

FLASH

石川滢
透き通る清純派のバストトップだ!

櫻坂46 **大園玲**
1st写真集解禁!
初ランジェリー



フラッシュ 2023/4.25
特別定価 490YEN No.1685

初熱愛
スクープ!
池松壮亮
『シン・仮面ライダー』が結婚決意
最注目女優とお泊まり撮

美容術を初公開
大谷翔平「保湿」「日差し対策」の二刀流
愛用コスメは総額2万円だつて!

週刊誌
初登場 **みりちやむが**
LINE指南!
Z世代がウザがる
「3大NGワード」



香音
「non-no」モデル
柔肌ご覧あれ!



小鳥遊るい
リケジョは
キュートでSEXY



表紙十巻頭10P
十味
秘めた色気
甘くも酸っぱくして、
虜になりました



水崎綾女
情炎ボディが限界露出

発見撮
**堤真一&
高橋克実&
寺脇康文**
ガハハ昼飲み

作家・古谷経衡氏が実践
「人生が変わる別宅」は
25万円で買えた!

人気教師の不可解処分に怒!
名門・成城学園を
揺るがす父母の乱

集中連載 **50歳で**
「パパ」になった漢たち
ダイヤモンド☆ユカイ

MAGDOWNLOAD.ORG

FREE DOWNLOAD

LATEST MAGAZINES

HIGH QUALITY TRUE-PDF

MAGDOWNLOAD.ORG

Toomi 十味

かわいいだけ、なんて言わせない――。

「こういうことですよ？」

アイドルグループ「#2i2」のメンバーで、
初主演映画の公開を控える十味の
秘めた色気が溢れ出す！

FLASH

《本デジタル版をご利用の皆さまへ》

本デジタル版は、紙の雑誌とは以下の点が異なります。

- 紙の雑誌より選り抜きされており、一部掲載されないページがあります。
- プレゼントや懸賞は、本デジタル版からは応募できません。

以上をご案内いたします。
ご理解のうえ、本書をお楽しみください。

株式会社 光文社
FLASH編集部





アイドルグループ「#212」
(二二)の赤色担当・十味が約
2年ぶりに本誌に登場。少女
から大人に美しく成長した姿
を見せてくれた。

「今回は今までにないくらい
大人っぽく撮影していただき
とても新鮮でした。特に気に
入ったのはベッドで着たグレ
ーの衣装です。私の日常っぽ
い感じが出ていると思います。
リアルな普段着ですか？ こ
こだけの話、お風呂上がりには
Tシャツのみで過ごすこと
が多いんです。けっこうズ
ボラなんですよ(笑)」

4月29日には、初めての主
演映画「放課後アングララ
イフ」が公開される。

「女子高生たちが、釣りを通
じて友情を深めるというスト
ーリーです。私は釣り経験が
ほぼないので、意外とす
んなり餌のゴカイをちぎって
釣り針につけることができました。
ただ、涙を流すシーン
だけが撮影が始まる前からす
ごく不安だったんです。映画
出演自体が初めてでしたし、
じつは稽古中一度も泣けた
ことがなかったんです。でも、
いざ本番を迎えると、自然に
涙がこぼれてきて。ちゃんと
役に入り込めてたんだと思い
ます。注目してくださいね！」





初熱愛
スcoop

夜、仕事&打ち上げを終えて帰る先は
愛車ポルシェを置く自宅じゃなくて…

池松壮亮

10歳下・河合優実

最注目女優とお泊まり撮

『シン・仮面ライダー』が結婚決意!

3月17日に封切られた『シン・仮面ライダー』の公開舞台挨拶で「苦しんだり、楽しんだり、長い旅だった」と感慨深く語っていた池松壮亮。じつは話題作の裏で、彼の人生、という長い旅にもひとつの転機が訪れようとしていた。



PROFILE

とーみ 24歳 '99年2月8日生まれ 長野県出身
数々の雑誌の表紙を飾り、'21年から放送を開始したラジ
オ番組「前泊間蔵&十味 音の箱」(文化放送)でラジ
オパーソナリティにも挑戦。SNSの総フォロワー数は
70万人を越え、これまでに『ワンピース』『キン肉マン』
『ガイジューイッシュク』など数々の漫画とコラボ撮影を
して話題に。アイドル・ユニット「#212」のメンバーと
しても活動、全国ツアーを精力的にこなしている。'23
年4月29日公開の映画「放課後アングラライフ」では
主演に抜擢される。そのほか最新情報は、公式Twitter(@
toomi_nico)、公式Instagram(@toomi_nico)にて

写真●HIROKAZU

スタイリスト・工藤沙恵 (ミタケイショウ)
ヘアメイク・田森春菜 (JULY)

直筆サイン入りチェキを
4名様にプレゼント!



抽選で4名様に直筆サイン入りチェキをプレゼントいたします。ご希望の方は
右の応募券をハガキに貼り、〒住所・氏名・年齢・職業・希望するチェキ(A~
Dのいずれか)を明記のうえ、〒112-8011 (住所は不要) 光文社 FLASH編集部
「十味プレゼント」係までお送りください。締切りは4月18日(当日消印有効)。
当選者の発表は、賞品の発送をもってかえさせていただきます。
※雑誌公正競争規約の定めにより、この懸賞に当選された方は、この号のほかの懸賞に入選できな
い場合があります。また、ハガキの個人情報に関しましては、抽選および賞品の発送のみに使用し、
そのほかの目的には使用いたしません。

応募券
FLASH
1685号
十味

タクシーを降り、薬局が併設されたコンビニに立ち寄った2人。河合が買い物をする間、池松は店外でじっと待っていた



'21年の東京国際映画祭では、共演映画の舞台挨拶で一緒に登場していた（中央は松居大悟監督）



4月6日、数々の作品でスクリーンを彩る実力派俳優は、昨晚とまったく同じ、変身なしの服装で現われた。彼は、池松壮亮（32）。庵野秀明氏が監督を手がけた、注目映画「シン・仮面ライダー」で主演を務めている男だ。隣に寄り添う彼女も、映画で主演を飾る新進女優で――。

「10歳のときに子役としてデビューした池松さんは、そこから多くの話題作に出演しています。また宮沢りえさん、市川由衣さん、門脇麦さんなど、有名女優の相手役を何度も務めて

きた。二枚目俳優です。しかし、これまで公に熱愛を報じられた相手はいません。

愛車のボルシェを自ら運転して仕事場に来るのが業界内では有名で、そういったことから、マイペースで独身を貫きそうな雰囲気さえ感じていました」（芸能記者）

だがこの日、池松が出てきたのは、そのドイツ製の愛車がある自宅ではなかった。

ここは都内にある、女優・河合優実（22）の自宅マンション。じつは10歳年下の彼女と、池松は真剣交際をしているのだ。

河合は、'19年にデビューした若手女優。初主演映画として、今年2月には「少女は卒業しない」が公開されている。映画批評家の前田有一氏は、こう評する。

「河合さんは、映画業界でもっとも注目されている新人女優の一人です。'21年には『由宇子の天秤』『サマーフィルムにのって』の2作品の演技が評価され、ブルーリボン賞など数々の新人賞を受賞しています。『由宇子の天秤』では、通う学習塾の経営者と肉体関係になり、妊娠が発覚して葛藤する女子高生という難しい役どころの演技が評価されまし

た。オダギリジョーさんなど、

映画界で活躍する俳優が多く在籍する事務所の所属とあって、彼女も映画が活動の中心。

'22年は映画8本に出演し、確実に頭角を現わしています」話を整理するために、4月5日の池松の足取りから振り返っていきましょう。

黒木華が主演を務める映画

「せかいのおきく」（4月28日公開）の完成披露舞台挨拶に登壇した池松はその後、共演者やスタッフたちと打ち上げに向かった。中華料理店でおこなわれた宴席がお開きになると、数名で2軒めへ向かった池松。タクシーで、帰路についたのは深夜2時前だった。

タクシーが向かった先は、河合が住むマンション。そのまま、彼女の部屋にお泊まりした池松は、6日の昼に河合と一緒に外出した。芸能事務所関係者はこう話す。

「池松さんは'22年公開の映画『ちよつと思ひ出しただけ』で、怪我で夢を諦めた元ダンサー役を演じました。そのとき初共演したのが、河合さんです。彼女が演じたのは後輩ダンサーで、池松さんに憧れを抱く女子大生役。この共演をきっかけに、2人の交際が始まりました。同作の中では、河

合さんが片思いするような役柄に描かれていましたが、実際は池松さんからアプローチしたことで、おつき合いがスタートしたそうです」

マンションから出てきた2人は仲よさそうに、言葉を交わしながら歩いていく。前日に深夜まで飲んだ疲れもあったのか、時折、険しい表情を見せていた池松だが、河合のほうを見つめるときは優しい表情になる。池松が手に持つキャリーケースは、昨晚までは持っていないかったもので、河合の荷物を代わりに運んであげていたようだ。

路上でタクシーを捕まえて、都心のターミナル駅周辺に降り立つと、河合はコンビニへ。2人分のホットコーヒ

を購入し、そのまま一緒に街中へ消えていくのだった。

「池松さんは結婚を強く決意していて、今年中にはゴールインすると、友人には打ち明けています。映画関係者の間でも、2人が交際していることを知る人は多く、周囲は祝福ムードで見守っていますよ」（前出・芸能事務所関係者）

映画界注目の実力派同士のビッグカップルの意志は、すでに固いものようだ。

池松の所属事務所に河合との交際について尋ねると、「プライベートは本人にまかせています」と否定しなかった。男の子憧れのヒーローを演じた男は今、たった一人のためのヒーローになろうとしている。



池袋駅に設置された、大谷の「コスメデコルテ」の広告。大谷見たさに訪れた人も多いようで、スマホで広告の写真を撮る女性の姿も見られた

CM化粧品はWBC効果で本気の美容術を初公開

売り上げ20倍！あの「つるつるたまご肌」は真似できる

大谷翔平

「保湿」「日差し対策」の二刀流 愛用コスメは総額2万円/だって！

「WBCで大谷翔平選手(28)が画面にアップで映るたびに、肌がきめ細かいことに気づいて。だから、大谷選手が宣伝している美容ブランド「コスメデコルテ」の美容液があると知って、即買いしました。使い始めたら、ボツボツしていた鼻の毛穴が、数週間で目立たなくなりましたよ。興奮気味にそう語る30代後半の男性が、3月末にオンラインショップで購入したというのは、大谷が広告塔を務める化粧品メーカー・コーセーの美容液。先月から始まった、この「大谷広告」開始直後には、公式オンラインショップで、通常の約20倍の売り上げを記録したという。

大谷と美容とは意外な組み合わせに思えるが、WBC直前の2月、彼がSNSに投稿したロッカールームの写真に、同ブランドの化粧品が写りこんで話題になった。写りこんだのは、化粧水「ヴィタドレ」「ハーバルローション」と、保湿クリーム「リポソームアドバンストリペアクリーム」。合計約2万円の高級品だ。「この大谷の美意識の裏には、日ハム時代の二刀流のプレッシャーがあった」と語るのは、彼を高校時代から取材してきたスポーツ記者だ。

「高校時代の大谷選手は、夏場は真つ黒に日焼けするなど、美容に気を遣っている様子はまったくありませんでした。ところが、プロ入団2年めごろから、顔に吹き出物が目立つようになり、本人も原因をストレスだと認めていました。二刀流として結果を求められるプレッシャーから肌荒れし、スキンケアに目覚めたのでしょう。メジャーに移籍してからは、美容はいっそう重要になっています。所属するエンゼルスの本拠地・アナハイムは、日差しが強いうえに日も長い。野外で直射日光が当たるし、紫外線も強いので、肌がダメージを受けないように、化粧水は必需品になったと聞いています」

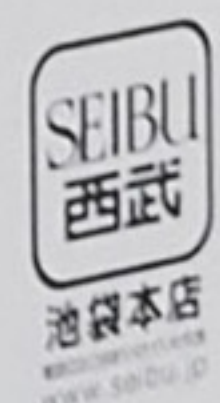
そんな大谷の美容術を、美容のプロはどう見るのか。複数の女性ファッション誌で活躍する美容ライターが語る。「この化粧水は朝と夜、洗顔した後に塗って、肌のハリを保つためのアイテム。その後、クリームを塗るのが普通です。このクリームが特殊で、就寝中に肌を保湿するためのアイテム。大谷選手も夜の洗顔後、化粧水を塗ってからスキンケアの仕上げとして使用しているはず」

写真・梅基展央、産経新聞

肌を整える。
それは自分と向き合うこと。

DECORTÉ

＜コスメデコルテ＞
「リポソーム アドバンス トリペアクリーム」
体感 イベント
2023年4月5日(水)～11日(火)
西武池袋本店 1階(中央A4)＝化粧品売場 イベントスペース



大谷翔平のInstagramに投稿されたロッカールームの写真。丸で囲んだのが彼の化粧品で、左が化粧水、右がクリームだ

【Day Day.】は世帯平均視聴率が5位のスタートで「ご祝儀とはいえよかった」(局関係者)との評判

NHK斬り』決意させた巨額含み益

5千万円超



武田真一アナ素顔はロックだけど…

フリーに電撃転身！MC番組『Day Day.』が好調スタートで余裕の通勤姿



なぜ、そこから水も滴るフワちゃん(29)が!?
夕方過ぎの都内ラジオ局。濡れた髪を拭く彼女には、思わぬ色気が…。仕事終わりに、ひとつ風呂浴びたようだ。
「テレビ局にはシャワーつきの楽屋があるそうで、珍しくはないかもしれませんが。しかし、ラジオ局でタレントがシ

ヤワー室を使うのは稀ですよ。基本はスタッフ用ですからね。」(ラジオ局関係者)
じつは彼女、20年にテレビ番組で「テレビ局での寝泊まり」を告白していた。今回も風呂上がりにつきびんのまま局内にいたようだが、3年たってもまだ続けていたのか。「フリーのためギャラが高く

ない」というのと「もった、こうしたほうがいい」と現場に提案する、いい図々しさ」が意外にもあって、業界内では評判がいい。ネット上では批判も多い彼女ですが、仕事には真面目で、まだ消える気配はありませんね」(芸能関係者) 毎度毎度、驚かせてくれる人だ」。



頭にタオルを巻いたうえで、すっぴんで登場したフワちゃん。ちなみに、ラジオ番組では「肌が荒れてきたら、ゲスト呼んで(夜更かししないよう)録音にしている」と告白している



はっちゃけキャラでブレイク3年、「消える気配がない」原動力はこの図々しさ

フワちゃん濡れ髪で謎の色気 業界人が驚く「風呂上がり退勤」

新番組「Day Day.」(日本テレビ系の初回冒頭で、「東京の自宅には開けてない段ボールがあるんです」と話したのは、MCを務める元NHKの武田真一(55)だ。意外にもロック好きな武田は、4月上旬の朝、テレビでは見せない革ジャン姿で「東京の自宅」から出勤した。「退職前は、大阪に単身赴任していた武田ですが15年4月、東京にマンションを購入入しています。当時の価格は約8千万円です」(芸能関係者) 山手線の某駅から徒歩5分ほどのマンション。近隣の不動産業者に、同じタイプの部屋の現在の価格を尋ねると、「1億5千万円弱ですね」と衝撃の返答が…。武田が購入した15年初頭は、都心の不動産価格が高騰し始めた時期。以来、上昇を続け、含み益が5千万円超になったわけだ。一部報道では「フリーで年収1億円説」も飛び出たが、締切り直前に、ご本人から編集部にかかってきた電話で「1億円なんてないですよ(笑)」と、テレビで聞く柔らかい口調で否定。しかし、そんな余裕があるのも、NHKを辞められたのも、安住の地があるからか。

撮見発 飲みハガの間の昼真…ハイボールに揚げ申

寺脇康文×堤 真一×高橋克実

誰にも気づかれない
三軒茶屋の奇跡

一杯380円のハイボールをぐびぐびと飲むのは、高橋克実(62)。その隣には、堤 真一(58)と寺脇康文(61)が並び、ほろ酔い気分で笑いが止まらない様子だ。4月初旬、この豪華3ショットが揃う奇跡が起きたのは、三軒茶屋の裏路地に面する、串揚げ店のテラス席のことだった。

三軒茶屋で公演があり、その終了後に、プチ打ち上げで居酒屋に立ち寄ったのではないでしようか(芸能記者)だが、ガハハ飲み、する3人に気づいたファンはいなかったという。通行人が語る。「おじさん3人がめっちゃめっちゃ盛り上がりつつある様子に、すぐ前を通る通行人たちは、みんな目を合わせないように足早に過ぎて行つて…」(笑)舞台は今後、全国をまわる予定。またどこかの街で再びの奇跡が!?

