

食用キノコと毒キノコ

皆さんになじみ深い食用キノコのほか、特に間違えやすい食用と毒キノコを対比して紹介します。



食用
ハナイグチ
通称:落葉キノコ
カラマツ林地上に発生



食用
ナラタケ
通称:ボリボリ
広葉樹の倒木周辺に群生



食用
ムキタケ
広葉樹の枯れ木や倒木
に多数重なって発生



食用
エノキタケ
広葉樹の枯れ木や倒木
に多数発生



食用
チャナメツムタケ
赤褐色～茶褐色でヌメリがある



食用
タマゴダケ
美しい赤色、根本に白色の袋状のつぼがある



食用
クリタケ
茶褐色でかさの周辺に綿質の縁飾りがある



食用
ハタケシメジ
灰褐色で庭地や畑、林道沿いなどに発生



毒
カキシメジ
特徴 赤褐色～栗色でひだに赤褐色の染みができる
症状 腹痛、嘔吐、下痢など



猛毒
タマゴダケモドキ
特徴 くすんだ黄土色
症状 嘔吐、下痢の後、肝臓・腎臓細胞が破壊され、最悪の場合は死に至る



毒
ニガクリタケ
特徴 硫黄色で苦味あり
症状 胃のむかつきから激しい嘔吐、下痢、強い腹痛など



毒
クサウラベニタケ
特徴 灰色で粉臭く、ひだはピンク色
症状 激しい嘔吐、下痢、腹痛など
※食中毒事例が多い



まだまだあるよ！

白旗山のキノコたち



キノコをこよなく愛し、林道のごみ拾いや植林ボランティアなどの環境保全活動を行っている「札幌キノコの会」。

同会(第6支部)が3年間にわたって白旗山に自生するキノコの調査・研究を行った結果、186種を発見。このうち毒キノコは24種、食用は71種(残りは食不適)が発見されました。

食用の中には、みそ汁の具にするとおいしい落葉キノコやボリボリのほか、マツタケやヤマドリタケ(通称ポルチーニ)などの高級食材とされているキノコも自生しているそうです。

自然を保護するためにも根こそぎ採ることはせず、マナーを守ってキノコ狩りを楽しみましょう。