

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（富山県）」では、富山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。

富山県のお土産を見て、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。

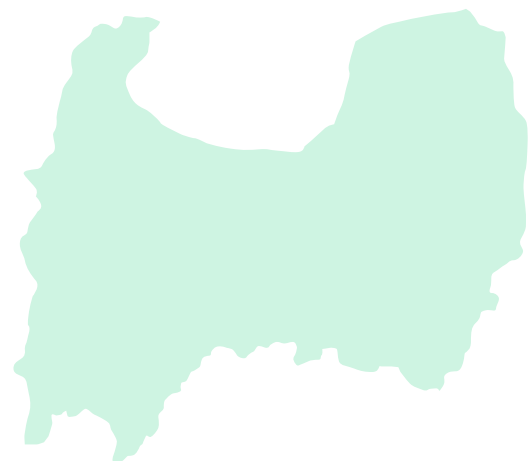
難病情報センター、潰瘍性大腸炎, <https://www.nanbyou.or.jp/entry/62>
難病情報センター、クローン病, <https://www.nanbyou.or.jp/entry/81>

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

富山県のお土産

富山県は雄大な自然がつくり出す絶景が大きな魅力です。富山湾は水深1,200mもある深い湾で、そこに立山連峰から雪解け水が注ぎ込まれることで、ミネラル豊富な海に多く魚が生息しています。富山を代表する郷土料理の「ます寿し」をはじめ、旬の地魚を用いた「富山湾鮎」、富山湾の宝石とも呼ばれる「シロエビ」や「ホタルイカ」、冬の味覚の王様「寒ブリ」・冬の味覚の女王「紅ズワイガニ」など海の幸を存分に味わうことができます。また「昆布」は消費量が全国トップクラスで、「昆布おにぎり」、「昆布締め」などのローカルフードも県民に愛されています。「富山ブラックラーメン」や、「氷見のうどん」も人気のご当地グルメです。

*出典：【公式】富山県の観光/旅行サイト「とやま観光ナビ」
<https://www.info-toyama.com/>



富山県のIBD患者さんの数

潰瘍性大腸炎 … 1,127人
クローン病 …… 497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)

厚みのますの寿司

(寿司一・すしいち亭)

富山県のお土産で有名なますの寿司。
寿司職人のこだわりの酢飯と肉厚のますが、とても優しい味わいでますの寿司の概念を変えてくれる美味しさです。



脂質5g以内の
目安量

1/6枚

栄養成分 1枚 (標準400g) 当たり

エネルギー	768 kcal
たんぱく質	31.2 g
脂質	26.8 g
炭水化物	100.4 g
食塩相当量	4.8 g

内容量：1枚

原材料名：米（富山県産）、鰯（ノルウェー産）、生姜、醸造酢、食塩／調味料（アミノ酸等）、（一部に小麦を含む）

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



厚みのますの寿司

厚身とは、一度食べたら忘れられない美味しさの同店人気の「棒ます」の厚みをそのままに、当時他店ではまねできない商品ということで名付けられました。

※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にてご確認ください。

しろえび紀行 2枚×15袋

(日の出屋製菓産業株式会社)

富山湾の宝石「しろえび」を使用
せんべいの主原料・うるち米は富山県産ブランド米「てんたかく」を100%使用。コシヒカリより粒が大きく粘り過ぎず、さっぱりした食感で、せんべいの生地にピッタリです。



脂質5g以内の
目安量

6個包装

栄養成分 1個包装 (2枚) 当たり	
エネルギー	30 kcal
たんぱく質	0.5 g
脂質	0.4 g
炭水化物	6.0 g
食塩相当量	0.05 g

この表示値は目安です。

内容量：2枚×15袋

原材料名：うるち米(富山県産)、植物油、えび、砂糖、食塩、香味油、しろえびパウダー(富山県産)、魚介エキスパウダー(小麦・さば・大豆を含む)、蛋白加水分解物、オリゴ糖／調味料(アミノ酸等)、乳化剤、酸化防止剤(ビタミンE、チャ抽出物)、香料、着色料(カラメル)

※本商品は動物性脂肪またはn-6系油脂または両方、香辛料などの刺激物、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)
えび・小麦・さば・大豆

★お土産のトリビア

立山連峰の雪解け水が流れ込み、栄養豊かで「天然のいけす」の異名を持つ富山湾。そこで獲れるしろえびは透明感のある淡いピンク色で、キラキラと輝く姿にちなんで「富山湾の宝石」と呼ばれています。

※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.sasaraya-kakibei.com/

月世界1本入

(有限会社月世界本舗)

卵、砂糖、寒天を原料とした干菓子。サクッとした歯ごたえのあと、そっととろけるのが特徴です。



脂質5g以内の
目安量

5個

栄養成分 (10g) 当たり	
エネルギー	39.6 kcal
たんぱく質	0.9 g
脂質	0.27 g
炭水化物	8.6 g
食塩相当量	0.01 g

内容量：10g×4個

原材料名：砂糖(国内製造)、卵、寒天

※本商品は動物性脂肪を含みます。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。

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

★お土産のトリビア

暁の空に浮かぶ淡い月影にも似て、月世界と名づけられました。日本茶はもちろんブラックコーヒーにも良く合います。

※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：http://www.tukisekai.co.jp/