独立後の初ドラマは7月開始「日曜劇場」、スター勢ぞろいの超豪華作の現場で――

4月初旬、横浜中華街に姿を現わしたのは、昨年末に独立し、フリーになったばかりの堺雅人(49)だ。「7月スタートのドラマ『IVANT』(TBS系)の口です。役所広司さんや阿部寛さんといった、大物俳優が大集結する合作で、主演を務めるのが堺さんです(撮影スタッフ)大役をまかされた堺だが、現場ではこんな不安を吐露しているという。

「堺さんが共演者と話しこんで

る姿をよく見かけますが、頻繁に話題に上るのが、独立したことへの不安なんです。とくに、所属事務所が取締役を務めている役所さんには「どうやって経営していけばいいのか、経理面はどうしているのか」と、質問攻めでしたよ。「今は順調だけど、芸能界は先がわからないですからね…」ともこぼしていました(同前)俳優と経営者、二足の草鞋で、そんなプレッシャーも「倍返し」?



写真・久保貴弘

堺雅人「自分が経営者」のプレッシャー
相談相手は「現役取締役」大物俳優



オヤジと思われたくない方、必見

『喧嘩最強』の罵倒ギャルが『Z世代とのつき合い方』のコツを教えてくれた

みりちやむがLINE指南！

週刊誌初登場

Z世代がウザがる

三大NGワード

俺らのときは〇〇してたよ

今の子って〇〇だよ

ご飯連れてってあげるからやってよ

Z世代に嫌われないための「Don't」7カ条

- 1、昔話をするな
- 2、威張るな
- 3、人を決めつけるな
- 4、丸投げするな
- 5、ご飯に誘うな
- 6、恋愛事情を聞くな
- 7、(LINEで)赤の「!」は使うな



「自分では、そこまで口喧嘩が得意な意識もなくて。ただ、母親は元コギャルだし、父もヤンチャだったので、それに負けじと言い返すうちに、こくなったのかなって(笑)」

そう語るのは、ギャル系雑誌「egg」の専属モデルであると同時に、口喧嘩最強ギャルとして絶賛ブレイク中の、みりちやむ(20)だ。

21年に、元テレビ東京プロデューサーのYouTubeチャンネル「佐久間宣行のNOBROCK TV」の企画「口喧嘩最強女子オーディション」に突如現われた彼女は、いまや、口撃でオジサンを圧倒するキャラを確立。同チャンネルで、同年12月配信の「実験企画」大喜利中にギャルが罵倒!」は、再生回数49万回超え、'22年10月配信の錦鯉・渡辺隆を迎えた「罵倒キヤバクラ」は331万回超えを誇る。毒舌だが、スカッとする彼女の罵倒は必見だ。

「でも、最初に企画の話をもたらったとき、当時のマネージャーは「佐久間さんの番組とはいえ、口喧嘩なんて企画に(みりちやむを)出すメリットはないよな」って思ったらしいんです。ぶっちゃけ印象は悪くなるじゃないですか。け

ど「あの佐久間さんにハマったらすごいことだから、行ってみようか」と賭けてみたら、ガチでハマったみたいだな」

そこから一気に知名度が上がった彼女は、テレビのバラエティ番組などに、次々と出演。'23年3月には初のスタイルブック「ギャルの喧嘩上等!」口喧嘩最強ギャルみりちやむの流儀」(KADOKAWA)を刊行した。

無敵に見える彼女も、学生時代には挫折を経験した。

「小学生のころは、運動できなし、勉強もほぼ100点。児童会の副会長もやったほど。でも、中1の終わりごろに起立直後性低血圧障害という病気になり、あんな学校に行けなくなつて。はたから見たら、なまけてるようには見えな病気なんです。朝起きれなかつたり、運動しちゃうダメだったりで。3年になるまで学校に行きませんでした」

病を機にオーディションを受け始め、中学2年で芸能界入り。アイドル活動や読者モデルを経て、高校生のとき「egg」の専属モデルになった。「パパの仕事がファッション関係なんで、今の仕事に繋がったところはありますね。嫉に関して、パパにクロック

ストとジャージを禁止された時期がありました。あと「挨拶は相手に聞こえないと意味ない」と言われてたな。こっちは大きな声で挨拶してるのに、「聞こえてないの、てめーじゃん」って話で、注意されるたびに「は? 耳鼻科行けよ」と思ってた(笑)」

歯に衣着せぬ言葉が、気持ちいいくらいに口を衝いて出る。前述の自著の人生相談コーナーに寄せられた、彼氏とのセックスレスに悩む20歳の女子の相談には以下の直言。

「パンツ脱いで」って言えはいんじやない? 直球で言えは喜ぶでしょ」

そんな彼女に、自身も一員である「Z世代」(90年代中盤から'10年代序盤に生まれた世代)と、読者はどうつき合えばきか、教えてもらった。Z世代から支持されるギャルが贈る、20代の若者に嫌われないための心得を肝に銘じるべし!

其の一 自分の過去を語るな

「嫌われるオジサンって昔話をしがち。俺らのときはねー」みたいに言われても、「いや、知らん、知らん」って話で。逆に、たとえばうちらが今や

◀次のページに続きます

ブームを加速させる令和のホープを先取り発掘！ 華やかな前職、そして師匠にビビッと来た瞬間を告白

美人落語家&講談師

「私のデート勝負服」

落語家 金原亭杏寿



きんげんていあんじゅ 12月17日生まれ 沖縄県出身 '17年11月、金原亭世之介に入門。'23年2月、二ツ目昇進。'23年5月17日に『品川心中』（ティチクエンタテインメント）で歌手デビュー。'23年、主演映画『忍獣大戦記ジャロン対ゴウラ』公開予定。公式サイト（<http://kingpro.co.jp/anju/>）

モデルにCMと沖縄で知られるタレント
初の沖縄出身の女性落語家として注目されている金原亭杏寿。'17年に、師匠の金原亭世之介に弟子入り。'23年2月に二ツ目に昇進した。
「将来は保育士になろうと思ってたんですが、スカウトされたのをきっかけに地元でタレント活動を始めました」
高校2年時にモデル、CM、

イベント司会など、沖縄で知られるローカルタレントになった。その後、上京を決意。先輩モデルの紹介で、東京の俳優事務所所属した。
「演技レッスンの講師の方が師匠の知り合いで、『芝居の勉強になるから落語を観たほうがいい』と言われて行ったのが、師匠の独演会でした」
その高座を観て落語の表現力に衝撃を受け、弟子入りを志願。師匠から「人生かけてやるなら面倒みてやる」と言われ、入門を決意した。

「あれほどの芸を身につけられれば、自分も、何者になれる」と思ったんです。派手な舞台演出があるわけではなく、すべての落語家のなかで「いちばん好きな噺家は杏寿といわれるような存在になりたいですね」。



沖縄タレント時代のプロフィール用宣材写真。圧倒的な透明感とルックスのよさで、地元でも知られた存在だった



小学校はバレーボール部に所属。学校の成績もよく、文武両道だった

「たえば、こっちは間違えてることを指摘するのはいいんですけど、威圧的な態度で来る人は無理。知識でマウントを取る人とかもマジない」
其の二 威張るな
「若い子をひとまとめにしたがる人が多い。『ギャルってこうなんですよ?』とか、『今の子ってこうだよな』みたいな。昔は、このカッコをしてたらギャルみたいな認識があったと思うんですけど、今は、みんな着たいものを着てる感じなんで、『ギャルってこ

うだよな』とか言われると、いや、全員がそうじゃねーしって腹立つんですよ。だから、ギャルはこうって決めつけたり、ひとまとめにしないほしいかな」
其の四 仕事を丸投げするな
「仕事を頼むときは、その人が適任かどうかを考えて振ってほしいですね。今の若い子って、自分のやりたいことはとことんやるけど、自分に合わないことを無理にやるのは時間の無駄だし、意味ないと思うてる子が多いんです。たとえば私が嫌なことでも、それが好きな人もいる。だったら、そっちにまかせたほうがいい。もちろんZ世代も多少の我慢は必要ですけど、ホントにやりたくないことを振られると、



6歳下の弟と観覧車の中で。弟とは、一緒に買い物に行ったリゲームをしたりするほど仲よし

「清楚な子はわからないですけど、ギャルは堅苦しさすぎる人が苦手なんで、ある程度フランクに来られるのは全然オッケー。『大木ちゃんさー』みたいに言われる感じのほうが接しやすい。でも、馴れ馴れしすぎるのはダメで、とくに」
其の六 恋愛事情を聞くな
「清楚な子はわからないですけど、ギャルは堅苦しさすぎる人が苦手なんで、ある程度フランクに来られるのは全然オッケー。『大木ちゃんさー』みたいに言われる感じのほうが接しやすい。でも、馴れ馴れしすぎるのはダメで、とくに」
其の七 赤の「!」は使うな
「オジサンは絵文字を使ったがるけど、今の若い子は基本、絵文字はあんま使わない。相手が使ってくる子なら、使っていないと思うけど、そうじゃなければ使わないほうが無難。オジサンで多いと感じるのが、虹とかハートとかのキラキラ絵文字。あれは、絶対やめたほうがいい。あと、赤いびっこりマークが来たら、オジサンだなーって感じる」
LINEといえば「スタンぷ」。これにも若者ルールがあるようだ。
「こっちがスタンぷで会話を終わらせてるのに、また文章を返してくる人も嫌。それから、文章に対して、ちっちゃ

「人と被りたくなくて、1年くらい髪をピンク色にしてた」高2のころ
「オジサンは絵文字を使ったがるけど、今の若い子は基本、絵文字はあんま使わない。相手が使ってくる子なら、使っていないと思うけど、そうじゃなければ使わないほうが無難。オジサンで多いと感じるのが、虹とかハートとかのキラキラ絵文字。あれは、絶対やめたほうがいい。あと、赤いびっこりマークが来たら、オジサンだなーって感じる」
LINEといえば「スタンぷ」。これにも若者ルールがあるようだ。
「こっちがスタンぷで会話を終わらせてるのに、また文章を返してくる人も嫌。それから、文章に対して、ちっちゃ



落語家 林家つる子

はやしやつるこ 6月5日生まれ 群馬県出身 '10年9月、九代目・林家正蔵に入門。'24年3月の真打昇進が決定。公式サイト (<https://tsuruko.jp/>)、公式ツイッター (@hayashitsuruko)



演劇志望も落研の強引な勧誘で全国決勝へ

中央大学の落研出身で、実力派女性落語家として知られる林家つる子。師匠は名門を率いる九代目・林家正蔵。'15年11月に、二ツ目に昇進した。「大学では演劇系のサークル

に入りたかったんですが、落研の人たちに半ば強引に勧誘されて（笑）。でも、先輩の落語を聴いて、知識はまったくなかったんですが、素直におもしろいと思ったんです」高座名は中央亭可愛。2年時に、学生落語の全国大会で決勝に進出し、審査員特別賞

を受賞。落語の世界にのめりこんでいくことになる。

「卒業後は落語家になろうと決心し、バイトをしながら寄席に通う日々を過ごしました。そんなとき、師匠の高座を見たんです。テレビのイメージとのギャップもあって、初めて師匠の落語を聴いたときは、今の落語界を背負ってる人なんだって感銘を受けました」

ちょうどそのとき、正蔵師匠が初めて女性の弟子を取ったことを知り、落語に詳しい大学時代の教授を通して会う機会に恵まれた。

「師匠も姉弟子が初めての女性で、どう接していいのか悩んでいたみたいでした。もう一人女性がいることで、弟子同士もやりやすくなるんじゃないかという思惑もあり、入門できたんです」

4月1日、'24年3月の真打昇進が発表された。

「人の心に寄り添うのが落語の魅力。どんな囃でもパワフルにやることを心がけてます。古典落語を老若男女問わず楽しんでもらい、女性だからこそできることに挑戦したい」趣味の音楽では、ロックバンドの「氣志團」を愛してやまないという。

「ライブでの、楽しませよう、という精神がすごいんです。万が一共演の機会があれば、おそらく泣いてしまいます」



高校時代、演劇部の舞台シーン。大学でも演劇系のサークルに入りたかったが、強引な勧誘で落語研究会に所属



講談師 一龍齋貞奈

いちりゅうさいていな 11月21日生まれ 静岡県出身 '15年6月、一龍齋貞心に入門。'22年4月、二ツ目昇進。公式サイト (<https://teina1631.com/>)、公式ツイッター (@1017koudan)



会社員時代に大学の同級生に祝ってもらった誕生日。このあと、会社を辞めてナレーターの養成所に通い始める

女子アナの夢破れナレーターとして活躍

釈台を張り扇で叩きながらネタを披露する講談界で、将来が期待される一人が現在、二ツ目の一龍齋貞奈だ。「子供のころに観ていた『めざましテレビ』（フジテレビ系）の八木亜希子に憧れて、将来の夢は女子アナでしたね」だが夢破れ、卒業後はマーケティング会社に就職する。「大手広告代理店の下請けで、仕事にやりがいを感じられず、形が残る仕事をやりた

いと、ナレーターを目指しました」退社後2年間養成所に通い、ナレーター事務所に所属した。「ナレーター以外にも、舞台に出演したりしたけど、大勢で芝居をやるのは自分に合わないと思って。そんなとき、一龍齋貞心師匠の高座を拝聴して、頭の中に絵が思い浮かぶ講談ってカッコいい」と入門を直談判。抱持ちから始めさせていただきました」

見習い期間を経て、'15年6月に入門。'22年4月、二ツ目に昇進した。「言葉の表現だけでイメージーションを広げられるのが講談の魅力。昔はネタが飛ぶこともあったけど、最近は落ち着いてきたので、その成長ぶりを見てほしい」

自分のラジオ番組を持つのが目標というが、最近意外なことにハマっているそうだ。「裁判傍聴です。月3回くらい行きます。地方公演で時間があるときは、地元的地裁に行ったりとか。傍聴席で、阿曾山大噴火をよく見かけますよ。この間、闇バイトの裁判を傍聴したんですが、その話聞きたいですか？（笑）」





1st写真集『半分光、半分影』発売直前
先行ランジェリーカットも!

