

2026

4月21日 火

元気だす  
Daily MagazineBUZZ  
WORD ラブライブ!

シリーズの5作目として、5月8日に劇場公開される『ラブライブ! 蓮ノ空女学院スクールアイドルクラブ Bloom Garden Party』。音楽予告では、挿入歌『ハナ咲けばユメ駆ける』が解禁されている。

発行日/2026年4月21日 (No.6397)  
編集・発行所/元気だす編集部  
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) 20日17時 前週末比 158円97-98銭(△29銭)

ソニー外為(豪ドル) 20日7時半 113円41-44銭

日経平均株価 20日15時 ©日本経済新聞社 58,824円89銭(△348円99銭)  
JLIPRESS 提供

生26-260421,営業開発室

組織力を  
高める

「OKR」とは

## ◆目標を管理・達成

目標を管理するフレームワークとして注目されている「OKR」。「Objectives and Key Results」の略語で、Objectiveは「目標」、Key Resultsは「定量的な指標」を表します。大きな目標を達成するための具体的な成果や数値を設定し、進行状況を明確に測定できる点が特徴。組織と個人のOKRを連動させることによって、企業方針が浸透しやすくなり、従業員の



一体感や連携が強化されるほか、エンゲージメントを高める効果が期待できます。状況の変化に合わせ、目標を柔軟に調整・修正できるというメリットもあります。

## ◆中小企業にもメリットが

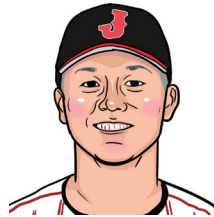
近年の激しく変化する市場環境において、中小企業が業績を伸ばすためには、短期的に目標を設定・修正できるOKRが有効と考えられています。導入する際は、従業員が積極的に目標設定に関わる、達成へのプロセスを重視し、結果にこだわり過ぎないといったことがポイントとなります。定期的に企業・部門・個人の方向性が一致しているかを確認し、必要に応じてOKRの改善・最適化を図ることも重要です。

Happy  
Birthday

プロ野球選手

牧秀悟さん

1998年生まれ



2020年のドラフト会議で、DeNAから2位指名を受けて入団する。1年目から、プロ野球史上初となる新人サイクル安打を達成し、球団新人安打記録を更新。23年、打点王と最多安打の2冠に輝く。24年には、主将としてチームを26年ぶりの日本一に導いた。昨季は、けがの影響で初の長期離脱を経験。今季の目標に、リーグ制覇と打点王を掲げる。

日本代表・侍ジャパンのメンバーとして、23年のWBCやアジアプロ野球チャンピオンシップで優勝に貢献。今年のWBCでは、初戦の円陣で声出し役を任された。

37年前の  
きょう

## 初代ゲームボーイ発売

1989年、任天堂の携帯ゲーム機「ゲームボーイ」が発売された。画面は2.45インチと小さく、液晶はモノクロだったが、場所を選ばずにさまざまなソフトで遊べる自由さから、世界中で大ヒット。シリーズ累計で1億1800万台以上を売りあげ、「テトリス」や「ポケットモンスター」などの名作ゲームが誕生した。

気になる  
サービス

## 広がる「マシンピラティス」

体幹を鍛え、体のバランスを整えるピラティス。マットの上で行うイメージが強いが、専用マシンを使って体の動きを補助する「マシンピラティス」が近年、人気を集めている。器具の負荷や角度を細かく調整できるため、一人ひとりに適したトレーニングができるのが特徴。異業種も参入し、全国にスタジオが拡大しているの、心身を整えてみたい!



ヘルシー用語辞典

## 肺NTM症

結核菌の仲間「非結核性抗酸菌(NTM)」に日々さらされることで発症する呼吸器感染症。近年、患者数の増加が懸念されている。NTMは水や土の中に生息。特に、追いだき機能を備えた風呂などに多いといわれている。

明日水曜日は「旬菜」をお届けします!

その他のヘルシー用語や健康情報はコチラ▶<http://genkidas.com>



みらいのカタチ

傷病や治療方法によって変わる医療費に、自己負担割合に応じて備えられる！

“治療費に備える給付金”<sup>※1</sup>に加えて “諸費用に備える一時金”<sup>※2,3</sup>も！



※1「治療費」とは、医療費(診療報酬点数合計×10円)に、ご自身の医療費の自己負担割合を乗じた金額となります。高額療養費制度等が適用される場合は、実際の負担額は軽減されます。  
 ※2 給付金のお支払対象となるのは、所定の入院・外来手術をされた場合で、かつ、公的医療保険制度にもとづく診療報酬点数が算定された領収証の交付があった場合です。  
 ※3 治療費と同額の給付金を受取れるのは、自己負担割合に合った型を選択いただいた場合です。  
 \*詳しい内容やお支払対象については、「契約概要」「注意喚起情報」「ご契約のしおりー定款・約款」を必ずご確認ください



入院して不安だったけど…保険に入っていてよかったあ！

安心して  
ぴたっと  
先回り