

10/16(日)

5 カフェホーダイ

時間
会場

1 限 9:30~10:30

2 限 11:00~12:00

3 F
302会議室

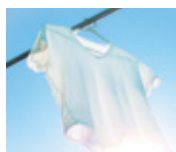


脳と心のあいだには

〆 長岡大学 教授 山川智子

受講料 500円 定員 20名(先着)

脳科学と心理学。どちらも人間の心を読み解く「心の科学」です。脳の機能や心の動きがその人の行動に大きな影響を与えています。適切な言葉の力によって気持ちは随分と変わるものです。そのほか、最新のトピックスや研究方法の違いなどをお話します。



プロが教える おうち洗いのコツ

企業・団体プロデュース
寄付講座

〆 ワタナベグループ本部 岡田広幸
同特殊技術部 山内伸夫

受講料 無料 定員 20名(先着)

大切な衣類を気持ちよく、できるだけ長く着ていただくためには、日頃のお手入れがとても大切です。そして、衣類の大敵である汚れやシミのことは知ることが、おうち洗いをグレードアップさせる近道です！家庭でできるお手入れ方法を、プロに教わりましょう。

4 F
交流広場



ネコ型ロボットの秘密道具は 実現するの？

〆 長岡技術科学大学
准教授 高橋弘毅

受講料 500円 定員 20名(先着)

マンガ『ドラえもん』の秘密道具は夢がいっぱい！でも現実的じゃないよね……。はたして本当に実現しないのでしょうか？科学的側面から、真剣に秘密道具について考えてみましょう。作者が予想もしなかった研究で、実現するかもしれませんよ？



十日町トゥルルン滞在記

〆 にいがたイナカレッジ2015年度インターン生
水沼真由美

受講料 500円 定員 20名(先着)

神奈川県内の大学3年生だった水沼さんは、2015年の春から大学を1年間休学し、知り合いのいない十日町に移住しました。春夏秋冬、一人の十日町人として暮らした移住女子が感じた、地域の魅力や背中を押してくれたきっかけについてお話します。

4 F
創作交流室



パブリックテイasting

〆 GOOD LUCK COFFEE
オーナーバリスタ 青柳拓郎

受講料 1,000円 定員 20名(先着)

「利きコーヒー」してみませんか？3種類の異なるコーヒー豆（ブレンド・ストレート・ディカフェ）をドリップして抽出したものを、皆さんでテイastingします。それぞれの個性の違いを同時に楽しく確かめてみましょう！



まちキャントラベル番外編 ー緯度が似てると食も似るお話ー

〆 まちなかキャンパス長岡
学長 羽賀友信

受講料 500円 定員 20名(先着)

世界には無数とも言えるほどの食習慣があります。中には日本食によく似た物を食べている地域もあるのだとか……。仕事柄、さまざまな国で身をもって経験してきたまちキャン学長が、アンビリバボーな世界の食をレポートします。

3 限 13:30~14:30

4 限 15:00~16:30

3 F
302会議室



ダイエットソムリエールから さらっと学ぶ、痩せるコツ

〆 ダイエットソムリエール 山本麻希

受講料 500円 定員 20名(先着)

ダイエットに挑戦したけれど、ことごとく失敗に終わった……。いや、きっと自分の体質に合わなかったんだ！そんな風に考えたこと、ありませんか？時代とともに変化してきたダイエット法。さまざまな方法を試したゲストが、実際どうだったかを紹介します。



城を楽しむ ーオトナ城紀行ー

〆 公益財団法人 日本城郭協会
理事・博士(工学) 田中邦照

受講料 500円 定員 20名(先着)

日本国内には、古代の吉野ヶ里遺跡から平安・鎌倉・江戸時代に至るまで、4万か所ともいわれる城址があります。多くの画像などを見ながら、日本の歴史文化に関する新しい視点が得られるようなお話をお伝えします。長岡城に関しても少しだけ紹介します。

4 F
交流広場



やっぱり長岡花火が好き♡

〆 FMながおか 佐野護

花火の駅長岡花火ワールド 駅長 長谷川健一

受講料 500円 定員 20名(先着)

