

2026

5月20日 水

発行日/2026年5月20日 (No.6414)
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 東京

ダンスボーカルグループ・M!LKの吉田仁人さんが、6月8日にリリースするソロEP。収録楽曲すべての作詞・作曲を吉田さん自身が担当し、“東京という街で生きる5人の主人公の物語”を切り取った作品だという。

東京外為(米ドル) 159円03-04銭 (▼13銭)
19日17時 前日比

ソドニー外為(豪ドル) 113円88-89銭
19日7時半

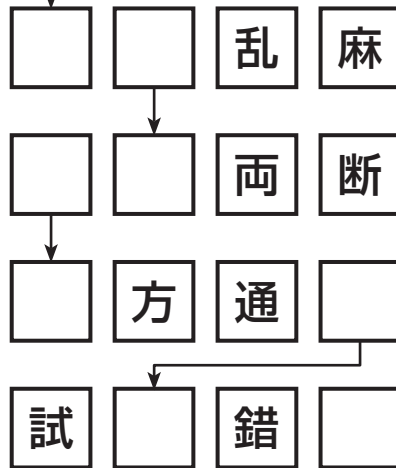
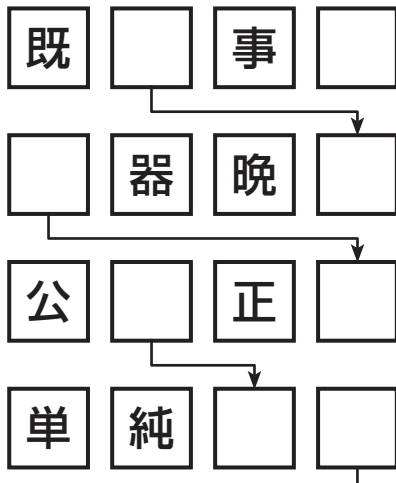
日経平均株価 60,550円59銭 (▼265円36銭)
19日15時 ©日本経済新聞社
JLIPRESS 提供

生26-260520, 営業開発室

漢字クイズ

右の□に漢字を入れ、漢字4文字の言葉を完成させながら、スタートからゴールに進み、ゴールの言葉を教えてください。矢印でつながっている□には同じ漢字が入ります。

スタート



ゴール

謎解き処理: 2.5分

Happy Birthday

俳優・アーティスト
空代和人さん
2004年生まれ



2018年に俳優デビュー。特撮ドラマ『仮面ライダーギーツ』(22~23年)で、主人公の孤高のライバル・吾妻道長/仮面ライダーバッファ役を好演し、一躍注目を浴びる。昨年には、ドラマ『熱愛プリンス』で主演を務め、劇場アニメ『映画 おでかけ子ザメ とかいのおともだち』では声優に初挑戦した。今年、ドラマ『九条の大罪』や『GIFT』のほか、10月スタートの『俺たちの箱根駅伝』などに参加。7人組ダンス&ボーカルグループ「原因は自分にある。」のメンバーとしても活動している。

気になるDVD

悪魔祓い株式会社

悪魔崇拜カルト集団の台頭により、街は混乱に陥っていた。強靱(きょうじん)な肉体を持つパウと魅惑のエクソシスト・シャロン、更に情報収集係を担うキムから成る、悪魔祓(ばら)いを専門で請け負う会社に、警察や神父までもが駆け込む事態に。そんな中、医師のジョンウオンから、妹ウンソを助けてほしいという依頼が舞い込む。



発売・販売元:ギャガ © 2025 LOTTE ENTERTAINMENT & BIG PUNCH PICTURES & NOVA FILM ALL RIGHTS RESERVED.

85年前のきょう

「東京港」開港

1941年、外国貿易港として指定を受け、「東京港」が開港した。23年に発生した関東大震災で、陸上交通網が崩壊したのをきっかけに建設を開始。32年に芝浦埠頭(ふとう)、34年には竹芝埠頭が完成した。67年には、いち早くコンテナ化に対応するなど、国内産業を支える港として重要な役割を果たしている。

旬菜

サンショウ/山椒

辛味物質やフラボノイドが主成分。実のピリリとした辛味は、食欲増進のほか、胃もたれやせき、むくみなどの改善に効果があるといわれています。



明日木曜日は「元気の雑学」をお届けします!

その他の旬菜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”^{※1}に加えて“諸費用に備える一時金”^{※2,3}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