

山と博物館

第48巻 第8号 2003年8月25日

市立大町山岳博物館



上段左よりエノキタケ、ヒラタケ、カラカサタケ

下段左よりアミガサタケ、シイタケ、マツタケ

イラストと文 高野哲哉

キノコのくせあつのはじまり

僕は今から十五年前の二十歳のときからキノコに興味を持ち、キノコを見つけては図鑑で調べていました。当時は東京都福生市に住んでいました。自分がつきあっていた人の中にキノコ採りが好きな人がいたわけではないので、なぜキノコに興味を持つようになったのか不思議なのですが、散歩が好きで本当によく歩きまわっていたので、そのときにあちらこちらで見かけたいろいろな色や形をしたキノコ。しかも中には「間違って食べてしまえば死ぬような毒を持っているものもあるらしい」全くえたいの知れない物」ということが興味を引いたのだと思います。また、知らないといけないけど、分かるようになれば自分だけ食べることのできるというのも魅力でした。

その後、埼玉県の入間市に住んでいたときに、職場にキノコ採りが好きな人がいて秋に近くの山に連れて行ってもらいました。福生市の道端では見たこともない、山にしか生えないいろいろなキノコに出会って、初めて「キノコ採り」の楽しさを知りました。またちょうどそのころ、僕はマウンテンバイク（MTB）も好きで乗るようになって、MTBで山の広い範囲を走りまわっては良さそうな所で降りて歩いてキノコ採りをするという自分のスタイルを確立しました。大きな籠を背負ってMTBに乗り、山の中を走っているときは良いのですが、山に入る前に国道を走っているときはちょっと恥ずかしいこともあります。けれども徒歩だけでは絶対に不可能な広い範囲を見て回ることができると、「あれ何だろう？」とちょっと気になるキノコが一本だけ生えているのを見つけたときでも、車ではいちいち停まって降りて見るには面倒ですがMTBならそういうこともありま

せん。
（次頁の本文へ続く）

「楽しいキノコ観察」のすすめ

—自分の世界を広げましょう—

高野 哲哉

素晴らしい自然に恵まれた大町市

今、僕は山岳博物館のある大町市に住んでいます。こちらに来て六年ちよつともになります。埼玉県から移り住んだ理由はもちろんひとつだけではありませんいろいろあるわけですが、そのうちのひとつは「自然が豊かな所でまだ見たことがないキノコを見てみたい、思いっきりキノコ採りをしたい」という理由です。大町市を含め信州は自然が素晴らしいというだけではなく、埼玉県にはないキノコがあるからです。

なぜ埼玉県にないキノコが大町市にはあるのか説明するために、ここでキノコの生活の仕方についてごく簡単に話しようと思います。

キノコは植物と違い（僕が小学生のとき、キノコなどの菌類は植物の中に分類されていました。今はおそらく分類されていると思います）自分で栄養分を作ることができません。そこで外部から栄養分を摂るわけですがその方法には大きく分けると二種類あります。

1、植物や動物の遺体や排泄物を分解吸収するもの（シイタケ、エノキタケ、キクラゲなどがそうです。栽培技術が発達しています）。

2、菌根と呼ばれますが、健康な植物の根とキノコの栄養菌糸が共生し、キノコは植物から栄養分をもらいます。菌糸のほうは土

壤から吸収した水分や窒素、リン、カリウムなどを植物に提供しています（マツタケ、ホンシメジなど。栽培が難しい）。

2の菌根ですが、この共生関係をつくる樹木とキノコの組み合わせは大体決まっています。例えば、信州でジコボウ、北海道でラクヨウと呼ばれ人気のあるハナイグチというキノコはカラマツと菌根をつくるため、カラマツの周りにしか生えません。また、よく絵本に出てくる赤い傘に白い点々のある毒キノコ、ベニテングタケはシラカバなどカンパ類の樹木の周りにしか生えません。このように、ある種類の樹木がなければ見るのでできないキノコはたくさんあるので、そういうキノコを見たい場合にはどうしてもその樹木のあつ場所に行く必要が出てくるわけです。大町市には埼玉県にはない樹木、ほとんど身近に見られない樹木がたくさんあります。例えば、先ほどのカラマツ、シラカバ、タケカンバ、シラビソ、コメツガ、ミズナラなどです。また菌根とは違いますがブナの倒木にはいろいろなキノコが生えます。

