

親子講座

親子で学べる講座です
※保護者同伴での参加をお願いします



1 親子将棋教室

JT長岡支店
城内町3-8-8

9/12日 9/23日 祝
10/9日 各日共 10:00~11:30

9/20日 祝 10/17日 祝
各日共 10:00~11:30

9月は低学年、初心者向けの初級講座(攻めの形と詰将棋)、10月は高学年または初級者向けの中級講座(戦法と囲い、局面の考え方)、親子で一緒に楽しく勉強しましょう。

●会場:まちなかキャンパス長岡 301会議室
●対象:6歳以上と保護者 ●定員:各6組12名
●講師名:公認将棋指導員 杉山 貴志

申込 0258-33-4080 受付 9:00~17:40
定休日/土曜日・日曜日・祝日

2 親子de楽しむ初めてのヒップホップダンス

studio42
東区2-6-26 吉澤商会ビル右棟2階

9/12日 14:00~15:00
9/26日 14:00~15:00

ダンスを始めてみたい!ダンスに興味があるという方向けの体験講座です。親子で楽しく踊りましょう。

●会場:まちなかキャンパス長岡 多目的スペース2
●対象:満4歳~12歳位までのお子様と保護者
●持ち物:運動用の履き足・飲み水・タオル
●定員:各2組4名 ●講師名:SUGURU

申込 090-9426-3592 受付 9:00~21:00
定休日/不定休

3 親子で楽しくプレス作り

コンパスローズ
坂之上町2-4-11 アメジストビル301

9/4日 9/11日 祝
10/2日 各日共 10:00~11:00
13:30~14:30
15:00~16:00

親子で楽しくプレス作り、各回一組限定です。気軽に参加出来る、楽しい思い出を残しましょう。おうちやお友達へのプレゼントも大歓迎です。

●会場:コンパスローズ ●対象:お子様と保護者
●材料費:1,200円(参加人数(プレス材料一式))
●定員:各1組 ●講師名:店スタッフ

申込フォーム [先着] 申込後抽選
https://bit.ly/2UWHLL4

定休日/月曜日

19 家計費を月1万円削減するワークショップ

GMLソリューションズ
堺東町37-1

9/20日 祝 9/25日 祝
10/4日 祝 10/9日 祝
各日共 10:30~12:00
14:00~15:30

お金のプロのFPが、自ら実践し、効果が出た方法だけをお伝えします。皆さまがその場で「月1万円、家計費を削減できた」を目標に取り組みます。

●会場:まちなかキャンパス長岡 502会議室
●対象:小規模事業者経営者、個人事業主
●持ち物:筆記用具、電卓(スマホでもOK)
●定員:各5名 ●講師名:西澤 健司

申込フォーム [先着] 申込後抽選
https://forms.gle/87sQVtXst3sfvE39

定休日/土曜日・日曜日・祝日

20 どんぶり経営からお金の残る経営へ

GMLソリューションズ
堺東町37-1

9/9日 祝 9/13日 祝
各日共 13:30~15:00

●会場:まちなかキャンパス長岡 302会議室
●対象:20歳~50歳 ●持ち物:筆記用具
●定員:各6名 ●講師名:山崎・若野

申込フォーム [先着] 申込後抽選
https://forms.gle/dvNau2CD4hm3F6R56

定休日/土曜日・日曜日・祝日

22 これだけは知りたい「障害年金」

あすか中央社会保険労務士法人
宮原3-12-12

10/22日 祝 18:30~20:00

障害年金は、がん、脳出血、うつ病、発達障害、人工関節・透析・弁等々、幅広い病状が対象となる国の年金制度です。全ての方に知っていただきたい制度です。

●会場:まちなかキャンパス長岡 302会議室
●対象:どなたでも ●持ち物:筆記用具
●定員:10名 ●講師名:特定社会保険労務士 佐藤 洋司

申込 0258-89-7257 受付 9:00~18:00
定休日/土曜日・日曜日・祝日

4 プログラミングを体験しよう

ドコモショップ長岡宮内店
要町1-7-19

9/25日 祝 13:30~14:30
10/23日 祝 13:30~14:30

embotというロボットを使って、プログラミングを体験してみましょう!

