



# 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

小林虎三郎



### ロゴマークの意味

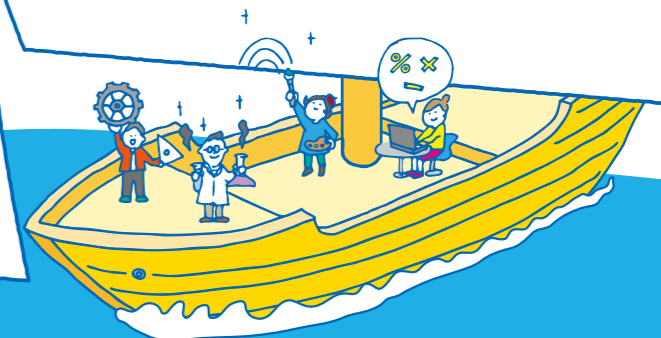
まちなかキャンパス長岡のロゴマークは、「学び」「交流」「伝統」の3つの要素を「米百俵の精神」から米俵の重なりに見立てて表現しています。そして、まちなかでさまざまな人やモノ・情報が出会い交わり、未来につながる「新しいサイクル」が生まれていく様子を表しています。

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、ひとつのり・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。



## 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。



まちなかカフェ

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。

ステップアップ



まちなか大学

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。

ステップアップ



まちなか大学院

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。学びの主演はあなたです。



まちづくり市民研究所

市民の皆さんの学びと経験を実践に生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生かします。あなたのアイデアで長岡をより住みやすいまちに。



こども講座

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。



市民プロデュース講座

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。知識や技術を生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。



まちキャン  
ボランティア企画講座

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。



米百俵塾

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。

▶ P03

▶ P10

▶ P16

▶ P19

▶ P23

▶ P25



# まちなかカフェ

キーワードは"好奇心"

おいしい飲み物も片手に、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。

- アートなあなたに…  
**プチ芸術カフェ** → 03
- 「なぜ」を楽しむあなたに…  
**サイエンスカフェ** → 04
- ワールドワイドなあなたに…  
**国際カフェ** → 05
- 自然を愛するあなたに…  
**ネイチャーカフェ** → 05
- マルチなあなたに…  
**多文化カフェ** → 06
- 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** → 07
- 体を動かすことが好きなあなたに…  
**スポーツカフェ** → 07
- グルメなあなたに…  
**食通カフェ** → 08
- 知恵袋がほしいあなたに…  
**生活カフェ** → 09
- ささまざまな職に興味があるあなたに…  
**お仕事紹介カフェ** → 09

→ 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分経過してもいらっしやらない場合、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(会場がまちなかキャンパス長岡の場合のみ)。

## プチ芸術カフェ アートなあなたに…

定員 各20名(先着) 受講料 各500円(1ドリンク付)



### 銀塩カメラ、まだ生きてますよ!

ありのままを鮮明に写すデジカメもいいけれど、モノクロ写真もいじゃないか! 銀塩カメラの魅力を再発見します。フィルムを装填する時の緊張感、限りある枚数で撮影するための努力など、ほかにはない良さがあるのです。長年写真を撮り続けてきた方にひも解いてもらいましょう。

会場 4F 交流広場

7/6(木)  
 19:00~20:30  
申込 6/12(月)~  
 写真館こばやし  
取締役社長 小林俊郎



### うつわが私を呼んでいる。

日本の焼き物は、産地によって実にさまざま。益子焼、九谷焼、美濃焼、有田焼、沖縄のやちむん…といった具合に、全国各地に産地があります。それぞれの焼き物の特徴や自分だけの器を見つけるコツなど、「越後の信楽焼」をつくるゲストがその魅力を語ります。

会場 4F 交流広場 持物 お気に入りの器(あれば)

11/26(日)  
 14:00~15:30  
申込 10/10(火)~  
 木火窯陶芸家 今千春



### ラクラク落語—マクラからサゲまで—

えー落語というものは、大変魅力的なものでありまして。ちょっとした小道具ひとつでその状況を表現したり、声色だけで役どころを演じ分けたりするんですな。今回は、その面白さを体験してみようって企画でございます。落研出身のゲストにお話を伺いますよ。

会場 3F スタジオ1

12/12(火)  
 19:00~20:30  
申込 11/10(金)~  
 長岡大学  
教授 松本和明



### 家紋?いえ、しるしです。

日本は「しるし」社会です。身分の高い家は家紋を、庶民はいしじろし家印を大切にしてきました。キッコーマンやヤマサという企業名も、家印のひとつです。この講座で、それぞれの家のシンボルマークであり誇りでもあるしるしに、目を向けてみませんか?

会場 4F 交流広場

H30.2/28(水)  
 19:00~20:30  
申込 H30.1/10(水)~  
 長岡造形大学  
助教 金峯洙

読めますか?



## サイエンスカフェ 「なぜ」を楽しむあなたに…

受講料 各500円(1ドリンク付)



### ロボットとの生活の方法、教えます。

人々の生活に少しずつ浸透してきたロボットたち。開発したらそれで終わりではなく、社会でどのように受け入れ、発展させていくかということも大切です。いや、むしろ一番大切なこと?ロボットだけでなく、ロボットのある社会をつくる、最新の研究についてお話しします。

定員 20名(先着) 会場 4F 交流広場

5/9(火)  
 19:00~20:30  
申込 4/10(月)~  
 長岡技術科学大学  
准教授 木村哲也



### 脳のご褒美・ドーパミン

褒められた時や美味しいものを食べている時に、ドーパミンが分泌されます。ドーパミンは、パーキンソン病の治療にとっても重要な役割を持つと考えられている、快楽物質です。反面、依存症という病気にもつながる危険性があります。この不思議な物質…気になりませんか?

定員 20名(先着) 会場 4F 交流広場

6/23(金)  
 19:00~20:30  
申込 5/10(水)~  
 新潟大学脳研究所  
教授 笹岡俊邦



### 日常サイエンス—洗濯で失敗しないための選択—

日常にサイエンスを生かせば、きっと有意義なはず! テーマは「汚れと洗剤の関係」。汚れが落ちるメカニズムを学びましょう。そのほか、最近新しくなった洗濯表示マークや、素材別洗濯の注意点、しみ抜きやアイロンがけのコツなど、その道のプロに尋ねてみましょう。

定員 20名(先着) 会場 4F 交流広場

6/27(火)  
 14:00~16:00  
申込 5/10(水)~  
 ワタナベグループ  
本部専務執行役員 岡田広幸  
特殊技術事業部長 山内伸夫



### 混ぜるなキケンを混ぜてみた

「混ぜるな危険」…漂白剤などに、明らかに危険な雰囲気で書かれているこの言葉。でも、混ぜるな危険はどのくらい危険なのでしょう? 少しだけスリリングな、大人だからできる実験をしてみませんか。安全面には十分に配慮しますので、ご安心を…。

対象 (自称)18歳以上 定員 20名(先着) 会場 長岡工業高等専門学校(現地集合)

8/10(木)  
 19:00~20:30  
申込 7/10(月)~  
 長岡工業高等専門学校  
教授 鈴木秋弘



### ちょっとアブナイ、大人の科学実験! episode 3

毎度毎度バージョンアップを重ねてきたこの講座、いよいよ3回目です。内容は相変わらずシークレット♥子どもには見せられないオトナな実験を、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! 内容も他言無用!

対象 (自称)18歳以上 定員 15名(先着)  
会場 3F 多目的スペース1 持物 室内履き

※H27「ちょっとアブナイ、大人の科学実験!」H28「ちょっとアブナイ、大人の科学実験! part2」を受講されていない方を優先します。

10/21(土)  
 14:00~15:30  
申込 9/11(月)~  
 長岡技術科学大学  
教授 南口誠



### アメイジングな数学者—解けない方程式—

今回ご紹介したいのは、恋に破れ決闘で命を落としたフランスの数学者・革命家のガロア。ある方程式が解けないことを証明し、世界に大きな影響を与えました。「解ける」ことより「解けない」ことを証明する方が、実は難しいのです。数学を身近に感じるようになる話をお届けします。

定員 20名(先着) 会場 4F 交流広場

H30.3/7(水)  
 19:00~20:30  
申込 H30.2/13(火)~  
 長岡技術科学大学  
教授 原信一郎



# 国際カフェ

ワールドワイドなあなたに…

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



## どうした!?EU

まちなか大学への  
学びのステップ講座! ▶P12

何かと話題な欧州連合。そもそもどんな組織なのでしょう。設立の経緯や機構本部であるブリュッセルで何をしているのかなどの疑問にも迫ります。そして、誰もが「一体どうした!？」と思ったであろう、記憶にも新しいイギリスの離脱がもたらす影響についても考えます。

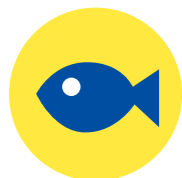
10/11(水)  
19:00~20:30  
申込 9/11(月)~  
新潟大学  
名誉教授 小山洋司  
(日本EU学会所属)



## 古代エジプト美術を「読む」

古代エジプトの美術品には、現代人から見ても傑作と思えるものが数多くあります。しかし当時の人々にとって、それらの作品は単なる「芸術」ではなく、彼らの信仰に捧げられた「実用品」でした。彫刻や壁画に秘められた古代エジプト人のメッセージを読み解いていきます。

H30.2/23(金)  
19:00~20:30  
申込 H30.1/10(水)~  
明倫短期大学  
准教授 内田杉彦



# 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)

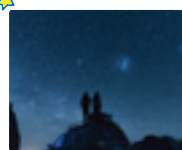


## 酉年に鳥を見に行こう!

バードウォッチングって癒されそう。だけど探鳥会はちょっとハードルが高い…。そんな人へ向けた、学びと体験講座です。野鳥の生態や周囲の環境、観察や撮影をする際の注意点など、さまざまな角度から切り込みます。さあ、少し早く起きて、野鳥の世界をのぞいてみよう!

会場 長岡大学(集合場所)、悠久山公園  
持物 双眼鏡(あれば)、リュック、水筒(ペットボトル可)、帽子、雨具  
服装 長袖推奨(肌を守るため)、登山靴推奨(スニーカーも可)、ヒール・サンダル等禁止

4/29(土・祝)  
9:00~11:00  
申込 3/10(金)~  
妙高高原ビジターセンター  
野鳥観察 講師  
星野雄軌



## 星空への招待ーやさしい天文学ー

私たちの祖先はいにしえから星をつないで星座を考え、さまざまな神話をつくってきました。星に関する興味は、現代の私たちも変わることはありません。家庭用のプラネタリウムを見ながら、銀河に沿った星座、四季の星座、そして黄道12星座を解説していきます。

会場 3F 多目的スペース1

9/21(木)  
19:00~20:30  
申込 8/10(木)~  
長岡工業高等専門学校  
准教授 長部恵一



## ディープな日本海学

私たちが四季にわたり衣食住を手に入れることができるのは、日本海の恩恵によるところが大きいのだとか。意外なことに、他の海は浅いところのみ資源があり、それより下は死の海になっていることが多いのです。長岡の歴史も絡めて、日本海を深く掘り進めてみましょう。

会場 4F 交流広場

11/17(金)  
19:00~20:30  
申込 10/10(火)~  
長岡市立科学博物館  
館長 小熊博史  
まちなかキャンパス長岡  
学長 羽賀友信



## スパッと紹介、温泉農業

人の心と体を癒してくれる温泉。人にいいということは、きっと作物にとってもいいのでは?…と思ったら、ありました!温泉と農業のコラボレーションが。地元にある資源を有効に使う、阿賀町のエコなアグリカルチャーの取り組みを紹介します。

会場 4F 交流広場

11/28(火)  
19:00~20:30  
申込 10/10(火)~  
新潟大学  
助教 大橋慎太郎



# 多文化カフェ

マルチなあなたに…

定員 各20名(先着) 受講料 各500円(1ドリンク付)



## 毎日がスペシャル! 記念日によるまちづくりとビジネス

1年365日、毎日何かの記念日があります。裏を返せば、どんな日でも記念日にすることができるのです! 記念日をまちづくり、ビジネス、世の中のために役立てる方法などを、日本記念日協会の代表が語ります。みなさんの大切な記念日は何月何日ですか?

