

## 有毒植物の誤食に注意しましょう

「山菜採り」のシーズンを迎えました。この時期、県内では山菜と間違えて有毒植物を食べたことによる食中毒が発生しています。山菜採りをする際には、以下の3つのポイントを守りましょう。

### 有毒植物による食中毒防止のポイント

#### ○よくわからない植物は、絶対に「採らない、食べない、売らない、人にあげない」

新芽や根だけで、種類を見分けることは困難です。

#### ○食べられる山菜の「特徴を完全に覚える」

専門家の指導等により、山菜の正しい知識及び類似する有毒植物との鑑別法をマスターしましょう。

#### ○スイセンなどの身近な植物をむやみに食べない

スイセン、スズラン、フクジュソウ、レンゲツツジ、アジサイなど、身近な園芸植物でも、有毒成分を含むものがありますので、むやみに食べることはやめましょう。

○もし、食中毒だと思ったら、すぐに医師の診察を受けましょう。

食べたものが残っている場合は、受診の際、お持ちください。

○有毒植物に関する相談は、保健福祉事務所（保健所）が窓口となりますのでお尋ねください。

保健福祉事務所（保健所）一覧

<https://www.pref.nagano.lg.jp/shokusei/kenko/shokuhin/shokuhin/ichiran/index.html>



○代表的な山菜と有毒植物の鑑別方法は以下のアドレスを参考にしてください。

長野県ホームページ

<https://www.pref.nagano.lg.jp/yakuji/kenko/iryo/yakubutsu/yudoku.html>



厚生労働省ホームページ

[https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/kenkou\\_iryoushokuhin/yudoku/index.html](https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/kenkou_iryoushokuhin/yudoku/index.html)



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



【参考資料】

長野県内の有毒植物による食中毒発生状況（昭和51年（1976年）～令和7年（2025年））

県内の有毒植物による食中毒は、昭和51年から令和7年までの間に22件（患者数82人）発生しています。その内訳は下表のとおりとなっており、いずれも食べられる山菜だと思ひ、これらの有毒植物を誤って食べたことにより発生しています。

原因となった有毒植物の種類	食中毒発生件数	発生年	患者数	死者数	症状	間違えやすい山菜
スイセン	6	H28(2), H29(2) R6, R7	30	0	吐き気、おう吐	ニラ、ノビル
バイケイソウ、 コバイケイソウ	4	H6, H5, H17, H28	12	0	おう吐、下痢、 血圧降下、けいれん	オオバギボウシ、 ギョウジャンニク
ハシリドコロ	4	S63, H6, H8, H11	9	0	おう吐、下痢、血便、 幻覚、目まい	フキノトウ、 オオバギボウシの新芽
トリカブト	3	S58, S63, H13	16	0	おう吐、下痢、 手足や指の麻痺	ニリンソウ、モミジガサ、 ヨモギの若芽
チョウセンアサガオ	2	S52, H15	7	0	口の渇き、瞳孔散大、 意識混濁、頻脈	ゴボウ
シュロソウ	1	H14	2	0	おう吐、歩行困難	オオバギボウシ
マムシグサ	1	H20	3	0	舌のしびれ、喉の痛み	
カラーの根茎	1	H22	3	0	食道の違和感、痛み、 灼熱感	クワイモ
合計	22		82	0		

（間違えやすい植物の例）



左：ニラ

右：スイセン



左：オオバギボウシ

右：バイケイソウ

（問合せ先）  
健康福祉部 食品・生活衛生課 食品衛生係  
（担当）安田、水澤  
電話 026-235-7155(直通)  
026-232-0111(代表) 内線 2661  
FAX 026-232-7288  
E-mail shokusei@pref.nagano.lg.jp

（問合せ先）  
健康福祉部 薬事管理課 麻薬毒劇物係  
（担当）渡利、楠  
電話 026-235-7159(直通)  
026-232-0111(代表) 内線 2676  
FAX 026-235-7398  
E-mail yakuji@pref.nagano.lg.jp