

# FLASH



本誌で初脱ぎした元公務員  
恋瀬ももなMカップヌード、再び

『馬好王国』MC  
**神部美咲**  
ダイエットで8kg減  
『超美ボディ』を  
最大露出



フラッシュ 2022/5.24  
特別定価490YEN No.1645

表紙+巻頭7P撮り下ろし

## 宇垣美里

裸足で海へ。

井ノ原快彦  
母がカフェを  
「挨拶回り」  
ご近所びっくり!

渡辺裕之さん  
「カネや女の悩みじゃないが…」  
直前に深夜の電話



水崎綾女  
写真集が即重版に  
秘蔵カット公開!



テレビの女王は「終活はしない」宣言の裏で「生活をコンパクトに」と  
**黒柳徹子** 88歳で選んだ新居  
「徹子の部屋」はタワマンより賃貸

分譲

大人気TikToker  
なな茶 | カップ  
過去最高に攻めた!

日テレジェニック  
石岡真衣  
桃尻、食べごろです♡

山梨・小倉美咲ちゃん失踪事件  
謎の人骨発見者「40代男性」の素性

坂本、菅野、中田…巨人・原監督が頭を抱える  
年俸20億円超の二軍が首位争い

明石家さんまは東京のコンビーフ、トム・クルーズは千葉の鰻!  
酒豪芸能人「お取り寄せ」逸品つまみ16

上海ロックダウンの惨状  
中国から本誌にSOS動画  
ゴミ溜め施設で「隔離生活」  
快眠をサポートする  
6ポーズ&グッズ!

Departure  
旅立つ。

# 宇垣美里

ドラマ『明日、私は誰かのカノジョ』で好演中。  
1年半ぶり本誌撮り下ろしで見せた、自分らしい生き方

# 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







フリーアナウンサー、女優、文筆家…。マルチな才能を発揮している宇垣美里。現在放送中のドラマ『明日、私は誰かのカノジョ』（MBS/TBSドラマイズム）では、自身の容姿に執着し、恋人に年齢や仕事を偽りながら交際を続ける女性・彩を熱演している。

「泣いたり、叫んだり、怒ったり、ふだんの私では絶対には取らない選択肢を合法的にできたので楽しかったです（笑）。私は、嘘をついてまで一緒にいたいと思うほど、他人を必要としていないので、彩は真逆な役だと思いますね」

彩のように執着していると感じるものは？

「人からどう見られるかよりも、自分が自分をどう表現するかを大事にしています。言葉遣いや言い回しひとつをとっても、自分がしたくない表現や誰かを傷つける可能性があるものは、自分の言葉として発信したくないですね」

一人でも生きられる強さを感じる彼女。もし、仕事と恋愛、どちらか選択を迫られたら？

「どちらかしか選べないのって、もう過去の話になって思っています。仕事をするためにはプライベートの充実が必要だし、プライベートが充実しているだけでも私は満足できないです（笑）。二者択一ではなく、どちらも手にする生き方を選ぶと思います」

#### PROFILE

うがきみさと 31歳 '91年4月16日生まれ 兵庫県出身 '14年4月にTBS入社。アナウンサーとして数々の番組に出演し、'19年4月からオスカープロモーションに所属。フリーアナウンサー以外にも女優業や執筆活動など、マルチに活躍中。現在、ドラマ『明日、私は誰かのカノジョ』（MBS/TBSドラマイズム）出演中。そのほか最新情報は、マネージャーによるInstagram(@ugakimisato)にて

#### 写真◎神藤 剛

スタイリスト・小川未久  
ヘアメイク・山下智子  
衣装協力・ソフィーエトヴォイラトウキョウ (white dress)  
ココシュニック (jewelry)





—そして女優、グラドル



'05年3月発売の本誌写真。  
当時のキャッチコピーは  
『平成生まれのFカップ』



10年ぶりの写真集が  
発売即重版!

# 水崎綾女

ドラマ『最愛』持続可能な恋ですか?』出演





水崎綾女 写真集『Ayame』  
光文社刊・定価3080円(税込み)



「時間はかかるかもしれないけど、やっていることは間違っていないよ。今の仕事を頑張っていれば、まわりの人にも恵まれて幸せになれるよ」って、言っただけなのにね」  
中学生で芸能界デビューした過去の自分へのメッセージをことう語ったのは、今年33歳を迎えた水崎綾女。10年ぶりに発売した写真集「Ayame」が発売後、即重版。今回の写

真集について「15歳のときに応援してくれたファンの人が見て、ガッカリしてほしくなかった」と、心境を語る。  
「ここ10年は女優業をメインにしていますが、グラビアアイドル時代に応援してくれていた方々のおかげで今の私がいま。その人たちが見て、喜んでもらえるような体づくりや肌質になるよ」(こだわりました)年齢とともに仕事に対する

心境にも変化が表われた。  
「デビュー当時は「この仕事を成功させなきゃ芸能界で生き残れない」くらいの気持ちでやっていた。今も仕事に対する気持ちは変わりませんが、不安がなくなりましたね。芸能界を信頼しているというか、安心して仕事をしています」  
過去から現在へと思いをめぐらせた彼女。今後また写真集を出すならどんな作品にし

たいのが。  
「プライベートな私を見てもらえるものがないなって思います。まわりの友達からも「ふだんはもっと柔らかくて、そっこのほうがかわいいの」って言われるので(笑)。柔らかい部分を表現することで、違う一面も好きになってももらえたら嬉しいですね」

**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」でベストグラビア賞を受賞し芸能界デビュー。'13年公開の映画「ユダ- Judas-」では主演を務めた。'17年、ヒロインを務めた映画「光」が第70回カンヌ国際映画祭エキュメニカル審査員賞を受賞。WOWOWオリジナルドラマ「今どきの若いモンは」に犬飼紗奈子役で出演中。そのほか最新情報は、公式Twitter (@ayame0426)、公式Instagram (@misakiayame) にて

**写真OND CHOW**  
スタイリスト・巨つぐみ@TW  
ヘアメイク・板倉タクマ、太田瑛絵  
過去写真・福田ヨシツグ

## 目撃撮！ 話題のドラマ『悪女』で初主演、視聴率も好調で



「幸運の使い手」として知られるカッパ。本誌はその姿を独占撮影した。4月下旬、千葉県内のロケ現場に現われた「おかつぱの美桜」だ。  
今田美桜(25) 演じるポンコツ社員が、元気を武器に出世を目指す話題作『悪女』(日本テレビ系)の撮影だ。「おかつぱのカッパが気になるのか、しきりに頭に手をやっています」(通行人)  
地ビール「ラッキービール」

も人気の「カッパの黄桜」と「空目」しそつな字面だが、今田自身も役柄以上の幸運、いや実力で快進撃を続ける。「朝ドラ」「おかえりモネ」(21年、NHK)で全国区になり、直後にドラマ初主演を掴み取りました(テレビ誌記者)

'92年に同じ役を演じた石田ひかり(49)とも共演。高視聴率で今田も「ちょっ」といい気持ち!?

# 今田美桜

# 出世をもたらす幸運の黄桜ヘア

テレビの女王は「私は終活なんてしない」と宣言も…  
最近では周囲に「生活をコンパクトにしたい」と

# 黒柳徹子

## 88歳で選んだ『徹子の部屋』は

## タワマンより賃貸マンション

分譲39階

「最近、30年暮らした所から引越しました」

2月末から放送されている東京ガスの新CMで、俳優の安田顕(48)とコミカルなやり取りをしているのは黒柳徹子(88)だ。オンエアに合わせるべく公開されたインタビュー

で、黒柳はそう明かしている。黒柳は、港区にある通称「トットちゃん御殿」と呼ばれる洋館風の建物に、長年住んできたことが知られている。'86年に母・朝あさちゃんのために建てたという豪邸だ。'97年にレストランの経営会社に売却

するも、黒柳らはそのまま居住。母親は'06年に95歳で他界し、'19年には所有権がコンサルディング会社に渡ったが、昨年6月、その邸宅が22億円もの金額で売りに出された。年が明けた3月、若いファミリー層から人気の高い、都心からやや離れた新興住宅街の高級タワーマンションの39階に黒柳が部屋を購入したことを、「女性セブン」が報じた。同じフロアには、事実上の後见人であるビーズ刺繍家・田川啓二氏(63)の弟分も居住しているという。

ところが、あるキー局関係者は首をかしげる。「黒柳さんは現在、都心のあるテレビ局の近隣に住んでいると聞いています。週5回放送の『徹子の部屋』(テレビ朝日系)に加え、他番組の収録もあるので、各テレビ局へのアクセスのよさは必須なのでしょう」

本誌は、黒柳が当該の都心のマンションから仕事へ向かい、帰宅する様子を複数回確認した。ところで、黒柳といえば大の不動産好きとして知られている。実際、港区や中央区を中心に数多くの物件を保有してきた。それだけに、黒柳が現在住んでいるマンション

も、さぞ高額の分譲物件であることは想像に難くないが…。

「いや、黒柳さんが住んでいるあのマンションは、全戸賃貸の物件ですよ。大手ディベロップターが管理しています。特徴は、貸主側からも期間満了で契約を終了させられる定期借家制度を採用していること。また、契約更新に際しては、定期的に入居者の審査があり、セキュリティも厳重です。そのため、収入が安定しない駆け出しの芸能人では、住むのは難しいでしょう。その意味で、本当のセレブだけしか借りることができないマンションなんです」(不動産関係者)

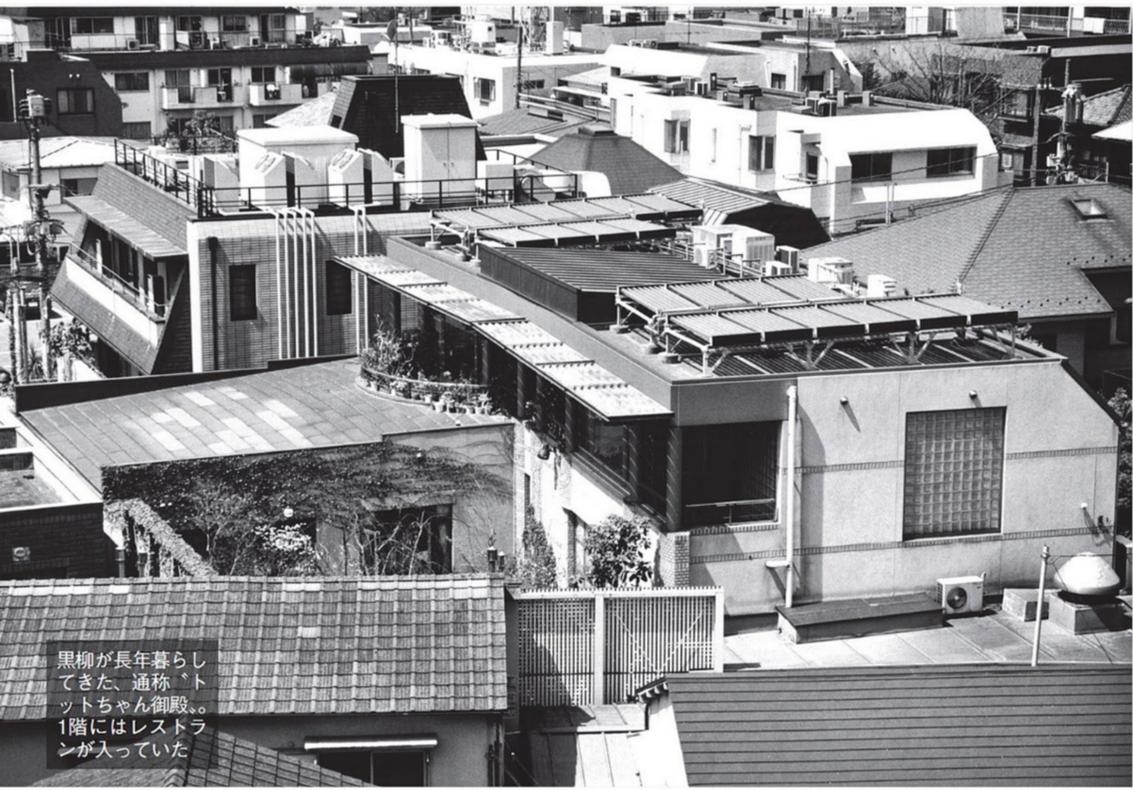
ちなみに月の家賃は約30万円、80万円と、定期借家制度のおかげで芸能人が住むには極めて極端に高い物件というわけではない。それにしてもなぜ、黒柳は賃貸マンションに生活の場を移したのか。

「黒柳さんは最近になって『生活をコンパクトにしたい』と話していました。'17年には港区に持っていたマンション2戸を売却しましたし、翌年には「黒柳徹子記念財団」を立ち上げています。節税という意識もあるのでしょうか」(キー局関係者)

かねてから「終活はしない」と公言し、'19年5月には「婦人公論」で「100歳になったら政治記者をやってみよう」と語るなど、生涯現役をモットーとしている黒柳。昨年7月からは「徹子の気まぐれTV」でユーチューバーデビューし、これまでに約60本の動画をアップするなど、精力的に活動している。しかし、分譲タワマンよりも賃貸マンションを選んだその身の振り方は、ついに「終活」を意識するようになったかとも思える。

芸能ジャーナリストの平田昇二氏が分析する。「公私ともに親交の深かった森光子さん、メリー喜多川さんが亡くなり、ご本人も大腿骨を骨折されたりするなかで、今後についていろいろ思うところがあったのではないでしょうか。賃貸であれば、いざということになった際、残された方たちの負担が減ると考えたのだと思います」

テレビ黎明期から第一線で活躍してきた黒柳は、タレント以外にも作家や女優、平和運動家など、さまざまな顔を持つ。東京のど真ん中の徹子の部屋。の窓際で、彼女は一人、何を見据えているのだろうか。



黒柳が長年暮らしてきた、通称「トットちゃん御殿」。1階にはレストランが入っていた

3月某日、都内の収録スタジオを出る黒柳。歩行器を使用しているが、足取りはしっかりしている



'20年6月、本誌連載「寄港めし」に登場した渡辺さん。馴染みの店として紹介してくれたのは、元俳優の松下晋司さんが経営する高田馬場のイタリアン「マツシタパッコス」



写真・野澤亘伸、長谷川 新、共同通信

知人に相談していた「俺が責任を取らないと」——有名俳優の人知れぬトラブル

# 渡辺裕之さん 自殺直前 深夜の電話

## 「カネやオンナの悩みじゃないが……」

5月5日、俳優の鶴見辰吾が横浜市の渡辺さんの自宅を叩門に訪れた

それはあまりにも衝撃的な文言だった。  
「5月3日（火）昼頃、渡辺裕之さんが自宅にて縊死されました」  
渡辺裕之さん（享年66）の妻で、女優の原日出子（62）の所属事務所が5日に発表したコメントである。渡辺さんが発

見されたのは神奈川県横浜市の自宅地下のトレーニングジム。自死とみられている。これまで、本誌は何度も渡辺さんにインタビューをしてきた。気配りと優しさに満ち溢れていて、真面目。そしてタフガイ。おおよそ「死」とは無縁の印象だったが、周囲はある異変に気がついていった。親交がある俳優は、「昨年未にお会いしたとき、とにかく元気がなくて心配だったんです。ご病気という感じではなく、何か精神的に落ち込んでいるような印象でした」と振り返る。

よ」と笑っておられました。「現場を盛り上げるために、フアイト一発」をやってください」とお願いすると、「いやだよ」と言いながらも応じてくださったんですが……」  
**珍しく羽目を外し 最後は感涙**  
ある芸能関係者は3月、自宅バーベキューに招かれたときのことを述懐する。「事務所の後輩俳優が来て場が盛り上がり、ナベちゃん自身も『映画をやりましょうよ!』と意気軒昂でした。ふだんはめったに粗相をしないのに、この日は一人で立ってられないほど酔っ払い、締めろのスピーチでは『みんなが集まれるのが本当に嬉しくて』と、急に泣きだしたんです。翌日に「いやあ、昨日は酔っ払っちゃいました」と、照れくさそうに電話をくれました。

