

5月19日は世界IBDの日（World IBD Day） 炎症性腸疾患（IBD）患者さんと一緒に食べたいメニューを発表 大学生がIBDについて学び、疾患の追体験をもとにメニューを考案

東洋大学（本部：東京都文京区／学長：矢口悦子）の食環境科学部健康栄養学科は、特定疾患（難病）に指定されている炎症性腸疾患（Inflammatory Bowel Disease、以下「IBD」）の患者さんと一緒に楽しめる食事メニューを考案し、世界IBDの日である本日、そのメニューを発表しました。哲学をルーツとする東洋大学は、先入観や偏見に捉われず物事の本質に迫り、自分の問題として考え、他者のために考える姿勢を大切にしており、IBDメニューの考案を通じて誰もが安心して生活できる社会づくりの一助となることを目指しました。

メニューの考案にあたり、健康栄養学科の学生は、本学と武田薬品工業株式会社（本社：大阪府大阪市、代表取締役社長 CEO：クリストフ・ウェバー／以下「武田薬品」）とのIBD公開講座（<https://www.toyo.ac.jp/news/20250228-17082.html>）を受講し、IBDという疾患や、疾患を抱える患者さんの生活課題について理解を深めました。さらに、そのうち5名の学生は武田薬品が開発に携わったIBD体験シミュレーションプログラム「In Their Shoes」*を通じてIBD患者さんの日常生活の追体験をし、心理的な側面まで実感する機会を得ました。また、IBD患者である学生の話聞くことで「自分事」としてメニューを考案しました。



IBD患者さんも楽しめるメニュー「大人のお子様ランチ」



IBD患者さんも楽しめるメニュー試作の様子

IBDは、消化管に慢性的に炎症・潰瘍が生じる疾患の総称で、主に「潰瘍性大腸炎」と「クローン病」を指します。国内の患者数は、潰瘍性大腸炎が約22万人、クローン病が約7万人^{※1}と推定されており、国の特定疾患（難病）に指定されています。発症年齢のピークは10代後半から20代が多い^{※2}疾患ですが、社会的認知度は高くありません。患者さんの多くは、頻回な下痢や血便、腹痛、発熱、さらには慢性疲労に悩まされながら日常生活を送っており、食事とトイレが生活の中での大きな課題となっています。

このような背景を踏まえ、健康栄養学科では 10 名の学生が 2 班に分かれてメニューを考案しました。学生たちが公開講座で学んだことや IBD 体験シミュレーションプログラムを通じて患者さんの日常生活での苦労や社会的な制約を疑似体験して実感したこと、実際に患者さんから話を聞くなどして「IBD 患者さんにも私たちと同じものを食べてほしい」という思いからメニューが考案を進めました。

■メニュー紹介

・大人のお子様ランチ

IBD 患者である学生が大好きだったポテトフライを食べられなくなってしまった話から、食事を楽しんでいただきたいという思いで考案しました。ハンバーグは鶏胸肉、木綿豆腐、オリーブ油を使用することで脂質を抑えました。ポテトフライはオーブンで焼くことで油の使用量を抑えつつ、油で揚げて調理した際の食感に近づくよう工夫しました。味付けをやや濃い目にし、見た目を華やかにすることで、脂質を抑えても物足りなさを感じずに美味しく食べられるようにしました。メニュー全体を見たときに年齢に関係なく惹かれるように、彩りや配置にもこだわりました。



・天丼ケーキ

制限のある中でも特別感を感じられるような食事をコンセプトとしました。脂質の制限があるのでオーブンで焼きました。天ぷらはコーンフレークを砕いて細かい衣と粗い衣を組み合わせ、衣のサクサク感を表現しました。見た目も味も楽しめるよう、白米は天丼のたれで味付けし、ご飯の間にのりをはさんでケーキ風に盛り付けました。脂質が少ないナス、ピーマン、パプリカ、南瓜、たら、えびを使用し、彩りにも気を配りました。消化管への負荷を最小限に抑えることを意識し、お吸い物につけて柔らかくして食べるように工夫しました。



