|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| 番号 | 見出し／本文 | インドネシア語 |
| 48 | アレルギーのある人などに配慮してください | Mohon perhatian bagi orang yang mempunyai alergi dan semacamnya |
| 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。 | Apabila orang yang mempunyai alergi makanan, makan makanan yang terbuat dari bahan makanan penyebab alergi, seperti tepung terigu, telur, dll, bisa mengakibatkan　selain diare, mual, juga bisa membahayakan nyawa.Ada pula yang karena alasan agama, tidak boleh makan bahan makanan jenis tertentu (seperti daging babi, sapi, dll).Apabila mendapat makanan yang sampai saat ini belum pernah Anda makan, periksalah kandungan bahan makanannya terlebih dahulu.Bagi orang yang perlu memperhatikan bahan makanan, sampaikanlah pada petugas di tempat pengungsian.Selain itu, bagi orang yang mempunyai alergi (penyakit) asma, pakailah masker dan sebisa mungkin beristirahatlah di tempat yang tidak banyak debu.Ada beberapa orang yang karena alasan agama maupun alergi tidak bisa makan makanan jenis tertentu, maka berkenaan dengan hal tersebut, marilah saling memperhatikan satu sama lain, walaupun jumlah makanan masih kurang memadai. |