また、4月にゴルフに誘われたんですが、前日に「ごめんさい、明日はキャンセルさせていただきます」と連絡が来たんです。今までそんなことはなかったのに、すぐに電話をかけたけど繋がらなかった。自殺の理由に思いあたることはないんですが、コロナが蔓延していたころ一度だけ「熟年離婚するかも」と言っていました。世間に対し理想の夫婦を演じるのがつらいと笑っていました。よくある冗談だと思いましたが、それで死を選んだとは思えません」  
古くから渡辺さんを知る映画プロデューサーは、渡辺さんが亡くなる1カ月前の深夜に電話を受けていたという。「深刻そうな声だったので、『何か困り事があるの？ 僕が力になれることがあれば言つてよ。お金？ まさか女性問題やクスリじゃないよね』

と冗談半分に尋ねると、彼も弱々しくですが、「いや、どれも違うよ」と笑っていました。けれど、「俺の責任なんだよな」とこぼしたんです。トラブルを抱えている様子でした。彼は'05年に1億円の詐欺被害に遭っていたので、いかな予感かして「なんの責任？」とすぐに聞きました。答えははくれませんでした。もう少し粘って尋ねておけば助けられたんじゃないかと、後悔しています」  
渡辺さんのご冥福を祈り、合掌。

「パートナー・オブ・ザ・イヤー2001」に選ばれた渡辺裕之さん、原日出子夫妻。誰もが認めるほどの仲のよさだったという



親子

まじとこころから愛なんだ♪ イノッチ似ママが「第二の人生」でカフェ開店

# 井ノ原快彦「近所びっくり！」

## 母がカフェを始めるとのこと…

挨拶回り



「4月の中ごろ、お店のオープン前ですかね。イノッチがお母さまと一緒に、この近所に挨拶回りに来てくださって。『今度、母が近くでカフェをやるので、よろしくお願います。ひと言、挨拶に伺いました』と、丁寧に頭を下げられました。オープン直後には、イノッチがお店に出て営業を手伝っていて、二度びっくりしました」（近隣住民）

芸能人も暮らす高級住宅街。近くには大学もある瀟洒な一角に、元V6のイノッチこと井ノ原快彦（45）の母親が経営するカフェがオープンしたのは4月20日のことだ。井ノ原といえば、つとに知られるのが、そのイクメンぶり。07年に結婚した女優の瀬戸朝香（45）とは、おしどり夫婦としても有名だ。

「木村拓哉は例外として、恋愛や結婚がマイナスになり

がちだったジャーナリストにあって、井ノ原は結婚後も仕事が増えるという成功例を作りました。一男一女にも恵まれて、井ノ原が「よきパパ、よき夫」のイメージで成功したから、事務所の後輩たちも結婚できたところはおおいにあると思います」（芸能評論家・三杉武氏）

「10年からは、有働由美子（53）とともにNHKの情報番組『あさイチ』の初代キャスターを8年間務め、広い支持を得た。

また、現在放送中の井ノ原が主演するドラマ「特捜9 season5」（テレビ朝日系）には、06年の前シリーズのころから出演。15年からは、愛川欽也の後任として「出沒！アド街ック天国」（テレビ東京系）の司会を務める。「岡田准一と並んで、元V6のメンバーのなかでは稼ぎ

頭です。今は家庭的なイクメンタレントが受ける時代なので、お子さんの学校行事やイベントにも積極的に参加する井ノ原は、時代にもマッチしていますよね」（同前）

「ポケ防止で何かやったほうがいいよ」4月下旬の午前9時すぎ、本誌はふらりと母のカフェに立ち寄り井ノ原を目撃した。周囲を気にするそぶりはなく、地域にも自然体で溶け込んでいるようだ。

「長年勤めていた会社を辞められたお母さんに、井ノ原が『家でじっとしているより、ポケ防止で何かやったほうがいいよ』とすすめたのが、開店のきっかけだそう。とりあえず、3年間の期間限定でカフェを始めてみたそうです。とても明るく店を切り盛りされていますよ。「息子の

ことは、恥ずかしいから黙ってるんです」と言っていました。たが、それでも「たまに本人も来るんですよ」と、こっそり教えてくれました。「常連客」井ノ原がかつて出演した『オーラの泉』（テレビ朝日系）で、母親について「いつも笑ってる人」と話していたとおりのようだ。

店内は、カウンターにテーブルが2つあるくらいのシンプルな内装。コーヒーマシン400円という価格設定は、高級住宅街の中にあいながら、学生街の喫茶店という雰囲気だ。採算重視というよりも、母親に「生きがいを持ってもらいたい」という、イノッチの思いが伝わってくるではないか。

これが、V6時代の最大ヒット曲「愛なんだ」を地で行く、イノッチの家。家族愛なんだ！



千葉ロッテ

# 松川虎生 完全男佐々木朗希を操った ルーキー女房のスーパー子分力

こっちも規格外!

160センチ80キロ、本塁打を量産した小学5年生は  
目上の懐ろに入り込む天才だった

高卒1年めの選手がプロの一軍の試合に出られるだけでもすごいことだが、ロッテの松川虎生(18)は、捕手という守りの要のポジションで開幕スタメンを勝ち取った。これは、'55年の谷本稔(大映) '06年の炭谷銀仁朗(西武)に次ぐ史上3人めの快挙だった。松川は現在、178センチ98キロと堂々たる体格だが、幼少のころからとにかくよく食べていたという。大阪府阪南市のワンワン認定子ども園の西山華奈子先生が語る。

そんなコウ少年が野球を始めたのは年長時。2歳上の兄に連れられてワンワンスポーツクラブを訪れた。「最初からうまくて、何も教えていないんです(笑)。捕手は小3から始めましたが、とにかくうまいからポジションはどこでもできる。5年生に上がるとき「プロになりました」といって、硬式チームでやっていたと言ったので、「プロ野球選手になって帰っておいで」と送り出しました(当時を知るチーム関係者)。



自分を主張するタイプの佐々木には聞き役に徹し、17回完全投球の日本記録誕生を支えた

中学時代の指導者を驚かせる行動力に加え、懐に入るうまさも持ち合わせていた。じつは、この特技が、プロでも生きることになった。口ツテ担当記者が解説する。

小学3年生



当時から選球眼があったという。「シャイで声は出せなかった」(チーム関係者)という一面も

保育園の西山先生へ送った手紙

★ にやまかな こつ あんがし  
★ ありがとうごさいました。  
ほくは  
はんしんタイガースの  
やのせんしゅになりまあ  
おまきになったり  
とりたどになりたいたです。  
タイガースにはいて、  
ホームランのかいりつかり  
ドいやまかなこ  
こうしせんみくきてる。

卒園時に先生へ送った手紙。阪神の矢野になりたいと綴り、見事夢を実現した。文字も達筆だ



小学2年生



よく食べる子供で、体格は2歳上の兄と変わらなかった

「キャッチングのうまさと巧みな配球に日に日に評価が高まっていますが、いちばん優れているのは投手とのコミュニケーション能力なんです。彼ははつきりモノを言うタイプで、これは高校時代から変わりませんが、聞く耳も持っている。だから可愛がられる。開幕前に石川歩が言っていたんですが、投手との会話でも意見を言うし、質問もする。でも自分の考えが間違いとわかれば、すぐに訂正する。みんな安心して投げられるので、「まるでベテランのようだ」と感心しています」

開幕前にしてエースの懐に飛び込んだ松川。その資質は高校時代に培われた。親分を守るためなら自分が犠牲に

麒麟・川島明も「なんで売れてるのか謎」と訝る人気コンビの裏側

# 宮下草薙

殴り合いの喧嘩は今でも日常！  
それでも解散しない理由は――

## 「嫌いなヤツはだいたい一緒、それが俺らの共通点」

「ラヴィット！」(TBS系)でのレギュラー抜擢など、じわじわ人気を高めているお笑いコンビ・宮下草薙。そんな2人の冠ラジオ番組「宮下草薙の15分」(文化放送)は、当初3カ月限定だった予定が大幅に延長され、2年半近く放送されている。麒麟の川島明(43)のラジオ番組に出演した際には「なぜ売れるのかまったくわからない」と笑い

ながら言わしめた2人の魅力はどこにあるのか。4月22日、本誌は文化放送での番組収録の現場に密着した。

当日、収録したのは3本分。収録中、本誌の密着取材をめぐり、草薙(左)が不安がっていたことについて、こんなやり取りを交わす2人――。

**宮下** 今のお前の振舞いも書かれるんじゃない？、収録前に急に机の裏を叩きだした

草薙の奇行、とか。

**草薙** あとなんか、かかっ、ちやいそつ。冷静ではいられなくなつて、ふだんとは違う行動をしてしまうことを僕らは、かかると言ってるんだけど、かかるとか、まいと思ってる時点で、もう少しかかっている。

**宮下** まあそれは邪念だからなるべく普通どおりにやりましょう、せつかくなんでね。

収録終了後、2人に、この番組についてはどう思っているのか聞いてみた。

**宮下** もともと「1時間は無理。15分以上は話せないよね」ということで始めた番組なんです。15分って、すごく聴きやすい。だから業界の人も、ちよつとした隙によく聴いてくれていて、おかげで「宮下ってこんなにしゃべれるんだ」

というイメージが伝わり、テレビ出演の増加に繋がっていると思います。

**草薙** 15分はベストですね。3本収録しても、1時間かからない。集中力が持続します。

**宮下** まあ草薙は15分でも疲れてしまっているところがあるんですが、草薙はむしろ、疲れ切ったところがいちばんおもしろいので、「もっと疲れろ」と言っています。

ぐいぐい杯が進む！ 有名人が秘かに愉しむ天国の美味をあなたも自宅で

# 酒豪 芸能人 明石家さんまは東京のコンビーフ、トム・クルーズは千葉の鰻を！ お取り寄せ逸品つまみ16

仕事や新型コロナの影響でGWに思う存分旅行に行けなかった読者も多いはず。そこで本誌は、酒豪芸能人が全国から取り寄せる至極の肴を徹底調査した。商品名でネット検索し、各種通販サイトから購入すべし！



**北海道**  
**精肉店 肉将**  
**知床牛 牛飼いのモツ煮。**  
ウイスキーのCMに出演する大泉洋(49)が推すのは、地元北海道・知床で育った牛のモツ煮の缶詰。5缶セットで3980円。牛のうま味がぎゅっしり詰まった一皿でビールに合う



**新潟**  
**新潟加島屋**  
**いくら醤油漬**  
酒好きとして知られる矢田亜希子(43)が、小さいころからご飯のお供として食べているのが「いくら醤油漬」(170g・3132円)。しっかりした味なのでつまみにもよし



**宮城**  
**波座物産**  
**昔ながらの濃厚熟成塩辛**  
祖父・竹下登の実家は島根県にある酒蔵という、酒豪界のサラブレッドDAIGO(44)が愛するつまみは、気仙沼産の「昔ながらの濃厚熟成塩辛」(130g・972円・以下すべて税込)



**北海道**  
**ぶた井のとん田**  
**とん田特製ぶた井セット**  
ギャル曽根や村上佳菜子も愛好する北海道の名物グルメの豚井。十勝コース800gに特製ダレ付きで3300円。どんぶりせずとも、ひと切れずつ酒の肴として楽しめる



宮下草薙 ツッコミ担当の宮下兼史鷹(写真左)とボケ担当の草薙航基(写真右)によるコンビ芸人。太田プロの養成所であり、'16年に結成。草薙の極端なネガティブ思考がウケて、'19年ごろから人気急上昇

## 冠番組に密着

**草薙** この番組が生放送になつたら、僕は降ります(笑)。  
**宮下** 僕はラジオの世界はずごくいいなと思っています。他局ですが、(ライムスターの)宇多丸の番組に一度出させてもらったときは、ゲームの話ばかりしていました。そういう趣味の話が自由にできる場所が欲しい。  
太田プロの養成所であり、'16年にコンビを組んだ

人だが、下積み時代は、学生気分を満喫していたという。  
**2人とも高校中退 遊んでばかりいた**  
**宮下** 2人とも高校中退で、友達もいなかったため、結局直後は学生時代にやりそうなことを2人でめっちゃやりましたね。お互いの家でゲームしたり、競馬観戦に行ったり。おかげで同級生みたいな

感覚がありますよ。  
**草薙** ネタ合わせが嫌いだったからね。集まっても遊んじゃう(笑)。今思えば、それがかえってよかったのかも。そんな2人のやり取りからは、お互いに対するリスベクトが伝わってくる。  
**草薙** 宮下の人を見極める力には、常々感心しています。僕がつき合っている先輩に対して、「あの先輩はやめたほうがいい」とか言われて、あとになって正しかったとわかることなどありますし。  
**宮下** 離婚した母親が、こう言うとき、キャバクラ嬢をやっていて、彼氏がよく変わる人だったんです。そのたびに僕が食事に連れていかれて、相手の品定めをさせられる。母親も、僕の目は信用してくれてはいたのかな。「あの男は何かをたくらんでるんじゃないか」みたいなことを言ったら、本当にスパイをやっている人だったとわかったり。

**草薙** (爆笑)  
**宮下** でも僕に言わせれば、草薙のお笑いのセンスに対しては、圧倒的な信頼感があります。「おもしろい生き物」というか、お笑いのために生まれた生命体だと思ってるので。お互いの能力に関しては、尊敬し合っていますね。  
人間的にはまったく尊敬してないですけど。  
**草薙** それは俺も同じだよ。人間的には(笑)。でも、宮下が一人で出ている番組はだいたい観ます。雑誌にインタビューが載ってれば買っし。  
「適当なことしゃべってるな」と腹立つこともあるけど(笑)。こんな調子で相手の活躍をお互いが尊重していると明かす2人は、「日ごろから喧嘩が絶えない」というイメージからかけ離れているが…。  
**宮下** 喧嘩はしてますね、いまだに普通に。  
**草薙** 楽屋では仲がいいんですが、いざ収録となると、「なんでだよ、ちげえよ」と思ったりする。そういうときは、お互いにそう思っている。  
**宮下** そうそう、お互い思っている。

### 『宮下草薙の15分』 文化放送 毎週金曜 26:45~27:00



'20年1月スタート。芸人ラジオとしては珍しい15分という短尺番組ながら、基本的にゲストを呼ばず2人でトークを弾ませるスタイルで人気を博す。当初は3カ月間限定の放送予定だったが、放送回数は120回を超える

喧嘩が始まっちゃうわけですよ(笑)。  
イメージどおりの回答だが、そんなに喧嘩が多いなか、どうしてコンビを続けられるのか。その点に関して、2人は口を揃えて「嫌いなものが一致するから」と断言する。  
**草薙** 嫌だと思っヤツはだいたい一緒だよな。  
**宮下** 他人の気になる発言とかも含めて、「これは嫌だな」と思うことがあると、帰りのタクシード「あれは嫌だったね」と振ってみたら、たいてい同じ気持ちだったりする。その感覚が一致しているから、こんな喧嘩続きでもやっていけるんでしょね。  
その奇跡のバランスを失わず、仲よく喧嘩しつづけてほしい。



京都

加藤綾子



### 雲月 小松こんぶ

女子アナ界の酒豪と噂の加藤綾子(37)。ワイン好きだが、好きなつまみは意外にも京都の料亭「雲月」が作る小松こんぶ(452円・1350円)。しめのお茶漬けに入れてもよし

