

使用上の注意

- ・経験を積んだ司祭・修道士の指導に従う。
- ・齋の内容は自分で勝手に決めない。
- ・三食とも十分な量を食べてよい。
- ・次の者は齋が免除又は軽減される。
乳幼児, 成長期の子供, 妊婦, 出産直後の人, 高齢者, 病人, 旅行者。

カレンダー上の表記

許可される食品

- 禁 ... 禁食(Full abstention from food).
- 齋 ... 厳しい齋＝パン・野菜・果物・蜂蜜・塩・水(Strict).
- 湯 ... 油なしの料理＝温かいお茶・スープ類(Non oil).
- 油 ... 上記に加えて油とワインが許される(Oil allowed).
- 魚 ... 上記に加えて魚介類が許される(Fish allowed).
- 鱈 ... キヤビア(魚の卵)が許される(Caviar allowed).
- 酪 ... 乳製品＝肉のみ節制すればよい(Meat is exclude).
- 飽 ... 齋をしてはいけない＝皆食いて飽くべし(Fast free).

大ワ ... 聖大ワシリイ聖体礼儀(Liturgy of St. Basil the Great).

先備 ... 先備聖体礼儀(Liturgy of the Presanctified Gifts).

聖体 ... 聖金口イオアン聖体礼儀(Liturgy of St. John Chrysostom).

ユ暦 ... ユリウス暦(Julian calendar).

グ暦 ... グレゴリオ暦(Gregorian calendar).

朔 ... ●新月(new moon), 上弦 ... ◐(first quarter),

望 ... ○満月(full moon), 下弦 ... ◑(last quarter).

免責

このカレンダーは、有用であることを願って頒布されますが、全くの無保証です。使用することで生じるいかなる不利益に対しても一切の保障はありません。内容の正確さは保障されません。毎年発行されるという保障はありません。教会の祭日ばかりでなく、国の祝祭日、日付や曜日といった基本的な情報も正確という保障はありません。予告なしに内容やサイズ等の仕様を変更することがあります。

2011

S	M	T	W	T	F	S
January						1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	29
30	31	February				
		1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28	March				
		1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30	31		
April						1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	29
30	31					

S	M	T	W	T	F	S
May						
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30	31				
June						1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	29
30	31					
July						1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	29
30	31					
August						1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	29
30	31					

S	M	T	W	T	F	S
September						1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	29
30	31					
October						1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	29
30	31	November				
		1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30			
December						1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	29
30	31					

2012

S	M	T	W	T	F	S
January						
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30	31	February			
		1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	March			
		1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30	31		
April						1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	29
30	31					

S	M	T	W	T	F	S
May						
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30	31				
June						1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	29
30	31					
July						1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	29
30	31					
August						1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	29
30	31					

S	M	T	W	T	F	S
September						1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	29
30	31	October				
		1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30	31		
November						1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	29
30	31	December				
		1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30	31		

2013

S	M	T	W	T	F	S
Jan	1	2	3	4	5	
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30	31		
February				1	2	
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28		
March				1	2	
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	30
31						April
	1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28	29	30				

S	M	T	W	T	F	S
May		1	2	3	4	
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30	31	
June						1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	29
30						July
	1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28	29	30	31			
August				1	2	3
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	31

S	M	T	W	T	F	S
September						
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30					October
		1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30	31		
November					1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	30
December						
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30	31				

2014

S	M	T	W	T	F	S
January	1	2	3	4		
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30	31	
February						1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	
March						1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	29
30	31					
April	1	2	3	4	5	
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30			

S	M	T	W	T	F	S
May				1	2	3
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	31
June						
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30					
July		1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30	31		
August					1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	30
31						

S	M	T	W	T	F	S
September						
1	2	3	4	5	6	
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28	29	30				
October		1	2	3	4	
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30	31	
November						1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	29
30						December
	1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28	29	30	31			

