

毒草に気をつけて！

最近では、大自然に親しみながら、たくさんの皆さんが山菜採りを気軽に楽しんでいます。

食べられる植物の中には、これに似た有毒植物との区別が大変難しいものがあります。

そのため、例年全国各地で、庭や野山に生える有毒植物の誤食により食中毒が発生しています。

正しい知識を身につけて、食中毒を未然に防いでいただくために、食中毒を起こしやすい植物を紹介したハンドブックを作成しました。

皆さんの身近なところに置き、お役立てください。

庭や野山の有毒植物による食中毒防止のために

- 食べられるかどうかの判断のつかない山菜は採らないように、また食べないようにしましょう。
- 山菜などと有毒植物が混生することがありますので、混ぜて採らないよう注意しましょう。
- 料理する前にもう一度確かめましょう。
- 採った山菜をみだりに人に譲ることはやめましょう。

代表的な山菜



ウ　ド



タラノキ（タランボ）



クサソテツ（コゴミ）

食べて異常を感じたときは

- 一刻も早く病院で診察を受けてください。
- 食べたものを医師に見せてください。

エキノコックス症にご注意を

- 野山では、沢水などの生水を飲まないようにしましょう。
- 山菜などは、水道水でよく洗い、生で食べないようにしましょう。
- 野山に出かけた時は、よく手を洗いましょう。



調理方法に気をつけて

- アク抜きを十分にしましょう。
- 新鮮な材料を使いましょう。



山菜採りはマナーが大切

- 他人の山に勝手に入らないようにしましょう。
- 自然保護のため、根こそぎ採るのはやめましょう。
- ごみは必ず持ち帰りましょう。



ハマボウフウ



エゾノリュウキンカ



モミジガサ (シドケ)