櫻坂46 大園 玲 ぜんぶ愛しさ

自身の23歳の誕生日・4月18日に初の写真集を発売する櫻坂46・大園玲。
北海道と鹿児島で撮影した一作には彼女が見せたかった「キラキラ」が詰まっている。
笑顔もアンニュイな表情も、すべてが愛しい22歳のメモリアル。

落語家 鈴々舎美馬



れいれいしやみーま
4月12日生まれ 神奈川
川県出身 '18年2月、
鈴々舎馬風入門。
'23年11月に、ニッ目
昇進が決定。
公式ツイッター
(@reireishamiima)



見習い期間に秋葉原にあるコンカフェ
「アフィリア・クロニクルS」でキャ
ストを経験。キャスト名はデージー

サイン入りチエキを
12名様にプレゼント!



ご希望の方はハガキに応募券を貼り、〒住所、氏名、年齢、
職業、電話番号、希望する落語家、講談師の名前を明記
のうえ、〒112-8011(住所は不要)光文社FLASH編集部
「美人落語家&講談師」係までご応募ください。なお、絵
柄の指定はできませんのでご了承ください。締切りは4月
18日(当日消印有効)。当選者の発表は、賞品の発送をもっ
てかえさせていただきます。※なお、雑誌
公正競争規約の定めにより、この懸賞に
当選された方は、この号のほかの懸賞に
入選できない場合があります。ハガキの
個人情報に関しましては、抽選および賞
品の発送のみに使用させていただきます。

美人落語家
&講談師
チエキ応募券
1685号



人見知り克服のため コンカフェキャストに

厳しい修業で知られる落語家の前座時代。その前座にとんでもない「アイドル」がいると話題だ。勉強会を開けば即満席という鈴々舎美馬だ。「最初の楽屋仕事は日給1千円。いちばん上位の立前座になると1千700円。寄席は10日

間の興行なので、その月が31日ならば30日間興行で、最後の一日だけが唯一の休日になります。冗談で、前座は人に非ず、って言ってます(笑)」彼女は桜美林大学落語研究部出身で、全国大会決勝に進出したこともある。大学卒業後は、エステ会社就職した。「落語家になりたい気持ちもあって、仕事しながら、全国

大会のときに司会をしていた鈴々舎馬風。この師匠の落語会に同行させていただいていたんです。そのうち仕事も大変になつてきて、お客様を痩せさせるはずが、自分がどんどん痩せてしまうという(笑)」エステ会社は1年で退職し、'18年2月、馬風師匠の師匠である鈴々舎馬風入門。見習い期間は1年5カ月にも及んだ。

「その間、前座になったときに人見知りの性格が災いすると思い、興味があった「アフィリア」というコンカフェのキャストもやりました」まだまだ修業中の身だが、その場にいるだけで喜んでもらえるような華やかな落語家になりたいと語る。「落語の魅力は想像の世界でなんでも創り出して、時空を超えて人と繋がれるところ。

新作ネタも創っているの、YouTubeや勉強会などで聴いてもらいたいです」4月1日、'23年11月にニッ目の昇進が発表された。前座の「アイドル」が、ついに世の中に広く知られるときが来た。



写真・福田ヨシツグ 取材&文・石内雅也 企画協力・「らくごカフェ」(東京・神保町)







最新シングルの表題曲『桜月』では中心メンバーの一人となり、カップリング曲『Cool』では初のセンターに抜擢されるなど、勢いに乗る櫻坂46・大園玲。自身の23歳の誕生日・4月18日に1st写真集『半分光、半分影』を発売する。ロケ地は北海道と故郷・鹿児島。各地で22歳の“キラキラ”を切り取った。

「帯広は父が大学時代を過ごした街で、ずっと『どんなところなんだろう』と思っていました。父の母校でも撮影をして、不思議な気持ちでした。鹿児島市では市電（路面電車）を一両貸し切りにしていただいて撮影しました。昔、普通に乘っていた電車なので、『すごいことをしている…』という気持ちでした（笑）」

初めてとなる水着やランジェリーカットも披露。体づくりは「これまでにないほど頑張った」という。

「きれいな自分の姿を写真集として残したいというのはもちろんですが、努力したことによる自信が私が表現したい“キラキラ”に繋がるんじゃないかと思ったので頑張りました。その“キラキラ”を見てほしいと思います！」





邂逅

かいこう

唯一無二の存在感を放つ女優が
最新写真集で情炎ボディを魅せた！

水崎綾女

櫻坂46 大園玲1st写真集
『半分光、半分影』(光文社刊)は
23歳の誕生日・4月18日に発売！



PROFILE

おおぞのれい 22歳 '00年4月18日生ま
れ 鹿児島県出身 T163 A型 '18年に坂
道研修生として活動開始後、'20年2月に櫻
坂46への配属が発表。櫻坂46から改名した
櫻坂46の5thシングル『桜月』のカップリン
グ曲『Cool』ではセンターを務める

写真◎Takeo Dec.
スタイリスト・有咲
ヘアメイク・平野仁美



「33歳の水崎綾女が、ぎゅつと詰まった写真集です」
4月24日に最新写真集『sensuality』（光文社）をリリースする女優の水崎綾女は、作品についてそう語る。「映画のようなストーリー性のあるものに」と企画し、夜のビーチや人けのないコーヒースタンドなど、さまざまなシチュエーションで撮影された同作。ヒロインを演じ、17年にカンヌ国際映画祭でエキュメニカル審査員賞を受賞した『光』、『最愛』や『警視庁アウトサイダー』など、多くの映画やドラマで表現力を磨いてきたいまの彼女だからこそ見せられる、官能的なボディラインや表情は必見だ。

「肌の艶感、もちもち感、とくにお尻の見せ方にこだわって、ふわっと丸く見えるようなショットがたくさんあるので、そちらを見ていただけたら嬉しいです」







PROFILE

みさきあやめ 33歳 '89年4月
26日生まれ 兵庫県出身 T163
'04年「第29回ホリプロタレント
スカウトキャラバン」ベストグラ
ビア賞に輝きデビュー。'17年、ヒ
ロインを演じた映画「光」が「第
70回カンヌ国際映画祭」でエキュ
メニカル賞審査員賞を受賞。ドラ
マ「最愛」(TBS)、「つまらない住
宅地のすべての家」(NHK総合)、「警
視庁アウトサイダー」(テレビ朝日)
などに出演し、女優として活躍中。
最新情報は公式Twitter (@aya
me0426)、Instagram (@misaki
ayame) にて

写真◎三宮幹史

スタイリスト・宮澤敬子
ヘアメイク・paku ☆ chan





FREE DOWNLOAD

LATEST MAGAZINES

THE BEST QUALITY TRUE PDF

MAGDOWNLOAD

<https://magdownload.org/>

FLASH

水崎綾女写真集 『sensually』は 4月24日に光文社より発売

4月23日(日)東京・神保町の「書泉グランデ」にて
先行発売イベントを開催決定。
詳しくは<https://www.shosen.co.jp/event/8437/>まで



MAGDOWNLOAD.ORG

FREE DOWNLOAD

LATEST MAGAZINES

HIGH QUALITY TRUE-PDF

MAGDOWNLOAD.ORG

1989年2月11日、『三宅裕司のいかすバンド天国』(TBS系、土曜深夜0時30分～午前3時)がスタート!放送1年10カ月で846組のバンドが登場した



12年ぶりにイカ天メンバーが本誌に降臨! 日本を席巻した名物バンド 7組8人を撮り下ろし 伝説のイカ天バンドに会いたい!

FLYING KIDS、BEGIN、人間椅子ほか、数多くの人気バンドを生んだ『いかすバンド天国』(TBS系)。本格派からイロモノまで、平成の音楽シーンに伝説を残したアーティストたちの今を直撃だい!

3代目ブランドイカ天キング(5週勝抜'89年11月11日・12月9日出演)



ex. たま
石川浩司(Vo・Per)

「たのしい、さびしい、うれしい、かなしい、気持ちはいつでもとつても不安定」



代表曲『さよなら人類』

メンバー内で紛糾した『イカ天』への出演

イカ天に出るか? 出ないか? それが問題だった。「知久(寿焼)さんと僕はテレビに出演すれば地方でのライブもやりやすくなると思っていて、柳原(陽一)さんと滝本(晃司)さんは、「イカ天ブームに乗るのは違うだろう」と。そんな様子を見かねた女性マネージャーが勝手に応募して出演が決まりました」

じつは「イカ天」に出る前、「たま」は審査員を務める伊藤銀次のラジオ番組に出演していた。

「東京で話題のバンドということでゲストと呼んでいただくんですが、伊藤さんに「君たちみたいなバンドは出ないほうがいいよ」と言われまして(笑)。僕はアングラな音楽を一生やっていけたらいいなと思っていただけで「イカ天」に出て有名になってしまつてプライベートがなくなつたのがつらかったですね。でも、おかげで還暦過ぎまで楽をして生きてこれました。現在もメンバーは全員ソロで活動しているので、ぜひライブにお越しください。また、書籍『たま』という船に乗っていた増補改訂版が発売中です!」

戦略が当たりすぎて大儲け!?

「10月から『イカ天』が全国ネット放送になる。お前らはその一発めの目玉にしたい」「イカ天」のブッキングマネージャーから連絡を受け、氏神「一番は快諾した」。

「原宿のホコ天で顔を白塗りにして歌謡曲をグラムロックにアレンジして歌うバンド『ヒステリック・グラマー』に、拙者が加入する形で『カブキロックス』が誕生しました。バンドで山本リンダの『どうにもとまらない』や西城秀樹の『薔薇の鎖』とかやっていました」

氏神「一番は戦略を練った。2元禄3年結成。300年の時を超えて江戸時代からやってきた」というコンセプトだ。

「『イカ天』は音楽番組ではなく音楽バラエティだからシャレが必要だと考えたわけです。その戦略が当たりすぎて、デビュー時の契約金が1億3千万円! TBSの番組広告塔にもなった。でも、ブームがすぐに終わるのはわかっていたので、映画やNHKのドラマに出演したりMCをやったりして、現在に至ります。バンドメンバーとは喧嘩するほど仲よくないので(笑)、解散の危機などなく、来年は35周年を迎えます!」

「今・本物! 実力派色モノバンド、イカ天」初見参! 「必見・落着!」

カブキロックス

氏神「一番」(V)



代表曲『お江戸-O・EDO-』

11代目イカ天キング(4週勝抜'89年8月5日・9月2日出演)

ex. NORMA JEAN
山田ROGER(Ba)
ダイナマイトMARI(Vo)

予想外に勝ち抜いて急遽メンバー交代!

「お願い。今すぐ日本に帰ってきてベースを弾いて!」

プロレスラーのダイナマイト・キッドが大好きだったという理由で名がついたダイナマイトMARI(左は、ベースのヒーローであるロジャー・グロウヴァーから命名した山田ROGERに国際電話をかけ「イカ天」出演を依頼した。「ノーマジン」は、「予想

外に」(MARI)初週を勝ち抜いていた。だが、2週目はベイスンの出演が困難になり、セッシン経験のあったROGERに頼み込んだのだった。

「イカ天」出演後、彼女たちのもとには多くのレコード会社からオファーが届いた。MARI「私たちは若くてピュアだったので(笑)、レコーディングのやり方について事務所に条件を提示したんです。『曲は自分たちで作る』『演奏も自分たちでやる』と。社長には『バカみたいな話をするな』と笑われたけど…」

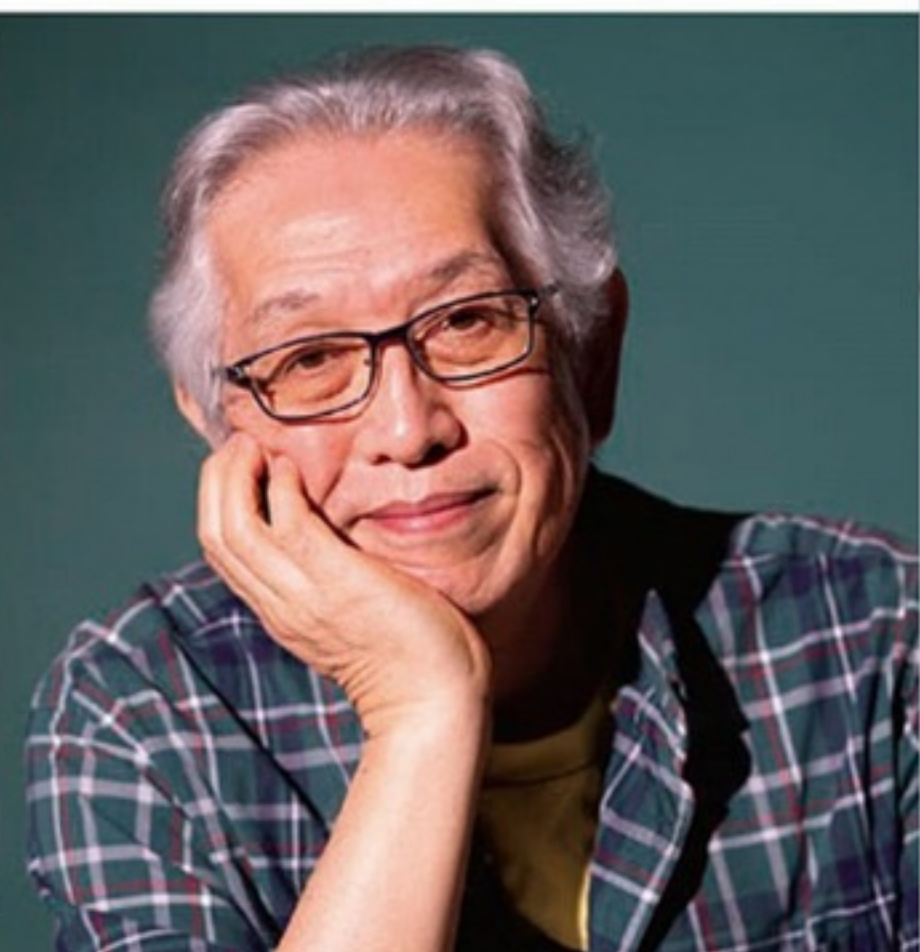
山田「そのぶん、一生懸命練習してね。そのおかげか、今でも音楽中心の生活で、セッシンベイスンとして活動しています。教則本を出して講師もしています」

「こぶしなんかふりあげないで、お酒片手にROLL&SHAKE!」



代表曲『GET A CHANCE!!』

MARI「今でもメンバーとは年一で会っています。再結成? メンバー全員現役のミュージシャンなので可能性は0%ではないけど…。何かきっかけがあれば、ね」



イカ天審査委員長 萩原健太

なぜ、起きたのか?

