



毒キノコに注意

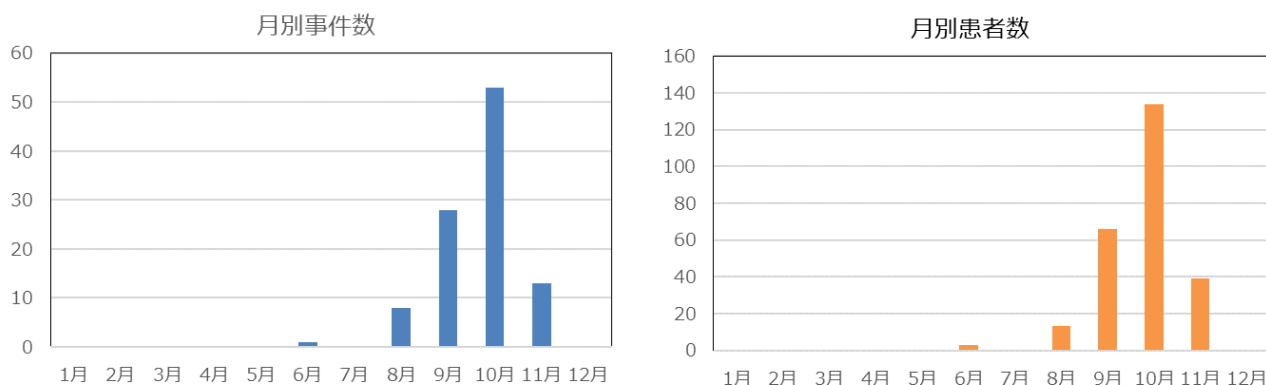
毎年、夏の終わりに秋にかけて、野生の毒キノコを食用のキノコと誤認したことによる食中毒が多く発生しています。

食べられるキノコか確実に判断できない場合は、「採らない」「食べない」「売らない」「人にあげない」を徹底しましょう。^{1) 2) 3) 4)}



○毒キノコによる食中毒発生状況

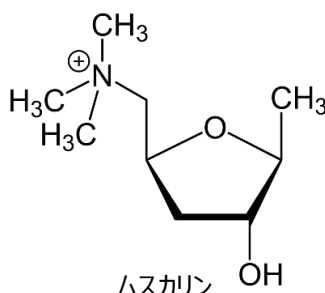
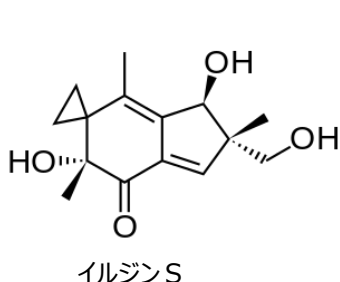
厚生労働省から毒キノコによる食中毒の発生状況が公開されています。2014 年から 2021 年の 8 年間の月別発生状況では、9 月から 11 月の夏の終わりに秋にかけて、毒キノコを食用キノコと誤認して採取、喫食したことによる食中毒が発生し、特に 10 月での発生が多くを占めています。



毒キノコによる食中毒発生状況 (2014 年～2021 年)

2021 年においても、「知り合いからキノコを貰い事業所で煮物にして食べた」、「旅館で提供されたキノコの入った鍋物を食べた」、「キャンプ場の周辺で採取したキノコを調理して食べた」などが毒キノコを摂取、喫食した事例でした。原因となった毒キノコの種類については、ツキヨタケ (7 件 25 名)、クサウラベニタケ (2 件 4 名)、カキシメジ (1 件 9 名) が報告されています。これらは食べた料理が残っていた場合から毒キノコの種類が特定された事例で、原因のキノコが特定されない食中毒の事例も多くあります。

食中毒を示す毒キノコの成分について、ツキヨタケではイルジン S などのイルジン類、クサウラベニタケではムスカリンなど、カキシメジではウスタリン酸などが有毒成分として特定されています。いずれも頭痛、腹痛、嘔吐、下痢などの中毒症状を示しますが、ムスカリンは、涙や唾液の分泌増加や発汗を示す食中毒症状に特徴があります。



○毒キノコを見分けることは・・・

食用のキノコと毒キノコを見分けることはできません。毒キノコの見分け方には、言い伝えが多数あるのも事実で、「柄が縦に避けるキノコは食べられる」「毒キノコは派手な色をしている」「虫が食ったキノコは大丈夫」「ナスと煮るなど加熱すれば食べられる」「塩漬けすれば食べられる」などがありますが、これらすべて「迷信」で科学的な根拠はありません。

キノコ類は、種で増える野菜の仲間ではなく、カビなどと同じ「菌類」に属していて「孢子」で増えていきます。野菜は太陽の光で光合成をしてエネルギーを得ますが、キノコ類は樹木や落ち葉に菌糸を伸ばし栄養分を得ています。孢子を生産するために菌糸の集合体として子実体を作りますが、これが人の目にするキノコです。日本国内には5,000種ものキノコが存在すると言われていますが、食べられるキノコは100種類ほどです。また、食べると中毒症状を示す毒キノコは200種類ほどといわれていますが、残りの4,000種以上は食べられるキノコなのか、毒キノコなのかもわからないということになります。

○毒キノコに注意

食べられるキノコと似ている毒キノコとして、シイタケやヒラタケに似ているツキヨタケ、ホンシメジに似ているクサウラベニタケやカキシメジによる食中毒の事例の報告がありましたが、知られている毒キノコに限らず、確実に判断のできないキノコ類を「採らない」「食べない」「売らない」「人にあげない」ようにしましょう。

図鑑などに掲載されているキノコの写真を見て比べても、キノコの生えている自然条件などによっては、個体差が起きてキノコの種類の特定は難しくなります。キノコ狩りに豊富な経験を持つ人でも、旅館で提供された食事で食中毒を起こした事例から判断が難しいことがわかります。

採集したキノコの中に毒キノコが混じることも考えられます。安全に食べられるかどうか、不確かな場合は自身で食べることも、人にあげることも厳禁です。人からもらった場合も不安な時は、食べないと判断することも大切です。

厚生労働省のホームページには「自然毒のリスクプロファイル」として毒キノコに関する情報が公開されています。また、毒キノコに関するリーフレットも掲載されています。

【参考にした情報】

- 1) 自然毒のリスクプロファイル；厚生労働省ホームページ

https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/kenkou_iryuu/shokuhin/syokuchu/poison/index.html

- 2) 毒キノコによる食中毒に注意しましょう；厚生労働省ホームページ

https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/kenkou_iryuu/shokuhin/kinoko/index.html

- 3) 厚生労働省 Twitter

<https://mobile.twitter.com/MHLWitter>

- 4) 生活の中の食品安全 -毒キノコに気を付けよう- その1；食品安全委員会

https://www.fsc.go.jp/e-mailmagazine/mailmagazine_h2809_r2.html