|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| 番号 | 見出し／本文 | スペイン語 |
| 48 | アレルギーのある人などに配慮してください | TENGA ATENCIONES CON PERSONAS ALÉRGICAS |
| 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。 | Cuando una persona que tiene alergia alimentaria come huevos, trigo u otras sustancias que puedan provocar reacciones adversas, dichos alimentos le pueden causar diarrea y/o vómitos, y, en el peor de los casos corre peligro de perder la vida.  Por otra parte, hay alimentos prohibidos en ciertas religiones (tales como carne de cerdo, carne vacuna, etc.).  Si usted debe tener cuidado con la comida por dichas razones, revise los ingredientes de cada alimento que nunca haya probado antes, y avise al encargado del refugio al respecto.  Asimismo, si tiene alergia asmática, póngase la mascarilla y descanse en un lugar donde haya menos polvo.  Como se ha señalado, hay personas que no pueden comer ciertos alimentos por ser alérgicas o por razones religiosas. Aunque la cantidad de comida es todavía insuficiente para cubrir sus necesidades, teniendo en cuenta la presencia de estas personas, es importante respetarse mutuamente. |