

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(広島県)」では、広島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。

広島県のお土産を見て、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

広島県のお土産

広島県には、厳島神社と原爆ドームという2つの世界遺産をはじめ、多く観光スポットがあります。薄く伸ばした生地につぶりの具材を乗せ、麺を入れるスタイルの「広島お好み焼き」や、地域ごとに焼き方・具材の異なる「ご当地お好み焼」は、広島県の定番料理です。また、全国一の生産量を誇る広島県の「牡蠣」は、どんな食べ方でも絶品。宮島の「あなご飯」や、B級グルメの「汁なし担担麺」、酒都・西条の「日本酒」や「酒粕」を使ったスイーツなども人気です。

*出典：【公式】広島県の観光・旅行情報サイト Dive! Hiroshima
<https://dive-hiroshima.com/>



広島県のIBD患者さんの数

潰瘍性大腸炎 … 3,190人



クローン病 …… 1,222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)

因島のはっさくゼリー

(尾道市農業協同組合)

爽やかな甘みとほのかな苦みが特徴の因島産はっさくがたっぷり入ったゼリーです。まろやかなゼリーと、はっさくのジュシーでパリッとした食感の味わいは格別です。



脂質5g以内の
目安量
1個

栄養成分表示 1個 (78g) 当たり	
エネルギー	59 kcal
たんぱく質	0.2 g
脂質	0.1 g
炭水化物	14.4 g
食塩相当量 (推定値)	0.1 g

内容量：78g

原材料名：はっさく(国産)、砂糖・ぶどう糖
果糖液糖、リキュール／ゲル化剤(増粘多糖類)、酸味料、pH調整剤、酸化防止剤(V. C)、環状オリゴ糖、香料

※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

無し

※この製品はリキュール(アルコール)を使用しています。



お土産のトリビア

はっさく
八朔は、瀬戸内海のほぼ中央に位置する尾道市因島で1860年頃に発見されました。実際の食べ頃は2月～3月ですが、旧暦の8月1日(八月朔日)から食べられるとして「八朔」と名付けられたそうです。

くりーむパン カスタード

(株式会社八天堂)

冷やして食べる、スイーツのようなとろけるくちどけの「くりーむパン」。しっとりふんわり柔らかなパン生地、生クリームを合わせたくちどけの良いクリーム入り。素材本来の味わいをお楽しみいただけます。



脂質5g以内の
目安量

1/3個

栄養成分表示(1個当たり)	
エネルギー	218 kcal
たんぱく質	4.6 g
脂質	12.1 g
炭水化物	22.9 g
食塩相当量	0.2 g

内容量：1個

原材料名：牛乳(国内製造)、小麦粉、生クリーム、卵、砂糖、マーガリン、はちみつ、酵母、食塩、脱脂粉乳、ホエイパウダー、小麦グルテン、植物油／トレハロース、グリシン、乳化剤、酵素、(一部に小麦・卵・乳成分・大豆を含む)

※オンラインショップや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。

※本商品は動物性脂肪、n-6系油脂、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)

小麦・卵・乳成分・大豆

落花生、バナナ、オレンジ、りんご、ごま、もも、さけ、いか、豚肉、鶏肉、牛肉、カシューナッツ、ゼラチン、アーモンドを使用した設備で製造しております。
・はちみつを使用しているため、1歳未満の乳児には食べさせないでください。



★お土産のトリビア

冷やしてもパンが固くならない秘密は、スポンジケーキからヒントを得たレシピにあります。クリームの水分が生地に移行してしっとりとした食感に。

※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://hattendo.jp/

もみじ饅頭(こしあん)

(株式会社にしき堂)

広島県の県花・県木のもみじを形どった、広島県の代表銘菓です。北海道産の厳選した小豆と、良質な水を使ったこしあんを、ふっくら焼き上げたカステラ生地で包みました。

甘みを抑えあっさりとした素朴な味わいは、「ザ・広島ブランド」として認定されています。



脂質5g以内の
目安量

1個

1個当たり	
エネルギー	105 kcal
たんぱく質	2.2 g
脂質	2.1 g
炭水化物	19.2 g
食塩相当量(推定値)	0.01 g

内容量：1個

原材料名：小豆餡(砂糖、小豆(北海道)、水飴)(広島県製造)、殺菌液卵、小麦粉、砂糖、植物油、水飴、乳酸発酵卵白、麦芽糖／トレハロース、乳化剤、膨張剤、(一部に卵・小麦・大豆を含む)

※本商品は動物性脂肪、n-6系油脂、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

原材料に含まれるアレルギー物質(28品目中)

小麦、卵、大豆



★お土産のトリビア

発売当初は《こしあん》のみのラインナップでしたが、現在ではチョコレートやチーズクリームなど多種多様なフレーバーが誕生しています。にしき堂では、糖類50%オフ・8大アレルゲン不使用の「もみじ饅頭Light」という商品も販売しています。

※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.nisikido.co.jp/