実際に大町市に住んでみると、ここが本当に素晴らしい自然に恵まれた所だということが分かります。自分では世界で一番良い所の一つだと思っています。東京生まれで大阪育ちの僕ですけれども、自然が好きで、いつも街の片隅にある自然を見つけて、選んで遠回

りしてもそこを歩いていました。けれどもここでは自然は探すものではなく、当たり前そこにあります。山に関して言えば、里山の雑木林から、誰にも会わないとても深い北アルプスの原生林、そして標高が上があれば森林限界になるまで変化に富んでいます。

キノコの環境の課題

この素晴らしい環境の中で思う存分キノコを楽しんでいるわけですが、最近少し気になってきたこともあります。ひとつは、若い人（新しい世代）でキノコに興味を持っている人があまり見当たらないということです。もつと分かりやすく言うと、キノコに限らず山で遊ぶ楽しみを知っている若い人がほとんどいないということです。信州でキノコ狩りとはとても人気で、秋になると道路沿いの林でもアマタケやハナイグチなどを採っている人をとでもたくさん見かけます。山の中でもよく人を見かけますが、自分より高齢の方がほとんどで、三十歳以下の人になつてキノコ会の集まりにでも行かない限り三年に一度しか会いません。まして高校生や大学生ぐらいの人には会つたこともありません。春の山菜採りでも同じです。毎年、競走相手が減つてきている感じで、三年ほど前までは「あと十年もしたらこの辺りの山のものはひとり占めだなあ」と、ニヤニヤ考えたりしていたのですが、最近そうでもなくなつてきました。

今、大町市とその周囲の市町村のどこかに産業廃棄物の処理施設をつくる計画があつて、その候補地の地図が配られたのですが、それを見ながら「ここはだめ。ここもだめ。ああ、ここならいいか？」と自分が全然行かない場所を選んでる自分に気がつき、「これ

はやばいなあ。山だつてそこに行く人がいなくなつてしまえば誰も大切にしてくれないよになつてしまふ」と思ったのです。大町市での僕のキノコの先生、太田勇さんは子供たちと近くの山にキノコ採りに行くなどの催しを開いて、山で遊ぶ楽しみや、山の危険を教える機会を持つておられますが、まさにそういう活動がとても大切だと感じます。自分も何かできることを見つけてはじめようと考えています。自分が楽しいと思つていることを分かつてくれる人が増えるのはとてもうれしいことですから。

もうひとつ心配なことは、相変わらず「毒キノコの見分け方（迷信版）」がとてもよく知られていることです。キノコ採りが全くの初心者の方でも、これだけはみなさんが知っています。その主なものをあげてみましょう。

- ・毒キノコは派手な色をしていて、食べられるキノコは地味な色をしている。
- ・毒キノコは嫌なにおいがする。食べられるキノコは良いにおいがする。
- ・虫が食つているキノコはだいじょうぶ。
- ・縦にさけるキノコは食べられる。
- ・もし毒キノコでも、ナスといっしょに煮て食べると毒が消える。

実際には、毒キノコで派手な色をしているのはよく絵本などにも出てくるベニテングタケなどわずかで、ほとんどが地味な色をしています。タマゴタケのように真っ赤な色の美しいキノコもあります。

においですが、猛毒のドクツルタケでさえにおいは温和で、味も変なところがありません。味はというと「何で知つてゐるんだ？」

表. キノコ中毒の発生状況

保健所の資料より

種別発生状況 (平成2年～11年)

キノコ名	件数	患者数	死亡者数
★ツキヨタケ	154	724	2
★クサウラベニタケ	122	551	
★カキシメジ	52	222	
●ドクササコ	19	46	
★イッポンシメジ	17	52	
▼テングタケ	15	23	
★ドクヤマドリタケ	12	36	
▼ヒカゲシビレタケ	10	32	
■ドクツルタケ	8	29	8
ドクカラカサタケ	5	20	
ツチスギタケ	4	10	
オオキヌハダトマヤタケ	3	11	
★ニガクリタケ	3	10	
■シロタマゴテングタケ	3	8	1
シビレタケ (種)	3	6	
オオシロカラカサタケ	2	6	
▼ベニテングタケ	2	6	
コガネタケ	2	6	
★ハナホウキタケ	2	4	
シロテングタケ	2	3	
■カエントケ	1	5	1
コクサウラベニタケ	1	4	
■タマゴテングタケ	1	4	
ナカグロモリノカサ	1	3	
▼ワライタケ	1	3	
アイセンボンタケ	1	2	
アセタケ	1	2	
■コレラタケ	1	2	
シロトマヤタケ	1	2	
チチアワタケ	1	2	
ハイイロシメジ	1	2	
ウスムラサキシメジ	1	1	
▼オオシビレタケ	1	1	
★オオワライタケ	1	1	
コカブイヌシメジ	1	1	
コテングタケ	1	1	
ナラタケ	1	1	
ネズミシメジ	1	1	
◆ホテイシメジ	1	1	
不 明	34	127	2
合 計	493	1970	14

