

2026

2月 6 金日

発行日／2026年2月6日(No.6348)
 編集・発行所／元気das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)

元気das

Daily Magazine

BUZZ WORD 大泉洋リサイタル

大泉洋さんが、5～6月に札幌・神戸・横浜を巡るアリーナツアー「芸能生活30周年記念!! 大泉洋リサイタル2-リベンジ-」を開催。また、4月3日には、2023年12月より行われた前回公演のBlu-rayとDVDがリリースされる。

東京外為(米ドル)
5日17時 前日比

157円12-14銭(▼71銭)

シドニー外為(豪ドル)
5日6時半

109円70-80銭(▼40銭)

日経平均株価
5日15時 ⑥日本経済新聞社

53,818円04銭(▼475円32銭)

生25-260206,新活動推進室



◆まろやかな味わい

近年、世界的にブームとなっている「抹茶」は、日陰で栽培した茶葉を、石臼でゆっくりひく特殊な製法で作られます。日光を遮ることで、茶葉のアミノ酸含有量が高まり、うま味が増加。粉末ならではの舌触りの良さが、他の緑茶にない魅力です。近年は、抹茶を使ったスイーツがSNSなどで紹介され、その健康効果も注目されています。



◆抹茶をたててみよう

ポイントを押さえれば、家庭でもおいしい抹茶を味わえます。軟水の天然水や、浄水器に通した水を使うと良いでしょう。抹茶は振るいにかけておくと、たてやすくなります。



- ①茶わんに抹茶を1～2グラム(小さじ1杯程度)入れる
- ②一度沸騰させた後、70～80度に冷ましたお湯を60～70ミリリットル注ぐ

- ③茶筅(ちゃせん)でM字を描くように、素早く泡立てる
- ④十分に泡立てたら、ゆっくりと動かし泡を細かくする

抹茶は密閉容器に入れて冷蔵庫で保管し、できるだけ早く使い切ってください。余ったときは、お菓子やドリンクにアレンジするのがおすすめです。

タレント
金田哲さん
1986年生まれ



養成所で出会った川島章良さんと、2005年にお笑いコンビ「はんにゃ.」を結成。コント内で行われるリズムネタ“ズグダンズンブングンゲーム”などで、一世を風靡(ふうび)した。

金田さんは俳優としても活躍し、初主演映画『私の優しくない先輩』(10年)でTAMA映画賞最優秀新進男優賞を受賞。近年の主な出演作には、大河ドラマ『光る君へ』(24年)やドラマ『しあわせな結婚』、『絶対零度～情報犯罪緊急捜査～』(ともに25年)、『北方謙三 水滸伝』(今月15日スタート)などがある。

96年前の
きょう

『何が彼女をさうさせたか』公開

1930年、プロレタリア作家・藤森成吉の戯曲を原作とする映画『何が彼女をさうさせたか』が封切られた。孤児院で育った少女が体験するさまざまな苦難を描き、社会の不正に抗議した人道的作品。浅草で5週間続映という、当時の映画興業としては異例の大ヒットとなり、タイトルは流行語にもなった。

ほどなく、お別れです

2026年2月6日(金) 全国劇場にてロードショー

気になる
MOVIE

就職活動で連戦連敗を重ね、居場所を見つからずにはいる清水美空(浜辺美波さん)。彼女には、「亡くなった人の声を聞くことができる」という誰にも打ち明けられない力があった。彼女の秘密に気付いた葬祭プランナーの漆原礼二(目黒蓮さん)に、葬祭プランナーの道へと誘われ——。『小学館文庫小説賞』の大賞受賞作を実写映画化。



配給:東宝 © 2026「ほどなく、お別れです」製作委員会 © 長月天音/小学館

こんなとき→このメニュー

骨を丈夫にしたい

カルシウムをたっぷり摂れるおやつを紹介します。

たたみイワシを2枚一組にして、間にスライスチーズを挟みます。たたみイワシが少し色付くまでトースターで焼き、青のりや一味唐辛子を振って召しあがれ。

来週月曜日は「ツボ」をお届けします!

その他のメニュー・健康情報はコチラ▶ <http://genkidas.com>

3年
過ぎたら

恋の行方は不確実でも

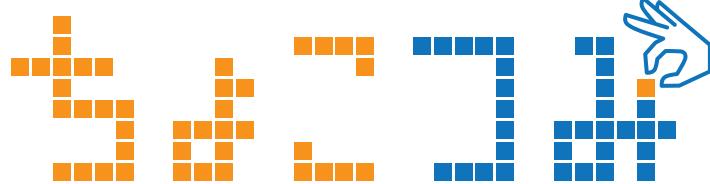
ちよこつみの利益は確実。



ニッセイ傷害保障付積立保険

日本生命

※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