「80年代、日本の音楽界ではBOWWY、レベッカ、バービーボーイズ、米米CLUBなどが人気を博し、第二次バンドブームを牽引していた。毎週末、原宿の歩行者天国では、あまたのアマチュアバンドがライブをおこない、10代、20代の若者を中心に、熱狂的なファンが声援を送っていた。そんなバンドブームに乗り、'89年(平成元年)2月『三宅裕司のいかすバンド天国』(TBS系)がスタートした。毎週、アマチュアバンド10組が出演し、審査員の投票により「イカ天キング」が誕生。キングが5週勝ち抜くと「ブランドイカ天キング」という称号が付与された。司会はお笑い音楽に精通した三宅裕司と、元気キャラ全開のタレント・相原勇だった。

10代目イカ天キング(3週勝抜、'89年7月1日〜8月5日出演)

「おもしろくてためになる」精神力ロック。
滋養強壮にどうぞ」



代表曲『二枚でどうだ!』

宮尾すすむと日本の社長

黒沢伸(V.O.)

「代表曲『二枚でどうだ!』は、女性に性的同意を得られず引き下がる歌なのでコンプラ的にOKです」
ゴムを二枚にするからやろうよ! と女性に懇願する名曲を生んだのは、早稲田と一橋の大学生による「イカ天史上最高の偏差値集団」だった。メンバーは就職の内定が決まった状態で「思い出作り」のために出演。笑いとファンクを融合させた音楽は高い評価を受けた。現在、黒沢さんは一流企業でIT部門を担当し、

ほかのメンバーも会社で働きながらバンドも活動中だ。「新曲は10年に3曲くらいのペースで作っています(笑)」「イカ天」に出たことでバンドの絆が深まったと思うし、まだどこかで夢を見ていられる部分があります。僕らの音楽が世に通じたのは自信になっていますし、今も楽しくやれています。今度、メンバーとお金を出し合って新しいアルバムを作ろうという話をしています。バンドはライフワークなので死ぬまでやります」

13代目イカ天キング(1週勝抜、'89年10月28日・11月11日出演)

「チームワークで奏でるバグパンク」



ex.サイバーニユウニユウ

メカエルビス(V.O.Gt)



代表曲『ひねりつぶせ!』

『イカ天』はアングラ音楽をメジャーにした
「メカゴジラ、メカニコングってあったよな。そしたら、エルヴィス・プレスリーのメカ化はどうや?」
こんな思いつきで生まれたメカエルビス。東急ハンズでエルヴィスのお面を買い「人造人間キカイダー」を参考に、友人が仕上げてくれた。

「イカ天」のために作ったキヤクターではありません。エルヴィスに寄せた曲をライブで演奏していました。バンドで「イカ天」に出演しようという話になって、ブルース・

ブラザーズみたいに帽子をかぶってスーツ姿で演奏した曲を事務局に送ったら、担当者に「いいと思うけど出演は1年半ほど先になるよ」って言われて。同じ曲をメカエルビス姿で撮り直して再送したら1カ月で出演になりました(笑)。「イカ天」はアングラな音楽をメジャーにしました。その現象がおもしろかったですね。僕らのバンドは解散しましたが、ベース&ボーカルの女性とのバンドや映画音楽の制作など、音楽活動を続けています」

つみきみほ賞('89年7月22日出演)

スイマーズ

キース(Ba)



代表曲『スイマーズのテーマ』

「われわれは
プライドが高いので、
難しいことはやらないのだ」

番組に芸人枠で出演したこともあった

「兄和久田理人」に「バンドやるぞ」と誘われて「スイマーズ」に加入しました。衣装は最初から海パン姿でした。あのころ漫画『バタアシ金魚』が流行っていたので、その影響だったと思います」

水泳帽、ゴーグルに海パン姿でパンクを奏でる異色のバンドは「イカ天」に出演し、大きな爪痕を残した。

「バンド以外の仕事が増えました。ラジカセの宣伝やプールのCM、『ビートたけしのお笑いウルトラクイズ』(日テレ

系)に、芸人枠で出演したこともあります。番組のスタッフさんに「ごめんなさい、芸人さんじゃなかったんですね」って言われました(笑)。メンバー全員、音楽で食っていこうとはまったく思っていなかった。バンドとして一石を投じたというか、何か現象を起こしたい、という感じでした。現在、僕は自動車関係の仕事をしていて、兄は鍼灸師です。一時期活動停止していました。が、復活しました。今後も海パン姿が続いていきます」

ぬいぐるみが歌詞の主人公だった…

映画『明日に向って撃て!』(69年)の主題歌でバート・バカラック作曲の「雨にぬれても」を大胆にカバーしたガールズバンド「マサ子さん」。「雨にヌレモいーや」とタイトルこそ原曲の雰囲気は漂わせているが、日本語詞はまったく別の世界観だ。

「戦略ではないです。私が小学生のころ『雨にぬれても』が大好きで、よく縦笛で吹いていたんです。その数年後に、なぜか歌詞をつけて歌ったんですよ(笑)。ライブでもよ

くやっていたので「イカ天」もこれでいいんじゃない? って軽い気持ちで選びました。バンドリーダーが羊のぬいぐるみの「みんな」で、この歌詞は「みんな」を主人公にして書いたんです」

自由なマユタンは、現在も音楽活動を続けつつ、ナレーターやイラストレーターなどとしても活動している。「イカ天」に出たことで、今でも愉快なミュージシャンとつながりがあるのは、幸せなことですね」

プロの世界にはいない バンドを評価した

演奏テクニック重視ではなく、流行りの音でなくてもいい。個性を表現するための音楽であれば「イカ天」の舞台に立つことができた。

「番組側がテレビのショーとして成立させるために選んだ個性派のバンドがいました。たとえば「カブキロックス」「ブラボー」「スイマーズ」など。見せることで成立するバンドもエンタテインメントとして大事にしていましたね。

僕らはイカ天でプロを作ったかったわけではないので、プロの世界にはいないバンドを評価した。そういう人たちを応援したかった」

当時、日本の音楽界においてバンド系は8ビートロックが主流だったが「イカ天」ではあまり見かけなかった。

「FLYING KIDS」「BEGIN」『たま』の3組は「イカ天」がなくてもいつか世に出てきたバンドだったと思います。番組では、なるほど、この手があったか! というような新しい切り口を求めています。審査員には、伊藤銀次さん、吉田建さんといったトップミュージシャンに加えて、編集者のグーフィー森さんやオペラ歌手の中島啓江さんがいてくれたので、レコード会社主催のオーディションと違って、多面的な評価になったのだと思います。「イカ天」は、YouTubeがなかったころのYouTubeみたいなものでした」



イカ天バンドの人気曲を新録したCD『イカ天オムニバスアルバム2023』が発売中



アイドルグループ「#ババババンビ」から
かしくかわいい「リケジョ」が、
大人な魅力に挑戦！

凛として *Cute!*

小鳥遊るい

Rui Takarashi



結成3周年を迎え、4大都市ツアーを終えた「#ババババンビ」。白色担当の小島遊るいは、奈良女子大学出身のリケジョとしても有名だ。

「子供のころからアイドルが大好きだったんです。ただ、あくまで憧れの存在で、自分があるのは無理だと諦めていました。だけど、かわいいことには携わりたいと思い、洋服にかかわる仕事を目指すことに。普通だったら服のデザインを勉強する方が多いかもしれませんが、私はなぜか大学で化学系に進み、服の繊維を学ぶことにしたんです。そしてアイドルを追っかけながら就活をしていたとき、縁あっていまの事務所とお話をする機会があり、所属することに。遠回りでしたが、夢がかなって嬉しいです！

アイドル熱が高まったのは大学生のころ。ライブ鑑賞の遠征費を稼ぐために、バイトをたくさんしていて、大学の図書館で働いたこともあります。遠征の移動は高速バス、宿泊はネットカフェで大変でしたが、それ以上に彼女たちが頑張っている姿に勇気もらえたんです。だから私も、観ている人に勇気を与えられるようにもっと頑張ります！」

石川 滢

Mio Ishikawa

清纯派女優は、透き通るようで……

PINK TOP

▼16歳以上の方のみ応募可能

Present

直筆サイン入りチェキを
6名様にプレゼント

抽選で6名様に直筆サイン入りチェキをプレゼントいたします。ご希望の方は下の応募券をハガキに貼り、〒住所・氏名・年齢・職業を明記のうえ、〒112-8011（住所は不要）光文社 FLASH編集部「小鳥遊るいプレゼント」係までお送りください。なお、チェキの絵柄の指定はできませんのでご了承ください。締切りは4月18日（当日消印有効）。当選者の発表は、賞品の発送をもってかえさせていただきます。



※写真のチェキは
見本です

応募券
FLASH
1685号
小鳥遊るい

※雑誌公正競争規約の
定めにより、この懸賞
に当選された方はこの
号のほかの懸賞に入選
できない場合があります。
いただいたハガキの
個人情報は、抽選と
賞品の発送のみに使用
させていただきます。

PROFILE

たかなしるい 10月24日生まれ 三重県出身 T151
'20年に結成されたアイドルグループ「#ババババンビ」の白色ツインテール担当としてデビューした。4月27日（木）には「[#仔鹿物語] プルプル震えナイト! VOL.18 USA BIRTHDAY LIVE!」を開催。また、29日（土）には「#ババババンビ」初の映画主題歌と、映画『放課後アングラーライフ』（KADOKAWA）の公開記念プレミアム上映会が、埼玉・ところざわサクラタウンにて開催。併せて「放課後アングラーライフ × #HASHTAG RECORD」と題したスペシャルライブもおこなわれる。そのほか最新情報は、#ババババンビ公式Twitter (@babababambi01)、本人公式Twitter (@pipipi_br)、Instagram (@pipipi_br) にて

写真◎佐藤佑一

スタイリスト・野田陽子（ミタケイショウ）
ヘアメイク・田森春菜（JULLY）









透き通る肌がまぶしい清纯派女優の石川澪は、インドアライフを満喫中という。

「休日は、Uber Eatsで頼んだご飯を食べながら好きなアニメを観ます。最近、アニメを流しながら、ソシヤゲのデイリー・イベントもこなしていますね!」

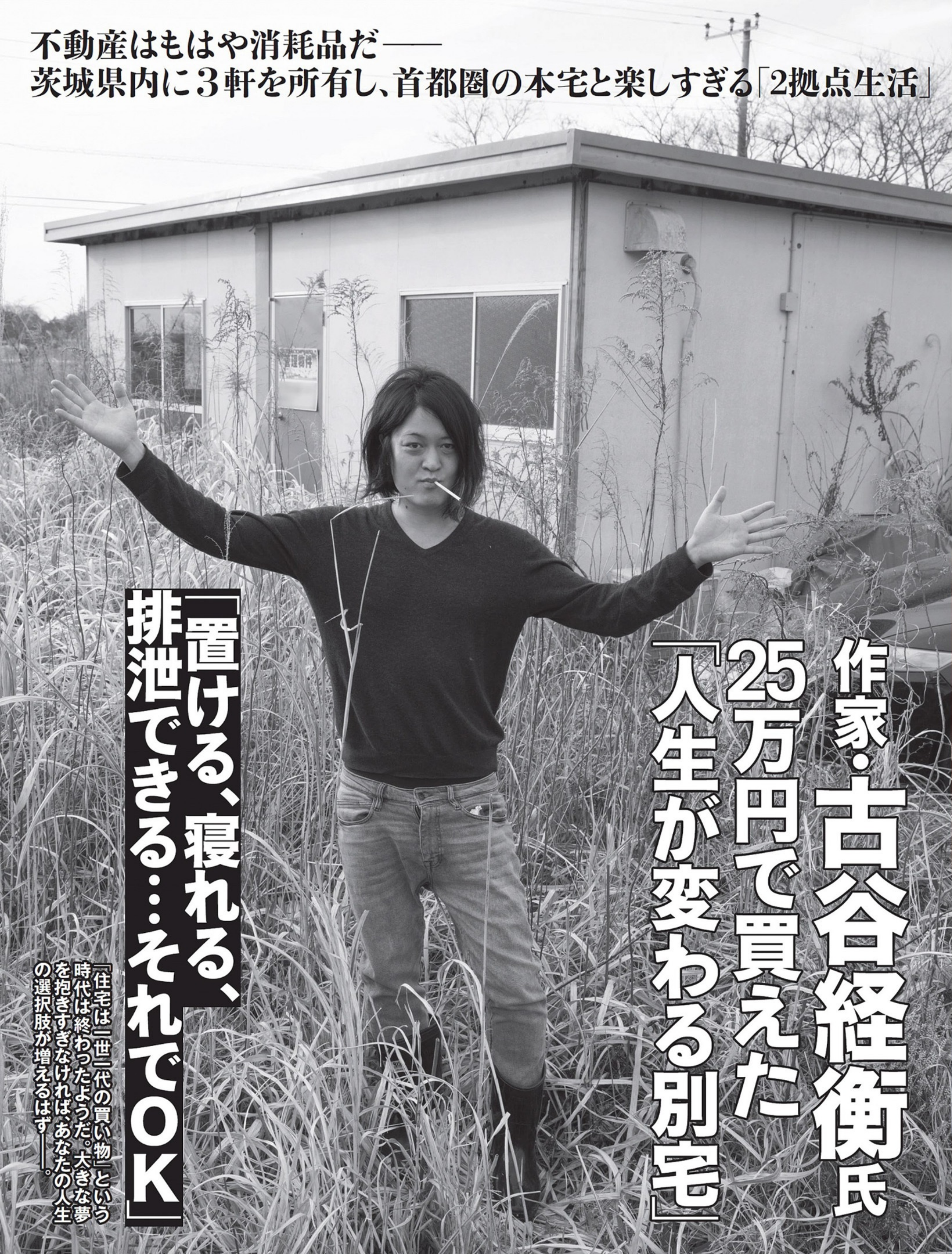
石川は漫画、アニメのオタ活の熱心さにおいて、ナンパワンのという女優だ。最近『ブルーロック』にハマっている。

