きのこの森の歩き方

奥日光のきのこを訪ねる

案内人 大作晃一

男体山の山麓、戦場ヶ原や小田代ヶ原が広がる奥日光。豊かなこの森を舞台に、きのこ観察に出かけた。きのこと森はとても親密な関係にある。どのような場所に、どんなきのこが生えるのか。五感を通して見れば、きのこの魅力がよりわかる。さあ、きのこに会いに、森へ行こう。

取材・文／武田昌徳（編集部）

林道を歩いて数分
群生するきのこと遭遇した

奥日光の森の玄関口である、赤沼車庫。そこから千住ヶ浜行きの低公害バスに乗って、木々の緑が濃くなってくる場所で下車した。平坦な林道が続くこの森が、きのこ観察のフィールドだ。

落ち葉を踏みしめて林道を歩く。ミズナラの大木の根元のあたりをとくに注意して見てみる。

いた！　きのこの群生だ。黄褐色で華やかさはないが、傘の直径は大きいもので10センチ以上はありそうだ。それが1本、2本……下草をよけて探してみると10本程度確認できる。

「オキナクサハツですね。匂いをかいでみてください。ちょっと臭いでしょう。だからクサハツ。傘のしわが特徴で、渋い見かけなので、翁のクサハツという名前なんです」

ミズナラの根元に生えるオキナクサハツの群れ。ベニタケ科のきのこで、臭いを発するのでクサハツという。食べると腹痛や下痢をおこす毒きのこだ

写真／大作晃一

2017年11月号
好評発売中

SINRA 2017 November 11

きのこのヒミツ

BACK NUMBER
バックナンバー

ビデオ集
PDF with VIDEO
ビデオPDF解説付
PWV

ご購入
Fujisan.co.jp

ご購入
amazon.co.jp

森の四季を告げるきのこたち

SINRA photo & essay

写真・新井文彦

季節を告げる花々があれば、
季節を告げるきのこもある。
春には春のきのこが、秋には秋のきのこが、
森や街のあちこちで自然の移ろいとともにいることを知れば、
ちょっとだけ幸せな気分になれるかもしれない。

Autumn

森に囲まれた湖へカヌーでこぎ出し、ふと思い立って上陸してみたら、そこはベニテングタケの楽園だった

地下10cmに広がる菌類の宇宙

吹春俊光（千葉県立中央博物館）

森ときのこの関わりを知る

きのこがいなくなったら、森はなくなるかもしれない——と聞いたら驚くでしょうか？頑丈な樹木と、何もないようなところから、あっという間に現れて、数日で消えて行くきのこ。その取り合わせは不思議ですが、森は、きのこなしには存在できないのです。

写真／大作晃一

毒きのこの代表格ベニテングタケも外生菌根菌。菌根菌の中には、特定の樹種と結びつくものがいるが、ベニテングタケはシラカンバ（カバノキ科）と強い関係をもつ

地中の栄養を集めて吸収する菌類

植物は根を生やして地上に生え、動きまわることがありません。しかし、葉緑体をもち、光合成をすることで自ら栄養をつくりだしています。

きのこも植物と同じように動くことができません。ところが植物と違って葉緑体はもっていないので、自ら栄養をつくりだすことはできず、動物と同じように自分以外の有機物を食べて暮らしています。

動くことのできないきのこが、なにかを食べているといわれてもぴんと来ないかも知れません。しかし、きのこは菌類の、ほんのいっときの姿で、胞子をつくるために地上に現れたものです。その本体は地下に広がっている菌糸で、菌糸の表面から酵素を出してまわりの有機物を分解し、無機塩類に変えたものを菌糸の壁を通して吸収しています。

植物には根もあります。そのため光合成と同時に、水分のほか、窒素やリン酸、カリなどの無機塩類を地中から集めていて、栄養摂取という点では、きわめて自己完結的に存在していると思われてきました。

しかし、近年になって、多くの植物の根は菌類とつながっていること、植物の成長に必要な無機塩類は菌類が提

外生菌根菌のタマゴタケ。食用になるきのことして有名だ。このきのこの共生相手は幅広く、シイ、ナラ、ブナ（以上ブナ科）、モミ（マツ科）などの林に生える

きれいなものには毒がある？

毒きのこ図鑑

なぜ毒をもつのか？そのミステリアスな魅力

文／堀 博美（きのこライター）
写真／桝井 亮

カエンタケ

火 炎 茸

**地面に揺らぐ赤い炎
触るのも危険な猛毒きのこ**

季節／夏～秋
環境／林内地上
特徴／近年有名になった毒きのこ。食べると内臓が破壊され、死に至る。小脳が萎縮する場合もある。ごく小さなものでも、食べると髪がすべて抜けることがある。触るのさえ避けたほうがいい強毒のもち主