会場 4F 交流広場

4/11(火)  
19:00~20:30  
申込 3/10(金)~  
一般社団法人日本記念日協会  
代表理事 加瀬清志



## 幕末に活躍した長岡出身の力士・両国梶之助

時は幕末。世が動乱のさなか、民衆から人気を集める力士がいました。名を両国梶之助といい、長岡出身の力士でありました。彼がいかにして人気力士となりえたかを、当時のエピソードを交えて紹介します。また、江戸時代の人々の暮らしや文化も、古写真を通じてお話しします。

会場 4F 交流広場

5/29(月)  
19:00~20:30  
申込 4/10(月)~  
歴史愛好家  
横本昌之

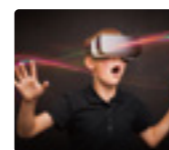


## さとちんと佐野さん

さとちんと佐野さん、どちらもコミュニティFMの人気パーソナリティです。「コミュニティFM」をキーワードに、ざっくばらんな茶飲み話をしましょう。果たしてどんなお話が飛び出すでしょうか。チャンネルはそのまま!

会場 4F 交流広場

7月開催予定  
ラジオは〜と・FMながおか  
パーソナリティ さとちん  
FMながおか  
パーソナリティ 佐野護



## VR・AR・MR…なんとかリアリティの世界

仮想現実(VR)、拡張現実(AR)、複合現実(MR)。さまざまなタイプのヘッドマウントディスプレイを使った体験が生まれています。これらは何を可能にし、何に利用され、これからの生活にどんな影響を与えるのでしょうか。具体的な事例から考察します。

会場 4F 交流広場

8/24(木)  
19:00~20:30  
申込 7/10(月)~  
長岡造形大学  
准教授 徳久達彦



## 文具ソムリエが教える、2018年手帳の選び方

手帳を選ぶということは、自分の未来を決めること…。2018年の手帳のトレンドや最新の手帳の紹介を、文具ソムリエである文具館タキザワ社長がこっそりお伝えします。さらに手帳の使いこなし術や、手帳と併せて使いたい文具もご紹介します。

会場 4F 交流広場 持物 今使っている手帳(希望者のみ)

10/23(月)  
19:00~20:30  
申込 9/11(月)~  
文具館タキザワ  
取締役社長 滝沢重雄



## ブラツムラ

あの人気番組「ブラタモリ」出演者に知り合いの多いマニアックなゲストと、与板地域をまち歩きします。その地域ならではの地形や道、建造物のディテールなどの痕跡を一つ一つ追いつつながら、知られざる地域の歴史や暮らしにぶらりと迫ります。

会場 与板地域 服装 歩きやすいもの

11/19(日)  
13:30~15:30(移動時間含む)  
申込 10/10(火)~  
長岡造形大学  
准教授 津村泰範

無料見学  
OK!

## 気軽に参加できる、それがまちなかカフェの魅力!



「受講しなかったのに満員になってしまった…」  
「当日まで都合がつかかわからない…」そんなあなたもご安心を! まちなかカフェは、事前に申し込みがなくても、無料で見学が可能! さらに、当日空きがあれば、そのまま受講を申し込むこともできます。ただし、見学の方はドリンクと資料をお渡しができません。ごめんなさい。

時間が空いて講座が開催されていたら、それは「そうだ、まちキャン行こう。」の合図!  
まちなかカフェの講師は、気軽にお話ができるよう「ゲスト」と呼んでいます。



# 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) 会場 4F 交流広場



## コーチング-成果を生み出す双方向コミュニケーション-

コーチングとは「対話を通じて、相手が自ら考え、行動し、成果を手にする事」を支援するビジネススキルです。コーチングの理論やスキルを活用して、他者と良い関係を築きながら、聞き上手になることをトレーニングします。親子関係からお仕事のスキルアップまで幅広く使えますよ。

受講料 500円(1ドリンク付)

📅 4/15(土)  
🕒 10:00~11:30  
📍 申込 3/10(金)~  
👤 有限会社マックス・ゼン パフォーマンスコンサルタンツ 代表取締役 丸山結香



## ツアーにできない旅の話

幅広い海外旅行商品を提供しているエイチ・アイ・エスの専門スタッフに、旅行の心得や、計画を立てる際の注意点などについてお聞きします。この講座でしか聞けない、とびきり変わったツアーのお話も飛び出るかも?噂のVRでの旅行体験や、初めて旅行する方向けにお得な情報も!

受講料 500円(1ドリンク付)

📅 5/10(水)  
🕒 14:00~15:30  
📍 申込 4/10(月)~  
👤 株式会社エイチ・アイ・エス 長岡営業所 所長 松原宏尚



## 200円カレーから見る経営論

200円カレーを展開する原価率研究所。その創業経緯、発想のきっかけから考えるビジネスチャンスや起業のヒント。人のため、地域のためとはどういうことなのか。株式会社原価率研究所の社長が考える、机上の空論ではない実践のための経営論をお話します。

受講料 700円

📅 H30.1/30(火)  
🕒 19:00~20:30  
📍 申込 12/11(月)~  
👤 株式会社原価率研究所 代表取締役 菅野優希



# スポーツカフェ 体を動かすことが好きなあなたに…

定員 各20名(先着) 受講料 各500円(1ドリンク付)



## 夜が明けたら朝ヨガに行こう!

日々の生活で意識して呼吸をすることはありますか?自然の中で、ヨガを通してゆっくりと深呼吸してみましょう。ストレスや不安を解消するだけでなく、心と体に癒しを与えてくれます。少しのチャレンジとゆったりした朝ヨガを、一日の活力にしましょう。

会場 ながおか市民防災センター・屋根付き広場(現地集合) 持物 飲み物、ヨガマット(あれば)

📅 5/14(日)  
🕒 8:00~9:30  
📍 申込 4/10(月)~  
👤 フォレスト・ヨガ・スタイル 主宰 清水則之



## MO5-マジで踊れる5秒前-

みんなで踊って汗をかいて青春の1ページを取り戻そう!カッコいいダンスをマスターしませんか?多少動きがぎこちなかろうが、リズムに乗れていなかろうが関係ナシ!大切なのは「魅せ方」です!YouTubeにアップしてみる…なんてのも楽しいかもしれませんね☆

会場 3F 多目的スペース 持物 室内履き、タオル、飲み物、着替え

服装 動きやすいもの

📅 6/25(日)  
🕒 14:00~15:30  
📍 申込 5/10(水)~  
👤 振付師 嘉代一聖



# 食通カフェ グルメなあなたに…

定員 各20名(先着)



## とあるアルコールのあるある話

日本酒をこよなく愛するゲストが、ラベルに書いていない豆知識を紹介!利き酒のマナーや甘口と辛口の違い、個人的にオススメな銘柄など、話題はたくさんアルコール。さらに、割烹のご主人もお招きし、日本酒に合うおつまみの話もつけちゃいます!

受講料 1,000円 会場 4F 交流広場

📅 6/18(日)  
🕒 14:00~15:30  
📍 申込 5/10(水)~  
👤 長岡技術科学大学 准教授 伊東淳一 割烹魚仙 板谷敏雄



## コシヒカリはビッグダディ

全ての日本の米はコシヒカリに通ず…。そう言っても過言ではありません。まさにお米界のビッグダディ!米どころ新潟のお米は世界一!美味しいおかずもご飯があればこそです。日本の食卓を支える影の功労者、コシヒカリの魅力を再認識しましょう。

受講料 500円(1ドリンク付) 会場 4F 交流広場

📅 10/10(火)  
🕒 19:00~20:30  
📍 申込 9/11(月)~  
👤 新潟県農業総合研究所 作物研究センター 栽培科長 佐藤徹



## カレーなる一族になろう!

家庭で市販のルーを一切使わないカレーをつくってみませんか。スパイスなどの調合による未知なる香りとその刺激をご堪能ください!スパイスバランスでいかようにも変化するカレー。その日の気分の調合でどうぞ。あなたも家庭でオリジナルカレーに挑戦してみよう!

受講料 1,300円 会場 4F 創作交流室

📅 10/14(土)  
🕒 14:00~18:00(休憩含む)  
📍 申込 9/11(月)~  
👤 長岡造形大学 教授 鈴木均治



## 新潟の新たな旨いもん、その名は新之助

昨年開発され話題を呼んだお米「新之助」。いよいよ今年の秋に一般販売されます。販売を心待ちにしている腹ペコの皆さん、新之助をもっと美味しく味わうために、その特徴を学んでみませんか。大粒でコクと甘みに満ちているという新ブランド米の美味しさの秘密に迫ります。

受講料 600円 会場 4F 交流広場

📅 10/31(火)  
🕒 19:00~20:30  
📍 申込 9/11(月)~  
👤 新潟県農業総合研究所 作物研究センター 育種科長 石崎和彦



## 雑煮の中に何入れる?

日本のお正月といえば、お雑煮。このソウルフード、実にバラエティ豊かなんです!「お雑煮研究所」なる施設の所長さんと、授業の一環で学生にお雑煮に関するアンケートを採っている先生の対談。変わったものや地域性など、もちもち…じゃなくてもろもろご紹介いたします。

受講料 1,000円 会場 4F 創作交流室

📅 12/17(日)  
🕒 14:00~15:30  
📍 申込 11/10(金)~  
👤 お雑煮研究所 所長 粕谷浩子 長岡造形大学 教授 平山育男

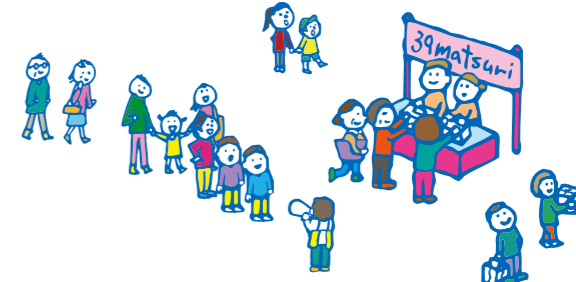


## 美松39まつりの秘密

毎回、大行列ができる美松の39まつり。両手いっぱいにシュークリームの箱を抱える姿に、「ああ、美松の季節だな」と感じる人も多いはず。それにしても、なぜそんなに安く提供できるの?赤字にはなっていないの?と疑問に感じたことはありませんか?その謎に迫りますよ。

受講料 500円(1ドリンク付) 会場 4F 交流広場

📅 H30.1/17(水)  
🕒 19:00~20:30  
📍 申込 12/11(月)~  
👤 株式会社美松 代表取締役社長 松井秀明





# 生活カフェ

知恵袋がほしいあなたに…

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



## 栄養学の基礎-太っちょ過ぎず、ガリ過ぎず-

「毎日〇種類の野菜を食べて…」などよく聞きますが、いまいちピンとこない人はいませんか。漠然としたものではなく、「サービング」というハッキリとした「数値」で栄養について学びましょう。実際にどれだけ分かりやすいのか、体験してみてください。

持物 計算機

6/13(火)  
19:00~20:30  
申込 5/10(水)~  
栄養士会長岡支部  
酒井優子  
山崎恵子



## 分かるようで分からない、理容と美容の違い

理容と美容、分かるようで分からない二つの違い。ものの本には、理容は「容姿を整えること」、美容は「容姿を美しくすること」とあります。うーん…やっぱりよく分からない。どちらの免許も持っているゲストに、業界の今と昔のお話も合わせてお聞きします。

9/12(火)  
19:00~20:30  
申込 8/10(木)~  
髪工房フィーノ  
オーナー 稲川展博



# お仕事紹介カフェ

さまざまな職に興味があるあなたに…

定員 各20名(先着) 会場 4F 交流広場



## あなたのこだわりを見せてください!-パン屋さん編-

長岡には、まるで『魔女の宅急便』のグーチョコパン店のようなお店があります。若いご主人の強くて熱い思いと、奥さんの温かい優しさが共存しています。こだわりのパンの話からパン屋を生業にするまでの経緯まで、まるっとお話しします。起業に興味のある方もぜひ参加ください!

