

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 ... キャビア(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).

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

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).

友
引 ... 火葬場休業日

朔 ... 新月(new moon), 🌑

上
弦 ... 上弦(first quarter), 🌒

望 ... 満月(full moon), 🌕

下
弦 ... 下弦(last quarter), 🌔

誰れか齋して勞せしならば、今銀一枚を取るべし。

... 齋せし者及び齋せざりし者は今日楽しめ。

筵は豊盛なり、皆食らいて飽くべし。

— 聖金口イオアンによる復活大祭の説教より

祭日一覧

1月7日(火)	降誕祭	(十二大祭)ユリウス暦の12月25日
1月14日(火)	主の割礼祭	
1月19日(日)	神現祭	(十二大祭) (前日は齋)
2月15日(土)	迎接祭	(十二大祭)
2月16日(日)	亜使徒日本の大主教聖ニコライ祭	
4月7日(月)	生神女福音祭	(十二大祭)
4月13日(日)	聖枝祭	(十二大祭)
4月20日(日)	聖大パスハ	(復活大祭)
5月22日(木)	ミラ・リキヤの奇蹟者聖ニコライの不朽体遷移の祭	
5月29日(木)	昇天祭	(十二大祭)
6月8日(日)	聖五旬祭	(十二大祭)
7月7日(月)	前駆授洗イオアンの誕生祭	
7月12日(土)	聖使徒ペトル・パワエル祭	
8月19日(火)	顕栄祭	(十二大祭)
8月28日(木)	生神女就寝祭	(十二大祭)
9月11日(木)	前駆授洗イオアン斬首祭	(齋)
9月21日(日)	生神女誕生祭	(十二大祭)
9月27日(土)	十字架挙栄祭	(十二大祭) (齋)
10月8日(水)	ラドネジの聖セルギイ祭	
10月14日(火)	生神女庇護祭	
12月4日(木)	生神女進堂祭	(十二大祭)
12月19日(金)	ミラ・リキヤの奇蹟者聖ニコライ祭	
12月25日(木)	降誕祭	(グレゴリオ暦)

主要な齋

3月3日(月) ~ 4月19日(土)	大齋(受難週間含む)
6月16日(月) ~ 7月11日(金)	聖使徒の齋
8月14日(木) ~ 8月27日(水)	生神女就寝祭の齋
11月28日(金) ~ 2026年1月6日(火)	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、前駆授洗イオアン斬首祭は齋に当たる

2025

1月

Январь

日曜日

月曜日

火曜日

5 第28主日 3調
聖世祖聖体礼儀
油

6 王時課～晩課・
ワシリイ聖体
油 フィリップの齋終了

7 降誕祭
金口聖体
飽 ユリウス暦

(降誕祭)晩堂大課
・早課・一時課

上
弦

12 第29主日 4調
飽

13 成人の日
飽

14 主の割礼祭
新年の奉事
飽

主の割礼祭徹夜禱

セラフィム祭徹夜禱

19 神現祭
第30主日 5調
大聖水式

20
友
引

21

26 第31主日 6調
友
引

27

28

Ιανουαρίου		January 2025	
水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
1 元日 新年の奉事 齋	2 油 友引	3 油	4 油
			徹夜禱
8 飽 友引	9 飽	10 飽	11 飽
			徹夜禱
15 サロフの 聖セラフィム祭 飽	16 飽	17 飽	18 齋
			(神現祭)前晩禱
22 魚	23	24 魚	25
下弦			
29 魚	30 友引	31 魚	
朔			

2025

2月

Февраль

воскресенье

понедельник

вторник

2 ザクヘイの主日
第32主日 7調

3

4

9 税吏とファリセイ
の主日 8調

10
飽

11 建国記念の日

飽
友引

16 亜使徒日本の大主
教聖ニコライ祭
蕩子の主日 1調

17
友引

18

23 天皇誕生日
断肉の主日 2調

友引

24 振替休日

酪

25

酪

Φεβρουαρίου		February		2025	
среда	четверг	пятница	суббота		
			1		
					徹夜禱
5 魚 友引 上弦	6	7 魚	8		
					徹夜禱
12 飽	13 飽	14 飽	15 飽	迎接祭	
望		(迎接祭)徹夜禱			日本の 聖ニコライ祭徹夜禱
19 魚	20	21 魚	22		
		下弦			徹夜禱
26 酪	27 酪	28 酪 友引 朔			