※学生が考案した「IBD 患者さんも楽しめるメニュー」のレシピ等の詳細は、東洋大学公式 Web サイト内 (<https://www.toyo.ac.jp/news/20250519IBD.html>) で公開しています。

■担当教員のコメント

・佐々木 和生（ささき かずお）教授（食環境科学部 学部長）

「炎症性腸疾患に関する公開講座の受講と、シミュレーションプログラムによる患者さんの日常を体験したことで、病気を抱える患者さんの食事の苦労を知った健康栄養学科の学生が、講義や実習で学んだ知識をフル活用し、炎症性腸疾患を抱える皆さんに食事の楽しみを思い出していただけるようなメニューの開発を手がけることになりました。

3ヶ月にわたる試行錯誤を繰り返し、自分達と同世代に多い患者さんと一緒に楽しむことができるようなメニューを、ようやく完成させることができました。」

・塩原 明世（しおはら あきよ）准教授（食環境科学部 健康栄養学科）

「今回のプロジェクトでは、本学科の1～3年生（現2～4年生）10名が参加しました。昨年度の2月末、『世界希少・難治性疾患の日』に実施された公開講座を機に始まった炎症性腸疾患（IBD）の理解への取り組みにより、学生たちは疾患そのものの知識のみならず、患者様の食事内容に関心を持ち、メニュー考案に至りました。様々な食品の理解、調理法や大量調理の学習を深めると同時に、他者との協力の大切さや信頼関係の構築など、普段の講義では学びきれない内容を、アクティブラーニングを通して体得することが出来たと思います。この経験を今後の学生生活にも生かし、他者の為に学ぶことのできる管理栄養士になることを期待しています。」

食環境科学部健康栄養学科のある東洋大学朝霞キャンパスは、「生命（いのち）と食」に関する総合的な教育研究拠点です。今後も、「哲学する姿勢」を基盤に、多彩な学びを通じてこれからの社会の発展に貢献する「食」の真のプロフェッショナルを育成します。

*IBD 体験シミュレーションプログラム「In Their Shoes」について

武田薬品と英国の会社「A Life in a Day」が共同開発した「In Their Shoes」は、IBD患者さんが日常的に経験することを、スマートフォンアプリからの指示に従って体験し、患者さんの気持ちをより適切に理解することを目的としたシミュレーションプログラムです。これまでに世界28か国で実施され、様々なアワードも受賞しています。

プログラムでは、仕事中であっても急にトイレに行くような指示や、食事に制限がかけられる中、食事の選択をするなど様々な経験をします。シミュレーションを通じて、患者さんが日々の症状や病気に対する周囲の理解度にどのように対応しているのか、IBD患者さんの痛みや精神的な辛さの一端を体験することができます。

<https://www.ibdstation.jp/ibd-intheirshoes/about/>

※1：Murakami Y, et al. J Gastroenterol. 54(12): 1070-1077, 2019

※2：難病情報センター <https://www.nanbyou.or.jp/entry/62>, <https://www.nanbyou.or.jp/entry/81>

【学校法人 東洋大学について】

東洋大学は1887年に哲学者・井上円了により「哲学館」として創立され、「諸学の基礎は哲学にあり」「独立自活」「知徳兼全」を建学の精神としています。創立者の志を受け継ぎ、東洋大学の教育理念である「物事の本質に迫って深く考え、考察を重ねること」を基礎とし、科学する力、実践する力を育てることで、地球社会の様々な課題に取り組む力を養うことを目指しています。

現在、白山、赤羽台、川越、朝霞キャンパスに14学部48学科と大学院15研究科を擁する総合大学へと発展しました。

2024年に生命科学部、食環境科学部、理工学部生体医工学科を移転・改組し、朝霞キャンパスは「生命（いのち）と食」に関する総合的な教育研究拠点に生まれ変わりました。

東洋大学 HP: <https://www.toyo.ac.jp/>

【本件に関するお問合せ】

東洋大学総務部広報課 担当：宮下・河部・藤田

MAIL: mlkoho@toyo.jp TEL: 03-3945-7571