●会場:まちなかキャンパス長岡 5F交流ルーム
●対象:小学1年生~小学4年生と保護者
●持ち物:筆記用具 ●定員:各3組6名
●講師名:長岡 夏希、池守 弘人

申込 0120-017-253 受付 10:00~19:00
定休日/第2火曜日

5 親子で体験! パズル&プログラミング

パソンスクールNET
台町1-8-18 カンコービル3F

9/1日 祝 17:30~18:40
9/9日 祝 17:30~18:40

パズルや簡単なプログラミングを作成することを通じて自分で考える力(自学力)を育てる自力学教室を体験してみましょう。

●会場:パソンスクールNET
●対象:長岡市在住の年長園児・小学1・2年生と保護者
●材料費:¥300(資料代) ●定員:各親子3組6名
●講師:教室スタッフ ●駐車場なし

申込 0258-31-7868 受付 10:00~19:00
(月曜日は17:30~19:00、土・日曜日は10:00~12:00)

定休日/祝日

6 親子で挑戦! ロボットプログラミング

パソンスクールNET
台町1-8-18 カンコービル3F

9/7日 祝 17:30~18:40

プログラムをパソコンで作成し、組み立てたロボットにプログラムを転送してロボットを動かす体験教室です。初心者でも楽しくできる内容です。

●会場:パソンスクールNET
●対象:長岡市在住の小学3年生以上と保護者
●材料費:¥500(資料代) ●定員:各親子3組6名
●講師:教室スタッフ ●駐車場なし

申込 0258-31-7868 受付 10:00~19:00
(月曜日は17:30~19:00、土・日曜日は10:00~12:00)

定休日/祝日

7 大手通り再開発 工事現場見学ツアー

長岡市商店街連合会×UR都市機構
東坂之上町2-3-5

10/3日 祝 11:00~12:00
13:30~14:30
10/17日 祝 11:00~12:00
13:30~14:30

大手通りの大和デパート跡地を中心に再開発のため工事中です。どんな建物が出るのか完成後のイメージを見た後に、普段は入れない工事現場での様子を見学してきましょう。

●会場:まちなかキャンパス長岡501会議室
●対象:小学と保護者
●持ち物:工事現場入りしますので、長ズボン・スニーカーでお越しください。ヘルメットは用意します。
●定員:各5組10名 ●講師:UR都市機構

申込 0258-32-7002 受付 9:00~17:00
定休日/土曜日・日曜日・祝日

23 自装にトライ! 5分で結べる帯結び講座

京のきもの おおも
坂之上町2-5-9

10/2日 祝 10:30~12:00
10/4日 祝 10:30~12:00

お太鼓がきれいに簡単に結べます。形が決まらない!手が上らなくて!...!という方。また、きもの初心者の方も大歓迎!お気軽にご参加ください。

●会場:京のきもの おおも
●持ち物:帯帯又は名古屋帯、帯締め、帯揚げ、帯枕、帯板
●材料費:¥500(ダブルクリップA、ピンチ大3、メジャー用テープ、糸通)
●定員:各4名または2組 ●講師名:大田 陽子

申込 0258-32-1667 受付 10:00~18:00
定休日/水曜日・木曜日

24 アプリを使ってみよう

ドコモショップ長岡宮内店
要町1-7-19

9/8日 祝 10:30~11:30
12:30~13:30

アプリとは何?アプリの追加方法・注意事項や仕組、削除方法などをお伝えします。スマホの使い方が広がる講座です。ぜひご参加ください。

●会場:まちなかキャンパス長岡 5F交流ルーム
●対象:スマホユーザー
●持ち物:筆記用具、スマホ ●定員:各8名
●講師名:長岡 夏希、池守 弘人

申込 0120-017-253 受付 10:00~19:00
定休日/第2火曜日

25 スマートフォンでマップを使いこなそう

ドコモショップ長岡宮内店
要町1-7-19

10/20日 祝 10:30~11:30
12:30~13:30

googleマップを使ってお店の情報を調べたり、経路の検索をします。店頭でも大人気の講座です!ぜひご参加ください。

●会場:まちなかキャンパス長岡 5F交流ルーム
●持ち物:スマートフォン、筆記用具、ご自身のメールアドレス
●定員:各8名 ●講師名:川上 修、高野 友昭

申込フォーム [先着] 申込後抽選
https://forms.gle/CjBgvT8LAsRRPPh9

定休日/第2火曜日

8 親子でオリジナル マグカップを作ろう!

