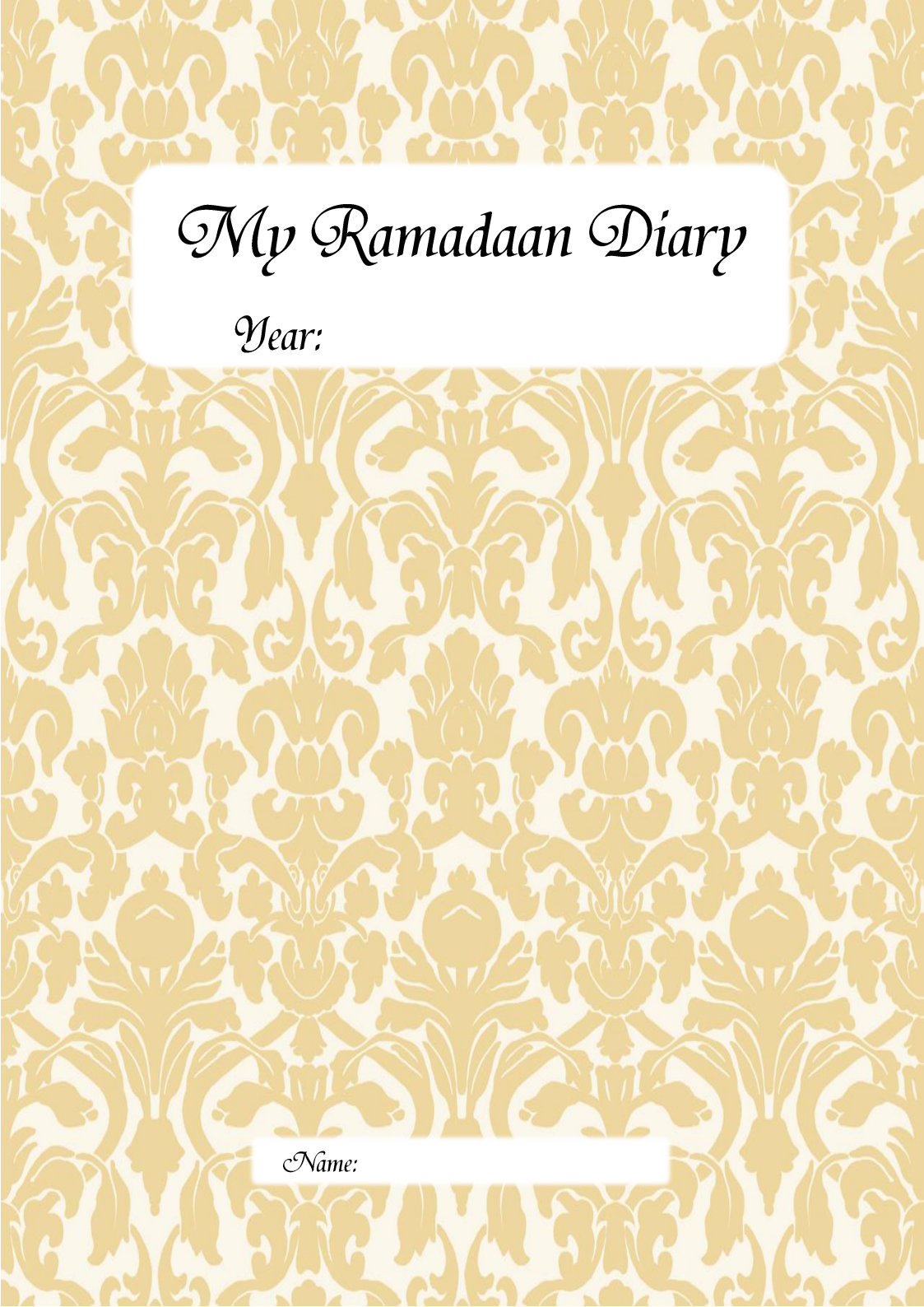




My Ramadaan Diary

Year:

Name:

