

ジャガイモによる食中毒

自家栽培によるジャガイモの食中毒についての質問があったのでまとめてみました。

<ジャガイモによる食中毒事例>

2015年1月22日午前11時頃に校医から、「小学校の授業で調理したジャガイモを食べ、おう気、腹痛等の食中毒様症状を呈した複数の児童を診察した」旨の連絡が保健所にあった。

保健所が調査したところ、小学校で栽培・収穫したジャガイモを、5年生の児童が同日の授業で調理し、喫食した51名中31名が吐き気及び腹痛等の症状を呈し、うち13名が医療機関を受診していることが判明した。

調査の結果、有症者の共通食は授業で調理したジャガイモ以外にないこと、粉ふきいも（喫食残品）から高濃度のソラニン類が検出されたこと、有症者を受診した医師から食中毒の届出があったことから、同保健所は授業で調理したジャガイモによる食中毒と断定した。入院患者及び重症者はおらず全員回復している。検査の結果6検体のジャガイモから18.7~39.2mg/100gが検出された。子どもの場合は、過去の事例から20mg程度の摂取で発症すると推定されている。

ジャガイモにはソラニン類という有毒成分が

昔から、じゃがいもにソラニン類（ソラニン、チャコニン）という有毒成分が含まれている



ことは知られていました。そのため、調理するときは、ソラニン類を多く含む芽を取ることや、緑変した部位を除くことは常識となっていました。

しかし、最近はじゃがいもを保存したり、自分で掘り起こして食べるのがなくなり、ソラニンが含まれていることを忘れがちです。

厚生労働省の「自然毒のリスクプロファイル」によると、ジャガイモの可食部分は、100gあたり平均7.5mg(0.0075g)のソラニンやチャコニンを含んでいて、そのうち3~8割が皮の周辺にあります。一方、光に当たって緑色になった部分は100gあたり100mg(0.1g)以上のソラニンやチャコニンを含んでいて芽や傷のついた部分にもソラニンやチャコニンが多く含まれています。

ジャガイモ中毒の症状は

喫食直後から20分程で、腹痛、吐き気、おう吐、下痢、疲労感、めまい、喉の痛みなどの症状を起こします。成人の場合の中毒量は200~400mg*といわれていますが、子どもの場合は、それより少量（大人の1/10程度）で発症すると考えられています。

*中毒量について、私たちはこのように習ってきました(東京都の資料などでも

http://www.fukushihoken.metro.tokyo.jp/shokuhin/anzen_info/poteto.html)が、

財団法人日本中毒情報センターHP『ソラニン中毒』によると、体重が50kgの人の場合、ソラニンやチャコニンを50mg（0.05g）摂取すると症状が出る可能性があり、150mg～300mg（0.15g～0.3g）摂取すると死ぬ可能性がある。と書かれていました。

ジャガイモ中毒の予防法

- ① 掘り出した新鮮なイモでも、小さいもの、地中の浅い所にあったイモにはソラニン類が比較的多く入っているので食べない方がよい。
 - ② ジャガイモは収穫・購入後、新鮮なうちに食べ、長期間保存しない。保存する場合は冷暗所に置き、芽の出やすい環境(高温、明所)に放置しない。
 - ③ 光に当たって皮がうすい黄緑～緑色になったイモの表面の部分、芽が出てきたイモの芽及び付け根部分などにソラニン等が多く含まれるので、このようなものは食べない。
 - ④ 保存中に芽が出た場合、芽の付け根の硬くなった部分にはソラニンが多く含まれるので、確実にとり除く。
 - ⑤ ソラニン類は水に溶けやすいので、蒸す料理ではなく、ゆでる、二度ゆでする調理方法をとると中毒する確率が減るが、ソラニン類は熱によって分離はされない。
- 小学校や家庭菜園などでのジャガイモ栽培の注意点
- ① ジャガイモ（いも部分）が地面から外に出ないように、きちんと土寄せをしましょう。
 - ② 十分に成長して大きくなったジャガイモを収穫しましょう。
 - ③ 収穫するときは、ジャガイモに傷を付けないようにしましょう。
 - ④ 収穫したジャガイモは、暗くて涼しい場所に保管しましょう。
(ジャガイモを洗って保乾かす場合でも長時間太陽に当てないようにしましょう。)
 - ⑤ 小学校や家庭菜園などで収穫したジャガイモは早めに食べましょう。

表 全国におけるジャガイモによる食中毒事例(2010～2015年)

発生年月	発生場所	原因食品	原因施設	摂食者数	患者数
2015年9月	岡山県	蒸しジャガイモ	小学校	11	10
2015年1月	奈良県	粉ふきジャガイモ	小学校	51	31
2014年7月	石川県	塩ゆでジャガイモ	小学校	45	9
2014年7月	福井県	茹でジャガイモ	小学校	31	4
2014年12月	北海道	茹でジャガイモ	小学校	147	93
2013年6月	大阪府	ジャガイモ	小学校	24	4
2013年7月	東京都	茹でジャガイモ	小学校	12	4
2012年2月	国内不明	蒸かしたジャガイモ	不明	3	3
2012年6月	埼玉県	茹でジャガイモ	小学校	33	12
2012年9月	岩手県	茹でジャガイモ	小学校	26	13
2011年2月	愛媛県	茹でジャガイモ	小学校	47	5
2010年2月	愛知県	茹でジャガイモ	小学校	30	11
2010年7月	愛知県	ジャガイモの塩茹で	小学校	32	22
2010年7月	東京都	茹でジャガイモ	中学校	20	9

資料 厚生労働省食中毒統計、報道ニュースより