

10月の催しもの				
日程	時間		内容	講師
10/5(水)	19:00～20:30	🏠	都市計画で行く5大ヨーロッパ都市 ②明治の美学家・渋沢栄一が目にしたパリ	長岡造形大学 教授 後藤哲男
10/7(金)	19:00～20:30	☕	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	長岡工業高等専門学校 教授 河田剛毅
10/11(火)	19:00～20:30	☕	長岡の老舗本屋です！	覚張書店 覚張良太 長岡大学 教授 松本和明
10/12(水)	19:00～20:30	🏠	都市計画で行く5大ヨーロッパ都市 ③大英帝国の中心ロンドン	長岡技術科学大学 教授 中出文平
10/15(土)	13:00～17:00	5	まちキャン5周年記念祭	
10/16(日)	9:00～19:00	5	まちキャン5周年記念祭	
10/19(水)	19:00～20:30	🏠	都市計画で行く5大ヨーロッパ都市 ④港湾都市アムステルダム	長岡技術科学大学 教授 中出文平
10/22(土)	10:00～12:00	👉	登山で道に迷わないための地図の見方①	とちお自然学校 代表 土田竹志
	13:30～14:30	🎓	長岡産野菜研究コース 魅力再発見！地域の野菜を考える① おさらい、長岡産野菜	長岡野菜ブランド協会会長 鈴木圭介
	14:45～16:15	🎓	長岡産野菜研究コース 魅力再発見！地域の野菜を考える② 野菜が届くまで	長岡野菜ブランド協会会長 鈴木圭介
10/23(日)	10:00～14:00	☕	鼻をクンクン、燻製学 会場：稲保里山公園【現地集合、稲葉町小中割141-1周辺】	ボーイスカウト長岡1団 小林裕人
10/24(月)	10:00～12:00	👉	発見！私らしいワクワク子育て(*^^*)①	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
10/26(水)	19:00～20:30	🏠	都市計画で行く5大ヨーロッパ都市 ⑤プロイセン王国以来の首都ベルリン	長岡技術科学大学 教授 中出文平
10/28(金)	19:00～20:30	☕	タニシカフェ	yamakawa_sun 代表 阿部巧 ほか
10/29(土)	9:00～15:30	👉	登山で道に迷わないための地図の見方② 八方台いこいの森【現地集合】	とちお自然学校 代表 土田竹志
	13:30～15:00	🎓	長岡産野菜研究コース 魅力再発見！地域の野菜を考える③ 普及の取り組みを知る	長岡造形大学 助教 金峯洙 長岡市農水産政策課
	15:15～16:45	🎓	長岡産野菜研究コース 魅力再発見！地域の野菜を考える④ 高付加価値化の取り組み	丸七食品有限会社 代表取締役 樋口勝博
10/31(月)	10:00～12:00	👉	発見！私らしいワクワク子育て(*^^*)②	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

休 館 日 10/4(火)、18(火)



本質論

先月、パキスタンとアフガニスタンの支援をしているベシャワール会の中村哲医師にお会いしました。中村医師は30年前にライ病の医療支援でベシャワールに行った際、より深刻な感染症に苦しむ多くのアフガニスタン人に出会い、アフガンに病院を建てました。しかし、病気を治すだけでは状況は改善しません。栄養失調や不衛生な環境であるが故に感染症にかかる多くの患者のために、中村医師は5年で1600本の井戸を掘り、きれいな水を用意しました。衛生面を整えることで、65万人が生活できる環境を整えたのです。こうした問題の本質を見抜く考え方の重要性に気付かされました。

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

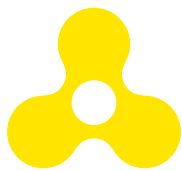
私たちはまちなかキャンパス長岡を応援しています。(協賛金口数順・五十音順)
アクシアル リテイリング株式会社、日本精機株式会社、朝日酒造株式会社、安達紙器工業株式会社、岩塚製菓株式会社
株式会社大光銀行、株式会社第四銀行、長岡グランドホテル、中川酒造株式会社、北越紀州製紙株式会社、株式会社北越銀行
ヨネックス株式会社、ワタナベグループ

果物が美味しい時期ですね。「桃栗三年、柿八年」という言葉がありますが、まちキャンも無事5周年を迎え、桃栗以上柿未満な時期になりました。まだ成熟…とまではいきませんが、もっともっと魅力的な施設になるよう、頑張っていきます！5周年祭、ぜひお越しください！

