



# キノコ

七宮 清  
森林インストラクター

旺文社

アレコレ知りたいシリーズ 6  
採りたい食べたい  
キノコ

初版発行 2000年4月20日

重版発行 2003年

著 者 七宮 清

発 行 者 赤尾文夫

編集責任者 加藤榮政

編集担当 小西桂太

デザイン 野坂さおり

(及川真咲デザイン事務所)

印 刷 所 大日本印刷株式会社

発 行 所 株式会社 旺文社

〒162-8680 東京都新宿区横寺町55

●乱丁・落丁本については送料小社負担にて  
お取り替えいたします。

●お客様相談窓口 03(3266)6400

●ホームページ <http://www.obunsha.co.jp/>

©七宮 清,松原巖樹,滝波明生 2000  
(許可なしに転載、複製することを禁じます)

ISBN4-01-055058-9

Printed in Japan

◇旺文社「図書案内」をご希望の方にお送りいたします。下記フリーダイヤルにご連絡ください。  
◇旺文社には本書以外にも多数の出版物がございます。お近くの書店で品切れの場合は、下記までご相談ください。

お客様専用フリーダイヤル

0120-024-819

(受付時間は土・日・祝日を除く9:30~17:30)

江苏工业学院图书馆  
藏书章

アレコレ知りたいシリーズ 6

採 り た い 食 べ た い

キノコ

七宮 清  
森林インストラクター

旺文社

# もくじ

|                  |           |          |    |
|------------------|-----------|----------|----|
| はじめに             | 5         | ホンシメジ    | 38 |
| 本の使い方            | 6         | ヤグラタケ    | 42 |
|                  |           | ツキヨタケ    | 44 |
| <b>家のまわりのキノコ</b> | <b>8</b>  | ムラサキシメジ  | 48 |
| オオホウライタケ         | 10        | カキシメジ    | 50 |
| カラカサタケ           | 12        | ナラタケ     | 54 |
| ヒトヨタケ            | 14        | モリノカレバタケ | 58 |
| キララタケ            | 16        | ムキタケ     | 60 |
| ムジナタケ            | 18        | ビロードツエタケ | 62 |
| フミヅキタケ           | 20        | チシオタケ    | 64 |
| ツチグリ             | 22        | ハエトリシメジ  | 66 |
| オニブスベ            | 24        | ベニテングタケ  | 68 |
| キヌガサタケ           | 26        | ヌメリツバタケ  | 72 |
| カメムシタケ           | 30        | タマゴタケ    | 74 |
|                  |           | ヘビキノコモドキ | 78 |
| <b>広葉樹林のキノコ</b>  | <b>32</b> | シロオニタケ   | 80 |
| スエヒロタケ           | 34        | イヌセンボンタケ | 82 |
| サクラシメジ           | 36        | チャナメツムタケ | 84 |

|             |     |            |     |
|-------------|-----|------------|-----|
| オオキヌハダトマヤタケ | 86  | キコブタケ      | 132 |
| アブラシメジ      | 88  | コフキサルノコシカケ | 134 |
| オオワライタケ     | 90  | ムサシタケ      | 136 |
| クサウラベニタケ    | 94  | ノウタケ       | 138 |
| ウラベニホテイシメジ  | 98  | ハナヒラニカワタケ  | 140 |
| オニグチ        | 100 | ハマキタケ      | 142 |
| ヤマドリタケモドキ   | 102 |            |     |
| アカヤマドリ      | 104 | 針葉樹林のキノコ   | 144 |
| クロハツ        | 106 | マツオウジ      | 146 |
| チチタケ        | 108 | ホテイシメジ     | 148 |
| ホウキタケ       | 112 | サマツモドキ     | 152 |
| カンゾウタケ      | 116 | キシメジ       | 154 |
| アシゲロタケ      | 120 | マツタケ       | 156 |
| ウチワタケ       | 122 | オオモミタケ     | 160 |
| ヒラフスベ       | 124 | スギヒラタケ     | 162 |
| ヒイロタケ       | 126 | スギエダタケ     | 164 |
| ツリガネタケ      | 128 | マツカサキノコモドキ | 166 |
| ダイダイタケ      | 130 | テングタケ      | 168 |

