

# 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には、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。

## <食用と間違いやすい有毒植物の例>

### スイセン



#### 【中毒症状】

食後30分以内で、悪心、嘔吐、下痢、流涎（りゅうぜん）、発汗、頭痛、昏睡、低体温など。

#### 【間違いやすい植物】

- (葉)
- ・ニラ、ノビル
- (球根)
- ・タマネギ

### バイケイソウ



#### 【中毒症状】

嘔吐、下痢、手足のしびれ、めまいなどの症状が現れ、死亡することもある。

#### 【間違いやすい植物】

- ・オオバギボウシ(ウルイ)、ギョウジャニンニクなど

### 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

### 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

**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、食べないでください！**

# 過去10年間の有毒植物による食中毒発生状況（平成28年～令和7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 |
|------------------------------|--|-----|-----|-----|
| スイセン                         | ニラ、ノビル、タマネギ  | 74  | 227 | 1   |
| ジャガイモ                        | ※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。 | 11  | 184 | 0   |
| チョウセンアサガオ                    | ゴボウ、オクラ、モロヘイヤ、アシタバ、ゴマ  | 6   | 18  | 0   |
| バイケイソウ                       | オオバギボウシ、ギョウジャニンニク  | 22  | 35  | 0   |
| クワズイモ                        | サトイモ   | 18  | 50  | 0   |
| イヌサフラン                       | ギボウシ、ギョウジャニンニク、ジャガイモ、タマネギ  | 22  | 30  | 13  |
| トリカブト                        | ニリンソウ、モミジガサ  | 11  | 18  | 1   |
| コバイケイソウ                      | オオバギボウシ、ギョウジャニンニク  | 2   | 3   | 0   |
| ヨウシュヤマゴボウ                    | ヤマゴボウ  | 4   | 4   | 0   |
| グロリオサ                        | ヤマノイモ  | 6   | 8   | 2   |
| ハシリドコロ                       | フキノトウ、ギボウシ   | 1   | 2   | 0   |
| キダチタバコ                       | カラシナ、カラシ   | 1   | 3   | 0   |
| ユウガオ                         | ヒョウタン<br>※ まれに高ククルビ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。             | 12  | 27  | 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（観賞用ヒョウタン、タマスダレ、ヒメザゼンソウ等） |  | 23  | 54  | 0   |
| 不明                           |  | 3   | 22  | 0   |
| 合計                           |  | 218 | 688 | 17  |

## ○ 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**から基準値を超える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出荷制限などの情報](#)  
をホームページ等で、確認してください。

→ 林野庁ホームページ「[山菜採取にあたっての留意点](#)」

## 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)