祭日一覧

1月7日(土)	降誕祭	(十二大祭) ユリウス暦12月25日
1月14日(土)	主の割礼祭	
1月19日(木)	神現祭	(十二大祭) (前日は齋)
2月15日(水)	迎接祭	(十二大祭)
2月16日(木)	垂使徒日本の大主教聖ニコライ祭	
4月7日(土)	生神女福音祭	(十二大祭)
4月8日(日)	聖枝祭	(十二大祭)
4月15日(日)	聖大パスハ	(復活大祭)
5月22日(火)	ミラ・リキヤの奇蹟者聖ニコライの不朽体遷移の祭	
5月24日(木)	昇天祭	(十二大祭)
6月3日(日)	聖五旬祭	(十二大祭)
7月7日(土)	前駆授洗イヴァンの誕生祭	
7月12日(木)	聖使徒ペトル・パウエル祭	
8月19日(日)	顕栄祭	(十二大祭)
8月28日(火)	生神女就寝祭	(十二大祭)
9月11日(火)	前駆授洗イヴァン斬首祭	(齋)
9月21日(金)	生神女誕生祭	(十二大祭)
9月27日(木)	十字架挙栄祭	(十二大祭) (齋)
10月8日(月)	ラドネジの聖セルギイ祭	
10月14日(日)	生神女庇護祭	
12月4日(火)	生神女進堂祭	(十二大祭)
12月19日(水)	ミラ・リキヤの奇蹟者聖ニコライ祭	
12月25日(火)	降誕祭	(グレゴリオ暦)

主要な齋

2月27日(月)～4月14日(土)	大齋(受難週間含む)
6月11日(月)～7月11日(水)	聖使徒の齋
8月14日(火)～8月27日(月)	生神女就寝祭の齋
11月28日(水)～2013年1月6日(日)	聖フィリップの齋

その他に、降誕祭の前日、神現祭の前日、十字架挙栄祭、前駆授洗イヴァン斬首祭は齋に当たる

Φεβρουάριου		February 2012	
среда	четверг	пятница	суббота
1 魚	2	3 魚	4
			徹夜禱
8 飽	9 飽	10 飽	11 建国記念の日 飽
望			徹夜禱
15 迎接祭 魚	16 日本のニコライ祭	17 魚	18
下弦 日本 <small>の</small> ニコライ祭 前晩禱			徹夜禱
22 酪	23 酪	24 酪	25 酪
朔			徹夜禱
29 早課～先備 齋			
晩堂大課 (アンドレイのカノン)			

Μαρτίου

March

2012

Τετάρτη	Πέμπτη	Παρασκευή	Σάββατο
	1	2 早課～先備	3 三・六時課・聖体
	湯	齋	油
	上弦 晩堂大課 (アンドレイのカノン)	早課・一時課	徹夜禱
7 三時課～先備	8	9 三時課～先備	10 三・六時課・聖体
齋	湯	齋	油
	望 晩堂大課・ 早課・一時課	早課・一時課 (死者の記憶)	徹夜禱
14 三時課～先備	15	16 三時課～先備	17 三・六時課・聖体
齋	湯	齋	油
	下弦 晩堂大課・ 早課・一時課	早課・一時課 (死者の記憶)	徹夜禱
21 三時課～先備	22	23 三時課～先備	24 三・六時課・聖体
齋	湯	齋	油
	朔 晩堂大課・ 早課・一時課	早課・一時課 (死者の記憶)	徹夜禱
28 三時課～先備	29	30 三時課～先備	31 アカフェストの スボタ 聖体
齋	湯	齋	油
	晩堂大課・早課・一時課	早課・一時課	上弦 徹夜禱