2025	3月		Μαρτ
	Κυριακή	Δευτέρα	Τρίτη
	2 乾酪の主日 3調 酪 衣替(布:白⇒黒・ラ ンパーダ:赤⇒青)	3 大齋の開始 早課〜晩課 禁	4 早課〜晩課 齋
	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)
	9 正教勝利の主日 4調 大ワ 油	10 齋	11 湯
	16 聖グリゴリイ・パラマ の主日 5調 油 大ワ	17 齋	晩堂大課・早課・一時課 18 湯 友引
	23 十字架叩拝の主日 6調 大ワ 油	24 齋 友引	晩堂大課・早課・一時課 25 湯
	30 階梯者イオアンの主 日 7調 大ワ 油	31 齋	晩堂大課・早課・一時課

Μαρτίου		March		2025
Τετάρτη	Πέμπτη	Παρασκευή		Σάββατο
				1 酪
5 早課～先備聖体 齋	6 早課～晚課 齋 友引	7 早課～晚課・先備 湯		徹夜禱 8 金口聖体 フェオドルスボタ 油
12 晚堂大課 (アンドレイのカノン) 三時課～先備 齋 友引	13 晚堂大課 (アンドレイのカノン) 湯	14 上弦 早課・一時課 三時課～先備 齋		(正教勝利)徹夜禱 15 三時課～金口 死者聖体礼儀 油
19 三時課～先備 齋	20 晚堂大課・早課・一時課 春分の日 湯	21 皆既月食 早課・一時課 (死者スボタ) 三時課～先備 齋		(グリゴリイ・パラマ) 徹夜禱 22 三時課～金口 死者聖体礼儀 油
26 三時課～先備 齋	27 晚堂大課・早課・一時課 湯	28 早課・一時課 (死者スボタ) 三時課～先備 齋		下弦 (十字架叩拝) 徹夜禱 29 三時課～金口 死者聖体礼儀 油
	晚堂大課・早課・一時課	早課・一時課 (死者スボタ)		朔 (階梯者イオアン) 徹夜禱

2025	4月	Monday	Апрель
	Sunday		Tuesday
			1 湯
			晩堂大課・早課・一時課
	6 エジプトの聖マリヤの主日 8調 大ワ 油	7 生神女福音祭 魚	8 湯
	(生神女福音祭)徹夜禱		晩堂大課・早課・一時課
	13 聖枝祭 金口聖体 魚	14 聖大月曜日 早課～先備聖体 齋	15 聖大火曜日 三・六・九・晩・先備 齋 友引
	望 晩課	晩堂大課・早課・一時課	晩堂大課・早課・一時課
	20 聖大パスハ Π α σ χ α Π ά σ χ α Pascha	21 光明週間の始り 飽 友引 下弦	22 飽
	27 フォマの主日 1調 友引 全永眠者記憶 徹夜禱	28 全永眠者記憶の 聖体礼儀 (大パニヒダ) 朔	29 昭和の日

2025	5月	月	Май
	日		火
	4 みどりの日 携香女の主日 2調	5 こどもの日	6 振替休日
	上 弦 11 難者の主日 3調	12	13
	18 サマリヤ婦の主日 4調	19	望 20
	25 警者の主日 5調	26	友引 下弦 27
		友引	朔

Maïou		May		2025	
水	木	金	土		
	1	2	3	憲法記念日	
		魚 友引			(携香女)徹夜禱
7	8	9	10	ペトル有原主教 永眠記憶日	
魚	友引	魚			(難者)徹夜禱
フェオドシイ永島 府主教永眠記憶日					
14	15	16	17		
魚 友引		魚			(サマリヤ婦)徹夜禱
21	22	23	24		
魚	聖ニコライ不朽体 遷移の祭	魚			
					(警者)徹夜禱
徹夜禱	29 昇天祭	30	31		
28		魚 友引			
魚					
(昇天祭)徹夜禱					(諸聖神父)徹夜禱

