

## 秋の野山はキノコがたくさん

# ちょっと待って、そのキノコ大丈夫？

秋の富士山はキノコ採取で有名な場所です。マツタケ、シメジ、ハツタケ。ちょっと聞いただけでも心が躍ります。ところが、そのいずれもが総称であって一つの種類ではありません。バカマツタケ、マツタケモドキ、ブナシメジ、シモフリシメジ、ネズミシメジ、キハツタケ、カラハツタケなどなど。少し挙げただけでもこれだけあります。しかも、ネズミシメジやカラハツタケは毒キノコです。

日本には 5000 種類を超えるキノコがあるといわれ、そのうちわずか 100 種類ほどが食用とみられています。また、最近では食べ合わせや体質による中毒例が報告されています。ご注意ください！

## 富士山資料館周辺でよく見かけるキノコたち（ほんの一例、似たキノコもあるので注意）



カキシメジの幼菌

### カキシメジ

毒性：有毒（胃腸障害）

傘：赤褐～栗褐色、湿時に粘性あり

ひだ：白色（赤褐色のしみ）

柄：白色（上部）～褐色（下部）

肉：傷つくと淡褐色に変性

毒性も高いのですが、見た目が美味しそうであることや別の食用のキノコに似ていることから採ってしまうことが多いキノコです。



ウスタケ

### ウスタケ

毒性：有毒（胃腸障害）

傘：朱～黄土色、鱗片あり

ひだ：しわ状、肌～乳白色

柄：乳白色～オレンジ色

ラッパのような形が特徴的なキノコです。煮こぼせば食べられるという説もありますが、科学的な証明は得られていないので食べない方が良いでしょう。



チチタケの幼菌

### チチタケ

食性：食感ぼそぼそ、味は良い

傘：赤褐～橙褐色、中央にくぼみ

ひだ：淡黄～白色

柄：赤褐～橙褐色（傘より淡い）

肉：傷つくと白色の乳液を分泌

うまみが強いキノコですが、汁が抜けると食感がぼそぼそになるのでてんぷらや油炒めなどに向いています。

### アカモミタケ

食性：食感ぼそぼそ、味は良い

傘：橙赤～淡橙色の薄い環紋、中央にくぼみ

ひだ：橙赤～淡橙色

柄：傘と同じ、橙赤色の楕円形のくぼみあり

肉：傷つくと橙朱色の乳液を分泌、変色なし

煮込むことで滑らかになります。シチューや汁物に向いているそうです。



アカモミタケ（自生風景）



アカモミタケの裏側、柄の赤いまだらが