Απριλίου

April

2012

Wednesday	Thursday	Friday	Saturday
4 三時課～先備 齋	5 湯	6 大齋の終了 三時課～先備 齋	7 生神女福音祭 ラザリのスポタ 魚
		生神女福音祭前晩禱	望 徹夜禱
11 聖大水曜日 三時課～先備 齋	12 聖大木曜日 聖大ワシリイ聖体礼儀 湯	13 聖大金曜日 禁 いかなる聖体礼儀も 行わない。 王時課・晩課(主の眠り)	14 聖大スポタ 時課・晩課・大ワ 油
		早課・一時課(主の葬り)	
	早課(受難の12福音)	下弦 衣替(布:黒⇒白・ ランパート:青⇒赤)	夜半課 (23:30頃～)
18 早課・一時課 飽	19 飽	20 飽	21 光明週間の終り 飽
			朔 徹夜禱
25 魚	26	27 魚	28
			徹夜禱

2012	5月		Maï
	日	月	火
5月21日 金環日食 食の最大 鹿児島	7:22 東京 7:34 札幌 7:49		1
「なんしゃ」と読む。	6 難者の主日 3調	7	8
	望	フェオドシイ永島府主教 永眠記憶日	
「婦」は「おんな」 と読む。	13 サマリヤ婦の主日 4調	14	15
	下弦	ダニイル府主教 着座記念日	
「こしゃ」と読む。	20 啓者の主日 5調	21 金環日食	22 ミラ・リキヤの奇蹟者 聖ニコライの不朽体 遷移の祭
		朔 聖ニコライ不朽体 遷移の祭前晩禱	
	27 諸聖神父の主日 6調	28	29
			上弦

Μαΐου

May

2012

水

木

金

土

2

3 憲法記念日

4 みどりの日

5 こどもの日

魚

魚

徹夜禱

9

10

11

12

魚

魚

バトル有原主教
永眠記憶日

徹夜禱

16

17

18

19

魚

魚

徹夜禱

23

24 昇天祭

25

26

魚

魚

昇天祭前晩禱

パスハの歌と挨拶終り

徹夜禱

30

31

魚

Iouviou

June

2012

Ср

Чт

Пт

Сб

1

2

魚

聖五旬祭前晚禱

6

7

8

9

飽

飽

飽

飽

徹夜禱

13

14

15

16

齋

魚

齋

魚

徹夜禱

20

21

22

23

齋

魚

齋

魚

朔

徹夜禱

27

28

29

30

齋

魚

齋

魚

上弦

徹夜禱

Ιουλίου

July

2012

Τετ	Πεμ	Παρ	Σαβ
4 齋	5 魚	6 齋	7 前驅授洗イオアの誕生祭 魚
望		前驅授洗イオア誕生祭前晚禱	徹夜禱
11 聖使徒の齋終了 齋	12 聖使徒ペトル・パウエル祭	13 齋	14
下弦			徹夜禱
18 齋	19	20 齋	21
	朔		徹夜禱
25 齋	26	27 齋	28
	上弦		徹夜禱

日本のニコライは彼がペトル・パウエル祭に叙聖されたことを記念して毎年ペトル・パウエル祭にあわせて全国公会を開いた。
今日でもそのようになっている。

2012

8月

Август

Sun

Mon

Tue

5 第9主日 8調

6

7

12 第10主日 1調

13

14 生神女就寝祭の齋
開始
湯

19 顕栄祭
魚 第11主日 2調
果物を食べる日

20
齋

21
湯

26 第12主日 3調
油

27 生神女就寝祭の齋
終了
齋

28 生神女就寝祭

生神女就寝祭前晩禱

2012	9月		Сентябрь
	日曜日	月曜日	火曜日
	2 第13主日 4調	3	4
	9 第14主日 5調	10	11 前駆授洗イオアン 斬首祭 油
		前駆イオアン 斬首祭前晩禱	
	16 第15主日 6調	17 敬老の日	18
	朔		
	23 第16主日 7調	24	25
	上弦		
	30 第17主日 8調		
	望		