受講料 700円

8/8(火)  
19:00~20:30  
申込 7/10(月)~  
パンと珈琲 ココ&ロコ  
中川哲久  
中川恵



## 新潟Komachiが出来るまで。

編集のお仕事って気になりませんか?発行日のどれくらい前から準備しているのか、最新の情報はどこから仕入れているのか、何人でつくっているのか…など、雑誌にまつわる疑問は尽きません。普段、取材を生業としている人に、逆に取材してみましょう。

受講料 500円(1ドリンク付) 持物 筆記用具、ノート、デジタルカメラ(あれば)

9/25(月)  
19:00~20:30  
申込 8/10(木)~  
株式会社ニューズ・ライン  
新潟Komachi 編集長  
間瀬博文



## いざ出動!災害時医療チームってどんなお仕事?

災害が起きた際にすぐに医療環境を整えることが、災害時派遣医療チーム(DMAT)の主なお仕事です。災害が起きたらひとまず集合!たとえ出動がなくても…。そんな過酷なお仕事に従事している方に、日常業務や訓練の内容、印象的なエピソードなどをお聞きします。

受講料 500円(1ドリンク付)

11/9(木)  
19:00~20:30  
申込 10/10(火)~  
長岡赤十字病院  
救急看護認定看護師  
大川玲子



Machinaka College



# 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。8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。



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。……………10



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。……………13



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。……………13

……会場までバスで移動します。  
……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。→P29参照  
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。  
……講座をより理解するための推奨図書です。(必ず用意いただくものではありません。)



# ひとづくり学科

## 企業のトップがやってきた! 2017 【5回連続講座】



平成27年度に好評を博した「企業のトップがやってきた!」が装いも新たに再び登場です。企業のトップと長岡大学・松本和明教授の対談により、企業理念や成功の秘訣からパーソナルな部分まで、楽しく掘り下げます。これからの生活やビジネスシーンで生かせること間違いなしです。

定員 30名(先着) 受講料 5回で3,000円 会場 3F 301会議室

申込 5/10(水)~

1

### 安心がいちばん美味しい。地域の未来を創る食のブランド化

長岡野菜をはじめとした地場産の食材や、都市部で注目される郷土料理。近年、それらが求められているのは、生産者・生産地に近いため、鮮度が高く、安心・安全だからではないでしょうか。長岡や新潟で飲食店を展開し、それら風土の味わいを提供するその姿勢と、食とビジネスについて伺います。

6/30(金)  
19:00~20:30  
食文化プロデューサー  
SUZU GROUP  
オーナーシェフ 鈴木将

2

### コミュニティ放送局の役割

地域に密着し、身近な情報を提供するFMながおか。平成16年の新潟県中越地震では、コミュニティ放送局初の臨時災害放送局となり、その後の東日本大震災の被災地や海外へ、そのノウハウを提供し続けています。常に地域に寄り添う姿勢とラジオの役割について伺います。

7/7(金)  
19:00~20:30  
FMながおか  
長岡移動電話システム株式会社  
代表取締役社長 脇屋雄介

3

### 手間を惜しまない酒造り

江戸時代から続く2つの蔵元「山家屋」「山城屋」が合併し、誕生した越銘醸。栃尾地域の風土を生かし、手造りを基本とした昔ながらの酒造りが今も続いています。江戸時代から続く歴史と、手間もコストも惜しまないそのひたむきさに裏打ちされた、酒造りの本質を伺います。

7/14(金)  
19:00~20:30  
新潟県酒造組合 長岡支部長  
越銘醸株式会社  
代表取締役社長 小林幸久

4

### こころを込めた紙づくり

明治40年、田村文四郎と覚張治平が長岡の地で北越製紙を創業して110年。長岡工場では、紙の可能性を追求し、多彩なニーズに応え、新たな紙を創り出してきました。『北越製紙百年史』の編さんに携わった松本教授とその歴史をひも解きながら、紙づくりへのこだわりについて伺います。

7/21(金)  
19:00~20:30  
北越紀州製紙株式会社  
特殊紙事業本部長岡工場  
執行役員工場長 谷口喜三雄

5

### もっと、親しまれる銀行へ

大光銀行は、昭和17年に大光無尽株式会社としてスタート。無尽とは、地域の人々がお金を出し合い、資金が必要な人に融通する互助制度です。その精神は今も引き継がれ、親しみと信頼ある銀行として地域社会の活性化に貢献しています。地域に軸足を据える銀行の在り方と今後の展望について伺います。

7/25(火)  
19:00~20:30  
大光銀行株式会社  
取締役頭取 古出哲彦



## まちキャン医療見聞録 【5回連続講座】



ねらい

病気のことをよく知り、うまく付き合っていくことは、私たちが生活するうえでとても大切なことです。そこで、今話題となっている医療のトピックを、第一線で活躍中の医師が分かりやすく解説します。医療に関する新しい知識や技術を正しく理解しましょう。

定員 30名(先着) 受講料 5回で3,000円 会場 3F 301会議室

申込  
7/10(月)～

### 1 医療ビッグデータが示す健康長寿のコツ

多くの人が受ける検診、学校の健康診断、病院のカルテなど、医療の世界には膨大なデータが日々蓄積されています。これを分析することによって、子どもから高齢者までが元気で長生きするためのコツや、医療費削減のコツがたくさん見つかります。新潟のデータも含めて分かりやすくお話しします。

8/30(水)  
19:00～20:30  
新潟大学大学院 歯学総合研究科  
血液・内分泌・代謝内科  
教授 曾根博仁

### 2 専門医が明かす歯周病

世界で最もかかっている人が多い病気は何だか分かりますか?ギネスブック認定されたその病気とは「歯周病」です。この歯周病、歯を失う一番の原因になるだけではなく、慢性炎症で全身疾患に関連します。その実態や予防・治療の最前線についてお話しします。

9/6(水)  
19:00～20:30  
新潟大学 歯学総合病院  
(歯周病専門医・指導医 インプラント指導医)  
准教授 久保田健彦

### 3 ワクチンで予防できる病気

私たちは、常に多くの感染症の脅威にさらされています。一方で、人類はワクチンという武器を用い、いくつかの感染症の制圧と撲滅を成し遂げてきました。いかにワクチンを上手に使いながら、これからの感染症と向き合うかについて、皆さんと一緒に考えてみたいと思います。

9/13(水)  
19:00～20:30  
新潟大学大学院 歯学総合研究科  
小児科学分野  
教授 齋藤昭彦

### 4 精密医療(Precision Medicine)ーがん治療はどこまで進歩したかー

近年、日本においても、がん遺伝子を網羅的に解析して最適な治療法を見出す「精密医療(Precision Medicine)」が導入されつつあります。遺伝子解析の仕組みや最適な治療法の発見の事例を紹介しながら、精密医療による次世代医療の将来の展望をお話しします。

9/20(水)  
19:00～20:30  
新潟大学大学院 歯学総合研究科  
消化器・一般外科学分野  
准教授 亀山仁史

### 5 正しく知ろう認知症のこと

最近、認知症という言葉をよく耳にします。認知症が増えている、ある生活習慣が認知症を予防できる、認知症は介護が大変…など、たくさんの情報があふれています。いったいどんなことを学ばばよいのでしょうか。認知症を正しく知るうえで必要なコトをお話しします。

9/27(水)  
19:00～20:30  
新潟大学大学院 保健学研究科  
助教 野崎洋明

## ヒューマン・アニマル・ボンドー人とペットの絆ー 【5回連続講座】



ねらい

ペットを飼育する人口が多くなるにつれて、ペットと人の関係性が変化しています。まずは、社会的役割や医療、動物保護の現状など、ペットを取り巻く環境を正しく理解しましょう。それらを通じ、ペットと人の絆をより深く、ペットの社会的地位の向上を図る学びの場とします。

定員 30名(先着) 受講料 5回で3,000円 会場 3F 301会議室

横田晴正「老いゆくペットと幸せに暮らすための40の心得」双葉社(2011年)

申込  
8/10(木)～

### 1 ペットの日本文化と西洋文化

ペット先進国である西洋と後進国といわれる日本との、ペットとの関わり方の文化的な違いを例に挙げながら、時代や地域による考え方の変遷をたどります。また、ペットが人の心に癒しを与えるアニマルセラピーをはじめ、ペットと人の関係がどのように変化してきているのかを紹介します。

9/28(木)  
19:00～20:30  
日本ペットカウンセラー協会  
認定カウンセラー 横田晴正

### 2 ペットの社会的参加と共生

年々、盲導犬などの補助犬は必要とされ、増加の傾向にあります。盲導犬の傷害事件や誤解による入店拒否など、盲導犬への理解と普及が進んでいません。その現状を取り上げながら、盲導犬や介助犬のように社会的役割を担っているペットと人との関わりについて考えてみましょう。

10/5(木)  
19:00～20:30  
にいがた盲導犬ハーネスの会  
会長 赤塚セツ

## 3 ペットの高齢化と医療の現状

ペットを取り巻く医・食・住の環境が改善されるにつれて、ペットの平均寿命が延び、高齢化が進んでいます。ペットの日頃の健康管理やセカンドオピニオン、訪問医療など、医療現場でも変化が表れています。日々ペットと人に向き合う獣医師が、医療の現状をお話しします。

10/12(木)  
19:00～20:30  
ステラ動物病院  
院長 和田甲臣

## 4 ペットの保護活動の座談会!

ペットを飼育している人口が増加するにつれて、ペットを取り巻く環境は向上しているものの、一部の飼い主によるペットへの愛情喪失や多頭飼育崩壊による飼育放棄があるのも実情です。公的・民的な動物保護に携わる立場から、ペットの保護活動・譲渡活動の現状について考えていきます。

10/19(木)  
19:00～20:30  
新潟県動物愛護センター  
副参事 大関桂子  
NPO法人小千谷アニマルサポート  
代表 大淵真由美

## 5 ペットの葬祭とペットロス

愛するペットを失った喪失感から日常生活が成り立たなくなる心的鬱状態「ペットロス」。人の葬祭とペットの葬祭の両方を務める僧侶として、また、人の話に耳を傾ける傾聴カウンセラーとして、ペットと人との関係を改めて取り上げ、お互いを結ぶ「心の絆」についてお話しします。

10/26(木)  
19:00～20:30  
ペット霊園ソウルメイト 僧侶  
長福寺 住職 横田晴正

## EUの危機と再生ーイギリスのEU離脱とその波紋ー 【5回連続講座】



ねらい

欧州連合(EU)は、世界の政治や経済に大きな影響を与えています。これまで順調に発展してきましたが、2008年のリーマン・ショック以降、多くの問題が噴出しています。この講座では、欧州統合の歴史を振り返り、ユーロ危機、難民問題、BREXITなどの諸題について、世界や日本に及ぼす影響を含めて考えます。

定員 30名(先着) 受講料 5回で3,000円 会場 3F 301会議室

田中素香「ユーロ危機とギリシャ反乱」岩波新書(2016年)  
庄司克宏「欧州の危機 Brexitショック」東洋経済新報社(2016年)



申込  
10/10(火)～

### 1 欧州統合の歴史

第二次世界大戦後、ヨーロッパでは、二度と戦争を繰り返さないという願いから、石炭・鉄鋼の共同管理から始まり、欧州経済共同体(EEC)、欧州共同体(EC)を経て、欧州連合(EU)へと発展してきました。現在、28か国が加盟し、人口は5億人を超えます。まずは、欧州統合の歴史を振り返ってみましょう。

11/15(水)  
19:00～20:30  
新潟大学  
名誉教授 小山洋司  
(日本EU学会所属)

### 2 EUの東方拡大

1989年から91年にかけて、東欧諸国やソ連では、経済体制の転換期を迎え、資本主義への道を歩むことになりました。東欧諸国とバルト三国は「ヨーロッパへの回帰」、すなわちEU加盟を目指し、21世紀にEU加盟を実現しました。EU加盟のための努力と現状を紹介します。

11/22(水)  
19:00～20:30  
新潟大学  
名誉教授 小山洋司  
(日本EU学会所属)

### 3 ユーロ危機と金融

単一通貨「ユーロ」は、2002年1月に流通するようになりました。通貨統一により便利な面もある一方で、それを支える制度的基盤(財政同盟)を欠いたままのスタートは、ギリシャ危機が起きると、容易に解決できず、危機を深めました。このユーロ危機や金融的側面からEUを考えます。

11/29(水)  
19:00～20:30  
新潟大学  
名誉教授 小山洋司  
(日本EU学会所属)

### 4 EUを揺るがす難民問題

2015年、シリアをはじめアジア、アフリカから100万人を超す難民がヨーロッパに押し寄せました。EU加盟国の立場はさまざま、労働力不足を感じるドイツは受入れに寛大ですが、経済的に脆弱な加盟国は反発しており、社会的、政治的な問題となっています。

12/6(水)  
19:00～20:30  
新潟大学  
名誉教授 小山洋司  
(日本EU学会所属)

