

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、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（福島県）」では、福島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。

福島県のお土産を見て、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

福島県のお土産

福島県は、豊かな自然と歴史が息づく会津地方、四季折々の花々や果物が楽しめる中通り、太平洋に面し温暖な気候に恵まれた浜通りなど、それぞれ地方で異なる魅力があります。喜多方産醤油を使用したスープと太いちぢれ麺が特徴の「喜多方ラーメン」、常磐沖のあんこうをふんだんに使用した「あんこう鍋」、あんこうの身と野菜から出る水分のみで調理した「どぶ汁」、丸皿に放射線状に盛りつけられる「円盤餃子」も福島県の代表グルメです。

*出典：山からはじまる福島の旅 やまふく 登山と観光の情報サイト
<https://www.tif.ne.jp/yamafuku/>

福島県のIBD患者さんの数

潰瘍性大腸炎 … 1,637人



クローン病 …… 638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)

柏屋薄皮饅頭

(株式会社柏屋)

厳選された小豆と、柏屋の技術と職人の技から、柏屋のおいしい餡は生まれます。

創業以来ご愛顧いただいている「こしあん」は、上品でなめらか、口どけのよさとさらとした甘味が身上です。



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	96 Kcal
たんぱく質	2.8 g
脂質	0.0 g
炭水化物	23.6 g
-糖質	18.6 g
-食物繊維	5.0 g
食塩相当量	0.09 g

内容量：8個入

原材料名：小豆(国産)、砂糖、小麦粉、食塩／グリシン、膨脹剤、(一部に小麦を含む)

※本商品は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

本品製造工場では、卵・乳成分を含む製品を生産しております。



★ お土産のトリビア

柏屋薄皮饅頭は、嘉永五年(1852年)、柏屋の初代本名善兵衛が「病に薬がいるように、健やかな者に心のなごみがある」との思いから、奥州街道・郡山宿の薄皮茶屋で餡がたっぷり皮の薄い饅頭を考案したことがはじまりでした。東北地方では当時、皮が薄くこしあんがたっぷり入った饅頭はめずらしく、その忘れられないおいしさは奥州街道の名物となり、旅する人々にとってわざわざ遠回りしてでも食べたい饅頭になりました。

家伝ゆべし

(株式会社かんの屋)

米粉でつくった円形の生地の真ん中にあんを置き、三方をつまんで包み込み、蒸しあげたお菓子です。

家伝ゆべしは、ほのかな醤油の香りでもちっと、それでいて、やんわりと噛み切れる。あんは、滑らかで、上品な甘み。けしの実の食感が、香ばしい余韻を残す。

かんのや伝統のゆべしです。



脂質5g以内の
目安量
2個

栄養成分表示 1個 (33g) あたり	
エネルギー	81 Kcal
たんぱく質	1.0 g
脂質	0.1 g
炭水化物	19 g
食塩相当量	0.2 g

この表示値は、目安です。

内容量：2個

原材料名：砂糖(国内製造)、上新粉、こし餡(小豆、砂糖、還元水飴)、醤油、イソマルトオリゴ糖、澱粉、けしの実、食塩／膨張剤、(一部に小麦・大豆を含む)

※本商品は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

原材料に含まれるアレルギー物質(28品目中)

小麦・大豆

●本商品の製造工場では、くるみ・ごまを含む商品を製造しています。



★お土産のトリビア

1860年福島県は城下町三春に於いて、菅野文助が「菅野屋」を名乗り、今に伝わるゆべしづくりが始まりました。三春という地名は、「梅・桃・桜」が一度に咲き、三つの春が同時に来ることから三春と呼ばれるようになったと言われております。また、日本三大桜の一つ、三春滝桜があることで有名です。かんのやの家伝ゆべしは、お米を独自の製法により、独特な風味と食感のおいしさを代々伝え続けています。

※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.yubeshi.co.jp

ままだおる

(株式会社三万石)

ずっと変わらないやさしい味わいの『ままだおる』。バターを使った生地でミルク味のあんを包み込んだ焼き菓子です。三万石の代表銘菓としておなじみです。



脂質5g以内の
目安量
1個

【栄養成分表示】1個(標準38g) 当たり	
エネルギー	122 kcal
たんぱく質	2.1 g
脂質	3.3 g
炭水化物	21.1 g
食塩相当量	0.04 g

※この表示値は、目安です。

内容量：10個入

原材料名：白生餡(国内製造)、砂糖、小麦粉、バター、加糖れん乳、乳等を主要原料とする食品、液全卵、液卵黄、水飴、ぶどう糖、寒梅粉／膨張剤、乳化剤、香料、糊料(CMC)、着色料(ビタミンB₂)、(一部に小麦・卵・乳成分・大豆を含む)

※本商品は動物性脂肪、牛乳(乳成分)、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)

小麦・卵・乳成分・大豆



★お土産のトリビア

『ままだおる』はスペイン語で「お乳を飲む子」というイメージで付けられています。1967年(昭和42年)の発売以来、50年以上親しまれているベストセラー商品です。

※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.sanmangoku.co.jp/