「もう、グッズをたくさん買すぎていて、何を自慢したらいいのかわからないくらい(笑)。リリース量がエグいです! インドア派の私ですが、グッズを買うためにちょこちょこ外出しますね。この前は、通常の2倍くらいのサイズのアクリルスタンドを買ってしまいました。部屋に置くと存在感がすごいです」

そんな我が家には、癒やしを与えてくれる存在がいる。

「最近、猫に夢中で。朝起きたら猫と遊んで、トイレ掃除をして、餌の残量をチェックするのが日課です。新しく買った棚の扉を、猫が勝手に開けて入ってしまいます。でも、棚の扉が閉まると自分では出られない。ニャー、ニャー鳴いている姿がとってもかわいい!」

不動産はもはや消耗品だ——
茨城県内に3軒を所有し、首都圏の本宅と楽しすぎる「2拠点生活」



「置ける、寝れる、
排泄できる…それでOK」

「住宅は二世三代の買物」という時代は終わったようだ。大きな夢を抱きすぎなければ、あなたの人生の選択肢が増えるはず。

作家・古谷経衡氏
25万円で買えた
人生が変わる別宅

PROFILE
いしかわみお 21歳 '02年
3月20日生まれ T158・B
82W58H86 '21年に「MO
ODYZ」専属のセクシー女
優としてデビュー。第1作は
「FANZA」の動画部門の週
間ランキングで1位を獲得し
た。好きなアニメ作品は「プ
ルーロック」。そのほか最新
情報は、公式Twitter (@_ishi
kawamio) にて

写真●鈴木ゴータ

DVD & Blu-ray
『Mio 幻想航路・石川澤』
REbeccaより発売中



▼この端を一寧に切り開いて、ご覧ください

「すごくいい買い物をしたと思いますね。放置していても損はありませんから」

土地約30坪。25万円で購入した茨城県美浦村に立つ軽量鉄骨造の平屋を前に笑うのは、作家で評論家の古谷経衡氏（40）。現在、同県稲敷市と鉾田市にもそれぞれ1軒。格安



美浦の建物には、放棄されたままの空き家と勘違いされないために、自作の「管理物件」看板を取り付けている

不動産」を計3軒所有する。

「10年ほど前、最初に購入したのは40坪の稲敷市の土地です。数十万円で不動産って買えるんだなと感心していたら、茨城にゴロゴロあるんですね。それで、買ってみました。1坪5千円で20万円。その土地にコンテナを置き、自宅に

収まりきらない書籍や資料などを保管したんです。その後、15年に美浦を、19年に鉾田を買いました。鉾田の70坪の土地には建物が立っているのですが、民泊にしようと思っていたんですが、コロナ禍になってしまい、手つかずの状態になっています」

古谷氏が茨城県で3軒を購入した理由は、自宅からの利便性と土地の安さだという。

「不動産は『イメージの産物』。たとえば新幹線が通る栃木県の宇都宮や小山は価値が高くなり、群馬県の高崎、前橋は避暑地である軽井沢の手前でイメージがいい。茨城県はいわゆる『魅力度ランキング』の影響もあり敬遠されがちなので、このあたりは土地の値段が下がりにっています。私は自宅が千葉県松戸市なので、車で高速道路の常磐道、圏央道を使えば1時間ほどで行けます。3軒とも坪単価は1万円以下。固定資産税は稲敷が免税、美浦が2千円、鉾田が8千円で年間約1万円。本当にお買い得だと思いますね」

2拠点生活をうまく送るコツは、別宅に期待を抱きすぎないことだという。

「高額な別荘を買ってしまうと『高い買い物をしたんだか

変わってきています」と指摘するのは、オラガ総研株式会社代表で、不動産評論家の牧野知弘氏だ。

「最近では、都心の10平米ぐらいしかないミニマムな物件も、若い人に人気が高いです。それこそ、寝るスペースとトイレ、シャワーブースと生活に必要な最低限のものが揃っていればいい。なんならシャワーは、通っているスポーツジムですませてトイレだけあればいい。生活コストを極力かけないということです。以前は、住居の優先順位はかなり

上でしたが、家や不動産は消耗品になってきています」

こうした観点を持っているのであれば、地方の格安物件は悪い買い物ではないと、牧野氏も考えるという。

「100万円で買った地方の物件は、将来的に価値が上昇する確率は低いと思います。でも、『朽ち果てるまで使い倒してやるう』という考えならいいわけです。しかし、安いからといって地方のリゾートマンションは絶対に購入するべきではないと思います。管理費と修繕積立金が毎月取られま

すし、区分所有の共同住宅は自分の一存では何もできず、不動産の流動性も低い地域だと手放したくても売れないと。何重苦にもなります」

古谷氏も同意見だ。

「たとえ10万円でマンションを買っても、毎月の管理費が2万円だとしたら、年間の維持費は24万円。この維持費を払い続けることになる。これこそ本当の『負動産』。美浦の建物も値段はつかないですが、維持費は固定資産税の2千円と電気の基本料金1千200円ぐらいで、置いておけばいい。



美浦の建物内には、所有する書籍などが山積みになっていた。外でバーベキューなどをして、楽しむこともあるという

ら行かなきゃ。きれいにしなきゃ」と思ってしまう。家が2軒になるのだから、手間や移動に時間を取られるのは当然。そうになると、行くこと自体がストレスになり、生活が破綻していくと思うんですよ。でも私の場合は片道1時間だし、

「20万〜30万円で買ったんだから捨ててもいい」という感覚で購入したので、まったくストレスを感じないんです」

また、自宅以外に別宅を所有していることは、大きな安心感に繋がっているという。

「ここ（美浦）は築30年ですが、軽量鉄骨なのでまだ20年ぐらいは持ちます。購入したことで、人生観で何が変わったかと言えば、電気も通っていて、井戸も掘ったので水源もあり、寝泊まりもできる。もし東京に大地震が起きてもここで暮らせばいいや、という安心感ですね（笑）。最初はレンタル倉庫を借りるのも考えていたんですが、物件を買えば物を置くだけでなく宿泊できる。今は井戸を掘った段階ですが、本格工事をすれば、ウォシュレット付きトイレも使えるようになります。ゆくゆくは露天風呂も計画しています。それがあれば、十分すぎるんじゃないかと。

私の中では自宅がメインのCPU、別宅は外付けのハードディスクみたいな感覚で生活しています」

鉾田の物件は65万円で購入した。所有3軒のなかで、もっとも立派な「建物」が立っている



古谷氏が購入した物件は、すべて「市街化調整区域」と呼ばれる、許可がなければ原則新たに建築物を建てることのできない地域にある。隣接する物件も同じ条件なので、まわりの情景が突如、変わることもない。

「コンビニまで約3.5キロありますが、デメリットはまったく感じないです。ただ、市街化調整区域だとローンは組めません。価格が30万円ですから現金勝負です」と、2拠点生活を謳歌する古谷氏は話す。

「ワーキングスタイルの変化で、日本の住宅マーケットも



「内装はリフォーム済みで、きれいです」と話す古谷氏。取材後、部屋のクリーニングもしたそうだ

そもそも売る気がないです。今、トランクルームが流行っていますが、それも半畳で費用は月に1万円ぐらい。そこに物を置く維持費と考えると、土地を買ったほうがいいですよ。自分の土地だから自由度があるし、契約事務手数料もないですからね」

2拠点生活の別宅を選ぶ基準を、古谷氏はこう話す。「買ったときに、ここに永久に來ることがなくても大丈夫

驚異の身体能力と攻撃力を持つオオスズメバチ藩主に4本の足を咬みちぎられ、右後肢のつけ根に毒針を打ち込まれて寿命を奪われた。そのころ「クヌギの森の城」では、カブト藩はじめ日ノ本の虫たちが集結していた。そこに駆けつけた偵察役のクロゴキブリ藩主はタガメ藩主の死を伝えるのだった！

戦国虫王

新堂冬樹

PROFILE しんどうふゆき 98年、『血塗られた神話』で第7回メフィスト賞を受賞し、作家デビュー。裏社会を描いたノワール小説から純愛小説まで、幅広い作風を誇る。07年には芸能プロ「新堂プロ」を設立した。

「タガメ藩主がハンミョウにやられただろ!?」
カブト將軍は驚きを隠せなかった。
あれだけの実力虫が寿命を奪われたとは……しかもハンミョウに殺されたとは、俄かには信じられなかった。
「あんたらみたいな小虫に、タガメ藩主が!?」
オオカマキリ藩主が複眼でナ

「ミハンミョウ藩主を見ながら、小馬鹿にしたように言った。僕は馬鹿にしないでほしいね。僕は体は小さいけど、大顎の力、俊敏さ、戦闘力は高いんだ。体長が四センチあれば、君なんて秒殺だよ」
ナミハンミョウ藩主が、自信満々に言った。
「ればたらの話で威張られてもね。二センチのあんたは、トラカミキリでも相手にしてなさい」
オオカマ藩主が、からかう口調で言った。

「ウチの隊虫を馬鹿にするような発言はやめて貰おうか!」
シロスジ藩主が、体液相を変えてオオカマ藩主に詰め寄った。
「やめんか! いまは仲間割れしている場合じゃない! 報告を続ける」
カブト將軍はオオカマ藩主、ナミハンミョウ藩主、シロスジ藩主を一喝し、クロゴキブリ藩主を促した。

「はい! タガメ隊に追い詰められた南蛮サソリの前に、突然、巨大な南蛮ハンミョウの大群が現れました」
「巨大な南蛮ハンミョウだろ? 大きさは?」
カブト將軍は訊ねた。
「体長はノコギリ藩主と同じくらいでしたが、厚みは倍くらいありました。それに、外骨格は日ノ本の甲虫より遙かに硬そうで、タガメ藩主の口針がまったく通用しませんでした」
クロゴキブリ藩主が、強張った顔で言った。

「ノコギリ藩主と同じ体長で、遙かに硬そうな外骨格ですって!」
オオカマ藩主が、驚愕の大声を張り上げた。
「僕達ハンミョウがそれだけ大ければ、タガメ藩主が秒殺されたのも頷けるね」
ナミハンミョウ藩主が、得意げに言った。
「あんたは、南蛮虫の味方なの!」
オオカマ藩主が、ナミハンミョウ藩主に食ってかかった。

「誰がそんなこと……」
重厚な羽音が、ナミハンミョウ藩主の声を掻き消した。
カブト藩主がクロゴキブリ藩

「喜ぶのは早いです。もう一つ、悪い報告があります」
オオスズメ藩主が、カブト將軍を暗い複眼で見据えた。
「なんだ? 言ってみろ」
「ここに向かう途中で、バラバラになったノコギリクワガタ藩主と藩虫達の死骸を発見しました」
オオスズメ藩主の報告に、「クヌギの森の城」にふたたびどよめきが起った。
「なんだと!? 間違いないのか!?」
カブト將軍は身を乗り出した。
「ええ、間違いありません。ク

「オオカマ藩主が、驚愕の大声を張り上げた。
「僕達ハンミョウがそれだけ大ければ、タガメ藩主が秒殺されたのも頷けるね」
ナミハンミョウ藩主が、得意げに言った。
「あんたは、南蛮虫の味方なの!」
オオカマ藩主が、ナミハンミョウ藩主に食ってかかった。
「誰がそんなこと……」
重厚な羽音が、ナミハンミョウ藩主の声を掻き消した。
カブト藩主がクロゴキブリ藩

「十数センチの南蛮クワガタ……そんな化け物が日ノ本を侵略してきたら、勝ち目なんてないですよ!」
シロスジカミキリ藩主が、絶望的な声を上げた。
「そうですね! 現に、クワガタ藩が皆殺しにされたんですよね!? ここにも奴らが襲撃してくるかもしれません! 將軍! 一刻も早く避難しましょう!」
アオカナブン藩主が、逼迫した声で進言してきた。



坂本冬美の連載第31回



モゴモゴ交友録

演歌の女王が36年の芸能生活で出会った「人生交差点」

演歌界の太い柱であり、偉大な先輩であり、ときには父親のように優しく包み込んでくださる北島三郎さんのことを、**「御大」**と呼ばせていただいています。

北島御大——どうですか? いい響きですよ。御大というの、御大將の略語ですけど、堅苦しく聞こえる御大將より、どっしりしているんだけど、周囲を明るく照らし、どこかわいらしさも感じさせる御大のほうが似合います。

初めてわたしは、この御大という言葉に口にしたのは、お世話になった大先輩、村田

英雄さんにお会いしたときのことでした。
まわりの方たちが「先生」と呼んでいらしたので、わたしも「村田先生」と呼ばせていただいたのですが、「俺は先生じゃない!」と、お叱りをちやうだいてしまいました(苦笑)。

モゴモゴどころの騒ぎじゃありません。えっ!? あっ……。いや、あのう……。完全にパニック状態です。
顔面蒼白で、口だけバクバクさせるわたしのピンチを救ってくれたのが、当時のマネージャーでした。
「御大:で、いいんじゃない

北島三郎さん(86)

演歌界で「御大」は重石のような存在で、**「太くて大きな大黒柱**

「御大:で、いいんじゃないですか?」
「いいも悪いありません。意を決し、囁くような小さな声で「村田御大」と呼ばせていただくと、あるかなきかのお声で「うん」と頷かれました。それ以来、わたしの中では、村田先生ではなく、ずっと村田御大でした。
その村田御大がお亡くなりになり、気がつくときごく自然に、北島さんのことを「北島御大」と呼ばせていただくようになっていました。

北島さん、先輩、先生、御大……もしかすると、北島さん自身は、どう呼ばれても気にされていないのかもしれない。でも、わたしにとっては、やっぱり御大です。それがいちばんしっくりくるし、似合っていると思います。

えっ!? ファンの方が呼ぶように、サブちゃんと呼んだことですか? 滅相もない。そんな恐れ多いこと、あるわけじゃないですか。
初めて北島御大にお会いしたとき、わたしはまだ花も恥じらうティーンエイジャーで、北島御大は今のわたしよりお若かったのですが、そのときすでに、演歌界の先頭を走っているというプライドと

「頑張ってるか?」「うん、よし、頑張れ。お会いするたび、北島御大にかけていただく温かい言葉が、わたしの励みになっています」

「頑張ってるか?」「うん、よし、頑張れ。お会いするたび、北島御大にかけていただく温かい言葉が、わたしの励みになっています」



さかもとふゆみ '67年3月30日生まれ 和歌山県出身「祝い酒」「夜桜お七」「また君に恋してる」「ブッダのように私は死んだ」など幅広いジャンルの代表曲を持つ。現在、著書「坂本冬美のモゴモゴモゴ」(小社刊)が発売中!

