

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（福井県）」では、福井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。

福井県のお土産を見て、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

福井県のお土産

福井県は、恐竜や福井ゆかりの幕末偉人、温泉など、さまざまな魅力に溢れています。また、冬の味覚「越前がに」、「蕎麦」などご当地グルメ、伝統的な銘菓まで豊かな食文化を誇ります。大根おろしをのせて食べる「越前おろしそば」や、永平寺の「ごま豆腐」など仏教色の強い郷土食も魅力の一つです。個性豊かなご当地グルメとしては定番の「ソースかつ丼」をはじめ、「ひね鳥（親鳥）の焼鳥」や、「醤油カツ丼」、「ボルガライス」、「敦賀ラーメン」などが人気です。また「水ようかん」は冬にこたつで食べるのが福井の冬の風物詩です。

*出典：【公式】福井県 観光/旅行サイト | ふくいドットコム
<https://www.fuku-e.com/index.html>

福井県のIBD患者さんの数

潰瘍性大腸炎 …… 770人

クローン病 …… 274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)

久保田の水羊かん

(久保田製菓有限公司)

沖縄県、波照間島の黒糖を使用し、あっさりした甘さとツルっとした喉ごしが特徴の冬季限定、福井名物の水羊かんです。

※販売期間：11月～3月末までの冬季限定



脂質5g以内の
目安量

1/4箱

100gあたり	
エネルギー	144 kcal
たんぱく質	2.1 g
脂質	0.2 g
炭水化物	33.4 g
食塩相当量	0.1 g
※推定値	

内容量：250g

原材料名：砂糖（グラニュー糖、粗糖、黒糖）
（国内製造）、こし餡、寒天、食塩

※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として記載しています。

※本商品はでんぷん由来/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したことがある方は、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

福井では水羊かんを冬に食べる食文化があり、夏には注文があっても製造はしていません。保存料を使用せず、日持ちしにくい点が、雪国福井の気候にあっていない点が冬に食べるようになった由来と言われています。

羽二重餅

(株式会社甘泉堂)

創業明治43年主な原料は「米・砂糖・水飴」のみという非常にシンプルなのに素材の良しあしと職人の腕が問われる福井銘菓です。今でも福井県産米100%を貫き、熟練の職人が2時間以上かけ練り上げていきます。



脂質5g以内の
目安量
2個

栄養成分 1個 (25g) 当たり	
エネルギー	77.8 kcal
たんぱく質	0.3 g
脂質	0.1 g
炭水化物	18.9 g
食塩相当量 (推定値)	0.005 g

内容量：4包入

原材料名：砂糖(国内製造)、餅米、(福井県産)、水飴、でんぷん/甘味料(トレハロース)、乳化剤、酵素(一部に乳成分・大豆を含む)

※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



然りのない2本の経糸と1本の緯糸で織られる絹織物「羽二重」にちなんで生まれた福井銘菓です。

※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://www.kansendo.com/>

若狭小浜小鯛笹漬け・ すゞめ小鯛(小鯛の笹漬け)

(株式会社津田孫兵衛)

国産のミネラル分の多い塩と更に無農薬米から静置発酵で造られる米酢、糯米のみで長期熟成させた熟成味醂を使い、白板昆布を挟んで杉の小樽に詰めて熟成させてあります。お刺身として、椀物の種として、寿司の上身としてなどいろいろな使い方ができる伝統的な手の込んだ品



脂質5g以内の
目安量
1個

栄養成分表示 (100g当たり) 推定値	
エネルギー	108 kcal
たんぱく質	19.8 g
脂質	2.7 g
炭水化物	1.0 g
食塩相当量	2.8 g

内容量：180g

原材料名：レンコダイ(日本海沿岸)・昆布・醸造酢・味醂・砂糖・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)
なし



すゞめ小鯛の名前は小さな連小鯛を使う笹漬けの中でも特に小さな連小鯛を選び、すゞめ笹漬けにして杉の小樽に詰め込んだもので小さなかawaii品として名づけられました。

※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または公式HPにてご確認ください。 公式HP： <http://www.kagimago.co.jp>