この講座は、いつもの「長岡花火の魅力を伝える講座」とはちょっと違います。そもそも、すでに各々が穴場スポットなど「自分流」の楽しみ方をお持ちなのではないでしょうか？そんな自分流を、他の人とシェアしてみませんか。きつと話に花が咲くはずですよ。



カフェホーダイ申込方法

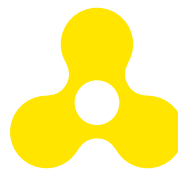
申込
9/12(月)
から

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>

この他にもイベントがたくさん。
詳しくは10月号でお知らせします！！



＼ 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28年9月1日

vol.71 Sep. 2016

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

まちキャン5周年記念祭 ー学びの縁日ー

10/15(土)・16(日)

会場：まちなかキャンパス長岡

5th
Anniversary

15日

5周年記念特別講演



私が社長です ー学ぶチャンスはいつでもあるー

講師 アパホテル社長・東京国際大学客員教授
元谷 芙美子氏

社長として成功を収める傍ら、夢であった学業の道へ進み、博士課程を修了した元谷氏。その成功の秘訣と学ぶことの大切さを、社長として、一人の女性としての経験から、楽しく、分かりやすくお話いたします。

時間 13:30~15:00

会場 3F 301会議室

受講料
無料

定員 100名(抽選)

申込
方法

9/12(月)から10/5(水)までに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。受講の可否は10/6(木)の抽選後、メールまたは郵送でお知らせします。

15日
16日

カフェホーダイ

10/15(土)



酒はぬるめの燗がいい？

① 15:30~16:30

〆 サトウ商店店主 佐藤愛子

受講料 1,200円 定員 10名(先着) 会場 4F創作交流室

日本酒は温度によって味わいが七色に変化します。どれが一番おいしいのかを決めるのは、あなた自身です。ひとつのお酒をさまざまな工夫を凝らして飲み比べます。おちょこでお酒を飲むように、日本酒の豆知識をくいと飲み干しましょう。

※注意 お酒の試飲がありますので、お車の利用はご遠慮ください。

16日

まちキャン特別交流会

料理やお酒を楽しみながら、いろいろな人と交流しちゃいましょう！まちキャン利用経験あるなしに関わらず、どなたでも参加できますよ！もしかしたら運命の出会いがあるかも？

時間 17:00~19:00

会場 4F 交流広場

対象 20歳以上の方

定員 100名(先着)

参加費 500円

[お知らせ]

食べ物の持ち寄りを募集しています。無料でご提供いただける方は、品名、分量を参加申込とあわせてお知らせください。なお、事前連絡なしで当日お持ちになった場合、受け取れないことがあります。

※お酒の提供があります。お酒を飲まれる方のお車の利用はご遠慮ください。

申込
方法

9/12(月)から10/5(水)までに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。

5
th
Anniversary



まちトーク！ ーわたしたちはまちづくりリストです！ー

① 16:00~17:00

〆 ながおか市民協働センタースタッフと市民活動団体

受講料 無料 定員 20名(先着) 会場 5F 501会議室

身近なあの人も地域で活躍している！？まちづくりや地域活動の実践者をお呼びし、活動のリアルを聞き出すトークショー。長岡市の魅力や課題、わたしたちができることについて一緒に考えてみましょう。「協働によるまちづくり」の最前線にいる人の熱を感じてください！

米百俵塾始動！

米百俵塾2016

申込開始
9/12(月)～
※電話・HPで

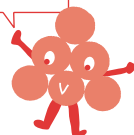
米百俵講座 日本のための米百俵を目指して

ねらい

長岡以外でも、米百俵の精神に惹かれ、それに関わる研究をしている方がいます。米百俵の故事の美談と史実との比較や、河井継之助の精神、近代教育への影響、海外の教育観など、様々な視点から眺めてみましょう。外から見た長岡の教育の魅力を浮き彫りにすることで、改めてその特質を学びます。

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 ほか

史実から
学ぼう！



1 米百俵の美談と史実の狭間

美談として語られることの多い米百俵の逸話ですが、史実的にはどのように見えるのでしょうか。また、小林虎三郎が恩師・佐久間象山から継承した教育立国の思想とはどのようなものだったのでしょうか。40年以上にわたり「東洋道徳・西洋芸術」の教育的思想世界を探究してきた成果をお話します。

