

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 (石川県)」では、石川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。

石川県のお土産を見て、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

石川県の土産

石川県には、金沢・加賀・能登・白山をはじめ、多くの観光地があります。「加能ガニ」、「甘エビ」、「ノドグロ」、「岩ガキ」、「ふぐ」など、鮮度抜群の日本海で獲れる海の幸、能登のブランド和牛「能登牛」や「輪島ふぐ」、「門前そば」から、伝統が感じられる加賀の食文化まで、極上グルメを味わえます。さらに「金沢カレー」、「ハントライス」、「金沢おでん」、「宝達志水オムライス」、「小松うどん」、「白山百膳」などユニークなご当地グルメも人気です。

*出典：【公式】石川県の観光/旅行サイト「ほっと石川旅ねっと」
<https://www.hot-ishikawa.jp/index.html>



石川県のIBD患者さんの数

潰瘍性大腸炎 … 1,122人 
クローン病 …… 498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)

烏骨鶏かすていら 2号

(株式会社烏骨鶏)

直営農場で育てた烏骨鶏の卵をふんだんに使用し、職人が1本1本丁寧に焼いております。箱を開けた瞬間に上品な香りが広がります。濃厚でしっとりとした食感が特徴です。また卵のお味を引き立たせるため、お砂糖は控えめにしてお作りしております。



脂質5g以内の
目安量
1/6本

100g当たり	
エネルギー:	372 kcal
たんぱく質:	6.6 g
脂質:	15.1 g
炭水化物:	52.3 g
食塩相当量:	0.10 g

内容量：1本(2号)

原材料名：烏骨鶏卵(石川県産)、砂糖、小麦粉、植物油(大豆を含む)、水飴、蜂蜜

※本商品は動物性脂肪、n-6系油脂、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

卵、小麦

きんつば

(株式会社中田屋)

ふっくらと水を含ませた北海道産大納言小豆に寒天と砂糖を加えて作られた餡をじっくりと煮あげ、専用の型に流し固め、四角く切り分けてから薄衣をつけ焼き上げて、一つ一つ丁寧に仕上げています。



脂質5g以内の
目安量
1/2個

栄養成分 1個当たり	
エネルギー	141 kcal
たんぱく質	2.9 g
脂質	0.3 g
炭水化物	31.7 g
食塩相当量 (推定値)	0.15 g

内容量：1個

原材料名：砂糖(国内製造)、小豆、小麦粉、寒天、塩、(一部に小麦を含む)

※不溶性食物繊維を豊富に含む原材料が含まれるため、脂質5g以内よりも少ない量を目安量として記載しています。

※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



★お土産のトリビア

「きんつば」の名前の由来は所説ありますが、元々京都で考案されたお菓子「銀鏝」が、江戸に伝わった際に銀より金のほうが縁起がよいとのことで「金鏝」になったとの説が一般的で、日本全国で作られている和菓子です。

※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にてご確認いただけます。 公式HP： <https://www.kintuba.co.jp>

じろあめ

(株式会社俵屋)

砂糖で作るのではなく、米と大麦のみを使用し昔ながらの製法で作る自然の甘味の飴。人口甘味料や合成保存料を使用していませんので、小さなお子様にも安心して食べていただけます。そのまま食べる以外に料理の隠し味や製菓原料としてもお使いいただけます。



脂質5g以内の
目安量
1/6壺

栄養成分(100g)当たり	
エネルギー	339 kcal
たんぱく質	0.7 g
脂質	0 g
炭水化物	84.1 g
食塩相当量	0 g

内容量：300g

原材料名：米(国産)、大麦

※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

なし



★お土産のトリビア

商品名の「じろ飴」のじろとは加賀地方の古い方言で、やわらかいを意味する「じろい」、「じるい」がその名の由来になっています。

※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にてご確認いただけます。 公式HP： <http://www.ame-tawaraya.co.jp/>

