

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（鳥取県）」では、鳥取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。

鳥取県のお土産を見て、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。

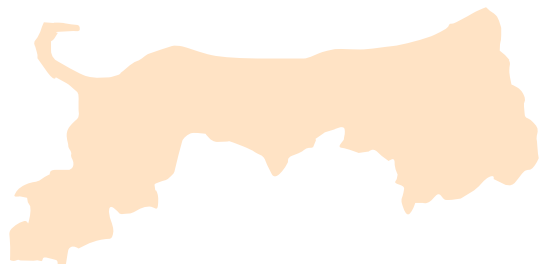
最後に、本図鑑が皆さまのお役に立つことを心より願っています。

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

鳥取県のお土産

鳥取砂丘で有名な鳥取県では、冬の味覚「松葉ガニ」で知られます。砂丘ではキャメルライドやパラグライダーなどのアクティビティが楽しめ、夜には美しい星空観察も。他にも、境港市の水木しげるロードでは妖怪たちの像が並び世界観を楽しむことができます。また、三朝温泉や皆生温泉などの伝統的な温泉を堪能することができます。地元グルメでは、「とうふちくわ」や「ホルそば」といった独特な郷土料理が楽しめます。



*出典：とっとり旅【公式】鳥取県観光旅行情報サイト <https://www.tottori-guide.jp/>
とりネット／鳥取県公式サイト <https://www.pref.tottori.lg.jp/>

鳥取県のIBD患者さんの数

潰瘍性大腸炎 …… 609人
クローン病 …… 192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)

因幡の白うさぎ

(寿製菓株式会社)

上品な甘さの黄身餡を、地元大山バターの風味豊かな生地で包んだおまんじゅうです。神話『因幡の白兔』から生まれたかわいいうさぎ型の山陰名物です。お土産に配りやすい個包装になっています。家族団らんに、大切な先様とのお縁をつなぐ贈りものに、ぜひお役立てください。



脂質5g以内の
目安量
1個

栄養成分表示(1個当たり)	
エネルギー	122 kcal
たんぱく質	2.5 g
脂質	2.2 g
炭水化物	23.2 g
食塩相当量	0.04 g

内容量：8個入

原材料名：生餡(国内製造)、砂糖、小麦粉、水飴、鶏卵、マルトース、加糖練乳、バター、全粉乳、ぶどう糖果糖液糖、脱脂粉乳/トレハロース、膨張剤、香料、野菜色素、(一部に小麦・卵・乳成分を含む)

※本商品は動物性脂肪、牛乳(乳成分)、人工甘味料、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

小麦・卵・乳成分



日本では“うさぎ”は縁起の良い動物として古来より親しまれてきました。出雲神話「因幡の白うさぎ」は大国主命と八上姫の「縁」を結ぶという大きな役目を果たしています。この日本最古といえる縁結び物語から、名菓「因幡の白うさぎ」は山陰から届けられる「福」「縁」のシンボルとして誕生いたしました。チャームポイントである赤い目は、工場見学に来た小学生の「このおまんじゅうに目があったら可愛い」の言葉からつけました。

打吹公園だんご

(株式会社石谷精華堂)

小豆餡・白餡・抹茶餡で餅を包んだ三色の可愛い串だんご。無添加・無着色にこだわり添加物を一切使用していないので、アレルギーをお持ちの方など、なたにも安心してお召し上がりいただけるだんごです。



脂質5g以内の
目安量

3本

栄養成分 100g当たり	
エネルギー	269 kcal
たんぱく質	5.2 g
脂質	0.2 g
炭水化物	61.7 g
食塩相当量	0.1 g

内容量：105g（5本入り）

原材料名：砂糖（国内製造）、白餡、餅米（国産）、小豆餡、水飴、食塩、抹茶、クロレラ

※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。

※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

※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.kouendango.com/

山陰の味 大風呂敷

(宝製菓株式会社)

おかげさまで発売以来50年を越え、皆様に愛され、育てていただきました。50周年を機に「梨蜜」を大きくリニューアルしました。良質の「鳥取県産もち米」を使った柔らかなきな粉餅に「鳥取県特産二十世紀梨のピューレ」を入れた「梨蜜」をかけてお召し上がりください。フルーティーでさっぱりとした後味です。



脂質5g以内の
目安量

1個

栄養成分 (1個当たり)	
エネルギー	139 kcal
たんぱく質	1.3 g
脂質	0.7 g
炭水化物	32.1 g
食塩相当量	0.19 g

内容量：5個

原材料名：＜餅＞水飴（国内製造）、もち粉、砂糖、きな粉（大豆を含む）、味噌、食塩／乳化剤、調味料（アミノ酸等）

＜梨蜜＞水飴（国内製造）、梨ピューレ、ぶどう糖、デキストリン、砂糖、／香料

※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。

この表示地は、目安です。

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）
大豆

本品製造工場では、乳成分を含む製品を製造しています。



★お土産のトリビア★

ここ山陰地方では昔より祝言を初めとして、慶びごとがある時には必ず木綿地に家紋を染め抜いた大風呂敷を用意して祝う習わしがありました。私共は、いま珍重されているこの大風呂敷に因み山陰の「旅の思い出」にと、大切な人への一品として慶び多い「口福」と「幸福」をねがいお届けいたします。

※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://takara-seika.co.jp

