

はじめに

炎症性腸疾患（Inflammatory Bowel Disease、以下「IBD」）は、腸を中心とする消化管粘膜に炎症が生じる疾患で、10～20代の若年層で比較的多く発症することが知られています。IBD患者さんの体調管理には日々の食事のケアが必要なため、旅先でのお食事選びやお土産選びに悩むことが多くあります。

旅先での楽しみのひとつが、その土地ならではの美味しい「お土産」。旅の思い出に選ぶのも、家族や友人、職場の人からもらうのも楽しいお土産ですが、IBD患者さんは栄養成分や原材料が気になってしまい、お土産を楽しめないことも。また、IBD患者さんの家族や友人、職場の人も、IBD患者さんへのお土産選びに悩むことがあります。

そこで、武田薬品工業株式会社は、東京医科大学病院 栄養管理科 宮澤 靖 先生の監修のもと、IBD患者さんや周囲の人の“お土産選び”をサポートするために、全国47都道府県の企業にご協力いただき「IBDream（アイ・ビー・ドリーム）お土産図鑑」を制作いたしました。

「IBDreamお土産図鑑（愛媛県）」では、愛媛県のお土産の脂質などの栄養成分情報や原材料情報、小分けにして食べる際の参考目安量をまとめて記載しています。
なお、「お土産のトリビア」に記載の内容は、各企業よりいただいたコメントを掲載しております。

愛媛県のお土産を見て、何を食べようかなとワクワクした気分を味わったり、あの人はどんなお土産を喜んでくれるかなと想いを馳せてみたり、ぜひ本図鑑を見ながら旅先での“食”の楽しみを探してみてください。

最後に、本図鑑が皆さまのお役に立つことを心より願っています。

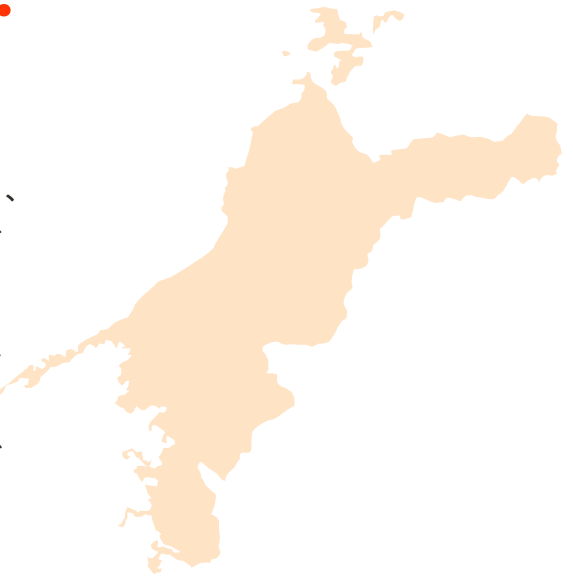
難病情報センター、潰瘍性大腸炎, <https://www.nanbyou.or.jp/entry/62>
難病情報センター、クローン病, <https://www.nanbyou.or.jp/entry/81>

発行：武田薬品工業株式会社
監修：東京医科大学病院 栄養管理科 宮澤靖先生
トリビアイラスト：カメダさん

愛媛県のお土産

道後温泉などの魅力的な観光スポットが豊富な愛媛県は、“かんきつ王国”としても知られ、「温州みかん」や、「いよかん」をはじめ一年を通じて多種多様な品種が味わえます。また、県魚でもある「鯛(マダイ)」の漁獲高は日本屈指で、地域ごとに様々な料理が楽しめます。他にも「びやびやガツオ」や「ヒオウギ貝」などの魚介、「鍋焼きうどん」、「八幡浜ちゃんぽん」、「肱川ラーメン」、「今治焼き鳥」などの注目グルメ、「じゃこ天」や「さつま汁」などどこか懐かしい郷土料理が揃います。

*出典：愛媛県の公式観光サイト【いよ観ネット】
<https://www.iyokanet.jp/>



愛媛県のIBD患者さんの数

潰瘍性大腸炎 … 1,608人



クローン病 …… 630人



*出典：厚生労働省 衛生行政報告例 (<https://www.e-stat.go.jp/stat-search/file-download?statInfId=000040217273&fileKind=1>) (2025年2月アクセス)

霧の森大福

(株式会社やまびこ)

ネット店では、抽選倍率100倍を誇る人気商品。四国の真ん中、愛媛県新宮町で農業に頼らず栽培されたかぶせ抹茶を贅沢に使用した抹茶大福。抹茶のほろ苦さと中の生クリームとこし餡の甘さが絶妙な逸品。



