

## — 1年の計は元旦にあり —

日本人にピッタリ！一年の計は元旦にあり！

いったいどんな意味が込められていて、いつから元旦に目標を立てる習慣は始まったのでしょうか。

「新しく迎える一年の目標や計画は、その年の初めの元旦に立てるべきである。」

なにがとも、何かを始める時には、きちんとした計画をたてなくてはならない。新しい一年を迎えるにあたり、その一年になすべきことを、年の初めの元旦にきちんと計画を立てる。そうすることで、その一年が有意義な一年になるんですね。

このことわざの由来は、日本が由来の説。そして、中国が由来の説の2つがあるのをご存知でしたでしょうか？ 日本が由来の説は毛利元就の言葉です。

一年の計は春にあり

一月の計は朔(ついたち)にあり

一日の計は鶏鳴(一番鶏が鳴く早朝)にあり

ちなみに、朔(ついたち)とは、その月の初めの日。鶏鳴とは、その日の朝、一番鶏が鳴く、早朝のことです。そして、この毛利元就の言葉は、こういう意味になります。「新しい一年の計画は、その年の初めに、月の計画は月の初めの日に、そして、今日の計画は、朝早くにたてる。」

さらに毛利元就が言いたかったのは、元旦、月初めの日、その日の早朝に計画を立てるだけでは意味がない。元旦、朔(ついたち)、鶏鳴からスタートし、計画を実行していきなさいと言っているんです。

## 12月、1月の練習日



2019年 12月						
日	月	火	水	木	金	土
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	31				

2020年 1月						
日	月	火	水	木	金	土
			1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
	20	21	22	23	24	25
	27	28	29	30	31	

■ は練習日

■ は練習日 1/3、1/4は年始でお休み