|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| 番号 | 見出し／本文 | タイ語 |
| 48 | アレルギーのある人などに配慮してください | กรุณาคำนึงถึงผู้ที่มีอาการแพ้ต่างๆ |
| 食物アレルギーのある人が、小麦や卵などのアレルギーの原因物質を食べると、下痢や吐き気のほか、命を落とす危険もあります。 宗教によって、食べることができない食品（豚肉や牛肉など）がある場合もあります。 これまで食べたことのない食品は、その食品の成分を確認してください。 食事に注意が必要な人は、避難所の担当の人に伝えましょう。 また、ぜんそくのアレルギーのある人は、マスクをしたり、なるべく埃の少ない場所で、休みましょう。  アレルギーや宗教が理由で、食べられないものがある人もいます。食事の量はまだ十分ではないと思いますが、色々な人がいますので、お互いに気づかいましょう。 | ผู้ที่มีอาการแพ้อันเนื่องจากอาหาร เช่น ข้าวสาลี ไข่ไก่ ฯลฯ ทำให้เมื่อรับประทานเข้าไปแล้ว นอกจากจะมีอาการท้องเสียหรืออาเจียน ยังอาจเป็นอันตรายถึงชีวิตได้  มีบางกรณีที่รับประทานอาหารบางอย่างไม่ได้ เนื่องจากศาสนาที่ตนนับถืออยู่ (ตัวอย่างเช่น เนื้อหมู เนื้อวัว)  หากต้องรับประทานอาหารที่ไม่เคยรับประทานมาก่อน ควรตรวจสอบส่วนผสมของอาหาร  สำหรับผู้ที่มีความจำเป็นต้องระวังเกี่ยวกับเรื่องอาหาร กรุณาปรึกษาหรือแจ้งเจ้าหน้าที่ภายในศูนย์อพยพ  นอกจากนั้น ผู้ที่เป็นโรคหืดหอบควรสวมหน้ากากอนามัย และถ้าเป็นไปได้ควรพักอยู่ในสถานที่ที่มีฝุ่นน้อย  บางคนไม่สามารถรับประทานอาหารบางอย่างได้เนื่องจากอาการแพ้และเหตุผลทางศาสนา ถึงแม้ปริมาณอาหารในตอนนี้ยังไม่เพียงพอ  แต่เนื่องจากมีคนอยู่หลายแบบ จึงขอให้ดูแลและเป็นห่วงเป็นใยซึ่งกันและกัน |