慈悲深き慈愛あまねくアッラーの御名において

ラマダーンへの準備を始めましょう！

祝福多きラマダーンに準備万端で臨めるよう、早めに準備を始めましょう。

ラジャブ月に入ったら言うといいドゥアー

اللَّهُمَّ بَارِكْ لَنَا فِي رَجَبٍ وَ شَعْبَانَ وَبَلِّغْنَا رَمَضَانَ

アッラーフンマ バーリク ラナー フィー ラジャバ

ワ シャアバーナ ワ バッリグナー ラマダーン

アッラーよ、ラジャブ月とシャアバーン月に、私たちに祝福をお与えください。

そして私たちをラマダーン月まで到達させてください。

1. 環境面の準備 Preparing for the Environment

ラマダーンに入ったらイバーダに集中できるよう、環境面を整えましょう。(例:家の大掃除、片付け、所用を済ませておく等)



やることリスト	☑	やることリスト	☑

2. 精神面の準備 Preparing Spiritually

ラマダーンに入る前に、精神面を整えていきましょう。

(例:学習、イバーダの見直し、ズィクル等)



やることリスト	☑	やることリスト	☑

3. ラマダーン中にすることの計画 Planning the Activities

ラマダーン中にしたいことを今から計画していきましょう。

(例:イフタール・パーティー、子どもたちとのアクティビティ等)

やることリスト	☑	やることリスト	☑

5. 買い出し準備 Shopping List

ラマダーン中に買い物に走り回らなくて済むよう、買い物計画を立てましょう。(例:イフタル用食材、イード用プレゼント・服等)

[illegible]

Rajab ラジヤブ



ラマダーンまでの種まきの月です。イスティグファールをたくさんしましょう。

Goals 目標

🌱 やること

Mon 月	Tue 火	Wed 水	Thu 木	Fri 金	Sat 土	Sun 日
断食 ☐			断食 ☐	洞窟章 ☐		
断食 ☐			断食 ☐	洞窟章 ☐		
断食 ☐			断食 ☐	洞窟章 ☐		
断食 ☐			断食 ☐	洞窟章 ☐		
断食 ☐			断食 ☐	洞窟章 ☐		

Sha'baan シャアバーン



ラジャブで蒔いた種に水をやる月です。

預言者様^ﷺにたくさん祝福を送りましょう。

Goals 目標

🌱 やること

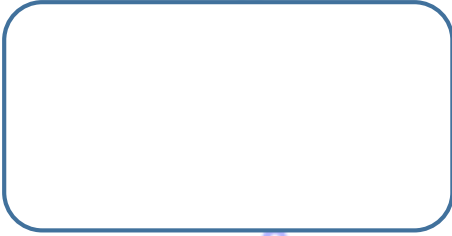
Mon 月	Tue 火	Wed 水	Thu 木	Fri 金	Sat 土	Sun 日
断食 ☐			断食 ☐	洞窟章 ☐		
断食 ☐			断食 ☐	洞窟章 ☐		
断食 ☐			断食 ☐	洞窟章 ☐		
断食 ☐			断食 ☐	洞窟章 ☐		
断食 ☐			断食 ☐	洞窟章 ☐		