Σεπτεμβρίου

September

2012

水曜日

木曜日

金曜日

土曜日

1

徹夜禱

5

6

7

8

齋

齋

下弦

徹夜禱

12

13

14 教会暦上の新年

15

齋

齋

徹夜禱

19

20

21 生神女誕生祭

22 秋分の日

齋

魚

生神女誕生祭前晩禱

徹夜禱

26

27 十字架挙栄祭

28

29

齋

油

齋

十字架挙栄祭前晩禱

徹夜禱

Οκτωβρίου		October		2012
среда	четверг	пятница	суббота	
3 齋	4	5 齋	6	
				徹夜禱
10 齋	11	12 齋	13	
				生神女庇護祭前晚禱
17 齋	18	19 齋	20	
				徹夜禱
24 齋	25	26 齋	27	
				徹夜禱
31 齋				

Νοεμβρίου		November 2012	
Τετάρτη	Πέμπτη	Παρασκευή	Σάββατο
	1	2	3 文化の日
		齋	
			徹夜禱
7	8	9	10
齋		齋	
			徹夜禱
下弦			徹夜禱
14	15	16	17
齋		齋	
			徹夜禱
朔			徹夜禱
21	22	23 勤労感謝の日	24
齋		齋	
			徹夜禱
28 フィリップの齋開始	29	30	
齋 別名: 学びの齋	魚	齋	
			徹夜禱
望			

2012	12月	Декабрь	
	Sunday	Monday	Tuesday
	2 第26主日 1調	3	4 生神女進堂祭
	魚	湯	魚
		生神女進堂祭前晚禱	
	9 第27主日 2調	10	11
	魚	湯	魚
	16 第28主日 3調	17	18
	魚	湯	魚
			聖ニコライ祭前晚禱
	23 天皇誕生日 第29主日 4調	24 振替休日	25 降誕祭 (グレゴリオ暦)
	魚	湯	油
		降誕祭(グ暦)前晚禱	
	30 第30主日 5調	31	
	魚	湯	
		晩課・新年感謝祈祷 (23:30~)	

Ιανουάριου		January 2013	
水	木	金	土
2 齋	3 湯	4 齋	5 油
			下弦 徹夜禱
9 飽	10 飽	11 飽	12 飽
			朔 徹夜禱
16 飽	17 飽	18 油	19 神現祭 大聖水式
			上弦 徹夜禱
23 魚	24	25 魚	26
			徹夜禱
30 魚	31		

2013	3月		Μάρτ
	Κυρ	Δευ	Τρι
	3 蕩子の主日 6調	4	5
	楽しきバスハを目指して各家庭の肉を食い尽す週。		下弦
	10 断肉の主日 7調	11	12
		酪	酪
	楽しきバスハを目指して各家庭の卵・乳製品を食い尽す週。		朔
	17 乾酪の主日 8調	18 大齋の開始 早課～晩課	19 早課～晩課
	酪 衣替(布:白⇒黒・ ランバート:赤⇒青)	禁 修道院では水曜日の先備 まで禁食する習慣あり。	湯
	赦罪の晩課	晩堂大課 アンドレイのカノン	晩堂大課 アンドレイのカノン
	24 正教勝利の主日 1調 大ワ	25	26
	油	齋	湯
			晩堂大課・早課・一時課
	31 聖グリゴイバラム の主日 2調 大ワ		
	油		
	西方教会イースター		

