

2026

8月

7

金
日

発行日/2026年8月7日 (No.6470)

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

髑髏城の七人

劇団☆新感線を代表する演目。1990年に初演されて以降、7年ごとに再演を重ねてきた。最後の公演『髑髏城の七人 LAST STAND』が11月に開幕し、4度目の参加となる早乙女太一さんが、満を持して主人公に挑む。

東京外為(米ドル) 6日17時 前日比 157円86銭(▼15銭)

シドニー外為(豪ドル) 6日7時半 111円27-29銭

日経平均株価 6日15時 ©日本経済新聞社
JLIPRESS 提供

65,683円26銭(▼617円18銭)

生26-260807,営業開発室

注目の メモリースポーツとは？

◆速さと正確さを競う

「メモリースポーツ」とは、記憶のスピードと正確さを競う、英国発祥のブレインスポーツです。1991年に第1回世界記憶力選手権が開催されて以来、欧州を中心に親しまれ、近年はアジアでも急速に拡大。選手は「メモリアスリート」と呼ばれ、競技人口は数百万人以上といわれています。大会では最大10種目が行われ、



シャッフルされた52枚のトランプの並びを覚える「スピードカード」のほか、数字や単語、年号、人の顔・名前などを覚える種目があります。



◆記憶術を身に付ける

メモリースポーツを始める際は、2セットのトランプ(記憶用と回答用)とタイマーを用意。そのまま覚えるのではなく、単語・数字をイメージに置き換え、物語に変換する「ストーリー法」や、なじみのある場所にひも付ける「場所法」といった記憶術のトレーニングに取り組みましょう。毎日練習を重ねることで、52枚のカードを短時間で覚えられますようになります。自信がついてきたら、オンラインの対戦サイトなどで、実戦を体験してみてください。

Happy
Birthday

俳優

蒔田彩珠さん

2002年生まれ



子役時代から演技力の高さで話題を集め、ドラマ『ゴーイング マイ ホーム』(2012年)を皮切りに、是枝裕和監督作品の常連となる。『志乃ちゃんは自分の名前が言えない』(18年)で映画初主演。映画『朝が来る』(20年)では、日本アカデミー賞新人俳優賞や報知映画賞助演女優賞などに輝く。23年には、『わたしの一番最悪なともだち』で連続ドラマ初主演を飾った。

今年は、ドラマ『リブート』や映画『キングダム 魂の決戦』などに参加。来月に、主演映画『ルックバック』が公開される。

気になる
MOVIE

ブルーロック

2026年8月7日(金) 全国劇場にてロードショー

「日本サッカーに足りないのは、エゴだ——」。革命的なストライカーを育成する施設“青い監獄(ブルーロック)”に、全国の高校生FWたち300人が招集された。勝ちあがれるのはたった1人、敗者は日本代表入りの権利を生涯失うというサバイバルマッチに挑む潔世一(高橋文哉さん)たち。生き残れるのは、誰だ？



配給:東宝 © 金城宗幸・ノ村優介/講談社 © CK WORKS

こんなとき→このメニュー

肌荒れ対策には…

肌のバリア機能を高める「D-アミノ酸」は、黒酢などの発酵食品に含まれています。

黒酢、しょうゆ、砂糖をよく混ぜ、ウズラ卵の水煮とミニトマトを漬けた和風ピクルスをどうぞ。

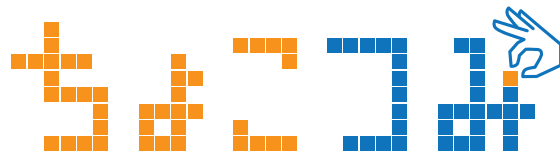
来週月曜日は「ツボ」をお届けします!

その他のメニューや健康情報はコチラ▶<http://genkidas.com>

10年前の
きょう

イチローがメジャー3000安打

2016年、米大リーグのマーリンズ対ロッキーズ戦が行われ、マーリンズのイチロー選手が、メジャー史上30人目の通算3000安打を達成した。イチロー選手は、01年にプロ野球のオリックスから米大リーグのマリナーズへ移籍。驚異的なペースで安打を量産し、16シーズン目での大台到達となった。



ニッセイ傷害保障付積立保険

一定期間、傷害による死亡に備えながら資産形成ができる保険

15 **ご契約件数
万件
突破!**
(2025年1月～2026年3月実績)

POINT
1

満期を迎えた場合
返戻率 105.2%^{*}
の満期保険金を
受取れます!

*計算基準日:2026年7月1日

健康状態にかかわらず
(診査・告知不要で)加入できます

保険料のお払込みは、
口座振替だけでなく、
クレジットカード扱も選べます

POINT
2

満期前に解約した場合でも、
お払込みいただいた保険料と
**同額以上の金額を
受取れます!**

POINT
3

保険料のお払込みは**3年で
終了!** 毎月の払込保険料は
以下から選択できます!

3,000円 5,000円 10,000円
20,000円 30,000円

月々3,000円から資産形成
を始めることができます

※この保険の被保険者加入年齢範囲は0～49歳です。 ※過去3年以内に、この保険を解約したことがある場合、または保険料の払込みがないことによりこの保険が解除されたことがある場合は、あらためてこの保険に加入することはできません。(2026年6月現在)

ご検討に際してご留意いただきたい点

- 当資料に記載のお支払事由や給付に際しての制限事項は、概要や代表事例を示しておりますので、あくまで参考情報としてご利用ください。
- 詳しいご検討にあたっては、保険金等の支払事由や保険金等をお支払いできない場合等(※)、ご留意いただきたい点がございますので、「契約概要」「注意喚起情報」「ご契約のしおり一定款・約款」を必ずご確認ください。※支払事由の詳細(所定の事由等)、支払限度、不担保期間、免責事由、保険契約の消滅等
- 当資料でご紹介しております商品の「契約概要」などを希望される場合には、お客様の取扱担当者にお申し出いただくか、最寄りのお客様窓口にご請求ください。



日本生命保険相互会社

(©日本26-1359, 26/6/29, 商品開発G)