



食品安全FAQ > 潮干狩りなど、自分で採った貝を食べるときに気を付けることはありますか？

(2018/7/11)



FAQのカテゴリを選択してください。

- 東京都の取組について
- 放射線物質に関すること
- 輸入食品に関すること
- 残留農薬に関すること
- 食品添加物に関すること
- 食品表示に関すること
- 食中毒に関すること
- 健康食品に関すること
- その他に関すること



潮干狩りなど、自分で採った貝を食べるときに気を付けることはありますか？



・主にアサリなどの二枚貝は、海域に有毒プランクトンが発生すると、貝毒を蓄積することがあります。また、巻貝の中にはもともと毒を持つものがあります。

・潮干狩りなどで二枚貝を採取するときは、事前に周辺海域の貝毒の発生状況を確認しましょう（例：インターネットで「自治体名+貝毒」と検索）。

・貝毒の発生状況が確認できない海域の二枚貝や種類がよくわからない貝は、食中毒予防のため、採らない、食べないようにしましょう。

詳細

種類	毒化が報告されている又は毒を持つ主な貝類	症状	家庭でできる対策
麻痺性貝毒	ホタテガイ、アサリ、マガキ、ムラサキガイなどの二枚貝	食後30分程度で発症。唇、顔面、四肢末端のしびれ感、めまい、頭痛、吐き気等。重症の場合、呼吸困難で死亡することがある。	自ら採取する場合は、周辺海域の貝毒発生状況を確認する。
下痢性貝毒	ムラサキガイ、ホタテガイ、アサリ、イガイ、イタキガイなどの二枚貝	食後30分から4時間程度で発症。下痢、吐気、嘔吐、腹痛等。	自ら採取する場合は、周辺海域の貝毒発生状況を確認する。
唾液腺毒	エゾバイ科エゾボラ属の多くの種類、スルガノイ、アヤボラ、テングニシなどの巻貝*（ツブヤツツ貝として市販されている。） *※唾液腺に毒素を含む。	食後30分から1時間程度で発症。激しい頭痛、めまい、船酔い感、酔感、足のふらつき、嘔吐感等。通常数時間で回復するとされている。	市販の殻付きツブ貝を購入した場合は、販売店又は家庭で、毒のある唾液腺を取り除く。
フグ毒	バイ、キンシバイ、ボウシュウボラなどの巻貝	食後20分から3時間程度で発症。口唇、四肢、全身の麻痺。重症の場合、呼吸困難で死亡することがある。	種類がよくわからない巻貝は、採らない、食べない。

貝類の中には、自然の状態では毒素を持つものがあります。主な毒素ごとの症状や家庭でできる対策は上記のとおりです。なお、貝類の自然毒による食中毒予防のためには、種類がよくわからない貝は採らない、食べないことが原則です。

★ 参考ホームページ

- ・厚生労働省「自然毒のリスクプロファイル（二枚貝の項及び巻貝の項）」  
※貝類の種類、写真が掲載されています。
- ・農林水産省「健康に悪影響を与える可能性のある魚介類中に含まれる物質（自然由来の毒素の項）」  
※貝毒の特徴、対策等の概要が掲載されています。



ご意見をお寄せください

食品安全FAQ > ツブ貝には毒があると聞きましたが、本当ですか？

(2018/7/11)



FAQのカテゴリを選択してください。

- 東京都の取組について
- 放射性物質に関すること
- 輸入食品に関すること
- 残留農薬に関すること
- 食品添加物に関すること
- 食品表示に関すること
- 食中毒に関すること
- 健康食品に関すること
- その他に関すること

## Q

ツブ貝には毒があると聞きましたが、本当ですか？

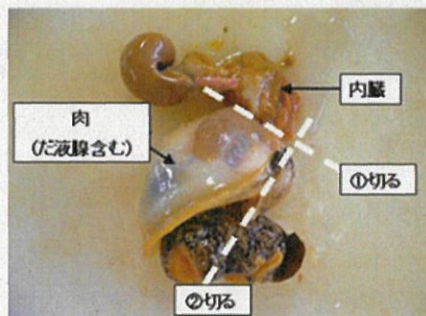
## A

- ・ツブ貝の唾液腺には、テトラミン（唾液腺毒）という毒素が含まれていることがあります。
- ・唾液腺を除去せずに食べると、食後30分から1時間程度で、頭痛、めまい、船酔い感などの症状が現れることがあります。なお、症状は、通常数時間で回復するとされています。
- ・市販の殻付きツブ貝を購入するときは、調理前に適切に唾液腺を取り除き、食中毒を予防しましょう。

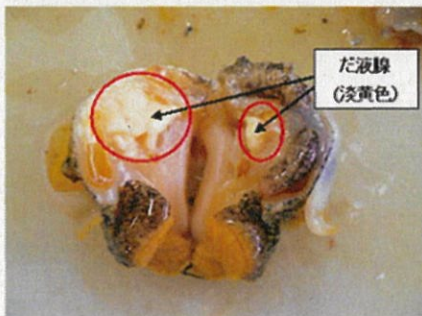
### 詳細



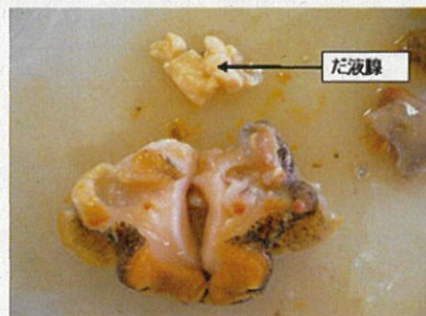
(1) 貝から身を取り出し、内臓と肉を切断する。



(2) 貝のフタを下にして切り口を入れ開く。



(3) 唾液腺を確認し、取り出す。



(4) 肉に唾液腺が残っていないか確かめ、十分水洗いしてから食べる。

- 1 ツブ貝のテトラミン（唾液腺毒）による食中毒予防のポイント
  - ・ツブ貝の唾液腺の取り除き方については、上の写真を御確認ください。
  - ・ツブ貝の唾液腺に含まれるテトラミンの量には個体差がありますが、1個分の唾液腺で中毒量に達するものもあります。
  - ・テトラミンは一般的な加熱調理では分解されません。
  - ・ツブ貝を沸騰水中で10分間加熱した結果、テトラミンの一部が唾液腺から筋肉や内臓、煮汁に移行したとの報告があります。

### 2 テトラミン（唾液腺毒）を持つツブ貝の種類

エゾバイ科のヒメエゾボラ、エゾボラモドキ、チョウセンボラ等の巻貝

※エゾバイ科の巻貝は一般に「ツブ貝」と呼ばれていますが、ツブ貝と呼ばれる貝の中には無毒のものもあります。

## ★ 参考ホームページ

- 厚生労働省「自然毒のリスクプロファイル：巻貝（唾液腺毒）」  
※貝類の種類や毒成分の詳細が掲載されています。

## このFAQについて

このFAQのご感想をお聞かせください。

お寄せいただきましたご意見は、今後のFAQ改良に反映したいと考えております。お気軽にご意見をお寄せください。

ご参考になりましたか？

とても参考になった  参考になった  参考にならなかった  まったく参考にならなかった

このFAQのご感想はいかがですか？ご感想をお聞かせください。

入力内容を送信