ラマダーンの目標

★ ラマダーン中の目標を立てましょう。

断食 *Fast*



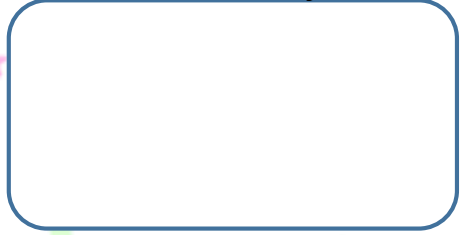
クルアーン *Qur'an*



礼拝 *Salaat*



学習 *Knowledge*



イバーダ *Ibaadah*



善行 *Good Deeds*



ライラトルカドル *Laylatul Qadr*

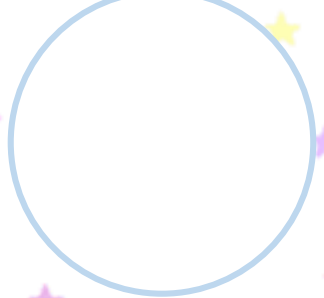
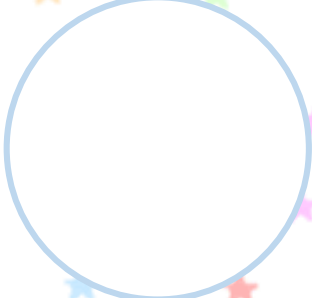
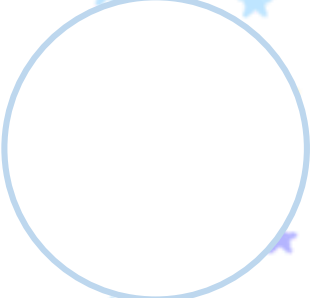
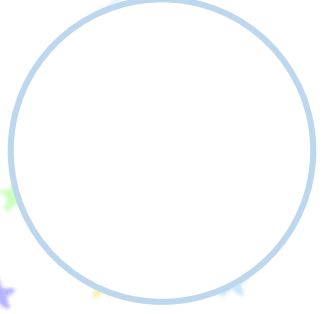
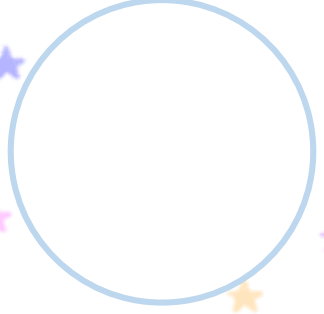
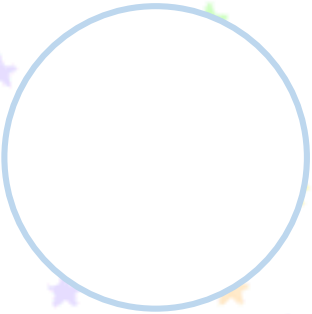
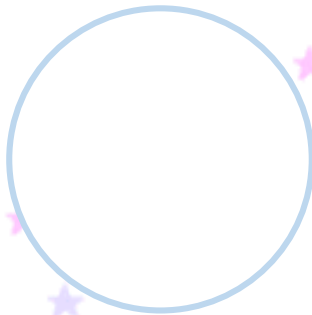


その他 *Others*



アイデア・メモ

ラマダーン中にお子さまと楽しみたい工作アイデアや、
料理アイデア等を自由に書きだしましょう。



Ramadaan ラマダーン



Mon 月	Tue 火	Wed 水	Thu 木	Fri 金	Sat 土	Sun 日
				洞窟章□		
				洞窟章□		
				洞窟章□		
				洞窟章□		
				洞窟章□		

Day 1

月 日() 体調: ☺ / ☹()

今日のサフル



今日のイフタル



義務の礼拝	ファルド	スンナ	アズカール
マグリブ			
イシャー			
ファジュル			
ズフル			
アスル			

任意の礼拝	ラカー数
タラーウィーフ	
キヤームツライル	
タハッジユド	
ウイトル	
ドゥハー	

アズカール	✓
夕	
寝る前	
朝	

今日のクルアーン読誦 (p. ~p.)

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

今日、学んだこと

心に響いたクルアーンのアーヤ

今日の善行

一日を振り返って

Day 2

月

日()

体調:



/



()

今日のサフル



今日のイフタル



義務の礼拝	ファルド	スンナ	アズカール
マグリブ			
イシャー			
ファジュル			
ズフル			
アスル			

任意の礼拝	ラカー数
タラーウィーフ	
キヤームツライル	
タハッジユド	
ウイトル	
ドゥハー	

アズカール	✓
夕	
寝る前	
朝	

今日のクルアーン読誦 (p.

~p.

)

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

今日、学んだこと

心に響いたクルアーンのアヤ

今日の善行

一日を振り返って

Day 3

月

日()

体調:



/ ☹()

今日のサフル



今日のイフタル



義務の礼拝	ファルド	スンナ	アズカール
マグリブ			
イシャー			
ファジュル			
ズフル			
アスル			

任意の礼拝	ラカー数
タラーウィーフ	
キヤームツライル	
タハッジユド	
ウイトル	
ドゥハー	

アズカール	✓
夕	
寝る前	
朝	

今日のクルアーン読誦 (p. ~p.)

