



まちなかキャンパス長岡
machinaka campus nagaoka

〒940-0062 新潟県長岡市大手通2-6 フェニックス大手イースト4F
TEL.0258-39-3300 FAX.0258-39-3301
E-mail.machicam@city.nagaoka.lg.jp
http://www.machicam.jp

表紙に隠れている
キャラクターを探してみよう!

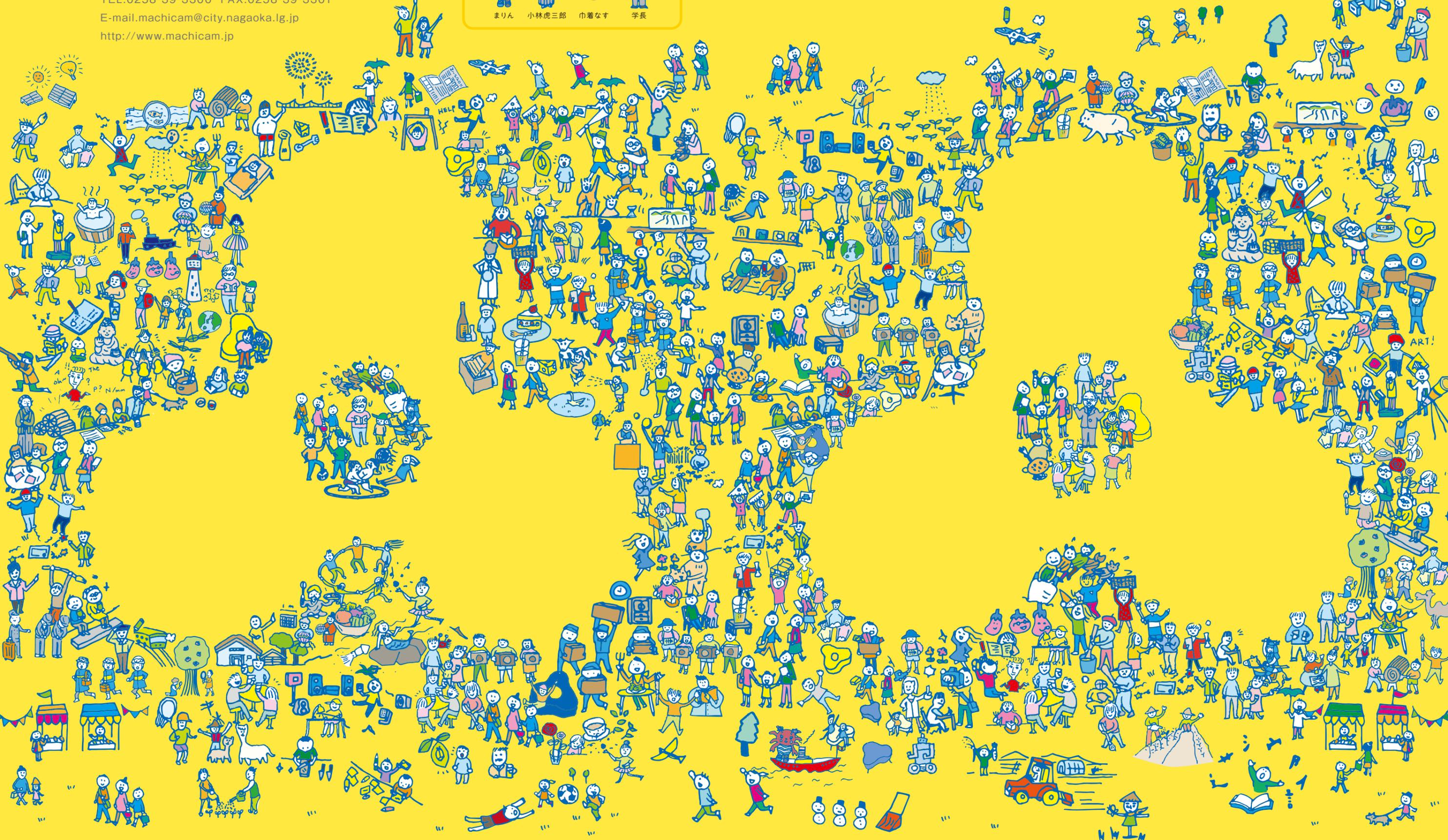
答えは
最後のページ

まりん 小林虎三郎 巾着なす 学長

まちなかキャンパス長岡
machinaka campus nagaoka

平成27年度講座一覧

きになるが
ここにある



まちなかキャンパス長岡には あなたのきになるがあります。



「現代版米百俵」

まちなかキャンパス長岡は、市民の皆さんのための“学びと交流の拠点”。

多彩な講座をきっかけに新しい興味がわいたり、さまざまな催しを通じて新たな仲間ができたり、

まちなかキャンパス長岡には、可能性がたくさんつまっています。

市民の皆さんがいきいきと学び、出会い、新しい交流の輪が広がっていく、

「現代版米百俵」といえるまちなかキャンパス長岡を、ぜひご利用ください。

まちなかキャンパス長岡 学長

伊賀友徳



講座紹介

3つの大学と高専がプロデュースした講座や、まちキャンボランティアスタッフが企画・運営をする講座、そして市民の皆さんがつくる講座など、多彩なジャンルを楽しく学ぶことができます。



まちなかキャンパス長岡
machinaka campus nagasaki

ロゴマークの意味

まちなかキャンパス長岡のロゴマークは、「学び」「交流」「伝統」の3つの要素を「米百俵の精神」から米俵の重なりに見立てて表現しています。そして、まちなかでさまざまな人やモノ・情報が出会い交わり、未来につながる「新しいサイクル」が生まれていく様子を表しています。



まちなかキャンパス長岡の講座は、「米百俵の精神」を引き継ぎ、ひとづくり・ものづくり・まちづくりを目指します。

長岡市内の3つの大学と高専がプロデュース

まちなかキャンパス長岡は、長岡技術科学大学、長岡造形大学、長岡大学、長岡工業高等専門学校と長岡市が連携して企画運営しています。世界に誇れる最新技術、最先端のデザイン、人と環境と共生した経済学・経営学・・・まちなかキャンパス長岡では、講座や展示を通じ、3大学1高専の専門分野を身近に感じることができます。



まちなかカフェ

ステップアップ



まちなか大学

ステップアップ



まちなか大学院



まちづくり市民研究所



こども講座



市民プロデュース講座



まちキャン
ボランティア
企画講座



米百俵塾

おいしいお茶を飲みながら、気軽に受講できる単発講座。サイエンス、芸術、歴史・・・さまざまなジャンルの講座は、どれも分かりやすく楽しいものばかり。得意分野を選んでよし、未知の分野にチャレンジするのもおすすめです。

▶ P03

長岡技術科学大学、長岡造形大学、長岡大学、長岡工業高等専門学校がプロデュースする連続講座。関心ある分野をじっくり学びたい・・・そんなあなたを満足させる講座が勢ぞろい。学べば学ぶほど、知識が深まる充実感を味わえます。

▶ P10

まちなか大学修了生のためのステップアップ課程。自らテーマを持ち、主体的に学びます。研究やディスカッションなど、実践を重視したカリキュラムや少人数制のきめ細やかな指導は、まちなか大学院だからこそ。学びの主役はあなたです。

▶ P22

市民の皆さんの学びと経験を実践に活かす市民協働プロジェクト。研究期間は1年間。身近なテーマについて、リサーチ・分析し、その成果を暮らしやまちづくりに活かします。あなたのアイデアで長岡をより住みやすいまちに。

学校以外でも学びたい、学校を飛び出して交流したいというお子さんにおススメ。主に体験を通して、学校では学べないことを学べる講座をラインナップ。気軽に学べる単発講座と、じっくり学べる連続講座があるので、お好みでどうぞ。

▶ P18

講座にチャレンジしたい市民の皆さんとまちキャンが協力して講座を開催します。知識や技術を活かした講座はアイデア満載。ありそうでなかったユニークな講座がいっぱい。カフェや大学とは一味違った講座をお楽しみください。

▶ P23

講座の運営補助や広報、レコード磨きなど・・・まちキャンを陰で支えるボランティア=まちキャンスタッフが企画する講座です。それぞれの立場で培ってきた知識と経験から生まれる講座はどれも魅力的なものばかり。

まちなかキャンパス長岡の理念のもととなった「米百俵の精神」。小林虎三郎をはじめとした先人たちの生き方や考え方を学び、今の生活や地域社会の中で実践していく方法を考えます。歴史”を”学ぶのではなく、歴史”から”学びます。



まちなか カフェ

キーワードは“好奇心”

おいしいお茶を飲みながら、気軽に受講できる単発の講座。38講座を10のジャンルに分けて掲載しています。気になるジャンルから、どうぞご覧ください。

- P04 「なぜ」を楽しむあなたに…サイエンスカフェ
- P04 歴史が好きなあなたに…歴史ロマンカフェ
- P05 アートなあなたに…ブチ芸術カフェ
- P06 マルチなあなたに…多文化カフェ
- P07 安心・安全が気になるあなたに…防災カフェ
- P07 頭の引き出しを増やしたいあなたに…ビジネスヒントカフェ
- P08 グルメなあなたに…食通カフェ
- P08 長岡を愛するあなたに…長岡再発見カフェ
- P09 自然を愛するあなたに…ネイチャーカフェ
- P09 心ゆさぶる何かをほしいあなたに…年代限定カフェ

バス 会場までバスで移動します。

注意事項 事前申し込みされた方が講座開始後5分経過しても来られない場合、当日申し込みの方を優先いたします。事前申し込みがない方でも、ご自由に見学できます。

サイエンスカフェ 「なぜ」を楽しむあなたに…

定員 各20名(先着) 受講料 各500円(1ドリンク付) 会場 まちなかキャンパス長岡 4F 交流広場



毎日が実験日和 ー日常生活を科学するー

掃除に洗濯、料理に洗剤…皆さんは毎日知らないうちに科学実験をしています。なぜフッ素加工のフライパンは油の広がり方が違うの?なぜ洗剤の泡はすぐに消えるのに、生クリームは消えにくい?…など、“表面張力”をキーワードに毎日の家事が違って見える科学知識を、実験を交えて紹介します。 **会場** 4F 創作交流室

4/18(土)
 14:00~15:30
申込 3/10(火)~
 長岡技術科学大学
助教 吉武裕美子



ちょっとアブナイ、大人の科学実験!

ガラス板に石を投げる、機械を叩き壊す…子どもの頃に密かにやりたかったことが、大人になって出来るとしたら、ちょっとワクワクしますよね。子どもには見せられない実験を、科学的に計測・観察してみましょう。自宅では絶対に真似しないでくださいね!

会場 3F 多目的スペース1 **対象** (自称)18歳以上

12/13(日)
 14:00~15:30
申込 11/10(火)~
 長岡技術科学大学
准教授 南口誠



実践! スポーツ工学 ー好学して、工学を、向学しよう!ー

ヒトがより高いパフォーマンスを発揮するために、生理学、力学の両面から評価するスポーツ工学。アスリートだけでなく、誰もが使う靴や服などにも活かされているので、皆さんの身の回りも、いつのまにか最先端技術だらけかも。今回はスキーで速く滑るために必要な条件などについてお話しします。

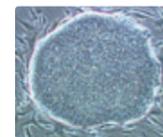
H28.1/12(火)
 19:00~20:30
申込 12/10(木)~
 長岡技術科学大学
教授 塩野谷明



宇宙の不思議 ー宇宙物理学の最前線ー

ダークマターやダークエネルギー、ブラックホール、重力波…。宇宙は謎や神秘、そしてロマンに満ちあふれています。中でも重力波は、捉えることができればノーベル賞級の発見なのだとか。これらの実体は何なのか、観測できるのかなど、宇宙のさまざまな現象についての疑問をぶつけてみましょう。

H28.3/4(金)
 19:00~20:30
申込 2/10(水)~
 長岡技術科学大学
准教授 高橋弘毅



iPS細胞ってどんなもの?

「1滴の血液から、拒絶反応のないmy心臓ができる!」iPS細胞により、こんな未来の夢が語られますが、実際のところ私たちはその恩恵を受けられるのでしょうか?…気になるiPS細胞について、分かりやすく解説します。また、実際に自分の目で観察してみましょう。

H28.3/9(水)
 19:00~20:30
申込 2/10(水)~
 長岡技術科学大学
准教授 大沼清



歴史ロマンカフェ 歴史が好きなあなたに…

定員 各20名(先着) 受講料 各500円(1ドリンク付) 会場 まちなかキャンパス長岡 4F 交流広場



『武士の娘』ー海を渡った士族の娘の半生ー

アメリカでベストセラーになった『武士の娘』を知っていますか?来日するアメリカ人留学生の多くが読むといわれるこの本は、長岡藩の家老・稲垣平助の娘、杉本鉞子(えつきこ)が書きつづったものです。日本とアメリカを愛し、両国の架け橋となった彼女の半生を追います。

6/24(水)
 19:00~20:30
申込 5/11(月)~
 長岡市郷土史研究会
会員 青柳保子



NHK大河ドラマ『真田丸』を100倍楽しむ方法

2016年のNHK大河ドラマは真田幸村。六文銭の旗印に赤備え、大坂の陣で家康を追いつめた、戦乱の世の最後の名将です。大河ドラマ誘致の立役者から、ドラマの前に知っておきたい幸村の生涯、放映に至る経緯や裏話などを伺います。これで大河ドラマが断然楽しくなること間違いなし!