大林印刷
南陽2-951-9

9/5日 祝 9/26日 祝
10/10日 祝 10/24日 祝
各日共 10:00~11:30
13:00~14:30
15:00~16:30

親子の思い出の写真や、会場で描いたイラストをマグカップにしてみませんか?※写真の場合は事前にデータをお願いいたします。

●会場:まちなかキャンパス長岡 (坂之上町2-4-11 アメジストビル301)
●対象:小学生と保護者 ●材料費:¥500(マグカップ代)
●定員:各3組6名 ●講師名:山田 進市

申込 0258-23-3571 受付 10:00~17:00
定休日/土曜日・日曜日・祝日

9 本格お好み焼をフライパンで焼こう

お好み焼 中しま
東坂之上町3-2-1

9/5日 祝 15:00~16:30
9/23日 祝 15:00~16:30
10/10日 祝 15:00~16:30

本格広島お好み焼をホットプレート又はフライパンで焼いてみましょう。当日は試食会もあります。

●会場:お好み焼 中しま
●対象:小学5年生以上と保護者
●定員:各親子3組6名
●講師名:中島 康行

申込 0258-31-5575 受付 17:00~23:00
定休日/月曜日

10 親子で着物に触れよう!

長岡鶴電社×スタジオオングス
呉服町1-6-1

9/23日 祝 10:30~11:30
10/2日 祝 10:30~11:30
10/16日 祝 10:30~11:30

親子で着物に触れよう!たたり、着てみたい!の体験会です!親子で着物に興味のある方、お気軽にご参加ください!

●会場:長岡鶴電社×スタジオオングス
●対象:小学と保護者
●定員:各親子3組6名
●講師:東北電力 ホームアドバイザー

申込 0258-33-0411 受付 10:00~18:00
定休日/火曜日

11 親子で体験!新薬にも役立つ「H体験」&「電気のおトク術」

東北電力 長岡営業所
城内町3-1

9/23日 祝 9:30~11:30
13:30~15:30

新薬やリフォーム検討中の方必見!Hなら一緒にキッチンに立っても安心!親子でキラキラマグネットとキャンドル作りとおトクになる電気の話などもご紹介!

●会場:東北電力 長岡営業所
●対象:年少児~小学6年生以下の親子
●持ち物:汚れても良い服、飲み水
●定員:各親子3組6名
●講師:東北電力 ホームアドバイザー

申込フォーム [先着] 申込後抽選
https://odcfe1.tohoku-epco.co.jp/form/741131002107099691011

定休日/土曜日・日曜日・祝日

27 「うつ」の人への接し方

ひろはし薬局
今朝3-13-13

10/25日 祝 14:30~15:30
19:30~20:30
10/29日 祝 19:30~20:30
10/30日 祝 18:30~19:30

身近な「うつ」。こんな言い方で大丈夫?困ったらどうしよう!?そんな不安を抱く人へカウンセラーが使用している技術を伝えます。

●会場:まちなかキャンパス長岡 301会議室
●対象:小学と保護者
●講師名:公認心理師・薬剤師 廣橋 義和

申込フォーム [先着] 申込後抽選
https://forms.gle/cXkL8iXetfan47M7

定休日/日曜日・祝日

28 自律神経のバランスを漢方で調えよう

ひろはし薬局
今朝3-13-13

10/8日 祝 19:30~20:30
10/9日 祝 18:30~19:30
10/11日 祝 14:30~15:30
19:30~20:30

不規則な生活やストレスで起こる自律神経の乱れ「なんとなか不調」は検査に出なくても健康と病気の境界ゾーン。こんな不調の調え方を漢方の視点から考えます。

●会場:まちなかキャンパス長岡 501会議室
●対象:小学と保護者
●講師名:漢方薬師 漢方薬師 廣橋 義和

申込フォーム [先着] 申込後抽選
https://forms.gle/9tXEosHdTG40pV8

定休日/日曜日・祝日

29 専門用語を使わない相続・遺言講座

一般社団法人
相続と遺言の相談センター
要町1-3-10

9/13日 祝 10:00~11:00
10/11日 祝 10:00~11:00

誰もがいつかは経験する相続。どのように準備すればもめることがないか、何に気を付ければ良いのか、分り易くお話させていただきます。

●会場:まちなかキャンパス長岡 302会議室
●持ち物:筆記用具 ●定員:各8名
●講師名:藤井 雅雄

申込 0258-34-9000 受付 9:00~17:00
定休日/土曜日・日曜日・祝日

一般講座

どなたでも参加できる
対面の講座です

JT長岡支店
城内町3-8-8

10/7日 祝 10:30~12:00
13:30~15:00
10/14日 祝 10:30~12:00
13:30~15:00

親子で冷凍食品・パックごはんを活用し、簡単なアレンジメニューを作成!