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

今日、学んだこと

心に響いたクルアーンのアーヤ

今日の善行

一日を振り返って

Day 4 月 日() 体調: ☺ / ☹()

今日のサフル



今日のイフタル



義務の礼拝	ファルド	スンナ	アズカール
マグリブ			
イシャー			
ファジュル			
ズフル			
アスル			

任意の礼拝	ラカー数
タラーウィーフ	
キヤームツライル	
タハッジユド	
ウイトル	
ドゥハー	

アズカール	✓
夕	
寝る前	
朝	

今日のクルアーン読誦 (p. ~p.)

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

今日、学んだこと

心に響いたクルアーンのアーヤ

今日の善行

一日を振り返って

Day 5 月 日() 体調: ☺ / ☹()

今日のサフル



今日のイフタル



義務の礼拝	ファルド	スンナ	アズカール
マグリブ			
イシャー			
ファジュル			
ズフル			
アスル			

任意の礼拝	ラカー数
タラーウィーフ	
キヤームツライル	
タハッジユド	
ウイトル	
ドゥハー	

アズカール	✓
夕	
寝る前	
朝	

今日のクルアーン読誦 (p. ~p.)

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

今日、学んだこと

心に響いたクルアーンのアーヤ

今日の善行

一日を振り返って

Day 6

月

日()

体調: ☺ / ☹ ()

今日のサフル



今日のイフタル



義務の礼拝	ファルド	スンナ	アズカール
マグリブ			
イシャー			
ファジュル			
ズフル			
アスル			

任意の礼拝	ラカー数
タラーウィーフ	
キヤームツライル	
タハッジユド	
ウイトル	
ドゥハー	

アズカール	✓
夕	
寝る前	
朝	

今日のクルアーン読誦 (p. ~p.)

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

今日、学んだこと

心に響いたクルアーンのアーヤ

今日の善行

一日を振り返って

Day 7

月

日()

体調:



/



()

今日のサフル



今日のイフタル



義務の礼拝	ファルド	スンナ	アズカール
マグリブ			
イシャー			
ファジュル			
ズフル			
アスル			

任意の礼拝	ラカー数
タラーウィーフ	
キヤームツライル	
タハッジユド	
ウイトル	
ドゥハー	

アズカール	✓
夕	
寝る前	
朝	

今日のクルアーン読誦 (p.

~p.

)

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

今日、学んだこと

心に響いたクルアーンのアーヤ

今日の善行

一日を振り返って

Day 8

月 日() 体調: ☺ / ☹()

今日のサフル



今日のイフタル



義務の礼拝	ファルド	スンナ	アズカール
マグリブ			
イシャー			
ファジュル			
ズフル			
アスル			

任意の礼拝	ラカー数
タラーウィーフ	
キヤームツライル	
タハッジユド	
ウイトル	
ドゥハー	

アズカール	✓
夕	
寝る前	
朝	

今日のクルアーン読誦 (p. ~p.)

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

今日、学んだこと

心に響いたクルアーンのアーヤ

今日の善行

一日を振り返って

Day 9 月 日() 体調: ☺ / ☹()

今日のサフル



今日のイフタル



義務の礼拝	ファルド	スンナ	アズカール
マグリブ			
イシャー			
ファジュル			
ズフル			
アスル			

任意の礼拝	ラカー数
タラーウィーフ	
キヤームツライル	
タハッジユド	
ウイトル	
ドゥハー	

アズカール	✓
夕	
寝る前	
朝	

今日のクルアーン読誦 (p. ~p.)

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

今日、学んだこと

心に響いたクルアーンのアーヤ

今日の善行

一日を振り返って

Day 10

月 日() 体調: ☺ / ☹()

今日のサフル



今日のイフタル



義務の礼拝	ファルド	スンナ	アズカール
マグリブ			
イシャー			
ファジュル			
ズフル			
アスル			

任意の礼拝	ラカー数
タラーウィーフ	
キヤームツライル	
タハッジユド	
ウイトル	
ドゥハー	

アズカール	✓
夕	
寝る前	
朝	

今日のクルアーン読誦 (p. ~p.)

