

地域密着 松本市大手にある顔が見える不動産屋さん(^^)不動産の購入&売却のご相談はお気軽に～



HIMAWARI

# ひまわり通信

ひまわり不動産(株) 松本市大手 1-6-31

<第 33 号>

2023 年 12 月

TEL:0263-31-3950

HP:松本市 ひまわり不動産で検索



## 【諏訪湖マラソン 2023】

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 32 号』をお送りいたします。どうぞよろしくお願いいたします。

今年も旦那さんと諏訪湖マラソンに参加しました～！今年も 35 回目の節目で、6,600 人ものランナーが紅葉に彩られた湖畔を走りました。38 都道府県からエントリーがあったそうで、人気の高さがうかがえます。

ゲストランナーは金メダリストの小平奈緒ちゃん。俄然やる気が上がります。

当日は、雲ひとつない秋晴れでお天気はバッチリ！沿道の声援を受けながら楽しく走るはずが・・・苦しい。。

早くから苦しくて、息も上がって、足首も痛くなって・・・諏訪湖も紅葉も楽しむ余裕全くなし。。

半分の 10 km ほどをヨタヨタ走っていると、『京子さーん！京子さーん！！』と呼ぶ声が。

声がする方を向くと、ウチのアシスタントとその旦那さんがいるじゃないですか。推しアイドル並の大きなうちわは私達夫婦の名前入り。両手でうちわを振って『頑張ってー！』って応援してもらいました！

何も聞いてなかったからビックリしつつも元気をもらいました。それにしても出場者 6,600 人の中から見つけてくれるなんて奇跡的じゃない？ミーちゃん&ご主人、本当にありがとう！



何とか完走してフィニッシュ！この日は諏訪湖ほとりの旅館に宿泊しました。温泉で汗を流してお約束の生ビールで乾杯～！疲れた細胞にしみわたる美酒。達成感とともに味わうビールがあるからやめられないのよね～。今年のご最終号となりました。お読み頂きましてありがとうございました。皆さまにとって来年も良い年でありますように！

## 【健康ダイエット日記】

今年の諏訪湖マラソンは、今まで走った中で一番きつかった。。早くから苦しくて、足首も痛くなって、途中ストレッチしたくらい。完走後のダメージも大きくて、ちょっとショックでした。

毎日のジョギングは、たかだか 3 km くらいだし。残念ながら年齢的なものもあるのでしょうか。

途中 4 カ所に関門があって、それぞれの制限時間に間に合わないと強制的に撤収されるシステムです。

制限時間 3 時間のところ 2 時間 40 分でゴールの私。いやいや余裕ないじゃん。余裕の完走を目指すのなら、体重を減らすか練習量を増やすかしかない・・・しかしどっちもね～。。

## 【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(旧姓:小林)

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:両親

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 or ジョギング

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

