

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(宮崎県)」では、宮崎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。

宮崎県のお土産を見て、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

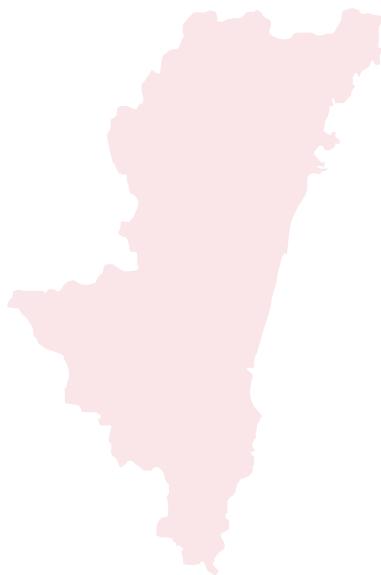
監修:管理栄養士 宮澤 靖 先生

トリビアイラスト:カメダさん

宮崎県のお土産

明るくあたたかい気候が特徴の宮崎県は、神がはじめて地上に降り立った場所として古事記に記されており、高千穂をはじめ神話に関連するスポットが随所にあります。また、豊かな自然環境に恵まれた宮崎は、国内外で評価の高い「宮崎牛」などのブランド肉、「伊勢海老」、「牡蠣」などの新鮮な魚、「完熟マンゴー」や「日向夏」といった南国フルーツなど、食材の宝庫です。「地鶏炭火焼き」、「チキン南蛮」のほか、進化しているご当地麺も人気です。

*出典：宮崎県公式観光サイト「みやざき観光ナビ」
<https://www.kanko-miyazaki.jp/>



宮崎県のIBD患者さんの数

潰瘍性大腸炎 …… 869人



クロhn病 …… 433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)

鶏のささみくんせい うす塩味 L4

(雲海物産株式会社)

宮崎県産の若鶏ささみを100%使用した高タンパク・低脂質のおつまみです。サラダやチャーハン、サンドイッチなど、料理のトッピングとしてもおすすめです。



脂質5g以内の
目安量

4本

栄養成分 1本(標準28.0g)当たり	
エネルギー	41.7 kcal
たんぱく質	9.8 g
脂質	0.2 g
炭水化物	0.2 g
食塩相当量	0.5 g

内容量：1本28g×4本

原材料名：鶏肉(宮崎県産)、食塩

※本商品は動物性脂肪を含みます。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。

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)
鶏肉



畜肉王国「宮崎」の県産若鶏を原料に、燻製一筋40余年の職人が丹念に燻しております。

宮崎マンゴーラングドシャ

(南寿製菓株式会社)

南国宮崎の太陽の光をいっぱいに浴びて育ったマンゴー、そのみずみずしい甘みをさっくりとした軽い口当たりのクッキーにチョコレートを挟んでつくった美味しい贈り物です。



脂質5g以内の
目安量

1枚

栄養成分 1枚(約10.5g)当たり

エネルギー	56 kcal
たんぱく質	0.6 g
脂質	3.1 g
炭水化物	6.2 g
食塩相当量 (推定値)	0.04 g

内容量：10枚入

原材料名：チョコレート(国内製造)(砂糖、ココアパウダー、全粉乳、植物油脂、乳糖、マンゴー粉末)、小麦粉、砂糖、マーガリン、卵白、乳等を主要原料とする食品、脱脂粉乳、油脂加工食品、マンゴージャム(マンゴー、砂糖) /乳化剤、膨張剤、香料、ソルビット、酸味料、カラチノイド色素、(一部に小麦・卵・乳成分・大豆を含む)

※本商品は動物性脂肪、n-6系油脂、牛乳(乳成分)、糖アルコール、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。

※食物繊維が若干豊富な食品のため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。



お土産のトリビア

<宮崎マンゴーラングドシャのこだわり>ひとつひとつ手作業で種を取り除いた宮崎県産マンゴーをミキサーにかけ、そのあと丁寧に裏ごしし濃厚なピューレにします。これを煮詰め、さらに濃厚なジャムにしたものを生地に練り込みました。チョコレートには宮崎県産マンゴーのパウダーを練り込んでいます。

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

※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://minamikotobuki.co.jp/>