Μαρτίου

March

2013

Τετ

Πεμ

Παρ

Σαβ

1

2

飽

飽

徹夜禱

6

7

8

9

魚

魚

徹夜禱

13

14

15

16

酪

酪

酪

酪

徹夜禱

20

春分の日
早課～先備

21

22

早課～先備

23

三・六時課・聖体

齋

湯

齋

油

上弦

晩堂大課
アンドレイのカノン晩堂大課
アンドレイのカノン

早課・一時課

徹夜禱

27

三時課～先備

28

29

三時課～先備

30

三・六時課・聖体

齋

湯

齋

油

望

晩堂大課・早課・一時課

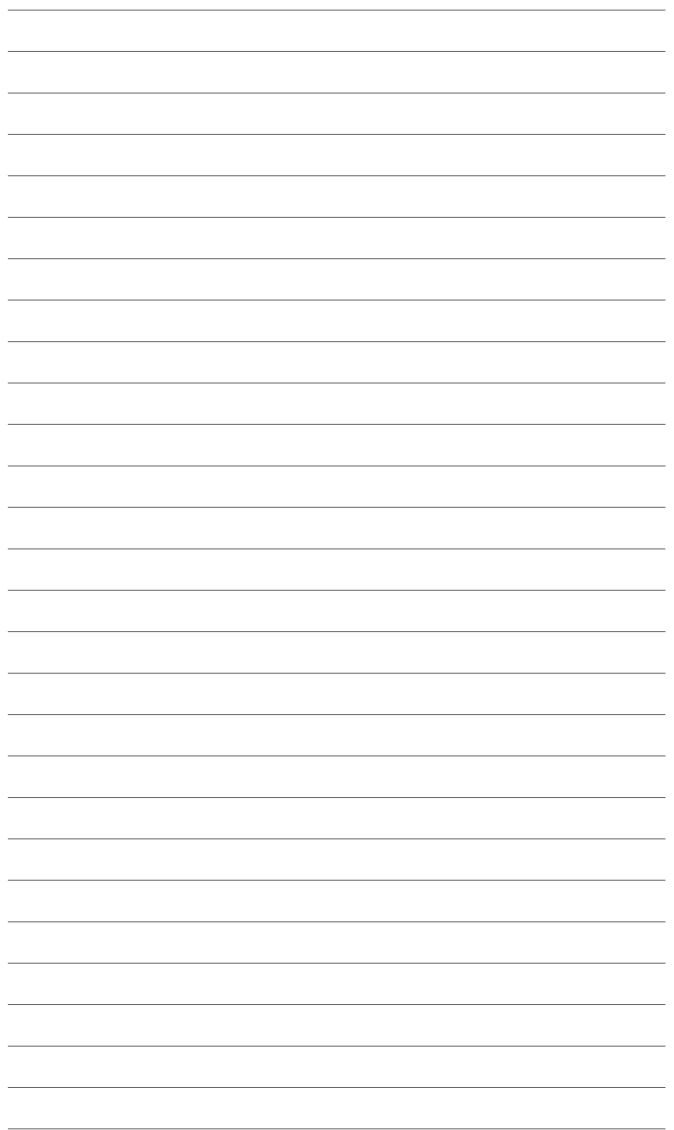
早課・一時課
(死者の記憶)