無精子症を乗り越え3児の父に 61歳ロックカーは現PTA会長

50代で第二子を持つ父親は3千389人(厚生労働省「人口動態調査」'20年)。充実の毎日を、著名人たちが明かす!《全4回》

「俺はロックンローラーなん
で、『寝たいときに寝て、腹
が減ったら食べればいい』つ
て生きてきたんだけど…子供
を授かってから、俺の生活は
大きく変わったよね」

ミュージシャンのダイヤモ
ンド☆ユカイ(61)は'10年に
47歳で長女の新菜(いみな)を、翌'11
年に双子の男の子・頼音(らいおん)と
匠音(こうおん)を授かった。子供を望
むユカイ氏には、乗り越えな
ければならない壁があった。
男性不妊だ。

「俺が2回目の結婚をしたの
は、40歳を過ぎてから。『子
供を産みたい』という妻の付
き添いで近所の産婦人科に検
査に行ったとき、ついでに俺
も検査を受けたら、男性不妊
がわかったんです。俺もフ
ァミリーを持ちたかったし、
子供は自然に授かるものだ

スポーツ好きな頼音(左)と、手先が器用で
ギターが得意な匠音



妻とは「別居ポップコ
ーン(婚)」。離れて暮
らす、長女の新菜さんと



だいあもんと☆ゆかい。'62年生まれ、東
京都出身。さいたま市育ち。'86年、伝説のロ
ックバンド「RED WARRIORS」のボ
ーカルとしてレコードデビュー。西武球場や
日本武道館を満員にし、現在は音楽活動のほ
かバラエティ番組、舞台、映画にも出演する

なっちゃうんですよ」

不妊治療を開始して2年が
過ぎ、2人の関係がぎくしゃ
くしてきたころ、ユカイは奥
さんに提案をした。

「子供を授からなくても、幸
せな人生があるよ。温泉に行
ったり映画を観たり、2人で
リフレッシュしよう」

そして、2人の時間を満喫
していたあるとき、妻からこ
うお願いされた。

「私も35歳を過ぎたし、最後
に1回だけ挑戦したい」

旅行のつもりで、ダメでも
とものと、受診したのは九
州のクリニック。最善を尽く
すため、男性不妊治療の第一

人者に頼った。

「そしたら、授かったんです
よね! 不妊治療は、トータ
ルで2年半ほどでしたが、10
年にも感じる長い道のりです

た。子供たちと会えることは
決まっていたんだらうけれ
ど、自分が試されていたのか
もしれないと感じています」

その時間があつたから、子供
たちを大切に感じるし、俺を
父親にしてくれた妻にも心か
ら感謝しています」

コロナ離婚が 頭をよぎった

子供を授かってすぐ50代に
なったユカイにとって、子育

ては予想できないことのオン
パレードだった。

「ロックンローラーが学校行
事に出るとか、なかなかイメ
ージでできなかったんですが、
子供が成長するなかで、避け
て通れないのが学校なんです
よ。自然と、先生方やパパ友
保護者の方と接する機会もも
のすごく増えて、今はPTA
の会長を務めています(笑)。
学校が休校になったり、マス
クで子供たちの表情が見えな
かったりとか、コロナ禍が暗
い影を落としていた時期だっ
たので、俺にできることがあ
るならと」

そんななか、父になって以

来の大きな変化が、ユカイに
訪れている。

「今、妻とは「別居」してい
るんです。コロナ禍で顔を突
き合わせるが増えて、い
ろんなことを話し合ったり考
えたりしたし、こっそり借り
ていた仕事部屋がバレたりし
て…(苦笑)。コロナ離婚が
頭をよぎることもあったんだ
けど、その「垢」はもう落と
し切っていて、事情はちよつ
と違うんです」

そして、ユカイは誇らしそ
うにこう続けた。

「娘の新菜がアーティスト
ックスイミング(シンクロ)
をやっている、本格的に選手
としてオリンピックを目指し
たいというので、大阪にある
スイミングクラブに通うこと
を決めたんです。そこで、妻
が娘と一緒に大阪へ行くこと
になったんですよ。不思議な
もので、離れてるからこそ許
し合えることもあって、別居
も悪くないな…なんて思っ
ます。離れているのは寂しい
と感じることもありますが、
娘を応援することで、俺も妻
も協力し合っています」

新菜さんは、3月下旬におこ
なわれた日本選手権の予選会
を通過。子供たちの成長の速
さに驚く毎日だ。

「一緒に暮らしている2人の
息子は、それぞれにスピード
スケートとサッカーに打ち込
んでいます。遠方で練習があ
るときは、俺が車で送るん
ですけど、『大変だな』と思
わず『楽しい! 楽しい!』
と言いつつながら運転してい
ます。そうすると本当に楽し
くなるんだよ(笑)」

双子の息子は、来年3月に
小学校卒業を控え、ユカイも
すでに60歳を超えた。

「人生の残りを考えている
と、『なんのために生きてる
んだらう』って悩むことがあ
って、いろいろと自問自答し
たうえでようやく、自分の中
でしつくりきたんです。それ
は、『人は、魂を成長させる
ために生きてるんだ』ってい
う言葉です。俺は子供を育て
ることで、見返りを求めない
愛情を与える喜びを知りまし
た。そして妻とは、許し合っ
て生きていきたい。それが、魂
の成長に繋がるのかなと感じ
ています」

「PTA会長のロックンロー
ラーなんていないよな」とお
どけるユカイだが、男性不妊
という壁を乗り越え、生涯を
かけて魂を成長させようとい
う生き様は、誰より
も「ロック」だ。

「親になって自分の未熟さを感じ、あ
らためて両親に感謝しました。子供た
ちには成長させてもらっています」





4月11日は「しつかりいい朝食の日」。「し(4)っかりいい(11)」の語呂合わせから来ているもので、朝食向けシリアルでお馴染みの「フルグラ」を発売しているカルビーが制定した日です。私のYouTubeチャンネルには「朝ご飯は食べたほうがいいのか?」「食べないほうがいいのか?」など、朝食に関する質問がよく寄せられます。そこで今回は、朝食を食べないとどんなデメリットがあるかをお伝えします。

(1) 体内時計がリセットされない

朝起きて太陽の光を浴びると、光の刺激が脳の「視交叉上核」に到達し、体内時計がリセットされます。脳が「朝だ!」と認識するのです。

体内時計は脳だけではなく、心臓、消化管、肝臓、脾臓、筋肉など、体のすべての臓器に存在します。朝食を食べると、血糖値が上がり、脾臓からインシュリンが分泌されて、臓器の体内時計もリ

セットされます。このとき脳と臓器の体内時計が同期して、本格的に活動を開始するのです。

逆にいうと、朝食を食べないと、臓器の体内時計がリセットされませんし、脳の体内時計と同期もされません。

(2) 午前中ボーッとする

臓器の体内時計がリセットされず、脳の体内時計と同期されないと、脳や体ははつきり覚醒しないため、午前中ボーッとした状態が続きます。

また、朝食を食べないと脳にも全身にもエネルギーが補充されずエネルギー不足に陥ります。その結果、全身がけだるい、調子が上がらない、といった不調につながるのです。

「午前中からバリバリ働けない」「午後にならないと調子が出ない」という人の場合、それはたんに「朝食を食べない」ことが原因かもしれません。

(3) 太りやすくなる

日本人約3万人を対象にした大規模研究によると、朝食を食べない人がメタボになるリスクは、食べる人に比べ

て1・26倍高いという結果が出ています（男性の場合）。また、肥満になるリスクは、男性で1・15倍、女性で1・18倍高まるという結果もあります。

その理由は、朝食を食べて体内時計が同期されると、「エネルギー代謝」（エネルギーの燃焼）のスイッチがオンになることが考えられます。実際、朝食を食べる人は食べない人よりも体温が高いという研究もあります。体温が上がっている、ということはエネルギー代謝が活発におこなわれているということです。

ダイエットのために朝食を食べない人がよくいますが、そうすると「太りやすい」という逆説的な結果になるのです。

(4) 生活習慣病のリスクが高まる

朝食を食べない人は、食べる人比べて、朝の血圧上昇が大きくなるので、心血管疾患による死亡リスクが1・87倍、脳卒中による死亡リスクが1・36倍、脳出血による死亡リスクが1・18倍高いという研究結果があります。

朝食を食べないと、そのぶん昼食や夕食でたくさん食べるため、血糖値が上がります。血糖値が上がると、糖尿病のリスクも高ま

太りやすい、イライラしやすい、メンタルが崩壊しやすい…

第98回

朝食を食べない7つのデメリット 私の鉄板の朝食メニューは「玄米、納豆、卵」!

患の人は、朝食だけでなく、ご飯を食べない傾向にあるので、栄養不足に陥っていることが多いのです。

(7) 成績が悪くなる

文科省の「全国学力・学習状況調査」によると、毎日朝ご飯を食べている生徒（中学3年生）は、食べていない生徒よりも平均正答率が高いという結果が出ています（2019年度）。

国語の平均正答率で比較すると、「毎日食べている」と答えた生徒と「まったく食べていない」と答えた生徒では、14・2%もの差が見られました。100点満点で14点差です。朝食を食べないと、脳のエネルギーが補充されないの

で、午前中の集中力が高まらない。当然、授業にも集中できないのです。

朝食に何を食べる?

ここまで述べて

朝食を食べない人は…

- ① 体内時計がリセットされない
- ② 午前中ボーッとする
- ③ 太りやすくなる



- ④ 生活習慣病のリスクが高まる
- ⑤ イライラしやすくなる
- ⑥ メンタル疾患のリスクが高まる
- ⑦ 成績が悪くなる

高い!

心血管疾患による死亡リスクが**1.87倍**
脳卒中による死亡リスクが**1.36倍**
脳出血による死亡リスクが**1.18倍**

朝食を食べる人に比べて

ここまで述べて

きたことから、「朝食は抜かずに、食べたほうがいい」。これが結論です。

そこでここからは「朝は何を食べるのがいいのか?」を考えてみましょう。

① 歯応えのあるもの

歯応えのあるものを、よく噛んで食べることをおすすめします。よく噛んで食べるだけで、「幸福」の脳内物質「セロトニン」の分泌が活性化するので、朝からやる気が出ます。また、咀嚼は脳を刺激しますから、脳が目覚めるのです。やわらかい菓子パン、牛乳をかけたシリアル、お茶漬けなどは、ササッと食べられるので、朝食に好まれますが、歯応えがありませんので、ほかに歯応えのある食べものが必要です。

② 栄養バランスを重視

炭水化物、タンパク質、脂質に加え、ビタミンやミネラルなどの微量栄養素もしっかり取りましょう。おすすめののは、玄米、野菜、フルーツです。玄米はビタミンC以外のほとんどの栄養素を含んでおり、ミネラルも豊富です。野菜にはビタミン、ミネラル、食物繊維、葉酸がたくさん含まれています。サラダで食べれば、調理の手間も不要。ただ、市販のドレッシングには「悪い油」「塩分」が多く含まれているので、私はオリーブオイルだけをかけます。フルーツには脂肪になりやすい果糖が入っているため、避ける人も多いの

ります。朝食を食べる人は、糖尿病のリスクが4割も低いという研究もあります。

7千人を対象にしたアメリカの研究では、朝食を食べない人は食べる人に比べて、がんによる死亡リスクが52%も上昇していました。

朝食を食べないと心血管疾患、高血圧、糖尿病など、ほとんどの生活習慣病のリスクを高めます。

(5) イライラしやすくなる

朝食を食べないと、血液中のブドウ糖（血糖）が不足するので、増やそうとして「アドレナリン」の分泌が活発になります。アドレナリンの分泌が活発になると、交感神経が優位な状態になり、イライラしたり、怒りっぽくなったりします。さらにストレスも高まり、自律神経の乱れの原因ともなるのです。自律神経が乱れると、さまざまな体調不良を引き起こします。

(6) メンタル疾患のリスクが高まる

オーストラリア、タスマニア大学でおこなわれた研究によって、朝食を頻

ですが、バナナ1本、リンゴ2分の1個程度なら、まったく問題はありません。調理も不要で、ビタミンC、食物繊維を簡単に補給できるので便利です。バナナは、セロトニンの原料となる「トリプトファン」を豊富に含んでいます。メンタルが疲れた人には、おすすめです。

タンパク質は「満腹ホルモン」といわれる「コレスチストニキン」の分泌を促し、食欲を抑制してくれるので、ダイエット中の人にはおすすめです。理想のメニューは焼き魚ですが、作る時間がないときのおすすめは、納豆と卵です。

私の鉄板の朝食メニューは、玄米、納豆、卵です。納豆や卵には、タンパク質、ビタミン、ミネラルが豊富に含まれていて、まさに「食べるサプリメント」。ご飯にかけるだけで美味しく食べられます。

③ 添加物が含まれていないもの

朝食代わりに、野菜ジュースやスムージーを飲む人がいます。商品にもよりますが、砂糖が添加されているものが多いので、糖分の取りすぎには要注意。また、朝食といえはベーコンエッグやハムエッグなどが定番。ただ、ベーコンやハムなどの加工肉には、飽和脂肪酸、食品保存料や食品添加物などの健康リスクに影響を及ぼす物質が多く含まれているので、毎朝食べるのは避けたほうがいいかもしれません。

直近10回の当せん数字		
※当せん数字の太字はゾロ目		
抽せん日	回号	当せん数字
3月27日	6175	1614
3月28日	6176	9526
3月29日	6177	2389
3月30日	6178	3025
3月31日	6179	9631
4月3日	6180	7815
4月4日	6181	8705
4月5日	6182	7211
4月6日	6183	0317
4月7日	6184	1962

4月11日～4月17日	
出萌 ^{ゾロ} の萌え予想	
2418	3469
2571	3517
2915	3981
2647	3647
2176	3814
遠藤 ^{さん} の達人予想	
5002	4006
5226	8223
5332	4331
4334	3556
8553	3553

