

知って
得する！

たべもの安全情報

第44号

令和6年9月発行

東京都西多摩保健所 生活環境安全課
食品衛生第一担当 (0428-22-6141)
食品衛生第二担当 (042-596-3113)

毒きのこによる食中毒に注意！！

秋はきのこのシーズンです！きのこ狩りなどに行く方もいるのではないのでしょうか？しかし、食べられるきのこ
と毒きのこの判別は非常に難しく、毎年9月～10月には各地で食中毒が多く発生しており、令和5年には東京都
でも12年ぶりに発生がありました。きのこの判別には細心の注意が必要です！！

テングタケによる食中毒事例（東京都：令和5年9月）

概要

埼玉県内の公園できのこを採り、都内の自宅で炒め物にして家族4名で食べたところ、全員が
体調不良（錯乱、意識もうろう、おう吐、けいれん、倦怠感など）となり救急搬送された。
きのこはインターネットの画像検索機能で食用の可否を調べながら採取した。

調査結果

調理品と採取品の残品の形態、それらの遺伝子検査 ⇨ テングタケによる食中毒と断定



特徴：カサにイボがあり、ヒダは白色で
密。柄は白色でツバがあり、基部
は膨らみツボの名残りがある。
場所：主に広葉樹林の地上
※公園など身近な所にも発生します。
時期：夏～秋
症状：おう吐、下痢、腹痛、発汗、めま
い、けいれんなど
毒成分：イボテン酸、ムッシモール、ム
スカリンなど

★イボやツバは風雨によってなくなっていることもあり、別のきのここと誤認することがあります。

図鑑やインターネットで調べれば食べても大丈夫？？

日本には6000種以上のきのこがあるとされており、中には名前の付いていないものも
多くあります。一方で、図鑑に掲載されているのは多くても1000種程度です。
図鑑を見ても判別できないきのこは数多くあります。

図鑑の写真は状態のよい典型的なものが多いです。一方、野外では成長段階や生育環境
により、図鑑と異なる見た目のもも見られます。また、顕微鏡観察や遺伝子検査をし
ないと判別できない、互いによく似たきのこも多いです。

インターネットの画像検索機能は便利ですが、必ずしも正しい情報が得られるわけでは
ありません。

図鑑の写真やインターネットの検索結果を根拠に食べるのは大変危険です！

スギヒラタケなど、古い図鑑では可食とされていたものが、新しい図鑑などでは「猛毒」
となっているものもあるので、最新の情報を確認しましょう。



以前は可食とされていましたが、平成16年以降に急性脳症による
複数の死亡事例があり、一転して
猛毒きのことなりました。

東京都で食中毒事例のある毒きのこ

東京都では、記録が残っている昭和26年から令和5年までに、毒きのこによる食中毒が77件発生しています。それらの中から、発生件数の多いきのこや死亡事例もある猛毒きのこを紹介します。

クサウラベニタケ (広義)



東京都で食中毒が一番多いきのこ。可食のウラベニホテイシメジと似ており、経験者でも判断が難しく、メイジシナカゼの別名があります。類似の複数種の総称となっています。

ツキヨタケ



暗闇で緑色に発光するきのこ。可食のシイタケ、ヒラタケ、ムキタケと似ています。切断すると柄の基部に黒いシミがあるのが特徴ですが、個体差でシミがないこともあります。

カキシメジ



地味な色で肉厚のため、おいしそうに見えてしまい、誤食が多いきのこです。可食のチャナメツムタケと似ています。成熟するとヒダに赤褐色のシミを生じます。

ドクツルタケ



純白の綺麗なきのこですが、1本で成人1人を死に至らしめる猛毒があり、「死の天使」と呼ばれています。令和6年7月には長野県で20代男性の死亡事例がありました。

コレラタケ



昭和34年に府中市で食中毒があり、死亡者がいる猛毒きのこ。コレラのような強い症状が名前の由来です。記録のある昭和26年以降で、東京都で唯一の死亡事例のあるきのこです。

カエントケ



平成9年に日の出町で食中毒があり、平成11年には新潟県で死亡事例がある猛毒きのこ。毒成分は皮ふ刺激性があり、触るだけでも危険と言われています。

食べられるきのここと100%確実に判断できない場合は

採らない！ 食べない！ 売らない！ 人にあげない！

※古くからある「毒きのこを見分ける言い伝え」はすべて迷信です。

毒きのこを見分ける方法は、1種類ずつ特徴を覚える以外にありません。

★より詳細な情報は、東京都HP「食品衛生の窓」、厚生労働省HP等をご覧ください。

なお、東京都の保健所では、きのこの同定・鑑別は行っていません。