



HIMAWARI

ひまわり通信

ひまわり不動産(株) 松本市大手 1-6-31

<第35号>

2024年2月

TEL: 0263-31-3950

HP: [松本市 ひまわり不動産](#)で検索



【日帰り温泉 あけびの湯】

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35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！

寒い冬のお楽しみと言ったら『日帰り温泉』。長野県は北海道に次いで温泉地の数が第2位の県です。

東・西・南・北、特徴のある温泉地が沢山あって、まだまだ未体験の温泉地ばかりです。

先日、小布施の日帰り温泉『あけびの湯』へ行ってきました～。祝日だったためか、いかにも地元住民らしい入浴客で賑わっていました。室内のお湯は緑色で、気候条件によって変わるという不思議なお湯。

いざ入浴～。いきなり血行の悪い私の手と足の指先がジンジンしてきました。良く分からないけど、効いてる感アリアリです。源泉かけ流しの良いお湯で、指先のしもやけが喜んでいるようでした。

露天風呂もあって、コチラは透明なお湯。身体の芯まで温めてくれる素晴らしいお湯でした。

入浴後も温まった身体はすこぶる快調～。温泉の力ってすごいなあ～。こんなお湯で湯治したらしもやけなんか治っちゃうわ、きっと。



スツピンのまま帰りは桜井甘精堂さんの『栗の木テラス』へ。

小布施の栗をふんだんに使った名物のモンブランをいただきました～

丁寧に入れられた紅茶と優しい栗の甘さの素敵なハーモニー。

日帰り温泉に入った後は、その地を観光したり食材を買ったりと楽しむのが良いですね～。温泉豊富な信州に感謝です。

信州の温泉に入って元気にこの冬を乗り切りましょう！

寒さ厳しいこの時期、体調管理に気を付けてお過ごしください。

【健康ダイエット日記】

ずっと欲しいと思っていた大きな姿見を買いました～。それで旦那さんにクローゼットルームの壁にDIYで付けてもらいました。これで支度を整えた後に、全身を大きな鏡でチェックすることができます。

あ～良かった！と思ったところ・・・この部屋には体重計が置いてあって、毎朝ほぼ裸の下着姿で体重計に乗ってる私。背後の鏡が私を見てる！ギャーそういう事ね。スゴク反省した。現実 is 厳しい。。

いまだお正月太りが解消しない私。この姿見で毎日反省してます。

【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