11/5(土)
14:00～16:00

平成国際大学
教授 坂本保富

2 河井継之助と長岡人の志

幕末を駆け抜けた男、河井継之助。彼の精神は、長岡の人々にどのように根付いているのでしょうか。彼の名を一躍世間に広めることとなった、司馬遼太郎の歴史小説『峠』など、文学的な側面も交えながらご紹介します。

11/12(土)
14:00～15:30

慶應義塾大学
教授 片山杜秀

3 米百俵の精神が近代日本の教育に与えた影響を探る

小林虎三郎の考えは「松下村塾」や「札幌農学校」などに引き継がれ、明治期の教育政策にも影響を与えたと考えられています。また、中越高校や長岡大学の母体である「斉藤女学館」の設立にも及んだ可能性があります。その痕跡を探ってみましょう。

11/19(土)
14:00～15:30

長岡大学
名誉教授 原陽一郎

4 教育が人をつくる

教育の大切さは、海外でも注目されています。中には教育を満足以えに受けられない国もあります。アフガニスタン出身の留学生とまちキャンの学長と一緒に、「知らないことの怖さ」や「学ぶことの楽しさ」について語り合しましょう。

11/26(土)
14:00～15:30

長岡技術科学大学 大学院生
ゴルバナリ モハマトレザ
まちなかキャンパス長岡
学長 羽賀友信

5 我、教育第一主義、興学私議を現代に生かさんとす

これまでのお話を踏まえて、小林虎三郎の思想である教育第一主義や、教育の重要性を説いた興学私議の精神を現代に活かし、後世に伝えるにはどうしたらよいのかを考えます。これまでに学んだことをひとまとめにした時、いったいどのような化学反応が起きるのでしょうか。

12/3(土)
14:00～15:30

河井継之助記念館
館長 稲川明雄



今年の冬には、さらに学びを深める

「平成国漢学校」も開催予定！

我こそはという塾生よ、いざ門をたたけ！



9月の催しもの

まちなかカフェ

まちなか大学

まちづくり
市民研究所

日程	時間		内容	講師
9/3(土)	10:00～11:30	☕	心がほっこり、結婚式の舞台裏と最新事情。	ホテルニューオータニ長岡 チーフウェディングプランナー 増井いづ美 全日本ブライダル協会認定 ブライダルコンサルタント1級 川口友子
9/8(木)	19:00～20:30	☕	ハチ界の草食系・みつばちのお話	日本みつばち愛好家 川上博巳
9/10(土)	14:00～15:30	☕	ちょっと怖い民話が、あったてんがの。	長岡民話の会 青柳保子、倉地祐子、高野フミ
	15:00～17:00	👤	まちづくり市民研究所 第3期 成果報告会	長岡技術科学大学 准教授 姫野修司 長岡大学 准教授 西俣先子
9/13(火)	19:00～20:30	☕	株取引のメカニズム	岡三にいがた証券株式会社 理事 小森卓
9/15(木)	19:00～20:30	☕	ギネス世界記録®のいろは	ギネスワールドレコーズジャパン株式会社 代表取締役社長 小川エリカ シニアマーケティング・エグゼクティブ 松津明日美
9/17(土)	14:00～15:30	☕	トレランてどうなん？	トレイルランナーズ 代表 松永紘明
9/24(土)	14:00～15:30	☕	空き家、私ならこう使う。	長野県塩尻市役所 職員 山田崇
	17:00～18:00	👤	まちづくり市民研究所 第4期 市民研究員委嘱式	長岡技術科学大学 教授 上村靖司 NPO法人 市民協働ネットワーク長岡 理事 佐竹直子
9/26(月)	19:00～20:30	☕	能楽に触れる	清遊舎 代表 齋藤達也
9/28(水)	19:00～20:30	🏠	都市計画で行く5大ヨーロッパ都市 ①講座の趣旨 ヨーロッパの原点ローマ	長岡技術科学大学 教授 中出文平

休館日

9/6(火)、20(火)

展示

9/17(土)まで、こども写真展第2弾(会場：フェニックス大手イースト1Fスクエア)