4月6日「0317」のストリート当せん金は39万6千700円。平均は約100万円なのでかなり低かった。その理由は、以前から何度もお伝えしている「日付数字」だろう。つま

ゾロ目かバラか？
師弟の意見が真っつたつ

NUMBERS 4

達人&出萌名人が挑戦！



り「0317」3月17日」と日付に置き換えられる数字だ。誰かの誕生日、あるいは何かの記念日などで、数字を決めて購入する人が多いため、的中しても平均よりかなり低い金額になることがほとんどなのだ。覚えておいて損はありませんよ。

では、出萌^{いずも}名人から。「バラナンバーが多い傾向はまだ続くと読んで、すべてバラナンバーで勝負。「2」と「3」を千の位に固定します」続いて、達人の遠藤^{さん}。「このところ、バラナンバー優勢の流れでしたが、一転してゾロ目連発と読んでいます。『00』『22』『33』『55』をセンター配置で勝負です！」

キャリアは継続中！
今年未出現数字に注目

「今回の空白域は、^{①⑨②①}と^{③③③⑥}。ケチャップ数字は、前回から引き続きの^{①⑧}です。今年まだ出ていない数字が、^{②②②③③④③⑤}の5つ。この中から、もっとも出現間隔が空いている^{③④}を最有力とします。次いで^{③⑤}。それ以外では、直近30回で出現が1回しかない^①も要注意」（工藤氏）

先週は1等該当なしで、キャリアオーバーは8億円超。昨年11月から、ずっとキャリアオーバーが続いています！

ロト7 第518回 4/14(金) 予想数字	
02 06 13 19 30 34 35	02 11 18 21 29 32 36
02 08 13 20 23 25 35	02 18 20 25 27 31 34
03 11 20 21 28 30 35	04 09 19 21 24 33 34
05 10 21 22 33 34 36	04 11 12 19 23 33 35
07 08 12 18 23 34 36	07 11 14 23 29 34 35

ロト7 直近10回の抽せん結果	
抽せん日	回号
2月3日	508
2月10日	509
2月17日	510
2月24日	511
3月3日	512
3月10日	513
3月17日	514
3月24日	515
3月31日	516
4月7日	517

※データなどはすべて4月7日現在

③④の出現間隔が、ついに30回を超えました。前回の出現は、昨年の12月15日です。ということ、出現間隔が空いている数字のランキングを作りましたので、予想の参考にしてください。

「空白域は^{④③④}（^{④③}と^①は続き数字と見る）、^{⑥⑦⑧⑬}」

出現間隔30回超で^{③④}
空白域の^{⑧⑬}も有力



LOTO 6

ロト探偵の
イメージ推理

ロト6 出現間隔ランキング		
順位	本数字	間隔
1位	34	31回
2位	08	21回
	14	
4位	23	20回
5位	02	18回
6位	07	14回
7位	15	12回
	28	

第1781回 4月6日抽せん時点

ロト6 第1783回 4/13(木)& 第1784回 4/17(月) 予想数字	
01 06 07 16 29 34	02 04 14 23 28 38
01 08 14 19 24 41	02 08 15 20 27 34
02 10 13 28 34 41	03 12 14 23 34 37
03 06 08 17 34 41	04 07 13 14 33 34
03 08 13 16 22 43	07 08 15 23 25 43

ロト6 直近10回の抽せん結果	
抽せん日	回号
3月6日	1772
3月9日	1773
3月13日	1774
3月16日	1775
3月20日	1776
3月23日	1777
3月27日	1778
3月30日	1779
4月3日	1780
4月6日	1781

※1空白域=3つ以上の続き数字での本数字出現が直近10回で、ロト6は1回以下、ロト7は2回以下の領域 ※2ケチャップ数字=久々に出現した数字。続けて出るケースが多い



昨年Vのジオグリフ(5番人気)も、前走は共同通信杯

馬 皇月賞は「ラッキー7」
前走5着以内が絶対条件

4月16日はGⅠ・皇月賞(中山・芝2千メートル)。過去10年から傾向を探ってみよう。

3着以内30頭の前走成績は1着19頭、2着6頭、3着2頭、4着2頭、5着1頭。つまり、5着以内が絶対条件で、2着以内が望ましい。前走距離が1千800メートルの場合は、8勝含む15頭が3着以内。前走2千メートルより成績がいい。特に前走共同通信杯は、5勝と好相性。前走スプリングSは、'20年8番人気で3着のガロアクリクなどが穴を開けている。馬番で、なぜか大活躍なのが「7番」。過去10年で3勝、2着3回、3着1回。今年、「ラッキー7」を引き当てるのはどの馬か？



保護者会での油井理事長（左）は、保護者の意見に「あっそう」と答えるなど、横柄な態度を取った。無責任さを追及された渡辺校長（右）は新学期以降、心労を理由に学校に姿を見せていなかった

名門・成城学園初等学校 人気教師モン・ペクレムで退職に怒！ を揺るがす父母の乱

調査ゼロで体罰と認定され…不可解な処分を下した理事長に説明会で怒号が飛んだ！

東京都世田谷区の「成城学園」は、幼稚園から大学までの一貫教育をおこなう、1917年創立の名門私立校だ。3月22日、学園内の講堂では、小学校にあたる初等学校の3年X組の臨時緊急保護者会がおこなわれていた。

「A先生は、これではほかの児童の下校が遅くなると考え、B君の両足を引っ張って教室の外に出し、『準備ができたなら教室に戻るよう』と指示しました」（同前）

このときB君は、腕に擦り傷を負ったとされる。下校準備を終えて教室に戻ったB君はその後、保健室で絆創膏を貼ってもらったというが、A教諭は傷を現認していない。2週間後、B君の母・Cさんから保健室の養護教諭に照会があった。そこで初めて事情を知ったA教諭は、不適切な行為であったことを認め、C君に謝罪の電話をかけた。

「その後も、B君は通常どおり登校し、6月の遠足でもA先生と楽しげに接していました。ところが6月末から突然欠席しがちになり、7月7日、医師であり、成城学園の校医の一人であるC君から、B君のPTSD（心的外傷後ストレス障害）の診断書が学園に提出されたのです」（同前）

初等学校は、歌手の森山良子や、ソニーでCEOを務めた出井伸之氏など、多くの著名人を輩出してきた。心が折れたA教諭は、3月末での退職を決めた。X組の保護者は3月8日ごろ、子供づてにそれを知った。

「偉そうな態度はやめてください」とたしなめる保護者を無視し、腕を組んでふんぞり返るのは、3月31日まで学園全体のトップである理事長職にあった油井雄二氏だ。

「Bはすごくコンフューズ（困惑）しています」「C君は「違いますか？」「そう思いますよね？」「体罰ですよね？」とA教諭を問い詰めるながら、反論の暇を与えず糾弾し続けた。

「C君は、モンスターパーアレントとして先生の間で有名です。C君との面会の際は、多くの先生がクレームに備えてスマホの録音機能をオンにして臨み、その記録は多数、初等学校に残っています」（前出・学園関係者）

「油井理事長も渡辺校長同様、A先生を調査することなく、担任交代をC君に約束しました」（前出・学園関係者）

「A先生がB君を怒ったことは子供から聞いていましたが、保護者たちは大事ではないと考えていて、C君が担任交代を求めていることは誰も知りませんでした。A先生は、穏やかに子供に寄り添ってくれました。日記に押してくれる自分の似顔絵入りのハンコを、クラスみんなが楽しみにしていました」（X組の保護者）

「A教諭がX組に戻ると、B君だけが準備をせず、騒いだり床に寝そべったりしていた」

初等学校の渡辺共成校長は、C君の「息子はA先生の体罰によってPTSDになった」

「大事な子供さんを預けてい

る担任が記憶障害に悩んでいるとしたら、（親は）不安な気持ち拭い去れない」

「調査ゼロ」で認定されたA教諭の「体罰」行為だが、同月の部長会議では、渡辺校長の説明があいまいだったため、校内でのハラスメント調査委員会の設置は見送られた。

「1年生のクラスで、騒いだり歩きまわったりする子供がいて、学級崩壊状態でした。B君もそのクラスにいて、担任の先生や、後任の先生はうまく指導できなかったんです。A先生は、クラスを立て直すようと、必死に頑張ってくれていました」（同前）

「A教諭の退職に納得できない保護者が、油井理事長の登壇を求めたのが、4時間にわたった冒頭の保護者会だ。」

「A教諭の退職は、それはもう、妥当だと思ってるわけですよ。学校のほうへ連絡をください」

アステラス製薬「幹部拘束」事件の真相

岸田首相「対中ファインプレー」に 習近平がブチ切れ報復してきた！

「中国では、習近平国家主席とロシアのプーチン大統領が会談する3月21日に、岸田文雄首相とウクライナのゼレンスキー大統領の会談がぶつけられたという認識が強い。さらに同日、自民党の國場幸之助衆院議員が台湾を訪問し、自民党と台湾とが台北で初

の安全保障会議をおこなったことも問題視されている。だから人々は、中国当局がメンツを潰され、日本人の拘束はその報復だとみています。日本では、岸田首相のウクライナ訪問を「ファインプレー」ととらえる向きもありますが、こう語るのは、中国のシン



中露首脳会談と日ウ首脳会談がバツティング。報道によると、ロシア外務省は、習国家主席のロシア訪問から注目をそらせる目的で、岸田首相はウクライナを訪問した可能性があるとの見解を発表。また、中国の狙いは、ロシアとウクライナの仲介をすることで、存在感を高めることにあるとみられている

クタンクに勤める日本人だ。3月下旬、大手製薬メーカーのアステラス製薬の50代男性社員が、スパイ容疑で国家安全当局に拘束された。4月4日に、在中国日本大使館が男性と面会し、健康に問題はないことが明らかになったが、いまだ釈放されていない。セキュリティ・コンサルタントで、元警視庁公安捜査官の松丸俊彦氏は、事件の背景をこうみる。

「2月末に孔鉉佑前駐日大使が離任する際、岸田首相に面会を申し込んだところ、断わられました。さらに、習国家主席がロシアを訪問するタイミングで、岸田首相もウクライナを電撃訪問。G7議長国として、プーチン大統領の戦争犯罪の責任を追及すると宣言しました。これらが重なり、

中国は外交上の体面を傷つけられたと考えているでしょう。日本人が拘束されやすい状況になったため、細心の注意を払うよう、クライアントの企業などに助言していたまさにそのとき、事件は起きました。松丸氏はある前例から、中国への警戒感を強めたという。「18年に中国の通信大手・フアウェイの孟晩舟副会長がカナダで逮捕され、その後中国でカナダ人2人が逮捕されました。そして、副会長が釈放されたタイミングで、カナダ人も釈放されました。共産党独裁国家は、恣意的に法律を運用するのです」中国在住のジャーナリスト・角脇久志氏は「事件は衝撃的」とし、不安を吐露する。「今回のようなスパイ容疑での逮捕は、いくらでも捏造で



'20年4月に中国海南省で開かれた、輸入医薬品・医療機器の大型展示会でのアステラス製薬のブース

誰でも拘束され得る「チャイナ・リスク」

日本の経済界も、同じ懸念を示す。経団連の十倉雅和会長は、3日に呉江浩駐日大使と会談し、「拘束理由がつま

びらかになっていない。日本の経済界は中国への進出、駐在に不安を覚える」と述べた。国際政治が専門で、同志社大学大学院准教授の三牧聖子氏も、「中国による拘束は本質的に恣意的」と語る。

「自分は大丈夫だ、中国政府を刺激するような活動はしていないという人でも、拘束の対象になり得る『チャイナ・リスク』を認識することが大切です」

角脇氏は、拘束された男性の知人に取材。「(男性は)紳士的な方で、捕まる理由がわからない」という人でも、拘束の対象になり得る『チャイナ・リスク』を認識することが大切

です。角脇氏は、拘束された男性の知人に取材。「(男性は)紳士的な方で、捕まる理由がわからない」という人でも、拘束の対象になり得る『チャイナ・リスク』を認識することが大切です。中国では非常に時間がかり、外国企業にとって参入のハードルが高い。そのため、役人への接待や賄賂が必要不可欠だと、日系企業の社員は口を揃えます。だから、賄賂など

を口実にすれば、いくらでも逮捕できるのです」(角脇氏)4月2日、林芳正外務大臣は中国に飛び、秦剛國務委員兼外交部長と会談。日本人が拘束されたことに強く抗議し、早期解放を求めた。松丸氏は、「政治を巻き込み、世論を動かすこと」の重要性を訴える。

「18年に、伊藤忠商事の社員が中国で拘束されました。民間人初の中国大使・丹羽宇一郎氏が同社の出身だったため、おそらく水面下で交渉したのが、うまくいかなかったのでしょう。1年後に拘束されたことが公表され、結局、裁判で『国家の安全に危害を加えた罪』で、懲役3年の実刑判決を受けました。裁判になったら絶対に実刑判決を食らうので、政府にいち早く情報を提供し、首脳間で交渉してもらわなければなりません」『チャイナ・リスク』の管理は、経済界や民間だけでは困難だと、三牧氏は指摘する。「中国で拘束されているのは邦人だけでなく、米国人も20名以上いるといわれます。日本政府は、拘束問題を抱える諸国家と連携し、中国へ懸念を伝え続けねばなりません」拘束男性の早期解放を切に願う。



誰にでも人生に寄り添う
「食」がある
「寄港めし」
Vol.157

「和人餃子房 俵屋」 東京・麹町

ながいみなこ '65年6月14日生まれ 東京都出身 成城大学文芸学部英文学科卒業。慶應義塾大学大学院政策・メディア研究科修士修了。'88年、日本テレビに入社し、アナウンス部に配属。おもな担当番組は「マジカル頭脳パワー!!」「24時間テレビ」「ザ・サンデー」「ジパングあさ6」など。成城大学文芸学部非常勤講師などを歴任

人気絶頂時に退社を選んだ理由
「フリーになりたいかったわけじゃなく
私は、ただ休みたかった」

57

採用謝礼
5万円以上

特賞
30,000円!

