

人生は砂時計のようなもの。この世に生まれ出たその瞬間から、私の『いのちの砂』は落ち続けている。

しかし私は、その砂に触れることも、増やすことも、更には、その残量を知ることすら許されていない。

だからこそ、私は、二度と戻って来ることのない『今日という日』に全力を尽くし、限りある『私のいのち』を生き抜くことを誓います。なぜなら、私の生涯はこの一日一日で構成されるのだから。

一日の終わりに、その日を振り返り「今日を生きた」と自己評価できれば○を黒く塗りつぶし、それ以外の場合、○は空白のままにしてください。私は、残された生涯で、あといくつの○を、与えていただけるのでしょうか？

睦月 (1月) January	如月 (2月) February	弥生 (3月) March	卯月 (4月) April	皐月 (5月) May	水無月 (6月) June	文月 (7月) July	葉月 (8月) August	長月 (9月) September	神無月 (10月) October	霜月 (11月) November	師走 (12月) December
日曜日証	日曜日証	日曜日証	日曜日証	日曜日証	日曜日証	日曜日証	日曜日証	日曜日証	日曜日証	日曜日証	日曜日証
1金○	1月○	1月○	1木○	1土○	1火○	1木○	1日○	1水○	1金○	1月○	1水○
2土○	2火○	2火○	2金○	2日○	2水○	2金○	2月○	2木○	2土○	2火○	2木○
3日○	3水○	3水○	3土○	3月○	3木○	3土○	3火○	3金○	3日○	3水○	3金○
4月○	4立春木○	4木○	4日○	4火○	4金○	4日○	4水○	4土○	4月○	4木○	4土○
5小寒火○	5金○	5金○	5清明月○	5水○	5土○	5月○	5木○	5日○	5火○	5金○	5日○
6水○	6土○	6啓蟄土○	6火○	6立夏木○	6芒種日○	6火○	6金○	6月○	6水○	6土○	6月○
7木○	7日○	7日○	7水○	7金○	7月○	7小暑水○	7土○	7火○	7木○	7日○	7大雪火○
8金○	8月○	8月○	8木○	8土○	8火○	8木○	8立秋日○	8白露水○	8寒露金○	8立冬月○	8水○
9土○	9火○	9火○	9金○	9日○	9水○	9金○	9月○	9木○	9土○	9火○	9木○
10日○	10水○	10水○	10土○	10月○	10木○	10土○	10火○	10金○	10日○	10水○	10金○
11月○	11木○	11木○	11日○	11火○	11金○	11日○	11水○	11土○	11月○	11木○	11土○
12火○	12金○	12金○	12月○	12水○	12土○	12月○	12木○	12日○	12火○	12金○	12日○
13水○	13土○	13土○	13火○	13木○	13日○	13火○	13金○	13月○	13水○	13土○	13月○
14木○	14日○	14日○	14水○	14金○	14月○	14水○	14土○	14火○	14木○	14日○	14火○
15金○	15月○	15月○	15木○	15土○	15火○	15木○	15日○	15水○	15金○	15月○	15水○
16土○	16火○	16火○	16金○	16日○	16水○	16金○	16月○	16木○	16土○	16火○	16木○
17日○	17水○	17水○	17土○	17月○	17木○	17土○	17火○	17金○	17日○	17水○	17金○
18月○	18木○	18木○	18日○	18火○	18金○	18日○	18水○	18土○	18月○	18木○	18土○
19火○	19雨水金○	19金○	19月○	19水○	19土○	19月○	19木○	19日○	19火○	19金○	19日○
20大寒水○	20土○	20土○	20穀雨火○	20木○	20日○	20火○	20金○	20月○	20水○	20土○	20月○
21木○	21日○	21春分日○	21水○	21小滿金○	21夏至月○	21水○	21土○	21火○	21木○	21日○	21火○
22金○	22月○	22月○	22木○	22土○	22火○	22木○	22日○	22水○	22金○	22小雪月○	22冬至水○
23土○	23火○	23火○	23金○	23日○	23水○	23大暑金○	23処暑月○	23秋分木○	23土○	23火○	23木○
24日○	24水○	24水○	24土○	24月○	24木○	24土○	24火○	24金○	24霜降日○	24水○	24金○
25月○	25木○	25木○	25日○	25火○	25金○	25日○	25水○	25土○	25月○	25木○	25土○
26火○	26金○	26金○	26月○	26水○	26土○	26月○	26木○	26日○	26火○	26金○	26日○
27水○	27土○	27土○	27火○	27木○	27日○	27火○	27金○	27月○	27水○	27土○	27月○
28木○	28日○	28日○	28水○	28金○	28月○	28水○	28土○	28火○	28木○	28日○	28火○
29金○		29月○	29木○	29土○	29火○	29木○	29日○	29水○	29金○	29月○	29水○
30土○		30火○	30金○	30日○	30水○	30金○	30月○	30木○	30土○	30火○	30木○
31日○		31水○		31月○		31土○	31火○		31日○		31金○