

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（兵庫県）」では、兵庫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。

兵庫県のお土産を見て、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。

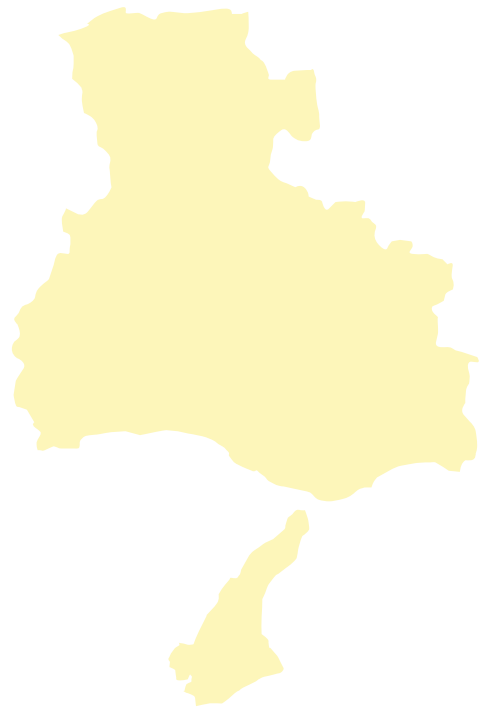
難病情報センター、潰瘍性大腸炎, <https://www.nanbyou.or.jp/entry/62>
難病情報センター、クローン病, <https://www.nanbyou.or.jp/entry/81>

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

兵庫県のお土産

兵庫県は、黒川ダム、加西市北条鉄道、岩上神社など美しい景観を持ちます。ご当地グルメとしては、戦前に兵庫県で開発され、現在も高い評価を得ている酒米「山田錦」、黒毛和牛のルーツとも言われ鎌倉時代の書物にも登場する「但馬牛」、もちもちとした食感や極上の甘みと旨みで黒豆の最高品種と名高い「丹波黒」のほか、「明石鯛」、淡路島の「べっぴんハモ」、香住漁港の「香住ガニ」など世界的に見ても高いレベルの食材、食文化を味わうことができます。

*出典：【公式】兵庫県観光サイト HYOGO!ナビ | 知っておきたい観光情報が盛りだくさん!
<https://www.hyogo-tourism.jp/>



兵庫県のIBD患者さんの数

潰瘍性大腸炎 … 6,597人



クローン病 …… 2,434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)

有馬の炭酸泉せんべい

(株式会社有馬せんべい本舗)

有馬温泉に昔から伝わる伝統的なお菓子です。昔ながらの手法で職人が1枚1枚焼いています。口に入れた時にほんのり甘くパリッとした食感が特徴です。素朴な味なので誰も食べたことがあると言う懐かしい味です。老若男女問わず喜ばれます。



脂質5g以内の
目安量
10枚

栄養成分 1枚(標準5g)当たり

エネルギー	19.5 kcal
たんぱく質	0.18 g
脂質	0.01 g
炭水化物	4.66 g
食塩相当量	0.05 g

内容量：20枚入り(2枚×10パック)

原材料名：小麦粉(国内製造)、砂糖、澱粉、塩、炭酸泉／重曹、(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。

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



★ お土産のトリビア

有馬温泉の炭酸泉を使用して作っているせんべいなので炭酸せんべいという名になりました。

淡路島たまねぎスープ

(ユーアールエー株式会社)

温暖な気候と風土で育った「甘い・やわらかい・みずみずしい」と全国的に有名な淡路島産たまねぎの甘味を、コンソメのしっかりとした味わいが、絶妙に演出し、さらに深みを出しています。淡路島土産の王道商品です。



脂質5g以内の
目安量
5食

栄養成分 1食 (7.8g) 当たり	
エネルギー	26 kcal
たんぱく質	0.5 g
脂質	1.0 g
炭水化物	3.9 g
食塩相当量	2.2 g

内容量：10袋

原材料名：【オニオンスープ】ぶどう糖(国内製造)、食塩、砂糖、オニオンパウダー(玉ねぎ：淡路島産)、顆粒ラード、粉末醤油、チキンエキストラ調味料、ガーリックパウダー、こしょう、たん白加水分解物／調味料(アミノ酸等)、香料、(一部に小麦・乳成分・大豆・豚肉・鶏肉を含む)