応募方法

本誌へのおもしろ&仰天情報、写真のご提供はお気軽に「こぼれまぐろ」
TEL 03(53695)8261 ㉞ news@kobunsha.com

正解者のなかから抽選で1名に3万円、30名に図書カード(千円分)をさしあげます。応募はハガキでお願いします。まず「第1685号」と書き、左下のクイズ応募券を貼ります。①解答②今週号のおもしろかった記事③購入動機となった記事④入浴施設の衛生状態を信用していますか?はい/いいえでお答えください⑤これまで気に入った入浴施設があれば、その場所と理由を教えてください⑥次に訪れたい温泉地を教えてください⑦住所・氏名・年齢・性別・職業・電話番号を明記のうえ、〒128011住所は不要 光文社フラッシュ編集部 写真クイズ係まで。締切りは4月18日当日消印有効。正解と当選者の発表は第1689号でおこないます。

第1681号の正解
③ エンゼルス
当選者のお名前
【特賞3万円】愛媛・武村明裕
【図書カード】秋田・熊井公成 静岡・横田健一
兵庫・平井和子 ほか27名様
(敬称略 賞品は当選者発表後1カ月前後で発送いたします)

クイズ応募券
1685号

公式サイトが絶賛更新中!

公式サイトSmartFLASHで
最新情報をチェックしよう!
<https://smart-flash.jp>



FLASH
4.25
2023
No.1685
CONTENTS



COVER GIRL
十味
Toomi

【表紙】AD・松沢順一郎
写真・HIROKAZU
スタイリスト・工藤沙恵(ミタケイショウ)
ヘアメイク・田森春菜(JULY)

【＜日本複製権センター委託出版物＞ 本誌の無断複製複製(コピー)は著作権法上での例外を除き禁じられています。本誌をコピーされる場合は、そのつど事前に、日本複製権センター(☎03-6809-1281、e-mail:jrrc_info@jrrc.or.jp)の許諾を得てください。 ©光文社2023 本誌の写実および記事の無断転載・放送を禁じます。雑誌公正競争規約の定めにより、この懸賞に当選された方は、この号のほかの懸賞に入選できない場合があります。 ●当編集部へ直接ご応募いただく応募ハガキのアンケートに関しましては、ご応募された懸賞の抽選、賞品の発送、今後の編集企画の参考にだけ使用させていただきます。そのほかの目的には使用いたしません。

写写丸FINALクイズ



Q 女優・天海祐希が、
かつて所属していた歌劇団は?
①宝塚歌劇団 ②東京乾電池 ③劇団四季

次号予告

※内容は一部変更することがあります

表紙+巻頭ドラマ・バラエティで活躍したデビュー10周年 最新撮り下ろし
小日向ゆかセクシーな休日 大和田南那大人BODY inベトナム
親友どうし 爆笑初対談! 「ラブライブ!」人気声優 本誌初登場
坂本冬美×ももいろクローバーZ 青山なぎさ浴衣でお花見デート

●お知らせ●

次号のFLASHは4月18日(火)発売です。

今号の記事内容は4月8日までに取材されたものです。
記載内容に変更が生じる可能性がありますので、「理解」「了承」ください。

かつて日本テレビの本社は千代田区麹町にあった。現在、社屋は取り壊され、コインパーキングになっている。

永井美奈子が訪れたのは、その向かいにある「和人餃子房 俵屋」。餃子が美味しい町中華である。

ドアを開けて中に入ると「わあ、店内はこんなに広かったんですね」と驚きの声を上げた永井。じつはこの店を訪れたのは、この日が初めてだった。そんな店がなぜ人生の「寄港地」なのか。



アナウンサー時代に出前で取っていた「タンメン」(850円)。「焼き餃子」(6個600円)

「新入社員のところから出前をお願いしていたんです。」

当時は周囲にコンビニもありませんでしたし、社員食堂も早く閉まっていたので、電話番などで席を離れることができないときはいつも助けていただきました。よく注文したのは、タンメン。不規則な生活だったので「野菜をたくさん取らなくちゃ」と思ってそこへ熱々のタンメンが運ばれてきた。

「これです、これ。懐かしい。いただいたもいいですか？」

湯気に目を細めながら麺をすする永井に「この味の食レポをお願いします」と言う「(食レポの)経験があまりないんですよ」と笑った。

目立つことが苦手で 第一志望はラジオ局

大学時代の永井は「アナウンサーになる」という確たる目標があったわけではなかったが、2学年上の先輩がアナウンサー試験を受けることを知り、「そういう職種もあるのか」と興味を持った。

「だけど目立つことが苦手だったので、ラジオ局を考えていました。ところが通っていた『東京アナウンスアカデミー』のカウンセラーさんから『ラジオ局はアナウンサーを毎年採用していないから、テレビ局を受けてみたらどうか』とすすめられました」

日本テレビとフジテレビを受け、フジテレビは一次試験で落ちてしまった。面接官は同局アナウンサーだった露木茂氏。

「今はお仕事で一緒にさせていただくことも多く、『露木さんに落とされた永井です』が、定番の挨拶になっています笑」そして、日本テレビに合格。だが「なぜ合格できたのかま

ったくわかりません」と言う。「おそらく、フジテレビっぽい新人」を採りたかったのではないかなと思います。

あのころフジテレビさんは「ひょうきんアナ」が注目されていました。日本テレビも開局35年を目前にしていたので「そんな雰囲気のアナウンサーが一人いても」と考えたのかもしれませんが、人事担当に「君を採用したのは冒險だった」と言われたので、補欠採用ですね」

同期は関谷亜矢子、福澤朗村山喜彦さん。元フジテレビの河野景子、八木亜希子、有賀さつきさんの「花の3人娘」は同年入社である。

「初鳴きといわれる、初めての番組出演は11時30分から始まるお昼のニュースの最後の天気予報でした。そのとき、新人アナの密着番組も同時進行していましたので、いつも以上に多くの方がまわりにいらっしゃいました。すごいプレッシャーだったので、放送が終わったら大泣き。思い出すと今でも震えます」

その後は順調にアナウンサーの道を歩んだ。わけではなかった。「新人時代は鳴かず飛ばずでした」と自嘲する。「同期入社の3人は早くから

担当番組を持たせてもらえ

ましたが、私は番組宣伝といわれる、たとえば「次は火曜サスペンス劇場です」と読む仕事が多かったんです。情報番組の1コーナーしか担当がない時期もありました。しかも絶景中継なので、週のほとんどは辺境の地にて、オンエア時間は週にその15分だけ。なんのために日本テレビに入ったんだらう。私は何をやりたかったんだらう。そればかりを考えていました」

自問しながらアナウンス部にある各局の放送がリアルタイムで流れるモニターを見つめ、「自分だったらこの場面はどう話すだらう」「今この番組に呼ばれたら、こうするだろうな」と考えを深めていった。先輩からの「助走が長いほうが、飛行機は長く飛べるんだよ」という言葉を胸に刻みながら。

'92年、永井の名前が全国に知られるきっかけになった朝の情報番組「ジパングあさ6」(’01年)がスタートした。永井は関谷とともにメインキャスターをまかされた。

「これも補欠。みたいなものでした。関谷が週末のスポーツ番組も担当していたので、木曜と金曜に朝番組をや

「ジパングあさ6」でいつ会社を 辞めてもいいと思えたんです」



「新入社員のときからの夢がかないました。懐かしい味だなあ」

ったら体力的にきついだろう」と私が穴埋めの指名されたようです」と言うが、同番組は同時時間帯で他局に抜ぎんで視聴率トップになった。

やがて心ない言葉が永井の耳に届くようになる。「あの子たち、何か勘違いしていない？」

翌年には、永井は後輩の藪本雅子、米森麻美の3人でDORAを結成。CDをリリースしてアイドル雑誌のグラビアも飾った。

「悔しかったですね。だからDORAで活動している間は浮き足立っていると見られないように、ニュース番組でも絶対にミスしないことを心がけていました。プレッシャーはすごくありましたね」

「28歳でいい年でしたから、正直つらかったです。」

こうして「ジパングあさ6」は、社長賞などを獲得するほどの看板番組になった。

「私じゃなくて若い女の子でも」とやりわり抵抗しましたが、上司からは「もう決まったことだし、永井はバラエティ番組で視聴者の皆さんに顔を知られているから、後輩を育てると思って」と頼まれてしまっ

「今までの苦労が報われました」と答えると思っていた。だが、永井からは「これでいつ会社を辞めてもいいと思えました」と衝撃の答えが返ってきた。

DORAは社会現象になり、毎朝多くの「追っかけ」が日本テレビに押し寄せた。

「視聴率がよくても、どこかで何かが足りない気持ちがあ

りました。視聴者の方々に私を認めていただくことも大切なんですけど、私はアナウンス部の同僚に、私のアナウンス力を認めてほしかったのじゃないかな。それがなかった気がしました。認められないまま、逃げるように辞めることだけはしたくなかったので『これで辞めることができる』と思っ

「ひょうきんアナ」が注目されていた。日本テレビも開局35年を目前にしていたので「そんな雰囲気のアナウンサーが一人いても」と考えたのかもしれませんが、人事担当に「君を採用したのは冒險だった」と言われたので、補欠採用ですね」

同期は関谷亜矢子、福澤朗村山喜彦さん。元フジテレビの河野景子、八木亜希子、有賀さつきさんの「花の3人娘」は同年入社である。「初鳴きといわれる、初めての番組出演は11時30分から始まるお昼のニュースの最後の天気予報でした。そのとき、新人アナの密着番組も同時進行していましたので、いつも以上に多くの方がまわりにいらっしゃいました。すごいプレッシャーだったので、放送が終わったら大泣き。思い出すと今でも震えます」

「non-no」専属モデル

香音

♡ティーンのなりたい顔No.1、
として若者から絶大な支持！
初主演地上波連ドラも放送中の
21歳の素顔を撮り下ろし。

女優開花宣言！



「小さいころからの夢は、モデルになることと、役者になること。ありがたいことに小学生からモデル活動を始めていただき、今専属モデルを務めている『non-no』で4誌めになりました。高校を卒業するころからはお芝居も楽しくなってきた、役者というお仕事に本腰を入れていきたい」と強く感じるようになってきました」

こう自己紹介するのは、本誌初登場となる香音。今回のようなグラビア撮影は今まであまり経験がないという。

「モデルのお仕事では、衣装やアイテムも見ていただくのが目的ですが、今回の撮影は、まるで自分の一日の生活を切り取ったようで、楽しかったです。歯ブラシやフルーツを使つての撮影も新鮮でしたし、自然体の私を撮っていただけでした。自分の素の表情を見せるような撮影もいいですね」

芸能活動と並行して通っている大学では、この4月で4年生になった。

「とにかく超ポジティブで、好きなことも、苦手なことも、まずは挑戦しちゃうんです。とても欲張りなので、学業にしっかり取り組みながら、モ



デルと役者の仕事もやっていきたいと思っています」
さまざまなことに全力で取り組む香音。そのポジティブすぎる性格ゆえの反省点もあるという。

「挑戦して失敗してもあまり落ち込まないんです（笑）。でも大事な反省点まで忘れてしまふといけないので、そこは気をつけたいと思い、最近では毎回メモをとるようにしています」

地上波連ドラ初主演となる『ガチ恋粘着獣』では、人気動画配信者の男性に、ガチ恋をしてしまったヤバイ女の

コ・輝夜^{あやな}雛姫を演じている。「マンガ原作なんですけど、今の時代に合っているリアルな作品だと思います。演じていて、自分はこれまで応援していたく側にいたので、応援する側の気持ちをおそらく理解でき、ファンの方々をこれまで以上に愛おしく思えるようになりました」

役者としてのこれからの目標を聞いた。

「モデルの香音として知っていたく以外でも、演じた役などで『このコ、名前は知らないけど、何か気になる』と、見た人の印象に残るような役者になりたいです！」



PROFILE

かのん 21歳 '01年4月20日生まれ 東京都出身「ニコ☆プチ」「nicola」「Popteen」のモデルを務め、'21年より「non-no」専属モデルに。初主演地上波連ドラ『ガチ恋粘着獣』（ABCテレビ・テレビ朝日ほか）をはじめ、ドラマ『春は短し恋せよ男子。』（日本テレビほか・4月24日放送開始）への出演など女優としても活動の幅を広げている。そのほか最新情報は、公式Twitter (@kanon420_nonnon)、公式Instagram (kanon420_official) にて

写真◎木村哲夫

スタイリスト・志田 舞

ヘアメイク・Mien (Lila)

衣装協力・OWNDAYS、CAPRICIEUX LE'MAGE



ドラマ『ガチ恋粘着獣』

ABCテレビ(関西) 毎週日曜よる11時55分～
テレビ朝日(関東) 毎週土曜深夜2時30分～
※Hulu、TVerでも配信
©星来/コアミックス/ABC



ドラマ『春は短し恋せよ男子。』

4月24日 月曜深夜0時59分～1時29分
日本テレビほかにてスタート
※Hulu、TVerでも配信
©椎葉ナナ/集英社・NTV・J Storm



FLASH

コレクター社長・大崎潔

タイムマシン 昭和郷愁館

コレクションのポリシーは「昭和平等」。お菓子の袋から、レアなレコード、高価な切手まで、あの時代を彩ったものなら、なんでも平等に集めてきたコレクター社長が、10万円を超える所蔵品から誌上公開!



おおさききよし '61年生まれ
株式会社ブティックオーサキ
代表取締役社長。『大崎潔のアイドルストーリー』(NACK5)
など多数のラジオパーソナリティを務める

連載
第36回

ドラえもん 初版&レア本

総額50万円



写真丸(以下、写) 大好評につき、再スタート! 昭和を楽しみ、懐かしむ連載です。
大崎 お久しぶりです。さっそくですが「ドラえもん」(小学館)の全45巻をご紹介します。「ドラえもん」は、'70年から「小学一年生」(小学館)で連載が始まり、「コミック化されたのは'74年からです」。
写 外国語版もあるんですね。
大崎 海外、特にアジアで人気が高いんです。ハングルやカンボジア語もありますよ。
写 ん? 第1巻が何冊もありますけど?
大崎 最初は「藤子不二雄」名義ですが、途中から「藤子・F・不二雄」名義になるんです。あとは、カバーに使われている紙が変わっています。
写 うーん、細かい(笑)。
大崎 基本は初版で、そのほかレアな一冊を集めて、ようやくここまで来ましたよ。おもしろいのは、写真中央左の第41巻です。
写 あ、途中からページが逆さまに! 「乱丁」ですね。
大崎 はい、「幻の第41巻」。ほとんど回収されましたが、初版のうち、いくらかは出回ったわけです。これも、昭和のみならず世代を超えた国民的人気漫画の貴重な資料ということで、コレクションしました。



天心VS.武尊戦ラウンドガール、
美しく乱れ咲く！

昨年、那須川天心vs.武尊戦のラウンドガールを務め
注目が集まった高橋凛の、
大人の色気溢れるデジタル写真集が完成した。
日本酒を片手に妖艶に浴衣をはだける姿は必見。
32歳のBODY、今が絶頂！

高橋 凛

デジタル写真集が
4月11日に発売！



FLASHデジタル写真集
高橋凛『酔いたい気分なの』
写真◎藤本和典