11/21(土)
 14:00~15:30
申込 10/13(火)~
 『NHK大河ドラマ日本一の兵 眞田幸村公』
放映の実現を願う会
城下家老 宮下省二

定員 各20名(先着) 受講料 各500円(1ドリンク付) 会場 まちなかキャンパス長岡 4F 交流広場



音と形の関係 -オーディオ機器とデザイナー-

オーディオは、音の良さはもちろん、その姿カタチも魅力の一つです。名機には魅力的なデザインのモノが多く、音と形には強い関係があるのです。「青春をオーディオにささげた」人も「音楽は携帯にダウンロードして聴く」人も、デザインを切り口にオーディオについて語り合しましょう。

📅 4/27(月)
🕒 19:00~20:30
📍 申込 3/10(火)~
👤 長岡造形大学 教授 土田知也



レコードで語り合おう、洋楽80's

音楽は流れていた当時の記憶を甦らせる、素敵なものです。今回のテーマは「洋楽80's」。意外と耳にする機会は多く、ジャケットもおしゃれなものが多いんです。まちキャンで根強い人気のあるレコードカフェに、あなたも気軽に参加してみませんか。

📍 持物 聴きたいレコード(お持ちの方のみ)

📅 5/24(日)
🕒 10:00~11:30
📍 申込 4/10(金)~
👤 FM長岡パーソナリティ 佐野護 長岡大学 教授 松本和明



色の見え方、感じ方

色が気に入って買ったのに、持ち帰ったら印象が違ったということはありませんか？私たちは常に同じ色に見えると思ってしまいがちですが、色の見え方や感じ方は周りの環境に大きく影響を受けます。その原因や国による色のイメージの違いなど、色のイロイロなことをお話します。

📅 10/9(金)
🕒 19:00~20:30
📍 申込 9/10(木)~
👤 長岡造形大学 教授 鈴木均治



乗り物のデザインが生まれるまで -Honda三現主義-

クルマのイメージが強い「Honda」ですが、モーターサイクルや除雪機などの汎用製品から、最近ではジェット機まで、いろいろな動力機器を創り出しています。その中から意外な製品のデザインにまつわるお話を、デザインスケッチの実演を交えながら紹介します。

📅 11/18(水)
🕒 19:00~20:30
📍 申込 10/13(火)~
👤 長岡造形大学 教授 斎藤和彦



桐子を探せ。

桐=タンスというイメージはもう古い！軽くて温か、そして柔らかい桐は、現在さまざまな用途でその特性を活かした製品が作られています。実は杉よりも成長が早く、環境にも優しいのです。住環境やインテリアをはじめとした、現代のライフスタイルにマッチした桐の新しい魅力を紹介します。

📅 11/19(木)
🕒 19:00~20:30
📍 申込 10/13(火)~
👤 株式会社インモク 代表取締役社長 山口智子

定員 各20名(先着) 受講料 各500円(1ドリンク付) 会場 まちなかキャンパス長岡 4F 交流広場



匠の技を科学的に見てみよう

包丁は、研げば再びその切れ味を取り戻します。研ぐ前後の切れ味を比べるなどして、与板の匠の技術を体感しましょう。自分で研ぐ時のポイントも、少しだけ伝授します。また、研いだ面や切ったものの断面を顕微鏡でのぞいて、匠の技術を科学的に解説・証明します！

📍 持物 包丁(あれば) ※希望者はお持ちになった包丁を研ぎます。

📅 4/25(土)
🕒 10:00~11:30
📍 申込 3/10(火)~
👤 伝統工芸士 古見誠一 長岡技術科学大学 教授 永澤茂



教えてウッチー！ サッカーとアルビの楽しみ方

地元Jリーグのクラブがあることは、とっても幸せなこと。せっかくなのだから、楽しまなくてはソン。サッカー観戦初心者も、毎回ホームゲームに足を運ぶサポーターも、サッカー観戦の楽しみ方やアルビのサッカーのスタイルや魅力など…ピンポイントクロスで教えてもらいましょう。

📅 5/9(土)
🕒 15:00~16:30
📍 申込 4/10(金)~
👤 アルビレックス新潟 サッカースクールコーチ 内田潤



ホテルのお仕事 -ねえさん事件です!!-

礼儀も姿勢も常に正しく、笑顔でお客様をもてなすホテルマン。「おもてなし」の精神が服を着ているような存在感に、憧れる方も多いはず。そんなホテルマンの目まぐるしい一日と、心温まるエピソード、そしてちょっぴり苦労話も伺います。

📅 5/21(木)
🕒 19:00~20:30
📍 申込 4/10(金)~
👤 ホテル日航新潟マーケティング部 渡辺亮 井倉洋史



千蔵院で紙芝居に囲まれる夜

長岡が誇る紙芝居作家でもある千蔵院の住職。量一枚ほどの大きさで描かれた絵の迫力は、見る人の心を惹きつけます。また、長岡藩主・牧野家とも縁の深い千手観音の掛け軸を、今回は特別に見せていただきます！夜のお寺で紙芝居の解説を聞いて掛け軸を見る…それだけでワクワクしませんか？

📍 会場 千手観音千蔵院(現地集合、長岡市柏町1-5-12) 定員 最大80名まで(先着)

📅 6/6(土)
🕒 19:00~21:00
📍 申込 5/11(月)~
👤 千手観音千蔵院 住職 諸橋精光



ロボット技術の最先端 -憧れの近未来は実現したのか-

昔のアニメやドラマでは、身の回りの世話をするロボットがしばしば登場します。近未来的なものに憧れる反面、「実現するわけがない」と思っていた人も多いのでは？ところが、ロボットスーツという形で、実現しつつあるのです。介護ロボットの最先端について紹介します。

📅 9/10(木)
🕒 19:00~20:30
📍 申込 8/10(月)~
👤 大和ハウス工業株式会社 ヒューマン・ケア事業推進部 ロボット事業推進室 岩見武敏



優しい心づかい、「江戸しぐさ」を学ぶ

江戸商人の間で口授されてきたといわれる江戸しぐさ。すれ違う際に互いの傘を避ける「傘かしげ」や、自分から謝ることでよい雰囲気を保つ「うかつあやまり」など、随所に思いやりが感じられるマナーが含まれています。まさに体系化された商人道といった生活哲学について、実践を通して学びましょう。

📅 9/25(金)
🕒 19:00~20:30
📍 申込 8/10(月)~
👤 NPO法人江戸しぐさ 伝承普及員 柴田光榮



どっぷりつかろう、村上春樹ワールド

毎年ノーベル文学賞を期待され続けている村上春樹。彼のファンは「ハルキスト」と呼ばれ、新刊が出れば書店に列ができるなど、社会現象になるほどの人気ぶり。人を魅了してやまない村上春樹ワールドについて、まったりと語り合しましょう。これからハマりたい初心者も大歓迎ですよ！ ※申込時に語り合いたい作品を挙げてください。その中から、いくつかの作品を取り上げます。

📅 10/29(木)
🕒 19:00~20:30
📍 申込 9/10(木)~
👤 長岡技術科学大学 准教授 若林敦



大相撲いろはの「い」

相撲は江戸時代までは国技じゃなかったってホント？テレビ中継でよく聞く「青房・赤房」ってどんな意味があるの？お相撲さんの給料はいくら？…こんな素朴な疑問から歴史的背景、新潟出身の力士まで、大相撲を観戦したくなる基礎知識をお話します。

📅 12/11(金)
🕒 19:00~20:30
📍 申込 11/10(火)~
👤 新潟産業大学 教授 片岡直樹



防災カフェ

安心・安全が気になるあなたに…

定員 各20名(先着) 受講料 各500円(1ドリンク付) 会場 まちなかキャンパス長岡 4F 交流広場

局地的大雨のしくみと天気について学ぼう

局地的な大雨が目撃され始めてから数年。今や突然大雨が降ることが当たり前になりました。そのメカニズムや対策について学ぶとともに、天気についてのさまざまな知識を身に付けましょう。気象予報士の皆さんから楽しくお話を聞いて、日頃の備えとしましょう。

航空自衛隊・新潟救難隊の仕事

皆さんお待ちせしました。実は密かな人気講座・自衛隊シリーズです。今年はずいに「空」＝航空自衛隊の登場です。救難隊の隊長から、仕事内容や印象的なエピソードについてお話いただきます。体力だけでは務まらない、人を思いやる優しさあふれるお話は必聴です。

「ぼうさい家族会議」をひらこう

家庭で災害に備えるには、「ぼうさい家族会議」を開くことが、防災・減災の第一歩です。これは、災害が起きた時の安否確認の方法や家族の役割、被災後の生活などについて、あらかじめ話し合っておくものです。ロールプレイング形式で学び、家庭に戻って実際に開いてみましょう。

5/28(木)
19:00~20:30
申込 4/10(金)~
一般社団法人
日本気象予報士会 新潟支部

6/9(火)
19:00~20:30
申込 5/11(月)~
新潟救難隊
三等空佐 厨子和範

12/17(木)
19:00~20:30
申込 11/10(火)~
東北大学災害科学
国際研究所
助教 佐藤翔輔

ビジネスヒントカフェ

頭の引き出しを増やしたいあなたに…

定員 各20名(先着) 受講料 各500円(1ドリンク付) 会場 まちなかキャンパス長岡 4F 交流広場

かっこよさにこだわる!三条マルシェの魅力

三条マルシェは、食べ物やクラフト、ライブなどが一堂に集まる、毎回一万人以上が来場する市場です。「三条市民がカッコイイと思えるイベント」をコンセプトに、出店のテントを市内企業のものに統一するなど、随所にこだわりが見られます。そのコンセプトや魅力、人が集まる秘密について伺います。

勝ち組の必須アイテム「情報」を攻略せよ!

今の世の中、情報を先取りすることや上手に発信することは、自分にとって強力な武器になります。世の中のニーズを敏感にとらえ、スマホ節電アプリや、アプリ分析サービスなどを制作、提供している企業に、情報の探し方や選び方、見せ方などのコツを学びましょう。

いい感じで知っておきたい漢字のあれこれ

パソコンや携帯電話の普及で、漢字が書けなくなってきています。でも、読めますよね。…いやいや、結構読めずに恥をかいたこともあるのでは?漢字を使った遊びや知っておきたい漢字の名言、すぐに役立つ漢字検定対策など、漢字を「いい感じ」に解説してもらい、面白おかしく漢字に親しみましょう。

銀行が午後3時に閉まるワケ

多くの銀行は窓口が午後3時に閉まります。利用者からすれば「もう閉まったのか」と思ってしましますが、銀行員にとっては「これから大変!」なのです。年金や給料の受け取り、公共料金の引き落としなど、銀行は生活に欠かせない存在。気になる銀行の仕組みについて分かりやすく紹介します。

6/10(水)
19:00~20:30
申込 5/11(月)~
前三条マルシェ実行委員長
加藤はと子

9/4(金)
19:00~20:30
申込 8/10(月)~
FULLER株式会社
代表取締役CEO 渋谷修太

H28.2/10(水)
19:00~20:30
申込 1/12(火)~
長岡大学
教授 山川智子

H28.2/17(水)
19:00~20:30
申込 1/12(火)~
株式会社北越銀行
総務部 広報文化室

食通カフェ

グルメなあなたに…

受講料 各500円(1ドリンク付)

まちキャン食堂 / 畑ゴハン塾

「春夏秋冬」をテーマに、市内の美味しいものに触れるイベントを「長岡農×食プロデュース 思いのほか」との共催で開催します。現地に行って、旬の食材を味わってみませんか。

春爛漫!ナス王国にいがた 一頭と体で学ぶナス情報一

新潟県は作付面積日本一といわれる「ナス王国」。長岡でも3種類が長岡野菜に指定されています。そんなナスの育て方を若手農家から直接学び、体験します。体を動かした後は「保存食」をテーマにした特製「長岡の知恵ランチ」をいただきます。レシピと加工品のお土産付。

定員 20名(先着) 会場 長岡やさい耕房 材料費 1,500円
持物 軍手、タオル、長靴

夏だ!山古志収穫祭 一かぐら南蛮と和牛スペシャルー

農家の貴重な話を聞き、辛味と甘味のバランスが美味しい山古志独特のかぐら南蛮の収穫体験をします。その後牛舎を見学し、かぐら南蛮と和牛の特別メニューを堪能!生産者の野菜の直売もあり。自然の恵みいっぱいの山古志で過ごす贅沢な時間を夏の思い出にしましょう!