### 5 BREXITーイギリスのEU離脱、その理由とインパクトー

2016年、あるニュースが世界を駆け巡ります。BREXIT(Britain Exit/英国の退出)…国民投票により、イギリスがEUから離脱することが決定しました。イギリスはなぜEU離脱を決めたのでしょうか。その理由や経過、そして世界や日本に与える影響を考えます。

12/13(水)  
19:00～20:30  
新潟大学  
名誉教授 小山洋司  
(日本EU学会所属)



# ものづくり学科

## アートの悦楽 【5回連続講座】



ねらい

連続と続く豊かな創造の歴史。描くこと、像を撮ること、空間自体に働きかけるインスタレーションなど、それらを駆使する表現者たちが、アートの創造とその原理、そしてそれがどのように私たちの生きる原動力=悦楽となるのかについて、考えを巡らせます。ちょっと哲学的な講座です。

定員 30名(先着) 受講料 5回で3,000円 会場 3F 301会議室



申込  
5/10(水)~

### 1 描くことの悦楽

絵を描く…それが世界を捉える方法だとしても、再現されるイメージはどこまでも現実とは異なるフィクションであり、絵の具や紙への置き換えでしかありません。しかし、それ自体が世界を新しく再構築するという創造でもあります。絵を描くこと…その真意に迫ります。

6/21(水)  
19:00~20:30

画家  
長岡造形大学  
教授 遠藤良太郎

### 2 想像する創造

驚きと楽しみを生み出すさまざまなアート・プロジェクト。非現実的な世界に見る者を誘い、私たちに新鮮な気持ちにさせてくれます。窓をスクリーンに人影を映し出す「by the window」など、多くのプロジェクトへの関わりを例に、想像することと創造することの関係をひも解きます。

6/28(水)  
19:00~20:30

美術作家  
長岡造形大学  
准教授 池田光宏

### 3 写真のこと

写真を撮る…それは形態のみならず、その瞬間までも切り取ること。一瞬にして出来上がるそのイメージは、絵画とは異なるようであり、似ているようでもあります。写真と絵画は、アートの分野では愛憎相半ばする関係なのです。真を写す「写真」とは何を考えてみましょう。

7/12(水)  
19:00~20:30

写真家・文筆家  
長岡造形大学  
非常勤講師 ミーヨン

### 4 インスタレーション／見えないことを目印にして

空間それ自体を作品とするインスタレーション。さまざまな土地や地域に出向き、イメージを膨らませ、創り上げる空間=作品は、一つの「物語」ではないでしょうか。越後妻有大地の芸術祭などへの作品や取り組みなどから、インスタレーションという手法やアートと地域との関わりについて考えます。

7/19(水)  
19:00~20:30

美術作家  
長岡造形大学  
非常勤講師 本間純

### 5 創ることは生きることと見つけたり

これまでの講義をふまえ、芸術/美術の持つ本質的な意義を探ります。「創ること」は、連続と続く歴史の中でどのような役割を果たしてきたのでしょうか。また、どのようにして私たちの生活を悦楽に満ちた豊かなものへと導くのでしょうか。

7/26(水)  
19:00~20:30

画家  
長岡造形大学  
教授 遠藤良太郎



# まちづくり学科

## 次に来る!? エネルギーの話 【5回連続講座】



ねらい

太陽光、風力、バイオマス、そして核融合…世界は今、かつてないエネルギー革命時代に突入しつつあります。次世代のエネルギー源として、有望視されている4つの最先端エネルギー変換技術を、そのスペシャリストが、特徴や課題、最前線の取り組みについて、開発秘話を交えながら紹介します。

定員 30名(先着) 受講料 5回で3,000円 会場 3F 301会議室

申込  
4/10(月)~

### 1 太陽光発電(1)

太陽光発電システムの心臓部といわれる太陽電池セル。そこにはどのような技術が生かされているのでしょうか。太陽光発電の基本的な仕組みや、エネルギー変換の技術と開発の歴史をたどります。再生可能エネルギーとして脚光を浴びる太陽光発電のこれからをのぞいてみましょう。

5/17(水)  
19:00~20:30

東京都市大学  
教授 小長井誠

### 2 太陽光発電(2)

2012年に固定価格買取制度が始まり、太陽光発電設備が急増する一方で、事故も発生しています。この背景には、経済性や収益性の偏重による、行政や設備業者、所有者の安全意識の共通認識の欠如があります。このような太陽光発電の負の側面に着目し、健全な電源とするための課題を探ります。

5/24(水)  
19:00~20:30

AIST太陽光発電研究センター  
システムチーム  
研究チーム長 加藤和彦

### 3 風力発電と流体力学

広大な土地や海に、立ち並ぶ巨大な風車。発電にはインフラの整備も重要です。そこに目を向けると、実は風車の形状もさまざま。ユニークな形状のものもあるのだとか…。風力発電の仕組みや基礎理論はもちろん、流体力学の視点から風車の形状など、さまざまな角度から風力発電に迫ります。

5/31(水)  
19:00~20:30

長岡技術科学大学  
機械創造工学専攻  
准教授 山崎渉

### 4 生物の力、バイオマス発電

普段の生活から出る生ごみ、下水、食品廃棄物などを循環処理によって発電するバイオマス発電や、間伐材による木質バイオマス発電など、動植物由来する有機物をエネルギー源とするバイオマス発電は、最も身近なエネルギー利用技術と言えます。これからの資源循環とエネルギーについて考えてみましょう。

6/7(水)  
19:00~20:30

長岡技術科学大学  
環境社会基盤工学専攻  
准教授 姫野修司

### 5 基礎からの核融合発電

大量にエネルギーを消費する現代社会において、核融合反応を利用した発電は、次世代のエネルギー源として期待されています。従来のエネルギー技術と比較しながら、核融合発電の原理や歴史、現状や課題について紹介します。難しくはありません。基礎から数式なしでお話します。

6/14(水)  
19:00~20:30

長岡技術科学大学  
原子力システム安全工学専攻  
准教授 菊池崇志

## ながおか農業学園 【5回連続講座】



ねらい

高温多湿な夏を持つ長岡は、全国に誇れる美味しい野菜がたくさん。長岡産野菜の特徴や野菜の選び方、食材を生かした調理方法、旬な野菜の収穫体験など、その道のプロが分かりやすくお伝えします。ここでしか味わえない体験を通して、「長岡の農と食のこれから」を皆さんと一緒に楽しく考えていきます。

定員 30名(先着) 受講料 5回で5,000円

申込  
6/12(月)~



### 1 [入門] 長岡産野菜のあれこれを知る

長岡の風土や土壌に適した長岡産野菜。その特徴について知識を深めましょう。長岡には全国に誇れる魅力ある農産物が、まだまだたくさんあります。それを知ることで愛着が湧き、虜になること間違いなし!まずは座学から長岡産野菜の基礎知識を知りましょう! 会場 3F 301会議室

7/5(水)  
19:00~20:30

長岡野菜ブランド協会  
会長 鈴木圭介

### 2 [ショッピング] 野菜の目利き!ショッピングのコツを知る

魅力的な長岡産野菜がズラリと並ぶマルシェに行きましょう!新鮮で美味しい野菜の選び方をはじめ、食べ方や保存方法など、鈴木会長とともに直接生産者から聞いてみましょう。ショッピングがますます楽しくなりますよ。 会場 アオーレ長岡ナカドマ(現地集合)

7/16(日)  
10:00~12:00

長岡野菜ブランド協会  
会長 鈴木圭介

### 3 [フィールド(1)] 枝豆王国「長岡」を知る

新潟県は枝豆生産量全国1位!美味しさのあまり、いつのまにか殻が山盛りになってことも…。そんな抜群に美味しい長岡産枝豆の収穫から選別・出荷までの全てがここで分かります。美味しさの裏には徹底した管理がここにある! 会場 枝豆生産部会会場 & JA越後ながおか

7/30(日)  
8:30~11:00(移動時間含む)

JA越後ながおか  
枝豆生産部会

### 4 [クッキング] 長岡産食材の魅力を引き出す調理方法を知る

伝統的なイタリア料理を地場産野菜でアレンジする人気の飲食店シェフが、長岡産食材をたくさん使った調理方法を教えます。食材の特徴や調理のコツを聞いたら、レッツ・チャレンジ!心と体に優しく美味しいお料理に大変身! 持物 エプロン、三角巾、タオルなど

8/9(水)  
18:00~21:00(予定)

アー・アッラ・ゼータ  
オーナーシェフ 田中祐一

### 5 [フィールド(2)] こだわりの畑で美味しさの秘密を知る

ラストはもう一度野菜のフィールドへ。若手生産者とともにこだわりの畑を見学しながら美味しさの秘密を学びます。トマトやナスなどの夏野菜の収穫体験のあとは、もぎたてをその場でパクリ!!本物の味をフィールドで味わいましょう! 会場 清造農園(越路地域)

8/19(土)  
9:00~13:00(移動時間含む)

長岡地域青年農業士会

## ファシリテーション入門講座－ハナシにハナを咲かせましょう－【5回連続講座】



**ねらい** ファシリテーションは、会議や話し合いの場はもちろん、人材育成や教育現場でも必要とされているスキルです。この講座は、そのファシリテーションの基礎知識や話し合いを進める上で、必要なスキルを学ぶ入門編です。まずは理解を深め、少し実践してみましょう。

**定員** 30名(抽選) **受講料** 5回で3,000円 **会場** 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**  
10/10(火)  
～11/8(水)

### 1 ファシリテーションを知る

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、議論をまとめるスキルのことをいいます。まずは基礎知識や必要とされるスキルなどの概要を学び、ファシリテーションへの理解を深めましょう。

11/20(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  
事務局 高橋秀一

### 2 話し合いの場づくり、アジェンダづくり

何ごとも準備が8割…話し合いをスムーズに進捗するためにも、下準備が大切です。リラックスして活発に発言してもらうための場の雰囲気やルールづくり、参加者への接し方、進行(アジェンダ)の組み立て方…など、話し合いの場に挑むための準備や心構えを学びます。

11/27(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  
事務局 岩淵直子

### 3 発散と収束

会議や話し合いの場では、より多くの意見を出してもらう「発散」と、その意見を設定したテーマや軸に沿って集約・整理していく「収束」の2つを繰り返して、最終的な目標に向けて議論を進めていきます。この話し合いの構造を意識して、議論を進めてみましょう。

12/4(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  
事務局 高橋秀一

### 4 話し合いの"見える化"

ホワイトボードに発言や意見を記録して、模造紙に付せんを貼り、グルーピングしながら整理していく…これらは、議論を"見える化"させるファシリテーションのテクニックの一つです。"見える化"することのメリットやまとめる手法を学び、実践してみましょう。

12/11(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  
事務局 岩淵直子

### 5 なっとく!"納得形成"

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。相手を尊重し、お互いが損をせず、多くの参加者が"納得"する結論を引き出すための"納得"形成=合意の考え方を学びます。

12/18(月)  
19:00～20:30  
講師一同

まちなか大学院への  
学びのステップ講座! →P16



# 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。

……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。→P29参照  
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。



## 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、近年は、企業の人材育成や教育現場などでも注目、活用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す。さらに実践的なカリキュラムを通じて、スキルを磨いていきます。

**対象** 平成26年度「ファシリテーション入門講座－話し合いがイキイキするために－」修了生  
平成27年度「ファシリテーション入門講座－話し合いの舵を取れ!－」修了生  
平成29年度「ファシリテーション入門講座－ハナシにハナを咲かせましょう－」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)  
その他、ファシリテーションに興味のある方

**定員** 10名(書類選考あり) **受講料** 10回で5,000円 **会場** 5F 501会議室

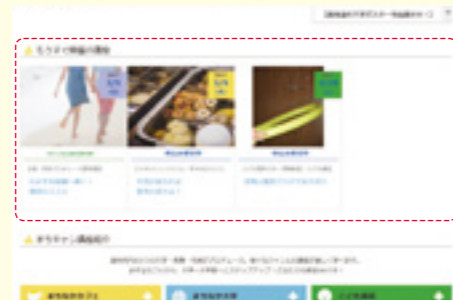
| 日時          | H30年 | 1/25(木) | 2/3(土) | 2/10(土) | 2/15(木) | 2/24(土) | 3/3(土) |
|-------------|------|---------|--------|---------|---------|---------|--------|
| 13:30～15:00 |      | 2       | 4      |         | 7       | 9       |        |
| 15:15～16:45 |      | 3       | 5      |         | 8       | 10      |        |
| 19:00～21:00 | 1    |         |        |         | 6       |         |        |

