

2025

4月

3

木
日

元気だす

Daily Magazine

BUZZ WORD フィルムコンサート

作曲家や指揮者として活躍する久石譲さんが、英国のロイヤル・フィルハーモニー管弦楽団との来日公演を7月16～17日に東京ドームで開催。『風の谷のナウシカ』や『もののけ姫』などの楽曲が披露される。

発行日/2025年4月3日 (No.6147)
編集・発行所/元気だす編集室
東京都港区芝公園1-6-7-6 ※内容に関する
問合せは0120-063711 (会員限定発行)

東京外為(米ドル) 2日17時 前日比 149円65銭(▼03銭)

シドニー外為(豪ドル) 2日6時半 93円85-95銭(▼25銭)

日経平均株価 2日15時 ©日本経済新聞社 35,725円87銭(△101円39銭)

生25-250403,新活動推進室

革財布をきちんとケア

◆長くきれいに使うために

革財布の魅力は、使い込むほどに味わい深くなっていく“経年変化”。しかし、メンテナンスを怠ると、油分が抜けてパサパサとした質感になってしまいます。乾燥によるひび割れなどを防ぐために、1シーズンに1回の定期的なケアを心掛けましょう。また、革は水に弱く、ぬれたままにしておくと、染みや変形の原因になる恐れも。雨などでぬ



れたときは、すぐに乾いた布で拭き取り、風通しの良い日陰で自然乾燥させてください。

◆正しいケア方法

まずは、財布の中身をすべて出し、馬毛ブラシで全体をブラッシングしてほこりや汚れを取り除きます。縫い目や革のシワなどは、ほこりがたまりやすいので念入りに。次に、革用クリームを塗って潤いを与えます。直接革に付けるのではなく、少量(米1粒分)をクロスに取ってもみ込んでから、円を描くように優しく革になじませましょう。クリームが染み込んで滑りが良くなってきたら、クロスの乾いた部分で拭きあげ、最後にもう一度ブラッシングすれば完了です。



Happy Birthday

俳優

佐野岳さん

1992年生まれ



2011年、「ジュノン・スーパーボーイ・コンテスト」でグランプリを獲得し、翌年に俳優デビュー。映画初出演作『「また、必ず会おう」と誰もが言った。』(13年)で主演を飾る。特撮ドラマ『仮面ライダー鎧武』(13～14年)で、主人公の葛葉紘汰/仮面ライダー鎧武役に抜てきされて大きな注目を浴びた。特別番組「最強スポーツ男子頂上決戦」では、最多となる3度の優勝を誇る。

今年も、出演映画『真夏の果実』や『49日の真実』の公開が控えている。

気になるBOOK

続 風味の事典

ニキ・セグニット 著 廣幡晴菜 訳/楽工社

ライ麦とアボカド、ナスとチョコレート——世界の郷土料理から革新的料理まで幅広い視点で、多彩な「風味」を作り出す「食材の組合せ」を、実例と共に紹介する。15か国語に翻訳された世界的ベストセラーの、待望の続編。92の食材の約890項目のペアリングを収載する、クリエイティブな料理のための事典。



元気の雑学

怒りがもたらす悪影響

怒りを感じると自律神経が乱れ、心拍数や血圧が上昇するほか、体を酸化させる活性酸素が発生するといわれています。イライラすることがあったら、まずはゆっくりと深呼吸をして、自分なりの方法で気持ちを落ち着けましょう。

明日金曜日は「こんなとき→このメニュー」をお届けします!

その他の元気の雑学や健康情報はコチラ▶<http://genkidas.com>

64年前のきょう

「朝ドラ」スタート

1961年、NHKの連続テレビ小説第1作『娘と私』の放送がスタートした。獅子文六の自伝的小説が原作で、昭和初期から戦後を舞台に、先妻との間に生まれた一人娘・麻里が結婚するまでの成長を見守る「私」の物語を描いた。主演を北沢彪さんが務め、小林美七子さん、加藤道子さんなどが出演した。



3年
過ぎたら

恋の行方は不確実でも

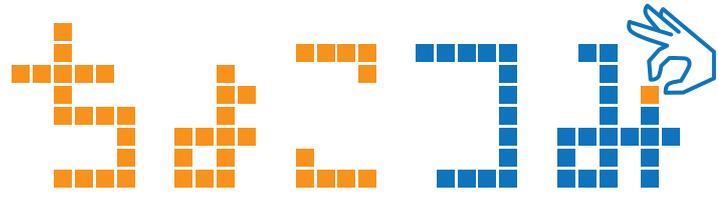
ちよこつみの利益は確実。



ニッセイ傷害保障付積立保険

日本生命 NESSAY

※利益とは、お受取額が払込保険料の合計額より大きくなることを指し、利益が出るのは、保険料払込期間経過後（3年後）となります。保険料払込期間中のお受取額は、払込保険料の合計額となります。



ニッセイ傷害保障付積立保険



保険料の払込は 3年で終了	保険料は月々 3,000円 から	受取額は支払った 保険料以上
-------------------------	----------------------------	--------------------------

※保険期間は10年となります。※詳しいご検討にあたっては、「契約概要」「注意喚起情報」「ご契約のしおり-定款・約款」を必ずご確認ください。

(登)日本 24-5464,24/12/5,業務部