



# 自然観察のススメ

## その① キノコ

### 私たちの身近なキノコ

林や森を歩くとたくさんの、そしていろんな形のキノコが見られます。

このキノコは食べられるかな、といったくらいにしか興味を持っていない人が多いと思いますが、実はキノコの存在は自然界の中ではとても重要なのです。

というのも、キノコは森の中の枯れ木や落ち葉、昆虫の死骸やフンなどを分解して元の水や二酸化炭素に戻し、植物の光合成のための原料を提供する、という役割を持っているのです。

私たちは食料である動植物がいないと生きていくことはできません。つまりキノコの存在なくして、私たちも生きていくことはできないのです。

キノコは人間にとっておいしい食材でもあります。

とてもおいしいもの、おいしいもの、食べられるけれどおいしくないもの、毒のあるもの（これにもおいしいもの、おいしくないもの）など色々あります。

地域によってよく食べる種類が違います。中標津町のみなさんがよく採って食べているものは、ハタケシメジ、ナラタケ（ポリポリ）、ハナイグチ（ラクヨウキノコ）、タモギタケ、マスタケでしょうか。

次いで食べられているものでは、ムラサキシメジ（コムラサキシメジも入る）、ヤナギタケ（ヌメリスギタケ、ヌメリスギタケモドキの俗称）、シロシメジ（オシロイシメジ、シロシメジ、シロケシメジの俗称）があります。

他に、知る人ぞ知るおいしいキノコとして、ムキタケ、タマゴタケ、ヒラタケ、ハナビラタケ、シャカシメジ、チャナメツムタケ、アカモミタケ、エノキタケ、シイタケ、マイタケ、マツタケなどがあります。

また、食べられるけれどこの辺りでは食べないというものでは、ホコリタケ（キツネノチャブクロ）、ヒトヨタケ、ホテイシメジ、ヌメリツバタケ、ツチスギタケ、ヤマイグチ、キヌメリガサ、アカハツ、フナハリタケ、フチドリツエタケがあります。

さらにその薬功に注目されている貴重品として、カバノアナタケもあります。北海道産は乱獲されその数が激減しているそうです。



▲ハタケシメジ



▲ナラタケ（ポリポリ）



▲ハナイグチ



▲タモギタケ



▲ムラサキシメジ



▲コムラサキシメジ

そして注意しなければならないものとしてスギヒラタケがあります。  
これは長い間“おいしく食べられる”とされてきましたが、腎臓病患者が急性脳症を発症するケースがあるそうです。

そして、**毒キノコ**です。

毒の強さにも色々あり、命に別状はないものの下痢・嘔吐をするものから、1本でも食べたら命に関わるものまであります。

有名なところでは、ドクツルタケ、ベニテングタケがあります。特にドクツルタケは1本食べただけで早急に適切な処置をしないと大変です。おいしいキノコと間違えやすいものとしては、ニガクリタケ（クリタケと間違いやすい）、コクサウラベニタケ（シメジなどに似ている）、イッポンシメジ（ハタケシメジなどと間違えやすい）、カキシメジ（いかにもおいしそう）、ツキヨタケ（シイタケ、ムキタケ、ヒラタケと間違えやすい）などがあります。

### 毒キノコの見分け方としてさまざまな言い伝えがあります。

- 迷信その1 - 茎が縦に裂けるキノコは食べられる。
- 迷信その2 - 毒キノコはハデな色をしている。
- 迷信その3 - ナメクジや虫が食べていれば食べられる。
- 迷信その4 - 毒キノコはナスと煮ると毒が消える。
- 迷信その5 - 塩漬すればどんな毒キノコでも食べられる。
- 迷信その6 - 毒キノコは臭いが悪い。
- 迷信その7 - 油で炒めれば毒は消える。

**すべて間違いですので絶対に信用しないでください！**

毎年中毒者や死亡者が出ているのに、なぜか経験は生かされず、迷信だけは生き残っているようです。

### Q/日本にキノコは何種類くらいあるの？

A 種類の特徴が少ない菌類は採集や栽培が難しく、より詳しく観察するには顕微鏡を使わなければならないことなどから研究が遅れています。  
現在、名前の付いているものはおよそ1500種ありますが、実際にはこれらの2～3倍の種類はあると見られています。  
つまり図鑑に載っていない名無しのキノコがまだまだあるということです。



▲シロケシメジ



▲ヌメリスギタケ



▲ヌメリスギタケモドキ



▲ムキタケ



▲ヒラタケ (出村孝弘氏撮影)



▲タマゴタケ



▲シイタケ



▲ヌメリツバタケ



▲エノキタケ



▲アカモミタケ

# 見分けのポイント



## その1 発生場所

- \*環境は、「針葉樹林」「広葉樹林」「針葉樹と広葉樹の混交林」「草地その他」のどこか
- \*発生状況は、「地上」「倒木・立木」「木口」のどれか  
また、「単生」「散生」「群生」「叢生」「束生」「重生」のどれか