### まちキャンホームページから講座を申し込もう!

まちキャンの講座は、ホームページからも申し込むことができます。その方法をご紹介します。



1 まちなかキャンパス長岡のホームページを開きます。→P30参照



2 下にスクロールし、「もうすぐ開催の講座」で受講したい講座をクリックします。



3 「講座紹介」の「申込」にある「▶電子申請はこちら」をクリック。



4 長岡市電子申請サービスのページにジャンプします。申し込みに必要な情報を入力してください。入力が終わったら「入力確認画面へ」をクリックします。



5 入力した情報をチェックする画面が表示されますので、間違いがないか確認してください。確認が済んだら、「申請」をクリックします。




6 この画面が表示されたら申し込みは完了です。入力したメールアドレスに受付確認メールが届きます。


# 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15講座、連続講座を3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。

 **こどもカフェ**  
ちょこっと体験。な単発講座です。……………→ 17

 **こども大学**  
気分は大学生!?!な連続講座です。……………→ 19

 **こども理科工作・実験教室**  
定年退職した先生から教わる講座です。……………→ 20

 ……会場までバスで移動します。

## こどもカフェ



抽選申込開始 5/24(水)~  
申込方法 [詳しくはP18](#)



### まちの駅ってどんなところ?

「まちの駅長カード」をご存知ですか?まちの駅でもらえ、その駅の情報やインタビュー内容が書かれています。お子さんは自由研究の材料になるし、一緒に巡る保護者の方は景品が当たるし…といいことだらけ。2つのまちの駅を巡って、インタビューしてみましょう。

**定員** 小学生とその保護者15組 **受講料** 500円  
**会場** 長岡大学(集合場所)、花火の駅長岡花火ワールド悠



### やってみようよ、自由研究!

夏休みの宿題の定番、自由研究。やってみたくて思ってもなかなかテーマが決まらなかったり、うまく進まなかったりして困っていませんか?簡単な工作や実験を通して、テーマの決め方から研究の進め方まで、コツをお教えます。「今年こそは!」と思っているあなたにオススメです。

**定員** 小学生とその保護者20組 **受講料** 500円  
**会場** フェニックス大手イースト1F スクエア



### 山古志へお越しやす。

自然いっぱいの山古志で、「山の暮らし」をちょこっとだけのぞいてみましょう。やまこし復興交流館おらたるの見学や、美味しい食事、最後にはお土産づくり体験も!地域全体が温かい、山古志の魅力をお届けします!

**定員** 小学生とその保護者18組 **受講料** 1,500円 **会場** 山古志地域



### 変わったテーマで絵を描こう!

学校では上手な絵を描くことが求められます。でも今回は、ちょっと変わったテーマで絵を描いてみましょう!テーマは当日のお楽しみ…?とにかく自由に!人の目なんて気にしない、気にしない!よく見て、よく感じて、その気持ちを絵に表現すればいいのです。

**定員** 小学生とその保護者20組 **受講料** 1,000円  
**会場** 4F 創作交流室



### 花火の色づくりに挑戦!

花火の構造や火薬について学んで、花火の火種をつくります。キーワードは「炎色反応」。燃やすものにより色とりどりに変化する火を眺めて、思わずうっとり。その姿はまさにカメレオン☆なんだか癒されること間違いなし!化学マジック体験してみませんか?

**定員** 小学生とその保護者20組 **受講料** 500円  
**会場** 長岡工業高等専門学校(現地集合)

## こども講座(抽選)の申込方法

**申込方法** まちなかキャンパス長岡のホームページから申し込みができます。また、まちなかキャンパス長岡4Fサービスカウンターに設置する申込書に必要事項を記入し、提出することで申し込みすることもできます。

**抽選結果** 抽選で受講者を決定し、メールかハガキで結果をお知らせします。抽選日から1週間経過後も連絡のない場合は、お手数でもお問い合わせください。抽選申込締め切り後、定員に達していない場合は、電話または電子申請にて追加申込を先着順で受け付けます。

**注意事項** 受講をキャンセルする場合は必ずご連絡ください。また、兄弟での申込の場合、お一人ずつお申し込みください。

| 抽選申込開始                 | 抽選申込締切(必着)            | 抽選日       | 追加申込開始        |
|------------------------|-----------------------|-----------|---------------|
| 5/24(水)<br>※ハガキまたは電子申請 | 7月の講座 6/14(水) 23:59 → | 6/15(木) → | 6/21(水) 8:30~ |
|                        | 8月の講座 7/12(水) 23:59 → | 7/13(木) → | 7/19(水) 8:30~ |

※こども大学と「ちいさなきもの、微生物を観察してみよう」は初回の日が基準となります。



### めざせ冒険王!森で体験トレジャーハントハイキング

森の中でハイキングをしましょう。冒険者になりきってチームを組み、数々の試練をクリアすれば、「何か」を手に入れることができるかも…?この経験を通して「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。見る力、考える力がきっと高まるはずですよ。

**定員** 小学3~5年生とその保護者15組 **受講料** 1,000円(昼食代含む)  
**会場** 東山ファミリーランド(現地集合、小雨決行) **持物** 雨具(雨天時)



### 好きな科目は給食です!

親子そろって食いしん坊な人、集まれ!実は世代によってイメージする給食のメニューは、バラバラなんです。地域性や時代を感じさせる、懐かしのメニューをみんなで作って食べましょう。そこには新たな発見や驚きが待っているはず…。

**定員** 小学生とその保護者12組 **受講料** 1,500円  
**会場** なじら〜て市民交流施設e-ne(現地集合) **持物** エプロン、タオル、三角巾



### ろうそくパワーで動くおもしろ首振りおもちゃをつくろう!

今回の工作はちょっとプレミアム!?(と言っても一部分だけですが…)ろうそくパワーで上下にゆらゆらと揺れ動き続ける、おもしろおもちゃをつくりたい。その動きは、あたかもお辞儀をする可愛い子犬か、えさをついばむ小鳥のよう?

**定員** 小学生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)  
**受講料** 1,000円 **持物** 細いサインペン、定規、作品を持ち帰るダンボール箱(16cm程度)と包装紙



### 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はたくさんあります。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。分解したパーツで、オリジナルキーホルダーをつくりたい。

**定員** 小学4~6年生の女子15名 **受講料** 1,000円(保護者参加の場合は1,500円)  
**会場** 4F 創作交流室 **持物** 分解してみたいもの(リモコンや万歩計など、あれば)



### 出会いはスローモーション!

スーパースローカメラは、何でもスローモーションにしてくれます。このカメラを通して見る世界は、全てが新鮮で、驚きの発見ばかり。ものが動く!跳ねる!壊れる!?今まで速く見てることが出来なかった、決定的瞬間を見てみませんか?

**定員** 小学生とその保護者20組 **受講料** 500円  
**会場** 長岡工業高等専門学校(現地集合) **持物** スローにして見てみたいもの(あれば)

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

**8/11(金・祝)**  
10:00~13:00  
**7/12(水) 申込締切**  
栄養士会長岡支部

**8/11(金・祝)**  
14:00~16:00  
**7/12(水) 申込締切**  
長岡工業高等専門学校  
教授 河田剛毅

**8/20(日)**  
10:00~11:30  
**7/12(水) 申込締切**  
Kawaii理科実験  
プロジェクト

**8/20(日)**  
14:00~15:30  
**7/12(水) 申込締切**  
長岡工業高等専門学校  
准教授 床井良徳

# こども大学



抽選申込開始 5/24(水)～

申込方法 → 詳しくはP18

## 世界の食をいただきます! [3回連続講座]



ねらい

世界にはさまざまな食文化を持つ国がたくさん。食を通じて、その国のコトを学びましょう。家庭料理やおやつをテーマに、その料理の持つ背景や食文化を学び、実際に調理し試食します。学んで食べて、効果倍増! 頭もお腹もいっぱいですよ。

定員

小学4～6年生とその保護者15組 受講料 3回で3,500円 会場 4F 創作交流室

持物

エプロン、三角巾、タオルなど

### 1 ハワイのポケをいただきます!

真珠湾攻撃と長岡空襲で大きな被害を受けたハワイ州ホノルル市と長岡市。平和を願う気持ちは同じで、今は姉妹都市として交流が続いています。食でハワイをもっと知りませんか。「ポケ」とは、切った魚と調味料をあえる、ハワイを代表する料理。ハワイの塩が決め手なんです。

### 2 マレーシアのバナナボールをいただきます!

マレー半島とボルネオ島にまたがる多民族国家マレーシア。「バナナボール」は、マレーシアでは家庭的なおやつとして食べられています。サクサクの衣の中にトロ～りと甘いバナナは、やみつきになるのだとか。屋台などでも売っていて、非常に安価で美味しく、観光客にも人気です。

### 3 メキシコのピカディーヨをいただきます!

メキシコを代表する料理といえばタコス。トウモロコシを原料にして薄く焼くトルティーヤで、さまざまなものを挟みます。その中身の一つが「ピカディーヨ」です。牛ひき肉に野菜やスパイスを加えて煮込みます。トルティーヤ以外にも、パンやご飯にも合うんです。

6/14(水)申込締切

7/2(日)  
14:00～16:00

帝京長岡高等学校  
英語教師 エリック イドウエ

7/9(日)  
14:00～16:00

長岡技術科学大学 大学院生  
ファイロザ アミラ ビンティ ハムザー

7/16(日)  
14:00～16:00

長岡技術科学大学 大学院生  
ダニエル メディナ コントレラス

## いろいろな顕微鏡で、ミクロの世界をのぞいてみよう! [3回連続講座]



ねらい

理科の実験でおなじみの顕微鏡。ひと言で顕微鏡といってもいろいろな種類があります。自分で手づくりした顕微鏡や最先端の技術を使った顕微鏡で、さまざまなミクロ世界を体験しましょう。楽しみながら、顕微鏡の仕組みについても学びます。

定員

小学4～6年生とその保護者15組 受講料 3回で2,500円

持物

空のペットボトル(500ml程度、ふた付)、はさみやカッター(ペットボトルの工作に使用)、ペットボトルのキャップに穴を開けるための道具(目打ち、キリ、千枚通しなど)、顕微鏡で観察してみたいもの(植物の葉、花粉、乾燥物など)

### 1 顕微鏡を自分でつくってみよう!

ペットボトルを使って、自分だけのオリジナル顕微鏡づくりにチャレンジしてみましょう。顕微鏡の基礎的な仕組みも学びます。つくった後は、身近な植物の葉などを観察してみましょう。うまくピントを合わせることができるかな? 会場 4F 創作交流室

### 2 顕微鏡でミクロの世界を観察しよう!

大学の実習でも使われている光学顕微鏡で、身近な植物細胞などの観察をしてみましょう。細胞にも、植物によっていろいろな形や大きさがあって面白いですよ! また、光学顕微鏡の仕組みや、キレイに観察するためのコツについても学びます。会場 長岡工業高等専門学校(現地集合)

### 3 最先端の顕微鏡を体験しよう!

最先端の研究にも使われている顕微鏡を見学します。コンピューターを使って大きさを測ったり、立体的に画像を合成したりできる顕微鏡や、光学顕微鏡よりもさらに高倍率で観察できる顕微鏡があります。さまざまな顕微鏡を見て、体験しましょう。会場 長岡工業高等専門学校(現地集合)

6/14(水)申込締切

7/22(土)  
10:30～12:00

長岡工業高等専門学校  
准教授 奥村寿子

7/23(日)  
13:00～14:30

長岡工業高等専門学校  
准教授 奥村寿子

7/23(日)  
14:40～16:10

長岡工業高等専門学校  
教授 大石耕一郎



# まちキャンボランティア企画講座 こども理科工作・実験教室



抽選申込開始 5/24(水)～

申込方法 → 詳しくはP18

大学や高専を退職した理系教員が指導します。夏休みの自由研究の相談も受け付けます。  
※保護者も同伴できます。会場の都合上、同伴は1名様まででお願いします。



## ちいさないきもの、微生物を観察してみよう

定員

小学3～6年生 20名 受講料 1,000円

会場

長岡技術科学大学(現地集合)

[2回連続講座]

6/14(水)申込締切

7/22(土)  
13:30～15:00

長岡技術科学大学  
名誉教授 森川康  
助教 志田洋介 ほか

7/29(土)  
13:30～15:00

長岡技術科学大学  
名誉教授 森川康  
助教 志田洋介 ほか

8/5(土) 10:00～11:30  
8/6(日) 13:30～15:00

7/12(水)申込締切  
長岡技術科学大学  
名誉教授 塩見友雄  
名誉教授 藤井信行 ほか

8/5(土)  
13:30～15:30

7/12(水)申込締切  
長岡技術科学大学  
名誉教授 植松敬三  
名誉教授 塩見友雄 ほか

8/6(日)  
10:00～11:30

7/12(水)申込締切  
長岡技術科学大学  
名誉教授 矢鍋重夫  
名誉教授 高田孝次 ほか

8/19(土)  
13:30～15:30

7/12(水)申込締切  
元長岡工業高等専門学校  
教授 丸山一典 ほか

H30.3月下旬  
(春休み期間中)  
13:30～15:00

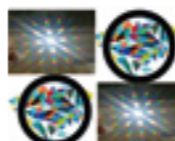
長岡技術科学大学  
名誉教授 藤井信行  
名誉教授 塩見友雄 ほか

### 1 微生物ってなに?

微生物とは、目では見えないくらい小さな生き物のことで、私たちのすぐそばにいます。地球を掃除してくれたり、食べ物を美味しくしてくれたり、体を健康にしてくれたり…。見えないところで大活躍している微生物について学びましょう。

### 2 顕微鏡で微生物を見てみよう!

ヨーグルトや納豆などの発酵食品、土、空気、そして私たちの手のひらなどにいる微生物を、一週間かけて増やします。増えた微生物を、シャーレや顕微鏡で、色や形、数などを観察してみましょう。どんな微生物が見えるかな?



