如果出现过敏症状
アレルギー症状が出てしまったら

● 会出现以下过敏症状。
以下のアレルギー症状が表れています。

全身 全身	**无意识** 意識がない	**意识不清** 意識もうろう	**疲惫乏力** ぐったり
	大小便失禁 尿・便の漏れ	**脉搏不明显、不规则** 脈が触れにくい・不規則	**嘴唇、指甲苍白** 唇・爪が青白い
呼吸器官 呼吸器	**声音嘶哑** 声がかすれる	**犬吠样咳嗽** 犬が吠えるような咳	**喉咙、胸部发闷** のど・胸のしめつけ
	咳嗽 咳	**呼吸困难** 息がしにくい	**喘鸣（呼哧呼哧）** ぜん鳴（ゼーゼー・ヒューヒュー）
消化器官 消化器	**腹痛** 腹痛 →	**持续的强烈腹痛** 持続する強い腹痛	
	腹泻 下痢	**恶心、呕吐** 吐き気・おう吐 →	**反复持续呕吐** 繰り返し吐き続ける
皮肤 皮膚	**荨麻疹** じんましん	**发痒** かゆみ	**发红** 赤くなる
面部 顔面	**面部肿胀** 顔面の腫れ	**眼睛发痒、充血** 目のかゆみ・充血	**眼睑肿胀** まぶたの腫れ
	打喷嚏、流鼻涕、鼻塞 くしゃみ・鼻水・鼻づまり	**口中不适** 口の中の違和感	**嘴唇肿胀** 唇の腫れ

● 请进行以下应对。
以下の対応をお願いします。

请叫救护车。
救急車を呼んでください。

请让其休息。
休ませてください。

请拿出放在包中的药物（自己注射药 / 内服药）。
鞄の中に入っている薬（自己注射薬／内服薬）を出してください。

红框内的症状是紧急性高的过敏症状。
如果不知该怎么办，请叫救护车（拨打 119）或是自己注射药物等，尽快进行应对。有关紧急情况时的应对，请参考东京都制作的《食物过敏紧急应对手册》。

赤い枠で囲んだ症状は緊急性が高いアレルギー症状です。
迷ったら救急車を呼ぶ（119番通報）、自己注射薬を打つ等の迅速な対応を行ってください。
緊急時の対応については、東京都が作成した「食物アレルギー緊急時対応マニュアル」が参考になります。

东京都福祉保健局　主页《食物过敏紧急时应对手册》
東京都福祉保健局　ホームページ「食物アレルギー緊急時対応マニュアル」
http://www.fukushihoken.metro.tokyo.jp/allergy/measure/emergency.html

食物过敏传达表单
食物アレルギー伝達シート
～中国語版～

该表单由港区保健所制作，目的在于向店家等传达您因食物过敏而无法食用的食材。

このシートは、外国人の方が、自身の食物アレルギーにより食すことができない食材を伝えるために港区みなと保健所が作成したものです。

小贴士　プチ情報

http://www.menu-tokyo.jp/

有关应对外语的餐饮店信息，可在上述东京都主页上的“具备‘外语菜单’餐馆搜索网站”查询。请选择自己的语言进行阅览。

外国語に対応している飲食店情報は、上記の東京都ホームページ『「外国語メニュー」がある飲食店検索サイト』で調べることができます。
ご自身の言語を選択して閲覧してください。

《 咨询 》港区保健所生活卫生课食品安全推进担当
电话：03-6400-0047
《問合せ》港区みなと保健所生活衛生課食品安全推進担当
TEL：03-6400-0047

请作为顾客与店家的沟通工具，用手指指着以下食材及右页的文章与店主进行会话。

以下の食材や右ページの文章を指差しして、
お客さんとお店とのコミュニケーションのツールとしてご利用ください。

由顾客告诉店家“我对以下食物过敏。”

お客さんからお店の方へ「**私は以下の食物アレルギーがあります。**」

农产品／農産物

小麦 小麦	**荞麦** そば	**花生** 落花生	**腰果** カシューナッツ	**核桃** くるみ	**芝麻** ごま	**大豆** 大豆
松茸 まつたけ	**山药** やまいも	**橙子** オレンジ	**猕猴桃** キウイフルーツ	**香蕉** バナナ	**桃子** もも	**苹果** りんご

水产品／水産物

虾 エビ	**螃蟹** カニ	**鲑鱼** さけ	**鲭鱼** さば	**鲑鱼子** いくら	**鲍鱼** あわび	**鱿鱼** いか

畜产品／畜産物

鸡蛋 卵	**牛奶** 乳	**牛肉** 牛肉	**猪肉** 豚肉	**鸡肉** 鶏肉

其他／その他

明胶
ゼラチン

顾客问店家
お客さんからお店の方へ

这个菜品包含我所指的食材吗?
このメニューには、示した食材が含まれていますか?

能从这个菜品中去除我所指的食材吗?
このメニューから、示した食材を除去することはできますか?

有不含我所指食材的菜品吗?
示した食材が含まれていないメニューはありますか?

店家回答顾客
お店の方からお客さんへ

这个菜品没有使用您所指的食材。
このメニューには、示された食材を使用していません。

这个菜品有使用您所指的食材。
このメニューには、示された食材を使用しています。

这个菜品有混入您所指的食材。
このメニューには、示された食材が混入することがあります。

这个菜品能去除您所指的食材。
このメニューは、示された食材を除去して提供することができます。

很抱歉，本店不能提供去除您所指食材的餐食。
残念ながら当店では、示された食材を除いた食事の提供はできません。

※有关左页食材，基于日本的法律（食品标识法），有义务或建议在装入容器包装销售的食品等上做出标识。

※左ページの食材は、日本の法律（食品表示法）に基づき、容器包装に入れられ販売される食品等に表示が義務づけ・推奨されているものです。