|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| 番号 | 見出し／本文 | 英語 |
| 48 | アレルギーのある人などに配慮してください | Showing consideration to people with allergies |
| 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。 | If people with food allergies eat foods that are the cause of the allergy, such as wheat and eggs, they often experience allergic reactions including diarrhea, nausea and even death in the worst case.  Also, some people don’t eat certain foods like pork and beef because of religious reasons or other beliefs.  When you try food you have never eaten before, you should check its ingredients.  If you need to take special precautions with your diet, please inform the staff members at the evacuation shelter about the details.  People with asthma should wear masks and take rest in places that are not dusty.  There are some people who have dietary restrictions due to allergies and religious reasons.  There may not be enough food for all people living in an evacuation shelter; however, please try to understand the eating habits of other people and show consideration to each other. |