11月号につづく



＼ 気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

10月号

発行：平成28年10月1日

vol.72 Oct. 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

まちキャン5周年記念祭ー学びの縁日ーは、特別講演、特別交流会、カフェホーダイ(※)の他にも内容が盛りたくさん！

今月はまちキャン通信9月号で伝えきれなかった情報を紹介します。

あれもこれも参加したくなるイベントを多数ご用意しました。ぜひお越しください！

(※) 詳細は5周年記念祭チラシや
まちキャン通信9月号をご覧ください。



体験コーナー

『TEC』の科学実験ショー

まちキャンに長岡技術科学大学「TEC」がやってくる！
水に関する実験をして、科学のおもしろさ、奥深さを体験しましょう！

①アメンボはどうして浮くの？ アメンボを作ろう！

15日 ⑨9:30～10:00 ⑩13:30～14:00

アメンボはどうして6本足で水に浮くのでしょうか？
秘密を作ってみましょう！

②水の中で浮かんたり沈んだりする浮沈子を作ろう！

15日 ⑪11:00～11:50 ⑫15:00～15:50

発泡スチロールは水に浮くけど、石が沈むのはなぜ？水に浮く
ものと沈むものの違いを知りましょう！

定 員 各回15名 会 場 5F 501会議室

※整理券を配布する予定です。

プログラミング体験

今話題のスマホゲームの元となったソフトを使って、簡単なゲームを
プログラムします。パソコンを使ったことがなくても大丈夫。興味の
ある方ならどなたでも体験できますよ！

15日 ⑬13:00～17:00

16日 ⑬9:00～16:00

会 場 5F 502会議室

VR（ヴァーチャルリアリティ）体験

VRとは仮想現実のことです。最近何かと話題のこのVR。
まちキャンで体験してはいかが？ひとたび体験すれば、その
臨場感に圧倒されること間違いなしです！

15日 ⑭13:15～14:15 ⑭14:45～15:45 ⑭16:15～17:00

16日 ⑭10:00～11:00 ⑭12:00～13:00 ⑭13:30～14:30 ⑭15:00～16:00

対 象 13歳以上 会 場 5F 503会議室

※整理券を配布する予定です。



まちキャン利用者発表会！

普段まちキャンを利用して踊りや音楽などを練習している
方々の発表会を行います。板尾の伝説のヒーローも登場？！

時 間 15:30～17:00 会 場 4F 交流広場

観 覧 無料

あそべるコーナー

バルーンバスターズ

たくさんある風船をどんどん割っちゃいましょう！時間内にどれくらい
割れるかな？ 景品もあるのでみんなでチャレンジしよう！シークレット
アイテムが登場とのウワサも…。

15日 ⑬13:00～14:00 ⑬15:00～16:00

16日 ⑬10:00～11:00 ⑬12:00～13:30 ⑬14:30～15:30

会 場 3F スタジオ1

大声コンテスト

好きな言葉をありったけの声量で叫ぶ…。これって日常生活ではな
かなかできないことですよね。まちキャンでやっちゃいましょう！
あなたは何デシベル出せますか？

15日 ⑬13:00～17:00

16日 ⑬9:00～16:00

会 場 3F スタジオ2

ミニ四駆コーナー

まちキャンに特設コースを設置！ 手ぶらでも自慢のマシンを持ち込ん
でもOK。子どもたちもミニ四駆世代のお父さん、お母さんもみんなま
とめて寄ってらっしゃい！

15日 ⑬13:00～17:00

16日 ⑬9:00～16:00

会 場 3F 多目的スペース1

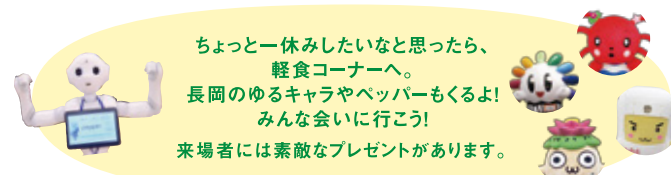
らくがきコーナー

まちキャンの一部屋がまるまる落書きコーナーに！ 大好きなキャラク
ターを描いてもよし。オリジナルキャラクターを描いてもよし。みんなで
いろいろなものを描いちゃえ！