●会場:まちなかキャンパス長岡 創作交流室
●持ち物:エプロン
●定員:各3名
●講師名:テーブルマーク(株) 林 浩之

申込 0258-33-4080 受付 9:00~17:40
定休日/土曜日・日曜日・祝日

12 冷凍食品・パックごはんアレンジメニュー

JT長岡支店
城内町3-8-8

10/7日 祝 10:30~12:00
13:30~15:00
10/14日 祝 10:30~12:00
13:30~15:00

忙しい家事の合間に、簡単にジャムを作ること、食卓に彩りをつける、ミキサーの自家製パンと自家焙煎コーヒーでお召し上がりください。

●会場:まちなかキャンパス長岡 502会議室
●対象:初めての方限定 ●定員:各4名
●材料費:¥400(ジャム・パン・ドリンク代)
●定員:各3名 ●講師名:小野 淳一

申込 090-4006-2282 受付 9:00~18:00
定休日/土曜日

13 15分でジャムを作ろう!

コーヒーハウス ミチル
大手通1-5-1

9/12日 祝 11:00~12:00
16:00~17:00
9/26日 祝 11:00~12:00
16:00~17:00
10/10日 祝 11:00~12:00
16:00~17:00
10/24日 祝 11:00~12:00
16:00~17:00

忙しい家事の合間に、簡単にジャムを作ること、食卓に彩りをつける、ミキサーの自家製パンと自家焙煎コーヒーでお召し上がりください。

●会場:まちなかキャンパス長岡 502会議室
●対象:初めての方限定 ●定員:各4名
●材料費:¥400(ジャム・パン・ドリンク代)
●定員:各3名 ●講師名:小野 淳一

申込 090-4006-2282 受付 9:00~18:00
定休日/土曜日

14 わかりやすく楽しむワイン

ワインバー スタシオン
城内町2-6-21 高木ビル1F

9/5日 祝 18:00~19:30
9/20日 祝 18:00~19:30
10/15日 祝 19:00~20:30

難しいと思われがちですが、4種類をテーマ等と合わせてわかりやすく楽しんでもらいます。

●会場:ワインバー スタシオン
●対象:20歳以上 ●持ち物:簡単な筆記用具
●材料費:¥1,800(ワイン、チーズ代) ●定員:各3名
●講師名:接客カウンセラー 横山 浩一

申込 0258-33-9638 受付 19:00~24:00
定休日/日曜日

31 始めよう「デジタル終活」

ファン・デビィ
宮原2-4-22

9/3日 祝 15:00~16:00
9/12日 祝 16:00~17:00

パソコンやスマホのデータ・パスワード、そしてSNS。いざという時の準備はできていますか?その時に慌てないために学んでみましょう。

●会場:まちなかキャンパス長岡 503会議室
●定員:各3名
●講師名:総務課 横山 浩一

申込 090-4758-8673 受付 9:00~17:00
定休日/日曜日

32 超入門 Zoomの使い方

横山表具店
宮原2-4-22

9/4日 祝 10:00~11:30
9/12日 祝 10:00~11:30
10/17日 祝 10:00~11:30

Zoomを使ってセミナー・イベント・ミーティング等を主催してみたい方。本業で実際に活用している店主が初歩的なことからお伝えいたします。

●会場:まちなかキャンパス長岡 503会議室
●対象:Zoomによるセミナー・イベント等の参加経験がある方
●定員:各3名
●講師名:横山 浩一

申込 090-4758-8673 受付 9:00~17:00
定休日/日曜日

33 Zoom実践講座 ~ホストに挑戦~

横山表具店
宮原2-4-22

9/18日 祝 10:00~11:30
10/9日 祝 10:00~11:30
10/17日 祝 10:00~11:30

Zoomを使ってセミナー・イベント・ミーティング等を主催してみたい方。本業で実際に活用している店主が初歩的なことからお伝えいたします。

●会場:まちなかキャンパス長岡 503会議室
●対象:Zoomによるセミナー・イベント等の参加経験がある方
●定員:各3名
●講師名:横山 浩一

申込 090-4758-8673 受付 9:00~17:00
定休日/日曜日

15 風船をひねって作ろう パルーンアート教室

アイデア 街の風船屋さん
千手3-10-7

9/8日 祝 17:30~18:30
10/6日 祝 17:30~18:30
10/13日 祝 10:30~11:30

細長い風船でお花や動物などを作ります。初心者でも基本をしっかりと学べ、作った作品はお持ち帰り出来ます。少人数限定店内での講習も受付中。

●会場:まちなかキャンパス長岡 501会議室
●対象:小学生以上(小学生以下は保護者同伴)
●材料費:¥500(風船ポンプ・ペンダント 持ち帰り袋)
●定員:各5名または5組 ●講師名:星島 陽太

