

## 取材雑記

◆冬なのだ 利用できるようにした。

から、寒い日  
が続くのは仕  
方がない。仕  
事をしていて  
つらいのはむ  
しろ、建物の  
中の暖かい空気に漬かっ  
てしまった時だったりす  
る。会議や講演の取材の  
際は、特に集中力を高め  
ないと敗色  
濃厚とな  
る。そう、敵は睡魔だ。

◆山形市で先月開かれ  
た県探究型学習課題研究  
発表会を見学し、ある高  
校生グループが取り組ん  
だ検証に興味を引かれ  
た。彼らは授業中の居眠  
りを防ぐため、立って授  
業を受けられる机を教室  
の一角に設け、希望者が

約4割の生徒が使い、「眠  
くならない」との反応が  
あつたが、生徒同士で立  
ち話をする場面もあつた  
という。英語など対話を  
交えた授業には有効では  
ないか、とのことだった。

◆本紙の過去の記事に  
も「座ったままの時間が  
長いと血流が悪くなり、  
病気の引き金  
にもなる」と

あり、30分に1回は立っ  
て動くことを勧めてい  
た。眠気も吹き飛ぶ話だ。  
以来、講演などでは立っ  
て取材する時間が長くな  
った気がする。決して眠  
くなりそうな内容だから  
というわけではないの  
で、誤解なきよう。

座り過ぎは禁物

病気の引き金  
にもなる」と

あり、30分に1回は立っ  
て動くことを勧めてい  
た。眠気も吹き飛ぶ話だ。  
以来、講演などでは立っ  
て取材する時間が長くな  
った気がする。決して眠  
くなりそうな内容だから  
というわけではないの  
で、誤解なきよう。

あり、30分に1回は立っ  
て動くことを勧めてい  
た。眠気も吹き飛ぶ話だ。  
以来、講演などでは立っ  
て取材する時間が長くな  
った気がする。決して眠  
くなりそうな内容だから  
というわけではないの  
で、誤解なきよう。

(三)

©山形新聞社 無断での転載、改変、複製、頒布を禁止します