### 光のふしぎを知ってキラキラかがやく光万華鏡をつくろう!

太陽や電灯の光は、分光シートや偏光フィルムを使うと、いろいろな色の光に分けることができます。このふしぎな光の性質を利用して、虹のように見える万華鏡や色の変わるステンドグラスのような万華鏡をつくって、光について学びます。

定員

小学生 各回25名 受講料 500円 会場 4F 創作交流室

※どちらか1回のみ受講ができます。どちらの回でもよい場合は、両方にお申し込みください。



### 電磁石とコイルで動く電車をつくろう

電磁石は鉄釘に銅線を巻いただけのもの。なのに電気を流すと磁石のように鉄を引きつけます。また、電気の向きを変えると他の磁石と反発し、電気を止めると何も引きつけなくなります。電磁石をつくってその仕組みを調べ、応用として電磁石で動く電車をつくりましょう。

定員

小学4～6年生 20名 受講料 500円 会場 4F 創作交流室



### コマはどうして倒れないの?—コマの不思議—

手づくりのコマ、逆立ちするコマ、ジャイロコマ、模様の出るコマなど、いろいろなコマを回してみましょう。回転しているコマはどうして倒れないのか、ジャイロコマに力を加えるとどんな動きをするかなど、コマの不思議な性質について学びます。

定員

小学3～6年生 15名 受講料 500円 会場 4F 創作交流室



### ロウケツ染めとスライムづくりに挑戦だ!

カラフルな服や旗を色が混ざらないよう染める方法のひとつ、「ロウケツ染め」に挑戦しましょう。ロウを塗った部分だけ色がつかないので、色を分けて布を染めることができます。また、いろいろなスライムをつくって化学の面白さを学びます。

定員

小学4～中学3年生 20名 受講料 500円 会場 長岡工業高等専門学校(現地集合)

※30cm×30cmの大きさの中に、ロウケツ染めの図案を考えてきてください。その際、ロウが布に染み込んでいく時に広がるので、細かい模様は表現できないことに注意してください。



### 静電気おもちゃをつくって遊ぼう

冬にセーターを着るときや車に乗り降りするときに、バチバチと感電することはありませんか?それが静電気です。静電気を利用した空飛ぶ電気クラゲや静電気モーターのおもちゃをつくって遊びながら、身近で起こる物理現象、静電気について学びましょう。

定員

小学生 25名 受講料 500円 会場 4F 創作交流室

※内容は変更になる場合があります。詳細は決定次第まちキャン通信、ホームページなどでお知らせします。

# 市民プロデュース講座

市民の皆さん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。

平成29年度 前期

※4月～6月開催分の5講座を掲載します。10月～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。

## 日本の桜と世界の桜ー桜についていろいろ学ぼうー 【2回連続講座】



講師 日本語教師(外国人対象) 峰村剛  
定員 20名(先着) 受講料 2回で400円 会場 5F 交流ルーム

申込  
3/10(金)～

### 1 桜について学ぶー外国の桜を見るー

およそ100万年前にバラから発生した桜は、日本だけでなく、外国でも自生しています。これまでさまざまな国の桜を見て、現地を知ったことや、調べてわかったこと、興味深かったことなど、外国で撮影した写真を見ながらお話しします。

5/8(土)  
14:00～15:30

### 2 日本の桜の平和外交と人気ー日本の桜を見るー

日本から多くの国々へ、平和外交の象徴として桜が贈られています。長岡市からもアメリカテキサス州フォートワース市へ贈った例があります。平和外交の象徴となった日本の桜について、写真を見ながら、オススメを紹介します。また、これまでの桜旅の印象もお話しします。

5/9(日)  
14:00～15:30

## 整体体操と太極拳で自分の体を治療する 【3回連続講座】



講師 日本武術太極拳連盟A級指導員 田中秋雄  
定員 20名(先着) 受講料 3回で600円 会場 3F 多目的スペース1  
持物 室内履き、タオル、筆記用具、バスタオルやヨガマットなどの敷物(なしでも可)  
服装 動きやすいもの

申込  
4/10(月)～

### 1 自分の体の歪みを探す、歩き方を学ぶ。

体の歪みを治すことは最近ブームになっていますよね。ある調査では日本人の9割以上がどこかしら歪んでいるのだから、自分のどこが歪んでいるのかを知ることから始めてみましょう。そして、その歪みを正すのに効果的な太極拳を学んでいきましょう。初心者の方でも大丈夫です。

5/8(月)  
19:00～20:30

### 2 腰の可動域を調べる、手揮琵琶(ショウホイピーパ)の動作を学ぶ。

腰の可動域に注目してみましょう。回転、左右倒し、前後屈をして、動きの悪い部分に合った改善方法を実践してみます。体の要である腰の動きを改善することで、日常の動作がしやすくなりますよ。

5/15(月)  
19:00～20:30

### 3 股関節の可動域を改善する、古武術の歩き方を学ぶ。

日常生活ではなかなか気がつきませんが、脚の長さは、左右で違っていることが多いです。これは、股関節の可動域のバランスが崩れているために起こりやすいと考えられます。古武術の修復法と歩き方を学んで、改善していきましょう。

5/22(月)  
19:00～20:30

## 神秘の地「チベット高原」を訪ねて



講師 長岡工業高等専門学校 名誉教授 佐藤和秀  
定員 20名(先着) 受講料 200円 会場 5F 交流ルーム

申込  
4/10(月)～

1

「桃源郷」「シャングリラ(理想郷)」などと呼ばれるチベット。これまで日本人のチベット訪問は禁止されていましたが、2015年に許可されました。実際に足を運び、体感した現地の様子を、写真を交えながらお話しします。また、日本との関係についても見ていきます。

5/28(日)  
10:00～12:00

## 親子で楽しむ洋書絵本 【2回連続講座】



講師 英語絵本ナビゲーター ジョーンズ文穂  
定員 未就学児とその保護者16組(先着)  
受講料 2回で1,900円(絵本代を含む) 会場 3F スタジオ1 持物 筆記用具

申込  
5/10(水)～

1

### 英語の絵本に触れてみよう!

英語で書かれたさまざまな絵本を紹介しします。その本の文化的な背景も説明しながら、絵本を読み進めていきます。英語の絵本は読み「聞かせ」ではなく、「一緒に」読むのがポイントです。楽しみながら声に出してみましょう。自宅で読む際のコツもお教えします。

6/3(土)  
11:00～12:00

2

### 英語の文化に触れてみよう!

自宅で絵本を読んだ感想を発表しましょう!みんながどんな風に絵本の時間を過ごしたのか聞いてみます。絵本のほかに手遊びや簡単な歌で、みんなと一緒に触れ合ってみましょう!

6/10(土)  
11:00～12:00

## アートでいきいきコミュニケーション!臨床美術を知ろう 【3回連続講座】



講師 臨床美術士 村山珠代  
定員 20名(先着) 受講料 3回で2,100円(材料代を含む)  
会場 4F 創作交流室 服装 汚れても構わないもの

申込  
5/10(水)～

1

### 五感に働きかける臨床美術の魅力を知ろう!

オイルパステルを使ってりんごを描きます。臨床美術のユニークなアプローチで、絵が苦手だと思っている方も楽しく制作できます。絵心がないと思込んでしまったり、絵心があることに気が付かなかったりするのは、理由があるのです。誰もが楽しめる手法を体験してみましょう。

6/11(日)  
10:00～12:00

2

### 響きあう感性で生まれる抽象画の魅力を知ろう!

墨とオイルパステルで抽象表現を楽しみます。相手の引いた一線に応じて、心の動きに素直に勇気をもって線や色を置く。その線や色が言葉以上に気持ちを伝える時があります。感性で人と人がつながるアートの楽しさと、臨床美術が大切にしているコミュニケーションの魅力について体験してみましょう。

6/18(日)  
10:00～12:00

3

### 身体をフル活用する立体表現の魅力を知ろう!

彫刻家ジャコメッティ風に造形粘土で体の動きを表現します。身体感覚で表現することの楽しさと、立体表現で広がる視点と発想について、楽しみながら体験してみましょう。3回の講座のまとめとして、臨床美術を体験して知ったこと、感じたことを振り返りましょう。

6/25(日)  
10:00～12:00



Lectures  
by Machicam Volunteers

# まちキャン ボランティア企画講座

まちキャンボランティアスタッフが企画する講座。運営、市民両方の目線で作られています。

バス → 会場までバスで移動します。

## 知って楽しい長岡ー小国を知るー 【2回連続講座】



講師 小国文化フォーラム事務局長 高橋実

定員 30名(先着) 受講料 2回で2,500円 持物 筆記用具

申込  
5/10(水)～

### 1 座学「小国」

知っている人も知らない人も「小国」を再発見しましょう。小国の歴史や風土、偉人や無形文化財の小国和紙など、まだまだ埋もれている小国の魅力を、現地の詳しい方にお聞きします。

会場 4F 交流広場

6/24(土)  
10:00～12:00

### 2 見て感じて!小国巡り

第1回の学習を元に小国の魅力を自分の目で確かめ、体験します。山口権三郎記念館を見学、和紙の紙すきや工作体験をし、昼食は小国ならではの郷土料理をいただきます。この講座で小国をいっそう身近に感じることでしよう。

会場 小国地域

7/8(土)  
9:00～16:00(移動時間含む)

### まちキャンボランティアスタッフ、随時募集中!

まちキャンでボランティアをしませんか?  
講座の補助や、レコード磨き、講座の企画など活動の仕方は千差万別!  
いつでも申し込みをお待ちしていますよ。

#### 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出し、写真撮影など)
- ・講座の企画 ・広報 ・音楽鑑賞コーナーのレコード磨き

#### 申込方法

まちキャンホームページにある「まちキャンスタッフ登録申込書」に  
必須事項を記入のうえ、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29年度 講座スケジュール

- まちなかカフェ
- まちなか大学
- まちなか大学院
- 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

### 4 4月/April

| 日     | 時間          | 講座名   | P  |
|-------|-------------|---|----|
| 8(土)  | 14:00～15:30 | 日本の桜と世界の桜ー桜についていろいろ学ぼうー<br>①桜について学ぶー外国の桜を見るー      | 21 |
| 9(日)  | 14:00～15:30 | 日本の桜と世界の桜ー桜についていろいろ学ぼうー<br>②日本の桜の平和外交と人気ー日本の桜を見るー | 21 |
| 11(火) | 19:00～20:30 | 毎日がスペシャル!<br>記念日によるまちづくりとビジネス                     | 06 |
| 15(土) | 10:00～11:30 | コーチング<br>ー成果を生み出す双方向コミュニケーションー                    | 07 |
| 29(土) | 9:00～11:00  | 酉年に鳥を見に行こう!                                       | 05 |

