



カ バ ダ リ フ ァ ラ

Khabar dari Farah

2022
4

国際交流員ファラからのお知らせ



皆様、ラマダン・ムバラク（ラマダンおめでとうございます）！

今年もラマダンがやって参りました！ラマダンとはイスラム暦の9月、ムスリム（イスラム教徒）にとって一年で一番特別な時期となります。ラマダンに断食を行うのは義務の一つになっているので、ラマダンに入ると世界中のムスリム達は毎日、夜明けから日没まで一切の飲食を断ちます。

今年のラマダンは、4月3日から5月2日まで（地域によって1日前後差あり）ですが、イスラム暦の一年は354・355日しかないので、毎年11日ほど前にずれていきます。季節や地域などによって日の長さが異なるので、断食の長さもそれによって変わります。この時期の日本の日照時間は約14時間あるので、日本に住むムスリム達は、今年のラマダンに毎日、約14時間断食をすすところになります（去年は15時間ほどでした）。ちなみにマレーシアでの断食時間は約13.5時間です。四季がないので、毎年それほど変わりません。

長時間の断食はかなりハードなので、心身ともに健康な大人（思春期を達した者）にしか求められません。子供はもちろんしなくても大丈夫です。高齢者、病人、妊婦、産後・授乳中・生理中の女性、旅人もお休みできますが、高齢者と体調が回復しない重病人以外は、ラマダンが終わった後に休んだ分だけ「やり直し」をしなければならないという規定があります。

ラマダンは、自分を見直すための大事な期間です。断食をすることによって、貧しい人たちや戦争などで苦しんでいる人たち、恵まれない人たちの気持ちを理解できると同時に、神の恵みに対する感謝の気持ちと、他人を思いやる気持ちを育むことができます。

健康にもいいので、1日だけでも、一緒に断食をしてみませんか？

ラマダン中は、省エネモードに入ります。
ぼーっとしているファラを見かけたら、心の中でエールを送ってくださいね！よろしくお願いします～

おなかすいた



Ramadan Kareem

新居浜市国際交流協会（NIC）主催 「ラマダンについて学ぼう！」ミニ講座



4月3日（日）に、ラマダン初日を迎えて、「ラマダンについて学ぼう」というミニ講座を開きました。着任して1年目からずっとやりたかったこの講座が、コロナの影響により2年続けて中止となりましたが、今年はやっとできてとても嬉しかったです！



昨年、新居浜に住む5人が1日ラマダン体験に挑戦しました！
そんな皆さんの体験を、ぜひご覧ください～

<https://www.youtube.com/watch?v=QNqiM3BP4zs>



ミニ講座のお知らせ：「ハリラヤを一緒に祝おう！」

日程：2022年5月28日（土）
時間：10：00～12：00
場所：新居浜市総合福祉センター2F
（第1研修室）
参加費：会員500円、非会員800円
お問い合わせ・お申込み
新居浜市国際交流協会
Tel: 0897-65-1579
Fax: 0897-65-3157
Email: niihamashikokusai@gmail.com

ハリラヤとは、ラマダンの終わりを祝う、ムスリムにとって大事な祝日です。マレーシアでは、このお祝いは1か月間も続きます！ハリラヤを一緒に楽しみませんか？ハリラヤの料理やお菓子をお持ち帰りいただけますよ！お申し込みをお待ちしております！

料理や部屋の飾り付けを手伝ってくれるボランティアを募集します。

5月27日（金）18:00～21:00、
5月28日（土）09:00～（どちらも若干名）