



ゆうどくしょくぶつ 有毒植物ゲーム

しょくぶつ みわ
そっくりな植物を、きみは見分けられるか

※写真や説明文は一般的なもので、植物にも個性があります。

ひとつひとつ確認し、**確信が持てないものは、**

「採らない!」「食べない!」「人にあげない!」

🌲 プレイ人数 2人

- ①絵が描いてあるほうを表面にして並べよう
- ②じゃんけんして先攻、後攻をきめよう
- ③先攻の人はカードを指さし「名前」「食べられるか」を答えよう!
- ④裏返して答えを確かめよう!
- ⑤順番にやって、最後にカードを多く持ってたほうが勝ち!!

「スイセン」

「食べられ」ない

- 3～5月頃に葉をニラと間違えることが多い
- 大きな球根(鱗茎)があり、タマネギやノビルと間違うこともある
- ニホンスイセンは冬に、ラッパズイセンやキズイセンは春に花を咲かせる
- 誤って食べると30分以内に吐き気、嘔吐、下痢、頭痛などの症状を起こす



「ニラ」

「食べられ」る

- 特有のニラ臭あり
- 有毒植物と混ぜて生えることもある



植えた覚えのないものは、食べない！

【間違えられやすい有毒植物】

スイセン、オオマツユキソウ(別名:スノーフレック)、ヒガンバナ、キツネノカミソリ、タマズダレ

「バイケイソウ」

「食べられ」ない

- 4～5月頃の山菜採りで、新芽をギボウシ類やギョウジャニンニクと間違えることが多い
- バイケイソウは葉脈が並行だが、ギボウシ類は主脈から側脈が出ている
- 誤って食べると30分～1時間程度で吐き気、嘔吐、手足のしびれ、脱力感、血圧低下などの症状を起こす

葉脈が平行



葉脈

「タチギボウシ」

「食べられ」る

- 有毒植物のバイケイソウは葉脈が並行だが、食用のギボウシ類は主脈から側脈が出ている
- 新潟では同じギボウシ類の「オオバギボウシ」を「ウルイ」として食用
- 【間違えられやすい有毒植物】※ギボウシ類全般

主脈



側脈

「トリカブト」

「食べられ」ない

- 4～5月の山菜採りで、若葉をニリンソウやモミジガサと間違えることが多い
- 夏から秋に紫色の兜状の花を咲かせる
- 誤って食べると30分以内に、特徴的な症状として口唇のしびれを感じ、次第に手足にも広がる。吐き気や嘔吐も起こす。重症になると呼吸不全で死亡することがある。



「ニリンソウ」

「食べられ」る

- 春に白い花を咲かせる
- 見分けにくく、トリカブトと間違えると重症、最悪死亡する
- 達人になるまで、採らない！達人でも、一つ一つ確認！
- 【間違えられやすい有毒植物】



「イヌサフラン」

「食べられ」ない

- 4～6月頃に若葉をギョウジャニンニクと間違えることが多い
- 他に、球根をタマネギやジャガイモと間違えた事例もある
- 秋になると地上から花茎のみをつきだして花を咲かせる
- 誤って葉や球根を食べると吐き気、嘔吐、腹痛、下痢などを起こし、重症になると臓器障害で、死亡することもある



「ギョウジャニンニク」

「食べられ」る

- 根もとに、赤紫色の皮(ハカマ)がある
- 強いニンニク臭あり
- 一つ一つ、においを確認！
- 【間違えられやすい有毒植物】



【出典】

「有毒な植物と食べられる植物 間違えないように気をつけて！」(国立医薬品食品衛生研究所安全情報部)を加工して作成
(<https://www.nihs.go.jp/dsi/section3.html>)



【参考ウェブサイト】

有毒植物による食中毒に注意しましょう(厚生労働省)
(https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/kenkou_iryuu/shokuhin/yyudoku/index.html)



野菜・山菜とそれに似た有毒植物(農林水産省)
(<https://www.maff.go.jp/j/syoutan/nouan/rinsanbutsu/leaflet.html>)



作製:新潟市保健所食の安全推進課

令和6年2月作成