## 山崎精肉店 元祖!!特選馬さし

静岡



所ジョージ

所ジョージ(67)が「日本一美味しい」と絶賛する馬刺しは、静岡・御殿場にある山崎精肉店のもの(200円・1770円)。完全自家処理で、臭みやクセがなく、ビールにぴったり

富山



浅田舞

### 濱浦水産 ほたるいか素干

浅田舞(33)が夜な夜な酒を片手に、ライターで炙って食べるのが、このほたるいかの素干(30円・540円)。わたを炙るのは製造元もおすすめの食べ方だ



東京

### 千駄木腰塚 自家製コンビーフ



明石家さんま

明石家さんま(66)が『ONE PIECE』の作者である尾田栄一郎氏に紹介され、ドハマりした一品。職人がひとつひとつ手作りしており、人肌でトロけだす自家製コンビーフ(400円・2140円)だ



大阪

### 阪神百貨店 いか焼き

中条あやみ



大阪育ちの中条あやみ(25)のソウルフードが、このいか焼き(15枚セット・3240円)。こりこりしたイカの食感にふわとした生地。たっぷりソースを塗れば、杯が進む



片岡愛之助

片岡愛之助(50)が「パワーがあり、喉にもいいです」と太鼓判を押す、京都の老舗料亭のすっぽんの煮ごり(100円・5袋・5832円)。すっぽんのうま味が凝縮された逸品だ



京都

### 紫野和久傳 すっぽんの煮ごり



島根

### 大磯 雲丹めかぶ

若手女優唯一の酒飲みである橋本環奈(23)がすすめるのは、「雲丹めかぶ」(150円・540円)。ウニの炊き込みご飯に乗せて食べるといいますが、もちろんつまみにも最高の一品だ



橋本環奈



千葉



トム・クルーズ

### 菊屋 国産鰻白焼

トム・クルーズ(59) やスピルバーグ監督が食べた名店の味を自宅でも楽しめる(国産鰻白焼2尾セット1万円)。実際、トムは来店後に再度、自家用ジェットを使って「お取り寄せ」した



神奈川

### 加藤牛肉店 特製「山形牛100%」手ほぐしビーフ



坂上忍

365日飲むと豪語する坂上忍(54)のつまみは、山形牛をドイツ直送の香辛料で煮込んだコンビーフ(約140円・1701円)。寺門ジモンや高橋克典など、肉好きからの支持も集める



磯山さやか

磯山さやか(38)は、6種類の大豆を使用し、納豆職人が大豆ごとの特性に合わせて製造した高級納豆が好き。6パックで1847円。濃厚な味なのでそのままつまみにもなる



菊水食品

### いばらき 農家の納豆

茨城

鳥取



### 前田農園 ごぼう肉みそ



市村正親

ひとり飲みが好きな市村正親(73)は、鳥取県産のごぼうと4種の味噌を使った肉みそ(90円・540円)がお気に入り。これを舐めながら、ちびちびワインを飲めば名優を気取れる

岐阜



### 明宝ハム 明宝ハム

キャイ〜んの天野ひろゆき(52)は、明宝ハム(360円・1134円)がお気に入り。岐阜県民のソウルフードとも称され、国産豚100%で作られる。そのままでも、焼いてもうまい



天野ひろゆき



“豚汁ダイエット”で、  
体重8キロ減

# 神部美咲

Jimbu Misaki  
Make debut!

競馬番組『馬好王国』でMCを務める彼女の  
最大露出を独占撮り下ろし

歌手人生35年、2002年のあの名曲はこうして誕生した——

## 坂本冬美



題字・坂本冬美

冬美のいごっそう。津軽の  
じよっぱり。肥後のもっこす。  
これはすべて、頑固者を意味  
する方言。何を隠そう、こう  
見えて（どう見えて？）、わた  
しは純度100%、真正正銘、叩  
かれてもびくともしない頑固  
者です（笑）。

公式発表は休業。でも、わ  
たしの中では、密かに身を引  
くことを決めたとき、ひとつ  
だけ自分と約束したことがあ  
ります。

——いつもと変わらず、最後  
まで全力を出し切ることに。  
それが、こんなわたしを庇  
援し、休業期間が明けたらま  
た戻ってくると思っているフ  
アンの方へのお詫びであり、  
感謝の気持ちでした。  
——さすが!? エライ？  
ふふっ。もっと褒めてくだ

連載第48回

### 『男侠（おとこぎ）』

いつもと変わらず全力を出し切る…  
最後のステージは客席で揺れる黄色の  
ハンカチに震えが止まりませんでした



「たか先生と岡先生は、引退じゃなく、休業だ  
と思っただけだったので、元気になつて戻つて  
こいよ」という思いを込め、デビュー曲と同  
じ、男歌にしてくださいとお願いしています」

さい。わたしは褒  
められて、伸びる  
タイプなので笑。  
でも、しかし。  
本当のことを言う

と、これはわたしのたんなる  
性分。毎日、毎日、燃え尽  
きるまでやり切らないと、や  
った感がないというか、気持  
ちがよくない。ず〜と生きてきたと  
うだけの話です。

——どうせやめるんだから、  
適当でもいいんじゃないの？  
それは、だめです。それだ  
けは、やっちゃいけない。納  
得いかないし、許せない。そ

ういうのは、絶対にイヤなん  
です。  
だって、もつたないじゃ  
ないですか。ずっと頑張つて  
きたのに、最後にそれを引っ  
繰り返すなんて。自分で自分  
を全否定するようなものです。  
こんな頑固者のわたしを見  
ていたスタッフは、「やめる  
と言っていたけど…もしかし  
たら、やめないんじゃない  
の？」と囁き合い、首をひね  
っていたそうですが（苦笑）。



’02年3月28日（東京）、29日（大阪）で開かれたお別れコンサート。「最後の曲を歌い終え、楽屋に戻ったときは、やっと肩の荷が下りたような気がして…全力でやり切ったので、悔いはひとつもありませんでした」

自分でもいよいよと迫つた  
あと2カ月ちょっとに迫つた  
’02年1月17日：最後のシンゲ  
ルとして発売されたのが、こ  
の『男侠』です。  
誤解を恐れず、当時の心の  
ありようをそのままストレ  
ーにお伝えすると——。  
「え〜と〜」でした。  
’01年の4月に、「新曲を出  
すのはこれが最後」と心に決  
めて『凛として』を発売し、  
一年間すべての力を出し切つ  
て終わりたいと思っていたわ  
たしにとっては、寝耳にすり  
こぎのような話でした。

ギャルふうに言い換える  
と、「いいじゃん『凛として』  
で。え〜と〜!? だめなの  
お？ まじ、キャバい」とい  
う感じでしょうか（笑）。

冬美は、もう戻つて  
こないかもしれないな

しかもです。カップリング  
として歌わせていただいた阿  
木耀子<sup>さん</sup>作詞、宇崎竜童<sup>さん</sup>作  
曲の『日々是好日』が、NH  
Kの帯番組『ひるどき日本列  
島』のオープニング曲として  
一年間流されることになって

これはあとで聞いた話です  
が、「冬美は、もう戻つてこ  
ないかもしれないな」と半  
ば諦めたように呟き、「それ  
でも、やれるだけのことはや  
つておこう」と、大号令を発  
した社長の、涙が出るほど嬉  
しい親心でした。

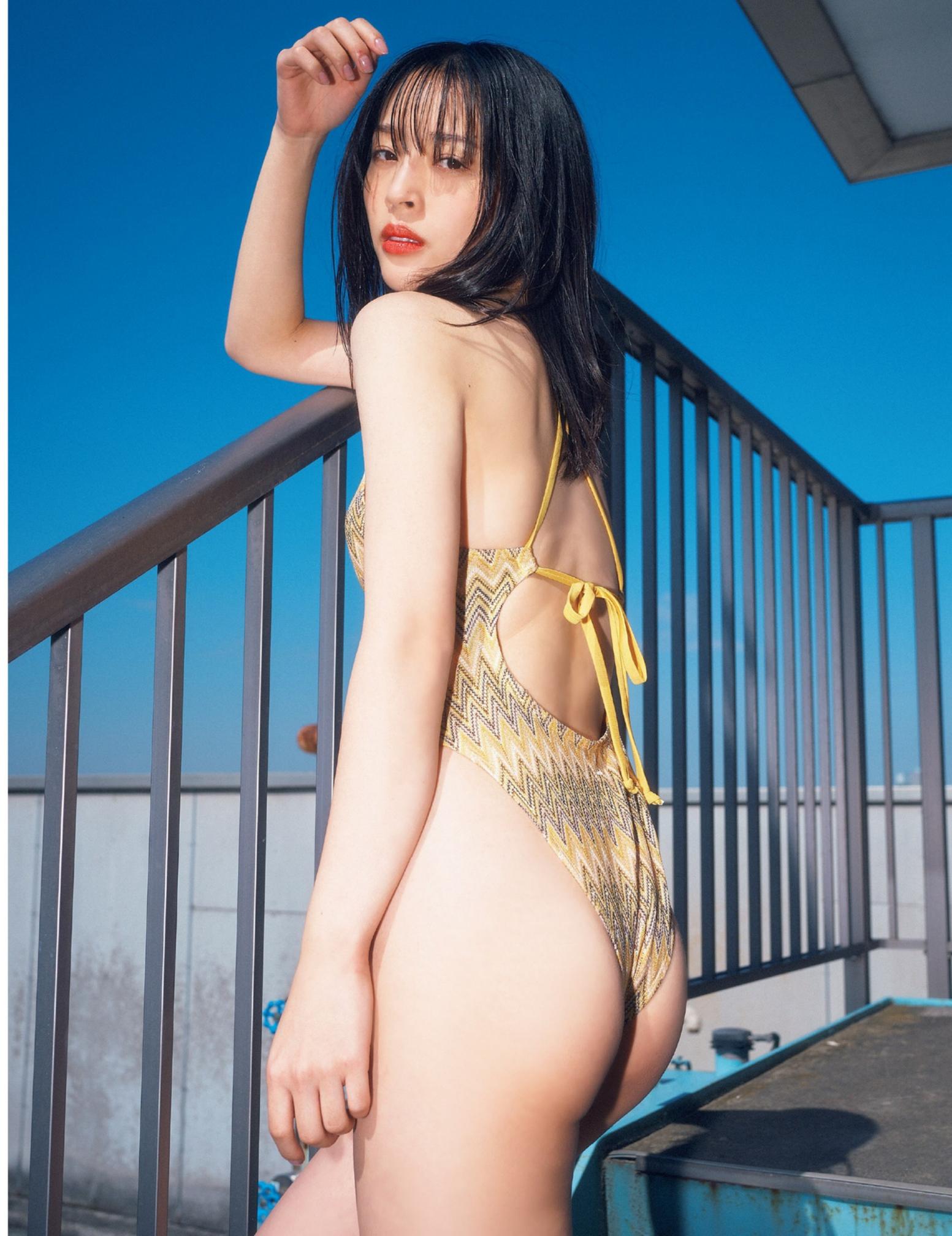
最後のステージは、’02年3  
月28日の東京厚生年金会館  
と、翌29日の大阪厚生年金会  
館です。

——歌だけに集中しよう。  
それだけを思っていたの  
で、今思い出そうとしても、  
この2日間のことは、まるで  
記憶がありません。

思い出すのはひとつだけ。  
最後の曲『風に立つ』を歌い  
始めたそのとき、ファンの方  
がいつせいに黄色のハンカチ  
を掲げてくださったことです。  
客席で、小さく、大きく揺  
れる黄色のハンカチ…それを  
見た瞬間、目の前が涙で滲み、  
心も体も震えが止まりませ  
んでした。

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』、そして最新  
シングル『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、ファン投票によって選曲さ  
れた『坂本冬美35th Covers Best』と、メモリアルイヤーの締めくくりに『夜桜お七』初のアナログ盤が発売中!

写真・中村 功  
構成・工藤 晋





芸能界イチのウマ女として、番組やSNSでその美脚がたびたび話題になる神部美咲。2年ぶりのグラビアで進化した美BODYを披露した。

「いままで愛嬌や勢いを頼りに突っ走ってきたのですが、元氣一辺倒では物足りない。28歳になりますし、下着っぽい衣装やセクシーなシーンにも挑戦してみたいなと思いました」

艶っぽくもヘルシーな姿を見せられたのは、気持ちや衣装だけではなく、肉体的変化も大きく影響している。

「トータルで8<sup>キ</sup>痩せましたんです！ ダイエットを決意したきっかけは、レギュラー出演している『馬好王国』（フジテレビ系）で、ミニスカ衣装をご用意いただくが増えたから。私、子供のころから格闘技を習っていたので、脚と腕の太さがコンプレックスで…。夏なのに長袖を着て隠していた時期があったくらいなんです。だけど、お仕事させていただく以上、そんなこと言っていられないなと一念発起しました」

8<sup>キ</sup>の減量を可能にしたダイエットとはどのようなものだったのか？

「豚汁ダイエットです。最初はヨガをしたり、ジムに通ったりしてみたのですが、ことごとく失敗。私、ズボラなので興味のないことをやっても続かないんですよね。ある日、豚汁を作りすぎてしまったことがあって、何日かに分けて食べていたんです。そのときに『豚汁って栄養バランスもいいし、ダイエット向きかも』という発見が。以来、3食玄米と作り置き豚汁を食べる生活に変えて、半年で8<sup>キ</sup>痩せました」

秘伝のレシピも教えてもらった。

「まず、玉ねぎ、にんじんを薄く細かく切ります。次にえのき。みじん切りにすると栄養分がしっかり出るそうです。そして、じゃがいも。豚肉はバラではなくこま切れ肉を選ぶのがポイントです。あとはだしと味噌を入れて豚汁を作るのですが、私のポイントは、万能調味料『ジャンツォンジャン』を入れること。生姜とねぎ油の調味料でうま味が一気に増します。そこにトマトやニラを入れても美味しいですよ」

ズボラダイエットが成功したことで、生活にも変化が表われた。

「ダイエットという『痩せなきゃ』という強迫観念に駆られがちだけど、豚汁ダイエットは満腹になれるし、ストレスがない。いろいろな場面で無理をしないと決めたら、日常生活にもメリハリができました。たとえば、寝るときにテレビを消して無理に寝ようとしなくていい。私の場合、静かすぎることに圧迫感があったんです。ズボラ睡眠に変えてからは熟睡できるようになりました」

無理をしないスタンスは仕事との向き合い方にも好影響をもたらしている。

「いまでは『失敗できない』と、無理に張り切りすぎてしまうことが多かったです。新型コロナウィルスが流行する前なんて、番組のアンケート作りのために飲み歩いてネタ集めをしていたほどですから（笑）。今後もバラエティ番組を中心に活躍していきたいと思っていますが、力の出しどころを意識して、全力を求められたときに力を発揮できるタレントになれたらと思います」



# FLASH

*Jimbu Misaki*  
**Make debut!**

月額1100円(税込み)の  
会員制サイト  
「FLASH Prime」にて、  
高画質メイキング動画、  
未掲載写真を随時公開中!  
<https://flash-prime.jp/>  
アクセスはこちら↓



直筆サイン入りチェキを  
13名様にプレゼント

抽選で直筆サイン入りチェキを13名様にプレゼント。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・好きなアイドルを明記のうえ、〒112-8011(住所は不要)光文社 FLASH編集部「神部美味プレゼント」係までお送りください。締切りは5月17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。絵柄は選べません。  
※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。

応募券  
FLASH  
1645号  
神部美味

## PROFILE

じんぶみさき 27歳 1994年8月20日生まれ  
大阪府出身 T163 特技は極真空手(黒帯)  
と柔道(黒帯)。現在、『馬好王国~UmazuKingdom~』(フジテレビ系)、『恋んトス seas on11』(Paravi)にMCとして出演中。そのほか最新情報は、公式Twitter (@jimbumisaki)、公式Instagram (@jimbu\_misaki) にて

写真◎岡本武志  
スタイリスト・福田春美  
ヘアメイク・清水恵美子



B A N

フォロワー 340万人超えの  
IカップTikTokerが  
規制確定の  
過去最大露出で本誌初登場!

