



ハラール ロジスティクス（物流）ロゴ

حلال

ハラールって何？ 食から始まる異文化理解

2024.9.23(Mon) やしお生涯学習館

一般社団法人 ジャパン・ムスリム・アクセス

Tel : 048-954-6964

e-mail : info@jmahalal.com

URL : jmahalal.com



飲食店・レストラン・ホテル・コンビニエンスストア・
ファストフード店に対し、**認証を無償で提供。**

Q① ハラルという言葉にはどんな意味がありますか？



イスラム法（シャリーア）で許可されているものということ「ハラル」と言います。食べ物から生活のすべてに適用されます。

ハラル認証は、食品、飲料、医薬品、ヘルスケア、化粧品、パッケージング、さらにはロジスティクス（物流）など、さまざまなカテゴリで多岐にわたります。様々なチェックを行い、ハラル認証を取得したものには上記のハラル認証マークを付けることができます。

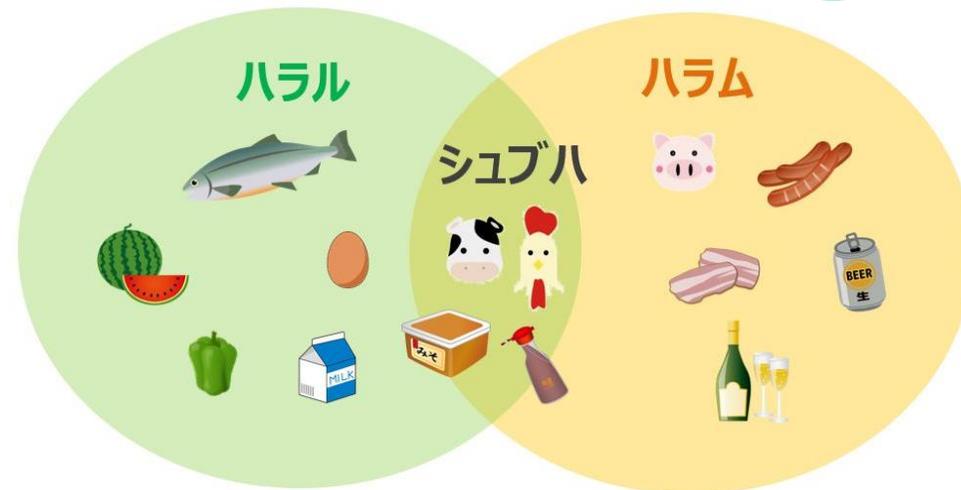
ハラルとは、人間の体にとって有害なものや、いらないものを省くことです？

イスラム教は、神（アッラー）の教えに従うことですから、ハラルでないものを食べてしまうことは、例え自分が望まなくても、神に従わなかったことになり、罪を犯すこととなります。

人生の中でハラルはとても大事であり、ムスリム（イスラム教徒）の根本となっています。

※なお、イスラムのシャリア法にて、人間の体にとって有害なものやいらないもの、禁止されていることを「ハラム」と言います。

Q② 日本人がイメージするハラールと実際に実践されるハラールには違いがあると思いますか？



日本人にはイスラム教は豚肉を食べてはいけないということはよく知られていますが、アルコールも禁止されています。

豚肉でなければそれ以外の牛肉、鶏肉なら良いだろうと思われていますが、実際は牛肉も鶏肉もきちんと手順を踏んだ**イスラム法**でと畜された肉のみ（※次ページに詳細あり）口にすることができます。

豚やお酒が原材料に使用されている場合、乳化剤、ゼラチン、マーガリン、味噌、醤油、みりん等、普段日本人が気にせずに口に入れている材料についてもハラールではなくハラムとなります。

