일본 여행용 음식 알레르기 카드

Sumimasen Guide

알레르기가 있는 음식에 체크한 뒤, 이 페이지를 식당 직원에게 보여 주세요.

食物アレルギーがあります。チェックをつけた食べ物が食べられません。

음식 알레르기가 있습니다. 체크한 음식을 먹을 수 없습니다.

この料理に、だしやたれも含めて入っていますか。

이 요리에 육수나 소스까지 포함해서 들어 있나요?

分からない時は、分からないと教えてください。

잘 모르시면, 모른다고 말씀해 주세요.

일본 포장식품에 표시 의무 (9)

- ☐ **えび** 새우
- ☐ **かに** 게
- ☐ **くるみ** 호두
- ☐ **カシューナッツ** 캐슈넛
- ☐ **小麦** 밀
- ☐ **そば** 메밀(소바)
- ☐ **卵** 달걀
- ☐ **乳** 우유
- ☐ **落花生（ピーナッツ）** 땅콩

표시 권장 (20)

- ☐ **アーモンド** 아몬드
- ☐ **あわび** 전복
- ☐ **いか** 오징어
- ☐ **いくら** 연어알
- ☐ **オレンジ** 오렌지
- ☐ **キウイフルーツ** 키위
- ☐ **牛肉** 소고기
- ☐ **ごま** 참깨
- ☐ **さけ** 연어
- ☐ **さば** 고등어
- ☐ **大豆** 대두
- ☐ **鶏肉** 닭고기
- ☐ **バナナ** 바나나
- ☐ **ピスタチオ** 피스타치오
- ☐ **豚肉** 돼지고기
- ☐ **マカダミアナッツ** 마카다미아넛
- ☐ **もも** 복숭아
- ☐ **やまいも** 마
- ☐ **りんご** 사과
- ☐ **ゼラチン** 젤라틴

☐ 기타: (その他) _____

응급 상황: 구급차는 119.

의학적 조언이 아닙니다. 일본 식당은 알레르기 표시 의무가 없으니 꼭 물어보세요. 안내와 공식 출처: sumimasenguide.com/ko/articles/food-allergies-japan (2026년 10월 확인).