なな



乳

茶



「今まででいちばん露出度が高い仕上がりになったと思います。ファンの人が見たら『おっ、なな茶いつもより攻めたね』って思ってもらえる内容になったんじゃないかな」

T i k T o kを中心にSNSで話題を集め、昨年から本格的なグラビア活動を開始したなな茶。今回は「レンタル彼女へのエッチなお願い」をテーマに撮影をしたが、もし彼氏にエッチな格好をしてほしいと言われたらどうする？

「お願いされたら断られない性格なので、恥ずかしがりつつ、やっちゃおうと思います。『そんなに言うんだったら今日だけだよ』みたいな感じで（笑）」

ネットでは日々知名度を上げる彼女だが、グラビアアイドルとしてはまだまだ駆け出し。やってみたいグラビアや今後の目標についても聞いた。

「静岡県出身で地元が大好きなので、茶畑に囲まれてグラビア撮影がしたいと思っています！あとはT i k T o kで普通に服を着ている動画を上げて、雑誌ではその服を脱いでいるみたいな運動型のグラビアもおもしろいと思うので、やってみたいな。いつかはFLASHさんの表紙を飾れるように頑張ります！」

## PROFILE

ななちゃ 2月11日生まれ 静岡県出身  
12年にアイドルグループのメンバーとして芸能界デビュー。その後、'20年にTikTokを開始、現在のフォロワーは340万人を超える。第11代目サキドルエースグランプリ。そのほか最新情報は、公式Twitter (@nanaki\_chiba)、Instagram (@nanacha\_0211)、TikTok (@nanacha\_0211) にて

## 写真◎栗山秀作

スタイリスト・上野 珠  
ヘアメイク・ムロゾノケイト



## 直筆サイン入りチェキを7名様にプレゼント!

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・好きなグラドルを明記のうえ、〒112-8011 (住所は不要) 光文社FLASH編集部「なな茶チェキプレゼント」係までお送りください。締切りは5月17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。

応募券  
FLASH  
1645号  
なな茶

※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、抽選と賞品の発送のみに使用させていただきます。



月額1100円(税込み)の会員制サイト

「FLASH Prime」にて、

高画質メイキング動画、未掲載写真を随時公開中!

←アクセスはこちら <https://flash-prime.jp/>

「ゴールデンウィーク後は要注意です。ストレスから「体調が悪い」「疲れやすい」と感じる事が多くなり、不眠症の症状も出やすくなります」と中部大学生命健康科学研究所特任教授の宮崎総一郎氏。

**不眠症の兆候を示す代表的な4つの症状**

厚生労働省の調査によると日本人の約5人に1人が「睡眠で休養が取れていない」などの睡眠問題を抱えている。それは加齢とともに増加し、60歳以上では約3人に1人が「睡眠」で悩んでいるのだ。不眠症状は4つに分けられる。「寝つくまでに30分以上かかる入眠障害」「睡眠中の目覚めが2回以上ある中途覚醒」「起床予定時刻より2時間以上早く起きてしまい、もう一度眠ることができない早朝覚醒」「ある程度の時間眠っても熟睡した感じが得られない熟眠障害」です。これらが1カ月以上続き、昼間の活動に倦怠感、意識低下、集中力低下などの影響が出ると不眠症の診断が下されます(宮崎氏)



うか。

「年齢などにより個人差がありますが、多くは睡眠時間の不足です。睡眠は脳のコントロールによっておこなわれます。睡眠不足だとそのコントロールが上手にできなくなるのです。20代前半までの若年者には8時間は眠ってほしい。6時間未満だと脳が上手く働かず、うつ症状が出ることも。40代、50代で多忙により睡眠時間が十分に取れない人は寝つきが悪くなり、夜中に目が覚めて昼はイライラ。睡眠不足だと食欲を抑制するホルモンの分泌が少なくなり肥満にもなりやすい。睡眠時無呼吸症候群や生活習慣病になることも心配です(宮崎氏)

**血流を改善するストレッチで快眠に**

不眠症にならないためには快適な睡眠が必須。そのために

**STEP1**

**中高年の“こり”を狙い撃ち! 15秒でできる6大ストレッチ**

**背中** 床に背中をピッタリと



「快眠のためには腰と敷き布団の間に隙間をつくらないことが大切です。女性に多い傾向ですが寝ているときに腰が浮いていると、筋肉が緊張してよい睡眠が取れません。そのため背中と腰のストレッチはとても大事です」

**首** オフィスでもほぐせる!



「僧帽筋と胸鎖乳突筋を伸ばしてこりをほぐします。頭を手のひらで倒すとき、倒すほうと反対側の肩が上がらないように注意。デスクワーク中でもできますので、「ちょっと肩がこったな」というときに試してください」

**腰** 腰痛にも効果テキメン

「上半身を反らすことによってお腹周りの緊張、こりがほぐれます。腰痛に悩んでいる方にもこのストレッチをおすすめします。ただ、頑張るって反らしすぎるとかえって腰痛を招いてしまうので注意してくださいね」

ゲームで夜ふかししがち  
ミスFLASH2022  
笹岡郁未  
「2時間で目覚めることもあります」

ささおかいくみ 21歳 '00年  
9月17日生まれ 最新情報は、  
公式Twitter (@ikumi\_917) にて



**お尻** 柔らかお尻は、体全体を改善

「40代、50代の男性はお尻の筋肉が硬くなっています。そうすると太ももの裏も硬くなり腰痛の原因になります。腰が痛いとき快眠できません。お尻の筋肉である大臀筋を伸ばして気持ちよい目覚めを迎えましょう」



**肩**

肘を回して肩こりを解消

「肩甲骨まわりのストレッチです。ここをほぐすと肩こりが解消になり、安眠できます。肘が前に出ない場合は、肘にタオルをかけて、それを前に引っ張るようにしましょう。伸ばすときは息を吐きながらが基本です」



**下半身**

**大臀筋を伸ばそう!**

「寝ながらおこなうストレッチです。下半身を曲げた方向に上半身が向かないようにするため、両肩を床につけることを意識してください。大臀筋が伸びていることを意識しながらストレッチをしてください」

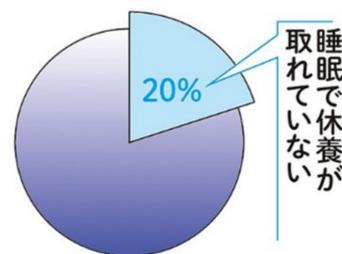


**PROFILE**  
やまだぼーでー '84年9月28  
日生まれ 京都府出身 元プロボクサー。ボクシングとストレッチを融合させたボクレストレッチパーソナルトレーナー。パーソナルストレッチジム経営。書籍「最高の睡眠ダイエット」発売中

ストレッチを終えたら さらに深い眠りを目指してSTEP2へ

「眠れない」が増えるGW明けの今こそ  
**簡単2ステップで**

**不眠 快眠**



睡眠で休養が取れていない  
日本人の約5人に1人  
厚生労働省HPより

宮崎教授がおすすめ  
**寝る直前の快眠法**

- ①ブルーライトをカット  
少なくとも寝る1時間前からテレビやパソコン、スマホは見ない。ブルーライトをカットする。
- ②ラジオを聴く  
映像は脳にとって情報量が多い。脳は眠っているときに不要な情報を消去するので、情報量が多いと疲れる。音楽は情報量が少ない。
- ③悩み事は書き出す  
心配事があって眠れないときは、何が心配なのかをノートに書く。そうすることで「意外にたいしたことじゃなかった」と安心できる。

は手軽にできるストレッチが有効だという。ストレッチ芸人の山田BODYさんにレクチャーしてもらった。「昼の疲れなどが残り、体が固まった状態で眠ると全身の血流が悪くなり、冷えの原因になり夜中に目覚めてしまいます。足がつつたりすることもあります。そこを改善すれば快眠につながります。睡眠中は300キロカロリーを消費するといわれていますが、快眠は基礎代謝を高めますので、消費カロリーのアップにもなります。ストレッチをするタイミングは寝る直前がおすすめ。副交感神経が優位になり、リラクセスできます」寝る前にゆっくり体を動かして、夢の世界へ…。

さくらいろいろに



【連載】  
FRESH GIRL  
大航海時代  
— vol.59 —

'20年代のヒロインを目指し、  
いざグラビアの喜望峰へ。

櫻井優衣

FRUITS ZIPPER

STEP2

快眠グッズは  
『見えざる進化』を遂げた!

お昼寝編

どこでも眠れる  
クッション性



「目のお布団」と称されるアイマスク。  
人間工学に基づいた設計で作られ、アイマスクと目の間には適度な空間ができて「まばたき」も可能。完全遮光6層構造により高い遮光性と密閉性を実現。耳への負担感やストレスが少ない。

ラクにまばたきができる!

オーストリッチピロージャパン  
「3Dアイマスク-3D Premium Eye Mask-」  
(7000円・税別)

オーストリッチピロージャパン  
「オリジナル ナッピングピロー  
-Original Napping Pillow-」(17000円・税別)

ベッド編

不眠  
快眠

小林製薬「ナイトミン 耳ほぐタイム」  
(オープン価格)

防音だけではなく温もりも!



自律神経が集まる耳に約40℃に温められた専用のイヤークロスをセット。穏やかに温まりリラックスできる。周囲の雑音も遠ざけるノイズキャンセリング機能も。効果は約20分持続。発売から約2カ月で50万個を売り上げる大ヒットに。



デスク昼寝に最適な形

中高年の男性に人気。「ダチョウの頭をモチーフにしました」と同社。柔らかさを実現するため、素材にこだわり手作業で作っている。特別コーティングされたマイクロビーズを使用。愛用者は「光を遮断した没入感が最高です」



TENTIAL  
「BAKUNE RECOVERY WEAR Dry」  
(15000円・税別)



吸湿速乾性の高い素材により、べたつかず快適な睡眠が得られる。極小セラミック加工を施した特殊機能繊維「SELF-FLAME®」は体温を放射して遠赤外線作用を増幅。血流改善を促し、眠っている間に心身をリカバリーできる。  
スポーツ選手も愛用

株式会社太陽「ヒツジのいらない枕」  
(14364円・税別)

深く沈み込む新素材

頭に柔らかくフィットする三角格子構造で首と肩を同時にサポート。頭部が優しく包み込まれ血行がスムーズになる。枕本体には無数に穴が開いた活性炭が入り汗臭や加齢臭などのおいを閉じ込めて吸着する効果もあるという。



株式会社アテックス  
「快眠マット SOYO」(18000円・税別)

「エアコンの風が当たる部分は涼しいが布団に接する部分は暑い」という熱帯夜の悩みを解消。ファンが室内のエアコンで冷えた空気をマット内に送り、立体的3次元ファイバー素材で作られたスペースから湿気や熱気を排出。

嫌な熱さを冷気で解消!



マツコが絶賛で大ヒット中!  
「Yakult1000」(宅配主体、130円・税別、100ml)

「Yakult1000を飲んだらすごい眠りがよくなったの。念のため2本飲んでる」。『しゃべくり007』(日本テレビ系)でマツコ・デラックスが告白して注目された、ヤクルト史上最高密度の1mlあたり10億個の「乳酸菌 シロタ株」を含む同商品はなぜ快眠に有効なのか。「高密度の「乳酸菌 シロタ株」が神経系に穏やかに作用することで一時的な精神的ストレスがかかる状況でのストレス緩和、睡眠の質向上をもたらすのではないかと、これまでの研究で考えられています」(ヤクルト本社広報)。ちなみに一日2本飲んでも効果が倍増することはないという。

## YUI's VOICE

4月24日にデビューライブを開催したアイドルグループ・FRUITSS ZIPPER。メンバーの櫻井優衣は、グループでのアイドル活動が今回で4回め。挑戦を続ける理由は、彼女のアイドルへの特別な思いにあった。

前のグループをやめたときには、もう一度アイドルをやるとつもりはなかったです。でも、アイドルを好きって気持ちにならなかったわけではなくて、「やりたいな」って思っているときに今のグループに誘っていただきました。話を聞いたときに、私がア

イドルとして目指していたものや目標が、グループの目標と重なっていて。一からグループを作ってもらえることってなかなかないと思っただし、今はメンバーみんなで『紅白歌合戦』に出場するのを目標に本気で頑張っています。私にとってアイドルは、女

性としての憧れの象徴。鈴木愛理さんが大好きなんですけど、アイドルだから憧れているわけではなくて、一人の女性として憧れている人が、たまたまアイドルだっただけで。私もアイドル活動を続けるなかで、誰かの憧れになれたら嬉しいなって思っています。



## PROFILE

さくらいゆい 22歳 '00年2月21  
日生まれ 東京都出身 いくつか  
のアイドルグループを経て、'22年、  
「FRUITS ZIPPER」の立ち上げ  
に参加。趣味は紅茶飲み比べ、  
ラーメン巡り、メイク研究。その  
ほか最新情報は、櫻井優衣公式  
Twitter (@yui\_fz0221)、公式  
Instagram (@yui.sakurai\_7) にて

写真◎青山裕企

スタイリスト・春原愛子  
ヘアメイク・双木昭夫



## RECOMMENDATION パフォーマンスも レスも完璧アイドル

アイドルファン・関係者が集う新宿・歌舞伎町のバー「酔っころ処」の女店主で、噂の女オタ、ほりゆうこ氏 (@dybstar\_diet) が櫻井の魅力語る。「FRUITS ZIPPERは先日お披露目されたばかりの新グループ。元むすびずムの木村ミサキプロデュースなので期待値高いです。優衣のアイドル姿をまた見ることができて、知り合いのオタクは涙を流していました。優衣は、鈴木愛理など王道アイドルが好きだけあって、パフォーマンスもレスの配り方もアイドルとして完璧です。数年ぶりにあったオタクを忘れていなかったり、なんていい娘なんだと、知り合いのオタクは歓喜していました」。

# M の衝撃、再び

## 恋溺ももな *Monna Stokuchi*

大反響につき「Mカップ元公務員」ヘアヌード第2弾。  
デビューDVDが大ヒットを記録した、  
いまいちばん勢いのある女優の未公開カットを本誌だけに！

▲この端を丁寧に切り開いてご覧ください



# FRESH GIRL 大航海時代 ×Raffle(くじ)コラボを見逃すな!

Raffle(くじ)とは、はずれなしのオンラインくじサービスです。  
「FRESH GIRL 大航海時代」とRaffle(くじ)がコラボレート。  
ここでしか手に入らないオリジナルのグッズが、あなたに当たります。  
今回は**櫻井優衣ちゃん(FRUITS ZIPPER)**の登場です!

デジタルサイン入り!



### 1等 デジタルサイン入り アクリルフォトパネル(1種)

撮り下ろした写真が、フォトパネルになって  
あなたに届きます。 当選確率1.00%

### 2等

#### 10枚限定 直筆サイン入り グラビア衣装 チェキ

グラビア撮影の衣装の  
チェキにサイン入り。  
早い者勝ち! 当選確率1.50%



### 3等

#### 20枚限定 グラビア衣装 チェキ

こちらも早い者勝ち!  
当選確率3.00%



### 4等

#### クリアファイル(2種)

本誌グラビアページの切り抜きもはさめます!  
当選確率35.00%

### 5等

#### アザークットの大判ブロマイド(10種)

全部コンプリートしたくなる!?  
当選確率59.50%



#### 10連特典

#### SNS風アクリル キーホルダー(2種)

10連のRaffleにチャレンジした方から  
どちらかをプレゼント!



