

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（宮城県）」では、宮城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。

宮城県のお土産を見て、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

宮城県のお土産

宮城県には仙台・松島・蔵王・鳴子・石巻・気仙沼などの観光名所が多くあります。多くのグルメがあり、広く知られる「牛たん」や「ずんだ」だけではなく、辛味噌ラーメンをはじめとした「ラーメン」、秋に川を遡るサケを活かした郷土料理「はらこめし」、鳴子温泉の名物である「栗だんご」、塩竈前の「寿司」、中華料理店のまかないから生まれた「マーボー焼きそば」まで、宮城でしか味わうことができない味覚が盛りだくさんです。

*出典：仙台宮城の観光・旅行情報サイト 宮城まるごと探訪
<https://www.miyagi-kankou.or.jp/>



宮城県のIBD患者さんの数

潰瘍性大腸炎 … 2,724人



クローン病 …… 1,076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)

喜久福 抹茶生クリーム大福

(お茶の井ヶ田株式会社)

宮城産のもち米「みやこがね」を使った、なめらかな柔らかいお餅で、こだわりの“餡”と“抹茶生クリーム”を包んだ絶品生クリーム大福。お茶の井ヶ田人気ナンバー 1のお菓子です。



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	1.8 g
脂質	1.8 g
炭水化物	18.3 g
食塩相当量	0.08 g

内容量：1個

原材料名：こしあん(国内製造)、餅米、乳等を主要原料とする食品、砂糖、クリーム、澱粉、抹茶、食塩、乳酸菌生成エキス／甘味料(トレハロース)、加工澱粉、乳化剤、pH調整剤、酵素、クロレアエキス、炭酸Ca、酒精、調味料(アミノ酸)、増粘多糖類、(一部に乳成分・大豆を含む)

※店舗に並ぶ商品とは異なる場合がございます。
必ず、お手元の商品パッケージにて原材料名・栄養成分表示のご確認をお願い致します。

※要冷凍商品。解凍後冷蔵で48時間以内にお召し上がりください。

※本商品は動物性脂肪、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。

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)
乳成分・大豆



お土産のトリビア



「喜」び「久」しく「福」来たる、という意味も込められている為とても縁起の良いお菓子です。
食べる際は、半解凍位がオススメの食べごろです。

白松がモナカ 小型10個入胡麻

(株式会社白松がモナカ本舗)

きめ細かく香ばしいモナカの皮と、コクのある甘さの餡が自慢の白松がモナカ。その秘訣は代々受け継がれた職人の技と安心で確かな素材です。



脂質5g以内の
目安量
1個

栄養成分 1個 (35g) 当たり	
エネルギー	112 kcal
たんぱく質	2.1 g
脂質	1.4 g
炭水化物	22.9 g
食塩相当量	0.02 g

内容量：10個

原材料名：砂糖(国内製造)、金時豆、黒胡麻、もち米、天草、食塩

※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)
ごま

※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://monaka.jp/>

ずんだ餅

(お茶の井ヶ田株式会社)

枝豆の香り豊かな逸品。
ずんだのつぶつぶ食感とお餅の相性をぜひお試し下さい。



脂質5g以内の
目安量
4玉

栄養成分100g当たり	
エネルギー	208 kcal
たんぱく質	5.6 g
脂質	1.6 g
炭水化物	42.7 g
食塩相当量	0.3 g

内容量：10玉入

原材料名：餅粉(国内製造)、枝豆(遺伝子組み換えでない)、砂糖、食塩／酵素、(一部に小麦・大豆を含む)

※店舗に並ぶ商品とは異なる場合がございます。必ず、お手元の商品パッケージにて原材料名・栄養成分表示のご確認をお願い致します。

※要冷凍商品。解凍後冷蔵で48時間以内にお召し上がりください。

※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・大豆



★お土産のトリビア

宮城の郷土料理「ずんだ餅」。「豆を打つ」の「豆打(づだ)」や、伊達政宗が陣太刀(じんだち)の柄で豆を潰したとの伝説からきた「陣太(じんだ)」がなまって「ずんだ」になったなど、様々な説があるようです。

※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://kikusui.jp/>

