

10月の市民プロデュース事業

申込開始

9/10(火)～

※電話・HPで

40～50代女性向け「脱!マンネリコーディネートのコツ」教えます

【第1回】『大人のデニムの着こなし方』

【第2回】『今年の秋冬何を買い足せば今年らしい?』

【第3回】『今持っているスーツ、どう着まわす?』

【第4回】『寒い冬!おしゃれに見えるコートとブーツの選び方』

講師

ファッションアドバイザー 服部 厚子

日時

9/26(木)・10/17(木)・11/7(木)・11/28(木) 14:00～15:30

対象

40～50代女性

定員

20名(先着)

持ち物

手持ちの服や小物など(持ってこられる方のみ)

会場

まちなかキャンパス長岡 302会議室、501会議室

受講料

800円

9月の催しもの

まちなかカフェ

まちなか大学

市民プロデュース

ボランティア企画講座

企画提案型寄附講座

日程	時間		内容	講師
9/ 1(日)	13:30-15:00		この道ひとすじ①「水泳選手を育てる～強い新潟を目指して～」	新潟県水泳連盟専務理事 大桃 正隆
9/ 7(土)	9:30-12:00		ホームページの底力を引き出す、コツとココロのワークショップ②	WACAウェブ解析士マスター 小杉 聖
9/11(水)	19:00-20:30		ながおか環境学～みんなの力でこんなに変わる～④	長岡技術科学大学 教授 山口 隆司
9/14(土)	9:30-12:00		ホームページの底力を引き出す、コツとココロのワークショップ③	WACAウェブ解析士マスター 小杉 聖
9/18(水)	19:00-20:30		ながおか環境学～みんなの力でこんなに変わる～⑤	特定非営利活動法人地域循環ネットワーク 理事長 金子 博
9/21(土)	9:30-12:00		ホームページの底力を引き出す、コツとココロのワークショップ④	WACAウェブ解析士マスター 小杉 聖
9/24(火)	19:00-20:30		サイエンスコミュニケーターから学ぶ「伝える技術」	新潟県立自然科学館 学芸員 近田 梨絵
9/25(水)	19:00-20:30		芥川賞・直木賞作家をひもとく①	長岡技術科学大学 准教授 若林 敦
9/26(木)	14:00-15:30		40～50代女性向け「脱!マンネリコーディネートのコツ」教えます①	ファッションアドバイザー 服部 厚子
9/27(金)	10:00-11:30		人生の店じまい～終活を考えるととき～	長岡大学 准教授 松崎 陽子
9/28(土)	9:30-12:00		ホームページの底力を引き出す、コツとココロのワークショップ⑤	WACAウェブ解析士マスター 小杉 聖
9/28(土)	10:00-12:00		まちづくり市民研究所開所式	
9/30(月)	19:00-20:30		行ったつむりのヨーロッパ美術めぐり①	長岡造形大学 教授 石原 宏

PRコーナー

長岡造形大学(予定)

休館日

9/3(火)、17(火)

展示ギャラリー

9月 6日(金)～12日(木) 原爆ぬり絵展
9月14日(土)～26日(木) 平成25年度長岡まつり写真コンクール入賞作品展
9月27日(金)～30日(月) 日常的写真生活9月展

羽賀学長の
まちキャン徒然日記

▲講座のワンシーン

Vol.23

まちキャンオープン2周年を迎え

9月でまちキャンがオープンして2周年になります。お蔭様で施設の稼働率もほぼ100%になりました。部屋によって、予約が非常に難しいほど活用されています。講座もまちなかカフェからスタートし、まちなか大学、大学院とオープンし、今年は市民研究所をスタートします。まちキャンは全国でも珍しい設置形態をとっており、行政が設置し、3大学1高専が運営企画を行う形です。また市民ボランティア、学生ボランティアの協力が大きな力となって運営されています。学校にとっても、明確な地域貢献、社会貢献の機会となり、教員も市民に分かりやすい授業を行う必要があり、話の内容を咀嚼する力が大幅にアップしたと聞いています。まちキャンはこれから日々成長していきますので、よろしく願っています。

お申し込み

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

注意事項

◎無料保育サービス(6ヶ月～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。

◎材料費がかかる講座をキャンセルした場合、材料費を負担いただくことがございます。

◎(まちなかカフェのみ)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。

協賛企業

私たちはまちなかキャンパス長岡を応援しています。(五十音順)
朝日酒造株式会社、長岡グランドホテル、中川酒造株式会社、原信ナルスホールディングス株式会社

まちキャンボランティア企画講座「第2弾 この道ひとすじ」、それぞれの分野で長年活躍されてきた人を講師にお迎えして、その体験談等をお話して頂く講座です。企画に当たり、講師の方への依頼から打ち合わせ、スタッフとの会議、ポスターの作成等、大変ではありますが、それ以上に講師の方々の人となりに触れ、得るものがあります。素晴らしい講師陣の講座を企画できたことはスタッフにとっても代え難い経験であります。(まちキャンボランティアS)。

