

キッチンメール
KitchenMailは札幌市保健所が発行しています。

Kitchen Mail No.45

食品衛生ニュース
キッチンメール

安全・安心な食のまちさっぽろをめざして。

TAKE FREE

ご自由にお持ちください

もっとあんぜんに
食べたい、
べてほしい
人のための情報誌。

SAPPORO

食べて大丈夫?
身近な植物による食中毒

要注意!



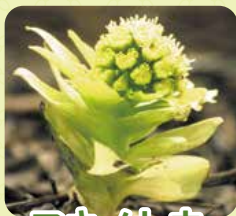
生活に身近な植物

春。雪解けの季節は山菜採りや家庭菜園に適した時期でもあります。
自分で収穫した野菜や山菜は、普段食べているスーパーやお店の野菜や果物とは一味違った美味しさがあります。

おいしい山菜・野菜



ユキザサ
(アズキナ)



フキノトウ



ヨモギ



ニラ

しかし……

食べられる植物がある一方で、私たちの身の回りには毒のある植物もあります。

これらの植物は食べられる植物に見た目がよく似ている場合もあり、間違えて食べると死に至るほどの毒性をもつ植物もあります。

みなさんの花壇に植えてある観葉植物も例外ではなく、誤食による食中毒が後を絶ちません。

きれいな花



毒 スズラン



毒 コンフリー



毒 フクジュソウ



毒 スイセン

有毒植物の誤食による食中毒は全国で多発しており、注意が必要です！

本号では、身近な有毒植物を間違えて食べてしまわないためのポイントを紹介します。

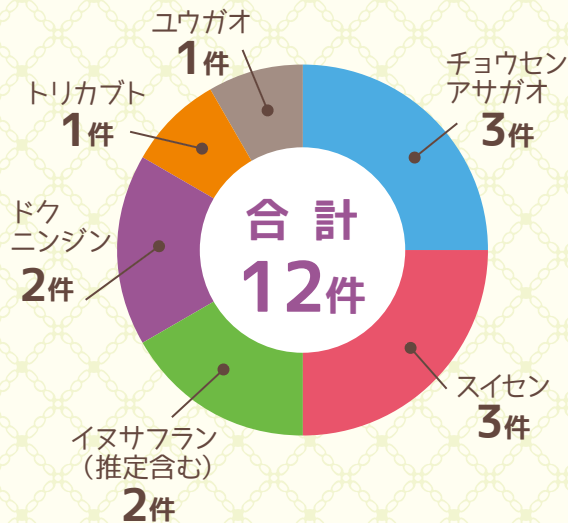
有毒植物による食中毒

札幌市内の食中毒事例

発生年月	原因植物 毒	概要
平成21年 4月	トリカブト	知人からニリンソウだと教わって採取し、ゆでて和え物にして食べたところ、すぐに痺れや倦怠感等の異常を感じ、入院した。
平成22年 7月	チョウセンアサガオ	庭に蒔いた野菜の種が成長したものだと思い込んで食べたところ、瞳孔散大、ふらつき等で救急搬送された。
平成25年 6月	イヌサフラン	庭に生えていた植物をミョウガと間違い、球根をゆでて食べたところ、腹痛、嘔吐等で救急搬送された。

食中毒の原因となった有毒植物

(平成元年～平成30年、札幌市)



近年は自宅の庭で採取した植物による食中毒が発生しています！

山菜採りをしない人も**有毒植物に注意が必要です！**



[札幌市 手洗い・うがい啓発キャラクター しるくま忍者]

家庭菜園

注意するポイント!

毒 スイセンは、ニラやアサツキ、ノビルと間違えやすいです。
名札を立てて、家族や他の人にも何を植えたか分かるようにしましょう。

毒



スイセン

食



ニラ

ポイント!

名札を立てて



スイセン

毒



チョウセンアサガオ

食



モロヘイヤ

毒 チョウセンアサガオは全草に毒があり、特に種や根は猛毒。果実が熟すと割れてたくさんの種を飛ばします。
食用植物と観賞用植物を近くに植えるのはやめましょう!
種が飛んで混生してしまったり、間違えて採取してしまうおそれがあります。

ポイント!