|           |     |                           |     |
|-----------|-----|---------------------------|-----|
| ニガクリタケ    | 170 | 栽培されるキノコ                  | 206 |
| ショウゲンジ    | 172 | ヒラタケ                      | 208 |
| オオキノボリイグチ | 174 | シイタケ                      | 212 |
| ハナイグチ     | 176 | ハタケシメジ                    | 216 |
| ヌメリイグチ    | 180 | ブナシメジ                     | 218 |
| アミタケ      | 182 | クリタケ                      | 222 |
| カラマツチチタケ  | 184 | ナメコ                       | 224 |
| アカモミタケ    | 186 | ヤマブシタケ                    | 228 |
| ハツタケ      | 188 | マイタケ                      | 230 |
| アンズタケ     | 190 | マンネンタケ                    | 234 |
| ウスタケ      | 192 | ショウロ                      | 238 |
| ヒトクチタケ    | 194 | サナギタケ                     | 240 |
| マスタケ      | 196 |                           |     |
| カイメンタケ    | 200 | キノコのしくみ                   | 244 |
| ツガサルノコシカケ | 202 | キノコ狩りとキノコ生活・<br>知っておきたいこと | 246 |
|           |     | さくいん                      | 254 |





## まえがき

これまで生物の世界は、動物と植物から成りたっているものとされてきました。そして、菌類は藻類とともに植物のひとつのグループに属し、そのなかにキノコを含む菌類が位置づけられてきました。しかし、菌類の生態系における分解者（還元者）としての役割や人間社会との関わりが明らかになるにつけ、生物の世界は動物、植物、菌類の3つのグループに分けたほうがよいという考えが支持されるようになりました。

長い間、動物と植物の谷間に位置づけられていた菌類にも、やっと陽の目が当たるようになりました。

私たちの生活にとって、ときに菌類はじゃまものであることもありますが、きわめて有用な働きもしています。たとえば、キノコは食料として利用され、ときには薬あるいは健康食品として人々の健康維持にも役立っています。キノコは菌類の一員として、人間社会のなかでもこのような大切な役割をになっているのです。

みなさん、キノコと人との関わりを学ぼうではありませんか。

七宮 清

# 本の使い方

## 本文のマークについて

本文はいくつかのパートに分かれています。各パートのはじめには以下のようなマークがついています。マークの意味は以下の通りです。



LOOK!

そのキノコの「特徴」



WHERE

野山などでの  
「見つけ方」「探し方」



TO ME

「人の生活との関係」



FAMILY

キノコの分類で、同じ科や属  
に入っている「なかま」



GROW

「育て方」の要点  
(このマークは栽培できる種に  
限っています)



食べると中毒するもの、もしくは  
食べ方によっては中毒するもの



毒については不明のもの

## 語句説明

しじつたい 子実体

菌類が繁殖するためにつくるもので、ここで胞子をつくる(一般に「キノコ」という)

かんこう 管孔

キノコのかさの裏面・下面にある管状の穴。このなかで胞子がつくられる

ほうし 孢子

菌類などの植物が繁殖するためにつくる細胞

きんし 菌糸

菌類の体を構成する、糸のようにつながった細長い細胞

きんこん 菌根

生きた樹木などの植物の根と菌糸とが、栄養をやりとりして共生するために結びついたもの

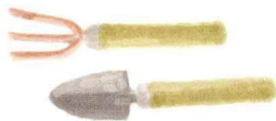
きんりん 菌輪

同じ種のキノコが輪になって生えること、またはその様子。ある1点から菌糸が放射状に広がっていき、その成長点にキノコが生えるためにできる

げんぼくさいばい 原木栽培

生えている木を伐採したものをを使って人工栽培すること





## 玉切り

ここでは、木を伐採して、枝などを切りはらい、原木として丸太の状態にすること

## ほだ木

ここでは、原木栽培において、菌糸が侵入しキノコが生える状態になった木をいう(林のかななどのほだ木をおいた場所を「ほだ場」という)

