

2026

2月19日 木

発行日/2026年2月19日 (No.6356)  
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 八つ墓村

横溝正史によるミステリー小説の金字塔。累計発行部数5,500万部を突破した「金田一耕助」シリーズの一編としても知られ、これまで何度も映像化されてきた。完全新作となる映画が、2026年秋に公開される。

東京外為(米ドル) 18日17時 前日比 153円66-67銭(▼59銭)

シンディー外為(豪ドル) 18日6時半 108円50-60銭(△05銭)

日経平均株価 18日15時 ©日本経済新聞社 57,143円84銭(△577円35銭)

生25-260219,新活動推進室

今さら聞けない



## パンプス選び



### ◆ぴったりな一足を

ビジネスシーンをはじめ、さまざまな場面で活躍する「パンプス」。甲部分に押さえがけない形状なため、「かかと」と「履き口」のフィット感が良いものを選ぶことが大切です。まずは、自分の足のサイズや足幅、甲の高さなどを知りましょう。試着をして、爪先に1センチほどの余裕があり、指を軽く動かせること、歩いたときにかかとが抜けにくいことを確認。幅がき



つ過ぎず、緩過ぎないものが良いでしょう。また、本革製は、履いているうちになじんで伸びることを考慮。幅の緩さは、中敷きでも微調整できます。

### ◆爪先の形にも注目

爪先の形によって、相性の良いデザインが異なります。パンプスの形が合っていないと、足を痛める恐れがあるので注意が必要です。親指が最も長い「エジプト型」や指の長さがほぼ同じの「スクエア型」は、ラウンドトゥかスクエアトゥが、人さし指が最も長い「ギリシャ型」にはポイントドゥトゥやラウンドトゥが適しています。自分にぴったりな一足を見つけてください。



Happy Birthday

声優・歌手

降幡愛さん



2015年にスタートしたプロジェクト『ラブライブ!サンシャイン!!』の黒澤ルビ役で、本格的に声優デビュー。同作のスクールアイドルグループ・Aqoursのメンバーとして活躍する。20年には、ソロアーティストとしてデビューを飾った。

「ラブライブ!」シリーズから誕生した期間限定ユニット・AiScReamとしても活動。昨年1月に発表した楽曲『愛♡スクリ〜ム!』が全世界で大ヒットし、その歌詞の一部「チョコミントよりもあ・な・た」が新語・流行語大賞にノミネートされた。

気になるBOOK

### レコード店の文化史

グローバル・ヒストリー——コミュニティ、都市、文化が交差する場所

ジーナ・アーノルドほか 編 奥田祐士 訳/ DU BOOKS

レコード店は、「音楽を買う場所」を超え、共同体、記憶、文化が交錯する“社会空間”である。ロンドンのレゲエ店からナイジェリアのジャズホール、東京の輸入盤店、革命前後のイランまで。世界各地のレコード店を巡りながら、そこに生まれる関係性やサブカルチャー、地域文化を多角的に分析。社会学・文化研究の新しい視座を提供する。

レコード店の文化史

グローバル・ヒストリー——コミュニティ、都市、文化が交差する場所

The Life, Death, and Afterlife of the Record Store

編集 奥田祐士



世界のレコード店をめぐる旅から、そこに生まれる関係性、ジャンル、サブカルチャー、そして地域文化を分析する。デジタル時代における「場所」の重要性を問い直す。社会学・文化研究の新しい視座を提供する一冊。

2025年10月10日発売

元気の雑学

### 入浴中のパックはNG?

日常的に使う人が増えたシート状のフェースマスク。気軽に取り入れられますが、入浴中に使用すると、汗と一緒に美容成分が流れてしまうので、おすすめできません。風呂あがりに汗をしっかりと拭いてから使うと良いでしょう。

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>

61年前のきょう

### 「日本サッカーリーグ」発足

1965年、アマチュアサッカーの実業団リーグ「日本サッカーリーグ」が発足した。最初のシーズンは、東洋工業、八幡製鉄、古河電工、日立本社、三菱重工、豊田織機、ヤンマー、名古屋相互銀行の8チームが参加。ホームアンドアウェーの2回戦総当たりで行われ、東洋が12勝2分けて初代王者に輝いた。



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

※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 <b>3年で終了</b>	保険料は月々 <b>3,000円</b> から	受取額は支払った <b>保険料以上</b>
-------------------------	----------------------------	--------------------------

※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