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

今日、学んだこと

心に響いたクルアーンのアーヤ

今日の善行

一日を振り返って

Day 11 月 日() 体調: ☺ / ☹()

今日のサフル



今日のイフタル



義務の礼拝	ファルド	スンナ	アズカール
マグリブ			
イシャー			
ファジュル			
ズフル			
アスル			

任意の礼拝	ラカー数
タラーウィーフ	
キヤームツライル	
タハッジユド	
ウイトル	
ドゥハー	

アズカール	✓
夕	
寝る前	
朝	

今日のクルアーン読誦 (p. ~p.)

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

今日、学んだこと

心に響いたクルアーンのアーヤ

今日の善行

一日を振り返って

Day 12

月 日() 体調: ☺ / ☹()

今日のサフル



今日のイフタル



義務の礼拝	ファルド	スンナ	アズカール
マグリブ			
イシャー			
ファジュル			
ズフル			
アスル			

任意の礼拝	ラカー数
タラーウィーフ	
キヤームツライル	
タハッジユド	
ウイトル	
ドゥハー	

アズカール	✓
夕	
寝る前	
朝	

今日のクルアーン読誦 (p. ~p.)

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

今日、学んだこと

心に響いたクルアーンのアーヤ

今日の善行

一日を振り返って

Day 13

月 日() 体調: ☺ / ☹()

今日のサフル



今日のイフタル



義務の礼拝	ファルド	スンナ	アズカール
マグリブ			
イシャー			
ファジュル			
ズフル			
アスル			

任意の礼拝	ラカー数
タラーウィーフ	
キヤームツライル	
タハッジユド	
ウイトル	
ドゥハー	

アズカール	✓
夕	
寝る前	
朝	

今日のクルアーン読誦 (p. ~p.)

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

今日、学んだこと

心に響いたクルアーンのアーヤ

今日の善行

一日を振り返って

Day 14

月 日() 体調: ☺ / ☹()

今日のサフル



今日のイフタル



義務の礼拝	ファルド	スンナ	アズカール
マグリブ			
イシャー			
ファジュル			
ズフル			
アスル			

任意の礼拝	ラカー数
タラーウィーフ	
キヤームツライル	
タハッジユド	
ウイトル	
ドゥハー	

アズカール	✓
夕	
寝る前	
朝	

今日のクルアーン読誦 (p. ~p.)

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

今日、学んだこと

心に響いたクルアーンのアーヤ

今日の善行

一日を振り返って

Day 15

月 日() 体調: ☺ / ☹()

今日のサフル



今日のイフタル



義務の礼拝	ファルド	スンナ	アズカール
マグリブ			
イシャー			
ファジュル			
ズフル			
アスル			

任意の礼拝	ラカー数
タラーウィーフ	
キヤームツライル	
タハッジユド	
ウイトル	
ドゥハー	

アズカール	✓
夕	
寝る前	
朝	

今日のクルアーン読誦 (p. ~p.)

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

今日、学んだこと

心に響いたクルアーンのアーヤ

今日の善行

一日を振り返って

Day 16

月 日() 体調: ☺ / ☹()

今日のサフル



今日のイフタル



義務の礼拝	ファルド	スンナ	アズカール
マグリブ			
イシャー			
ファジュル			
ズフル			
アスル			

任意の礼拝	ラカー数
タラーウィーフ	
キヤームツライル	
タハッジユド	
ウイトル	
ドゥハー	

アズカール	✓
夕	
寝る前	
朝	

今日のクルアーン読誦 (p. ~p.)

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

今日、学んだこと

心に響いたクルアーンのアーヤ

今日の善行

一日を振り返って

Day 17

月 日() 体調: ☺ / ☹()

今日のサフル



今日のイフタル



義務の礼拝	ファルド	スンナ	アズカール
マグリブ			
イシャー			
ファジュル			
ズフル			
アスル			

任意の礼拝	ラカー数
タラーウィーフ	
キヤームツライル	
タハッジユド	
ウイトル	
ドゥハー	

アズカール	✓
夕	
寝る前	
朝	

今日のクルアーン読誦 (p. ~p.)