### 5 5月/May

| 日     | 時間          | 講座名   | P  |
|-------|-------------|---|----|
| 8(月)  | 19:00～20:30 | 整体体操と太極拳で自分の体を治療する<br>①自分の体の歪みを探す、歩き方を学ぶ。             | 21 |
| 9(火)  | 19:00～20:30 | ロボットとの生活の方法、教えます。                                     | 04 |
| 10(水) | 14:00～15:30 | ツアーにできない旅の話   | 07 |
| 14(日) | 8:00～9:30   | 夜が明けたら朝ヨガに行こう!  | 07 |
| 15(月) | 19:00～20:30 | 整体体操と太極拳で自分の体を治療する<br>②腰の可動域を調べる、手探琵琶(ショウホイビバ)の動作を学ぶ。 | 21 |
| 17(水) | 19:00～20:30 | 次に来る!?エネルギーの話<br>①太陽光発電(1)                            | 13 |
| 22(月) | 19:00～20:30 | 整体体操と太極拳で自分の体を治療する<br>③股関節の可動域を改善する、古武術の歩き方を学ぶ。       | 21 |
| 24(水) | 19:00～20:30 | 次に来る!?エネルギーの話<br>②太陽光発電(2)                            | 14 |
| 28(日) | 10:00～12:00 | 神秘的な地「チベット高原」を訪ねて                                     | 22 |
| 29(月) | 19:00～20:30 | 幕末に活躍した長岡出身の力士・<br>両国梶之助                              | 06 |
| 31(水) | 19:00～20:30 | 次に来る!?エネルギーの話<br>③風力発電と流体力学                           | 14 |

### 6 6月/June

| 日     | 時間          | 講座名  | P  |
|-------|-------------|--|----|
| 3(土)  | 11:00～12:00 | 親子で楽しむ洋書絵本<br>①英語の絵本に触れてみよう!                           | 22 |
| 7(水)  | 19:00～20:30 | 次に来る!?エネルギーの話<br>④生物の力、バイオマス発電                         | 14 |
| 10(土) | 11:00～12:00 | 親子で楽しむ洋書絵本<br>②英語の文化に触れてみよう!                           | 22 |
| 11(日) | 10:00～12:00 | アートでいきいきコミュニケーション! 臨床美術を知ろう<br>①五感に働きかける臨床美術の魅力を知ろう!   | 22 |
| 13(火) | 19:00～20:30 | 栄養学の基礎<br>ー太っちょ過ぎず、ガリ過ぎずー                              | 09 |
| 14(水) | 19:00～20:30 | 次に来る!?エネルギーの話<br>⑤基礎からの核融合発電                           | 14 |
| 18(日) | 10:00～12:00 | アートでいきいきコミュニケーション! 臨床美術を知ろう<br>②響きあう感性で生まれる抽象画の魅力を知ろう! | 22 |
|       | 14:00～15:30 | とあるアルコールのあるある話   | 08 |
| 21(水) | 19:00～20:30 | アートの悦楽<br>①描くことの悦楽                                     | 13 |
| 23(金) | 19:00～20:30 | 脳のご褒美・ドーパミン  | 04 |
| 24(土) | 10:00～12:00 | 知って楽しい長岡ー小国を知るー<br>①座学「小国」                             | 23 |
| 25(日) | 10:00～12:00 | アートでいきいきコミュニケーション! 臨床美術を知ろう<br>③身体をフル活用する立体表現の魅力を知ろう!  | 22 |
|       | 14:00～15:30 | MO5ーマジで踊れる5秒前ー   | 07 |
| 27(火) | 14:00～16:00 | 日常サイエンス<br>ー洗濯で失敗しないための選択ー                             | 04 |
| 28(水) | 19:00～20:30 | アートの悦楽<br>②想像する創造                                      | 13 |
| 30(金) | 19:00～20:30 | 企業のトップがやってきた! 2017<br>①安心がいちばん美味しい、地域の未来を創る食のブランド化     | 10 |

# 平成29年度 講座スケジュール

- 🟡 まちなかカフェ
- 🏢 まちなか大学
- 🎓 まちなか大学院
- 🟢 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

## 7 7月/July

| 日     | 時間                     | 講座名                                      | P  | 日     | 時間                     | 講座名   | P  |
|-------|------------------------|--|----|-------|------------------------|---|----|
| 2(日)  | 14:00~16:00            | 世界の食をいただきます!<br>①ハワイのpokeをいただきます!        | 19 | 19(水) | 19:00~20:30            | アートの悦楽<br>④インスタレーション/見えないことを目印にして               | 13 |
| 5(水)  | 19:00~20:30            | ながおか農業学園<br>①[入門]長岡産野菜のあれこれを知る           | 14 | 21(金) | 19:00~20:30            | 企業のトップがやってきた! 2017<br>④こころを込めた紙づくり              | 10 |
| 6(木)  | 19:00~20:30            | 銀塩カメラ、まだ生きてますよ!                          | 03 | 22(土) | 10:30~12:00            | いろいろな顕微鏡で、ミクロの世界をのぞいてみよう!<br>①顕微鏡を自分でつくってみよう!   | 19 |
| 7(金)  | 19:00~20:30            | 企業のトップがやってきた! 2017<br>②コミュニティ放送局の役割      | 10 |       | 13:30~15:00            | ちいさないきもの、微生物を観察してみよう<br>①微生物ってなに?               | 20 |
| 8(土)  | 9:00~16:00<br>(移動時間含む) | 知って楽しい長岡-小国を知る-<br>②見て感じて!小国巡り           | 23 | 23(日) | 10:00~12:00            | 変わったテーマで絵を描こう!                                  | 17 |
| 9(日)  | 10:00~11:30            | まちの駅ってどんなところ?                            | 17 |       | 13:00~14:30            | いろいろな顕微鏡で、ミクロの世界をのぞいてみよう!<br>②顕微鏡でミクロの世界を観察しよう! | 19 |
|       | 14:00~16:00            | 世界の食をいただきます!<br>②マレーシアのパナナボールをいただきます!    | 19 |       | 14:40~16:10            | いろいろな顕微鏡で、ミクロの世界をのぞいてみよう!<br>③最先端の顕微鏡を体験しよう!    | 19 |
| 12(水) | 19:00~20:30            | アートの悦楽<br>③写真のこと                         | 13 | 25(火) | 19:00~20:30            | 企業のトップがやってきた! 2017<br>⑤もっと、親しまれる銀行へ             | 10 |
| 14(金) | 19:00~20:30            | 企業のトップがやってきた! 2017<br>③手間を惜しまない酒造り       | 10 | 26(水) | 19:00~20:30            | アートの悦楽<br>⑤創ることは生きることと見つけたり                     | 13 |
| 15(土) | 14:00~15:30            | やってみようよ、自由研究!                            | 17 | 29(土) | 13:30~15:00            | ちいさないきもの、微生物を観察してみよう<br>②顕微鏡で微生物を見てみよう!         | 20 |
| 16(日) | 9:30~12:30<br>(移動時間含む) | 山古志へお越しやす。                               | 17 |       | 17:00~18:30            | 花火の色づくりに挑戦!                                     | 17 |
|       | 10:00~12:00            | ながおか農業学園<br>②[ショッピング]野菜の目利き!ショッピングのコツを知る | 14 | 30(日) | 8:30~11:00<br>(移動時間含む) | ながおか農業学園<br>③[フィールド(1)]枝豆王国「長岡」を知る              | 14 |
|       | 14:00~16:00            | 世界の食をいただきます!<br>③メキシコのピカディーヨをいただきます!     | 19 |       | 10:00~14:30            | めざせ冒険王!<br>森で体験トレジャーハントハイキング                    | 18 |

## 8 8月/August

| 日     | 時間                     | 講座名                                      | P  |
|-------|------------------------|--|----|
| 5(土)  | 10:00~11:30            | 光のふしぎを知ってキラキラかがやく<br>光万華鏡をつくろう!          | 20 |
|       | 13:30~15:30            | 電磁石とコイルで動く電車をつくろう                        | 20 |
| 6(日)  | 10:00~11:30            | コマはどうして倒れないの?—コマの不思議—                    | 20 |
|       | 13:30~15:00            | 光のふしぎを知ってキラキラかがやく<br>光万華鏡をつくろう!          | 20 |
| 8(火)  | 19:00~20:30            | あなたのこだわりを見せてください!<br>—パン屋さん編—            | 09 |
| 9(水)  | 18:00~21:00<br>(予定)    | ながおか農業学園<br>④[クッキング]長岡産食材の魅力を引き出す調理方法を知る | 14 |
| 10(木) | 19:00~20:30            | 混ぜるなキケンを混ぜてみた                            | 04 |
| 11(金) | 10:00~13:00            | 好きな科目は給食です!                              | 18 |
|       | 14:00~16:00            | ろうそくパワーで動く<br>おもしろ首振りおもちゃをつくろう!          | 18 |
| 19(土) | 9:00~13:00<br>(移動時間含む) | ながおか農業学園<br>⑤[フィールド(2)]こだわりの畑で美味しさの秘密を知る | 14 |
|       | 13:30~15:30            | ロウケツ染めとスライムづくりに挑戦だ!                      | 20 |
| 20(日) | 10:00~11:30            | Kawaii理科 分解しまくり隊                         | 18 |
|       | 14:00~15:30            | 出会いはスローモーション!                            | 18 |
| 24(木) | 19:00~20:30            | VR・AR・MR...なんとかりアリティの世界                  | 06 |
| 30(水) | 19:00~20:30            | まちキャン医療見聞録<br>①医療ビッグデータが示す健康長寿のコツ        | 11 |

## 9 9月/September

| 日     | 時間          | 講座名   | P  |
|-------|-------------|---|----|
| 6(水)  | 19:00~20:30 | まちキャン医療見聞録<br>②専門医が明かす歯周病                               | 11 |
| 12(火) | 19:00~20:30 | 分かるようで分からない、<br>理容と美容の違い                                | 09 |
| 13(水) | 19:00~20:30 | まちキャン医療見聞録<br>③ワクチンで予防できる病気                             | 11 |
| 20(水) | 19:00~20:30 | まちキャン医療見聞録<br>④精密医療(Precision Medicine)—がん治療はどこまで進歩したか— | 11 |
| 21(木) | 19:00~20:30 | 星空への招待—やさしい天文学—   | 05 |
| 25(月) | 19:00~20:30 | 新潟Komachiが出来るまで。  | 09 |
| 27(水) | 19:00~20:30 | まちキャン医療見聞録<br>⑤正しく知ろう認知症のこと                             | 11 |
| 28(木) | 19:00~20:30 | ヒューマン・アニマル・ボンド—人とペットの絆—<br>①ペットの日本文化と西洋文化               | 11 |

## 10 10月/October

| 日     | 時間                    | 講座名                                       | P  |
|-------|-----------------------|---|----|
| 5(木)  | 19:00~20:30           | ヒューマン・アニマル・ボンド—人とペットの絆—<br>②ペットの社会的参加と共生  | 11 |
| 10(火) | 19:00~20:30           | コシヒカリはビッグダディ                              | 08 |
| 11(水) | 19:00~20:30           | どうした!? EU                                 | 05 |
| 12(木) | 19:00~20:30           | ヒューマン・アニマル・ボンド—人とペットの絆—<br>③ペットの高齢化と医療の現状 | 12 |
| 14(土) | 14:00~18:00<br>(休憩含む) | カレーなる一族になろう!                              | 08 |
| 19(木) | 19:00~20:30           | ヒューマン・アニマル・ボンド—人とペットの絆—<br>④ペットの保護活動の座談会! | 12 |
| 21(土) | 14:00~15:30           | ちょっとアプナイ、<br>大人の科学実験! episode 3           | 04 |
| 23(月) | 19:00~20:30           | 文具ソムリエが教える、<br>2018年手帳の選び方                | 06 |
| 26(木) | 19:00~20:30           | ヒューマン・アニマル・ボンド—人とペットの絆—<br>⑤ペットの葬祭とペットロス  | 12 |
| 31(火) | 19:00~20:30           | 新潟の新たな旨いもん、<br>その名は新之助                    | 08 |

### 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。企業などから提案のあった場合、まちキャン通信やホームページ、市政だよりなどで随時お知らせします。

#### 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。専門性や地域性を生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。

企業・団体の皆さんお待ちしています!

