

身近な食材でも・・・

ジャガイモ（ナス科）



実際にあった事例

平成18年7月、都内の小学校で、理科の実習用に校内で栽培したジャガイモを、調理員が皮付きのままゆで、それを食べた132人のうち児童75人と教師2人が、腹痛、吐き気、のどの痛み等を症状とする食中毒を起こしました。

ジャガイモ（ナス科）

ジャガイモは、塊茎の部分を食用としますが、**発芽部分**や皮付近（特に緑色部分）には有毒物質のソラニンを多く含みます。この部分の除去が不完全だと食中毒を起こします。

調理の際、皮をていねいにむき、特に芽の部分を中心に除去するなど、十分な注意が必要です。



表皮部分が緑色に変色したジャガイモ



小学校の授業では、栽培・収穫したジャガイモが未熟であったことによる食中毒事故が多いようじゃ。

ジャガイモを安全に食べるためには・・・

- 芽の部分はきちんと取り除きましょう。
- 自分で栽培した小さい未成熟なジャガイモはアルカロイド含有量が多いと言われているので十分注意しましょう。
- 緑変した部分の皮は厚めにむきましょう。
- ジャガイモの皮には可食部（髄質部）と比べて多くアルカロイドが含まれているので、少量で中毒になる可能性がある子供には、なるべく皮をむいて食べさせましょう。
- 貯蔵するときは、光の当たらない風通しの良い場所に保管しましょう。
- 苦味やえぐ味がある場合には食べないようにしましょう。