10月号につづく

＼きになるがここにある／

まちなかキャンパス長岡
machinaka campus nagaoka

まちキャン通信

9月号
発行：平成25年9月1日

vol.27 September 2013

まちキャン通信編集部 まちなかキャンパス長岡運営協議会 広報分科会 〒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

米百俵塾
実践編
開催です！

未来に向け、「米百俵の精神」を考えよう！

学んで、知って、
長岡再発見！！

2013年10月26日[土]、27日[日]

場所 まちなかキャンパス長岡 4階 交流広場 ほか

定員 30名(申込多数の場合は抽選)

申 込：10月6日(日)必着で、市有施設やホームページ等にある申込用紙に、
必要事項を記入し、郵送、FAX等にて提出いただくか、電子申請にて申込ください。

対 象：一般 受講料：2,000円(夜学 会費別)

史実を振り返るだけでなく、小林虎三郎が目指した教育哲学や実践方法を学び、
現代版「米百俵の精神」とはどうあるべきか、今の生活にどう生かすか、
自分たちにできることは何かを考えます。

10月26日(土)	13:45～15:15	【講座1】米百俵の精神を学ぶ1 ～史実の米百俵～	河井継之助記念館 館長 稲川明雄
	15:25～16:55	【講座2】世界に広がる米百俵の精神 ～発信する力、受信する力～	まちなかキャンパス長岡 学長 羽賀友信
10月27日(日)	8:30～ 9:30	【講座3】米百俵の精神を学ぶ2 ～小林虎三郎のころ～	河井継之助記念館 館長 稲川明雄
	9:30～12:30	【ワークショップ】 「ごうぎな長岡人」になるために	NPO法人市民協働ネットワーク長岡 理事 佐竹直子、阿部巧 ほか アドバイザー：稲川明雄、羽賀友信

10月のまちなかカフェ 講座一覧

おいしいコーヒー、紅茶を飲みながら
気軽に楽しめる講座です

申込開始
9/10(火)～
※電話・HPで

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

申込

最終ページをご覧ください

漢方で健康な生活を送ろう！

「病気ではないのに何となく調子が悪い・・・」そんな“未病”の状態には、漢方が役立つことがあります。でも、漢方は難しそう・・・。そんな方は、漢方の基本を学び、西洋医学との違いを理解して、身近に漢方を取り入れて健康な生活を送ってみませんか？

チェコ仕込みのチェロ奏者になるまで

長岡出身のチェロ奏者・片野大輔さんは、大学卒業後単身チェコに渡り、国立ヤナーチェク芸術大学でチェロを学びました。チェロとの出会い、チェコに渡ったきっかけ、独学で挑んだチェコ語の世界・・・チェロ奏者になるまでの道のりと、チェロの魅力を紹介します。チェロの弾き方や音色など、チェロ演奏の体験もできます。

たまご薬局
薬剤師 棚橋豊

10/19(土)
 14:00～15:30

チェロ奏者
片野大輔

10/26(土)
 10:00～11:30



10月のこども向け 講座一覧

親子でチャレンジ！

申込開始

9/10(火)～

※電話・HPで



恐竜のミステリー

はるか昔に絶滅しながらも、子どもたちの憧れの的である恐竜。いつの時代に恐竜が誕生し、どのような生活をしていたのか、何故絶滅してしまったのか、現代にも残る恐竜の末裔など、恐竜の謎に迫った後、化石のレプリカを作ってみましょう。

定員 小学1～6年生とその保護者20組(先着) 材料費 200円

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 申込 最終ページをご覧ください

新潟県立自然科学館
学芸員 金谷 真樹

10/19(土)
10:00～11:30



10月のまちなか大学 講座一覧

申込開始

9/10(火)～

※電話・HPで

申込 最終ページをご覧ください

身近な経済学



ねらい

私たちの生活を取り巻く世界と社会の変化が急速です。TPP、新興国の台頭……。その中で私たちの生活も影響を受けています。仕事は、生活費は、健康面は……。将来に漠然とした不安を持つ方も少なくないでしょう。状況を正しく理解することで、安心へ一歩踏み出すことができるかもしれません。雇用や保険、医療といった観点も含め、今後の生活を考えてみましょう。

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



1 変化する世界と私たち

TPPに参加するか否か、G8に代わってG20が登場したことにどのような意味があるのか。リーマンショック・ユーロ不安等は私たちにどのように影響するのか……。大きく変化する世界の構造の変化が、私たちとどうかわっているのか考えてみたいと思います。

ロナルド・ドーア「金融が乗っ取る世界経済」中公新書2011年、秋田茂「イギリス帝国の歴史」中公新書2012年

長岡大学
教授 児嶋俊郎

10/3(木)
19:00～20:30

2 雇用は今どうなっているのか

今や働く人の1/3以上が非正社員という時代。また正社員といってもアルバイト以下の労働条件のところもあります。日本でもアメリカでも、そしてお隣韓国でも格差社会は深刻です。非正規雇用の拡大は、職業的能力形成をもっぱら企業に任せてきた日本社会の質的低下をもたらしかねないという指摘もあります。なぜこのようなことが続くのか、一緒に考えたいと思います。

