

2026

6月12日(金)

発行日/2026年6月12日 (No.6431)
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 リタ

永尾柚乃さんが初監督・脚本・編集・主演を務め、齊藤工さんがプロデューサーとして参加する映画。2027年に公開される。永尾さん演じる小学2年生のリタが、地球の存亡を懸けた選択を迫られるファンタジー。

東京外為(米ドル) 160円49-51銭(▼11銭)
11日17時 前日比

ソニー外為(豪ドル) 112円25-26銭
11日7時半

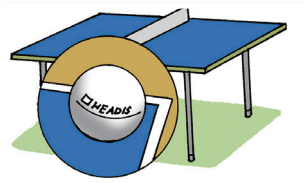
日経平均株価 64,217円27銭(△38円00銭)
11日15時 ©日本経済新聞社
JLIPRESS 提供

生26-260612,営業開発室

頭で戦う「ヘディス」とは

◆サッカー×卓球

近年、SNSなどで話題となっている新感覚スポーツ「ヘディス(HEADIS)」とは、卓球台を挟んで、2人の選手が直径約16センチのゴム製ボールを打ち合う球技。ラケットではなく、サッカーのヘディングのように頭でボールを打ち返すのが大きな特徴です。ドイツの大学生が、サッカーのグラウンドが混雑していたため、卓球台で行ったのが始まりとされ



ています。競技人口は現在、欧州を中心に15万人以上。一方、日本では愛好者がまだ少ないので、全国大会出場のチャンスもあります。



◆頭脳プレー×スピード感

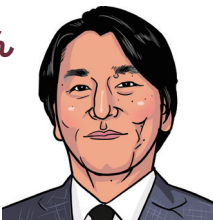
ヘディスは、卓球台とボールがあれば、気軽に始められます。1セット11点先取の2セット制で、10点で並んだ場合は2点差がつくまでプレーを続行。パワーやスピードだけでなく、相手の動きを読む戦略が求められるほか、卓球台に上体を乗せて打ち返すダイナミックなスマッシュも魅力です。運動量が多く、気持ちの良い汗を流せるでしょう。配信動画や、各地で開催されている体験会などをチェックして、迫力満点のラリーを楽しんでください。



元プロ野球、米大リーグ選手

松井秀喜さん

1974年生まれ



石川・星稜高時代より強打者として知られ、“ゴジラ”の愛称で親しまれる。1992年のドラフト会議で4球団から1位指名を受け、巨人に入団。2003年、米大リーグのヤンキースに移籍し、09年のワールドシリーズで、日本選手初となるMVPに輝く。その後、エンゼルスなどでプレーし、12年に現役を引退。13年には、国民栄誉賞を受賞した。

15年、ヤンキースGM付特別アドバイザーに就任。18年には、日本の野球殿堂入りを果たした。NPO法人「松井55ベースボールファウンデーション」で代表を務め、日米で野球教室を開いている。

日本生命セ・パ交流戦

きょうの対戦カード



日本ハム—中日/楽天—広島

西武—巨人/ロッテ—DeNA

オリックス—阪神/ソフトバンク—ヤクルト

※6月11日12時時点の予定



気になる
MOVIE

おそ松さん 人類クズ化計画!!!!!!?

2026年6月12日(金) 全国劇場にてロードショー

相変わらずのクズらしい毎日を送る松野家の六つ子、おそ松、カラ松、チョロ松、一松、十四松、トド松。ある日を境に周りの反応が一変し、称賛されるように。それは、とある研究者が仕掛けた、「人類クズ化計画」の影響だった……。TVアニメシリーズが放送10周年を迎え、勢いが止まらない「おそ松さん」が、実写映画の第2弾として戻ってくる。



配給:東宝
©映画「おそ松さん」製作委員会2026

こんなとき→このメニュー

低血圧が辛いときは…

チェダーチーズには、血圧をコントロールする「チラミン」が含まれています。

フライパンで、ツナとキムチ、ご飯、ちぎったスライスチェダーチーズを炒め、目玉焼きを乗せてチャーハンに。

来週月曜日は「ツボ」をお届けします!

その他のメニュー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
ピタッと
先回り