定員 30名(先着) 会場 山古志 材料費 3,000円
持物 軍手、長靴、帽子、タオル

食欲と知欲の秋! 一学んで採って秋野菜満載ビュッフェー

伝統野菜だけでなく、美味しい長岡産の野菜にも注目!秋の恵みを、若手農家と楽しみましょう。あま〜いさつまいもをたくさん収穫しておなかを空かせた後は、畑で行われる秋野菜たっぷりのビュッフェで長岡の秋を味わい尽くしましょう!頭もお腹も満腹に♪

定員 30名(先着) 会場 グリーンフィールド岩野 材料費 2,500円
持物 軍手、タオル、長靴、手持ちスコップ

世界に誇れる食文化 一収穫から料理まで!冬野菜を満喫一

長岡野菜である体菜の塩漬は、寒い冬を越すための先人の知恵の結晶。世界に誇れる保存食です。若手農家と体菜を収穫し、プロが教える簡単塩漬講座を開催。地元人気シェフが教える、体菜を使った料理教室も!最後は美味しい長岡の冬野菜ランチを堪能します!

定員 20名(先着) 会場 下山 ほか 材料費 1,500円
持物 軍手、長靴、防寒具
※詳細は、決まり次第まちキャン通信、ホームページ、市政だよりなどでお知らせします。

長岡再発見カフェ

長岡を愛するあなたに…

定員 各20名(先着) 受講料 各500円(1ドリンク付) 会場 まちなかキャンパス長岡 4F 交流広場

スパルタ式!ゆるキャラの育て方

今やどこへ行っても地域おこしや観光イベントなどのPRに登場する「ゆるキャラ」。長岡市も各地域のゆるキャラが出そろい、ここからゆるいけれど激しい生存競争(?)が始まります。これからのゆるキャラの可能性やゆるくない活用方法など、ゆるキャラの未来を占ってみましょう。

長岡の百年企業を訪ねて

新潟県には創業100年を超える「百年企業」が約1,000社あり、さらに長岡市は県内では一番多いのだとか。長岡に古くから根付く企業を紹介し、取材を通じて感じた百年企業のイメージや、印象的なエピソードをお話します。

5/24(日)
10:00~13:00(移動時間を含む)
申込 4/10(金)~
長岡やさい耕房株式会社
代表 竹内剛

8/30(日)
9:00集合
申込 7/10(金)~
山古志かぐらなんばん保存会
青木幸七
肥育農家 関克史

10/12(月・祝)
9:15集合
申込 9/10(木)~
有限会社グリーンフィールド岩野
丸山豊

11/22(日)
9:30集合
申込 10/13(火)~
長岡やさい耕房株式会社
代表 竹内剛
Sho Suzuki Inc.
オーナーシェフ 鈴木将

11/11(水)
19:00~20:30
申込 10/13(火)~
株式会社タカヨシ経営企画室
室長 佐々木聰

H28.1/22(金)
19:00~20:30
申込 12/10(木)~
新潟日報長岡支社
報道部長 諏訪敬明



ネイチャーカフェ

自然を愛するあなたに…

定員 各20名(先着) 受講料 各500円(1ドリンク付) 会場 まちなかキャンパス長岡 4F 交流広場



守れ!山の生態系 ー猟友会のお仕事ー

猟友会は、ただやみくもに動物を狩っているわけではありません。野生の鳥獣を保護し、山の生態系を保つという役割があります。自分にもできるのかな?とと思っているそのあなた、実はあなたの力が必要なんです。山の環境の保全に努める猟友会のお仕事について紹介します。

📅 5/12(火)
🕒 19:00~20:30
📍 申込 4/10(金)~
👤 猟友会長岡支部 支部長 飯利守男
長岡技術科学大学 准教授 山本麻希



不思議がいっぱい!新潟に漂着する生き物

海岸には、ときどきダイオウイカなどの海洋生物が漂着します。新潟にもさまざまな生物が漂着しますが、その中には、南方の海や深海に生息していて、普段目にする機会が少ないものもあります。そんな漂着生物について、新潟市水族館マリニピア日本海の開館以来の記録をもとに紹介します。

📅 5/30(土)
🕒 14:00~15:30
📍 申込 4/10(金)~
👤 マリニピア日本海
展示課 係長 野村卓之



食虫植物 その不思議と魅力

「虫を食べる」という、一般的な植物とは程遠い生態に興味深い食虫植物。その種類やどのように虫が「捕まっ」ていくのか…など、子どもも大人もつい見入ってしまう食虫植物の生態と魅力について、実物を見せてもらいながら、お話を伺いましょう。

※希望者には苗の販売も行います(一株300円程度)

📅 6/28(日)
🕒 14:00~16:00
📍 申込 5/11(月)~
👤 新潟県食虫植物愛好会
小坂幸生



年代限定カフェ

心ゆさぶる何かがほしいあなたに…



定員 各20名(先着) 受講料 各500円(1ドリンク付) 会場 まちなかキャンパス長岡 4F 交流広場

※対象以外の方も見学することができます。



カレーの国・インドってホントはナンなん?

「インドってなんか面白そう」、そんな好奇心だけで5か月間のインド行きを決めた学生が一人。牛、カレー、カースト制度、ジャングルのような大学、インド人が思い描く日本像…など、訪れた先では想像を超えた体験が待っていました。そんなインドのリアルを紹介します。

対象 10~20代 20名(先着)

📅 6/13(土)
🕒 14:00~15:30
📍 申込 5/11(月)~
👤 長岡技術科学大学
学生 岡本陽



親子で考えるセカンドライフ ー夢は叶うー

セカンドライフとは、第2の人生、特に定年後の人生のことを言います。ずっとやってみたかったことを実現させる絶好のチャンスです。どんな準備をしたらよいか、どう実行に移したらよいかを親子で学びましょう。また、相続などについても考えることで、人生の良い締めくくりを目指します。

持物 第二の人生にやりたいことの具体的な予算などが記された資料(あれば)

対象 これからリタイアを迎える方およびそのご家族(お子様世代の方)15組(先着)

📅 9/17(木)
🕒 19:00~20:30
📍 申込 8/10(月)~
👤 長岡大学
専任講師 橋長真紀子

時間が空いたら
ふらっと立ち寄れる、
気軽さがうれしい!



気軽に見学できる、それがまちなかカフェの魅力!

「受講したかったのに満員になってしまった…」[「確実にいけるかどうかわからない…」]そんなあなたも大丈夫! まちなかカフェは、事前に申し込みがなくても無料で見学可能!ただし、見学の方はドリンクと資料をご用意できません。ごめんなさい。



まちなか 大 学

キーワードは“向学心”

関心のある分野をじっくり学べる連続講座。10講座を、3つの学科に分けて掲載しています。学びの意欲のままに、どうぞご覧ください。

- P11 **ひとづくり学科**
自分自身の教養を深め、実生活を豊かにする知識を養います。
- P14 **ものづくり学科**
創造のプロたちの仕事に触れ、ものづくりのスピリットを養います。
- P15 **まちづくり学科**
地域への理解を深め、地域のためにできることを考えます。

- 参考図書** 講座をより理解するための推薦図書です。必ず用意いただくものではありません。
- バス** 会場までバスで移動します。
- 学生証** まちなか大学・大学院の受講生(=まちキャン生)には、「まちなかキャンパス長岡学生証」を発行します。講座の際は学生証で出席をとりまします。また、約100店舗もの加盟店でお得なサービスが受けられます。

ひとづくり学科

まちキャントラベル!作ってみよう世界の食

和食がユネスコ無形文化遺産に登録された今、世界の食にも目を向けることで、改めて食の奥深さを学びましょう。各国の家庭料理やデザートを取り上げ、その料理の持つ背景や食文化を学び、実際に調理、試食します。お腹も頭も満たさそうという、欲張りな講座です。

ねらい 和食がユネスコ無形文化遺産に登録された今、世界の食にも目を向けることで、改めて食の奥深さを学びましょう。各国の家庭料理やデザートを取り上げ、その料理の持つ背景や食文化を学び、実際に調理、試食します。お腹も頭も満たさそうという、欲張りな講座です。

定員 20名(先着) **受講料** 5回で3,000円 **材料費** 5回で2,500円 **会場** まちなかキャンパス長岡 4F 創作交流室

申込 4/10(金)~

- ### 1 アフガニスタンのパラウをいただきます!

「文明の十字路」と呼ばれるアフガニスタン。そのため、料理も周辺の国に影響を受けて発展してきました。主食の「パラウ」は、細長い米を炊き上げたもので、ピラフに似ています。一緒に食べる肉・魚のカパブや煮込みは、油やスパイスを多用せず、辛さも控えめなので、日本人にも食べやすいのではないのでしょうか。

5/13(水)
19:00~20:30
長岡技術科学大学 大学院生 ゴルバナリ モハメド レザ
- ### 2 トーゴ共和国のアクメをいただきます!

トーゴ共和国の主食はトウモロコシ。「アクメ」はそのトウモロコシの粉から作られた、日本のお餅のような食べ物です。大抵はオクラやトマトソースなどの野菜、魚や肉のシチューと一緒に食べます。ギニア湾の海岸部に住むエウエ民族の方が食べている、家庭料理なんですって。

5/20(水)
19:00~20:30
新潟医療福祉大学 大学院生 アドゥアヨム アヘゴ アクエデビ
- ### 3 メキシコのタコスをいただきます!

軽食という意味の「タコス」は、トルティーヤという生地を挟んで食べます。中に入れる具材を変えれば、時間帯に応じて朝昼晩と楽しめる、お手軽な食べ物です。沖縄ではトルティーヤの代わりにご飯を使った「タコライス」が有名ですね。最近は材料も比較的簡単に手に入るようになりました。

5/27(水)
19:00~20:30
長岡技術科学大学 大学院生 メジェス メンデス ホセ ルイス
- ### 4 フィリピンのハロハロをいただきます!

フィリピンの冷たいデザート「ハロハロ」は、タガログ語で「混ぜこぜ」という意味。かき氷と甘く煮た豆、旬の果物などを混ぜ合わせて食べます。フィリピンの食文化はスペイン、中国、日本、アメリカなどに影響を受け進化してきたため、一説ではハロハロの起源は日本だとも言われているんですよ。

6/3(水)
19:00~20:30
NPO法人市民協働ネットワーク長岡 理事 佐竹直子
- ### 5 レバノンのタッブーレをいただきます!

日本ではよくお刺身などのツマとして添えられているパセリを、サラダとして食べている国があります。「タッブーレ」はレバノン料理で、パセリなどをマリネしたサラダ。さまざまな食材に和えることで、いつもよりワンランク上のサラダに変えてくれる優れものです。パセリは美肌効果もあるので、いいことづくめですね。

6/17(水)
19:00~20:30
まちなかキャンパス長岡 学長 羽賀友信

企業のトップがやってきた!

「過去・現在・未来」をテーマに、長岡に根付く企業のトップと長岡大学松本和明教授の対談が実現。企業理念や成功の秘訣からパーソナルな部分まで、楽しく掘り下げていきます。これからの生活やビジネスシーンで活かせること間違いなしです。

ねらい 「過去・現在・未来」をテーマに、長岡に根付く企業のトップと長岡大学松本和明教授の対談が実現。企業理念や成功の秘訣からパーソナルな部分まで、楽しく掘り下げていきます。これからの生活やビジネスシーンで活かせること間違いなしです。

定員 30名(先着) **受講料** 6回で3,000円 **会場** まちなかキャンパス長岡 3F 301会議室

申込 5/11(月)~

- ### 1 地域情報によるまちづくりへの挑戦

平成元年に開局したケーブルテレビのエヌ・シー・ティでは、昨年、放送業界最高の栄誉であるギャラクシー賞に入賞するなど、市民活動や企業活動といった地域情報の発信拠点として長岡・三条のまちづくりへの貢献に挑戦を続けています。地域と密着した企業のあり方とその姿勢などについて伺います。

6/23(火)
19:00~20:30
株式会社エヌ・シー・ティ 代表取締役社長 澤田正彦
- ### 2 チェーンストア経営の現状と成長戦略

業界間での競争の激化、食の安全安心問題、消費税の増税など、目まぐるしい変化の渦中にあるスーパーマーケット業界を牽引するアクシアル リテイリング株式会社。チェーンストアとして顧客へサービスを提供し続ける企業であるための成長戦略や「経営の根幹」と位置付けるTQM活動をはじめとしたさまざまな取り組みを伺います。

7/2(木)
19:00~20:30
アクシアルリテイリング株式会社 代表取締役社長 原和彦

- ### 3 地域に根づき、支える銀行

前身である第六十九国立銀行は、戊辰の戦禍からの経済復興のために設立されました。以来、変わらぬ姿勢で地域の産業とともに発展してきた株式会社北越銀行。現在も大手通に本店を構え、地域に根ざしています。長岡の産業史をひも解きながら「ホクギン」の果たしてきた役割やこれからの展望などを伺います。

7/8(水)
19:00~21:00
株式会社北越銀行 取締役頭取 荒城哲

- ### 4 おいしさを創造する「米・技・心」

戦後の混乱の時代に、休みに地域の農家が生活に困らぬよう興した加工場から始まり、米菓づくりを通して人々に喜びと豊かさを提供する岩塚製菓株式会社。創業当時から守り継がれる「常に品質を第一にすること」「地域社会とともに生きること」という理念に基づき、そこから導かれる企業経営のあり方などを伺います。

7/14(火)
19:00~20:30
岩塚製菓株式会社 代表取締役社長 横春夫

- ### 5 安全と安心に満ちた未来のために

長岡市蔵王から会社を立ち上げ、時計・計器の製造販売から始まり、今やさまざまな事業も展開する日本精機株式会社。「本質的なことを、現実に基づき、シンプルに素速く実行すること」をモットーに、「芯から強い会社」を目指しています。蔵王から世界へ羽ばたいた活力とその理念をさらに深く伺います。

7/23(木)
19:00~20:30
日本精機株式会社 代表取締役社長 高田博俊

- ### 6 マーケティング力で地域は活性化する!

