

「ジャガイモによる食中毒を予防するために できること」の動画の公開について

農林水産省 消費・安全局食品安全政策課

主に小学校の校内で栽培・収穫したジャガイモの調理実習などで、ソラニンやチャコニン
を原因とする食中毒が毎年起きています。

そこで、ジャガイモを自分で育てて食べるときに、食中毒にならないために注意したいポ
イントを、動画とリーフレットにまとめました。

自宅や学校などでジャガイモを育てて食べるときなどに、ご活用ください。

「ジャガイモによる食中毒を予防するために できること」の動画公開！



＜動画タイトル＞

＜動画は4部構成＞



YouTube maffchannelにて「植え付け編」「栽培編」「収
穫・保管編」「調理編」を順次公開。

[http://www.maff.go.jp/j/syouan/seisaku/foodpoisoning/naturalt
oxin/potato.html](http://www.maff.go.jp/j/syouan/seisaku/foodpoisoning/naturalt
oxin/potato.html)

学校や家庭等の菜園でジャガイモ栽培を行う皆様へ
ジャガイモによる食中毒を予防するためにできること

ジャガイモには、炭水化物やビタミンなどの栄養素が多く含
まれるほか、微量の天然毒素が含まれています。毒素が増える
と、おう吐や腹痛を起こすことがあるので、ジャガイモの栽培
から収穫まできちんと取扱うよう気を付けましょう。

ジャガイモを学校や家庭等の菜園で栽培し、調理して食べる
ときの注意点を紹介します。

～天然毒素の特徴と食中毒予防のポイント～

- ・イモに光（日光、蛍光灯）が当たると増える
⇒ポイント① イモに光を当てない
- ・未熟なイモでは、濃度が高いことがある
⇒ポイント② イモは大きく育て、熟してから収穫する
- ・イモを傷つけると増える
⇒ポイント③ 収穫、保管時にイモを傷つけない
- ・芽とその周辺や緑色の部分では、濃度が高い
⇒ポイント④ 芽とその周辺や緑色の部分は除く
- ・皮では、内側の部分より濃度が高い
⇒ポイント⑤ 皮はできるだけむく
- ・濃度が高いとイモが苦くなる
⇒ポイント⑥ 苦みやえぐみのあるイモは食べない

平成30年1月
MAFF
農林水産省

←リーフレットも上記URLから
ダウンロードいただけます。

1 栽培する時の注意点

ポイント① イモに光を当てない
ポイント② イモは大きく育て、熟してから収穫する

1 種イモを植え付ける前に、
十分な量の肥料をまきましょう（ジャガイモ用肥料が市販さ
れています。）。
・種イモと種イモの間は20 cm程度の間隔をあけましょう。

2 芽が出て、10 cmほど伸びたら、
5月芽を2～4本抜き取り、
5月芽を2～4本残す

3 イモが地面の外に出ないように「土寄せ」をしましょう。
土寄せは、①芽かきをした時、②地上部が25～30 cmになっ
た時（芽が出て20日程度）の2回行いましょう。

1日目（芽かきした時） 2日目（芽が出て20日程度）
土寄せ



ジャガイモによる食中毒を予
防するために、ジャガイモに
関する動画やリーフレットを
ダウンロードいただけます。



お問い合わせはこちらまで
農林水産省消費・安全局
食品安全政策課
☎03(3502)5719