都道府県別発生状況 (平成2年～11年)

都道府県	件数	患者数	死亡者数
新潟	56	198	1
長野	51	183	
北海道	40	119	
山形	33	133	
山梨	29	87	1
栃木	28	106	1
福島	26	191	
鳥取	22	62	
茨城	19	58	
富山	18	78	
秋田	16	60	
青森	13	89	2
宮城	12	60	
岐阜	9	49	1
群馬	9	31	1
岡山	8	38	
静岡	8	34	
岩手	8	28	
和歌山	7	24	
広島	6	35	2
東京	6	27	
神奈川	6	24	
石川	6	19	
兵庫	6	16	1
福岡	5	26	
山口	5	19	
京都	4	28	
埼玉	4	18	
千葉	4	15	1
島根	4	10	
大分	4	9	1
愛知	3	14	2
熊本	3	6	
福岡	3	13	
滋賀	2	9	
沖縄	2	8	
愛媛	1	14	
鹿児島	1	7	
三重	1	4	
大分	1	4	
香川	1	3	
合 計	489	1956	14

※4件 (14名) は、2種類のキノコが原因。

ホテイシメジは食用要注意でコプリン (悪酔い) 中毒を引き起こす。

【それぞれの毒性】

■細胞を壊し、肝臓・腎臓に障害を与え、死をもたらす毒。兆候があらわれるまでに6時間以上、通常10時間。

◆主に自律神経に作用する毒。兆候は食後20分～2時間後にでる。

▼主に中枢神経系に作用する毒。兆候は20分～2時間後にはじまる。

★主に胃腸を刺激する毒。兆候は30分～3時間後にはじまる。

●手足の末端の膨張、壊死、末梢神経障害による激痛をもたらす毒。兆候は4～5日後に出て1ヶ月続く。

と思われるかも知れませんが、一本食べたなら死んでしまうような毒キノコでも、嚙んで味見をしても、その後「ベツ」と吐き出してしまえばいいようなのです。僕はよく味見をするし、知らないキノコでも味見をしてみます。味はキノコの種を分けるときの重要な判断材料になるのです。よく「触ってもだいいょうぶ? エッ!」におい嗅いでも平気なの?」と聞かれますがだいいょうぶです(と、昔はここで終わっていたのですが、最近死亡者が出たカエンタケというキノコだけは研究が進むまで、ちょっと味見はよししたほうが良さそうです。触るのはだいいょうぶです)。

次の虫食いキノコですが、実際に猛毒キノコでも虫やナメタジが食べているのをよく見かけます。不思議な気もしますがやはり体の造りが人間とは違うということでしょう。

ここまでではそう考えてしまう気持ちも分らないでもありませんが、次の縦にさけるキノコは食べられるというのには、毒キノコで縦にさけるキノコはとても多く、どうしてそんな話ができたのかと首をかしげてしまします。

またキノコの毒の成分は非常に種類が多いのでその性質をいっしょくたにすることはできません。おいしいキノコなのに酒と一緒に食べると中毒を起こすようなものもあります。毒成分の中には加熱したり長期間塩蔵したりすることでもなくなったりするものもないことはありますが、ナスのおかげで消える毒はありません。ドクツルタケなどに含まれる猛毒は、煮ても塩蔵しても乾燥させても消えない成分です。