若くして会社を立ち上げ、中小企業診断士として、新潟県内企業のイノベーションを行っているグローバルマーケティング株式会社。独自に展開しているにいがた子育て応援団「トキっ子くらぶ」などを例に、地域を活性化させるポイントについてお話を伺います。

7/28(火)
19:00~20:30
グローバルマーケティング株式会社 代表取締役 今井進太郎

ロマン輝く星のお話

私たちの頭上に輝く星々の向こうは、神秘と謎に満ちた漆黒の宇宙…。星座や生命、ロケットなど、星や宇宙に関連するさまざまなトピックについて、スペシャリストが解説。幅広く学びながら、星と宇宙のロマンを追いかけてみましょう。

ねらい 私たちの頭上に輝く星々の向こうは、神秘と謎に満ちた漆黒の宇宙…。星座や生命、ロケットなど、星や宇宙に関連するさまざまなトピックについて、スペシャリストが解説。幅広く学びながら、星と宇宙のロマンを追いかけてみましょう。

定員 30名(先着) **受講料** 5回で3,000円 **会場** まちなかキャンパス長岡 3F 301会議室ほか

申込 6/10(水)~

- ### 1 星座今昔物語

人類はなぜ「星座」を作る必要があったのでしょうか。星座はどうして生まれ、どう広まったのでしょうか。太古より人は、農耕とともに星の運行から暦を作り、活用してきました。それが星座として神格化され、現在の西洋占星術や天文学へと発展、分離します。満天の星空に思いをはせてみましょう。

7/12(日)
14:00~15:30
NPO法人星空ファクトリー 倉藤哲郎

- ### 2 太陽系誕生と未来

太陽のような恒星が生まれる瞬間は、どんなに大きな望遠鏡でも、肉眼で見えることはできません。しかし電波を使えば、目に見えない宇宙の営みが浮かび上がります。そこには星たちの生と死の物語が凝縮されています。私たちの太陽系がどのように誕生したのか、電波を通して探っていきます。

7/26(日)
14:00~15:30
国立天文台(野辺山電波観測所) 准教授 中村文隆

- ### 3 宇宙探査におけるロケットの歴史と成果

日本のロケットは、小さな23cmの「ペンシルロケット」から始まりました。どうしてロケットでなければ宇宙へは行けないのでしょうか。そんな宇宙でのロケットの意味や、「小惑星探査機はやぶさ2」など、これからのロケットや宇宙探査についてお話しします。ロケットを打ち上げる実演も行いますよ!

8/9(日)
14:00~15:30
JAXA宇宙教育指導者 馬淵正展

会場 長岡技術科学大学 多目的グラウンド(現地集合)

- ### 4 生命の起源を探る

今、宇宙で生命の材料となる有機物が多数発見されています。彗星にもアミノ酸などの有機物が多く含まれていることが分かりました。そんな生命の材料が多い宇宙に、私たち以外の生命はいるのでしょうか。また、なぜ地球は生命あふれる星となったのでしょうか。その起源を探る最新の研究を紹介します。

8/23(日)
14:00~15:30
NPO法人星空ファクトリー 今井栄一

- ### 5 すばる望遠鏡で見た宇宙

遥か遠い138億年の彼方は、宇宙の始まりの姿。ビッグバンの時から、私たちの宇宙は、今日まで激しくダイナミックに姿を変えています。すばる望遠鏡の「目」は、そんな宇宙の生き生きとした姿を見せてくれます。その目を通して見た、これまでの宇宙とこれからの宇宙を紹介します。

9/13(日)
14:00~15:30
国立天文台すばる天文台 職員 田中壱

災害時に必要な市民のチカラを考える 【5回連続講座】



ねらい 毎年全国各地で発生する災害。私たちの身の回りでも、いつまた発生するのかわかりません。そんな中、私たち一人ひとりには何ができ、どう備えることができるのでしょうか。長岡市内において防災活動を行っているさまざまな団体の取り組みを学び、自ら出来る防災・減災について考えます。

定員 30名(先着) **受講料** 5回で3,000円 **会場** まちなかキャンパス長岡 3F 301会議室

申込
8/10(月)～

市民による防災活動のチカラ

新潟県中越地震を機に、地域の市民防災力向上の一役を担う、防災リーダーを育成している中越市民防災安全大学。その開校の経緯や活動内容を紹介するとともに、卒業生により構成され、市内でさまざまな防災活動を展開している中越市民防災安全士会の防災の取り組みについてお話します。

🕒 19:00～20:30

📍 公益社団法人中越防災安全推進機構
中越市民防災安全士会

子どもたちの未来を育むチカラ

災害によって失われる命をなくすためには、災害の経験や教訓を次世代へと伝えていくことが大切。そのためには、生まれ育った地域を知り、故郷への郷土愛と災害から生き抜く力を育むような教育が必要です。県内でどのように防災教育が行われているかを学ぶとともに、私たちに出来ることを考えます。

🕒 19:00～20:30

📍 NPO法人ふるさと未来創造堂
常任理事兼事務局長 中野雅嗣

ボランティアによる復旧・復興支援のチカラ

阪神・淡路大震災以降、ボランティアが災害の復旧・復興支援活動に関わるのが一般的になりました。しかし、ボランティアと一口に言っても、災害時に行う活動や役割は実にさまざまです。災害ボランティア活動の事例などを通して、市民一人ひとりに出来る災害ボランティアとは何かを考えます。

🕒 19:00～20:30

📍 関西大学
准教授 菅磨志保

災害時に外国人を助けるチカラ

外国人の皆さんは、災害が発生すると言語や文化の違いなどから「災害弱者」となり、さまざまな困難を余儀なくされます。そんな人たちに、どのように手を差し伸べればよいのでしょうか。新潟県中越地震などの事例から、災害時に必要とされる外国人支援の重要性やそのポイントなどについて学びます。

🕒 19:00～20:30

📍 長岡市国際交流センター
センター長 羽賀友信

企業が取り組む災害支援のチカラ

過去の災害では多くの企業がさまざまな形で災害支援に活躍しています。誠心誠意支援してくれる企業の姿に、胸を打たれた方も多いのではないのでしょうか。長岡ではこれまで企業がどのような災害支援活動を行ってきたのか、また現在行っている防災・減災活動についても学びます。

🕒 19:00～20:30

📍 一般社団法人長岡青年会議所

まちなか大学院への
学びのステップ講座! →P22

📅 9/24(木)～10/22(木)の間に、順不同で開催します。
※ 講師は変更になる場合があります。

歴史のなかの「地上の星」－戦国・上杉家編－ 【5回連続講座】



ねらい 戦国の世を生き抜き、全国政権の中核を担っていった上杉氏。謙信・景勝の領国経営を支えた補佐役・側近・実務官僚、そして女性たちを視点に、歴史的なプロジェクトに取り組んだ「挑戦者たち」の姿に迫ります。越後・佐渡の中世史の実像を、歴史資料から探る講座です。

定員 30名(先着) **受講料** 5回で3,000円 **会場** まちなかキャンパス長岡 3F 301会議室

申込
10/13(火)～

📖 『新潟県史』『長岡市史』『上越市史』『与板町史』などの市町村史、「知っておきたい新潟県の歴史」新潟日報事業社、「定本 上杉謙信」高志書院、「直江兼続」高志書院など

1 戦国・上杉家の「ナンバー2」－謙信・景勝を支えた人びと－

戦国時代の上杉家は、どのような家臣たちに支えられていたのでしょうか。本講座のプロローグとして、合戦・内政・外交などの戦国時代のさまざまな課題に、上杉謙信・上杉景勝とともに取り組んだ家臣団の姿、名簿や手紙などから全体的に眺めます。

📅 11/6(金)

🕒 19:00～20:30

📍 長岡市立中央図書館 文書資料室
室長 田中洋史

2 直江家三代と上杉家－直江景綱から兼続へ－

直江兼続は、上杉景勝のもとで執政として活躍した人物として知られています。なぜ直江兼続は上杉景勝のもとで活躍できたのでしょうか。直江家三代(直江景綱・信綱・兼続)が、上杉謙信や上杉景勝の権力のなかでどのような立場にあったのかを考えます。

📅 11/13(金)

🕒 19:00～20:30

📍 新潟県立歴史博物館
主任研究員 前嶋敏

3 河田長親－謙信政権の特質を探る－

上杉謙信の「旗本之奉行」といわれる河田長親は、近江国(現在の滋賀県)出身という異色の経歴の持ち主で、栖吉城の城主でもありました。そんな河田長親と、彼に従って上杉謙信軍の一翼を担った古志のサムライたちの動向を通じて、謙信政権の特質を探ります。

📅 11/20(金)

🕒 19:00～20:30

📍 長岡市立科学博物館
学芸係長 広井造

4 仙桃院とおせん－上杉家の女性たち－

仙桃院は上杉謙信の姉であり、上杉景勝の母として知られる女性です。また、おせんは直江兼続の妻で、与板・直江景綱の娘です。戦国の時代を生きたこの二人にスポットを当て、古文書や画像、系譜を読み解きながら、上杉家のなかで女性が果たした役割を考えます。

📅 11/27(金)

🕒 19:00～20:30

📍 上越市公文書センター
公文書管理係長 福原圭一

5 追跡!河村彦左衛門尉－上杉領で検地を行った男－

河村彦左衛門尉は直江兼続配下の与板衆に属し、16世紀末の越後・佐渡等において年貢徴収や検地などの実務を担当した人物です。有能な実務官僚をイメージさせる河村ですが、その素性については、いまだ明らかにされていません。一体何者なのか、その謎に迫ります。

📅 12/4(金)

🕒 19:00～20:30

📍 長岡工業高等専門学校
准教授 田中聡

ものづくり学科

日本古来の仏像・神像 【5回連続講座】



ねらい 日本彫刻史の古典「飛鳥～平安時代の仏像・神像」の名品を取り上げ、その魅力に迫ります。基礎知識を学び、ワンランク上の見方ができるようになると、仏像鑑賞・神像鑑賞の楽しさも倍増することでしょう。4月以降に開催される企画展の見所についても、随時ご紹介します。

定員 30名(先着) **受講料** 5回で3,000円 **会場** まちなかキャンパス長岡 3F 301会議室

申込
3/10(火)～

1 日本最古の仏像－飛鳥時代の仏像－

飛鳥時代は日本に仏教が伝わった6世紀半ば頃から7世紀半ば頃までの時代です。飛鳥の地では蘇我馬子によって日本初の本格的な仏教寺院・飛鳥寺がつくられ、ついで斑鳩の地では聖徳太子によって有名な法隆寺が建てられました。飛鳥寺・法隆寺の仏像のほか日本で最も古い時代の仏像を取り上げます。

📅 4/10(金)

🕒 19:00～20:30

📍 新潟産業大学
教授 片岡直樹

2 仏教文化の広がり－白鳳時代の仏像－

白鳳時代は7世紀半ば頃から710年の平城京遷都までの時代をいいます。天武天皇や持統天皇の時代です。この時代には初めて天皇によって寺院が建立される一方で、仏教文化が徐々に地方へも伝わっていききました。白鳳仏の名品を鑑賞するとともに、中国・朝鮮文化との関わりについても考えてみましょう。

📅 4/17(金)

🕒 19:00～20:30

📍 新潟産業大学
教授 片岡直樹

3 奈良の都の仏たち－天平時代の仏像－

天平時代は710年から794年の平安京遷都までの時代です。奈良の都・平城京では仏教文化の華が咲き誇り、聖武天皇によって東大寺と大仏が、唐僧・鑑真によって唐招提寺が建てられました。興福寺の阿修羅像もこの時代の作品です。薬師寺・興福寺・東大寺・唐招提寺に伝わる天平彫刻の精華を取り上げます。

📅 4/24(金)

🕒 19:00～20:30

📍 新潟産業大学
教授 片岡直樹

4 木彫像の魅力－平安時代の仏像－

平安時代は794年から12世紀末までの時代です。9世紀初頭には最澄と空海によって密教が伝えられ、新しいタイプの尊像がつくられました。1053年に完成した京都・平等院鳳凰堂はこの世における阿彌陀淨土そのものです。この時代を大きく前期・後期に分け、各時期を代表する仏像を鑑賞することにししましょう。