## その2 何月に発生したか

## その3 キノコのかさのようす

- \*色、大きさは？
- \*形は「中高の平ら形」「饅頭形」「半球形」「鐘形」「円筒形」「円錐形」「ロート形」のどれか（下図参照）



▲ブナハリタケ



▲カバノアナタケ



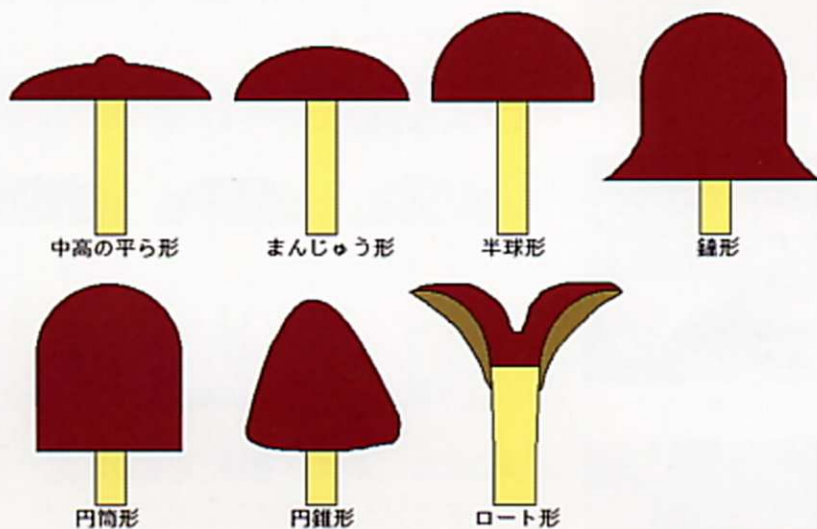
▲ヒトヨタケ



▲ツチスギタケ



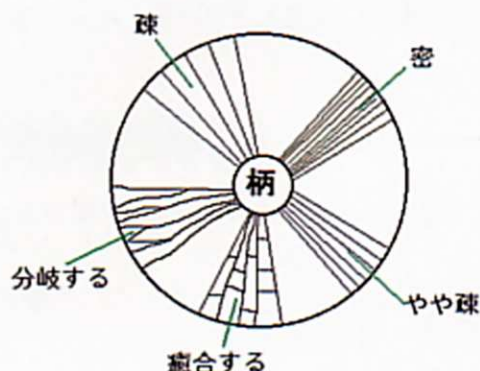
▲ドウシシタケ



- \*特徴は「ささくれ状鱗片」「粒状線」「繊維状鱗片」「ひび割れ」「放射状条線」「波打つ」「粉状」「扇面状」のどれか
- \*その他、環紋の有無は、粘性の有無、毛の有無も確認する
- \*傷つけた時の乳液の有無は、出た場合その色は「不変」・「変色」のどちらか

## その4 かさの裏のようす

- \*ひだは、「密」「やや疎」「疎」「分岐する」「癒合する」のどれか（図参照）
- \*イグチ類やサルノコシカケ類、ハリタケ類は、ひだではなく、管孔や針というものがあります。





▲コクサウラベニタケ (毒)



▲アシボソムラサキハツ (毒)



▲ベニテングタケ (毒)



▲カキシメジ (毒)



▲イッポンシメジ (毒)

\*ひだの状態は、「隔生」「離生」「上生」「湾生」「直生」「垂生」「長く垂生」のどれか (下図参照)



\*色はどうか

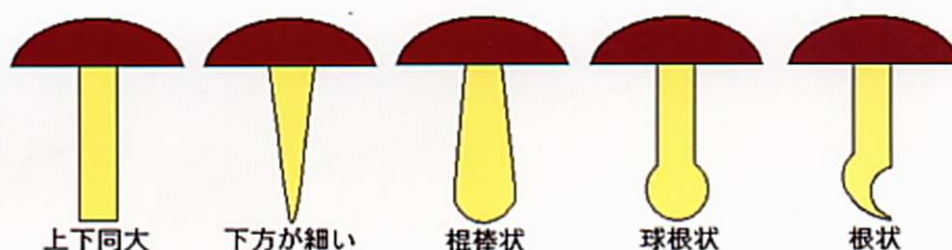
### その5 つばの有無

### その6 柄のようす

\*つき方は「中心生」「偏心生」「側生で無柄」「半背着生」「背着生」のどれか

\*表面は、「ねじれ状」「網目状」「粉状」「だんだら模様」「鱗片状」「あばた状」のどれか

\*太さは、「上下同大」「下方が細い」「棍棒状」「球根状」「根状」のどれか (下図参照)



\*つぼは、「袋状」「基部と密着した浅いつぼ」「破片が環状についたつぼ」「粉質のつぼ」「さや状のつぼ」のどれか

### その7 肉のようす

\*状態は、「中実」「中空」のどちらか、また「堅い」「やわらかい」のどちらか

\*色、においはどうか

**ポイント1** 見分けるためには、とにかく数を見ましょう。

**ポイント2** 図鑑なども1冊に頼らず複数冊そろえ、何回も目を通してみましょう。

## 自然とつきあうためのマナーと観察時の注意

私たちのまわりの自然は、鳥や魚やケモノや虫、そして木や花の生活の場です。マナーを守ってそっと入りましょう。

- ・どんな小さいいきものにも命があります。必要のない採集はやめましょう
- ・ゴミは持ち帰りましょう