

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、管理栄養士 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（秋田県）」では、秋田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。

秋田県のお土産を見て、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：管理栄養士 宮澤 靖 先生
トリビアイラスト：カメダさん

秋田県のお土産

秋田県は、海、山、川、湖などの自然のなかで楽しめるアクティビティや、文化遺産、温泉、雪まつりなど、多くの魅力に溢れています。秋田の食といえば「きりたんぽ鍋」が有名ですが、それ以外に「稲庭うどん」や「だまこ鍋」、「石焼料理」や「いぶりがっこ」も人気があります。ご当地メニューでは「横手やきそば」、「ババヘラ」、「バター餅」も有名です。代表的な食材としては、“日本三大美味鶏”のひとつ「比内地鶏」、「あきたこまち」などのお米、「じゅんさい」、「秋田牛」、「ハタハタ」が挙げられます。

*出典：秋田県公式観光サイト [アキタファン]
<https://akita-fun.jp/>



秋田県のIBD患者さんの数

潰瘍性大腸炎 … 1,499人
クローン病 …… 385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)

いぶりがっこ

(株式会社雄勝野きむらや)

真白な大根を細紐で編み、天井に吊り下げ、ナラや桜等の広葉樹でいぶし、米ぬか、塩、砂糖を主体に漬け込みました。囲炉裏火の昔に想いをはせる、素朴な風味の沢庵です。自然の風味にこだわり、保存料、調味料(アミノ酸等)、酸味料、着色料は使用していません。



脂質5g以内の
目安量
1/4本

栄養成分 100g当たり	
エネルギー	99 kcal
たんぱく質	1.7 g
脂質	0.1 g
炭水化物	22.9 g
食塩相当量	3.8 g

内容量：1本入り 260g

原材料名：だいこん、漬け原材料(砂糖、食塩、米ぬか、還元水飴、醸造酢)

※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)
なし

金のバターもち

(株式会社川口屋)

金のバターもちは、焼いたりせずに食べられる柔らかいお餅です。ほんのりと甘く、濃厚なバター味が人気の秘密。少し温めてもgood。JR東日本おみやげグランプリ2019「特別賞」受賞。



脂質5g以内の
目安量

1個

栄養成分 (100g当たり)	
エネルギー	348 kcal
たんぱく質	11.1 g
脂質	17.4 g
炭水化物	36.6 g
食塩相当量 (推定値)	0.1 g

内容量：4個

原材料名：もち米(秋田県産)、砂糖、バター、卵黄、澱粉／グリシン、酵素、乳化剤、(一部に乳成分・卵・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

乳成分・卵・大豆



★お土産のトリビア

バター餅は、マタギの保存食として作られ始めたと言われています。

※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://kawaguchi-ya.jp/>

パンプキンパイ5個入

(大潟村農業協同組合)

肥沃な大地で知られる秋田県大潟村特産のかぼちゃ「くり大将」を100%使用した餡をバターたっぷりの生地でひとつひとつ丁寧に手包みし焼き上げた優しい甘さの真心パイです。



脂質5g以内の
目安量

3/4個

栄養成分 1個当たり	
エネルギー	125 kcal
たんぱく質	1.8 g
脂質	6.0 g
炭水化物	16.0 g
食塩相当量	0.1 g

内容量：5個入

原材料名：カボチャ(秋田県大潟村産)、バター、小麦粉、白あん(いんげん豆)、砂糖、生クリーム(乳成分を含む)、鶏卵／香料

※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



★お土産のトリビア

大潟村のかぼちゃを使用したお菓子を作りたいと村内外の関係機関と試作研究を重ね、平成元年に誕生した商品です。30年以上経った現在も多くの方に親しんでいただいている商品です。

秋田県大潟村産のかぼちゃ「くり大将」のみを使用し、マーガリンやショートニングなどの加工油脂は使用せず国産バターにこだわり、できる限り安心安全な原材料の使用を心がけております。

※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.ja-ogata.or.jp/>