📅 5/1(金)

🕒 19:00～20:30

📍 新潟産業大学
教授 片岡直樹

5 あらわれた神々－平安時代の神像－

8世紀にはじまる神仏習合の風潮のなかで、日本古来の神々の姿が彫刻や絵画としてあらわされるようになります。神像研究の第一人者をゲストにお招きし、日本の風土と信仰に根ざした神像の魅力をたっぷり語っていただきます。まとめて取り上げられることの少ない神像についての必聴の講座です。

📅 5/8(金)

🕒 19:00～20:30

📍 東北芸術工科大学
教授 長坂一郎

私たちの生活を支えるインフラ 【5回連続講座】



ねらい ニュースでよく聞く「インフラ」。自分には関係ないと思っていませんか。インフラは、道路や橋、河川、鉄道など、社会や経済の下支え…実は身近なもので、ないと生活に困るものばかり。インフラの技術や歴史を知ること、より豊かな生活を創造する社会について考えてみましょう。

定員 30名(先着) **受講料** 5回で3,000円 **会場** まちなかキャンパス長岡 3F 301会議室ほか

申込
8/10(月)～

1	<h3>インフラってなに？</h3> <p>いい車があっても、道路が整備されていなければ目的地に着くのは難しいですよね。道路や橋、通信網、エネルギー施設などの生活や経済の下支えを「インフラストラクチャー(社会基盤)」略して「インフラ」と言います。その中でも道路や橋などについて、役割や歴史、構造などの身近な例を交えてお話しします。</p>	<p>9/30(水) 19:00～20:30</p> <p>長岡技術科学大学 教授 下村匠</p>
2	<h3>大河津分水 –インフラを造った人々–</h3> <p>日本を代表する歴史的構造物である「大河津分水」。県内に住んでいれば誰でも知っていますよね。大河津分水は大正11年に通水し、当時の最先端の技術を結集した一大事業でした。その大河津分水を例に、インフラ整備の技術的側面だけでなく、社会的、文化的な背景と、それを造った「人」にスポットを当てます。</p>	<p>10/7(水) 19:00～20:30</p> <p>日本大学 准教授 阿部貴弘</p>
3	<h3>あくなき自然との闘い</h3> <p>地震や津波、洪水などの自然の猛威から、私たちの暮らしを守ることもインフラの大切な役割の一つです。インフラを造る技術は、これまでの自然災害の経験や教訓を経て発展してきました。その中から地震に耐える構造物や過酷な自然環境の中で長く使われる構造物を取り上げ、最先端の技術とその研究を紹介します。</p>	<p>10/14(水) 19:00～20:30</p> <p>長岡技術科学大学 教授 下村匠</p>
4	<h3>"造る"から"維持管理"へ –社会の持続的発展を考える–</h3> <p>戦後の高度成長期には、新幹線や高速道路をはじめ、今日の社会・経済の発展を支えるインフラが造られました。前回の東京オリンピックから50年、老朽化が進み、その維持管理が大きな課題とされています。造る時代から維持管理の時代になり、これからのインフラにはどのような技術が必要となるのでしょうか。</p>	<p>10/21(水) 19:00～20:30</p> <p>長岡技術科学大学 准教授 宮下剛</p>
5	<h3>長生橋を見に行こう</h3> <p>「長生橋？いつも通ってるよ。結構揺れるよね」…身近なインフラで長岡のシンボル・長生橋を改めて見学してみましょう。供用開始から80年を越えた長生橋には、先人たちのどのような苦勞の跡が刻まれているのでしょうか。解説を聞きながら眺める長生橋は、また違った趣や発見があるかもしれません。</p> <p>会場 長生橋</p>	<p>10/25(日) 14:00～16:00</p> <p>長岡技術科学大学 准教授 宮下剛</p>

まちづくり学科

長岡の昭和30年代史 【5回連続講座】



ねらい 昭和30年代は、高度成長期のなか、大きな災害があったり、市町村合併が進んだり、激動の時代だったのではないのでしょうか。体験者の話やさまざまな資料を通して、当時の市政や市民の暮らしの変化を探ります。この時代を知ることは、きっと将来のまちづくりのヒントになるでしょう。

定員 30名(先着) **受講料** 5回で3,000円 **会場** まちなかキャンパス長岡 3F 301会議室

申込
4/10(金)～

1	<h3>内山・上村市政の思い出</h3> <p>昭和30年1月の市長選挙で松田弘俊を破り、内山由蔵が第10代の長岡市長に就任しました。それから昭和37年12月の辞任までの約7年間の激動の内山市政と、その後の4年間の上村市政の出来事を、当時の関係者から話を伺いながら、ひもといていきます。</p>	<p>5/25(月) 19:00～20:30</p> <p>前長岡市政100年のあゆみ編集委員会 副委員長 関哲生 長岡市立中央図書館 館長 金垣孝二</p>
---	---	---

2	<h3>36・38豪雪とその時代 –雪害の克服をめざして–</h3> <p>昭和30年代後半、36・38豪雪という歴史上よく知られている豪雪による災害が発生しました。この災害とその後普及した消雪パイプを、社会の状況・歴史的背景から読み解き、人びとがどのように雪と向き合い、克服しようとしてきたのかを探ります。</p>	<p>6/1(月) 19:00～20:30</p> <p>新潟県立歴史博物館 主任研究員 田邊幹</p>
3	<h3>まちなかの文化史を探る –印刷・出版でひもとく戦後の市民活動–</h3> <p>昭和30年代に始まった長岡市史編さん事業は、財政的な理由などで本編の刊行に至りませんでした。この事業が各種団体の活動や刊行物にどのような影響を与えたのか、市役所・互尊文庫・厚生会館などを舞台にした文化活動の軌跡をたどりながら、長岡人の歴史好きな気質の一端を考えます。</p>	<p>6/8(月) 19:00～20:30</p> <p>長岡市立中央図書館 文書資料室 室長 田中洋史</p>
4	<h3>関原町と長岡市の合併から見えるもの</h3> <p>昭和28年に市町村合併促進法が施行され、六か町村案(関原町、日越村、日吉村、宮本村、大積村、王寺川村)の協議が始まりました。関原町と長岡市の合併の動きを中心に、現在の長岡市域の合併の状況も含め、その実像に迫ります。</p>	<p>6/22(月) 19:00～20:30</p> <p>関原歴史研究会 会長 林昇</p>
5	<h3>新聞記事が語る長岡の世相</h3> <p>高度経済成長によって、中心部への人口の流出、農家の兼業化などが進みました。市民の所得も増加し、家庭には電化製品が普及するなど、生活にゆとりが生まれました。統計資料や新聞記事から、当時の長岡の姿を振り返ります。</p>	<p>6/29(月) 19:00～20:30</p> <p>長岡市立中央図書館 館長 金垣孝二</p>

長岡野菜入門講座 –これであなたも長岡野菜通– 【5回連続講座】



ねらい 地域の伝統野菜である16品目の長岡野菜について知識を深める入門講座です。基礎知識はもちろん、調理法を学び、実際に畑を見学することで、より長岡野菜に関心を持ってもらい、「長岡野菜ファン」になってもらうことを期待します。

定員 30名(先着) **受講料** 5回で3,000円 **材料費** 500円 **会場** まちなかキャンパス長岡 3F 301会議室ほか

申込
7/10(金)～

※初めて同講座を受講される方を優先します。

1	<h3>こだわりの畑を見る –夏野菜コース–</h3> <p>八石なすや一寸法師など、夏の長岡野菜の生産現場を、バスでぶらりと巡ります。バスの中で簡単に長岡野菜について学んだ後、畑に実っている様子を観察したり、生産者のお話を聞いたりしながら、その特徴を学びます。お土産に野菜を購入する機会もありますよ。</p> <p>会場 小国、福戸</p>	<p>8/29(土) 8:00～13:00</p> <p>長岡野菜生産者</p>
2	<h3>野菜の基礎知識／なぜ今、伝統野菜なのか</h3> <p>現地見学で学んだ知識をふまえて、長岡野菜の基礎をおさらいします。野菜の基本的な分類から、F1種と在来種の違いとは何かなど、長岡野菜を語るのに欠かせない基礎知識などを学びます。そのうえで、どうして伝統野菜のブームが起きたのか、理解を深めていきます。</p>	<p>9/14(月) 19:00～20:30</p> <p>長岡農業普及指導センター 普及指導員 長岡野菜ブランド協会 会長 鈴木圭介</p>
3	<h3>これが長岡野菜！ –16品目が選ばれた理由–</h3> <p>新たに「雪大根」「八石ナス」「一寸法師」の3品目が認定され、16品目になった長岡野菜。その16品目について、由来や品種の特徴などを一つ一つご紹介します。それぞれの野菜には背景があり、詳しく知れば知るほど、愛着がわいてきます。</p>	<p>10/5(月) 19:00～20:30</p> <p>長岡野菜ブランド協会 会長 鈴木圭介</p>
4	<h3>こだわりの畑を見る –秋野菜コース–</h3> <p>おもいのほか(食用菊)や体菜など、秋の長岡野菜の生産現場を、バスでぶらりと巡ります。今まで学んだ知識をもとに、畑に実っている様子を観察したり、生産者のお話を聞いたりしながら、これまで学んだことを復習しましょう。お土産に野菜を購入する機会もありますよ。</p> <p>会場 深沢、宮本</p>	<p>10/24(土) 9:00～13:00</p> <p>長岡野菜生産者</p>
5	<h3>美味しさを引き出す調理法</h3> <p>おもいのほかの美味しい食べ方など、ちょっとしたコツを知れば、長岡野菜がもっと身近に感じられます。長岡野菜の美味しさを120%引き出す、簡単な調理法を実践してみましょう。</p> <p>会場 4F 創作交流室 持物 エプロン、三角巾、タオルなど</p>	<p>10/31(土) 10:00～12:30</p> <p>料理愛好家 本山里い子</p>

🏠 ファシリテーション入門講座 ―話し合いの舵を取れ!― 【5回連続講座】



ねらい 多くの人の意見を引き出し、よりよい方向へ導く舵取り役・ファシリテーター。実践をとおして、ファシリテーションの基礎知識やさまざまな手法、技術などを学びます。サークルや会社などの会議や話し合いの場でも役立つ、ファシリテーションの入門講座です。

定員 30名(抽選) **受講料** 5回で3,000円 **会場** まちなかキャンパス長岡 3F 301会議室

※この講座は抽選です。抽選申込期間後、定員に達していない場合は、再度募集します。
※初めて同講座を受講される方を優先します。

抽選申込期間

9/10(木)
~10/7(水)

1	ファシリテーションとは? 会議や話し合いの場で、一人ひとりの発言を促し、活発な話し合いに導きながら、話の流れを整理して、議論をまとめるスキル…これをファシリテーションといいます。その基礎知識や必要とされるスキル、会議・話し合いの場の組み立て方や流れなどを学び、ファシリテーションへの理解を深めます。	📅 10/26(月) 🕒 19:00~20:30 👤 NPO法人市民協働ネットワーク長岡 理事 佐竹直子
2	参加したくなる話し合いの場作り 話し合いに参加したけれども、何も発言せずに終了…。「無理して時間を作ってきたのに…」と残念な思いをしたこと、させたことはありませんか。話しやすくするためには、まずは雰囲気やルール作りなどの“下準備”が大切です。全員が参加したくなる場の作り方を学びます。	📅 11/2(月) 🕒 19:00~20:30 👤 NPO法人市民協働ネットワーク長岡 理事 佐竹直子
3	アジェンダの作り方 下準備は万全!けれども、「いつまでに終わるか」「何を決めるか」といった目標を決めなかったため、だらだら続いてしまったり、中途半端に終わってしまったり…という人は多いはず。そこで役に立つのが、アジェンダ(=進行予定)です。アジェンダの作り方を学んで、メリハリのある会議にしましょう。	📅 11/9(月) 🕒 19:00~20:30 👤 NPO法人市民協働ネットワーク長岡 理事 阿部巧
4	話し合いを“見える化”する 話し合いの場で、ホワイトボードを使って発言や意見などを整理して書く人、いますよね。これは、議論を“見える化”させるファシリテーションの技術の一つなんです。話していることを参加者に“見える化”することのメリットや、まとめる手法を学び、実際に体験してみます。	📅 11/16(月) 🕒 19:00~20:30 👤 NPO法人市民協働ネットワーク長岡 理事 佐竹直子 理事 阿部巧
5	参加者の“納得”形成を図るには 人が集まれば、個性や価値観、意見もさまざま。ファシリテーターとして、多くの意見をまとめ上げるにはどうしたらよいのでしょうか。相手を理解し、お互いが損をしない方法など、多くの参加者が納得する結論を引き出すための合意形成の考え方を学びます。	📅 11/30(月) 🕒 19:00~20:30 👤 長岡技術科学大学 教授 上村靖司

まちなか大学院への
学びのステップ講座! →P22

まちなか大学・大学院受講生(まちキャン生)にはこんな特典があります!