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

今日、学んだこと

心に響いたクルアーンのアーヤ

今日の善行

一日を振り返って

Day 18

月 日() 体調: ☺ / ☹()

今日のサフル



今日のイフタル



義務の礼拝	ファルド	スンナ	アズカール
マグリブ			
イシャー			
ファジュル			
ズフル			
アスル			

任意の礼拝	ラカー数
タラーウィーフ	
キヤームツライル	
タハッジユド	
ウイトル	
ドゥハー	

アズカール	✓
夕	
寝る前	
朝	

今日のクルアーン読誦 (p. ~p.)

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

今日、学んだこと

心に響いたクルアーンのアーヤ

今日の善行

一日を振り返って

Day 19

月

日()

体調:



/



()

今日のサフル



今日のイフタル



義務の礼拝	ファルド	スンナ	アズカール
マグリブ			
イシャー			
ファジュル			
ズフル			
アスル			

任意の礼拝	ラカー数
タラーウィーフ	
キヤームツライル	
タハッジユド	
ウイトル	
ドゥハー	

アズカール	✓
夕	
寝る前	
朝	

今日のクルアーン読誦 (p.

~p.

)

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

今日、学んだこと

心に響いたクルアーンのアーヤ

今日の善行

一日を振り返って

Day 20

月

日()

体調:



/



()

今日のサフル



今日のイフタル



義務の礼拝	ファルド	スンナ	アズカール
マグリブ			
イシャー			
ファジュル			
ズフル			
アスル			

任意の礼拝	ラカー数
タラーウィーフ	
キヤームツライル	
タハッジユド	
ウイトル	
ドゥハー	

アズカール	✓
夕	
寝る前	
朝	

今日のクルアーン読誦 (p.

~p.

)

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

今日、学んだこと

心に響いたクルアーンのアヤ

今日の善行

一日を振り返って

Day 21

月 日() 体調: ☺ / ☹()

今日のサフル



今日のイフタル



義務の礼拝	ファルド	スンナ	アズカール
マグリブ			
イシャー			
ファジュル			
ズフル			
アスル			

任意の礼拝	ラカー数
タラーウィーフ	
キヤームツライル	
タハッジユド	
ウイトル	
ドゥハー	

アズカール	✓
夕	
寝る前	
朝	

今日のクルアーン読誦 (p. ~p.)

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

今日、学んだこと

心に響いたクルアーンのアーヤ

今日の善行

一日を振り返って

Day 22 月 日() 体調: ☺ / ☹()

今日のサフル



今日のイフタル



義務の礼拝	ファルド	スンナ	アズカール
マグリブ			
イシャー			
ファジュル			
ズフル			
アスル			

任意の礼拝	ラカー数
タラーウィーフ	
キヤームツライル	
タハッジユド	
ウイトル	
ドゥハー	

アズカール	✓
夕	
寝る前	
朝	

今日のクルアーン読誦 (p. ~p.)

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

今日、学んだこと

心に響いたクルアーンのアーヤ

今日の善行

一日を振り返って

Day 23

月

日()

体調:



/



()

今日のサフル



今日のイフタル



義務の礼拝	ファルド	スンナ	アズカール
マグリブ			
イシャー			
ファジュル			
ズフル			
アスル			

任意の礼拝	ラカー数
タラーウィーフ	
キヤームツライル	
タハッジユド	
ウイトル	
ドゥハー	

アズカール	✓
夕	
寝る前	
朝	

今日のクルアーン読誦 (p.

~p.

)

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

今日、学んだこと

心に響いたクルアーンのアーヤ

今日の善行

一日を振り返って

Day 24

月

日()

体調:



()

今日のサフル



今日のイフタル



義務の礼拝	ファルド	スンナ	アズカール
マグリブ			
イシャー			
ファジュル			
ズフル			
アスル			

任意の礼拝	ラカー数
タラーウィーフ	
キヤームツライル	
タハッジユド	
ウイトル	
ドゥハー	

アズカール	✓
夕	
寝る前	
朝	

今日のクルアーン読誦 (p.

~p.