#### Wチャンス賞 10連抽選

#### 写ルンです(1名)

オフショットを撮影済みの  
未現像の写ルンです(1台)。  
10連にチャレンジした方から  
抽選で1名だけに!



ご参加はこちらから! <https://raffle-event.jp> Raffleくじ で検索

※くじへのご参加には課金が必要です。また、景品の配送手数料は参加者の負担になります。







本誌で衝撃のグラビアデビューを飾っておよそ3カ月。秋田県出身の、Mカップ元公務員、恋洩ももなの勢いが止まらない。

「Twitterを開設してから3カ月ほどですが、フォロワー数が7.3万人（5月3日現在）にまで増えました！ファンの方のおかげで頑張れているので、これからも応援よろしくお願ひいたします」

元公務員だけあって、言葉遣いも丁寧だ。4月にはAVデビュー作が発売された。

「予約開始してすぐに日間売上ランキング（FANZA）が第1位、週間売上も第2位になりました。本当にビックリしましたし、感謝しかありません。

自分の体型がずっとコンプレックスでした。意識しないとどんどん猫背になって肩こりが酷くなったり、意図していないところで性的に見られたり。バストのサイズが上がるたびに、胸を減らす手術を考えてしまっただけでした。でもいま皆さんに喜んでもらえて『この体型も悪くないな』と思えるようになったし『この仕事を選んでよかった』と本当に思います！」



末っ子は五月場所で大関獲りへ！  
飛躍を支える兄たちとの絆、そして「3人同時関取」の夢を語った

# 「大波三兄弟」を 生んだ父親の 爆笑スパルタ作戦！



左から若隆元、若隆景、若元春



長男 幕下十五枚目

三男 関脇

次男 前頭六枚目

## 若隆元 × 若隆景 × 若元春



デジタル写真集Rが光文社より近日発売予定

### PROFILE

こいぶちもな 23歳 秋田  
県出身 T161・B103(M)W  
65H92 高校卒業後、地元  
の役所で公務員として働き、  
'21年に上京。'22年2月にグ  
ラビアデビューを果たし、3月に  
AVデビューを発表した。SOD  
starとして、ソフト・オン・デマ  
ンドより4月21日にデビュー作を  
発売して大ヒット。5月26日に  
は2ndDVDを発売する。その  
ほか最新情報は、公式Twitt  
er (@momona\_02flash) にて

写真●井上たろう  
スタイリスト・田中陽子  
ヘアメイク・岡田 純

この端を下に切り開いてご覧ください



若隆景は三月場所千秋楽の結びで正代に敗れ、12勝3敗で並んだ高安と優勝決定戦をおこない、上手出し投げで勝利して新関脇で初V

小さいころから、仲よし三兄弟として近所でも有名だった。上下写真とも左から次男・若元春、三男・若隆景、長男・若隆元



三月場所です葉山以来、86年ぶりとなる新関脇での優勝を果たした若隆景(27)。福島出身力士としては50年ぶりの優勝という快挙だった。その飛躍を支えているのが2人の兄の存在だ。長男は幕下の若隆元(30)。次男は前頭の若元春(28)。それぞれの

四股名は、「三本の矢」で有名な戦国時代の毛利三兄弟から先代の荒汐親方が命名した。長男は相撲協会の方針により対談には参加できなかったが、いま角界でもっとも注目を集める兄弟力士が、その絆を語った。

優勝おめでとうございま

した。優勝が決まったとき、花道にお兄さん(若隆元)がいたのが印象的でした。若隆景(以下、景) ありがとうございませう。兄には付け人をやってもらっているんです。若元春(以下、春) もう3年くらいやってるよね、大波(以下、大波) というのは、長男のことです。兄の前の四股名が「大波」なんです。実の兄であっても兄弟子なので、大波って呼んでます。兄が私のことを呼ぶときは「剛士」。これも前の四股名なんです。景 大波さんが付け人になるのは、先代の師匠が決めたことです。サポートしてもらって、助かっています。

出るように言われているんですよ。だから、宿舎に戻って部屋みんなとテレビで観てました。感動したよ！景 え、感動したんですか？春 今までスポーツを観ている、一度も感動したことのない俺が初めて感動したよ。まさか、相撲を観て感動するとは思わなかったけど。景 ハハハ(苦笑)。

頑張れるってことはある。景 やっぱ一緒に飯を食べ、いても、本当にリラックスできるんですよ。デメリットなんてあるかな？春 間違えられることはある。「若隆元、ですよね？」とか。景 あるある(笑)。春 そんなに似てないと思うんだけど、やっぱり兄弟だから雰囲気は似ているのかも。——3人同時に相撲を始めたそうですね。春 兄が小学4年。自分が小2で、弟が小1のとき。景 そのときから、親父が「わんぱく相撲教室」で教えるようになったんです。実家はちゃんこ屋(福島市「ちゃんこ若葉山」)ですからね。お爺ちゃんが小結(若葉山)で、親父も相撲取り(元幕下・若信夫)という環境なので、自然

とそうなったんだと思います。春 なぜか自分だけが母親から「あなたはお相撲さんにならなきゃダメよ」って、ずっと言われてたんです。景 親父の指導といっても、おもに基礎的な体力づくりが多かったよね。くま歩きやったり、うさぎ跳びとか。春 くま歩きってね、四つん這いになって熊みたいに歩くんです。もちろん、テッポウ、すり足もやりましたけど。景 すり足で思い出すのは、正月。気温はマイナス、雪の上、吹雪の中ですり足を延々やらされた。これはうちの親父じゃないんですけど、すごく気合の入ったコーチがいて。春 あ、〇〇さんだ。景 そうそう(笑)。あれで高熱出しちゃったやつとかいたからね。春 今じゃコンプライアンス的にアウトかな(笑)。うちもけっこうスパルタだったからね。家のテレビで「あしたのジョー」とか「巨人の星」のビデオをずっと流してたね。景 あれ、親父がどこから借りてきてたんだろ。だって、世代的には俺たち絶対違うから。でもその影響で、ああいうのが普通だと思ってしまうようになったのかもしれない。春 それが親父の作戦なんだよ。まんまとやられたわ(笑)。

——「大波三兄弟」といえる、やはり期待されるのは3人揃ったの関取です。春 期待されているのはわかっていますし、実現できれば嬉しいです。景 もちろん、そうなければいいという思いはあります。春 しかし、これは大波さんがどうというよりも自分のことが心配。自分の場合は、十両1場所です幕下に陥落というのを2回もやってますから。とにかく、自分が(幕下に)落ちないように頑張るだけですね。景 自分も、とにかく自分の相撲を貫いていくだけです。優勝できたのも、その結果です。自分の相撲を信じて「一意専心」でいきます。春 俺の場合は「頑張りすぎない」かな。いくら頑張っても、自分の力以上のものは出せませんから。ただ、持っている力は全部出し切りたい。相撲界の三兄弟といえ、井筒三兄弟が有名だ。長男、鶴嶺山は元十両。次男、逆鉦と三男、寺尾は元関脇だが、3人同時の関取はこれまでに例がない。大関候補となった若隆景。五月場所です自己最高位まで番付を上げてきた若元春。そして関取の座を目指す若隆元。刺激し合い、支え合う「三本の矢」で、いつか夢を掴む。



# 戦国虫王

巨大コオロギ「リオック」とともに、巨大南蛮バチ「タランチュラホーク」が「河原草地の城」に現れた。戦いの先陣を切ったのは、シオヤアブ藩主率いるムシヒキアブ連合軍だった。優れた飛翔能力を持つトラフムシヒキアブ隊長が攻撃を仕掛けるがタランチュラホークは毒針でその寿命を奪うのだった！

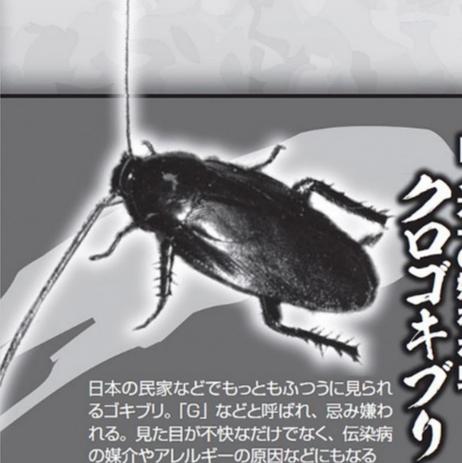
## 新堂冬樹

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年には芸能プロダクション「新堂プロ」を設立した。

「大顎の力も、そこそこあるよ  
うだね」  
オオスズメバチ藩主が一匹ご  
ちた。  
「なにがですか？」  
コガタスズメバチ隊長が訊ね  
た。

「いや、なんでもない。それよ  
り、いつまでそんなものを持っ  
てるんだい？ 戦国の邪魔にな  
るから捨てなさい」  
「え…」  
コガタスズメ隊長が怪訝な顔  
で絶句した。

☆  
「図体はでかいが、蟻みたいな



日本一嫌われ虫  
クロゴキブリ

日本の民家などでもっともふつうに見られるゴキブリ。「G」などと呼ばれ、忌み嫌われる。見た目が不快なだけでなく、伝染病の媒介やアレルギーの原因などにもなる

身体で弱そうな野郎だ！ 日ノ  
本最強のスズメバチ軍団の恐ろ  
しさを見せてやる！」  
キイロスズメバチ隊長が八十  
ミリはありそうなタランチュラ  
ホークに狙いを定めた。

「カモン！ イエローフラ  
イ！」  
タランチュラホークが浮遊し、  
キイロスズメ隊長を挑発した。  
「ナメやがって！」  
キイロスズメ隊長が正面から  
タランチュラホークに突進した

：身体に比べて小さめの頭部を  
擦れ違いざまに噛み潰すつもり  
だった。

五センチ、四センチ、三セン  
チ、二センチ…キイロスズメ隊  
長の複眼の前に、毒針が現れた。  
浮遊飛びしているタランチュ  
ラホークが腹部を前に折り曲げ、  
キイロスズメ隊長の頭部の付け  
根に毒針を刺した。  
一瞬にして全身が硬直し、キ  
イロスズメ隊長がオオスズメ藩  
主の肢もとに落下した。  
「キイロスズメ隊長！ 大丈夫  
か？」  
コガタスズメ隊長が、硬く

なったキイロスズメ隊長の身体  
を揺さぶった。  
「腹部も自らの大顎につくほど  
曲がるのか…」  
オオスズメ藩主は討ち死にし  
たキイロスズメ隊長には複眼も  
くれずに空を見上げ、ムシヒキ  
アブ連合軍とキイロスズメ軍を  
圧倒するタランチュラホーク軍  
を観察していた。

隊長を失ったトラフムシヒキ  
アブ軍とキイロスズメ軍は戦意  
を喪失し、タランチュラホーク  
軍に次々と寿命を奪われた。  
「オオスズメバチ藩主！ 我が  
軍も戦闘に参加しキイロスズメ  
軍を援護します！」  
「我が軍も行きます！」  
コガタスズメ隊長とモンスズ  
メバチ隊長が志願した。

「まだだ」  
オオスズメ藩主はにべもなく  
言った。

「なぜですか!? このままでは  
キイロスズメ軍が全滅します！」  
「藩主、行かせてください！」  
コガタスズメ隊長とモンスズ  
メ隊長が懸命に訴えた。  
「君達が寿命を賭けるのはいま

じやない。いまは異国の敵の戦  
闘力と戦術を分析するのが先決  
だ。その犠牲は君達ではなく、  
シオヤアブ藩主が負ってくれる」  
「では、援護に向かわないんで  
すか!?」  
コガタスズメ隊長が悲痛な顔  
で訊ねた。

「タランチュラホークは狩人バ  
チだ。狩人バチは、獲物を捕え  
るための戦闘技術に特化してい  
る。君達が援護に向かっても無  
駄死にするのが落ちだ。いまは  
静かに戦況を見守りなさい。彼  
らの仇は私が討つから」  
オオスズメ藩主は、空を見上  
げながら言った。

☆  
「藩主！ アオメアブ隊長と  
チャイロオオシアブ隊長が寿  
命を奪われました！」  
体液相を変えて飛んできたシ  
オヤアブ隊長が、シオヤアブ藩  
主に報告した。

「南蛮バチの野郎！ 大将をぶっ  
殺してやる！」  
熱り立ったシオヤアブ藩主が、  
上空から指示を出していた百ミ  
リ級のひと際大きなタランチュ  
ラホークを目掛けて時速百キロ  
で飛翔した。  
この速さで飛ぶシオヤアブを  
空中で捕えられるのは、日ノ本  
ではオニヤンマかギンヤンマし

かない。  
シオヤアブ藩主の襲撃に気づ  
いたボスタランチュラホークが、  
寸前のところで身を躲した。  
的を失ったシオヤアブ藩主が  
二メートルほど通過したところ  
で、身体の向きをボスタラン  
チュラホークに戻した。

☆  
「動体視力も並外れてるな」  
地上からタランチュラホーク  
軍の戦闘力を分析するオオスズ  
メ藩主が呟いた。  
「俺の疾風攻撃を躲したのは貴  
様が初めてだ。だが、奇跡は二  
度続かない」

☆  
シオヤアブ藩主がボスタラン  
チュラホークに二度目の疾風攻  
撃を仕掛け、あつという間に  
三十センチ圏内に突入した。  
「頭部は貫つた！」  
シオヤアブ藩主が前肢で捕え  
にかかった瞬間、ボスタラン  
チュラホークの姿が消えた。

「ヘイ！ ジャップフライ！」  
俺達がレッグスパン三十センチ  
のゴライアスバードイーターを  
狩れる理由がわかるか？」  
シオヤアブ藩主は背中から聞  
こえてくる声に、弾かれたよう  
に振り返った。  
ボスタランチュラホークの顔  
が複眼の前にあつた。

# TORACOの 熱い虎トク

題字・ヒロド歩美



朝日放送テレビ  
ヒロド歩美アナ

今年の秋山拓巳投手の登場  
曲は、EXILE ATSUSHI  
SHIにプレゼントされた  
「Put it on the  
line」です。登場曲とは、  
各球団のホームゲームで、投  
手がマウンドに向かうとき  
や、打者がバッターボックス  
に入る際に流れる曲のこと  
です。選手の個性や音楽の趣味  
が垣間見えるため、毎年誰が  
どんな曲を使用するのか気  
になりますね。  
J-POP、ヒップホップ、  
懐メロ、アニソンなど種類は  
さまざま、歌に合わせて手  
拍子や歓声が上がります。今  
回は、球場の雰囲気盛り上  
げる選手の登場曲に注目して  
みたいと思います。  
タイガースのエース・青柳  
晃洋投手は21年には、徳永英  
明さんの「レイニーブルー」を  
使用していました。青柳投手  
の登板日は、「雨が多かったこ  
とから「雨柳さん」と呼ばれ

### 投手&打者「登場曲」の選曲理由にはドラマがある

るようになり、ついには「雨  
柳さんフェイスタオル」が発  
売され、大ヒットしたという  
経緯がありました。  
今年の打席での登場曲は、  
お笑い芸人の狩野英孝さんの音  
楽プロジェクト「50TA」の  
1stアルバム収録曲「紅葉に  
抱かれて」。青柳投手の背番  
号が「50」であること、TA  
はタイガース、「紅葉」と青  
柳投手の名前の「晃洋」が掛  
け詞になっています。歌をよ  
く聴くと、「コウヨウ見にい  
コウヨウ」と、まるで応援歌  
のようにダジャレも効いてい  
ます。  
**奇数打席と偶数打席で  
曲を変えている選手も**  
この青柳投手の登場曲（2  
曲とも）の仕掛け人は、若崎  
優投手なのです。じつは若  
崎投手、タイガース投手陣の  
なかで、ある役割を（勝手  
に!?）担っていました。  
「登場曲を書く欄に、知らな  
い間に若崎さんが勝手に書い  
て、発表されたときに自分も  
知りました」  
以前、こう語っていたのは、  
高橋遥人投手。若崎投手の手  
によって20年は、鈴木雅之さん  
の「違う、そうじゃない」、  
21年は「崖の上のポニョ」に