別表の「キノコ中毒の発生状況」を見てく

見ると「本当にみなさんいろんなキノコを食べているなあ」と思います。「あのキノコと間違えちゃったんだな」というのもあれば、「ずいぶん果敢に挑戦したなあ」というもの

があります。たいていの人は自分が中毒したことが公になるのを嫌がるので、とくに死ぬようなキノコでない場合、ここに載っているのはほんの一部だと考えるのが正解でしょう。また、死亡者こそこのぐらいの数ですんですが、食べたキノコの種類を考えると、非常に危険な状態になったり大変苦しい思いをしたりしただろうということが見てとれます。こうしてこの表を見てみるとただ数字が並んでいるだけですが、実際は、近所の方々にその恐ろしいキノコを分けてしまったり、大人は体力があつてなんとか助かったのですが子供が死んでしまったり、もう取り返しがつかないことになっているのです。毒キノコの見分けが言い伝えどおりにできるのならこんなことは起きないです、毎年同じキノコで大勢の人が中毒を起こし、新聞に記事が載ることもないはずで

すごく美味しそうに見えるキノコを見つけたのに、それが何だか分からなくて食べられないのは悔しいことですね。諦めきれないその気持ち、食べられるキノコと毒キノコの、誤った判別法を大多数の人が信じてしまいう原因でしょう。しかし残念ながら、キノコの特徴をよく観察し種類の違いを見分けられるようになるしか、自分で毒キノコと食用キノコを分ける方法はありません。同じような色、形、大きさ、におい、味で美味しいキノコと毒キノコもあるのです。すべての子供たちがこのことに関して勉強する機会を持つようにできたらと思います。一時間だけでも、

そして数種類の実物のキノコを見て勉強するだけで、将来的にかなりキノコ中毒を減らすことができると思います。

キノコを観察する楽しみ

キノコ学習会は山岳博物館の催しの中でもずいぶん人気があるみたいで、いつも定員がいっぱいになります。参加する人の一番多い質問はやはり「このキノコは食べられるか? 食べられないか?」です。もつともな質問だと思いますが、最初に「これは食べられないけど」と言うと、もう次の説明は上の空の人もあります。それではいつまでも覚えられないので、どこが違うのかも少し興味を持てれば「こんなキノコだつておもしろいのになあ」と思います。僕にとってキノコはただ食べる対象ではありません。というより最初が観察する楽しみから入っているので変わったキノコが好きです。今でも生態や形の面白さや、ハツとする色彩に見入ってしまう(自然界に、しかも山の中にこんな色があるなんて!)ことがよくあります。食べられないキノコはもう分かっていますが、きれいなキノコや面白いキノコはやはり探してみたい、家

に持って帰って玄関にかざっています。皆さんもキノコを観察する楽しみを見つけると、キノコの楽しみは何倍にもなります。そして場所を選ばない趣味になります。例えば東京都内に住んでいる方でも、ちよつと気を付けていればいつもの通勤や、散歩のコースにもキノコはあります。道端や庭先、街路樹、公園、畑など、とても身近な場所です。いろいろなキノコを見つかることができます。もちろん食べられるキノコだつてありますよ。実際に僕も世田谷区等々力の街路樹で、直径二五セ

ンチにもなったオオヒラタケを二キロも採って食べきれなくて佃煮にしたり、代々木公園で何種類ものおいしいキノコを採ったりしています。

外国に旅行してもやはりキノコは生えています。僕もアジアを旅行したり、カナダに住んでいたりとときに、ずいぶんキノコを採りました。日本のキノコと全く同じものもあれば、「なんだこれ? エッ!」というような、変わった見たこともないキノコもあります。旅行の楽しみが増えますよね。

コミュニケーションの助けにもなります。僕は今、白馬メディアという介護老人保険施設で仕事をしています。入所されているお年寄りの方とも、キノコの話はとてもよく合います。お互いに今年のキノコ状況で話の花が咲くこともあります。また、若い頃のキノコ採り武勇伝を聞かせてもらうこともあります。なかなかキノコの話ができる若い人がいないので、お年寄りも自分が先生の立場になれるためにとても楽しそうです。

これからも、キノコに興味を持ってくれる人が増えるように、また、そこから自然を大切に考えてくれる人が増えるように、小さくてもできることをやってみようと思います。

(キノコ愛好家、大町市在住)

山と博物館 第48巻第8号

発行 二〇〇三年八月二十五日発行
〒100-0002 長野県大町市大字大町八五六一

市立大町山岳博物館
TEL 026-222-0111
FAX 026-222-1111

E-mail: smpk@city.omachi.nagano.jp
URL: http://www.city.omachi.nagano.jp/smpk/

印刷 奥村印刷
定価 年額一、五〇〇円(送料共)(切手不可)

郵便振替口座番号 〇〇五四〇七 一三三九三