

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（山形県）」では、山形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。

山形県のお土産を見て、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

山形県のお土産

山形県は、新鮮な野菜や魚介、銘柄肉などの食材に恵まれた美食文化が息づいています。「さくらんぼ」の産地として有名で、初夏にはさくらんぼ狩りのために多くの人が訪れます。置賜地方生産のブランド牛「米沢牛」は全国的にも知られています。庄内地方は、山海の幸に恵まれた食材の宝庫で、特に港町の酒田は「酒田フレンチ」として有名で名店が多くあります。スープに氷を浮かべた「冷やしラーメン」は魚介系のダシが中心で麺との相性が抜群。出羽三山の修験道によって育まれた「精進料理」は独特の料理文化です。

*出典：やまがたへの旅 山形県の公式観光・旅行情報サイト
<https://yamagatakanko.com/>

山形県のIBD患者さんの数

潰瘍性大腸炎 … 1,119人

クローン病 …… 332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)

オランダせんべい

(酒田米菓株式会社)

国産のうるち米で作った元祖うす焼きせんべい。
お米本来の美味しさを引き立てる塩味とパリッと軽い歯ごたえが特徴です。
昭和37年の発売以来、年間2億枚生産している同社の看板商品です。
お買い求めしやすい48gの商品です。



脂質5g以内の
目安量

3/4袋

栄養成分表示 (1袋48g当たり)

エネルギー：	201 kcal
たんぱく質：	2.3 g
脂質：	3.6 g
炭水化物：	39.9 g
食塩相当量：	0.76 g

内容量：48g

原材料名：原材料名：うるち米(国産)、植物油、食塩、たん白加水分解物、デキストリン/調味料(アミノ酸等)、(一部に大豆・ゼラチンを含む)

※本商品はn-6系油脂、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

アレルギー：
大豆・ゼラチン

本社製造工場では、小麦・卵・乳成分・えびを含む製品を製造しています。

山形のだし

(株式会社マルハチ)

山形の郷土料理「だし」を商品化しました。きゅうり、茄子、ねぎ、みょうが等、季節折々の旬の新鮮野菜を細かく刻んだサラダ感覚の浅漬です。

ご飯や豆腐、そばやそうめんに乗せたり、納豆に混ぜたりと、いろいろな食べ方でおいしくお召し上がりいただけます。



脂質5g以内の
目安量

1/4個

栄養成分表示 (100g当たり)

エネルギー	25 kcal
たんぱく質	1.6 g
脂質	0.1 g
炭水化物	4.5 g
食塩相当量	2.5 g

内容量：110g

原材料名：胡瓜、茄子、昆布、ねぎ、みょうが、大葉、漬け原材料〔食塩、糖類(砂糖、ぶどう糖)〕／酸味料、香料、調味料(アミノ酸等)、酒精、酸化防止剤(ビタミンC)、増粘多糖類、ビタミンB1、(一部に大豆を含む)

※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

原材料に含まれるアレルギー物質(28品目中)
大豆



「だし」という名前の由来は諸説あります。

- ①お出汁のようにほかの食材を引き立てるから
- ②包丁で野菜を細かく切り“出す”から
- ③野菜を切って味つけただけですぐに食卓に“出す”からなどと言われています。

※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： <https://maruhachi-net.co.jp>

