

## 今まで何日生きてきた、〇〇歳まで何日

### 今まで何日、何か月、何年、何年何か月生きてきたかを計算

1. シートの左上の「全選択ボタン」をクリックする  
「ホーム」タブをクリック  
「フォント」グループの「フォントサイズ」で「36」をクリック
2. セルB 1に「何日、何か月、何年、何年何ヵ月生きてきた」を入力
3. セルB 3に「誕生日（和暦）」を入力
4. セルB 4に「誕生日（西暦）」を入力
5. セルB 5に「本日」を入力
6. セルB 6に「生まれてからの日数」を入力
7. セルB 7に「生まれてからの月数」を入力
8. セルB 8に「生まれてからの年数」を入力
9. セルB 9に「生まれてからの年月数」を入力
10. B列の列幅を3行目以下の文字が入るように広げる
11. セルE 3に自分の誕生日を和暦で入力  
例 昭和15年12月26日が誕生日なら「s15/12/26」と入力
12. セルC 3に「=E3」を入力
13. セルC 4に「=C3」を入力
14. セルC 5に「=TODAY()」を入力（本日の日付が得られる）
15. セルC 6に「=C5-C4」を入力（本日から誕生日を引く）
16. セルC 7に「=DATEDIF(C4,C5,"M")」を入力（誕生日から本日までの満月数）
17. セルC 8に「=DATEDIF(C4,C5,"Y")」を入力（誕生日から本日までの満年数）
18. セルC 9に「=QUOTIENT(C7,12)&"年"&MOD(C7,12)&"か月"」を入力  
（満月数から満年数と残りの月数）
19. セルC 3を右クリックして表示されたコマンドの「セルの書式設定」をクリック  
「表示形式」タブをクリック  
「分類」の中の「日付」をクリック  
「カレンダーの種類」で「和暦」をクリックして選ぶ  
「種類」で「平成・・・・」をクリック  
「OK」をクリックする  
（表示が和暦年号表示になる）

2 0. セルD 3に「=C3」を入力

セルD 3を右クリックして表示されたコマンドの「セルの書式設定」をクリック

「表示書式」タブをクリック

「分類」の中の「ユーザー定義」をクリック

種類の下の枠に「aaaa」を入力する

「OK」をクリックする

2 1. セルC 4を右クリックして表示されたコマンドの「セルの書式設定」をクリック

「表示形式」タブをクリック

「分類」の中の「日付」をクリック

「カレンダーの種類」で「グレゴリオ暦」をクリックして選ぶ

「種類」で「〇〇〇〇年〇〇月〇〇日」をクリック

「OK」をクリックする

(表示が西暦月日表示になる)

2 2. セルC 5を右クリックして表示されたコマンドの「セルの書式設定」をクリック

「表示形式」タブをクリック

「分類」の中の「日付」をクリック

「カレンダーの種類」で「グレゴリオ暦」をクリックして選ぶ

「種類」で「〇〇〇〇年〇〇月〇〇日」をクリック

「OK」をクリックする

(表示が西暦年月日表示になる)

## 付録

セルC 6を「〇〇日」と表示、セルC 7を「〇〇か月」と表示、セルC 8を「〇〇年」と表示させる

1. セルC 6を「〇〇日」と表示

①セルC 6を選ぶ

②右クリックして表示されたコマンドの「セルの書式設定」をクリックする

③「表示書式」タブをクリックする

④「分類」の中の「ユーザー定義」をクリックする

⑤種類の下の枠に「0"日"」を入力する

⑥「OK」をクリックする

2. セルC 7を「〇〇か月」と表示

①セルC 7を選ぶ

②右クリックして表示されたコマンドの「セルの書式設定」をクリックする

③「表示書式」タブをクリックする

- ④「分類」の中の「ユーザー定義」をクリックする
  - ⑤種類の下の枠に「0"か月"」を入力する
  - ⑥「OK」をクリックする
3. セルC 8を「〇〇年」と表示
- ①セルC 8を選ぶ
  - ②右クリックして表示されたコマンドの「セルの書式設定」をクリックする
  - ③「表示書式」タブをクリックする
  - ④「分類」の中の「ユーザー定義」をクリックする
  - ⑤種類の下の枠に「0"年"」を入力する
  - ⑥「OK」をクリックする

## 目標年齢まで何日、何か月、何年、何年何カ月あるを計算

シートの名前のあるタブの右にある「**+**」をクリックして新しいシートを追加する。

1. シートの左上の「全選択ボタン」をクリックする
  - 「ホーム」タブをクリック
  - 「フォント」グループの「フォントサイズ」で「36」をクリック
2. セルB 1に「=C2&"歳まであと何日、何月、何年、何年何か月"」を入力
3. セルB 2に「目標年齢」を入力
4. セルB 3に「誕生日」を入力
5. セルB 4に「=C2&"歳の誕生日"」を入力
6. セルB 5に「本日」を入力
7. セルB 6に「あと何日」を入力
8. セルB 7に「あと何か月」を入力
9. セルB 8に「あと何年」を入力
10. セルB 9に「あと何年何か月」を入力
11. B列の列幅を2行目以下の文字が入るように広げる
12. セルC 2に目標年齢を入力
13. セルC 3に自分の誕生日を西暦で入力
  - 例 1940年4月14日が誕生日なら「1940/4/14」と入力
14. セルC 4に「=DATE(YEAR(C3)+C2,MONTH(C3),DAY(C3))」を入力
  - (誕生日年に目標年齢を足し、月と日はそのまま)
15. セルC 5に「=TODAY()」を入力 (本日の日付が得られる)