15日 ⑬13:00～17:00

16日 ⑬9:00～16:00

会 場 4F 情報提供ルーム



ちよっと一休みしたいと思ったら、
軽食コーナーへ。
長岡のゆるキャラやベッパーもくるよ！
みんな会いに行こう！
来場者には素敵なプレゼントがあります。



Topic 1



まちづくり市民研究所 第3期 成果報告会を開催！

市民の皆さんが、身近な地域課題の解決策を創出する「まちづくり市民研究所」。その第3期の成果報告会を9月10日(土)に開催しました。第3期のテーマは「食の資源循環で長岡を元気に!」です。姫野修司長岡技術科学大学准教授、西俣先子長岡大学准教授の2人の指導のもと1年間、調査・研究を進め、その提案がまとまりました。提案では、「家庭から出る食品廃材の利用や、有機農法による長岡野菜・米の栽培、その過程を理解する食育の推進といった循環を含めた流れを中心に、生産者と消費者、情報とモノを循環させるプラットフォームの構築や6次産業化などの一連の循環」※図01と、それを推進する具体案を説明。研究成果として市へ報告しました。小林農林水産部長からは、「研究所の活動を通して、皆さんからさまざまな提案をいただいた。ただ、そこにはコストもかかる。消費者も生産者もそこで折り

合う必要があり、経済循環も考える必要がある。また、人口減少により20年後には、食糧消費が2割落ちると言われている。これまでは経済性追求だったが、皆さんから提起いただいた問題が出てきた。量から質を考えなくてはならない。市も地方創生に取り組んでいるが、若者や定住人口をどう増やし、その世代が結婚・子育てを行うために、安心して暮らせる社会や食品づくりがベースになると思う。それに向け、生産者、消費者、行政、その他の事業者や市民の皆さんが、それぞれの立場で長く取り組んでいくことが大切。研究所の取り組みも、これからがスタートだと思う。さらに大きな輪として力を発揮してほしい」とお話がありました。第3期の研究成果について、概要版と報告書を作成し、関連機関への配布やホームページなどで公開する予定です。お楽しみに。



01.提案の全体像のイメージ 02.報告会の様子
03.今回の報告会の提案を提出
04.6次産業化で、野菜パウダーを使用したお菓子「こりん」を試作。実際に試食してもらいました

まちなか大学院 長岡産野菜研究コース 受講生募集！

申込期限

10/11(火)必着

※申込用紙を提出ください

魅力再発見！地域の野菜を考える

長岡の気候と風土、農や食に携わる人たちが育んできた長岡産野菜。そんな地域の宝である長岡産野菜の魅力を考えます。季節に応じた旬の野菜を素材に、マーケティングや新しい食べ方、PR方法などの視点から、長岡産野菜の新たな可能性を探ります。

定員 10名(抽選) **受講料** 10回で5,000円 **会場** まちなかキャンパス長岡 ほか
日にち 10/22(土)、10/29(土)、11/5(土)、11/13(日)、11/20(日)、12/4(日)、12/17(土)
対象 右記のいずれかに該当する人
①まちなか大学 長岡野菜関連講座修了生
②まちなか大学院 長岡野菜研究コース修了生
③野菜や農業に興味があり、かつ学長が認める者

講義に収穫体験、調理実験など盛りだくさん！詳しくはホームページをご覧ください。

日本の森づくり

日本の森林や林業は今、どのような状況と位置づけなのでしょう。環境保全？二酸化炭素の吸収源？それともレクリエーションの場？木材を採取するところ？実はさまざまな役割を担っている森について、いくつかの森づくりの事例を見ながら考えてみましょう。

森と生きもの

森は多くの生きものたちのすみかでもあります。人が森を利用しなくなると、山からクマやサルが下りてきて、畑を荒らす被害が起きています。また、これまで新潟にいなかったシカやイノシシが最近、観察されるようになりました。森に今どのような変化が起きていて、一体何が問題なのでしょう。

長岡の森づくりと木の活用

長岡市内で行われている「森づくり(大きな林業機械を使った森林作業の様子)」や、「木の活用(森で生産された木材のいろいろな利用)」などを、現地で見学します。実際に林業を体感して、これからの森づくりを一緒に考えましょう。

会場 中越よつば森林組合

11/18(金)
19:00~20:30

山の暮らし再生機構・小国サテライト支援員 廣橋潤

11/25(金)
19:00~20:30

長岡技術科学大学准教授 山本麻希

12/3(土)
10:00~13:00

中越よつば森林組合 参事 坂本典男

11月の市民プロデュース講座

ジャンベでわかるアフリカ 全3回



講師 セネガル心たび案内人 五十嵐ちひろ アフリカ音楽指導者 ウスマンジェジュ
定員 20名(先着) 受講料 3回で600円
会場 3F スタジオ1



セネガルの文化紹介

セネガルってどこ？どんな国？気候は？何を食べるの？などなど、写真やクイズを交えながら楽しく紹介します。セネガルといえば打楽器！生の演奏でアフリカのリズム、音色を体感してください。

