

「休憩時間の過ごし方」(解答・解説)

これであなたも休憩時間マスター！！ 上手にリフレッシュできるようになりましょう！！

I	いっしょうけんめい実習をするBさん。午前中の休憩時間になりました。といっても休憩時間をどんな風に過ごせばいいのかわからないBさんに、職場の方は丁寧に教えてくれます。 仕事をしている人たちの休憩は、学校の休み時間とはどのように違うのでしょうか？そんなことを考えながら読んでみてくださいね。
Q1・2	職場の方がお話ししている内容には、とても大切なことがたくさん入っています。それを見付けて、自分なりに整理してみてください。
ここに 気付いて！	「郷(ごう)に入(い)れば郷(ごう)にしたがえ」という言葉があります。その土地にいったら、その土地の人たちの習慣に合わせることが大事だよという意味です。仕事のやり方、休憩のやり方、その会社の方たちがどのようにしているのかをよく見て、まねをすることからはじめてみましょう。
解答 (かいとう)	1年生は教科書42・43ページ、2・3年生は教科書50・51ページを見ると、参考になると思います。 Q1 大切なところに線を引きます。 I 休憩時間の過ごし方について 実習を一生懸命に取り組んでいるBさん。10時30分になったところで休憩をとるように言われました。 (えっと…休憩時間って何をすればいいのかな。ここにいればいいのかな…) そんなことを考えていると、職場の方がBさんを誘ってくれました。 「この会社の人たちは、休憩時間はこの休憩室か外の芝生のベンチの所で休むことが多いよ。ほら、あそこでジュースを買って飲んだりするんだ。それから、トイレも休憩時間中に行っておいてね。仕事場所へは、休憩時間が終わる5分前に戻ることができるといいんだよ」 職場の方はとても親切に教えてくれました。 休んでいるBさんの部屋からは、まだ働いている人の姿が見えます。 Bさんは不思議に思っ質問をしました。 「今は休憩時間なのに、あそこにいる方はどうして働いているんですか？」 「ああ、あそこにいる人たちは、やっている仕事が一区切りついでから休憩をとるんだよ。途中でやめてしまうと分からなくなってしまうからね。その分、休憩の時間がちょっとずれるんだよね。」 …初めて聞くことばかりでした。Bさんは休憩時間のことをメモ帳に書いておくことにしました。 ↑の赤字のところに線が引けているといいですね！ Q2 大切なことをメモすると… 【休憩時間の過ごし方】 ○ 休憩場所・・・休憩室か外の芝生ベンチ ○ ジュース買ってもいい ○ トイレは休憩中に行く ○ 仕事場にもどるのは 5分前 ○ 仕事の内容によって 休憩時間がずれることもある 【解説】 ○ 休憩時間の過ごし方は会社ごとにちがいます。教えてもらったり、同僚の方々を見て学びましょう。 ○ 自動販売機でジュースが買えますが、毎日買っていると…お金がどんどん無くなるかもしれませんよ。 ○ トイレや、仕事と関係のない電話などは、こうした休憩の時間に済ませることがマナーです。 ○ 休憩時間が終わってから戻るのではなく、休憩時間が終わる時間には戻っていることが大事です。時間を見て余裕をもって行動しましょう。 ○ 作業内容によっては休憩時間がずれることもあります。それも仕事ですので、落ち着いて対応できるようにしましょう。