① 学生証

まちキャンオリジナルの学生証を発行。気分は学生です。約100店の協力店で学生証を提示するとうれしい特典が受けられます!



② 修了証

まちなか大学・大学院に7割以上出席すると、最終回に“修了証”をもらえます。まちなか大学10講座の修了証を得て、さらにレポートを提出すると、“まちキャン生”と認定されます。



最終日には、修了証を授与します!



こども講座

キーワードは“冒険心”

体験学習を中心とした、普段なかなか味わえない講座。単発講座を9講座、連続講座を2講座掲載しています。新しい一歩を踏み出すつもりで、どうぞご覧ください。

P19



こどもカフェ
ちょこっと体験。な単発講座です。

P21



こども大学
気分は大学生!?!連続講座です。

🚗 バス 会場までバスで移動します。

📦 こども講座の申込方法

官製ハガキ、またはこども講座一覧(※)に附属するハガキに、必要事項(住所、氏名(子ども、保護者)、学年、電話番号、受講を希望する講座名)を記載のうえ、送付・持参いただくか、まちなかキャンパス長岡のホームページから電子申請にてお申し込みください。

抽選で受講者を決定し、メールまたはハガキにて結果をお知らせします。抽選日から1週間経過しても連絡のない場合は、お手数でもお問い合わせください。また、**受講をキャンセルする場合は、必ずご連絡ください。**

抽選申込締切後、定員に達していない場合は、追加申込を先着順で受け付けます(電話または電子申請)。

※5月下旬に長岡市内の小・中学校を通じて児童・生徒に配布する予定です。まちなかキャンパス長岡4Fサービスカウンターにも設置します。

抽選申込開始	抽選申込締切(必着)	抽選日	追加申込開始
6/3(水) ※ハガキまたは電子申請	7月の講座 6/17(水) 23:59	→ 6/18(木)	→ 6/24(水) 8:30~
	8月の講座 7/17(金) 23:59	→ 7/18(土)	→ 7/24(金) 8:30~

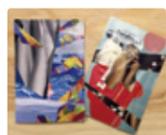
※まちなか大学は初回の日が基準となります。



学校で話したくなる! みんなでたのしむ芸術写真

ただシャッターを切るだけでは、ステキな写真は撮れません。遠近法やユニークなアイデアを駆使して、自分だけの写真を撮りましょう。保護者の皆さんにもちょっとだけお手伝いしてもらいます。写真の基礎や日常の写真を面白くするちょっとしたコツも学びます。

定員 小学1～6年生とその保護者20組 **会場** 4F 創作交流室ほか
持物 デジタルカメラ(スマホも可)



ワクワクするコラージュポストカードをデザインしよう

コラージュは、ピカソらが始めたと言われるアート、デザインの手法の一つ。雑誌の切り抜きなどを組み合わせて貼る=コラージュして、ポストカードを自分好みにデザインしましょう。完成した時には、気分はすっかりデザイナー!?

定員 小学1～6年生とその保護者20組 **会場** 4F 創作交流室
材料費 100円 **持物** はさみ、のり、ご自身を写した写真、雑誌(あれば)



みんなの発見が一面記事! まちなか新聞を作ろう

長岡駅周辺を歩き、面白いところや美味しいものなどを見つけて、自分だけの「まちなか新聞」を作りましょう。お子さんはインタビュー、保護者の皆さんはカメラマンになって、一面記事を集めてください。大切なのは「人の話を聴く力」。皆さんはスゴ腕記者になれるかな?

定員 小学4～6年生とその保護者20組 **会場** 4F 創作交流室ほか
材料費 100円 **持物** デジタルカメラ



やまこしの牛を見て「木牛」を作ろう

木牛は子どもたちの成長を願う玩具として、古くから山古志で遊ばれてきました。実際に山古志へ行き、牛の角突きの映像や本物の牛を見学し、自分だけの木牛を作りましょう。実際に見た牛の色や姿を、木牛で再現するのも面白いですよ。

定員 小学1～6年生とその保護者20組
会場 山古志 **材料費** 2,500円(昼食代を含む)



パタパタ飛行機を作って飛ばそう

ゴム動力で羽をパタパタ動かしながら飛んでゆく飛行機を作ります。羽をパタパタさせながら飛ぶ姿は、まるで本物の鳥のようです。羽に絵を描いて、世界に一つだけのパタパタ飛行機を作り、飛ばしてみましょう。

定員 小学1～6年生とその保護者20組
会場 長岡工業高等専門学校(現地集合) **材料費** 300円
持物 筆記用具(エンピツ、消しゴム)

7/18(土)
10:00～12:00
6/17(水) 申込締切
長岡造形大学
教授 阿部 充夫

7/18(土)
14:00～15:30
6/17(水) 申込締切
長岡造形大学
准教授 山田 博行

7/19(日)
10:00～16:00
6/17(水) 申込締切
長岡大学地域連携室
コーディネーター 脇田 妙子

7/25(土)
11:00～17:30
6/17(水) 申込締切
長岡造形大学
教授 後藤 哲男
虫亀宝物館 若槻 敬

7/25(土)
13:30～15:00
6/17(水) 申込締切
長岡工業高等専門学校
教授 中村 奨



小さくたって一人前! ゲームで体験サバイバル術

ひもの結び方や火の起こし方など、ちょっと本格的なサバイバル術を教わりましょう。楽しいゲームを通して「ルールをしっかり守る気持ち」や「チームプレイの大切さ」などを学びます。家庭でのお手伝いもするようになるかも…?

定員 小学3～5年生とその保護者 **会場** 赤城コマランド(現地集合)
持物 軍手(イボ付き不可)、雨具(折りたたみ傘不可)、水筒(中身は水のみ)、動きやすい服装、虫除け・薬等、はさみ、帽子、タオル、着替え、牛乳パック
材料費 200円



こみんか探検

国の重要文化財、旧長谷川家住宅で「みんなの探検」! 古い建物の中には、今まで見たこともないような不思議な形や機能がたくさん隠れています。参加したみんなで建物を探検して、不思議を発見しましょう。そして、誰の不思議が一番が写真に撮って比べてみましょう。

定員 小学3～6年生とその保護者20組 **会場** 長谷川邸(現地集合:長岡市塚野山773番1)
持物 デジタルカメラ(スマホも可)



ろうそくパワーで回る灯ろうを作ろう!

ろうそくの火による熱の力で、描いた模様がぼんやりと浮かび上がってクルクルまわる、ちょっと幻想的な灯ろうを作ります。材料はなるべく身近なものを使い、動かすパワーの源はろうそく1本だけ。うまく作ればしゃれたインテリアにもなる面白工作に挑戦しませんか?

定員 小学3～6年生とその保護者20組
会場 長岡工業高等専門学校(現地集合) **材料費** 200円
持物 350mlアルミ缶(きれいに洗ったもの)、はさみ、カッター、ものさし(15cm以上)、筆記用具、サインペン、セロテープ、ホッチキス



Kawaii理科実験 分解しまくり隊

電卓やリモコン、プリンター、TVなど、仕組みはよく分からないけど生活を便利にしている機器が、私たちの身の回りにたくさんあります。これらを分解して、中がどのようになっているのか見てみましょう。分解して出てきたパーツで、かわいいキーホルダーを作ります。

定員 小学1～6年生15名 ※小学1・2年生は、必ず保護者が同伴してください。
会場 4F 創作交流室 **材料費** 300円
持物 あれば不要になった機器(リモコンや電卓などの電池で動くもの、時計や万歩計など電池を使わないもの)

7/26(日)
10:00～14:30
6/17(水) 申込締切
ボーイスカウト長岡1団
ボーイ隊長 小林 裕人

8/9(日)
10:00～12:00
7/17(金) 申込締切
長岡造形大学
教授 平山 育男

8/22(土)
10:00～12:00
7/17(金) 申込締切
長岡工業高等専門学校
教授 河田 剛毅

8/22(土)
14:00～15:30
7/17(金) 申込締切
長岡技術科学大学
助教 吉武 裕美子

保育サービスがあります!

「気になる講座があるけど、子どもを置いて行けない…」そんな時は、まちキャンの保育サービスを利用しましょう! まちなかカフェ、まちなか大学、市民プロデュース講座など、まちキャンの主催講座を受講される方に、無料の保育サービスをご用意しています。対象は6ヶ月～未就学のお子さんです。希望される方は、講座日の10日前までに、まちなかキャンパス長岡までお電話ください。



自分で作った天体望遠鏡で月と惑星を見よう! 【3回連続講座】



ねらい

光の屈折の講義で知識を深めた後、天体望遠鏡を自身で組み立てることで望遠鏡の仕組みを理解します。また、星の基本知識を学び、実際に天体観測を行うことで、天文や自然科学への興味を養います。

定員 小学1～6年生とその保護者20組

受講料 3回で2,000円

会場 まちなかキャンパス長岡 4F 交流広場

材料費 5,000円

6/17(水) 申込締切

1

まずは本体を作ろう!

天体望遠鏡工作キットを使って、望遠鏡の本体を作ります。月や惑星の見え方や特徴、光の性質、屈折望遠鏡や、対物レンズの意味を習いながら、望遠鏡の仕組みを学びます。

7/4(土)
10:00～12:00

長岡工業高等専門学校
准教授 長部 恵一

2

三脚も忘れずに!

天体望遠鏡を支える木製の三脚を作ります。木のパーツを組み立て、釘を打って固定すると、丈夫な三脚が出来上がります。これで天体観測の準備は万端です。

7/11(土)
10:00～12:00

長岡工業高等専門学校
准教授 長部 恵一

3

月や土星を見てみよう!

星座や惑星について学びながら、自分で作った望遠鏡で、天体観測をします。月のクレーターや、輪がある土星、宵の明星と呼ばれる金星が見えればラッキー! 遠い宇宙がぐっと身近に感じられることでしょう。 ※天候不良時は体育館で模擬天体を観測します。

会場 長岡工業高等専門学校(現地集合)

予備日 7/18(土)の天気が良くない場合は7/25(土)19:00～20:00に開催します。(任意参加)

7/18(土)
19:00～20:00

長岡工業高等専門学校
准教授 長部 恵一

世界にひとつだけのミニカーを作ろう 【3回連続講座】



ねらい

ものづくりの世界もどんどん変化していますが、今注目されている機器として「3Dプリンター」があります。この講座では3Dプリンターで作られた原型に色を塗り、自分だけのオリジナルデザインのミニカー作りを行います。

定員 小学1～6年生とその保護者20組

受講料 3回で2,000円

会場 まちなかキャンパス長岡 4F 交流広場

材料費 2,000円

6/17(水) 申込締切

1

デザインを決めよう!

数種類の3Dデータのなかから自分の好きな形のクルマを選び、3Dプリンターで出力します。実際に出力している様子は間近で見ることができます。そして出力している間に、どんなカラーリングにするのかを考えて、色鉛筆を使ってスケッチを描き、デザインを決めていきます。

7/25(土)
10:00～11:30

長岡造形大学 教授 増田 譲
長岡造形大学 教授 斎藤 和彦

2

大切なのは下地作り!

3Dプリンターで出力されたミニカーは、機械の特性上表面がデコボコになっているため、そのままではきれいに仕上がりにません。紙ヤスリなどを使ってみがき、ツルツルのボディを作りましょう。ここでのみがき具合で仕上がりが大きくちがってきます。

8/8(土)
10:00～11:30

長岡造形大学 教授 増田 譲
長岡造形大学 教授 斎藤 和彦

3

色を塗って完成だ!

いよいよ色を塗っていきます。今回は模型用のマーカーペンを使って塗ります。第1回で描いたデザインをもとに、色を塗る順番を考えながら作業し、ミニカーを仕上げていきます。世界でひとつだけのミニカーが完成です!