毒きのことの出会い

毒きのこと聞くと、どこかドキドキする心を抑えきれない。

もちろん、食べたいというわけではない。毒きのこは食べると危険で、時には死に至ることもある。なのに、毎年のように中毒患者が出ている。だから、ドキドキするなどと言うと不謹慎かもしれない。だが、食べずに眺めることは悪いことではない。私が生まれてはじめてそうと知って見た野生の毒きのこは、ベニテングタケだった。真っ赤な傘に白いイボがついていて、つばがあり、すらりと白い柄を伸ばす姿は、天然の美としか言いようがないものだった。しかし、魅了されたのはその美しさだけではない。ベニテングタケの姿はいかにも写真やイラストの「毒きのこ」そのものだった。ベニテングタケには胃腸毒や神経毒が含まれているので、致命的ではないが食べるのは避けた方がいいと言われている。それ以降も、ベニテングタケを見たいがために、何度か長野県の高原に足を運んだ。もしかすると、ベニテングタケの魅力のひとつが、内に秘めた毒なのかもしれない。

ある時は山でドクツルタケに偶然遭遇し、その白さ、姿の良さ、きめ細やかな肌などに見入ってしまった。これは1本食べたらまず死ぬという猛毒きのこである。その美しさと毒の強烈さから、英語では「Destroying Angel（破壊の天使）」「Death Angel（死の天使）」と呼ばれるのもうなずける。

またある時は、里山にカエンタケを見に行った。ある人のブログに場所が載っていたと教えてもらったのである。ブログにあった場所を丁寧に探すと、果たして真っ赤で異形のカエンタケが生えていた。「乾燥重量3グラム摂取で死ぬ……」とおのきながら、赤くて奇妙なカエンタケに見とれた。

毒きのこは派手でいかにも毒をもっていそうなきのこばかりではない。ニガクリタケやツキヨタケなど、地味でおいしそうな見かけの毒きのこもたくさんある。これらのきのこの、食べられそうで食べられないところがまた興味深いのだ。

毒きのこと見るや、踏みつけていく人もいるが、私はとてもそんな気にはなれない。子どもが間違って食べそうな場所に生えている時は別だが、大体はそのまま山に置いてくる。毒きのこにだって、生えてきた理由や自然界での役割があると思うのだ。

“食用”と“毒”は紙一重

この、毒きのこの魅力とはなんなのだろう。どこかミステリアスなものを感じるというのも、理由のひとつかもしれない。なぜ毒をもつかは、今のところ謎ということになっている。きのこが栄養を吸収して摂取しやすくするために、体内に溶血性のある物質を生成し、それがきのこを食べた人の体に毒としてはたらく、という説がある。しかしこれだけではきのこの多種多様な毒について説明がつかない。いつかはこの謎も解明されるのだろうか。

食べられるか否か。それは実は単純なことではない。「食べられるけれどまずい」「硬くて食べられない」「毒だけどおいしい」などのきのこがある。また、人間はチョコレートをおいしく食べられるが、犬や猫には毒となる、といったことがきのこでも起こる可能性がある。虫食いのきのこを人間が食べると毒、というケースも実際にある。動物によっても毒への反応が違うのだ。

食用きのこをそっくりな毒きのこ、というのもある。見た目では区別できない、食用きのこクロハツと毒きのこニセクロハツが代表的だ（最近ではクロハツも毒扱いされているようだが）。ほかのきのこでこんな出来事があった。私は山で白っぽい大きなきのこを見て、詳しい人の助言や、図鑑などでよく調べて、美味な食用きのこオオイチョウタケだと判断して食べた。しかしうわさに聞くほどおいしいとは思わなかった。2日後、激しい吐き気と下痢に見舞われて、これはあのきのこしか考えられない、と思ったので翌日総合病院の内科を受診した。きのこの写真や図鑑をもって、自分は毒きのこ中毒の可能性が高いと訴えた。一通り話し終わった後、医師は「それで、僕はどうしたらいいの？」。一応総合病院である。その2日後に治ったからいいようなものの、死ぬ毒きのこだったらどうするのだろうか。なお、日本中毒情報センターに電話で相談をする、という方法もある。

そんな目に遭いながらも私はきのこを追いかけるのをやめない。もっとも、食べる頻度は下がったが。きのこは簡単にわかるものではない。

そもそも、きのこは人が食べるために存在しているわけではない。もちろん、動物に食べられることで胞子をまくと考えられるきのこはいるが、その動物があとでどうなったかはわからない。それに、胞子は糞から出てまかれることが多いから、死ぬ強い毒は必要ないように思われる。

誤解を恐れずに言えば、その身に毒をしのばせたきのこがひっそりと、あるいは堂々と生えているのはどこか痛快なものでもある。きのこも食べなければ当たらない。だから、きのこを食べるよりまず、きのこを愛でることをお勧めしたいのである。