## 菌床栽培

原木でなく、ノコくずなどを使って培地をつくり、容器に入れて人工栽培すること

## 培地

菌床栽培において、菌糸を繁殖させるためのもの。ノコくず、ワラなどさまざまなものが使われる

## 種菌

キノコの人工栽培のさいに使われる菌糸のかたまりをさし、草木の「種子」に相当する。種駒やノコくず種菌として、キノコの種類や栽培方法に応じて使い分けられる

## 種駒

原木で栽培するさいに使われる円柱状の木の駒で、なかにキノコの菌糸がつめこまれている。原木にあけた穴に打ちこんで使われる

## ノコくず種菌

樹木のノコくずに菌糸が植えられたもので、原木栽培にも菌床栽培にも使われる

## 凡例

- 本書では、キノコを ①家のまわりのキノコ ②広葉樹林のキノコ ③針葉樹林のキノコ ④栽培されるキノコの4つに分けています。
- キノコは、それぞれのグループごとに、『原色日本新菌類図鑑(I)(II)』(保育社)の記載順にしたがい紹介しています。
- 野生キノコの区別は難しいので、たとえ本書に食べられると記載されていても、疑わしいキノコは中毒の恐れがあるのでけっして食べないください。

# 家のまわりのキノコ

キノコの採集<sup>さいしゅう</sup>はなるべく身近なところからはじめたほうがよいでしょう。

思わぬところにキノコは生えています。

庭<sup>うえ</sup>の植込み<sup>こ</sup>や切り株<sup>き</sup>、芝生<sup>かぶ</sup>、野菜畑<sup>しば</sup>、農道<sup>ふ</sup>の端<sup>はし</sup>、ゴミ捨て場<sup>す</sup>、

堆肥<sup>たいひ</sup>おき場などはかっこうの採集場所です。

とくに果樹園<sup>かじゅえん</sup>のなかにしきつめられた古ダタミ<sup>はい</sup>の上はキノコの宝庫<sup>ほうこ</sup>です。

また、キノコは動物の排せつ物<sup>はい</sup>の上にも生えています。

森や林でなくともいろいろなキノコに出会えます。

とくに梅雨<sup>つゆ</sup>のころには思いがけないキノコと対面し、

びっくりさせられます。

家のまわりの草むらや道ばたには、ヒトヨタケ、ムジナタケ、カラカサタケなどが、庭先や神社の古い木の切り株<sup>きりかぶ</sup>にはキララタケ、コフキササルノコシカケなどがよく生えています。竹林ではキヌガサタケを見かけることもあります。ときには、道路のアスファルトをつき破<sup>やぶ</sup>って生えているヒトヨタケにも出会えます。これらは、いずれも古くから人々に知られ、キノコによってはさまざまに利用されてきました。採集<sup>さいしゅう</sup>はかんたんでも、なかには毒キノコもあるので注意しましょう。

ほかに、家のなかにもキノコが生えているかどうか探<sup>さが</sup>してみてもおもしろいでしょう。現代<sup>げんだい</sup>の住宅<sup>じゅうたく</sup>はアルミサッシなどで機密性<sup>きみつせい</sup>が保たれており、柱<sup>はしら</sup>や梁<sup>はり</sup>が室内にたまった露<sup>つゆ</sup>で湿<sup>しめ</sup>っていることがあります。そんなところでよくナミダタケが生え、徐々に柱や梁を腐<sup>くさ</sup>らせます。本書にはのっていませんが、ドイツ名でHaus-schwamm<sup>かきん</sup>（家菌）といい、木造家屋<sup>もくぞうかおく</sup>の害菌<sup>がいきん</sup>として知られています。

# オオホウライタケ

10



学 名 ● *Marasmius maximus*

分 布 ● 日本

かさの径 ● 5~10cm

高 さ ● 3~10cm



LOOK!

かさははじめ、釣り鐘形からまんじゅう形、のちに開くと平らに近くなる。表面には放射状のみぞがあってよく目立つ。中央部は褐色、かわけば多少白っぽくなる。肉は薄く皮のようである。ひだの数は少ない。柄は強くてしなやか。キノコのおいさをかいでみよう。落ち葉のくさったにおいがするはずである。キノコが落ち葉を分解していることがよく分かる。



WHERE

林のなかには落ち葉や枯れ枝がつもっている。その間に層になって白いフェルトのように広がった菌糸のマットをよく見かける。そこからキノコが生えてくる。夏から秋にかけて、広葉樹林や竹林の落ち葉の上に群がって生えている。