11/7(月)
19:00~20:30

ジャンベ・バラフォンについて

ジャンベって何？バラフォンって何？音楽のルーツといわれるセネガルの音楽、楽器について紹介します。アフリカ民族楽器の魅力をリズムにのせてお届けします。きっとアフリカを訪れた気持ちになれるはず。

11/14(月)
19:00~20:30

ジャンベレッスン！

一緒にジャンベを叩きましょう！ジャンベの基本、三色音の叩き方を指導します。最後にはみんなで一緒にアフリカンソングをセッション！これであなたもアフリカ音楽の虜に。遠いアフリカを身近に感じてください。

11/21(月)
19:00~20:30

Topic 3

「市民プロデュース講座」企画募集中！

まちなかキャンパス長岡では、市民の方から講座企画を募集しています。人に教えたい得意分野をお持ちの方、講座を企画してみたい方、チャレンジお待ちしております。詳しくは、配付中の募集要項、HPをご覧ください。

まちなかキャンパス長岡で講座を開いてみませんか？

企画の申請方法

「企画申請書」を平成28年11月23日[水]までに持参・郵送・メールのいずれかでご提出ください(必着)。

メールで提出した方は、3日以内に返信が届かない場合お電話ください。

企画申請書は、まちなかキャンパス長岡に設置しているほか、ホームページからもダウンロードできます。ご応募お待ちしております！





11月のまちなかカフェ 講座一覧

申込開始

10/11(火)～

※電話・HPで



アイスランドのシングヴァル

これでばっちり！世界を旅する大人の地理講座

地理を学ぶと世界の見方が変わります。ゲストは旅行が趣味の現役の高校教師。これまで訪れた国々の写真を紹介しながら、地理的な見方や考え方について解説します。実際にガイドブックを見ながら、こんなパッケージ旅行があったら…と「妄想ツアー」も企画してみましょう。

定員 20名(先着)

受講料 500円(1ドリンク付)

会場 4F 交流広場

11/10(木)
19:00～20:30

公立高等学校
教諭 中野理恵



あっちこっちそっちウォッチ！

過去に県政記念館の大時計を修復するなど、高い技術を持った時計屋さん。実際にお店の中で、からくり時計などの珍しい時計のお話や、印象に残っているお仕事などについて伺います。お店の見所は、高さ3m超えの巨大時計！「時計に囲まれる」という経験は、なかなかできませんよ。

定員 10名(先着)

受講料 500円(1ドリンク付)

会場 スミヤウォッチサービス【現地集合、江陽1-2-30】

11/17(木)
19:00～20:30

スミヤウォッチサービス
角屋隆行



そうだ、御朱印集めよう。

元々は写経を奉納した証だったという御朱印。一部ではその作法も簡略化され、参詣の証として多くの人に親しまれています。御朱印は、神社によって印影もさまざま。アート性もあり、近年注目を集めています。これから集めてみようかな…という皆さんへ、収集のマナーや楽しみ方などをお話しします。

定員 20名(先着)

受講料 500円(1ドリンク付)

会場 4F 交流広場

11/19(土)
10:00～11:30

木更津工業高等専門学校
教授 上村繁樹



自転車なんだよ人生は。

某漫画で一気に注目を浴びたサイクリング。自分の足で漕ぐペダルで着実に進むことのできる自転車は、クルマとは違った爽快感があります。そしてロードレースになると、9人で協力して1人を勝たせるという協力プレーが必要になります。一粒で二度おいしいこのスポーツの魅力を紹介してもらいましょう。

定員 20名(先着)

受講料 500円(1ドリンク付)

会場 4F 交流広場

11/30(水)
19:00～20:30

サイクルワークスFin's
マネージャー 遠藤健太

Topic 2

「メディアキャンパス連携講座」のご案内

申込期限

10/31(月)必着

※ハガキ、HP、FAXで
下記連絡先へ

4大学(※)主催の生涯学習講座「メディアキャンパス連携講座」に、長岡会場が新設されました。「人々の生活を豊かに」をテーマとして、地域の皆さんに健康や暮らしなどのヒントとなる話題を提供します。ぜひご参加ください！

※4大学(長岡造形大学・新潟青陵大学・新潟薬科大学・新潟青陵大学短期大学部)

日時 11月25日(金) 14:00～16:10

定員 84名(先着)

受講料 500円

会場 まちなかキャンパス長岡 3F 301会議室

第1部

発酵食品がからだに良い理由を考える ～経験的な知見と科学的な根拠～

新潟薬科大学
応用生命科学部
教授 重松亨

第2部

日本人シニア世代に増加している ガンと食事について

新潟青陵大学短期大学部
人間総合学科
教授 木村一雅

お問い合わせ・申し込み先

4大学メディアキャンパス(新潟市中央区万代3-1-1 新潟日報メディアシップ6階)