羽賀学長の
まちキャン徒然日記

日本人のマナー

東日本大震災の折に、日本人のマナーの良さが世界で評価されました。現在でも日本を訪れる外国人旅行者が称賛しています。しかしこの頃、入口でドアが開くと待たずにさっと入ったり、自分が通り抜けると後ろに人がいても知らん顔でドアを閉めてしまう人をよく見かけるようになりました。自分が通った後に後ろを振り返り、次の人のためにちょっとした間ドアを開けて待ってくれる人がいるとほっとし、一陣の涼風が吹いたように感じます。

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。
◎講座の申込をキャンセルされる場合は、必ずご連絡ください。キャンセルの受付は、開催日前日の閉館まで(平日・土曜は22:00、日曜・祝日は18:00まで)とさせていただきます。連絡をいただかなかった場合は、受講料を徴収させていただきます。
◎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。

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。(協賛金口数順・五十音順)
アクシアル リテイリング株式会社、日本精機株式会社、朝日酒造株式会社、安達紙器工業株式会社、岩塚製菓株式会社
株式会社大光銀行、株式会社第四銀行、長岡グランドホテル、中川酒造株式会社、北越紀州製紙株式会社、株式会社北越銀行
ヨネックス株式会社、ワタナベグループ



まちキャンは9月3日で5歳になります！トピックスにもあるとおり、10月には盛大に5周年記念祭も開催する予定です。5歳になり、少しお兄さんになってきたまちキャン。この先も面白い講座や魅力的なイベントが99(ギューギュー)詰めです！どうぞお楽しみに♪

10月号に
つづく



Topic 1

まちキャンFacebook／Twitterのご紹介！

まちキャンのFacebookやTwitterはご存じですか？ Facebookではおすすめの講座情報を、Twitterでは主に自習室開放時間をツイートしています。講座一覧やHPよりも旬な情報をこっそり紹介していることも…！？ぜひご覧ください！



Facebookアカウント
【まちなかキャンパス長岡】@machicam.n



Twitterアカウント
【まちなかキャンパス長岡】@machicam_n

Topic 2

平成28年度後期市民プロデュース講座開催決定！！

市民プロデュース講座とは？

市民の皆さんが企画する、公募型の講座です。まちキャン運営協議会での審査を経て採用された方が講師や講座企画にチャレンジ。一つのアイディアに縛られない市プロの講座は、まちなかカフェやまちなか大学とは一味違った魅力がいっぱいです。年間最大10個講座を前期・後期に分けて採用し、先日後期開催の5講座が決定しました。その中から、10月開催の2講座を紹介します。

申込開始

9/12(月)～

※電話・HPで



10月の市民プロデュース 講座

登山で道に迷わないための地図の見方

全3回



講 師 とちお自然学校代表 土田竹志

定 員 20名(先着)

受講料 3回で2,600円(回転リング付コンパス代含む)

※回転リング付コンパスをお持ちの方は受講料3回で600円

対 象 高校生以上

会 場 まちなかキャンパス長岡5階 交流ルーム ほか

持 物 動きやすく運動ができる服装・飲み物・タオル(1～3回目)・昼食・行動食(2回目)



1 図は読むもの ―イメージが浮かんだら言葉にしてみよう―

登山をする上で欠かせない地形図。一体何が書いてあるのでしょうか。尾根と谷、山のピークなどの場を立体的にイメージするために、平面上の地図では等高線が橋渡しとなります。地図を読む基本を理解し、「机上登山」をしてみましょう。

📅 10/22(土)

🕒 10:00～12:00

2 地図を体で感じる

実際に山に出掛けて地図の読み方を実践します。場所は悠久山の隣、城山から八方台いこいの森。「机上登山」で学んだポイントを活かしながら登りましょう。みんなで昼食を食べながら紅葉も堪能！地図を頭で理解するだけでなく、体で感じましょう。

📅 10/29(土)

🕒 9:00～15:30

会 場 八方台いこいの森[現地集合、栖吉町8547番地38]

3 登山で迷わないために

地図で確認するポイントをおさらいしましょう。実際に地図を片手に出掛ける時は、予測と確認の繰り返しです。どんな時、どんな場所で道に迷いやすいかを理解し、現在地を常に意識しながら歩くことが重要です。

📅 11/5(土)

🕒 10:00～12:00

発見! 私らしいワクワク子育て(*^^*)

