意してください。毒キノコを判別するのは、非常に難しいことです。特に有毒なキノコの中には、人を死に至らしめる物もあります。

## 食用キノコと確実に判断できないキノコは 採らない! 食べない! 人にあげない・売らない!

### 誤った情報や迷信は信じないで

- × 縦にさけるキノコは食べられる  
～多くのキノコの柄は縦にささ、ほとんどの毒キノコの柄も縦にさけます。
- × 地味な色をしたキノコは食べられる  
～毒キノコのほとんどは地味な色をしています。特に食中毒の発生が多いクサウラベニタケ、ツキヨタケ、カキシメジなどは地味な色でいかにもおいしそうに見えます。タマゴタケのように色鮮やかでも食べられる物もあり、色での判断はできません。
- × 虫食いのあるキノコは食べられる  
～毒キノコでも虫は食べます。
- × ナスと一緒に煮れば食べられる  
～根拠がありません。
- × 干して乾燥すれば食べられる  
～乾燥しても、毒は分解できません。
- × 塩漬けにして、水洗いすれば食べられる  
～根拠、効果がありません。
- × カサの裏がスポンジ状(イグチ類)のキノコは食べられる  
～以前は信じられていた時代もありましたが、現在ではドクヤマドリなど毒キノコが見つかっています。

### 食中毒例が多いキノコ①

#### ツキヨタケ



#### ●間違えやすいキノコとの比較



**!** **ポイント**

- ・黒いシミと柄の付け根に隆起
- ・図鑑のように光って見えない

### 食中毒例が多いキノコ②

#### クサウラベニタケ



**!** **ポイント**

- ・柄がきゃしゃで細いものが多い
- ・ヒタは、熟すとピンク～肉色
- ・ウラベニホテイシメジ(食用)よりも小さい
- ・判断に迷ったら採らない

### 食中毒例が多いキノコ③

#### ニガクリタケ



### 俗名で呼ばれている場合に要注意

#### ! **ツキヨタケの地方名(俗名)**

つきよ、くまべら、わたり、どくもたし、どくきのこ(岩手県)、つきよんだけ、つきよだけ、どくあかり、さきりきのこ、ひかりだけ(秋田県)、ひかりごけ(新潟県)、くまべら、こうずる(富山県)、ぶなたろう(福井県)

#### ! **クサウラベニタケの地方名(俗名)**

めじんなかせ(岩手、青森県)、にたり(埼玉県、前橋市)、あぶらいつぼん(前橋市)、ささしめじ(金沢市)、にせしめじ(秋田、青森地方)、うすすみ、さくらっこ、どくよもたし、どくしめじ(秋田県)、いっぼんしめじ(岩手、新潟、富山、長野県)と呼ばれることあり

福島などでは、ウラベニホテイシメジ(食用)=イッポンシメジと呼ばれている。つまり、「イッポンシメジ」と呼ぶキノコは3つ存在する

- 1.クサウラベニタケ(毒)
- 2.ウラベニホテイシメジ
- 3.イッポンシメジ(毒)

#### ! **ニガクリタケの地方名(俗名)**

はな、にがくり、くりたけのはな(長野市)、どくあがたけ、どくあかもだし(秋田県)、すずめたけ(青森県)、にがっこ(にぎやっこ、にがこ)(東北地方)

(出典:厚生労働省ホームページ)

詳しくは、秋田県生活衛生課(TEL018-860-1593)またはお近くの保健所へおたずねください。

★有毒キノコを食べた可能性がある場合  
食べてからだに異常を感じたときは

残っているキノコや調理済みのものがあれば持参し

**速やかに医療機関を受診しましょう!**

★有毒キノコによる中毒症状

(出典:内閣府食品安全委員会ホームページ)

作用など	潜伏期間	症 状	毒キノコ名
消化器障害型	20分～1時間	吐き気、おう吐、下痢	ツキヨタケ、クサウラベニタケ、カキシメジ、ドクヤマドリ、ネズミシメジ、ニガクリタケ
神経障害型 (知覚及び神経系症状)			
副交感神経刺激型	30分～2時間	瞳孔縮腫、腹痛、下痢、頻尿	オオキヌハダトヤマタケ、アセタケ
副交感神経麻痺型	20分～3時間	異常な興奮、流涎、散瞳、筋繊維性けいれん	テングタケ、ベニテングタケ、ハエトリシメジ
中枢神経麻痺型	30分～1時間	口渇、幻聴、幻視、めまい、精神錯乱	シビレタケ、ヒカゲシビレタケ、オオワライタケ
末梢血管運動神経刺激型	数日～2週間	手足が焼けるような痛み・発赤	ドクササコ
ジスフィラム型	飲酒後30分～1時間	顔面・頸部・胸部・手足のflushing現象、心悸亢進、呼吸困難	ホテイシメジ、ヒトヨタケ、スギタケ
原形質毒性型 <b>致死率が高い</b>	コレラ様症状、肝臓、腎臓障害型		ドクツルタケ、シロタマゴテングタケ、タマシロオニタケ、テングタケモドキ
	溶血障害、心機能不全型		ニセクロハツ
	毛細血管など循環器障害型		カエントケ

★スギヒラタケの摂取について

(出典:林野庁ホームページ 平成23年8月31日付け消安第2931号、林政経第197号)

スギヒラタケは、キシメジ科スギヒラタケ属のキノコで栽培は行われておらず、スギ等の切り株・倒木に夏から秋にかけて発生します。

平成16年と19年にスギヒラタケ摂取者に急性脳症を疑う事例が発生したことなどから、スギヒラタケと急性脳炎の関係について研究を進めてきたところ、スギヒラタケの成分が急性脳症発生の原因となる可能性を示唆する成果が得られました。このため、スギヒラタケを摂取しないようお願いいたします。



**スギヒラタケ Q&A**

Q1. スーパーでキノコがたくさん販売されていますが、スギヒラタケと間違ふことはありませんか?

A1. しいたけ、なめこ、えのきたけ、ひらたけ、ぶなしめじ、まいたけ、エリンギ、まつたけなど数多くの種類のキノコが、スーパー等で販売されています。これらのキノコがスーパー等で販売される場合は、しいたけやひらたけ等の一般的な名称が必ず表示されていますので、表示を確認すれば、間違ふことはありません。また、これらのキノコとスギヒラタケは、しいたけとえのきたけが違ふように、属が異なる全く違ふキノコです。

Q2. ひらたけはスギヒラタケと名前が似ているので食べるのを控えた方が良いでしょうか?

A2. ひらたけとスギヒラタケは、科が異なる全く別なキノコです。スギヒラタケは栽培できないのに対し、ひらたけは世界各地で栽培され、最もポピュラーでおいしいキノコの1つとして大量に生産され食べられていますので、安心して食べて下さい。また、ひらたけはスーパー等の店頭で販売されており、傘が小さいものと大きいものがあり、傘の色は小さいものは暗灰褐色で、傘が大きくなるにつれ灰褐色、灰色などと薄くなります。なお、スーパーの店頭での販売に際しては、「ヒラタケ」「ひらたけ」と表示されるので安心して購入できます。

●主な食用キノコの分類

科 名	属 名	種 名
キシメジ科	スギヒラタケ属	スギヒラタケ
	シイタケ属	シイタケ
	シロタモギタケ属	フナシメジ
	キシメジ属	マツタケ
	エノキタケ属	エノキタケ
モエギタケ科	スギタケ属	ナメコ
ヒラタケ科	ヒラタケ属	ヒラタケ
		エリンギ
タコウキン科	マイタケ属	マイタケ