FAX:025-278-7059 / HP:<http://www.n-seiryo.ac.jp/mcampus/> (専用申込フォーム)

申込開始

10/11(火)～

※電話・HPで



11月のまちなか大学 講座一覧

トレーニング×科学で効率的なからだづくり 全5回



ねらい

21世紀の高齢化社会を迎え、健康問題は個人、社会の範囲内に留まらない重要な課題です。身体を動かすためのトレーニングの基礎科学を学びながら、実際にスポーツ医学と工学を取り入れた施設を見学し、体験します。効率のよい健康・身体づくり、そしてスポーツ技術の獲得に迫りましょう。

定員

30名(先着)

受講料

5回で3,000円

会場

3F 301会議室 ほか

1

生活の中のスポーツ科学

高齢化社会を迎えた今、スポーツは健康問題と深い関係にあるばかりでなく、マスターズに代表される競技スポーツへ拡がりをみせています。まずは健康に関与するスポーツ医学、競技に関与するスポーツ工学について学び、効率のよい健康・身体づくり、スポーツ技術獲得の基礎としましょう。

11/2(水)

① 19:00～20:30

長岡技術科学大学
教授 塩野谷明

2

勝利を目指し、健康を願うスポーツ

健康づくりの基本は、何と言っても食事・運動・休養です。この原則は、競技スポーツにおいても当てはまります。健康づくりと競技力向上をめざして活動している県のセンターの現状を紹介し、将来への展望をお話します。

11/9(水)

① 19:00～20:30

新潟県健康づくり・スポーツ医科学センター
センター長(元新潟大学学長)
荒川正昭

3

最先端の健康・スポーツ科学に迫る現地見学

健康づくりとスポーツ医科学の支援を行う施設を見学します。そこでは、生活習慣病等の予防や改善など、健康づくりに関する実践的な指導が行われています。また、科学的トレーニングの実践をサポートし、その普及と定着を図ることにより、新潟県の競技水準の向上にも貢献しています。

会場 新潟県健康づくり・スポーツ医科学センター

11/12(土)

① 13:00～17:00
(予定、移動時間含む)

新潟県健康づくり・
スポーツ医科学センター

4

勝つための実践スポーツ工学

近年のスポーツ番組や記事では、選手のメンタル・フィジカルやチームの戦術・戦力・構成など、多様な情報を取り上げるようになりました。選手やチームもコンディションを管理し、情報収集に多額の費用をかけています。そこで必要になってくるのが、スポーツ工学なのです。実例を交えて紹介します。

12/7(水)

① 19:00～20:30

新潟県健康づくり・スポーツ医科学センター
主任 西野勝敏

5

世界に向けた日本のスポーツ戦略

これまでの講義で学んだことや体験してきたことをまとめます。さらに、今後の展開として、東京オリンピック・パラリンピックに向けた最先端の日本のスポーツ戦略について、スポーツ医学・スポーツ工学の観点からいくつか事例を紹介します。

12/14(水)

① 19:00～20:30

長岡技術科学大学
教授 塩野谷明

森と暮らす・山で暮らす 全5回



金倉山

ねらい

長岡市の面積の約50%は森です。私たちは気にしなくても森と深く関わっていると言って良いでしょう。この講座では現在森がどうなっているのか、私たちの暮らしにどう関わっているのか、これからどう関わっていけば良いのか、そんなことを皆さんとともに考えていきます。

定員

30名(先着)

受講料

5回で3,000円

会場

3F 301会議室 ほか

1

長岡の森はどうなってる？

森と言っても河川敷の森から里山、守門岳の奥山までさまざまです。まずは町と里と森の関係がどうなっているのか、しっかり学びましょう。特に里山は、奥山に住む野生動物と里に住む人間の共有の森だったといえます。そのような関係を、いま一度見直してみましょう。

11/4(金)

① 19:00～20:30

長岡造形大学
教授 上野裕治

2

山で暮らす、山を楽しむ

土と水と木を生活に取り込んだ伝統的な暮らし方は、日本人の歴史そのもの。人口が都市部に集中し、地方都市の過疎化が懸念される中で、山の暮らしを再評価することで見えてくる地方創生の姿を考えましょう。「山古志の60歳はまだ若者！」と語る社長さんのお話を伺います。

11/11(金)

① 19:00～20:30

株式会社山古志アルパカ村
社長 青木勝