全3回



講師 ThinkBuzan公認マインドマップ&記憶術インストラクター／日本青少年育成協会認定準上級教育コーチ **若井京子**
対象 子育て中の女性 **定員** 20名(先着)
受講料 3回で800円 **会場** まちなかキャンパス長岡4階 創作交流室



1

良い習慣の作り方ー記憶術を活用してー

「記憶」とはなにか?…記憶のメカニズムについて、短時間にたくさんのことを覚える実験を通じて学びます。子どもに良い習慣を身に付けさせる具体的なアプローチ方法は?直してほしい習慣の改善の仕方は?…各自の実情に合わせた「記憶術を活用した子育て」を探ります。
 *希望者には子どもの「脳タイプ」診断問診票配布(小3以上対象)

📅 10/24(月)
 ⌚ 10:00~12:00

2

柔らか頭でユニークな子育てーマインドマップを活用してー

ジャグリング・連想ゲームで頭をほぐした後、「マインドマップ」という放射状にカラフルに描く思考メモを使って、自由に発想を広げる練習をします。お子さんの個性を引き出し伸ばすには、お母さんの柔軟でユニークな思考が必要です。マインドマップを描くことによって、子育ての新境地が見出せるかもしれません。*前回配布の問診票回収

📅 10/31(月)
 ⌚ 10:00~12:00

3

自分で考え行動できる子の育て方ー教育コーチングを活用してー

今、社会で求められている能力とは何でしょう?大学入試制度が大きく変わる2020年問題や新しい授業形式(AL型授業・反転学習…)等、教育情報からその答えを探ります。また、子どもの生きる力を引き出す関わり方や声のかけ方のコツを学びます。*「脳タイプ」診断結果配布。

📅 11/14(月)
 ⌚ 10:00~12:00

申込開始

9/12(月)~

※電話・HPで



10月のまちなかカフェ 講座一覧



ミネラルウォーターってどんな水?ーリスク・エコについてのよもやま話ー

水道水を飲むことに抵抗のある人はいませんか?ミネラルウォーターと水道水の品質基準は、実はかなり異なります。こんな話から始まり、化石燃料はいつまでもつの?よく分からないけど使われている言葉、身の回りにあふれる「これってエコなの?」という疑問などに切り込みます。

定員 20名(先着) **受講料** 500円(1ドリンク付) **会場** 4F 交流広場

📅 10/7(金)
 ⌚ 19:00~20:30

👤 長岡工業高等専門学校
 教授 河田剛毅



長岡の老舗本屋です!

ついに実現、長岡大学の誇る博覧強記の師弟対決! ?ゲストは、創業270年を誇る老舗の若旦那であり、松本教授の教え子でもあります。「長岡の本屋さん」をテーマに、書物やそれにまつわる歴史、本屋の経営などについて対談します。本を愛してやまぬ人にはオススメです。

定員 20名(先着) **受講料** 500円(1ドリンク付) **会場** 4F 交流広場

📅 10/11(火)
 ⌚ 19:00~20:30

👤 覚張書店 覚張良太
 長岡大学 教授 松本和明



鼻をクンクン、燻製学^{くんせいがく}

食材の保存性を高め、特有の風味を付けてくれる燻製。サクラ、ナラ、ブナなど、使う木材によっても風味が変わります。…となれば、食べ比べてみたいのが人情というもの。燻製はお手の物のいぶし銀のようなゲストが、ちょっとした燻製の方法もお伝えします。

定員 15名(先着) **受講料** 1,100円 **会場** 稲保里山公園
 [現地集合、稲葉町小中割141-1周辺]

📅 10/23(日)
 ⌚ 10:00~14:00

👤 ボーイスカウト長岡1団
 小林裕人



タニシの串焼き

タニシカフェ

タニシ、食べたことはありますか?山の池や田んぼに住みつき、錦鯉の池ではエサを食べしてしまう厄介者。秋に養鯉池の水を落とすと、池の底にはいっぱいタニシがいます。実はそのタニシ、食べるとすごくおいしいと評判なんです。実際に食べながら、その魅力を語り合しましょう。

定員 15名(先着) **受講料** 1,500円 **会場** 4F 創作交流室

📅 10/28(金)
 ⌚ 19:00~20:30

👤 yamakawa_sun
 代表 阿部巧 ほか