2025	6月	Июнь	
	Вт	Пн	Вт
	1 諸聖神父の主日 6調	2	3
			上 弦
	8 聖五旬祭 聖神降臨祭晩課 膝屈祈祷	9 聖神の日 飽	10 飽
	15 衆聖人の主日 第1主日 8調	16 使徒の齋の開始 齋	17 魚 友 引
	22 第2主日 1調 魚	23 齋 友 引	24 魚
	29 第3主日 2調 魚	30 齋	

Ιουνίου		June		2025
Κρ	Κτ	Πτ	Κβ	
4 魚	5 友引	6 魚	7	(聖五旬祭)徹夜禱
11 飽 友引 望	12 飽	13 飽	14 飽	(衆聖人)徹夜禱
18 齋	19 油 下弦	20 齋	21 魚	夏至
25 齋 朔	26 油	27 齋 友引	28 魚	徹夜禱
				徹夜禱

2025	7月		Июль
	Κυρ	Δευ	Τρι
			1 油
	6 第4主日 3調 魚	7 前驅授洗イオアンの 誕生祭 魚	8 魚
	前驅誕生祭徹夜禱 13 第5主日 4調	14	15 友引
	20 第6主日 5調	21 海の日 友引	22
	27 第7主日 6調 友引	28	29

Ιουλίου		July 2025	
Τετ	Πεμ	Παρ	Σαβ
2 油	3 油 友引 上弦	4 齋	5 魚 徹夜禱
9 油 友引	10 油	11 聖使徒の齋終了 油 望 ベトル・ パウエル祭徹夜禱	12 聖使徒ベトル・ パウエル祭 徹夜禱
16 油	17	18 油 下弦	19 徹夜禱
23 油	24	25 油 朔	26 徹夜禱
30 油	31		

2025

8月

Август

Sun

Mon

Tue

3 第8主日 7調

4

5

10 第9主日 8調

11 山の日

12

セルギイ府主教・
ダニイル主代
府主教永眠記憶日

17 第10主日 1調

18

19 顕栄祭
果物の成聖

油

齋

魚

顕栄祭徹夜祷

24 第11主日 2調

25

26

油
友引

齋

湯

31 第12主日 3調

上
弦

Αυγούστου		August		2025	
Wed	Thu	Fri	Sat		
		1 油	2		
		上弦	友引		徹夜禱
6 油	7	8 齋 友引	9		
			望		徹夜禱
13 油	14 生神女就寝祭の齋開始 湯 友引	15 齋	16 油		
			下弦		徹夜禱
20 齋 友引	21 湯	22 齋	23 油		
			朔		徹夜禱
27 生神女就寝祭の齋終了 齋	28 生神女就寝祭	29 油	30		
			友引		
生神女就寝祭徹夜禱					徹夜禱

2025

9月

Сентябрь

日曜日

月曜日

火曜日

1

2

7 第13主日 4調

8 皆既月食

9

望

14 第14主日 5調

15 敬老の日

16

下
弦

21 生神女誕生祭
第15主日

22

23 秋分の日

友
引
朔

28 第16主日 7調

29

30

友
引

上
弦

Σεπτεμβρίου		September		2025	
水曜日	木曜日	金曜日	土曜日	日曜日	月曜日
3 油	4	5 油 友引	6		
10 油	11 前驅授洗イオアン 斬首祭 油 友引	12 油	13		徹夜禱
17 油 友引	18	19 油	20		徹夜禱
24 油	25	26 油	27 十字架拳榮祭	生神女誕生祭徹夜禱	
		十字架拳榮祭徹夜禱			徹夜禱

2025

10月

Октябрь

воскресенье

понедельник

вторник

5 第17主日 8調

6

7

12 第18主日 1調

13 スポーツの日

望 聖セルギイ祭
徹夜禱
14 生神女庇護祭

19 第19主日 2調

生神女庇護祭徹夜禱
20

下
弦
21

26 第20主日 3調

27

朔
28

友
引

Οκτωβρίου		October		2025
среда	четверг	пятница	суббота	
1 齋	2	3 油	4 友引	徹夜禱
8 ラドネジの 聖セルギイ祭 油	9	10 油 友引	11	徹夜禱
15 油	16 友引	17 油	18	徹夜禱
22 油	23	24 齋	25	徹夜禱
29 齋	30 上弦	31 油		