ロナルド・ドーア「働くということ」中公新書2005年、橋本俊昭「格差社会－何が問題なのか」岩波新書2006年

長岡大学
教授 児嶋俊郎

10/10(木)
19:00～20:30

3 知っておきたい保険の知識～生命保険、損害保険のココがポイント～

保険会社の外交職員から、言われるままに保険に入ったり、テレビのCMを見て保険料が安いからという理由だけで、保険を選んではいませんか？何十年も前に入った保険を、そのままにしているのも危険です。あなた自身を守るために、保険の基礎知識を身につけましょう！

長岡大学
准教授 松崎陽子

10/17(木)
19:00～20:30

4 医療と経済の関係～健康はお金で買えますか？～

病院での待ち時間をお金に換算すると？その病院での対応や医療サービスの満足度は？今や患者が病院を選ぶ時代。支払う医療費と要する時間は、果たして妥当なのか？医療に対する患者の意識の変化や医療安全管理体制を、経済学の観点から考えてみましょう。

牛越博文「医療経済学入門」岩波書店、「NHK 出社が楽しい経済学」DVDブック 第1巻 日経BP社

長岡大学
准教授 山川智子

10/24(木)
19:00～20:30

5 エコツーリズムがもたらす経済効果

地域の魅力を観光客に伝えることで、環境や文化の保全につなげる注目の取り組み“エコツーリズム”。エコツーリズムには、地域経済にも密接な関わりがあります。長岡大学学生と運営する環境NPO法人の活動を紹介しながら、「環境と観光の両立」について考えます。最後に、受講生の皆さんで「地域が潤う」エコツアーとは何かを考えてみましょう。

長岡大学
教授 吉盛一郎

10/31(木)
19:00～20:30

知っておきたい現代の食事と健康



ねらい

食事と人の健康の関係については、世界で多くの研究がおこなわれていますが、まだまだわからないことも多くあります。本講座では、どのような食事が、どのように身体に作用するのか、現在わかっていることをふまえて、各専門の講師がお話します。

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



1 飽食時代の栄養学～食と心と体の健康～

食事は生活習慣病の予防のほか、社会生活機能・生活の質の向上の点で重要です。すぐに何でも手に入る現代社会を生き延びるにあたり、医学的に必要な食べものを選び取るテクニックを習得し、心と体に健康をもたらす栄養学を解説します。

長岡西病院
内科部長 福居和人

10/30(水)
19:00～20:30

2 食事と糖尿病予防の深い関係

血糖値が上下するしくみ、食事で摂取した炭水化物等の栄養素が、どのように血糖値に作用するかをふまえ、糖尿病予防の食事についてお話します。また、血糖値が上がりやすい食事、そうでない食事などについても紹介します。

新潟県栄養士会
長岡支部長 小柳スイ子

11/6(水)
19:00～20:30

3 食事と骨の健康の知っておきたい関係

健康な身体づくりは、「^{からだ}體」の文字のごとく、豊かな骨づくりから始まり、その基本は“食”であること、1日3度の食事”および“生活の仕方”すなわち日常生活習慣です。骨の健康づくりのアプローチの1つとして、骨代謝に関連する栄養因子の重要性と毎日の食事からの摂取の仕方を中心に、適正な食生活のポイントなどをお話します。

新潟医療福祉大学
准教授 塚原典子

11/13(水)
19:00～20:30

4 食事と免疫力の不思議な関係

免疫力とは、病気の原因から身体を守る力のことです。免疫力は腸内細菌と関係が深いことが知られています。したがって、腸内細菌環境を良好にする発酵食品、野菜や果物などをたくさん食べる日本の食事が免疫力UPにつながるといえます。これらの関連についてお話します。

元新潟大学大学院
教授 安保徹

11/20(水)
19:00～20:30

5 世界の食と健康～人類はどこへ向かう～

人類の食と健康はどのように変化し、どこへ行くのか？世界で栄養生態調査をおこなってきた写真を交えて、低栄養から過剰栄養へ栄養転換の実態についてお話します。

新潟県立大学
教授 村山伸子

11/27(水)
19:00～20:30



10月のまちキャンボランティア企画

申込開始

9/10(火)～

※電話・HPで



「第2弾 この道ひとすじ ②」 南極観測越冬隊参加秘話」

第37次南極観測隊(越冬隊)に参加され、ドームふじ基地観測拠点での活動秘話を語っていただきます。

講師 長岡技術科学大学研究支援推進員 片桐 一夫

日時 10/12(土) 13:30～15:00 定員 20名(先着)

会場 まちなかキャンパス長岡 501会議室 受講料 500円



失われた音「ウエストミンスター」レコード

【第1回】幻のウエストミンスター名盤を聴いてみよう 【第2回】消滅したはずの音を復活させた、3人の日本人

講師 クラシック愛好家 佐藤 文典

日時 1回目:10/12(土) 2回目:11/2(土) いずれも10:00～11:30

定員 20名(先着)

会場 まちなかキャンパス長岡3階 スタジオ1 受講料 2回で500円