

# 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 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)

### バイケイソウ



芽出し期のバイケイソウ

#### 【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



オクトリカブト



トリカブトの芽生え

#### 【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26年～令和5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  | 237 | 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。 | 15  | 324 | 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  | 10  | 28  | 0              |
| バイケイソウ                    | オオバギボウシ、ギョウジャニンニク  | 22  | 45  | 0              |
| クワズイモ                     | サトイモ   | 20  | 52  | 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  | 28  | 13             |
| トリカブト                     | ニリンソウ、モミジガサ  | 9   | 16  | 1              |
| コバイケイソウ                   | オオバギボウシ、ギョウジャニンニク  | 3   | 5   | 0              |
| ヨウシュヤマゴボウ                 | ヤマゴボウ  | 5   | 5   | 0              |
| 観賞用ヒョウタン                  | ヒョウタン  | 3   | 5   | 0              |
| ハシリドコロ                    | フキノトウ、ギボウシ   | 2   | 3   | 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。              | 3   | 9   | 0              |
| スノーフレーク                   | 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（タマスダレ、ヒメザゼンソウ、グロリオサ等） | 注：グロリオサ  | 24  | 41  | 2 <sup>注</sup> |
| 不明                        |  | 3   | 22  | 0              |
| 合計                        |  | 220 | 831 | 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)



高齢者の誤食・中毒・死亡が多発！

# その植物、有毒かも？

有毒植物を原因とする

食中毒患者の**約半数**が**60歳以上**です※

※ 平成30年～令和5年の植物性自然毒による患者年齢別発生状況  
(キノコ、ジャガイモ及び銀杏を除く。)



- × 植えた覚えのない植物は食べない
- × 観賞植物は有毒のものも！ 野菜と一緒に栽培しない
- × 山菜も危険！ 有毒植物が混じっていることがあります

**まちががなく食用だと判断できない植物は  
採らない！食べない！売らない！人にあげない！**

野草を食べて体調が悪くなったら、すぐに医師の診察を

# 有毒です 食べないで

## 食用と間違えやすい有毒植物の例

### スイセン・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（おうと）、頭痛など。スイセンでは、悪心、下痢、流涎（りゅうぜん）、発汗、昏睡、低体温などもあります。

#### 間違えやすい植物

ニラ、ノビル、タマネギ など

### イヌサフラン



葉



球根

#### 中毒症状

嘔吐（おうと）、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ります。

#### 間違えやすい植物

《葉》 ギョウジャニンニク・ギボウシ  
《球根》 ジャガイモ・タマネギ など

### バイケイソウ

芽出し期のバイケイソウ



芽出し期のコバイケイソウ

#### 中毒症状

嘔吐（おうと）、下痢、手足のしびれ、めまいなどの症状が現れ、死亡することもあります。

#### 間違えやすい植物

オオバギボウシ（ウルイ）  
ギョウジャニンニク など

### グロリオサ



#### 中毒症状

口腔・咽頭灼熱感、発熱、嘔吐（おうと）、下痢、背部疼痛などを発症し、臓器の機能不全などで、死亡することもあります。

#### 間違えやすい植物

《根》 ヤマイモ

### クワズイモ

クワズイモの根茎



クワズイモの葉



#### 中毒症状

悪心、嘔吐、下痢、麻痺、皮膚炎など

#### 間違えやすい植物

《根》 サトイモ

### トリカブト



オクトリカブト

トリカブトの芽生え

#### 中毒症状

食後10～20分以内で、口唇、舌、手足のしびれ、嘔吐（おうと）、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ります。

#### 間違えやすい植物

・ニリンソウ  
・モミジガサ など

代表的な有毒植物の特徴は「[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)」をご覧ください。

[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)



# 観賞用植物の 誤食に注意!



**観賞用植物には食べると有毒なものもあります。  
野菜などの食用植物と一緒に栽培しないでください!**

- 植物の種類や名前を書いた札を立てるなど、栽培しているものが分かるようにする。
- 食用植物と観賞用植物を近くに植えない。  
観賞用植物は、畑や菜園から離れた場所で明確に区分けして栽培する。



**子どもや認知機能の低下している方が  
誤って食べてしまわないように注意しましょう!**

- 判断できない人が誤って口にしないよう簡単に手の届く範囲で栽培しない。球根を放置しない。
- 何かを植えたら、家族にも伝えましょう。



**食用として植えた覚えのない植物は食べないでください!**

- 有毒植物には、野菜や食用植物と非常に似たものがあります。
- 種が飛んできたり、以前に植えたものが再び生えてくることもあります。

まちがいなく食用だと判断できない植物は

**採らない! 食べない! 売らない! 人にあげない!**

体調が悪くなったら、すぐに医師の診察を

# 食用と間違えやすい 観賞用植物の例

## スイセン・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（おうと）、頭痛など。スイセンでは、悪心、下痢、流涎（りゅうぜん）、発汗、昏睡、低体温などもあります。

### 間違えやすい植物

ニラ、ノビル、タマネギ など

## イヌサフラン

葉



球根



### 中毒症状

嘔吐（おうと）、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ります。

### 間違えやすい植物

《葉》 ギョウジャニンニク・ギボウシ  
《球根》 ジャガイモ・タマネギ など

## チョウセンアサガオ

チョウセンアサガオの葉と花



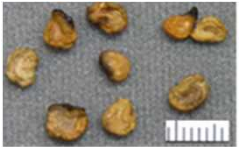
### 中毒症状

口の渇き、瞳孔の散大、意識混濁、興奮、麻痺、心拍数の増加 など

### 間違えやすい植物

《葉》 モロヘイヤ  
アシタバ  
《根》 ゴボウ  
《種》 ゴマ など

チョウセンアサガオの種



## グロリオサ

地下部を付けたグロリオサ全体



### 中毒症状

口腔・咽頭灼熱感、発熱、嘔吐（おうと）、下痢、背部疼痛などを発症し、臓器の機能不全などで、死亡することもあります。

### 間違えやすい植物

《根》 ヤマイモ

## クワズイモ

クワズイモの根茎



クワズイモの葉



### 中毒症状

悪心、嘔吐、下痢、麻痺、皮膚炎など

### 間違えやすい植物

《根》 サトイモ

## シャクナゲ

ハクサンシャクナゲ



### 中毒症状等

嘔吐、下痢、血圧低下、めまい、けいれんなどを引き起こします。

ハクサンシャクナゲの葉のお茶としての飲用による血圧低下の急性中毒例があります。

代表的な有毒植物の特徴は「[自然毒のリスクプロファイル](#)」をご覧ください。

[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)