【フライドオニオン】玉ねぎ(淡路島産)、なたね油、小麦粉、(一部に小麦を含む)

※本商品は動物性脂肪、n-6系油脂、牛乳(乳成分)、香辛料などの刺激物、シーズニング、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

【オニオンスープ】

原材料の一部に小麦・乳成分・大豆・豚肉・鶏肉を含む

【フライドオニオン】

原材料の一部に小麦



★お土産のトリビア

淡路島と言えば玉ねぎ。そんな玉ねぎを使ったお土産をと開発しました。「淡路たまねぎスープ」は累計販売総数は6500万食(2024年11月時点)を誇り、淡路島のお土産の中でも、その知名度の高さは抜群。

※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：http://www.awajishimahighwayoasis.com/

ゴーフル

(株式会社神戸風月堂)

サクサクと香ばしい薄焼きの洋風生地、に、バニラ、ストロベリー風味、チョコレートのクリームをサンドしました。香ばしく焼き上げる軽やかな生地の食感と、口の中で溶ける滑らかなクリームが絶妙に調和し、心地よい余韻が広がります。



脂質5g以内の
目安量
バニラ**3/4枚**か
ストロベリー**1/2枚**か
チョコ**3/4枚**

栄養成分 1枚当たり【バニラ】	
エネルギー	131 kcal
たんぱく質	1.5 g
脂質	6.6 g
炭水化物	16.4 g
食塩相当量	0.063 g
【ストロベリー】	
エネルギー	131 kcal
たんぱく質	1.5 g
脂質	6.7 g
炭水化物	16.3 g
食塩相当量	0.063 g
【チョコレート】	
エネルギー	129 kcal
たんぱく質	1.6 g
脂質	6.3 g
炭水化物	16.5 g
食塩相当量	0.069 g

内容量：ゴーフル12枚(バニラ・ストロベリー風味・チョコレート3枚入×4袋)

原材料名：【バニラ】小麦粉(国内製造)、無脂肪牛乳、砂糖、ショートニング、液卵、脱脂粉乳、バター、コーンスターチ／膨脹剤、香料、乳化剤、酸化防止剤(ビタミンE)、(一部に小麦・卵・乳成分を含む)

【ストロベリー】小麦粉(国内製造)、無脂肪牛乳、砂糖、ショートニング、液卵、脱脂粉乳、バター、コーンスターチ／膨脹剤、コチニール色素、香料、乳化剤、酸化防止剤(ビタミンE)、(一部に小麦・卵・乳成分を含む)

【チョコレート】小麦粉(国内製造)、無脂肪牛乳、砂糖、ショートニング、液卵、脱脂粉乳、カカオマス、バター、コーンスターチ／膨脹剤、香料、乳化剤、酸化防止剤(ビタミンE)、(一部に小麦・卵・乳成分を含む)

※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)、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。

※ショートニングに多く含まれる飽和脂肪酸は、免疫応答を刺激し、腸管の炎症を強化する可能性があります。これは、IBDの病態においては望ましくない影響とされています。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。

※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。

※食物繊維が若干豊富な食品のため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。※カカオに含まれるポリフェノールには一般的には抗炎症作用があるとされていますが、消化管に刺激を与える可能性もあります。一部の患者さんは刺激作用に敏感であり、悪化す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。



★お土産のトリビア

洋行帰りのお客様が持参したフランスの焼菓子を「日本でもつくってみてはどうか」と提案されたのをきっかけに、当時の和洋菓子の技術者が「フランスの焼き菓子をそのまま真似るのではなく、日本人の嗜好に合うように」と、和菓子と洋菓子の長所を存分に生かし、試行錯誤の末、昭和2(1927)年に『ゴーフル』は誕生しました。今では全国の皆様に親しまれ、2027年に誕生100周年を迎えます。

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

※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.kobe-fugetsudo.co.jp/