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
- 木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
- 呉服店の着物の着こなし方、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)。

# 平成29年度 講座スケジュール

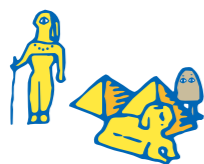
- まちなかカフェ
- まちなか大学
- まちなか大学院
- こども講座
- 市民プロデュース講座
- まちキャンボランティア企画講座

## 11 11月 / November

| 日     | 時間                      | 講座名  | P  |
|-------|-------------------------|--|----|
| 9(木)  | 19:00~20:30             | いざ出勤! 災害時医療チームってどんなお仕事?                            | 09 |
| 15(水) | 19:00~20:30             | EUの危機と再生-イギリスのEU離脱とその波紋-<br>①欧州統合の歴史               | 12 |
| 17(金) | 19:00~20:30             | ディープな日本海学  | 05 |
| 19(日) | 13:30~15:30<br>(移動時間含む) | ブラツムラ  | 06 |
| 20(月) | 19:00~20:30             | ファシリテーション入門講座-ハナシにハナを咲かせよう-<br>①ファシリテーションを知る       | 15 |
| 22(水) | 19:00~20:30             | EUの危機と再生-イギリスのEU離脱とその波紋-<br>②EUの東方拡大               | 12 |
| 26(日) | 14:00~15:30             | うつわが私を呼んでいる。                                       | 03 |
| 27(月) | 19:00~20:30             | ファシリテーション入門講座-ハナシにハナを咲かせよう-<br>②話し合いの場づくり、アジェンダづくり | 15 |
| 28(火) | 19:00~20:30             | スパッと紹介、温泉農業  | 05 |
| 29(水) | 19:00~20:30             | EUの危機と再生-イギリスのEU離脱とその波紋-<br>③ユーロ危機と金融              | 12 |

## 12 12月 / December

| 日     | 時間          | 講座名   | P  |
|-------|-------------|---|----|
| 4(月)  | 19:00~20:30 | ファシリテーション入門講座-ハナシにハナを咲かせよう-<br>③発散と収束                     | 15 |
| 6(水)  | 19:00~20:30 | EUの危機と再生-イギリスのEU離脱とその波紋-<br>④EUを揺るがす難民問題                  | 12 |
| 11(月) | 19:00~20:30 | ファシリテーション入門講座-ハナシにハナを咲かせよう-<br>④話し合いの"見える化"               | 15 |
| 12(火) | 19:00~20:30 | ラクラク落語-マクラからサゲまで-   | 03 |
| 13(水) | 19:00~20:30 | EUの危機と再生-イギリスのEU離脱とその波紋-<br>⑤BREXIT-イギリスのEU離脱、その理由とインパクト- | 12 |
| 17(日) | 14:00~15:30 | 雑煮の中に入れて?   | 08 |
| 18(月) | 19:00~20:30 | ファシリテーション入門講座-ハナシにハナを咲かせよう-<br>⑤なっとく!"納得形成"               | 15 |



## 1 2018年1月 / January

| 日     | 時間          | 講座名                             | P  |
|-------|-------------|---------------------------------|----|
| 17(水) | 19:00~20:30 | <small>サンキュー</small> 美松39まつりの秘密 | 08 |
| 25(木) | 19:00~21:00 | ファシリテーションコース [1]                | 16 |
| 30(火) | 19:00~20:30 | 200円カレーから見る経営論                  | 07 |

## 2 2018年2月 / February

| 日     | 時間          | 講座名              | P  |
|-------|-------------|------------------|----|
| 3(土)  | 13:30~15:00 | ファシリテーションコース [2] | 16 |
|       | 15:15~16:45 | ファシリテーションコース [3] | 16 |
| 10(土) | 13:30~15:00 | ファシリテーションコース [4] | 16 |
|       | 15:15~16:45 | ファシリテーションコース [5] | 16 |

|       |             |                  |    |
|-------|-------------|------------------|----|
| 15(木) | 19:00~21:00 | ファシリテーションコース [6] | 16 |
| 23(金) | 19:00~20:30 | 古代エジプト美術を「読む」    | 05 |
| 24(土) | 13:30~15:00 | ファシリテーションコース [7] | 16 |
|       | 15:15~16:45 | ファシリテーションコース [8] | 16 |
| 28(水) | 19:00~20:30 | 家紋?いえ、しるしです。     | 03 |

## 3 2018年3月 / March

| 日    | 時間          | 講座名                 | P  |
|------|-------------|---------------------|----|
| 3(土) | 13:30~15:00 | ファシリテーションコース [9]    | 16 |
|      | 15:15~16:45 | ファシリテーションコース [10]   | 16 |
| 7(水) | 19:00~20:30 | アメイジングな数学者-解けない方程式- | 04 |
| 下旬   | 13:30~15:00 | 静電気おもちゃをつくって遊ぼう     | 20 |

### 保育サービス、やっています。

まちキャン主催の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** 6か月～未就学のお子さん
- 申込締切** 講座の10日前まで
- 利用方法** まずは「ちびっこ広場」にご連絡いただき、予約をお取りください。  
※講座の前後30分の時間でご予約ください。(例 14:00~15:30の講座なら、13:30~16:00)  
※ちびっこ広場の開館時間外の講座では、ちびっこ広場は利用できませんので、20:30に終わる講座などは、下記の【2】の方法をご利用ください。  
※会場がまちキャンではない講座の場合は、まちキャンまでご相談ください。



まちキャン受講者は  
講座中の保育が  
無料!

#### 【1】「ちびっこ広場」の予約が取れた場合

- ①ちびっこ広場の利用がある旨を、まちキャンまでご連絡ください。
- ②講座当日、会場へ向かう前にお子さんをちびっこ広場に預けてください。
- ③講座終了後、ちびっこ広場にて料金をお支払いください。
- ④ちびっこ広場の領収書を、4階サービスカウンターまでお持ちください。  
講座時間+前後30分の料金をお支払いします。

#### 【2】「ちびっこ広場」の予約が取れなかった場合

- ①まちキャンまでご連絡ください。まちキャンで保育士を呼び、保育を行います。
- ②講座当日、会場までお越しください。保育室をご案内します。
- ③保育室にお子さんを預け、簡単な書類にご記入ください。
- ④講座終了後、お子さんを迎えに行ってください。  
※おやつ、着替え、おむつなどの準備はございません。  
各自でお持ちください。

#### ちびっこ広場(長岡市大手通2丁目5番地) TEL.0258-39-2775

**開館時間** 平日…午前9時から午後8時30分 土・日・祝日…午前9時から午後6時  
まちキャンが入っている「フェニックス大手イースト」の隣、「フェニックス大手ウエスト」の2階にあります。  
2階のフロアから連絡通路で行くことができます。



### 平成29年後期 「市民プロデュース講座」企画募集中!

まちキャンでは、市民の方からの講座企画を募集しています。  
得意分野を人に教えてみたい、講座を企画したいという方、大歓迎です。  
チャレンジお待ちしております。

#### ○企画の応募条件

- 以下の全てを満たすものとします。
- (1) 政治・宗教・営利に関わらない
  - (2) 受講者の安全が確保され、公序良俗に反しない
  - (3) まちキャンを会場としての実施が可能
  - (4) 新規性、独自性に富んだ内容
  - (5) チャレンジ性があり、企画者の成長が見込める内容

#### ○企画の申請方法

「企画申請書」を平成29年5月17日(水)(必着)までに持参・郵送・メールのいずれかでご提出ください。  
企画申請書は、まちキャン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。

#### ○企画の選定および決定

応募いただいたものの中から、最大5講座を実施します。  
まちなかキャンパス長岡運営協議会で審査の後、6月下旬頃結果を通知します。

平成30年度前期の企画募集は11月頃の予定です。

あなたも  
講座を開いて  
みませんか

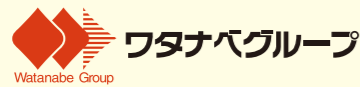
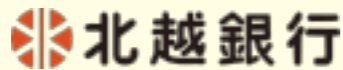
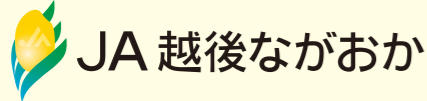
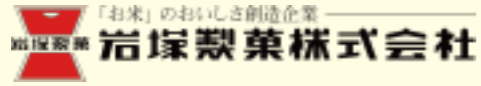
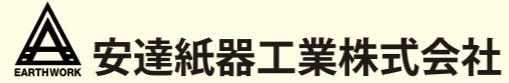
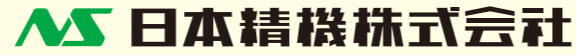
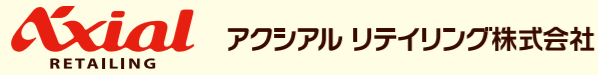


詳しくは  
募集要項を  
ご覧ください。



私たちはまちキャンを  
応援しています!

協賛企業 (協賛金口数順・五十音順)



## 学生証

まちなか大学・大学院受講生に、まちキャンオリジナルの学生証を発行。学生気分を味わえます。  
また、協力店で学生証を提示すると嬉しい特典が受けられます。



### 学生証協力店

#### 喫茶・レストラン・ダイニングバー

ウェスタンバー Forty・Niners  
カフェ・ド・アマゾン  
クッチーナ・ヒコ cucina:hiko -  
珈琲 BuBu  
コーヒーホーム シャルラン  
Jazz Cafe 音楽  
舎鈴夢  
ステーキハウス 樺  
長岡グランドホテル  
レストラン ロワール  
季節料理と地酒 南天  
中国料理 桃花苑  
ニコラス  
ビアホール BADEN - BADEN 駅前店  
フロリダ・キッチン  
ネームレス  
RADIO  
れすとらん 四六時中 長岡駅ビル店  
レストランファミール  
和風パスタ&お酒「FATO」

#### 中華・ラーメン・そば

中華料理 蘇州  
中国四川料理 喜京屋  
半久亭  
ポアル  
ラーメン又来屋

#### 和食・寿司

越後の蔵 和心づくし あさひ山  
大寿司本店  
割烹食堂きよ志  
新亀寿司  
館こう  
寿司・和風料理 米八  
野鳥料理・季節料理 天風  
吉野寿司  
料亭 かも川本館  
料亭 かも川別館  
料理・仕出し 杉乃栄

#### 居酒屋・ショットバー

居酒屋  
いさり火  
囲炉り  
魚魚や本店  
御米の郷 長岡駅前店  
SHOWA なつかしや  
旬の肴とうまい酒 たこの壺  
Shot Bar THE CELLAR  
創作居酒屋とらちゃん  
定食居酒屋つかさ  
ハイボール酒場なじらてい  
バブ ザンパーノ  
BOOZE  
やきとり大吉 三ツ郷屋店  
遊食居酒屋なじらてい  
ラーメン居酒屋つかさ

#### 食品

川西屋本店  
神林精肉店  
瑞花 本店  
高橋園 殿町本店  
竹徳かまぼこ  
たちばな本舗  
とりせい長岡店  
長岡青善駅前本店  
長岡製粉株式会社  
フランス菓子 ダンファン  
マザーズクレープ CoCoLo 長岡店  
YAKI YAKI やまと  
横山

#### 美容

ecco + vento  
オアシス鍼灸院  
サヨ美容室 駅前店  
ヌムラ理容院  
パーマハウス top  
Bloom  
ヘアウェイ  
ポーラ ベリー  
ミニオン・サヨ

#### ライフサポート

石沢電機  
写真館 こばやし  
タニ写真館  
たまご薬局 CoCoLo 店  
ニューワタナベ 坂之上店  
ホテル崇徳館  
巻勤学院  
アート&雑貨 小松屋  
エイチ・アイ・エス 長岡営業所  
S・H・S 長岡店  
株式会社 印章堂印刷文具店  
きものゞ飯田  
きもの処 星ごん  
靴のカネトク  
越時計店  
小林スポーツ店  
斉藤和楽器店  
末廣堂  
STONE WORLD  
高木時計眼鏡店  
花の駅 トーア  
刃物屋 松五郎  
ハワイアングッズ・キワフラ  
文進堂書店  
堀井漆器工芸  
巻勤美術店  
マルコ  
三島屋楽器店  
ミヤコヤ  
和雑貨の店わがんせ CoCoLo 長岡店

学生証の提示で  
約100店舗もの  
お店から特典が  
受けられます!



## 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。▶P28参照

◎講座の申し込み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。

※掲載内容は平成29年4月1日現在のものです。内容は予告なく変更になる場合があります。あらかじめ、ご了承ください。

## 近隣駐車場 MAP



P 市営駐車場 P 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<br>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 |             |

※駐車料金は自己負担です。