

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、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（岐阜県）」では、岐阜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。

岐阜県のお土産を見て、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

岐阜県のお土産

岐阜県では飛騨高山の古い町並をはじめ、下呂温泉、世界遺産でもある白川郷や、SNSで話題のモネの池や鶺鴒など、豊かな自然や歴史・文化を楽しめます。全国に誇るブランド牛の「飛騨牛」はもちろん、清流で育まれた「鮎」、「高山ラーメン」や「五平餅」、「漬物ステーキ」、「朴葉味噌焼き」、「みだらし団子」、「鶏ちゃん」などの自慢のご当地グルメ、「栗きんとん」や、夏季限定の「水まんじゅう」、「鮎菓子」、「富有柿」など伝統的な銘菓まで多彩な味覚が揃っています。

*出典：岐阜県観光公式サイト「岐阜の旅ガイド」
<https://www.kankou-gifu.jp/index.html>

岐阜県のIBD患者さんの数

潰瘍性大腸炎 … 2,257人



クローン病 …… 729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)

五平餅

(古屋産業株式会社)

中山道は木曽路の郷土の味覚。岐阜県産うるち米のみを使用した生地と、くるみ・ごま・落花生を使用したくるみたれは焼くほどに香ばしい味と香りが広がり郷愁をそそる昔懐かしい一品です。



脂質5g以内の
目安量

3/4本

栄養成分表(120g当たり)

エネルギー	214 kcal
水分	67.6 g
たんぱく質	4.7 g
脂質	2.3 g
灰分	1.3 g
炭水化物	44.1 g
糖質	43.1 g
ナトリウム	418 mg
食物繊維	1.0 g
食塩相当量	1.06 g

内容量：1本(120g)

原材料名：

五平餅：うるち米(国内産)

たれ：砂糖(国内製造)、しょうゆ、ごま、落花生、米発酵調味料、米みそ、くるみ、豆みそ、食塩、醸造酢、(一部に小麦・落花生・くるみ・ごま・大豆を含む)

※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。

※くるみ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

小麦・落花生・くるみ・ごま・大豆

★お土産のトリビア

五平餅の名前の由来の有力説はふたつあり、ひとつは「樵の五平さん」が山で温かいものを食べようと思いついたから、という説。もうひとつは、形が神事に用いる「御幣」に似ているために「御幣餅」と呼ばれるようになったという説です。しかし、五平餅の起源は古く、多くの時を遡ることとなり定かな定説はありません。

水まんじゅう

(株式会社金蝶園総本家)

大垣の名水から生まれた水まんじゅう。
つるんとした食感で、あっさりとした餡が特徴です。
葛粉とわらび粉の食感と大切にし、出来立てのおいしさを
ご用意しております。

※販売期間：3月下旬～10月上旬(駅前本店)



脂質5g以内の
目安量

3個

・栄養成分情報(1個あたり) (こし餡)	
エネルギー	54 kcal
たんぱく質	0.5 g
脂質	0.1 g
炭水化物	13.0 g
食塩相当量	0.0 g
(抹茶餡)	
エネルギー	51 kcal
たんぱく質	0.4 g
脂質	0.0 g
炭水化物	12.5 g
食塩相当量	0.0 g

内容量：4個(こし餡2個・抹茶餡2個)

原材料名：

(こし餡) 砂糖(国内製造)、葛粉、小豆、蕨粉、甘藷澱粉／トレハロース、加工澱粉

(抹茶餡) 砂糖(国内製造)、葛粉、白餡、蕨粉、甘藷澱粉、水飴、抹茶／トレハロース、加工澱粉、着色料(クロレラ粉末)

※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

なし

★ お土産のトリビア

店頭では、冷たい地下水が入った水槽の中に、おちょこに入った水まんじゅうが浮かべられています。

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