申込 0258-37-1905 受付 10:30~18:00
定休日/月曜日

16 オーガニックコットン♥ 優しいお好み手作り

ぎゅっと(板尾織物製品企画)
販売店 ナカノ手芸店(ショップイン大手1F)

10/18日 祝 10:30~11:30
13:30~14:30
16:00~17:00

薄地軽量の綾織素材。おくるみ・リラックス用巻きスカート・姿勢を保つショール・子供兼用ショーツ・ストールは2~4枚作れます。初心者向け裂き織りも楽しませます。

●会場:まちなかキャンパス長岡 302会議室
●対象:初心者の方限定 ●定員:各4名
●材料費:¥400(生地 ¥2,200・オーガニックコットン手織り ¥330)
●定員:各3名または2組 ●講師名:山岸

申込 090-2407-1007 受付 10:00~16:00
定休日/木曜日

17 大きめのがま口ポーチ作り

ナカノ手芸店
大手通2-4-9 ショップイン大手1F

9/5日 祝 9/14日 祝
9/25日 祝 10/9日 祝
各日共 13:00~15:00

使いやすい大きめのがま口ポーチ。全員に縫い付けられるのでしっかりした出来上がり。先染め木綿とゴブラン織りから選べます。

●会場:まちなかキャンパス長岡 502会議室
●対象:10歳以上(小学生は保護者同伴)
●持ち物:使い慣れた縫い針、ハサミなど(併せて持ち帰ります)
●材料費:先染め木綿 ¥1,700/ゴブラン織り ¥2,200
●定員:各3名または2組 ●講師名:中野 喜美子

申込 0258-33-8423 受付 10:00~16:00
定休日/木曜日

18 ハーブせっけん&バスボム作りと電気のおトク術

東北電力 長岡営業所
城内町3-1

10/12日 祝 10:00~12:00
10/13日 祝 10:00~12:00

天然素材で作る身体に優しいハーブせっけんとバスボムを手作り!「教えて!おトク術」シリーズ!「おトクになる電気の話!」などもご紹介!

●会場:東北電力 長岡営業所
●対象:20歳以上 ●定員:各4名
●持ち物:エプロン、手拭き、お風呂用タオル、使い慣れた縫い針
●講師:東北電力 ホームアドバイザー

申込フォーム [先着] 申込後抽選
https://odcfe1.tohoku-epco.co.jp/form/741131002107099691011

定休日/土曜日・日曜日・祝日

35 これからのがん保険 最新の治療事情から

ファイナンシャル・ジャパン
表町1-4-9 CTNビル2F

9/18日 祝 13:30~15:00

日々検査や治療が進化しているがん。しっかり費用に備えたいですね。これからの治療にあったがん保険の選び方をお話いたします。

●会場:まちなかキャンパス長岡 503会議室
●持ち物:筆記用具
●定員:各6名
●講師名:大川 史生

申込フォーム [先着] 申込後抽選
https://forms.gle/edmPm9SebCrnHG4x9

定休日/土曜日・日曜日・祝日

36 易しい! 知っておきたい 相続対策の動向

ファイナンシャル・ジャパン
表町1-4-9 CTNビル2F

9/22日 祝 10:30~12:00
9/25日 祝 10:30~12:00

相続は誰にも起こります。「うちは大丈夫!」はもめる原因です。早めに対策して安心長生きのために相続対策の動向を詳しくお話しします。

●会場:まちなかキャンパス長岡 503会議室
●持ち物:筆記用具 ●定員:各6名
●講師名:大川 史生

申込 0258-30-3541 受付 9:00~18:00
定休日/土曜日・日曜日・祝日

37 つみたて投資丸わかりセミナー

ファイナンシャル・ジャパン
表町1-4-9 CTNビル2F

9/12日 祝 13:30~15:00
9/26日 祝 10:30~12:00

iDeCo、積立ニーサ、変額保険、よくわからなくてはじまらない方も多くいます。それぞれの特徴をわかりやすくお話しします。

●会場:まちなかキャンパス長岡 503会議室
●持ち物:筆記用具 ●定員:各6名
●講師名:大川 史生

申込フォーム [先着] 申込後抽選
https://forms.gle/KdQaJe5QtQ8Bux6f6

定休日/土曜日・日曜日・祝日

図書館情報

中央図書館にも
まちゼミコーナーがあるよ!!

読書の秋となりましたが、本について表紙やカバーのデザインから鑑賞して頂きます。本を読むこと以外の新しい発見が得られるかもしれません。

●会場:まちなかキャンパス長岡 502会議室
●定員:各3名
●講師名:横山 浩一

申込 090-4758-8673 受付 9:00~17:00
定休日/日曜日