8/22(土)
10:00～11:30

長岡造形大学 教授 増田 譲
長岡造形大学 教授 斎藤 和彦

まちなか大学院

キーワードは“探求心”

自分のテーマを持ち、
専門家のアドバイスを受けながら研究を深めます。
学びの主役はあなたです。



学生証

まちなか大学・大学院の受講生(=まちなかキャン生)には、「まちなかキャンパス長岡学生証」を発行します。講座の際は学生証で出席をとります。また、約100店舗もの加盟店でお得なサービスが受けられます。

ひとづくり研究科

防災研究コース



ねらい

災害発生時、避難行動要支援者をどのように支援していくかは大きな課題の一つです。避難行動要支援者への理解を深め、災害時に地域において、要支援者を支援していくためには何をしなければならないかを考えるとともに、そのために今から地域で出来る備えについて研究します。

対象

平成23年度まちなか大学「災害における人の力を考える～家族・仲間を守るために～」修了生
平成24年度まちなか大学「集中豪雨に備えるために～天と地と水、自然を識り、防災に活かす～」修了生
平成25年度まちなか大学「災害から子どもを守る～急場のサバイバルから心のケアまで～」修了生
平成26年度まちなか大学「震災10年、長岡の復興と未来」修了生
平成27年度まちなか大学「災害時に必要な市民のチカラを考える」修了生
中越市民防災安全大学卒業生(卒業年度は問いません)

定員 10名(書類選考あり)

受講料 5,000円

会場 まちなかキャンパス長岡 ほか

時期 平成27年11月～平成28年2月(予定)

まちづくり研究科

ファシリテーションコース



ねらい

ファシリテーションは、職場の会議や町内会の話し合いの場で役立つことはもちろん、教育現場や企業の人材育成の面からも注目されているスキルです。このコースは、基礎的な講座を修了した方のためのステップアップ課程で、実践的なカリキュラムを通じて、さらにスキルを磨いていきます。

対象

平成26年度まちなか大学「ファシリテーション入門講座ー話し合いがイキイキするためにー」修了生
平成27年度まちなか大学「ファシリテーション入門講座ー話し合いの舵を取れ!ー」修了生
まちなか大学院ファシリテーションコース修了生(修了年度は問いません)
ほか、ファシリテーションに興味のある方

定員 20名(書類選考あり)

受講料 5,000円

会場 まちなかキャンパス長岡

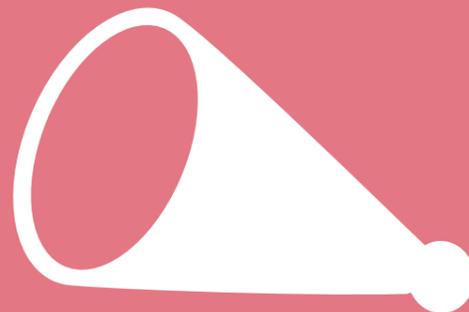
時期 平成28年2月～3月(予定)

市民プロデュース講座

平成27年度 前期

市民の方々が講座にチャレンジします。
アイデア満載、ありそうでなかった
ユニークさがポイントです。

※4月～9月開催の4講座を掲載します。
10月から翌年3月開催分については、
まちキャン通信や市政だよりなどでお知らせします。



本音で向き合う医療講座 —最後まで自分らしく逝ききるために—



講師 日本財団新潟看護センターゆきぐに 高橋雅美
定員 20名(先着) 受講料 3回で600円
会場 まちなかキャンパス長岡 3F 302 会議室

申込
4/10(金)～

1	医療現場に望むこと 医療介護総合確保促進法や診療報酬改定により、病院機能が区分化され、治療や療養現場が病院から在宅に変わります。医療を受ける人々は、どのように必要な知識を得て、どのように医療と向き合えばよいのでしょうか。医療現場に望むこと、そして自分はどうあるべきかを、講師と一緒に考えましょう。	5/9(土) 14:00～16:00
2	メッセンジャーナースを知っていますか 治療や命にかかわる決断を迫られた時、誰に相談して決めていますか？医師に自分の思うことが言えますか？そんな時架け橋となり、患者が望む医療を受けられるようお手伝いをするのがメッセンジャーナースです。メッセンジャーナースを通して望み通りの医療を受ける方法を知りましょう。	5/16(土) 14:00～16:00
3	エンド・オブ・ライフ 命の終わりは誰にでも訪れるもの。人生の最期をどのように過ごすか、考えたことがありますか？家族や大切な人と、終わりの時まで自分らしく納得して、望むように逝ききること…そんな終焉を迎えるために必要なことを、参加者全員で話し合いながら考えてみましょう。	5/23(土) 14:00～16:00



リバウンドしない片づけ=自分に合った片づけを見つける



講師 ライフオーガナイザー・整理収納アドバイザー 大滝愛弓
対象 部屋を片づけて友だちを招きたい方、一人暮らしを始めて部屋が片づけられない方(高校生以上)
定員 15名(先着) 受講料 3回で600円
会場 まちなかキャンパス長岡 3F 302 会議室

申込
4/10(金)～

1	片づける前に土台づくり 今までいろいろな収納方法を試してきたのに、気が付くとまた散らかってしまう…。そんな「片づけのリバウンド」が起きてしまうのは、片づけの順番が違っていたからかもしれません。片づけの前に「思考の整理」をして、自分の「大切なもの」「好きなもの」を考えましょう。	5/23(土) 10:00～11:30
2	片づけの3ステップ 雑誌やテレビなどで紹介された収納テクニックで挫折したことはありませんか？片づけ方は人それぞれで、王道はありません。あなたに合わない方法で片づけても、うまくいかないものです。洋服の収納を例に、利き脳から自分に合った片づけ方を見つけましょう。	6/6(土) 10:00～11:30
3	片づけをリバウンドさせない 片づけた状態を維持したいですね。片づけた後も、使いにくいところは見直していくことが大切。そのために、自分の行動の特徴を知って、片づける時間を確保しましょう。習慣化できて、はじめてラクな仕組みが完成します。その基準は「自分軸」です。	6/20(土) 10:00～11:30

ミドル・シニア世代の科学教室 —面白おもちゃを作って脳を元気に—



講師 サイエンスを楽しむ会 大原研二
対象 40歳以上の方、お孫さんのいらっしゃる方
定員 20名(先着) 受講料 3回で600円 材料費 800円(3回分)
持物 はさみ、黒マジック(太いもの)、セロテープ
1回目:穴あけパンチ(ある人のみ) 2回目:スティックのりか両面テープ 3回目:スティックのりか両面テープ、色塗り用マジック
会場 まちなかキャンパス長岡 4F 創作交流室

申込
5/11(月)～

1	サイコロ型万華鏡作り 簡単な工作でびっくりするような科学おもちゃを作ってみましょう。手を動かすことで脳も元気になります。第1回目は「サイコロ型万華鏡」を作ります。小さな四角い箱に開いた「のぞき穴」から中をのぞくと、ちょっと変わった光が入ってきて何とも言えない世界を作り出します。	6/6(土) 14:00～15:00
2	三角すい型万華鏡作り 「三角すい型万華鏡」を作ります。3枚の鏡を三角すいの形に組み立て、底面から中をのぞくと、不思議な球体の絵が見えてくるのです。どんな風に不思議な球体なのかは、作ってからの楽しみ。鏡の反射による対象性を利用した、簡単にできる万華鏡です。	6/13(土) 14:00～15:00
3	よく回るCDコマ作り CDとビー玉でコマを作ります。CDにいろいろな模様を描いて回してみよう。コマを回すことによって、模様が変わっていきます。模様によってはとても面白い変化を見せてくれます。また、「目の錯覚」を利用した実演も行います。驚いて脳を活性化させましょう。	6/20(土) 14:00～15:00

色を整理する。シンプルカラーコーディネート術

講師 グラフィックデザイナー 高木秀俊

対象 色で冒険できずつつい地味になってしまう方

定員 20名(先着) **受講料** 3回で600円

持物 3回目のみ: 絵具、絵筆、パレット・筆洗(それぞれ無ければ牛乳パック)、筆を洗う雑巾やティッシュ、汚れてもよいエプロン

会場 まちなかキャンパス長岡 4F 創作交流室

申込
5/11(月)～

- ### 色の仕組みを知る

色の仕組みをよく理解することは、漠然としていた色使いを見つめ直しコントロールするための糸口の一つです。色を順序立てて円の形に並べた「色相環」や、色相環で正反対に位置している色の組み合わせ「補色」など、色のシステムチックな関係性を紹介します。

6/28(日)
14:00～15:30
- ### 色を組み合わせるテクニック

講師独自の色の向き合い方を紹介します。一度色数を絞って見て、色を組み合わせるテクニックについて考えてみましょう。また、雑誌などから切り取ったファッション写真の実例と比較して、テクニックに基づいているか検証しましょう。

7/5(日)
14:00～15:30
- ### 配色レッスン

これまで学んだことをふまえて、絵具を用いた配色レッスンにチャレンジしてみましょう。実際に色を作って自ら考えて配置する事で、カラーコーディネートと真剣に向き合います。試行錯誤しながら色を探求するプロセスを通して、色の使い方を身につけていきます。

7/12(日)
14:00～15:30

まちキャンボランティア企画講座 今年も開催予定

講座の受付や進行、お茶の給仕などの運営補助や、広報、レコード磨きなど、まちキャンを陰で支えているボランティア＝まちキャンスタッフの皆さんが企画・運営をする講座、それが「まちキャンボランティア企画講座」です。それぞれの知識と経験、得意分野を活かした講座は、どれも魅力的なものばかり。今年度も随時開催予定なのでお楽しみに。講座情報は、まちキャン通信やホームページ、市政だよりに掲載します。

昨年度の講座の様子を紹介



「長岡花火まるかじり～花火を100倍楽しむために～」
全5回の連続講座。花火の歴史を学ぶだけでなく、線香花火の作製をしたり、花火をデザインしてみたりと、貴重な体験をすることができました。



「子ども理科実験教室」
定年退職した理系教員の皆さんが豊富な経験を活かして指導する、子ども向けの理科実験講座。子どもたちは楽しみながら理科に触れていました。



まちキャンスタッフ募集中!!

ボランティアスタッフを随時募集しています。講座の補助をしたり、ボランティア募集ポスターのデザインをしたり、講座を開催してみたり…活動の仕方は千差万別。まちキャンに興味がある方、新しいことを始めたい方、まちキャンスタッフになりませんか。

主な仕事

- ・講座の補助(会場設営、受付、まちなかカフェのお茶だし、写真撮影など)
- ・講座の企画 ・広報 ・音楽鑑賞のコーナーのレコード磨き

申込方法

まちキャンのホームページにある「まちキャンスタッフ登録書」に必要事項を記入のうえ、まちなかキャンパス長岡までお送りください。(持参、メール、郵送いずれでも可)。



平成27年度 講座スケジュール

まちなかカフェ まちなか大学 こども講座 市民プロデュース講座

4 4月 / April

日	時間	講座名	P
10(金)	19:00～20:30	日本古代の仏像・神像 ①日本最古の仏像 一飛鳥時代の仏像一	14
17(金)	19:00～20:30	日本古代の仏像・神像 ②仏教文化の広がり 一白鳳時代の仏像一	14
18(土)	14:00～15:30	毎日が実験日和 一日常生活を科学する一	04
24(金)	19:00～20:30	日本古代の仏像・神像 ③奈良の都の仏たち 一天平時代の仏像一	14
25(土)	10:00～11:30	匠の技を科学的に見てみよう	06
27(月)	19:00～20:30	音と形の関係 一オーディオ機器とデザイン一	05

5 5月 / May

日	時間	講座名	P
1(金)	19:00～20:30	日本古代の仏像・神像 ④木彫像の魅力 一平安時代の仏像一	14
8(金)	19:00～20:30	日本古代の仏像・神像 ⑤あらわれた神々 一平安時代の神像一	14
9(土)	14:00～16:00	本音で向き合う医療講座 一最後まで自分らしく逝ききるために一 ①医療現場に望むこと	23
	15:00～16:30	教えてウッチー! サッカーとアルビの楽しみ方	06
12(火)	19:00～20:30	守れ! 山の生態系 一猟友会のお仕事一	09
13(水)	19:00～20:30	まちキャンラベル作ってみよう世界の食 ①アフガニスタンのパラウをいただきます!	11
16(土)	14:00～16:00	本音で向き合う医療講座 一最後まで自分らしく逝ききるために一 ②メッセージナーズを知っていますか	23
20(水)	19:00～20:30	まちキャンラベル作ってみよう世界の食 ②トーゴ共和国のアクメをいただきます!	11
21(木)	19:00～20:30	ホテルのお仕事 一ねえさん事件です!!一	06
23(土)	10:00～11:30	リバウンドしない片づけ=自分に合った片づけを見つける ①片づける前に土台づくり	24
	14:00～16:00	本音で向き合う医療講座 一最後まで自分らしく逝ききるために一 ③エンド・オブ・ライフ	23
24(日)	10:00～11:30	レコードで語り合おう、洋楽80's	05
	10:00～13:00	春爛漫! ナス王国にいがた 一頭と体で学ぶナス情報一	08
25(月)	19:00～20:30	長岡の昭和30年代史 ①内山・上村市政の思い出	15
27(水)	19:00～20:30	まちキャンラベル! 作ってみよう世界の食 ③メキシコのタコスをいただきます!	11
28(木)	19:00～20:30	局地的大雨のしくみと天気について学ぼう	07
30(土)	14:00～15:30	不思議がいっぱい! 新潟に漂着する生き物	09



企業・団体プロデュース寄付講座、随時開催!