近くに植えるのは



山菜採り

山菜と良く似た有毒植物が生えていることがあります。

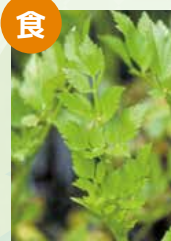
山菜採りをするときは、一本ずつよく確認して採り、調理前にもう一度確認しましょう。

毒



ドクゼリ

食



セリ

セリは春の七草のひとつで、水辺に生えます。しかし、セリに良く似た**毒**ドクゼリも同じような水辺に生えます。

食べられる植物と有毒植物は、似た環境を好んで同じ場所に生えていることがあります。

山菜採り こんなことにも気を付けて

- ① 山菜を根こそぎ採ってしまうと、次の年から山菜が生えなくなってしまいます。毎年、山菜採りを楽しめるように、食用にする部分のみを採るようにしましょう!
- ② 山には、ヒグマ、ハチ、マダニなどの生き物や、ウルシのようなかぶれを引き起こす植物、そしてキツネの糞を介したエキノコックス症など、様々な危険が潜んでいます。十分な心構えと準備をして行きましょう。



ハチ



マダニ



ヒグマ



キツネ



ウルシ

見た目で判断できますか？

食 ギョウジャニンニクと毒 イヌサフランが混生しています。

ギョウジャニンニク
強いニンニク臭を発する



イヌサフラン
ギョウジャニンニクよりも
葉に光沢があり、臭気はない

ギョウジャニンニク
茎は赤紫色



食

毒

引き抜いて
みると…

イヌサフラン
丸い球根

食 ヨモギと毒 トリカブトは葉の形がそっくり。

食



ヨモギ
葉の裏に白い産毛があり、
特有の強い芳香がする

毒



トリカブト
硬い茎の周りに葉を付ける。
ニリンソウやモミジガサ等にも似る

特に若芽の
時期は
よく似る

これらは一例です。
専門家でも見分けることは難しく、誤って食べると重症化する
ケースもあります。

食用と確実に判断できない植物は

採らない！ 食べない！ 人にあげない！

札幌市保健所の取り組み

有毒植物による食中毒を防ぐため、保健所で実施している取り組み
を御紹介します！

「春の山菜展」を開催

(主催：北海道、札幌市)

開催場所：北海道立衛生研究所 薬用植物園(札幌市北区北19条西12丁目)

約100種類の山菜や毒草を実際に見て、触って、学ぶことができます。
毎年、春に開催しており、平成30年度は約1,000名が来場されました！



地面から生えている植物を間近で観察
できます。



食 セリ(左)と毒 ドクゼリ(右)
根や香りの違いを確認できます。

流通品の監視



札幌市中央卸売市場に
入荷した山菜について
は、札幌市保健所の食
品衛生監視員が監視を
行い、毒草の混入がない
かチェックしています。



もっと知りたい方には

「庭や野山の 毒草ハンドブック」

(発行：札幌市保健所)



食中毒を起こしやすい植物について、類似した食用植物との鑑別方法などを紹介したハンドブック。

札幌市保健所及び各区保健センターで配布中です。

ポケットサイズですので、身近なところに置き、山菜採りや家庭菜園にお役立てください。



※表紙写真のジギタリスは猛毒

札幌市保健所の
ホームページにも
掲載しています。



食品衛生に関する相談窓口

保健所、保健センターの連絡先はこちらからご覧ください。
<https://www.city.sapporo.jp/hokenjo/shoku/sodan.html>

(各植物の写真提供：北海道立衛生研究所)

発行年月：平成31年(2019年)3月

編集・発行：札幌市保健所食の安全推進課

http://www.city.sapporo.jp/hokenjo/shoku/pamph/kitchen_mail/

「食品衛生ニュース キッチンメール」は、札幌市が市民向けに発行する、食の安全に関する情報をわかりやすく紹介する冊子です。



さっぽろ市
02-F06-18-2726
30-2-1653