

2023. 4. 18

## 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。

◎食べられる山菜や野草の「特徴を完全に覚える」

専門家の指導等により、山菜や野草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\\_iryuu/shokuhin/yuudoku/index.html](https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/kenkou_iryuu/shokuhin/yuudoku/index.html)  
[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)

### ●内容に関するご意見・お問い合わせ先

- ・長野県庁健康福祉部食品・生活衛生課  
電話 026-235-7155, FAX 026-232-7288, 電子メール [shokusei@pref.nagano.lg.jp](mailto:shokusei@pref.nagano.lg.jp)
- ・最寄りの保健福祉事務所(保健所) 食品衛生相談窓口