2025

11月

Ноябрь

Κυριακή

Δευτέρα

Τρίτη

2 第21主日 4調

3 文化の日

4

9 第22主日 5調

10

11

16 第23主日 6調

17

18

23 勤労感謝の日
第24主日 7調

24 振替休日

25

友引

30 第25主日 8調

魚
友引

Νοεμβρίου		November		2025	
Τετάρτη	Πέμπτη	Παρασκευή	Σάββατο		
			1		
			友引		徹夜禱
5	6	7	8		
油		齋 友引			
望					徹夜禱
12	13	14	15		
齋	友引	油			
下弦					徹夜禱
19	20	21	22		
油 友引		油			
ニコライ小野主教 永眠記憶日	朔				徹夜禱
26	27	28	29		
油		聖フィリップの齋 開始 齋	魚		
		上弦			徹夜禱

2025	12月	Декабрь	
	Sunday	Monday	Tuesday
		1 齋	2 魚
	7 第26主日 1調 魚	8 魚	9 魚
	14 第27主日 2調 魚	15 齋	16 魚
	21 第28主日 3調 魚	22 冬至 魚	23 油 友 引
	28 第29主日 4調 魚 上 弦	29 齋 友 引	30 魚

Δεκεμβρίου		December 2025	
Wednesday	Thursday	Friday	Saturday
3 齋	4 生神女進堂祭 魚	5 油	6 魚 友引
生神女進堂祭徹夜禱		望	徹夜禱
10 油	11 魚	12 齋 友引 下弦	13 魚
		徹夜禱	
17 油	18 魚 友引	19 ミラ・リキヤの奇蹟者 聖ニコライ祭 油	20 魚
		朔 徹夜禱	
24 齋	25 降誕祭 (グレゴリオ暦) 魚	26 油	27 魚
(降誕祭) 晩堂大課・ 早課・一時課		徹夜禱	
31 齋			
新年感謝祈禱 (23:45頃～)			

教役者常駐の教会 (2024年10月時点)

(*)自給司祭

東京	〒101-0062 東京都千代田区神田駿河台4-1-3 府主教セラフィム辻永、長司祭ミハイル対中、司祭フェオドシイ市村* 司祭パウエル中西、司祭ガウリイル田中、修道司祭ニコライ小野	03-3295-6879
山手	〒168-0081 東京都杉並区宮前3-28-10 長司祭コンスタンチン榊田	03-3333-4201
横浜	〒221-0843 神奈川県横浜市神奈川区松ヶ丘27-11 長司祭イオアン小野	045-323-1771 Fax:045-320-1510
前橋	〒371-0022 群馬県前橋市千代田町1-4-22 長司祭ステファン桑原	027-232-2737
小田原	〒250-0011 神奈川県小田原市栄町4-4-1 長司祭ディミトリイ田中	0465-22-2792
静岡	〒420-0823 静岡県静岡市葵区春日3-9-5 司祭イオアン庄司	054-251-5513
仙台	〒980-0021 宮城県仙台市青葉区中央3丁目4-20 長司祭ダヴィド水口	022-225-2744 Fax:022-224-3080
釧路	〒085-0832 北海道釧路市富士見2-1-35 長司祭ステファン内田	0154-41-6857
札幌	〒062-9942 北海道札幌市豊平区福住2条2-3-10 司祭エフレム後藤	011-852-5644 Fax:011-856-0818
函館	〒040-0054 北海道函館市元町3-13 長司祭クリメント児玉	0138-23-7387 Fax:0138-23-7939
盛岡	〒020-0114 岩手県盛岡市高松1-2-14 司祭ピーメン松島	019-663-1218
一関	〒021-0902 岩手県一関市萩荘箱清水56-1 長司祭マルコ小池	0191-24-3398
石巻	〒986-0827 宮城県石巻市千石町4-10 司祭ルカ田畑	0225-95-1571
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 長司祭パウエル及川	075-231-2453
大阪	〒564-0073 大阪府吹田市山手町1-8-15 長司祭ゲオルギイ松島	06-6388-4512 Fax:06-6389-3411
豊橋	〒440-0806 愛知県豊橋市八町通3-15 司祭ソロモン川島	0532-54-0434
名古屋	〒466-0063 愛知県名古屋市昭和区山脇町1-3-3 司祭グリゴリイ伊藤	052-734-9000
神戸	〒650-0003 兵庫県神戸市中央区山本通1-4-11 司祭ワシリイ杉村	078-221-4925
徳島	〒770-8008 徳島県徳島市西新浜町1-3-6 司祭ナファナエル小川*	0886-62-0078
九州北	〒811-2232 福岡県糟屋郡志免町別府西2-7-1 司祭グリゴリイ水野	092-410-0540