企業・団体の皆さんが主体となって開催する講座です。ものづくりの技術や伝統工芸、食文化など長岡が誇る宝や生活に役立つ情報などをその道のプロが紹介します。企業などから提案があった場合、まちキャン通信やホームページ、市政だよりなどでお知らせします。

企業・団体の皆さんへ

企業・団体の皆さんが企画・運営する講座を募集します。専門性や地域性を活かした特色ある講座をご提案ください(自社製品のPR・販売、勧誘など一企業・団体の営利を主たる目的とした講座は対象となりません)。詳しくはホームページをご覧ください。

例えばこんな講座

- ・電気や部品メーカーの業界のトレンド
- ・大工の木造建築の魅力
- ・職人さんの伝統工芸品の意外な使い方
- ・呉服店の着もの着こなし方、楽しみ方

申込方法

まちキャンのホームページにある申請書に必要事項を記入のうえ、開催月の3カ月前までにお申し込みください。(審査あり)。



6

6月 / June

日	時間	講座名	P
1(月)	19:00~20:30	長岡の昭和30年代史 ②36・38豪雪とその時代 - 雪害の克服をめざして -	16
3(水)	19:00~20:30	まちキャン旅行!作ってみよう世界の食 ④フィリピンのハロハロをいただきます!	11
6(土)	10:00~11:30	リバウンドしない片づけ=自分に合った片づけを見つける ②片づけの3ステップ	24
	14:00~15:00	ミドル・シニア世代の科学教室 -面白おもちやを作って脳を元気に- ①サイコロ型万華鏡作り	24
	19:00~21:00	千蔵院で紙芝居に囲まれる夜	06
8(月)	19:00~20:30	長岡の昭和30年代史 ③まちなかの文化史を探る -印刷・出版でひもとく戦後の市民活動-	16
9(火)	19:00~20:30	航空自衛隊・新潟救難隊の仕事	07
10(水)	19:00~20:30	かつこよさにこだわる! 三条マルシェの魅力	07
13(土)	14:00~15:00	ミドル・シニア世代の科学教室 -面白おもちやを作って脳を元気に- ②三角すい型万華鏡作り	24
	14:00~15:30	カレーの国・インドってホントはナンなん?	09
17(水)	19:00~20:30	まちキャン旅行!作ってみよう世界の食 ⑤レバノンのタッブーレをいただきます!	11
20(土)	10:00~11:30	リバウンドしない片づけ=自分に合った片づけを見つける ③片づけをリバウンドさせない	24
	14:00~15:00	ミドル・シニア世代の科学教室 -面白おもちやを作って脳を元気に- ③よく回るCDコマ作り	24
22(月)	19:00~20:30	長岡の昭和30年代史 ④関原町と長岡市の合併から見えるもの	16
23(火)	19:00~20:30	企業のトップがやってきた! ①地域と世界をつなぐケーブルテレビ	11
24(水)	19:00~20:30	『武士の娘』 - 海を渡った士族の娘の半生 -	04
28(日)	14:00~16:00	食中植物 その不思議と魅力	09
	14:00~15:30	色を整理する。シンプルカラーコーディネート術 ①色の仕組みを知る	25
29(月)	19:00~20:30	長岡の昭和30年代史 ⑤新聞記事が語る長岡の世相	16

7

7月 / July

日	時間	講座名	P
2(木)	19:00~20:30	企業のトップがやってきた! ②チェーンストア経営の現状と成長戦略	11
4(土)	10:00~12:00	自分で作った天体望遠鏡で月と惑星を見よう! ①まずは本体を作ろう!	21
5(日)	14:00~15:30	色を整理する。シンプルカラーコーディネート術 ②色を組み合わせるテクニック	25
8(水)	19:00~21:00	企業のトップがやってきた! ③地域に根づき、支える銀行	12
11(土)	10:00~12:00	自分で作った天体望遠鏡で月と惑星を見よう! ②三脚も忘れずに!	21
12(日)	14:00~15:30	色を整理する。シンプルカラーコーディネート術 ③配色レッスン	25
	14:00~15:30	ロマン輝く星のお話 ①星座今昔物語	12
14(火)	19:00~20:30	企業のトップがやってきた! ④おいしさを創造する「米・技・心」	12
18(土)	10:00~12:00	学校で話したくなる!みんなでのたのしむ芸術写真	19
	19:00~20:00	自分で作った天体望遠鏡で月と惑星を見よう! ③月や土星を見てみよう!	21
	14:00~15:30	ワクワクするカラージュボストカードをデザインしよう	19
19(日)	10:00~16:00	みんなの発見が一面記事! まちなか新聞を作ろう	19
23(木)	19:00~20:30	企業のトップがやってきた! ⑤安全と安心に満ちた未来のために	12
25(土)	10:00~11:30	世界にひとつだけのミニカーを作ろう! ①デザインを決めよう!	21
	11:00~17:30	山古志の牛を見て「木牛」を作ろう	19
	13:30~15:00	パタパタ飛行機を作って飛ばそう	19
26(日)	10:00~12:00	小さくたって一人前!ゲームで体験サバイバル術	20
	14:00~15:30	ロマン輝く星のお話 ②太陽系誕生と未来	12
28(火)	19:00~20:30	企業のトップがやってきた! ⑥マーケティング力で地域は活性化する!	12



8

8月 / August

日	時間	講座名	P
8(土)	10:00~11:30	世界にひとつだけのミニカーをつくろう! ②大切なのは下地作り!	21
9(日)	10:00~12:00	こみんか探検	20
	14:00~15:30	ロマン輝く星のお話 ③宇宙探査におけるロケットの歴史と成果	12
22(土)	10:00~12:00	ろうそくパワーで回る灯ろうを作ろう!	20
	10:00~11:30	世界にひとつだけのミニカーをつくろう! ③色を塗って完成だ!	21
	14:00~15:30	Kawaii理科実験 分解しまくり隊	20
23(日)	14:00~15:30	ロマン輝く星のお話 ④生命の起源を探る	12
29(土)	8:00~13:00	長岡野菜入門講座 -これであなたも長岡野菜通- ①こだわりの畑を見る -夏野菜コース-	16
30(日)	9:00集合	夏だ! 山古志収穫祭 -かぐら南蛮と和牛スペシャル-	08

9

9月 / September

日	時間	講座名	P
4(金)	19:00~20:30	勝ち組の必須アイテム「情報」を攻略せよ!	07
10(木)	19:00~20:30	ロボット技術の最先端 -憧れの近未来は実現したのか-	06
13(日)	14:00~15:30	ロマン輝く星のお話 ⑤すばる望遠鏡で見た宇宙	12
14(月)	19:00~20:30	長岡野菜入門講座 -これであなたも長岡野菜通- ②野菜の基礎知識 / なぜ今、伝統野菜なのか	16
17(木)	19:00~20:30	親子で考えるセカンドライフ -夢は叶う-	09
24(木)	19:00~20:30	災害時に必要な市民のチカラを考える①	13
25(金)	19:00~20:30	優しい心づかい、「江戸しぐさ」を学ぶ	06
30(水)	19:00~20:30	私たちの生活を支えるインフラ ①インフラってなに?	15

10

10月 / October

日	時間	講座名	P
1(木)	19:00~20:30	災害時に必要な市民のチカラを考える②	13
5(月)	19:00~20:30	長岡野菜入門講座 -これであなたも長岡野菜通- ③これが長岡野菜! -16品目が選ばれた理由-	16
7(水)	19:00~20:30	私たちの生活を支えるインフラ ②大河津分水 -インフラを造った人々-	15
8(木)	19:00~20:30	災害時に必要な市民のチカラを考える③	13
9(金)	19:00~20:30	色の見え方、感じ方	05
12(月)	9:15集合	食欲と知欲の秋! -学んで探って秋野菜満載ビュッフェ-	08
14(水)	19:00~20:30	私たちの生活を支えるインフラ ③あくなき自然との闘い	15
15(木)	19:00~20:30	災害時に必要な市民のチカラを考える④	13
21(水)	19:00~20:30	私たちの生活を支えるインフラ ④「造る」から「維持管理」へ-社会の持続的発展を考える-	15
22(木)	19:00~20:30	災害時に必要な市民のチカラを考える⑤	13
24(土)	9:00~13:00	長岡野菜入門講座 -これであなたも長岡野菜通- ④こだわりの畑を見る -秋野菜コース-	16
25(日)	14:00~16:00	私たちの生活を支えるインフラ ⑤長生橋を見に行こう	15
26(月)	19:00~20:30	ファシリテーション入門講座 -話し合いの舵を取れ! ①ファシリテーションとは?	17
29(木)	19:00~20:30	どっぶりつかろう、村上春樹ワールド	06
31(土)	10:00~12:30	長岡野菜入門講座 -これであなたも長岡野菜通- ⑤美味しさを引き出す調理法	16

まちキャンHPの 講師リストを活用しよう!

まちキャンのホームページには、今までに講師としてお越しいただいた方の簡単なプロフィールが紹介されています。真面目な経歴から趣味、好きな食べ物まで紹介されている内容はさまざま。講座を受ける前に一度見てみてはいかがでしょうか?



11

11月 / November

日	時間	講座名	P
2(月)	19:00~20:30	ファンリテーション入門講座 -話し合いの舵を取れ!- ②参加したくなる話し合いの場作り	17
6(金)	19:00~20:30	歴史のなかの「地上の星」-戦国・上杉家編- ①戦国・上杉家の「ナンバー2」-謙信・景勝を支えた人びと-	13
9(月)	19:00~20:30	ファンリテーション入門講座 -話し合いの舵を取れ!- ③アジェンダの作り方	17
11(水)	19:00~20:30	スパルタ式! ゆるキャラの育て方	08
13(金)	19:00~20:30	歴史のなかの「地上の星」-戦国・上杉家編- ②直江家三代と上杉家-直江景綱から兼続へ-	13
16(月)	19:00~20:30	ファンリテーション入門講座 -話し合いの舵を取れ!- ④話し合いを「見える化」する	17
18(水)	19:00~20:30	乗り物のデザインが生まれるまで -Honda三現主義-	05
19(木)	19:00~20:30	桐子を探せ。	05
20(金)	19:00~20:30	歴史のなかの「地上の星」-戦国・上杉家編- ③河田長親 -謙信政権の特質を探る-	14
21(土)	14:00~15:30	NHK大河ドラマ『真田丸』を100倍楽しむ方法	04
22(日)	9:30集合	世界に誇れる食文化 -収穫から料理まで!冬野菜を満喫-	08
27(金)	19:00~20:30	歴史のなかの「地上の星」-戦国・上杉家編- ④仙桃院とおせん -上杉家の女性たち-	14
30(月)	19:00~20:30	ファンリテーション入門講座 -話し合いの舵を取れ!- ⑤参加者の「納得」形成を図るには	17

12

12月 / December

日	時間	講座名	P
4(金)	19:00~20:30	歴史のなかの「地上の星」-戦国・上杉家編- ⑤追跡! 河村彦左衛門尉 -上杉領で検地を行った男-	14
11(金)	19:00~20:30	大相撲いろはの「い」	06
13(日)	14:00~15:30	ちょっとアブナイ、大人の科学実験!	04
17(木)	19:00~20:30	「ぼうさい家族会議」をひらこう	07

1

2016年1月 / January

日	時間	講座名	P
12(火)	19:00~20:30	実践! スポーツ工学 -好学して、工学を、向学しよう!-	04
22(金)	19:00~20:30	長岡の百年企業を訪ねて	08

2

2016年2月 / February

日	時間	講座名	P
10(水)	19:00~20:30	いい感じで知っておきたい漢字のあれこれ	07
17(水)	19:00~20:30	銀行が午後3時に閉まるワケ	07

3

2016年3月 / March

日	時間	講座名	P
4(金)	19:00~20:30	宇宙の不思議 -宇宙物理学の最前線-	04
9(水)	19:00~20:30	iPS細胞ってどんなもの?	04

まちキャンでレコードを聴きませんか?

まちキャンには、自由にレコードが聴ける音楽鑑賞コーナーがあります。クラシックからロック、アイドルまで、ジャンルは多彩。落語や効果音などの面白いものもあります。所蔵数約7,500枚のレコードは全て、市民の皆さんから寄贈していただいたもの。まちキャンスタッフが1枚1枚丁寧に磨いています。ひと休みしたいときはまちキャンに来て、レコードでリラックスしませんか。



申し込み

電話またはまちなかキャンパス長岡ホームページよりお申し込みください。(AM8:30~)

tel.0258-39-3300 <http://www.machicam.jp>



注意事項

- ◎無料保育サービス(6カ月~未就学)があります。希望される方は、講座日の10日前までにまちなかキャンパス長岡までご連絡ください。
- ◎キャンセルされる場合は、必ずご連絡ください。材料費がかかる講座をキャンセルした場合、材料費をご負担いただく場合があります。
- ◎まちなかキャンパス長岡主催の講座は、いきいき県民カレッジに登録しています。

近隣駐車場MAP



- 市営駐車場
- 民営駐車場
- 一方通行
- 駐車場入り口

市営駐車場の営業時間と料金

① 大手通り地下駐車場	6:00~24:00	30分 100円
② アオーレ長岡駐車場	7:00~23:00	
③ 長岡市営表町駐車場	24時間	
④ 長岡市営大手口駐車場	6:00~24:00	

※駐車場代は自己負担です。

答え

私たちはココ!



この講座一覧は、平成27年4月1日現在のものです。講座の内容は予告なく変更になる場合がありますので、あらかじめご了承ください。