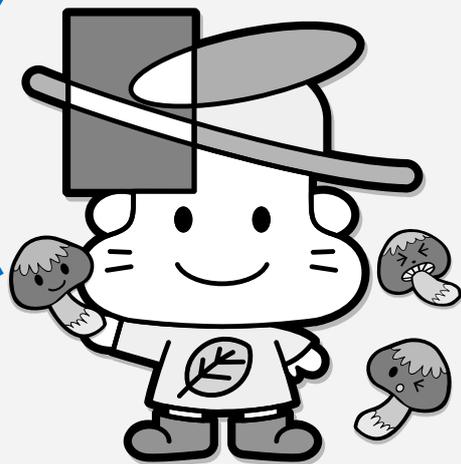


# キノコの食中毒に 注意しましょう！



キノコ狩りシーズン到来！ 秋の味覚“キノコ”を安心して  
おいしく食べるためにも、正しい知識を身に付けましょう。

詳細 健康・子ども課生活衛生担当(区役所2階15番窓口) ☎ 889-2400(内線 501・502)

## 食中毒を防ぐポイント

食用と毒を見分けることが非常に難しいキノコ。正しい知識を身に付けて、食中毒を防ぎましょう。

### 1 採らない・食べない・人にあげない

食用キノコを確実に覚えて、  
疑わしいものや知らないものは  
**採らない=食べない**ことが大切。  
人にあげることも絶対にやめましょう。

また調理する前に再確認することも重要なポイントです。



### 4 毒キノコを食べてしまったら…

キノコを食べて体に異変を感じたときは、まず食べた物を吐き出し、速やかに医療機関で診察を受けましょう。

また受診するときには、必ず食べ残しのキノコを持参してください。



### 2 誤った言い伝えを信じない！

次のような言い伝えは科学的根拠のない俗説です。  
絶対に信じないようにしましょう。

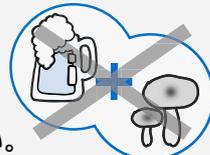
- ・縦に裂ければ食べられる。
- ・ナスと煮たり、塩漬けにすると毒が抜ける。
- ・毒キノコは派手。地味なものは食べられる。
- ・においがよいものは食べられる。
- ・虫が食べたものは食べられる。



### 5 食用キノコも注意が必要！

「食用」とされている種類であっても食中毒を起こす場合があるので、次の点に注意しましょう。

- ・生で食べない。
- ・消化が悪いため食べ過ぎない。
- ・古くなり傷んだものは食べない。
- ・アルコールと一緒に食べない(ホテイシメジやスギタケなどは、中毒症状(頭痛、頻脈など)を起こします)。



### 3 素人鑑定はやめましょう

「これは〇〇ダケに似ている」  
などといった素人鑑定は禁物！  
詳しい図鑑などで写真と説明文をしっかりと読み、確認することが大切です。

それでも判断に迷ったときには**採らない=食べない**ようにしましょう。



### 6 身近な相談窓口へ

清田区ではキノコの鑑定や相談(昨年度実績:289件)を受けているほか、毒キノコの見分け方などを掲載しているハンドブックを配布中です。

詳しくは、健康・子ども課生活衛生担当(本ページ上部参照)までお問い合わせください。

