

地域密着 松本市大手1丁目にある顔が見える不動産屋さん(^_^)



ひまわり通信

ひまわり不動産(株) 松本市大手 1-6-31

<第6号>

2021年9月

TEL:0263-31-3950

HP:松本市 ひまわり不動産で検索



HIMAWARI

【米寿のお祝い】

こんにちは！松本市大手1丁目にある不動産会社『ひまわり不動産』代表の増澤京子です。

『ひまわり通信 第6号』をお送りいたします。よろしく願いいたします。

私の実家は隣町の宮湊で、自宅から車で3分ほどの近さです。ひまわり不動産の事務所兼自宅を今の場所に構えたのも、実家が近いから。母の病気が見つかり独立開業したので場所が決め手となりました。

その母が先日、88歳のお誕生日を迎えました。『米寿』です！お祝いです！！しかしこのコロナの状況。。父と母は2度のワクチン接種が済みましたので、家族でこじんまりとお祝いランチしました～。

お店は母のリクエストで島内の焼肉屋『こぶた』さん。母はお肉が大好きで、ビックリする程お肉を食べます。それもサシが入った和牛カルビが大好物。赤身や野菜はスルーしてひたすら脂ぎったお肉を食す母。

実家では『バランスの良い食事』は後回し、『好きなモノを好きなだけ食べる』方針です。

食べない事には体力が付きませんからね。

定期的な通院やデイサービスにもお世話になっています。歩く時には杖が必要です。しかし、出来なくなった事を考えて悲しくなるより、出来る事を楽しく前向きに心掛けるようにしています。



私は結婚したのが遅く、数年前まで同居していたこともあって、私は母の影響がすごく大きいのです。人生の分岐点はいつも母に相談してきました。

戦争を体験している時代ですから、人間が生きていくうえで軸がブレていません。

だからひまわり不動産の仕事を、胸を張って母に報告できる事が大切な事なのです。

母の元気が私の元気の源。お母さん本当に本当にありがとう～！

【健康ダイエット日記】

ご飯、お味噌汁、納豆、お漬物・・・我が家の朝ごはんは『The・日本の朝ごはん』。最近『朝ごはん不要説』もあるけれど、やっぱり1日の元気の源は朝ごはんかなあ～。で、そのご飯ですが、玄米で食べています。

旦那さんの実家で丁寧に作られたお米だし、ガス釜で炊くと美味しいの！そのうえ玄米にはビタミン・ミネラル・大切な食物繊維がたっぷり含まれているらしい。そこへ大豆も一緒に炊き込んでいます。炊き立て大豆のホクホク感はたまりません。

続ける事が大切だし、美味しく健康に良ければ一石二鳥～。

【発行者プロフィール】

名前:ひまわり不動産(株)

代表取締役 増澤京子

誕生日:1964年6月1日 松本市生まれ

血液型:O型

出身校:田川小学校・丸ノ内中学校・

蟻ヶ崎高校・大妻女子大学短大卒業

尊敬する人:母

自分の性格:真面目、天然と言われる

趣味:早朝ウォーキング

旦那さんとの晩酌タイム

座右の銘:「早寝・早起き・朝ごはん」

「貯金より貯筋」

「希望に起き・努力に生き・感謝に眠る」 増澤 京子