なお、豚肉のエキスやリキュール、シロップのアルコールが含まれているかどうか不明なものや、屠畜方法が不明な牛肉や鶏肉はシュブハとして避けられる傾向にあります。

また砂糖やミネラルウォーターについても製造工程で動物の骨炭を使用していることが多いので、豚かどうか注意しなければなりません。

イスラム法によると畜の条件

- と畜は、イスラム教の教えに従って**合法的でハラルな動物**でなければなりません。
- と畜人は、精神的に健全で、イスラム教のと畜手順に精通している**イスラム教徒**でなければなりません。
- と畜は、と畜時に**生きている**か、生きていると見なされる必要があります。
- と畜人は**キブラの方向**を向く必要があり、動物の首はキブラの方向に向ける必要があります。
- 「**ビスミッラー・アッラーフ アクバル** , بسم الله · الله اكبر 」(アッラーの御名において、アッラーは最も偉大である) というフレーズは、各動物のと畜の直前に唱えられるべきです。
- と畜装置は**鋭利**である必要があります。
- と畜行為は、鋭利でナイフや刃先のある工具を使い、一回で気管、食道、首の領域の主要な動脈と静脈を切断し、**脊髄を残す必要**があります。できるだけ**血液、また他の不純な要素が体から出ていく**ようにします。
- と畜動物は生きたまま検査をし、**病気がない**か調べます。

※上記のイスラム法のと畜についての詳細情報

- 死んだ動物は違法であると宣言され、それゆえに禁止されています。
- 神様にと畜の許可を得るという意味でフレーズを唱えます。
- と畜行為を正しく行えないと血液が残ってしまい新鮮さを保つことが出来ず、それを口にした人間の体内にも悪影響があり、病気の原因になる場合があります。

○ハラルな動物 		×ハラムな動物 	
仔牛 	仔羊 	ソウ 	きつね 
牛・水牛 	ヤギ 	犬 	猫 
羊 	チキン 	トラ 	へび 
七面鳥 	鳥 	くま 	カエル 
アヒル 	鹿 	ワシ 	ライオン 
パイソン 	シーフード (宗派によって異なります) 	ブタ 	肉食動物と水中と陸上の両方に生息する動物
魚 			

Q③「ハラム」って何？



イスラム教における**タブー・禁止行為**はイスラム用語で「**ハラム**（英語：Haram）」と呼ばれます。**不潔で有害なもの**というハラムにあたる行為は、代表的なものと下記となります。

【豚肉・お酒それらに由来するものを食べる】 豚は不浄の動物、病気にかかりやすい（習性や食べ物の不潔さから）と考えられているため、イスラム教の啓典クルアーン（コーラン）にも記されています。また酒については飲酒による危険行為や弊害を「悪魔の行い」として禁じるようになったためです。そのため、それ自体や豚由来、お酒を原料とする加工品も口にすることは禁止としています。

【偶像崇拜】 像や絵画、写真などを信仰の対象とすることは禁止。アッラーはもちろんのこと、預言者についても同じです。

【女性が人前で肌を見せる】 貴重な宝石が特別な箱に入れられ、真珠が牡蠣に入れられるのと同じように女性は宝という考えのため、ヒジャブを身に着け顔と手以外は隠しています。

【利子を取る】 イスラム教にはお金を得るためにはしっかりと労働して稼ぐべき、という考えがあるので、お金を蓄えるだけで 簡単にお金を稼ぐことは禁止されています。銀行などの利息のビジネスを行うことは禁じられています。

【自殺】 アッラーが与えてくれた命を無駄にする行為は、アッラーへの冒瀆と考えられるためです。

イスラムでは、ガールフレンドやボーイフレンドを持つことはムスリムのマナーではありません。
男性のイスラム教徒がガールフレンドを持つことは禁じられています。
女性のイスラム教徒がボーイフレンドを持つことも同様に禁じられています。
また、イスラム教では、非マフラム(近い血族でない)の人や異性のとても親しい友人の関わりは、ズイナーと呼ばれるハラムにつながります。
男性と女性がいかなる種類の不法行為をすることは絶対に禁じています。
繋がり、プライベートな密会、混ざり合ったり、無駄な会話や下品な会話をしたりすることはNGです。



Q④ 日本食はハラルとしてはどうなのでしょう？ 豚肉はダメなのわかりますが、他はありますか？



ハラルフードに該当するものは、野菜・果物・穀物・豆類・魚介類・牛乳・卵などであり、日本に流通している多くの食材を利用できます。ただし、アルコールを原材料として使用すると、ハラムに該当する可能性があるため注意しなければいけません。

また日本食で多く使用される調味料についても注意が必要です。

日本人にとってはまだまだハラル食品は馴染みのない習慣のため、一見難しい対応のように感じるかもしれないが、食べられないものであるハラムを避けることを意識すれば、トラブルなく対応することができます。

