

# 毒

# 有毒植物に要注意

山菜狩りなどで誤って有毒な野草を採取し、食べたことにより、食中毒が発生しています。

⚠ 有毒植物による食中毒で、**死者も発生**しています。  
食用の野草と確実に判断できない植物は

**絶対に**

**採らない！ 食べない！**

**売らない！ 人にあげない！**

◎家庭菜園や畑などで、野菜と観賞植物を一緒に栽培するのはやめましょう。  
◎山菜に混じって有毒植物が生えていることがあります。山菜狩りなどをするとき  
は、一本一本よく確認して採り、調理前にもう一度確認しましょう。



野草を食べて体調が悪くなったら、すぐに医師の診察を！  
見分けに迷ったら、最寄りの保健所へご相談ください！

## <食用と間違いやすい有毒植物の例>

### イヌサフラン



#### 【中毒症状】

嘔吐、下痢、皮膚の知覚減退、呼吸困難。  
重症の場合は死亡することもある。

#### 【間違いやすい植物】

- (葉)  
・ギョウジャニンニク  
・ギボウシ と類似。  
(球根)  
・ジャガイモ  
・タマネギ など

### スイセン 及び スノーフレーク



スイセン



スノーフレーク  
(スズランスイセン)

#### 【中毒症状】

食後30分以内で、  
吐き気、嘔吐、頭痛など。  
(スイセンでは、悪心、下痢、  
流涎、発汗、昏睡、低体温など  
もある。)

#### 【間違いやすい植物】

- ・ニラ など  
(スイセンは、ノビルやタマネギ  
にも間違われやすい)

### トリカブト



#### 【中毒症状】

食後10～20分以内で、  
口唇、舌、手足のしびれ、  
嘔吐、腹痛、下痢、  
不整脈、血圧低下、けいれん、  
呼吸不全に至って死亡すること  
もある。

#### 【間違いやすい植物】

- ・ニリンソウ  
・モミジガサ など

### ヒメザゼンソウ



若い葉(左上1枚は別植物)



展開した葉

#### 【中毒症状】

食後すぐに唇のしびれ、  
口腔内の腫れ、胃痛など  
をおこす。

#### 【間違いやすい植物】

- ・オオバギボウシ(ウ  
ルイ) など

# 過去10年間の有毒植物による食中毒発生状況（平成22年～令和元年）

植物名	間違えやすい植物の例（「 <a href="#">自然毒のリスクプロファイル</a> 」より）	事件数	患者数	死亡数
<a href="#">スイセン</a>	ニラ、ノビル、タマネギ	57	195	1
<a href="#">ジャガイモ</a>	※親芋で発芽しなかったイモ、光に当たって皮がうすい黄緑～緑色になったイモの表面の部分、芽が出てきたイモの芽及び付け根部分などは食べない。	21	327	0
<a href="#">チョウセンアサガオ</a>	ゴボウ、オクラ、モロヘイヤ、アシタバ、ゴマ	15	41	0
<a href="#">バイケイソウ</a>	オオバギボウシ、ギョウジャニンニク	15	33	0
<a href="#">クワズイモ</a>	サトイモ	15	30	0
<a href="#">イヌサフラン</a>	ギボウシ、ギョウジャニンニク、ジャガイモ、タマネギ	15	22	10
<a href="#">トリカブト</a>	ニリンソウ、モミジガサ	9	17	3
<a href="#">コバイケイソウ</a>	オオバギボウシ、ギョウジャニンニク	5	13	0
<a href="#">ヨウシュヤマゴボウ</a>	ヤマゴボウ	4	4	0
観賞用ヒョウタン	ヒョウタン	3	20	0
<a href="#">ハシリドコロ</a>	フキノトウ、ギボウシ	3	8	0
キダチタバコ	カラシナ、カラシ	2	7	0
<a href="#">ユウガオ</a>	ヒョウタン、※まれに高ククルピタシン含量のユウガオによる中毒もある。苦みの強いものは摂食しない方がよい。	2	7	0
<a href="#">スノーフレーク</a>	ニラ	2	5	0
ヒガンバナ	ニラ、ノビル、タマネギ	1	2	0
タガラシ	セリ	1	1	0
その他（ <a href="#">タマスダレ</a> 、 <a href="#">ヒメザゼンソウ</a> 等）		16	53	0
不明		4	8	0
合計		190	793	14

## 自然毒のリスクプロファイル

[https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/kenkou\\_iryuu/shokuhin/syokuchu/poison/index.html](https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/kenkou_iryuu/shokuhin/syokuchu/poison/index.html)

- 「**毒キノコ**」にも、**ご注意ください！**  
  - ・**[毒キノコによる食中毒に注意しましょう](#)**
- 代表的な有毒植物及び毒キノコの特徴については  
**[「自然毒のリスクプロファイル」](#)**をご覧ください。
- 一部地域で、**山菜**から放射性物質が検出されています。

山菜狩りをする場合は、

[放射性物質のモニタリング検査結果や各種制限などの情報を確認](#)、または最寄りの市町村に安全性を問い合わせるなど、十分な注意を払ってください。

→ 林野庁ホームページ「[山菜採取にあたっての留意点](#)」