信経

われしん ひとつ かみちちぜんとうしゃ てん ち み み ばんぶつ
我信ず 一の神父全能者 天と地 見ゆると見えざる萬物
つく しゅ またしん ひとつ しゅ
を造りし主を。又信ず 一の主イイスス ハリストス
かみ どれい こ よろづよ さき ちち う ひかり ひかり
神の獨生の子 萬世の前に 父より生まれ 光よりの光
まこと かみ まこと かみ う もの つく あら
眞の神よりの 眞の神 生まれし者にて造られしに非ず
ちち いったい ばんぶつかれ つく われらひとひと ため またわれら
父と一体にして 萬物彼に造られ 我等々々の為 又我等
すくい ため てん くだ せいしんおよ どうていぢよ
の救の為に 天より降り 聖神及び童貞女マリヤ より
み と ひと な われら ため
身を籍り人と為り我等の為に ポンティイ ピラトの時
じゅうじか くぎ くる う ほうむ だいさんじつ せいしよ
十字架に釘うたれ 苦しみを受け 葬られ 第三日に聖書
かな ぶっかつ てん のぼ ちち みぎ ざ こうえい あらわ
に叶うて復活し天に升起 父の右に坐し 光栄を顕して
い もの し もの しんばん ため ま きた くにおは
生ける者と死せし者を審判する為に還た來り その国終
りなからんを。又信ず 聖神生生命を 施す者 父より出
ちちおよ こ とも おが ほ よげんしゃ もつ かつ い
で 父及び子と共に拝まれ讃められ 預言者を以て嘗て言
いしを。又信ず 一の聖なる 公なる使徒の教會を。
われみと ひとつ せんれいもつ つみ ゆるし う われのぞ ししや
我認む 一の洗禮以て罪の赦を得るを。我望む 死者の
ぶっかつならび らいせい いのち
復活並に來世の生命を。「アミン」

天の王

てん おうなぐさ もの しんじつ しん あ ところ もの み
天の王 慰むる者や眞實の神在らざる 所なき者満たざ
ところ もの ばんぜん ほうぞう ものせいめい たま しゅ きたり
る 所なき者や萬全の寶蔵なる者生命を賜ふの主や 來
われら うち お われら もるもろ けがれ いさぎよ
て我等の中に居り我等を諸々の穢れより 潔くせよ
しぜんしゃ われら たましい すく たま
至善者や我等の 靈を救い給へ

天主經

てん いま われら ちち ねがはく なんぢ な せい なんぢ
天に在す我等の父や 願 は爾の名は聖とせられ 爾の
くに きた なんぢ むね てん おこな こと ち おこな
國は來り 爾の旨は天に行はるるが如く地にも行はれ
わ にちよう かにてん こんにちわれら あた たま われら おひめ もの
ん我が日用の糧を今日我等に與へ給へ我等に 債ある者
われら ゆる こと われら おひめ ゆる たま われら いざな
を我等免すが如く我等の 債を免し給へ我等を 誘いに
みちび なおわれら きょうあく すく たま
導かず猶我等を 凶悪より救い給へ。
けだしくに けんのう こうえい なんぢ よよ き
蓋國と権能と光榮は 爾に世世に歸す。「アミン」

常に福

つね さいはひ まった きず しょうしんぢょ わ かみ はは
常に 福にして 全く玷なき生神女 吾が神の母なる
なんぢ さいはひ とな まこと あた
爾を 福なりと稱ふるは 眞に當れり ヘルウィムより
たふと なら さか みさを やぶ かみ
尊くセラフィムに並びなく榮え 貞操を壊らずして神
ことば う じつ しょうしんぢょ なんぢ あがめ ほ
言を生みし 實の生神女たる 爾を 崇讃む