PROFILE  
91年10月25日生まれ 兵庫県出身14年  
4月、朝日放送現朝日放送テレビに入  
社。「熱闘甲子園」「芸能人格付けチキ  
ン」「サンデーLIVE!!」などに出演中



詐欺の被害に遭う人が後を絶ちません。警視庁のデータによると、振り込め詐欺をはじめとする特殊詐欺の被害は減少傾向にあったものの、21年の1年間は約1万5千件と、件数として4年ぶりに増加したことがわかりました。また、神奈川県警の調べによると、神奈川県内の今年1〜3月の被害額は4億円と、前年の4倍にも及んでいるといわれています。

詐欺の手口が巧妙になってきているのは事実ですが、銀行に行けば注意を呼びかけるアナウンスが常に流れており、テレビのニュース、ワイドショーでも、新しい手口などを紹介する特集がよく放送されています。

詐欺を防ぐための情報が、これほど私たちの身のまわりにたくさんあるというのに、どうして簡単に騙されてしまうのでしょうか？

ここまで読んであなたは、「高齢者が引つかかるんだろう。オレには関係のない話」と思ったかもしれませんが、

じつはそういう人が最も詐欺被害に遭いやすいのです。

最近「ビデオに映っているのはあなたですか？」というFacebookのメッセージがよく届きます。これは、ウイルスが仕込まれたスパムメッセージで、これをクリックするとパスワードを盗まれてしまい、Facebookアカウントが乗っ取られます。そして、自分のFacebookの友達に同様のスパムメッセージが送信され、自分が「加害者」になるのです。高年齢という理由でFacebookアカウントを乗っ取られた人は多くないでしょう。

私のFacebookタイムラインを見ると、「ビデオに映っているのはあなたですか？」はスパムメッセージなので、絶対にクリックしないでください」と警告を促す投稿が、ほぼ毎日見られます。詐欺に引つかかる人は、こうした情報が流れているにもかかわらず、スルーしてしまうのかもしれない。ほかにも、大手ECサイトやクレジットカードカード会社を装ったフィッシング詐欺のメールが毎日届きますが、これらの被害者の年齢は、10代がピークといわれています。

## 第58回 昨年特殊詐欺の被害が4年ぶりに増加! なぜ「自分は大丈夫」という人ほど騙されるのか? 詐欺に引つかかる人の心理的理由

で情報を見ているから、「フィッシング詐欺の最新手口」というネット記事もスルーしてしまう。もし読んだとしても、まったく記憶に残らないのです。

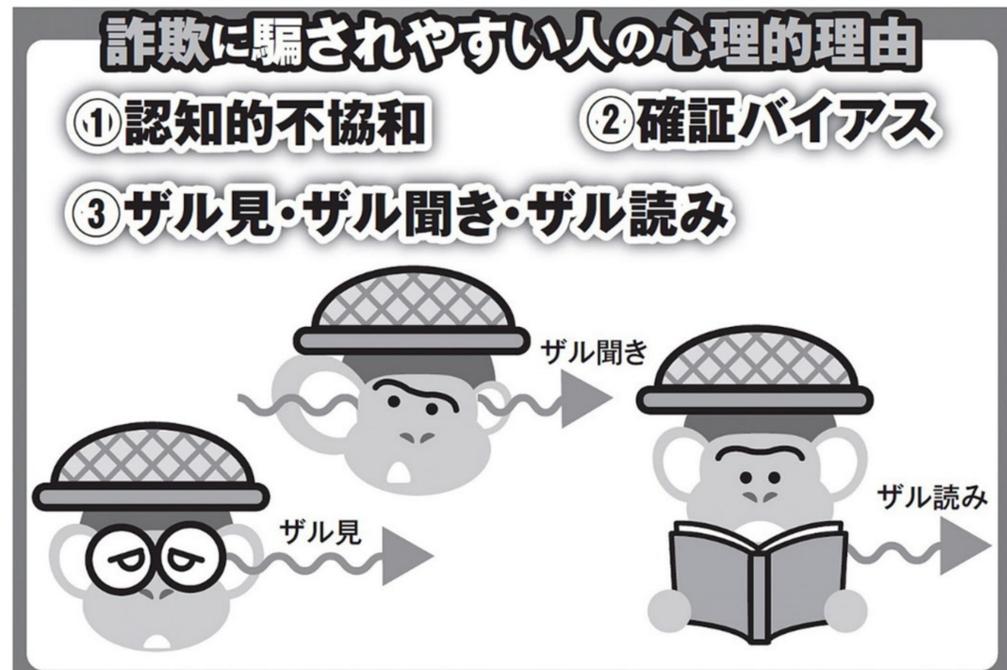
で調べれば調べるほど、「ワクチンは危険」という結論を強化してしまいます。このように、最初から結論ありきで情報を集めると、「自分の知らない情報」や「結論とは反対の情報」が目にとまることがありません。あるいは、目に留まっても脳がスルーしていくのです。「自分は絶対に詐欺に引つかからない」と思っている人は、そうした先入観

### ③ ギャル見、ギャル聞き、ギャル読み

「あなたの脳は猿のようなものだ」。じやなくて、「あなたの脳はギャルのようなものだ」というと、あなたは怒るでしょうか? あなたに限らず、すべての人の脳はギャルです。

私たちの脳は、「必要な情報」だけを集め、「不必要な情報」をスルーするようにできています。そうでなければ、日々膨大な情報にさらされている私たちの脳は、数日でパンクしてしまいます。

10年以上前、私が精神科の外来で診療しているときの話です。初めて来院した患者さんを1時間ほど問診し、最後の10分で、診断や治療法、薬の飲み方について



10年以上前、私が精神科の外来で診療しているときの話です。初めて来院した患者さんを1時間ほど問診し、最後の10分で、診断や治療法、薬の飲み方について

そこで今回は、詐欺に引つかかってしまう心理的理由と、引つかからないための対策についてお伝えします。

### ① 認知的不協和

こうした詐欺においては、「自分は絶対に騙されない」と思っている人は絶対される傾向があります。

心理学者フェスティンガーが唱えた理論に「認知的不協和」があります。自分の中で、2つの矛盾する心理を抱えていると、強い不快感が生じます。その場合、不快感を解消するために、2つの心理のうちのどちらかの認知を変えるか、歪めかしてしまふことがあります。これが認知的不協和です。

たとえば、「自分は絶対に詐欺には引つかからない」と強く思っている人が怪しげな電話を受けたとしましょう。このとき「自分は賢いから詐欺には引つかからない」と「ひよっとした自分には詐欺に引つかかっている?」という2つの矛盾した気持ちが芽生えます。

後者の場合、「自分は詐欺に騙されるようになっていく愚かな人間」であることを認めることになるので、「自分

は絶対に詐欺に引つかからない」と思っている人は「自分は賢い」という認知のほうを優先させます。その結果、「詐欺かもしれない」という認知を「これは詐欺ではない」という認知へと歪めてしまい、結果的に引つかかってしまうこととなります。つまり、心の底では少し怪しいと思いがながらも、相手のペースに乗せられてしまうのです。

### ② 確認バイアス

最近「認知バイアス」に関する本が書店で平積みされているのによく見かけます。認知バイアスとは、直感やこれまでの経験にもとづく先入観によって、物事の判断が歪められたり、偏ったり、非合理的になったりする心理現象のことをいいます。

「確認バイアス」とは、この認知バイアスの中のひとつで、自分にとって都合のいい情報ばかりを無意識的に集めてしまい、反証する情報を無視し、スルーしてしまう傾向のことをいいます。たとえば、「コロナワクチンを接種したうちの〇人に重大な副反応が出た」「×人が死亡した」というニュースや情報に目がいきがちな人は、ネットなど

からないから大丈夫」とは思わず、「そういうことがあるんだ」というニュートラルな視点や立場で情報をインプットすることです。

ニュートラルに情報を扱う。これは別に詐欺に限ることだけに限りません。テレビやネットの情報を見る際に、最初から結論を決めずに、こんな情報もあるのか、こんな意見もあるのかと、スポンジが水を吸収するようにインプットしていく。判断や決断は、情報がたくさん集まった段階ですればいいのです。

あるいは、あるテーマについて判断をする場合「賛成派」「反対派」「中立派」の3つの異なる立場の意見をインプットすることも大切です。たとえば、それぞれの立場で書かれた本を1冊ずつ読めば、ひとつの視点に偏ることなく、バランスのよい情報収集ができ、結果としてバランスのよい判断、決断を下せるようになります。

詐欺的なメール、メッセージ、あるいはフェイクニュースが横行する昨今、情報のインプットについて、あらためて見直すことは重要です。情報をザルのように通過させないためには、「注意のアンテナを立てる」ことが必要。自分は何を知りたいのか? 自分は何に関心があるのか? それをふだんから明確にして、ニュースを見たり、ネット情報をインプットすると、インプットの効率が何倍も上がるだけでなく、圧倒的に記憶に残るようになります。



「ゼロコロナ」に固執する習近平。「批判する言動と戦う」と表明している

「こんなひどい場所ではクラスターが発生して、また集団感染してしまうよ！」  
そこらじゅうに資材や段ボール、ガラクタが散らばった「ゴミ溜め」の中で、吐き捨てるように中国語で怒鳴る男性。わずか数十秒の短い動画には、あまりに劣悪な上海の新型コロナウイルスの隔離施設が収められていた。本誌にこの「SOS動画」を提

## これがハリボテ国家の真実だ!

# 習近平が自画自賛する上海ロックダウンの惨状！ 中国人民から本誌にSOS動画 強制隔離生活

習近平が自画自賛する上海ロックダウンの惨状！ コンテナ病棟に一步入ると――



新型コロナ陽性者や濃厚接触者を隔たる施設。いたが散乱している



屋外の道路の一部は舗装されておらず、建築資材や土のうのようなものが捨てられている

供してくれたジャーナリスト

の初田宗久氏が語る。

「知人を経由して動画を入手しました。上海郊外のエリアにある、建設途中のまま放置されていた公共施設を、無理やり隔離施設として利用していると思われる。感染が広がった当初、当局は小学校や展示会場などに次々と新型コロナウイルス陽性者や濃厚接触者の隔離施設を設営していきまし

た。しかし、増え続ける陽性者に対処しきれなくなり、市民はこうした劣悪な環境に押し込められているのです」

上海のロックダウンは、すでに5週間以上続いている。しかし、5月3日の新規感染者数は4千982人で、隔離地域外でも毎日50人程度の新規感染者が出ています。上海当局は、ロックダウン解除の条件を市中感染、ゼロ、としているため、全面解除への道のりはまだまだ遠い。

日系企業の上海支社で支社長を務める青木亮佳氏が、現

地の様子を教えてくれた。

「ロックダウンが始まった当初、いちばん悩まされたのは食料不足です。子供たちには3食用意しましたが、私と妻は毎日1食だけ。別のスタッフは3日間お菓子の「男梅」だけで飢えをしのぎ、日本領事館に助けを求め、餓死を免れたという状態でした」

とはいえ、青木氏が暮らすのは、市内でも欧米人が多く暮らす高級住宅街だ。

「現在では、ケンタッキーやタコベルなど外食のデリバリーもできるようになりましたし、配給される食料も十分です。問題なのは、上海北部の宝山区など、地方出身者や低所得層が多く住む地域です。依然として食糧難が続いているので、政府への激しい抗議が続いています」

現地在住のライター・もがき三太郎氏はこう語る。

「動画のような急造された隔離施設や仮設病院のことを「方舱医院」（コンテナ病院）



段ボールが散乱する隔離施設の部屋。ベッドやまともな家具すら確認できない

といいます。地方の出稼ぎ労働者などは、ふだんから「タコ部屋暮らし」なので「毎日タダ飯が食える」と皮肉交じりの声を上げている人もいます。簡易的な仕切りしかないのに堂々とセックスを始めるカップルや、酒盛り、喧嘩まで、施設内での「庶民の暮らし」を投稿した動画がSNSに次々アップされています。当局にとっては、恥部、なのです。消されまじいけどね」

「コロナ禍当初、欧米が感染拡大に苦しむなか、武漢での感染を抑え込めたことで習近平は「社会主義制度の優越性を証明した」と自画自賛しています。上海の感染者数がピークを迎えていた4月9日には「中国の感染防止は金メダル」と言っていたほどです。今秋予定されている党大会で3期めの党総書記就任を目指す彼にとって、上海でも当然感染者を「ゼロ」にする必要があるのです」（初田氏）

庶民が権力者の横暴に振り回されるのは、どこの国でも一緒なのだ。



人骨発見現場へ通じる登山道はあまりに険しい



地元住民も知らない登山道。この先で警察の捜査が進められている



小倉美咲ちゃんを探しています。どうか情報提供をお願いいたします。

2019年9月15日撮影



とも子さん(上)は、美咲ちゃんについて公式サイトを通じ情報を求めている



美咲ちゃんの匂いが消えたというキャンプ場付近の橋。ここで足取りが途絶えている。橋を渡り、奥の道をさらに進むと、人骨のある現場に通じる登山道がある

に駐車場を自由に貸しているんです。なので、私もX氏を直接見ていません。GWにはキャンプのお客さんを含め、たくさんの方が来場しましたが、23日となるとその前ですからね。たまたま発見したとしたりすごいですよ」

人骨が発見された場所は、キャンプ場付近を流れる川を越え、険しい登山道を上る必要がある。この山道は、長年ここで暮らす地元住民ですら存在を知らなかったものだ。「大人でも躊躇するぐらい険しい道です。いくら道に迷ったとしても、子供の足で辿り着けるような場所ではありません」(別の地元住民)

謎は深まるばかり……。だが、失踪直後の美咲ちゃん捜索に関する新証言を入手した。当時、捜索に参加していたという60代男性が語る。

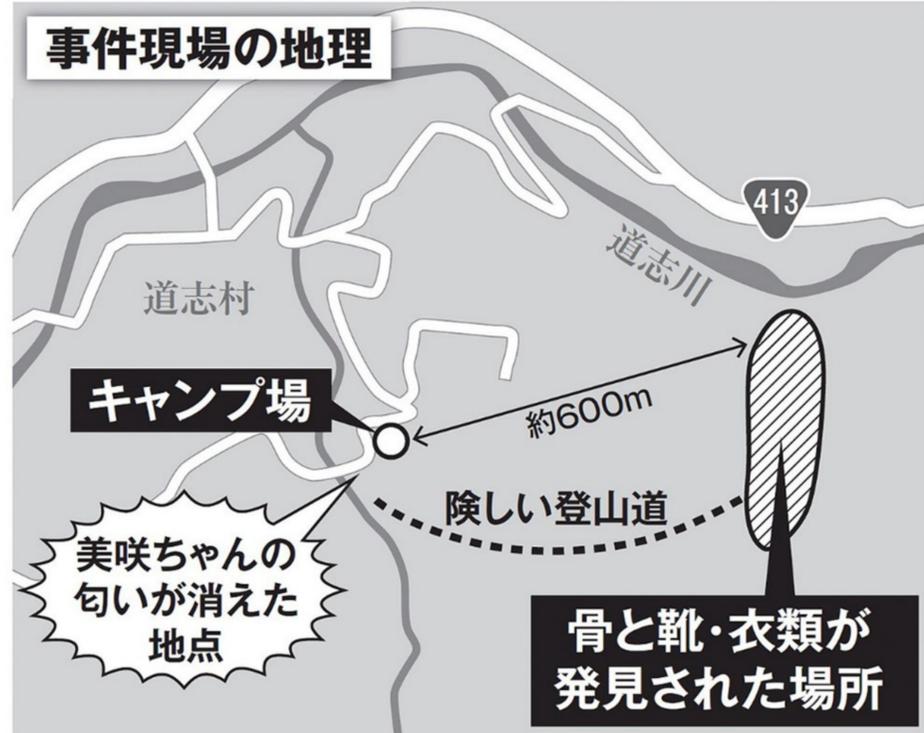
「警察犬も捜査に投入されて、美咲ちゃんの匂いを追っていたんだ。キャンプ場内では美咲ちゃんの足取りを迷わず追えるのに、付近にある橋の手前で立ち止まってしまったんだ。何度追わせても、同じ場所ですまってしまう。匂いが消えているということは、そこで何かあったのか……」