)

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

今日、学んだこと

心に響いたクルアーンのアヤ

今日の善行

一日を振り返って

Day 25

月

日()

体調:



()

今日のサフル



今日のイフタル



義務の礼拝	ファルド	スンナ	アズカール
マグリブ			
イシャー			
ファジュル			
ズフル			
アスル			

任意の礼拝	ラカー数
タラーウィーフ	
キヤームツライル	
タハッジユド	
ウイトル	
ドゥハー	

アズカール	✓
夕	
寝る前	
朝	

今日のクルアーン読誦 (p.

~p.

)

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

今日、学んだこと

心に響いたクルアーンのアヤ

今日の善行

一日を振り返って

Day 26

月

日()

体調:



/



()

今日のサフル



今日のイフタル



義務の礼拝	ファルド	スンナ	アズカール
マグリブ			
イシャー			
ファジュル			
ズフル			
アスル			

任意の礼拝	ラカー数
タラーウィーフ	
キヤームツライル	
タハッジユド	
ウイトル	
ドゥハー	

アズカール	✓
夕	
寝る前	
朝	

今日のクルアーン読誦 (p.

~p.

)

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

今日、学んだこと

心に響いたクルアーンのアーヤ

今日の善行

一日を振り返って

Day 27 月 日() 体調: ☺ / ☹()

今日のサフル



今日のイフタル



義務の礼拝	ファルド	スンナ	アズカール
マグリブ			
イシャー			
ファジュル			
ズフル			
アスル			

任意の礼拝	ラカー数
タラーウィーフ	
キヤームツライル	
タハッジユド	
ウイトル	
ドゥハー	

アズカール	✓
夕	
寝る前	
朝	

今日のクルアーン読誦 (p. ~p.)

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

今日、学んだこと

心に響いたクルアーンのアヤ

今日の善行

一日を振り返って

Day 28

月

日()

体調:



/



()

今日のサフル



今日のイフタル



義務の礼拝	ファルド	スンナ	アズカール
マグリブ			
イシャー			
ファジュル			
ズフル			
アスル			

任意の礼拝	ラカー数
タラーウィーフ	
キヤームツライル	
タハッジユド	
ウイトル	
ドゥハー	

アズカール	✓
夕	
寝る前	
朝	

今日のクルアーン読誦 (p.

~p.

)

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

今日、学んだこと

心に響いたクルアーンのアーヤ

今日の善行

一日を振り返って

Day 29

月

日()

体調:



/



()

今日のサフル



今日のイフタル



義務の礼拝	ファルド	スンナ	アズカール
マグリブ			
イシャー			
ファジュル			
ズフル			
アスル			

任意の礼拝	ラカー数
タラーウィーフ	
キヤームツライル	
タハッジユド	
ウイトル	
ドゥハー	

アズカール	✓
夕	
寝る前	
朝	

今日のクルアーン読誦 (p.

~p.

)

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

今日、学んだこと

心に響いたクルアーンのアーヤ

今日の善行

一日を振り返って

Day 30

月

日()

体調:



/



()

今日のサフル



今日のイフタル



義務の礼拝	ファルド	スンナ	アズカール
マグリブ			
イシャー			
ファジュル			
ズフル			
アスル			

任意の礼拝	ラカー数
タラーウィーフ	
キヤームツライル	
タハッジユド	
ウイトル	
ドゥハー	

アズカール	✓
夕	
寝る前	
朝	

今日のクルアーン読誦 (p.

~p.

)