TO ME

学名のMarasmiusとは「しばんだ、ちぢむ」、maximusとは「最大の」という意味。和名の蓬菜とは、中国の想像上の山で、墨

絵などに描かれる。キノコのかさがこの山の形に似ていることから名づけられたのであろう。

食べられるがけっしておいしいとはいえない。かさが皮質なのでキノコはかわきやすいが、水につけておくともとの形にもどる。

落ち葉・枯れ枝を分解する「森の清掃人」で、ホウライタケ属のキノコが腐らせた落ち葉を堆肥にして、私たちはククやいろいろな草花を育てている。



FAMILY

ホウライタケ属のキノコは熱帯地方に多く、まだ名前のないものが多い。

ホウライタケ属で、ただひとつ食べられるのがオオホウライタケである。このほかヒノキオチバタケ、ハナオチバタケ、スジオチバタケなどが知られているが、いずれも食べられない。キノコに辛味、苦味などがあるためだ。

# カラカサタケ



● 幼菌

学 名 ● *Macrolepiota procera*

分 布 ● 全世界的

かさの径 ● 15～30cm

高 さ ● 8～20cm





かさは球形から卵形となり、のちに開いて平らになる。表面は、かさが開くにつれて亀裂ができてササクレになる。肉は白くて柔らかいが、成熟すると綿のようになる。ひだは白色で数が多い。柄のなかは空で、根もとはふくらんでいる。表面にはこげ茶から褐色のヘビの肌のようなしまもようがある。柄の上のほうには、上下に動かすことのできる厚いつばがあるのも大きな特徴である。



夏から秋にかけて里山の雑木林や林内の道ばたで、大型で背の高い堂々としたキノコを見かけることがある。周囲に生えている小形のキノコを家来に見立てれば、さしずめカラカサタケは馬にまたがる武将のようである。キノコを採集して家にもち帰ろうとしても成功したためしがない。かさが大きく柄が長いので途中でこわれてしまう。



このキノコを筆者は2度食べてみた。味はすこぶる大味で、とくに柄の部分は菌切れが悪く、なかなか噛み切れなかった。古くから北アメリカやヨーロッパ、日本でも食用キノコとして利用されてきた。キノコの味に対する舌の感覚は、民族によってちがうらしい。必ずしも欧米人が好んで食べるキノコを日本人が食べるとは限らないのだ。

名前は、キノコの形から傘を広げたときの状態によく似ているので名づけられたのであろう。



なかまのキノコにはドクカラカサタケ（コカラカサタケ）、イロガワリカラカサタケがある。とくにドクカラカサタケには毒性があり、東京、京都、大阪などで中毒例がある。しかしまちがって食べても死ぬことはなく、吐き気や下痢をおこす程度である。最近見つかったアメリカカラカサタケにも毒がある。

# ヒトヨタケ

学 名 ● *Coprinus atramentarius*

分 布 ● 全世界的

かさの径 ● 10～15cm

高 さ ● 5～7cm



花丸の太  
●断面





LOOK!

かさははじめ卵形、成長すると、釣り鐘形、そして円すい形になる。表面は白色、のちに灰色から薄い灰褐色になり、小さなサクレでおおわれる。放射状に線のもようがついている。ひだは幼いときは白色、しだいに紫灰色から黒色に変わる。そして液化して柄だけになる。きわめて短い命のキノコ。夜中から朝にかけてかさが開き、日が高くなるころにはとけてしまう。



WHERE

春から秋にかけて人家のまわり、庭園、道ばた、畑地などに群がるか束になって生える。チツ素分の多い場所に好んで生える。とくに家畜のふんの入った堆肥は絶好の場所である。



TO ME

白色で弾力のある幼いキノコは食べられる。しかしもの本によれば、酒と一緒に食べると害があると書いてある。中毒はキノコを食べる前後に酒を飲むことによ

っておこる。症状は不安感、耳鳴り、冷や汗、吐き気、腹痛など。酒を飲まなければ中毒の心配はない。

都市のビル街で路上のアスファルトをつき破って生えて話題になり、新聞記事になることがある。

名前の一夜とは、キノコの成長が早く、一夜にしてかさのふちのほうからとけてしまうのでつけられた。外国では「インクタケ」と呼んでいる。かつて、欧米ではキノコのひだが黒インク状に液化したものをインクの代用品として筆記具に使っていた。

学名の *Coprinus* は「ふん」、*atramentarius* は「インクの」という意味である。



FAMILY

このキノコのなかまは人家近くに生えるものが多く、寿命も短い。ササクレヒトヨタケ、マグソヒトヨタケ、ウシグソヒトヨタケ、ザラミノヒトヨタケ、ヒメヒトヨタケなどがある。