

新年の抱負



年明けに健康診断を受けてきました。いつもの血液検査に加え、腹部のCT撮影もしてもらいました。

去年の同時期に撮影したときより体重は3kg減っていたものの、内臓脂肪は増えていました。しかも適正値を超えてしまいました。ということで、今年の抱負は内臓脂肪を減らすことです。

内臓脂肪を減らすためには有酸素運動をすることが効果的らしいので、ジョギングのペースを落としてみようと思っています。

いままではできる限り限界に近いスピードで走っていましたが、これだと無酸素運動に近い状態であり、内臓脂肪との関係ではあまり効果的ではないようです。

次の計測がおそらく1年後になるので、中だるみしそうですが、気負わずに頑張ってみます。

ウェブ会議

以前、裁判所のIT化が遅れているという話をしましたが、コロナの影響もあり、裁判期日をウェブ会議で開催してもらいました。

千葉地裁に訴訟提起された案件で、双方代理人とも事務所からPCのモニター越しに裁判官とやりとりをしました。移動時間の節約にもなりますし非常に便利です。

全ての案件でウェブ会議が導入されればよいのですが、裁判所ごとに対応が異なるので、はやく統一してほしいです。

ウェブ相談

法律相談をする際、1度目の緊急事態宣言が解除されるまでは全件zoomによるウェブ相談に切替えをしていました。宣言解除後は様子をみながら対面方式の従来型の法律相談に戻しましたが、現在でも希望者にはzoomによるウェブ相談を実施しています。

先日、ウェブ相談を実施した際、相談者が九州在住で、裁判所が北海道という案件がありました。遠方の方が問合せをしてくることはないだろうという思い込みがあり、想定外の事態に多少動揺しつつも適切な助言をして相談を終えました。

この方は相談のみに留まりましたが、今後、裁判所が積極的にウェブ会議をしてくれるのであれば、地元のお客さまだけでなく、全国のお客さまから事件を受任していくことも考えていかなければなりません。

取手駅前法律事務所

弁護士 大関 太朗

〒302-0004 取手市取手 2-10-15 ナガタニビル 5F

TEL 0297-85-3355 FAX 0297-85-3377

URL <http://mo-law.net/>

営業時間：9:00～18:00（平日）

土・日・祝日相談可能（要相談）

弁護士紹介

大関 太朗

平成13年 早稲田大学商学部 卒業

平成18年 司法研修所入所

平成19年 弁護士登録（登録番号：35538）

東京弁護士会 安藤総合法律事務所 入所

平成23年 茨城県弁護士会へ登録換え

眞鍋・大関法律事務所 開設

平成28年 取手駅前法律事務所 開設