

2026

3月26日 木

発行日/2026年3月26日 (No.6379)
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 警察庁推奨アプリ

特殊詐欺の被害防止に有効な機能があると、警察庁が認めたアプリ。詐欺が疑われる電話番号からの着信をブロックしたり、スマホ画面に警告を表示したりする。アプリの利用は無料で、同庁が活用を呼び掛けている。

東京外為(米ドル) 159円13-14銭 (▼64銭)
25日17時 前日比

インド外為(豪ドル) 110円84-98銭
25日6時半

日経平均株価 53,749円62銭 (△1,497円34銭)
25日15時 ©日本経済新聞社
JLIPRESS 提供

生26-260326,新活動推進室



◆靴や傘を外に出す

人の出入りが多い玄関は、砂やほこりがたまりやすいうえ、靴や傘が出しっ放しになっていると、ごちゃごちゃしてしまいます。家の第一印象を左右する場所なので、掃除や収納のコツを知り、きれいに保ちましょう。まずは、掃除をしやすいように、玄関にある物を全て外に出してください。靴の汚れはブラシで払い、日当たりと風



通しの良い場所で乾燥を。玄関マットなどの汚れも落としておくといいでしょう。不要なものは処分し、定位置を決めて収納することで、物の散乱を防げます。

◆ほこりは上から下へ落とす

ドアノブ、壁、靴箱のほこりを、はたきやモップで上から下に落とし、ほうきを使って掃き出します。ぬらした新聞紙を細かくちぎり、たたきにまいて一緒に掃くと、砂ほこりが舞わず、汚れを絡め取れます。本格的に掃除する場合は、たたき全体をぬらしてブラシなどでこすり、固く絞った雑巾で水拭きを。ただし、大理石などの天然素材は、傷や染みが付きやすいため、軟らかい布で優しく拭くのがおすすめです。



漫画家

安野モヨコさん

1971年生まれ



小学3年の時に漫画を描き始め、高校在学中の1989年にデビュー。『pink』や『リバーズ・エッジ』、『ヘルタースケルター』などで知られる漫画家・岡崎京子さんのアシスタントを経て、95年に連載を開始した『ハッピー・マニア』が大きな反響を呼び、一躍人気漫画家の仲間入りを果たした。

その後も、『花とみつばち』や『さくらん』、『シュガシュガルーン』、『働きマン』、『オチビサン』、美容エッセー『美人面報』など数々のヒット作を生み出し、幅広い層から支持を集めている。

1年前のきょう

柏原正樹氏に「アーベル賞」

2025年、ノルウェー科学文学アカデミーが、「アーベル賞」の受賞者に、京大の柏原正樹特定教授を選んだと発表した。アーベル賞は、傑出した業績を挙げた数学者に贈られるもので、「数学のノーベル賞」ともいわれる。柏原氏は、「D加群」と呼ばれる理論を確立し、数学の新たな道を切り開いたことが評価された。

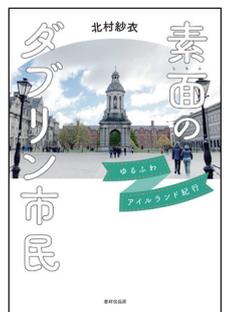
気になるBOOK

素面のダブリン市民

——ゆるふわアイルランド紀行

北村紗衣 著 / 書肆侃侃房

素晴らしい劇場や映画館があり、おいしいお茶やコーヒーが飲める。文化や芸術を尊重する雰囲気があり、金もつけ主義的などころが少なく、大学ものんびり。文学、劇場から、最悪の住宅事情に、紅茶論争、ポテトチップス文化まで。大学のサバティカル(在外研究)で1年間ダブリンに住むことになった英文学者のアイルランド滞在記。



元気の雑学

コラーゲンを効果的に

美容や健康の効果が期待できる「コラーゲン」。サプリやドリンクを利用すれば、気軽に摂取できます。商品を選ぶ際は、コラーゲンの配合量のほか、ビタミンC、鉄分といったサポート成分が含まれているかをチェックすると良いでしょう。

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>



3年
過ぎたら

恋の行方は不確実でも

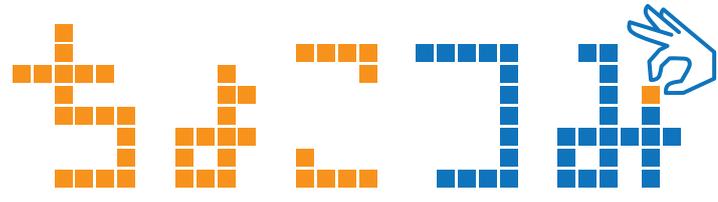
ちよこつみの利益は確実。



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
-------------------------	----------------------------	--------------------------

※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