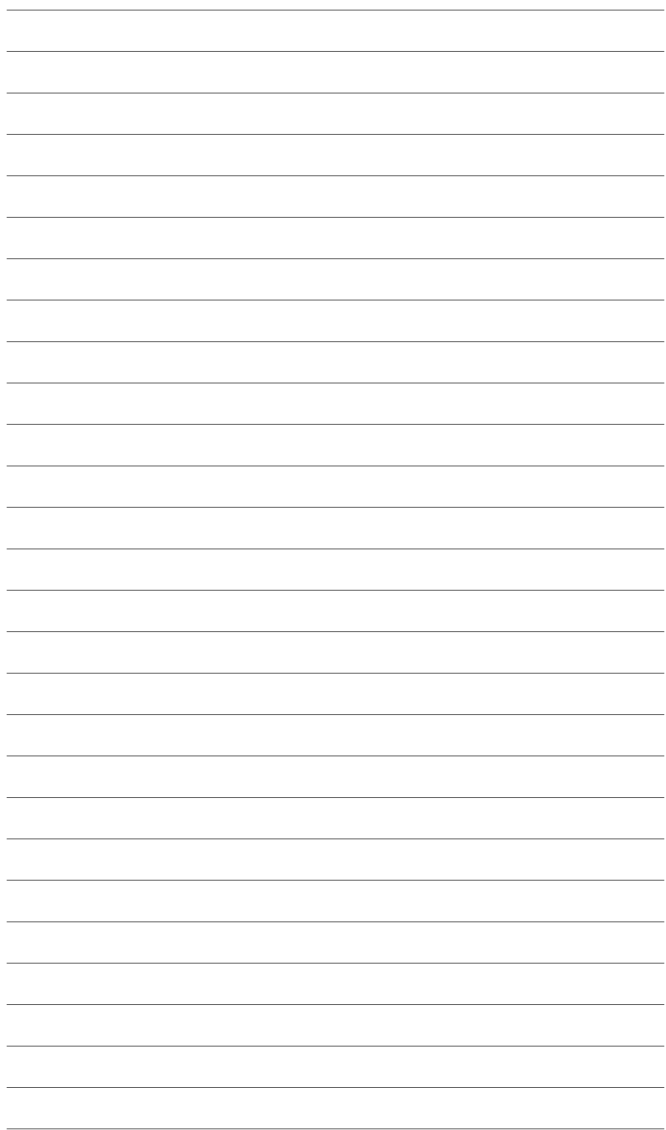
徹夜禱











司祭常駐の教会

	郵便番号	住所	Tel/Fax	管轄司祭
東京	〒101-0062	東京都千代田区 神田駿河台4-1-3	03-3295-6879	ダニイル府主教/ イウスチン山口神父/ サワ大浪神父/ ロマン大川神父/ イオアン小野神父/ ゲラシム修道司祭
仙台	〒980-0021	宮城県仙台市青葉区 中央3丁目4-20	022-225-2744 022-224-3080	セラフィム辻永主教/ クリメント児玉神父/ ワシリイ加藤神父
京都	〒604-0965	京都府京都市中京区 柳馬場通二条上る 6丁目283	075-231-2453	ダニイル府主教 (兼務)/パウエル 及川神父(兼務)
山手	〒168-0081	東京都杉並区 宮前3-28-10	03-3333-4201	コンスタンチン 梶田神父
前橋	〒371-0022	群馬県前橋市 千代田町1-4-22	027-232-2737	ステファン桑原神父
横浜	〒221-0843	神奈川県横浜市 神奈川区 松ヶ丘27-11	045-323-1771 045-320-1510	グリゴリイ水野神父
小田原	〒250-0011	神奈川県小田原市 栄町4-4-1	0465-22-2792	デミトリイ田中神父
札幌	〒062-9942	北海道札幌市豊平区 福住2条2-3-10	011-852-5644 011-856-0818	イアコフ篠永神父
函館	〒040-0054	北海道函館市 元町3-13	0138-23-7387 0138-23-7939	ニコライ神父
釧路	〒085-0832	北海道釧路市 富士見2-1-35	0154-41-6857	ステファン内田神父
石巻	〒986-0827	宮城県石巻市 千石町4-10	0225-95-1571	ワシリイ田口神父
盛岡	〒020-0114	岩手県盛岡市 高松1-2-14	019-663-1218	ミハイル対中神父
一関	〒021-0902	岩手県一関市 萩荘箱清水56-1	0191-24-3398	マルコ小池神父
大阪	〒564-0073	大阪府吹田市 山手町1-8-15	06-6388-4512 06-6389-3411	ダヴィド水口神父
名古屋	〒466-0063	愛知県名古屋市 昭和区 山脇町1-3-3	052-734-9000	ゲオルギイ松島神父
豊橋	〒440-0806	愛知県豊橋市 八町通3-15	0532-54-0434	イサイヤ酒井神父
徳島	〒770-8008	徳島県徳島市 西新浜町1-3-6	0886-62-0078	グリゴリイ小川神父
人吉	〒868-0022	熊本県人吉市 願成寺町287-1	0966-24-7680	パウエル及川神父