脂質5g以内の
目安量
2個

栄養成分 1個(標準45g)当たり	
エネルギー	100 kcal
たんぱく質	2.1 g
脂質	0.6 g
炭水化物	21.6 g
食塩相当量	0.03 g

内容量：1箱8個入

原材料名：小豆こし餡(国内製造)、餅粉、乳等を主要原料とする食品、クリーム、砂糖、緑茶粉末(愛媛県新宮産)、粉糖、コーンスターチ、植物性食用油脂/トレハロース、酵素、乳酸Na、乳化剤、香料、メタリン酸Na、安定剤(増粘多糖類)、pH調整剤、(一部に小麦・乳成分・大豆を含む)

※本商品は動物性脂肪またはn-6系油脂または両方、牛乳(乳成分)、でんぶん由来/その他の糖、不溶性食物繊維を含みます。体質により合わない場合や、ご自身の病状、治療内容によって必要な食事制限の程度は異なりますので、過去にこれらの成分を含む商品で症状が悪化されたことがある方は、摂取の前に必ず主治医や管理栄養士に相談してください。

※食物繊維が豊富な食品は、通常は腸の健康に良いとされています。しかし、IBD患者さんの中には食物繊維に敏感な人もいます。特に急性の症状がある場合、食物繊維が過剰な場合は症状を悪化させる可能性があります。摂取の前に必ず主治医や管理栄養士に相談してください。

※小豆は難消化性食品のため、摂取前に必ず主治医や管理栄養士に相談してください。

アレルギー関連情報

小麦・乳成分・大豆

手押しじゃこ天 (3枚入)

(株式会社田中蒲鉾本店)

魚のかおりを楽しむじゃこ天。近海産の魚を主原料に丁寧に丹精込めて製造。妥協のない製造で臭みを極限までなくしました。



脂質5g以内の
目安量

1枚

栄養成分 (100g) 当たり	
エネルギー	158 kcal
たんぱく質	15.4 g
脂質	8.7 g
炭水化物	4.4 g
食塩相当量	1.8 g

内容量：50g×3枚

原材料名：魚肉(国産)・卵・澱粉(6%)・食塩・菜種油/調味料(アミノ酸等)・保存料(ソルビン酸)

※本商品は動物性脂肪、不溶性食物繊維を含みます。体質により合わない場合や、ご自身の病状、治療内容によって必要な食事制限の程度は異なりますので、過去にこれらの成分を含む商品で症状が悪化されたことがある方は、摂取の前に必ず主治医や管理栄養士に相談してください。

※食物繊維が豊富な食品は、通常は腸の健康に良いとされています。しかし、IBD患者さんの中には食物繊維に敏感な人もいます。特に急性の症状がある場合、食物繊維が過剰な場合は症状を悪化させる可能性があります。摂取の前に必ず主治医や管理栄養士に相談してください。

アレルギー関連情報

原材料に含まれるアレルギー物質(28品目中)
卵



底引き網でとれたいろいろな種類の魚(雑魚)でつくられていたため、「じゃこ天」と名付けられ、それが変化して「じゃこ天」になりました。※諸説あり

※2025年3月の公開情報を基に作成しています。最新情報はパッケージまたは公式HPにてご確認ください。

公式HP：https://www.tanakama.co.jp/view/item/000000000221?category_page_id=jakoten

ベビー母恵夢 袋6個入

(株式会社母恵夢)

口当たりまろやかな生地に、卵を使った『黄味餡』の甘み。

ほんのりバニラが香るおまんじゅうを、召し上がりやすい大きさで。



脂質5g以内の
目安量

2個

栄養成分表示 (1個当たり)	
エネルギー	89 kcal
たんぱく質	1.8 g
脂質	1.8 g
炭水化物	16.5 g
食塩相当量	0.06 g

内容量：袋6個入

原材料名：生餡(国内製造)、砂糖、小麦粉、卵、砂糖結合水飴、マーガリン、バター、水飴/トレハロース、ベーキングパウダー、香料、乳化剤、酸化防止剤(V. E)、着色料(カロチノイド)、(一部に小麦・卵・乳成分・大豆を含む)

※本商品は動物性脂肪、n-6系油脂、牛乳(乳成分)、でんぷん由来/その他の糖、不溶性食物繊維を含みます。体質により合わない場合や、ご自身の病状、治療内容によって必要な食事制限の程度は異なりますので、過去にこれらの成分を含む商品で症状が悪化されたことがある方は、摂取の前に必ず主治医や管理栄養士に相談してください。

※食物繊維が豊富な食品は、通常は腸の健康に良いとされています。しかし、IBD患者さんの中には食物繊維に敏感な人もいます。特に急性の症状がある場合、食物繊維が過剰な場合は症状を悪化させる可能性があります。摂取の前に必ず主治医や管理栄養士に相談してください。

(この表示値は、目安です。)

アレルギー関連情報

小麦・卵・乳成分・大豆

※2025年3月の公開情報を基に作成しています。最新情報はパッケージまたは公式HPにてご確認ください。 公式HP：<https://poeme.co.jp>