人骨は誰のもので、なぜ今発見されたのか……。真相究明が待たれる。

山梨・小倉美咲ちゃん失踪事件が急展開

地元ボランティアも知らない 人骨発見者「40代男性X」の素性

子供服発見の報に表に出てこない父親も憔悴しきって…… 新証言も飛び出した



「しばらく放心状態で涙が止まりませんでした。私は絶対に諦めません」

苦しい胸中をそう明かすのは、小倉美咲ちゃん(9)の母・とも子さん(39)だ。当時小学1年生の美咲ちゃんが、家族で訪れていた山梨県道志村のキャンプ場から行方不明になったのは19年9月。ともさんが目を離したわずか15分間での出来事だった。事件直後から16日間で延べ約1千600人の捜査員に加え、全国からボランティアが結集し、美咲ちゃんの捜索を続けたが、行方を追う手掛かりさえも発見できなかった。それから約3年……。4月23日、美咲ちゃん捜索のボランティアにやってきた40代男性X氏が、キャンプ場から600m離れた山中で骨のようなものを発見し、撮影。25日に警察に通報し、人骨と判明したのだ。「子供の頭蓋骨の一部とみられ、現在警察が鑑定を進めています。さらに骨の発見場所付近を捜索したところ、新たに肩甲骨と思しき人骨や、当時美咲ちゃんが着用していたのと同じ種類の運動靴や衣類が発見されました。人為的に埋められた形跡はありません」(警察担当記者)

人骨の発見には、メディアは一切登場しない父・雅さんも衝撃を受けている。事件現場の近隣住民が語る。

「美咲ちゃんが行方不明になったあの日、目を真っ赤に泣き腫らしながら近所を訪ね歩いていました。雅さんは仕事の都合で、顔を出さないことになっています。顔を覗かせることもありませんでした。あまりに不憫です」

人骨の発見に別の意味で衝

撃を受けているのは、地元住民や長年美咲ちゃん捜索に携わってきたボランティアたちだ。事件直後から捜索を手伝ってきた70代の地元住民が語る。

「骨が見つかった場所は、事件直後に駆けつけた陸上自衛官たちとともに、2日間隔で列を作り、何度も往復して探した場所です。当時、私たちが見逃していたとは思えませんが、なぜ今ごろになって突然見つかったのか」

別のボランティア男性も、しきりに不思議がる。

「事件直後は数百人のボランティアがいましたが、近ごろ定期的にここに来ていたのは数人だけ。当然顔見知りになるし、横の繋がりも生まれます。でも、骨を発見したという男性は仲間内で誰も知らないんです。私たちも発見した状況を知りたいと思ってXさんを探しているんですよ」

キャンプ場のオーナーも、X氏を見たことがないという。「うちは捜索のボランティアに来た方には、受付を通さず

# 巨人原監督が頭を抱える 年俸20億円超の二軍首位争い

他球団なら「エース」「四番」**坂本勇人** **菅野智之** **中田翔** が集まる場所は

「テレビで見ると一軍の選手ばかりだよ、お父さん」  
巨人の帽子を被った少年は、嬉しそうに笑顔を見せた。  
5月4日の昼過ぎ、川崎市

の交流戦、巨人対オリックスの試合が始まるうとしていた。少年の言うように、フィールドにはふだんは一軍で活躍する主力たちが集結していた。投手専用のサブグラウンド

**菅野智之(32)**  
6億円

では、メジャー帰りの山口俊(34)と、横浜からFA移籍した井納翔一(36)が、軽めのノックを受けている。そのそばで、ときにおどけて白い歯を覗かせていたのは、昨季の守護神・ビエイラ(29)だ。

右肘の違和感で二軍落ちしたエース・菅野智之(32)が、精神的に走り込んでいた。

**中田翔(33)**  
1億5千万円

10人だけで中日の総年俸に匹敵

ここで驚くのは、この10人の年俸だ。坂本、菅野の6億円を筆頭に、梶谷の2億円、中田の1億5千万円などを合計すると、軽く20億円を超える。これは、12球団でもっとも年俸総額が低いとされる中日の支配下登録選手全員の約25億円に匹敵する。

**山口俊(34)**  
6千万円

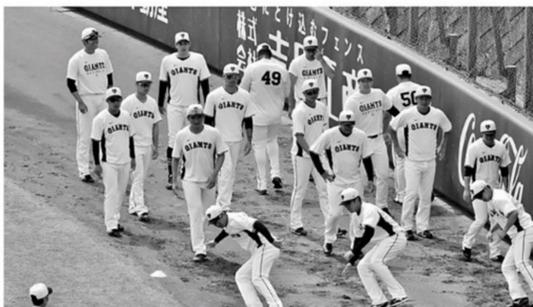
**井納翔一(36)**  
1億円

**ビエイラ(29)**  
1億4千300万円

**ウィーラー(35)**  
1億1千万円

**坂本勇人(33)**  
6億円

**鍵谷陽平(31)**  
7千500万円



一軍の主力選手が観れるとあってか、二軍戦にもかかわらず多くのファンが観戦に訪れた



菅野、坂本、梶谷らの負傷は仕方がないが、二軍落ちの理由が不調となれば首を傾げざるを得ない。その一人が山口俊だ。「山口は今季から中継ぎに転向しましたが、4月8日のヤクルト戦で2回零封と、まずまずのピッチングを見せました。ところが、その後は登板機会がなく、18日に登録抹消。投げて二軍に落とされるのは、本人も納得していないでしょう。取材を進めると、どうやら原監督が世代交代を図りたいようなんです。同じ力量なら、若手にチャンスを与えるということです」(巨人担当記者)

スポーツ紙デスクは、さらに厳しい見解を示した。「巨人にとって新陳代謝は喫緊の課題でしたが、レギュラーと若手に大きな実力差があり、なかなか進みませんでした。巨人はベナントレースで首位争いを演じていますが、圧倒的な強さは感じない。原監督としては、世代交代は進めたいが、今は一人でも実績のある選手が上がってきてほしいというのが本音でしょう」

現在、イースタンリーグで、巨人は楽々と首位を争っている。それはそうだろう。これだけ、高給取りが揃っているのだから。

**ロト7 直近10回の抽せん結果** ●は本数字、Bはボーナス数字

抽せん日	回数	01	02	03	04	05	06	07	08	09	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32	33	34	35	36	37	
3月4日	460				B	●	●			●					B									●			●	●											
3月11日	461	●												●	B					●			●									●	B		●	●		●	
3月18日	462				B			●				●							B				●			●		●	●								●	●	
3月25日	463		●			B	●				B			●		●		●				●			●														
4月1日	464	B						●	●		B			●				●														●	●					●	
4月8日	465	●			●	●								●	B									B			●		●				●					●	
4月15日	466				●	●		●						●	●					B						●									B				
4月22日	467							●	●			●		●	●												●						●	B		B			
4月29日	468		●									●		●	●											●	B	B	●									●	
5月6日	469	●					●	●						●				●							B			B	●									●	

**ロト7 第470回 5/13(金) 予想数字**

01 12 18 20 22 29 33	03 10 18 20 21 25 32	04 09 18 20 23 26 35	05 11 16 20 21 23 33
02 09 18 21 22 27 32	03 11 17 19 20 25 28	04 18 19 21 24 31 34	06 14 19 20 23 28 36
			10 12 18 19 22 26 34

**LOTO 6 「かなり強力な本命」 探偵が太鼓判の18**

「空白域は⑬⑭⑮。ケチャップ数字は、19回ぶりに出た⑱と、17回ぶりの⑳です。最有力は⑱。空白域内にあり、もつとも長期間出ていない数字です。直近50回でも出現が2回しかありません。かなり強力な本命数字だと思います。それら以外では、直近30回で出現1回の㉒も、かなり有力でしょう」(工藤氏)

**LOTO 7 月別データから5月に狙うのは㉕**

「今回の空白域は⑱⑲⑳。ケチャップ数字はありませぬ。最有力は㉕。空白域内にあり、直近30回の出現が2回しかありません。次いで⑱。2月4日に出了のが最後となっており、現時点でもつとも長期間出ていない数字です。月別データから狙いたいのは、これまで5月に3回しか出ていない㉕です」(工藤氏)



**ロト6 第1688回 5/12(木)& 第1689回 5/16(月) 予想数字**

01 06 17 18 22 40	02 12 18 25 36 39	05 08 16 18 32 39	08 12 14 17 30 36
02 09 17 18 23 40	03 11 16 18 35 40	06 12 16 19 27 40	08 12 15 18 29 37
		07 12 16 17 24 38	08 14 18 21 24 43

**ロト6 直近10回の抽せん結果** ●は本数字、Bはボーナス数字

抽せん日	回数	01	02	03	04	05	06	07	08	09	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32	33	34	35	36	37	38	39	40	41	42	43		
4月4日	1677											●										●						●					B		●											
4月7日	1678		●											B		●	●					●	●																							
4月11日	1679										●	●																B					●										●			
4月14日	1680				●																							B					●											●		
4月18日	1681	●					●				●	●																	B															●		
4月21日	1682						●																					B				●													●	
4月25日	1683						●																						B			●													●	
4月28日	1684						●																																						●	
5月2日	1685	●																	B																									●		
5月5日	1686																																												●	

※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 ※データなどはすべて5月6日現在

**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	回数	当せん数字
4月25日	5937	<b>0966</b>
4月26日	5938	<b>6230</b>
4月27日	5939	<b>6399</b>
4月28日	5940	<b>1629</b>
4月29日	5941	<b>9545</b>
5月2日	5942	<b>0139</b>
5月3日	5943	<b>7113</b>
5月4日	5944	<b>5222</b>
5月5日	5945	<b>8977</b>
5月6日	5946	<b>7127</b>

**5月10日~5月16日 出萌の萌え予想**

1946	5469
1549	5987
1894	7648
3976	7894
3749	7954

**遠藤さんの達人予想**

4949	4698
4545	4693
4343	4683
5485	4983
5405	6983

**アクセスはこちらから**

※正式名称は「当たるんです FLASHKJ」

**狙え! 一攫千金**

**ロト・ナンバーズ+α**

**爆勝!**

**大勝券**

競馬の天皇賞。買った馬がスタート直後に落馬して万事休す…。でもやめられません。競馬もロトもナンバーズも、継続こそ力なり!

0126...なんで?

1万円

**「0126」ボックス当せん金 ワースト6**

回数/日付	当せん数字	当せん金	位
第274回 1997/7/15	1026	10,100円	2
第5931回 2022/4/15	1026	14,900円	16
第5755回 2021/8/10	2610	16,100円	25
第4008回 2014/10/31	0621	17,100円	29
第4928回 2018/5/25	0621	17,300円	30
第4925回 2018/5/22	0612	18,500円	43

「位」はナンバーズ4での低額順位

よく出るが、割に... 不思議な数字について

興味深いデータを発見したので発表します。4月15日の「1026」はボックスの当せん金が1万4千900円。ナンバーズ史上16番めの低額の記録でした。このボックス数字「0126」を調べたところ、この回以外でも当せん金が低額になることが多かったのです(左表)。史上2番めに低額だった第274回をはじめ、ワースト50位以内に6回も入っているとは驚きです。「0126」のボックス当せん金の平均は2万7千400円。理論値は3万7千500円ですから、これを大きく下回っています。「当たっても割に合わない数字」ともいえますが、なんとこの数字、23回も出ています。ボックスの最多出現は「0479」の25回ですが、23回もかなりすごい。「よく出るが、割に合わない数字」なのかも知れません。

では、出萌名人の予想から。「このところ安定して出ている」「1」「3」「5」「7」を千の位に。ラッキーナンバーは「9」、ダークホースは「4」で、バラナンバー勝負」

続いて、達人の遠藤さん。「本命はゾロ目の「44」「55」。ダブルゾロもあり。バラナンバーは「3」「4」「6」「9」の組み合わせで

「8」の組み合わせで

誰にでも人生に寄り添う「食」がある  
「寄港めし」  
Vol.117

「おまかせ刺盛」  
「すし屋の源南口店」東京・荻窪



女形、コンピを経て、白塗り着物  
芸のこだわりがまったくないから  
わたくし、今も狂い咲き

# コウメ太夫

50

こうめだゆう '72年4月20日生まれ  
東京都出身 '95年、梅沢劇団に所属、  
女形として舞台に立つ。'05年、小梅  
太夫として「エンタの神様」(日本テレ  
ビ)に出演しブレイク。「全力!脱力  
タイムズ」(フジテレビ系)などに不定  
期で出演中。'20年に「ルパンの娘」(フ  
ジテレビ系)で素顔でドラマに出演し  
俳優デビュー。5月17日放送の「星  
新一の不思議な不思議な短編ドラマ  
逃走の道」(NHK BS4K・BSプレミアム)  
では二人芝居をみせる

採用謝礼  
5万円以上

特賞  
30,000円!

応募方法

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1645号」を書き、左下のクイズ応募券を貼り、  
①解答 ②今週号のおもしろかった記事2つ ③購入動機と  
なった記事 ④あなたの世代なら誰もが知っている「ニュースや  
有名な人を若い世代が知らないことに驚いた経験はありますか  
?」⑤それはどんなニュースですか?⑥それはどんな有名な人だ  
ですか?⑦住所・氏名・年齢・性別・職業・電話番号を明記の  
うえ、〒112-8011住所は不要 光文社フラッシュ編集部  
写真丸クイズ係まで。締切りは5月17日(当日消印有  
効。正解と当選者の発表は第1649号でおこないます。

本誌へのおもしろ&仰天情報、写真のご提供はお気軽に「こぶし」まで  
TEL 03(53695)8261 ㊚ news@kobunsha.com

写写丸FINALクイズ

Q `世界一の富豪、イーロン・マスク氏が  
買収を表明した企業名は?