下記を参考にしてください。

×ハラム【禁止】：豚肉、ベーコン、豚由来の成分、ラード、乳化剤、ショートニング、ゼラチン、マーガリン、コラーゲン、砂糖、



コンソメ、コンソメパウダー、イスラムの規則に従って屠畜していない牛肉・鶏肉・羊肉・山羊肉

酒、ワイン、洋酒、酒精、醤油、酢、マヨネーズ、ブランデー、リキュール、酵母エキス等のアルコール由来のもの等

Q⑤ 日本の人たちに対して、ハラルについてこんなことを理解しておいた方がいいよというアドバイスなどがあれば教えてください。

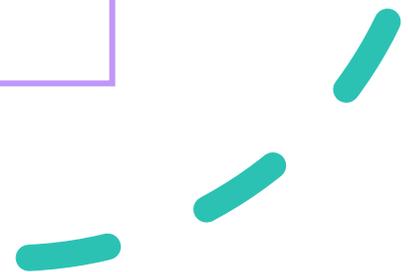
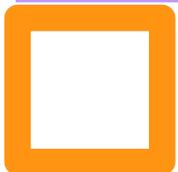


多くの日本人が「ハラル料理=イスラム教徒が食すもの」と思いがちですが、ハラルフードは**ムスリムだけの食事**ではありません。

原材料の品質分析や衛生管理の認証基準の高さから、自ずと体に良いもので尚且つ衛生的な食材の証となります。日本の方の中にも進んで**オーガニック**野菜を摂るように、ハラルに馴染みのある他の多くの国では、ハラル料理はムスリムの方のみならず、健康志向の方に支持されています。

昨今、日本でも注目を浴びている動物性食品を使わないマクロビオティックやヴィーガンの多くも「ハラル料理」に含むことができますし、水産物のほとんどがハラルです。つまり、わたしたちの身近にハラルは多く存在しており、それらの共通点は「**健康的**」だということです。

今後、日本においても健康志向による食の多様化はますます顕著になっていき、添加物や化学調味料などを避ける方は急激に増えていますので是非ハラル認証マークのあるハラルフードに注目してみてください。
業務スーパーや三郷にあるボンゴバザールというスーパーで多く扱っていますのでラベルの裏を見てみてください。





ハラール認証ガイド

<https://cdn.me-qr.com/pdf/f7a751c4-5040-4c15-b8b4-4de2a62369ad.pdf>



JMA活動内容

<https://cdn.me-qr.com/pdf/89b96c4f-ab46-4756-8056-f37770e70983.pdf>

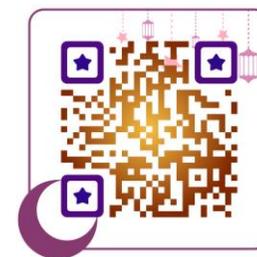
本日の講演「ハラールって何？」概要

今回はイスラム教のハラールについての講演でしたが、イスラム教の詳細について、下の5つのQRコードにて知ることができます。
 普段ムスリムがモスクに集まって何を行っているか、何を言っているか、また礼拝や祈りのやり方などを詳しく記載していますので、ご興味のある方は是非ご覧ください。



アラビア語コーランの読み方

<https://cdn.me-qr.com/pdf/d8affcd8-c327-4643-adf3-4732b935aa09.pdf>



イマーム六信

<https://cdn.me-qr.com/pdf/7579d46b-4f2d-4c6c-85ce-4050c3ee8e88.pdf>



イスラーム五行

<https://cdn.me-qr.com/pdf/7615046d-06a3-42c1-a378-3a1ee6324b22.pdf>



礼拝、祈りのやり方

<https://cdn.me-qr.com/pdf/ff3159c3-0296-4dc6-935b-f64c6fb94ce6.pdf>



イスラム教に改宗する方法

<https://cdn.me-qr.com/pdf/119dde03-36de-4d5c-aece-477418d9635c.pdf>



一般社団法人
ジャパン・ムスリム・アクセス®

代表理事 参田 佐利夢

〒340-0801

埼玉県八潮市八條3678

Tel : 048-954-6964

Cell : 090-1667-6319

e-mail : info@jmahalal.com

URL : jmahalal.com