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

今日、学んだこと

心に響いたクルアーンのアヤ

今日の善行

一日を振り返って

Lecture Log 講義録

ラマダーン前からラマダーン中に参加、または聴講した
勉強会や講義の内容を記録しましょう。



日付	テーマ	場所	内容

日付	テーマ	場所	内容

اللَّهُمَّ انْفَعْنِي بِمَا عَلَّمْتَنِي وَعَلِّمْنِي مَا يَنْفَعُنِي

アッラーフンマンファアニー ビマー アッラムタニー ワ アッリムニー マー ヤソファウニー

アッラーよ、どうか私の知識を役に立たせてください。そして、私に役に立つ知識をお与えください。





ラマダーンを振り返って

断食お休み日

	日付	理由	埋め合わせ
1			
2			
3			
4			
5			
6			
7			
8			
9			
10			

断食日数： 日

クルアーン読誦：

クルアーン暗記：

ドゥアー暗記：

学習：

ラマダーンを通して学んだこと、改善したこと

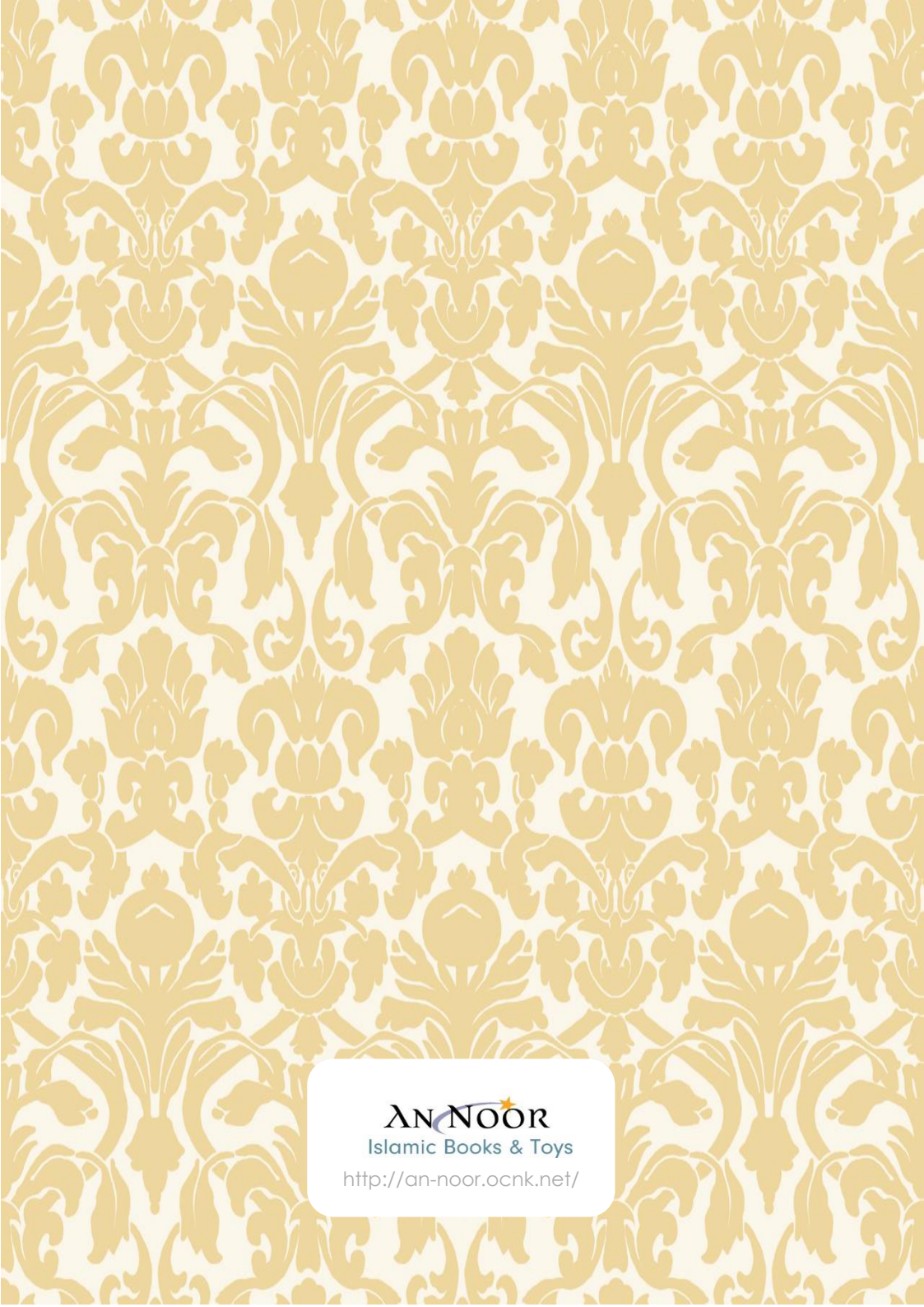












AN NOOR
Islamic Books & Toys
<http://an-noor.ocnk.net/>