

すみません、私はセリアック病を持っています。セリアック病とはグルテンを含む食べ物のアレルギーです。だから、小麦、大麦、ライ麦、オート麦、などが含まれている食品を絶対に食べることができません。その食品を食べるとアレルギー反応が起こって危険です。

*Sumimasen, watashi wa seriakkubyō o motteimas. Seriakkubyō towa guruten o fukumu tabemono no arerugi des. Dakara, komugi, ōmugi, raimugi, ōtomugi, nado ga fukumareteiru shokuhin o zettaini taberu koto ga dekimasen. Sono shokuhin o taberu to arerugi hannō ga okotte kiken des.*

Mi scusi, io sono celiaco. La celiachia è una malattia che consiste in un'allergia al cibo contenente glutine. Perciò non posso assolutamente mangiare cibo che contenga per esempio frumento, orzo, segale, avena ecc. Se mangio questi cibi è pericoloso poiché mi viene una reazione allergica.

恐れ入りますが、どの料理には小麦などグルテンが含まれていないか確認してその料理を教えてくださいませんか。

*Osoreimasga, dono ryōri niwa komugi nado guruten ga fukumareteinaika kakunin shte sono ryōri o oshieteitadakenai deshōka?*

Mi scusi potrebbe per favore verificare quali cibi non contengono glutine e indicarmeli?

醤油、グルテンを含む調味料やソース、出汁が入っている食品も食べられません。

*Shōyu, guruten o fukumu chōmiryō ya sōsu, dashi ga haitteiru shokuhin mo taberaremasen.*

Non posso nemmeno mangiare piatti in cui sia stata messa salsa di soia, condimenti o salse contenenti glutine o *dashi*.

恐れ入りますが、私が注文した料理に醤油を入れないでくださいませんか。

*Osoreimasga, watashi ga chūmon shta ryōri ni shōyu o irenaidekudasaimasenka?*

Mi scusi, potrebbe per favore non mettere salsa di soia nei piatti che ho ordinato?

しかも、グルテンを含む食品を料理するために鍋やまな板、包丁などを使ったら、その同じ調理器具で料理した食べ物を食べることはできません。そのために申し訳ございませんが、調理器具をちゃんと洗ってから使用していただけないか。

*Shkamo, guruten o fukumu shokuhin o ryōri suru tameni nabe ya manaita, hōchō nado o tskattara, sono onaji chōrikigu de ryōri shta tabemono o taberu koto ga dekimasen. Sonotameni mōshiwakegozaimasenga, chōrikigu o chanto arattekara shiyō shteitadakemasenka?*

Inoltre se per cucinare cibi contenenti glutine ha usato pentole, taglieri, coltelli ecc. non posso mangiare cibo che sia stato cucinato con quegli stessi utensili. Mi scusi moltissimo per l'inconvenienza ma, per questo motivo, potrebbe per favore usare questi utensili da cucina solo dopo averli lavati accuratamente?

ご協力どうもありがとうございます。

*Gokyōryoku dōmo arigatōgozaimas.*

Vi ringrazio moltissimo per la vostra collaborazione.