ほり・ひろみ◉1971年兵庫県神戸市生まれ。『MOOKきのこ』（日本キノコ協会）副編集長を務めた。きのこにまつわる美術や神秘学まで幅広いジャンルを網羅。主著『きのこる　キノコLOVE111』『ときめくきのこ図鑑』ほか。

ベニテングタケ

蝇 天 狗 茸

世界で一番ポピュラーな毒きのこのシンボル

季節／夏～秋
環境／カバノキ属の樹下など
特徴／イラストや写真で、世界で一番ポピュラーになった毒きのこの代表格だが、毒性は致命的ではない。味がよく、毒抜きして食べる地域もあるがお勧めはしない

ウスタケ

臼 茸

**モミ類の林にあらわれる
かつては食されていたが……**

季節／夏～秋
環境／モミ類の仲間の林
特徴／食べると嘔吐（おうと）、下痢などの胃腸系の中毒を起こす。以前はゆでこぼすと食べられるとされたが、毒が抜けきらなかったり食べ過ぎたりすると中毒するので毒きのこ扱いになった

シャグマアミガサタケ

赫 熊 編 笠 茸

**褐色の脳みそ状きのこ
美味という話だが猛毒**

季節／春
環境／針葉樹林
特徴／死亡例のある、強い毒性をもつきのこ。グロテスクな見かけに反して味は良いらしく、フィンランドでは毒抜きして食べるというが、毒抜きに失敗して死亡する例もあるらしい

うつくしき、きのこ図絵

古い図譜には驚くほど精密で色彩豊かなきのこ絵が描かれている。
そして現代では、世界中できのこ切手が発行されている。

江戸時代屈指のきのこ絵

『梅園菌譜（ばいえんきんぷ）』

（国立国会図書館所蔵）

江戸時代の本草学者、毛利元寿（もうりもとひさ）によって制作された、動植物図譜の中でも名作と名高い「梅園画譜」の一冊。大半が模写ではなく実写で描かれ、約150種のきのこがカラーで詳細に記録されている。　上／ツキヨタケ　左／ツチグリ　下／ヤグラタケ

図譜に秘められた科学者たちの熱い思い

洋の東西を問わず、古くから人々は靡訶不思議な「きのこ」という存在に魅了されてきた。

しかし、人々がきのこを詳細に記録するようになるのは、顕微鏡が登場する16世紀以降の大航海時代のこと。ヨーロッパ諸国が世界各地を探検するようになると、博物学の発達とともに植物画が流行し、きのこの図譜も多く制作された。日本でも江戸時代に入り、植物を中心とした薬学である「本草学」が盛んになり、きのこ類の図譜も制作されるようになる。

これらの図譜で驚かされるのは、生物学的な正確さはもとより、微妙な色彩の表現や描線の美しさだ。当時の研究者たちも単なる〝記録〟としてではなく、きのこの美しさを伝えようとしていたのだろう。その熱意は現代のきのこ愛好家たちにも通ずるものがある。

優しい色合いが特徴的

『フランスとその周辺国の食用キノコと毒キノコの図鑑』

（千葉県立中央博物館所蔵）

菌学者で詩人のアーネスト・ロゼが制作した図鑑。ロゼの真菌学の論文とともに、72枚の色彩豊かな図譜が紹介されている。図版類はリトグラフで制作され、ところどころ手彩色を施していると思われる。丁寧で繊細な描写が特徴だ。

小さくて奥深いきのこ切手の世界

5800種類を超えるきのこ切手

世界各国でこれまで5800種以上が発行され、国ごとにデザインや構図で特色あふれるのが収集欲を刺激するきのこ切手。

『キノコ切手の博物館』（日本郵趣出版）の著者である石川博己さんによると、きのこ切手の歴史は1958年のルーマニアで発行されたものにはじまり（写真④）、当初からカラフルな多色刷りで発行されたことが特徴であるという。日本のきのこ切手は、1974年に「第9回国際食用きのこ会議」が日本で開かれたことを記念して発行されたものが最初の切手だ（写真③）。

世界でも有数の石川さんのきのこ切手コレクションの中から、厳選した5点をここでは紹介する。

①ヤマドリタケ（アルバニア）
②和名なし（ニューカレドニア）、学名はPodoserpula miranda ③シイタケ（日本）、日本最初のきのこ切手
④カラカサタケ（ルーマニア）、1958年発行の世界最初のきのこ切手
⑤左／アンズタケ、右／ヤマドリタケモドキ、シート地の右端／ベニテングタケ（スロベニア）
切手はすべて石川博己氏所蔵

好評発売中

ようこそ、きのこのワンダーランドへ

SINRA

森羅《シンラ》万象

2017 November 11

きのこのヒミツ

森を育てる力

ヒグチユウコ
池澤春菜

きのこの森へ行こう
毒キノコの誘惑

森の四季を告げる
きのこ 新井文彦

SINRAの旅 宮崎・神楽、仮面の謎

カナダ建国150年の物語
知られざる台湾・澎湖
薪ストーブの悦楽

SINRA