16. セルC6に「=C4-C5」を入力（本日から目標年齢の誕生日を引く）
17. セルC7に「=DATEDIF(C5,C4,"M")」を入力  
（本日から目標年齢の誕生日までの満月数）
18. セルC8に「=DATEDIF(C5,C4,"Y")」を入力  
（本日から目標年齢の誕生日までの満年数）
19. セルC9に「=QUOTIENT(C7,12)&"年"&MOD(C7,12)&"か月"」を入力  
（満月数から満年数と残りの月数）
20. セルD3に「=C3」を入力  
セルD3を右クリックして表示されたコマンドの「セルの書式設定」をクリック  
「表示書式」タブをクリック  
「分類」の中の「ユーザー定義」をクリック  
種類の下の枠に「aaaa」を入力する  
「OK」をクリックする
21. セルD4に「=C4」を入力  
セルD4を右クリックして表示されたコマンドの「セルの書式設定」をクリック  
「表示書式」タブをクリック  
「分類」の中の「ユーザー定義」をクリック  
種類の下の枠に「aaaa」を入力する  
「OK」をクリックする
22. セルD5に「=C5」を入力  
セルD5を右クリックして表示されたコマンドの「セルの書式設定」をクリック  
「表示書式」タブをクリック  
「分類」の中の「ユーザー定義」をクリック  
種類の下の枠に「aaaa」を入力する  
「OK」をクリックする

## 付録

セルC2を「〇〇歳」と表示、セルC6を「〇〇日」と表示、セルC7を「〇〇か月」と表示、セルC8を「〇〇年」と表示させる

1. セルC2を「〇〇歳」と表示
  - ①セルC2を選ぶ
  - ②右クリックして表示されたコマンドの「セルの書式設定」をクリックする
  - ③「表示書式」タブをクリックする
  - ④「分類」の中の「ユーザー定義」をクリックする
  - ⑤種類の下の枠に「0"歳"」を入力する

⑥「OK」をクリックする

2. セルC 6を「〇〇日」と表示

①セルC 6を選ぶ

②右クリックして表示されたコマンドの「セルの書式設定」をクリックする

③「表示書式」タブをクリックする

④「分類」の中の「ユーザー定義」をクリックする

⑤種類の下の枠に「0"日"」を入力する

⑥「OK」をクリックする

3. セルC 7を「〇〇か月」と表示

①セルC 7を選ぶ

②右クリックして表示されたコマンドの「セルの書式設定」をクリックする

③「表示書式」タブをクリックする

④「分類」の中の「ユーザー定義」をクリックする

⑤種類の下の枠に「0"か月"」を入力する

⑥「OK」をクリックする

4. セルC 8を「〇〇年」と表示

①セルC 8を選ぶ

②右クリックして表示されたコマンドの「セルの書式設定」をクリックする

③「表示書式」タブをクリックする

④「分類」の中の「ユーザー定義」をクリックする

⑤種類の下の枠に「0"年"」を入力する

⑥「OK」をクリックする

## 付録の付録

明治以降の元号開始日と元号終了日

明治：明治元年9月8日（1868年10月23日）から明治45年7月30日（1912年7月30日）まで

明治は明治5年12月2日（1872年12月31日）まで太陰太陽暦（旧暦）を採用していて、翌日を太陽暦の明治6年1月1日としたため、それ以前は西暦と日付がずれています。

大正：大正元年7月30日から大正15年12月25日まで

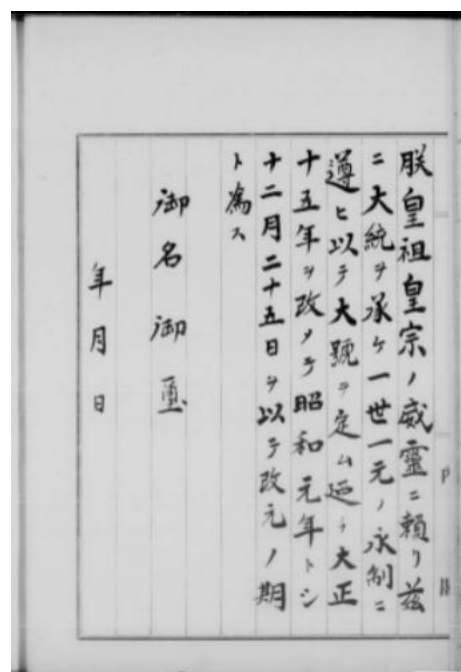
昭和：昭和元年12月25日から昭和64年1月7日まで

平成：平成元年1月8日から平成31年4月30日まで

令和：令和元年5月1日から

大正・昭和の「改元の詔書」によれば、「明治45年7月30日」と「大正元年7月30日」、「大正15年12月25日」と「昭和元年12月25日」はともに存在します。これは即日改元であったためです。大正から昭和への切り替わりの詳細は、

1. 大正天皇の崩御（午前1時25分）1926年（大正15年）12月25日の午前1時25分に大正天皇が崩御されました。
2. 改元の詔書（午前11時頃）同日の午前11時頃に「昭和」とする改元の詔書（国からのお知らせ）が発せられました。
3. 「即日改元」というルール この時の詔書には「大正十五年十二月二十五日以後ヲ改メテ昭和元年トナス」と記されました。この「以後」は「その日（25日）の最初から」という意味を含みます。



ちなみに昭和から平成へは翌日改元となり、昭和64年は1月7日まで、平成元年は翌日の1月8日からです。令和は5月1日からです。

令和7年は各年号の何年になる

明治は明治158年

大正は大正114年

昭和は昭和100年

平成は平成37年