

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(鹿児島県)」では、鹿児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。

鹿児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”的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、クローバン病、<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

鹿児島県のお土産

活火山の桜島で有名な鹿児島県は、3つの世界遺産を有し、温泉・サイクリング・クルージングなどを満喫できます。グルメでは、和牛日本一にもなった「鹿児島黒牛」をはじめ、豊かな自然で育ちブランド化された「黒豚」・「地鶏」の肉料理だけでなく、日本トップクラスの養殖量を誇る「うなぎ」や「カンパチ」、「ブリ」や、「キビナゴ」、「カツオ」、「ムラサキウニ」など魚介も豊富です。また、「サツマイモ」や「桜島大根」、「ヤギ肉」など鹿児島ならではの食材を使用した薩摩料理も楽しめます。

*出典：【公式】鹿児島県観光サイト かごしまの旅
<https://www.kagoshima-kankou.com/>

鹿児島県のIBD患者さんの数

潰瘍性大腸炎 … 1,386人
クロhn病 …… 658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?statInfd=000040217273&fileKind=1>) (2025年2月アクセス)

軽羹饅頭 (かるかんまんじゅう)

(合名会社明石屋菓子店)

まるく、愛らしく。自然薯と米粉、砂糖だけを原料にした蒸し菓子はほんのり甘く、しっとりとした口あたりの鹿児島の伝統銘菓・軽羹で、上質な北海道産小豆こし餡を包みました。素朴ながらも「殿様菓子」と呼ばれた気品ある味わいの軽羹に餡を加えるという新たな発想は、親しみやすい甘味の世界をさらに大きく広げました。



脂質5g以内の
目安量
1個

栄養成分1個(標準60g)当たり	
エネルギー	144 kcal
たんぱく質	1.9 g
脂質	0.3 g
炭水化物	33.7 g
食塩相当量	0.0 g

内容量：1個

原材料名：砂糖(国内製造)、米粉(国産)、山芋、小豆

※本商品は不溶性食物繊維を含みます。体质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)
やまいも

お土産のトリビア

軽羹(かるかん)は実はあんこの入っていない棹状の蒸し菓子です。文献によると軽羹がはじめて登場してからおよそ150年のちにあん入りの軽羹饅頭の記録があります。

チーズ入りさつまあげ

(株式会社立石食品)

揚立屋の不動の人気ナンバー1さつまあげチーズ入り。冷たいままでも美味しいですが、レンジやオーブンで温めると中からとろーんチーズがとろけ出して食欲をそそります。



脂質5g以内の
目安量

2枚

栄養成分1枚あたり

エネルギー	60 kcal
たんぱく質	5.6 g
脂質	2.5 g
炭水化物	4.9 g
食塩相当量	0.9 g

内容量：1枚40g

原材料名：魚肉(輸入又は国産)、プロセスチーズ、でん粉、清酒、糖類(粗糖、ぶどう糖)、風味原料、発酵調味料、還元水飴、食塩、酵母エキス、魚醤、揚げ油(なたね油)／乳化剤、安定剤(グーガム)

※本商品は動物性脂肪、n-6系油脂、牛乳(乳成分)、香辛料などの刺激物を含みます。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)

乳成分

※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：<https://www.agetateya.com>

ポンタンアメ

(セイカ食品株式会社)

- ・もちもちとしてやわらかく、かつ弾力のある食感と、お口いっぱいに広がる南国特産果実「文旦」の爽やかな風味。
- ・一粒一粒がオブラーで包装してありますので、そのままお召し上がりになれます。



脂質5g以内の
目安量

13粒

栄養成分表示／
14粒(標準63g)当たり

エネルギー：	215 kcal
たんぱく質：	0.7 g
脂質：	0 g
炭水化物：	52.9 g
食塩相当量：	0 g

内容量：14粒

原材料名：水飴(国内製造)、砂糖、麦芽糖、もち米、オブラー、ポンタン果汁、濃縮温州みかん果汁、でん粉／香料、アナル色素、乳化剤(大豆由来)

※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)

大豆

※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：<https://www.seikafoods.jp/>



2025年に発売開始100周年を迎えます。パッケージのデザイン・味は当時からほとんど変更有りません。