① ツイッター ② トヨタ ③ マクドナルド

4月14日、総資産2千190億\*(約26兆9千100億円)で「世界一の富豪」と呼ばれる米電気自動車  
メーカー「テスラ」のイーロン・マスク氏(50)が、「言論の自由を守るため」と買収を表明。  
買収金額は40億\*(約5兆6千億円)にもほるといわれている。 写真・共同通信



第1641号の正解  
3 大阪桐蔭高校  
当選者のお名前  
【特賞3万円】岡山・益田真輔  
【図書カード】福島・紺野啓介 静岡・杉山直樹  
宮崎・藤田忠司 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)

次号予告

※内容は一部変更することがあります  
最強19歳の輝き  
黒崎菜々子  
表紙+巻頭  
表紙+巻頭  
あまつまりな ぜ〜んぶ透けてます  
2.5次元モデルの最大露出写真集を独占  
現役大学生がうれし恥ずかし  
赤面G乳  
宮崎あみさ  
表紙+巻頭  
あまつまりな ぜ〜んぶ透けてます  
2.5次元モデルの最大露出写真集を独占  
現役大学生がうれし恥ずかし  
赤面G乳

クイズ応募券  
1645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  
5.24  
2022  
No.1645  
CONTENTS



COVER GIRL  
宇垣美里  
Misato Ugaki

【表紙】AD・松沢順一郎  
写真・神藤 剛  
スタイリスト・小川未久  
ヘアメイク・山下智子

- 3 宇垣美里「旅立つ。」
- 10 水崎綾女「グラドル女優、そして——」
- 13 今田美桜 出世をもたらす幸運黄桜ヘア
- 14 黒柳徹子 88歳で選んだ「分譲タワマンより賃貸マンション」
- 16 渡辺裕之さん 深夜の電話「カネやオナナの悩みじゃないが……」
- 18 井ノ原快彦 「母がカフェを始めるので……」挨拶回り
- 20 松川虎生 佐々木朗希を操った「スーパードリフター」
- 22 宮下草薙「嫌いなヤツはだいたい一緒、それが俺らの共通点」
- 25 酒豪芸能人「お取り寄せ」逸品つまみ16
- 28 【連載】坂本冬美の「モ」モ「モ」モ「男侠(おとこぎ)」
- 29 神部美咲「Make debut!」
- 38 なな茶「BAN乳」
- 44 簡単2ステップで不眠→快眠
- 47 櫻井優衣「さくらいろに」
- 52 FRESH GIRL 大航海時代X Raffle (くじ) コラボを見逃すな!
- 53 「袋とじ」恋洩れもな「Mの衝撃、再び」
- 61 若降景「大波三兄弟を生んだ父親の「爆笑スバルタ作戦!」
- 64 【連載】新堂冬樹「戦国虫王」第85話
- 65 【連載】ヒロト歩美アナTORACOの熱♥虎トック
- 66 【連載】樺沢紫苑の読む! エナジードリンク
- 68 上海ロックタウン「コミ溜め施設で「強制隔離生活」
- 70 小倉美咲ちゃん失踪事件 人骨発見者「40代男性X」の素性
- 72 巨人 原監督が頭を抱える年俸20億円超の二軍首位争い
- 74 【連載】ロト・ナンバーズα 爆勝! 大勝券
- 77 【連載】人生に寄り添う「寄港めし」コウメ太夫
- 80 石岡真衣「食へる私」
- 86 【連載】昭和郷愁館「シャンプー&リンス」

※日本複製権センター委託出版物 本誌の無断複製(コピー)は著作権法上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2022 本誌の写真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。

●お知らせ●

次号のFLASHは5月17日(火)発売です。

今号の記事内容は5月7日まで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」ご了承ください。



「大将の手作りの玉子焼きも美味しくビールに合います。ほっこりする味なんですよ」



手前から「うなぎぐりから焼」(1210円)、「おまかせ刺盛」(2人前・4400円)、「高菜トロタ巻」(1320円・すべて税込み)

「地元なので家族と来ることもありますが、最近では後輩とよく来るかな。お寿司屋さんなので魚料理が美味しい。当たり前ですが、ふだんはノーマイクです」  
地元・荻窪にある「すし屋の源」でビール片手に静かに飲んでいるコウメ太夫。  
「チャンチャカチャンチャカ」という拍子とともに、白塗り着物姿でネタを披露し、一世を風靡した彼は、昔から歌って踊れるスターに憧れていた。「マイケル・ジャクソンが好きで、彼のような世界のスーパースターになりたい」という夢がありました。若いころは

## 「小梅太夫」はエンタの放送作家が名づけ親

自分をわかっていないので17歳のときにジャーニーズ事務所に履歴書を送りました。いつになっても(合格の)返事が来ず…そこで現実を知りました」  
高校卒業後、コウメは梅沢劇団に所属。歌と踊りを習い、女形で活躍する。  
「座長は梅沢富美男のお兄さんの武生。だったんですが、すぐく認めてくれ、CDを出すという話にまでなりました。ただ、まわりが『CDを出しても売れるもんじゃやない』と言ったのを耳にし、一気に気が重くなってやる気がなくなってしまう、劇団をやめました。今思えば、なんでやめたんだとは思ってんですけど、当時はまだ違うことでスターになれるとどこかで思っていたんです」  
子供のころからドリフターズが大好きで、学校でもひょうきん者だったというコウメは、「お笑い」を目指し始めた。「お笑いがいちばん競争率が低いと勝手に思っていました。入ってみて現実を知ったというか、お笑い好きでしたが、初めは軽い気持ちでした」  
若くして亡くなった父親が芸能プロデューサーであったため、母親がそのツテを駆使してサポートした。  
「お笑いを始めるときも、母



梅沢劇団にいたころ。当時の芸が今を助ける

親がマセキ芸能社の社長に話をつけてくれて、ネタ見せ会に誘ってもらって。当時、コンビだったバカリズムさんがいたのを覚えています」  
コネでライブに参加するも、ほかの芸人たちとの実力の差は歴然。そこで「一人でやるよりは」と相方を見つけてコンビを組んでは解散を繰り返した。  
「当時はコントをしていましたが、これが全然ウケない。まあ基礎もないし、当たり前なんですけど。すべてのお笑い事務所のオーディションに行っただんじやないかな。もちろんどこにも引っかけからず、コネがあっても実力がともなわないと意味がないということであらためて知りました」  
「35歳までにお笑いで生活できないなら芸人はやめる」と

ともうパニック。あと芸名も「これから小梅太夫ね」と決められて。しばらく僕の名前ってなんだっけ? とマネージャーに聞いては怒られていました(笑)  
番組スタッフと一丸となって作ったキャラクターは大人気。17歳の夢が思いがけない形でかなった。  
「当時の人気はとにかくすごかったです。営業とか行くと、扇子を上げ下げするだけで『キヤー♡』って歓声が上がるんですよ。もうアイドル並みでした。あのころは何をするのも気持ちよかったです。心にもめっちゃくちゃ余裕があつて。今思うと、あのころの自分は自信でみなぎっていた気がします」  
10年、「エンタの神様」のレギュラー放送が終了。コウメのテレビ出演も減少する。「仕事も減るし、離婚されるしで、それまでであった自信はどんどんしぼんでいきました。かなり心にもきましたね」  
気づけば月に2本しか仕事がなくなくなった。この苦しむときに金銭的に支えなくなったのが、人気に陰りが見えたと同時に始めたアパート経営だ。



『星新一の不思議な不思議な短編ドラマ 逃走の道』(NHK BS4K・BSプレミアム) 5月17日(火)21:45~22:00 写真提供・NHK

「マネージャーにお金もあるなら土地買ってアパートを経営したらいいとすすめられて始めた感じ。これは助かりました。正直、通帳の残高がどんどん減っていくときも、支えになるといいます。今も土地の価格が上がっているの、ありがたいです」  
05年の大ブレイクから17年。以前にも増してシニールなネタで注目を集め、再びテレビに出ることも増えてきた。きっかけはくりいむしちゆう・有田哲平の番組だった。「『全力!脱力タイムズ』(フジテレビ系)で有田さんの前でネタをすることになったとき、以前、シニールでめっちゃくちゃなネタをしたら喜んでくれたのを思い出してやったら笑ってくれて。それからありがたいことに、ほかの番組にもちょくちょく呼んでいただく

母親と約束していた。タイムリミットが近づき追い詰められたコウメは、ついに「白塗り」を思いつく。  
「事務所の掲示板に相方募集のメッセージを残しても誰一人来ないので、しかたなくピンで活動していました」  
そんなとき、「エンタの神様」(日本テレビ)で波田陽区さんが活躍しているのを見て、着物姿でひと言ネタの女性パージョンがあればおもしろいかもと始めたのが白塗りです。梅沢さんのところである程度女形の基礎を習っていたので、役に立ちました」  
この白塗り着物ネタで「ウケる」ということも初めて知った。  
「ライブに出たらとにかくウケるんですよ。こんなこと初めてでした。ここにきてやっ



と人を笑わせられたと思いましたが、スタート地点に立てた感じですね」  
**意志とは関係なく「コウメ太夫」に**  
「エンタの神様」に出演したことで一気にブレイクすること。初めてウケた白塗りのネタで番組のネタ見せに行っただけですが、ポロクソでした。でも放送作家さんが、「女形だから裏声」とか「音楽はBGMじゃなくて口で言ったほうがいい」とか今の形につながるアドバイスをくれて、ネタを練習させられました。「わたくし、狂い咲き、小梅太夫(09年に改名)と申します」という口上も作ってくれましたね。狂い咲きなんて自分では言ったことがなかったの、狂い咲きって何?

ようになりました」  
再ブレイクのきっかけを作ってくれた有田からの言葉は忘れられないという。  
「エレベーターと一緒に上がったときに、『まったく意味のわからないネタをやっているけど、ブレちゃダメだよ』と言われたんですよ。それからブレないよう心がけています」  
劇団、コンビ、ピンを経て、放送作家の方に言われるままにコウメ太夫になって…僕自身は芸に対してのこだわりは少ないです。その時々に合わせているというか、これからはコウメ太夫で勝負することだけはブレないようにして、仕事もネタもへんにこだわらず少しずつ変化をさせながらやっていきたいです」  
コウメはドラマ「星新一の不思議な不思議な短編ドラマ 逃走の道」(NHK BS4K・BSプレミアム)に主演する。「最初は大丈夫かな? と思っていたんですが、意外と楽しい。お芝居は梅沢さんのところにもあったことあるので、やってみたくて以前から思っていました。素顔で出るのには抵抗がないです。なんか新しい扉が開いて楽しいです」  
狂い咲きは、まだ続く。



ラスト写真集  
『雨あがり』が、  
ついにデジタル化!

# 食べごろな私

日テレジェニックス2014の  
未公開“桃尻カット”を産地直送。  
**石岡真衣**



## PROFILE

いしおかまい 31歳 '90年8月7日生まれ 愛知県出身 T155・B80W59H87 日テレジェニック2014に輝き、現在は恵比寿マスカッツのメンバーとして活動している。写真集『雨あがり』でグラビア活動を卒業することを表明した。そのほか最新情報は公式Twitter (@maishioka) にて

写真●富田恭透

日テレジェニック2014  
に選ばれ、恵比寿マスカッツ  
のメンバーとして活躍する石  
岡真衣のラスト写真集がデジ  
タル化された。

「写真集の表紙にもなってい  
るビルの屋上で撮影したカッ  
トや沖繩の海に浮いている姿  
がお気に入り。ありのまま  
の私を楽しんでください！」

この作品でグラビアを卒業  
して約1年半。仕事に対する  
向き合い方にも変化が起きた。  
「以前は、年に数回DVDを  
出して、イベントをして、記  
事をアップしてもらうのが当  
たり前のことだと思っていま  
した。でも、いまは自分から  
何かを発信しないと見てもら  
えない。なので、特技として  
沖縄民謡などでお馴染みの三  
線を練習してみたり、フォト  
ブックをプロデュースした  
り。新しい自分を探すために  
演技にも挑戦し始めました」

30代の目標は「何年も愛さ  
れるタレントになること」。  
美意識も年々高まっている。

「最近マスカッツのメンバー  
から「まいぶうは年々若返っ  
ているよね!」と言ってもら  
えたんですよ。保湿など美容  
に力を入れている効果が出た  
のかも(笑)。というわけで、  
いまが食べごろです♡」



電子版写真集  
『雨あがり』は  
光文社より発売中



# 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「昭和中等」。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。「大崎潔の昭和アイドルストーリー」(NA CK5) など多数のラジオパーソナリティを務める

連載 第20回 **シャンプー&リンス** 総額8万円



**写真丸(以下、写)** 「バスボン」「シャワラン」「エメロン」使っていましたよ。

**大崎** 当時のCMも一緒に思い出せるでしょう。

**写** 「バスボン」といえば松本ちえこさんですね!

**大崎** 初代バスボンガールです。彼女はこのCMがきっかけで大人気になったんですよ。私も大ファンでした。

**写** 「シャワラン」はピンク・レディーですよ。

**大崎** はい。当時のポスターも持っていますが、お2人の美脚が見事な逸品です。

**写** 「恋コロソ」の早見優さん、「ソフトインワン」の薬師丸ひろ子さん…。

**大崎** 「エッセンシャル」の初代CMガールは林寛子さんでした。「エメロン」のCMソングは、「ふりむかないで」。

**写** 「○○の人」とって、全国でロケしてましたよね。

**大崎** アイドルを起用したCMが多いなか、異色でした。

**写** 全部中身入りですよ。

**大崎** もちろん。そこが私のこだわりです。フタを開ければ「昭和の香り」がします。そして、当時のCMソングも同時に脳内再生されます。それが、このコレクションの醍醐味なんです。

# ミスFLASH2023

募集中!



## 今年はTIFへの登壇も

### 第1期締切りは、5月20日!



ミスFLASH2022グランプリの3人。左から大塚杏奈 (28)、笹岡都未 (21)、missha (28)

## 募集要項

### 【応募資格】

義務教育課程を修了している満16歳以上で、明るく健康的な未婚の女性。経験の有無は不問。

### 【応募方法】

郵送とWEBどちらからでも応募できます。履歴書または応募フォームに以下の項目を記入し、お送りください。応募先は右の詳細にて。

- ・氏名
- ・年齢 (生年月日)
- ・身長
- ・スリーサイズ
- ・自己PR (100字程度)
- ・〒住所
- ・連絡先 (携帯番号とメールアドレス)

・写真2枚 (全身とバストアップ、応募日より3か月以内に撮影されたもの。可能な限り水着が望ましい)  
 ※なお、応募書類は返却いたしません。審査後すみやかに処分し、これ以外の目的には使用いたしません。合否については、合格者のみに通知いたします。

### 【選考方法】

#### 〈予選〉

- プレオーディション ※脱落者なし
- 1次選考 書類審査
- 2次選考 面接審査
- 3次選考 カメラテスト

#### 〈本選〉

予選通過者50名を、読者投票や撮影会、ネット生配信などで獲得したポイントによって審査するサバイバル方式です。

#### ●ファーストステージ

50名から30名に絞られます。

#### ●セミファイナルステージ

30名から10名に絞られます。

今年は、8月5～7日に開催される「TOKYO IDOL FESTIVAL 2022」のステージにセミファイナルスト30名全員が登壇できます。ステージ上でのイベントも審査対象です。

#### ●ファイナルステージ

10名+敗者復活枠5名の計15名から、数名がグランプリに輝きます。

結果は'23年1月上旬発売の「FLASH」誌上に発表します。

※審査スケジュール、方式は予告なく変更されることがあります。あらかじめご了承ください。

ミスFLASH2023実行委員会

### 【応募先】

- 郵送 〒112-8011 (住所不要)  
光文社FLASH編集部 ミスFLASH2023係
- WEB <https://mache.jp/event-entry/>  
アクセスはこちら→
- 締切り  
第1期 5月20日 (金) 必着  
※メールは15時00分まで  
第2期 5月31日 (火) 必着  
※メールは15時00分まで  
ミスFLASH公式サイト  
<https://miss-flash.jp>



写真◎木村哲夫

金の卵が集う日本一のグラドルコンテスト締切り迫る!

日本でいちばん長く開催し続けているグラドルコンテスト「ミスFLASH」。今年も候補者(第1期)を5月20日まで募集中です。ライブ配信アプリ「マシェバラ」SHOWROOM」や撮影会、読者投票などで獲得したポイントにより、グランプリを決定します。今年はTOKYO IDOL FESTIVAL 2022 supported by にしたんクリニックとのコラボ企画も「ミスFLASH2022」をはじめ、歴代グランプリメンバーは、グラビアだけにとどまらず、タレント、女優として活躍中。いまよりも輝きたい皆さんからのご応募をお待ちしています!