33 映画「峠」では継之助がなぜラストサムライなのか　学ぶ

美容室 Bloom（ブルーム）
城内町2-6-22 ホクエンビル1F

- 9/10（土） 19:30〜20:30
- 9/15（木） 19:00〜20:00
- 9/18（日） 9:30〜10:30

約2年の延期を経てようやく公開された松竹映画「峠」のサブタイトルがラストサムライ。日本映画が認めたラストサムライ像は継之助の中のどんな部分なのか一緒に考えませんか？

- 会　場：美容室 Bloom
- 対　象：どなたでも　定　員：各4名
- 講師名：鎌岡 隆

申込 0258-36-0011　受付 10:00〜19:00

定休日／月曜日

34 障害年金と家族のために今できること　学ぶ

あすか中央社会保険労務士法人
宮原3-12-12

- 10/1（土） 14:00〜15:30

・精神疾患、がん、脳出血等幅広い傷病が対象となる障害年金について
・障害を持つ子や配偶者の為に、自分なきあとに想いを届けつづける生命保険信託について

- 会　場：アオーレ長岡 西棟3階 第1協働ルーム
- 対　象：20歳〜64歳までの障害をお持ちの方とそのご家族等
- 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
  プルデンシャル生命保険株 新潟支社　伊藤 博之 氏

申込 0258-89-7257　受付 9:00〜18:00

定休日／土曜日・日曜日・祝日

35 個性心理學®で親子・学校・職場を楽ちんに　学ぶ

Poco a Poco ポコアポコ
大島本町5-101-57

- 9/11（日） 10:00〜11:30
- 9/21（水） 10:00〜11:30
- 10/8（土） 10:00〜11:30

お子さん・家族・学校や職場など、人間関係に悩みはありませんか？個性心理學の面からそれぞれの違いを楽しく知ると、ほっとできるかもしれませんよ。

- 会　場：まちなかキャンパス長岡 502会議室
- 対　象：女性、受付時生年月日を伺います。
- 持ち物：筆記用具、ご自分用の飲み物
- 定　員：各5名　講師名：渡邊 英里子

申込 0258-28-6455　受付 9:00〜19:00

定休日／不定休

36 のし袋の名前を上手く書きたい！　学ぶ

和雑貨の店 わがんせ
城内町1-611-1 駅ビルCoCoLo長岡1階

- 9/8（木） 11:00〜12:00
- 9/14（水） 11:00〜12:00
- 9/27（火） 11:00〜12:00

のし紙やのし袋の自分の名前を今よりもち少しだけ上手く自信を持って書けるようになりたい！ちょっとしたコツをお伝えします。

- 会　場：CoCoLo内特設会場
- 持ち物：筆ペンまたはサインペン
- 材料費：¥300（仕上げ用のし袋）
- 定　員：各6名　講師名：わがんせスタッフ

申込QR
申込フォーム　先着
https://bit.ly/3RHfdVH

定休日／無休（CoCoLo 長岡に準じる）

37 アプリを使ってみよう　学ぶ

ドコモショップ長岡宮内店
要町1-7-19

- 10/5（水） 10:30〜11:30　13:30〜14:30
- 10/9（日） 11:00〜12:00　14:00〜15:00

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お待ちしております♪

- 会　場：まちなかキャンパス長岡 302会議室
- 対　象：スマホユーザー　持ち物：筆記用具、スマホ
- 定　員：各6名　講師名：10/5・長岡 夏希、10/9・池守 弘人

申込 0120-017-253　受付 10:00〜19:00

定休日／第2火曜日

38 スマートフォンでマップを使いこなそう　学ぶ

ドコモショップ長岡宮内店
要町1-7-19

- 9/4（日） 11:00〜12:00　14:00〜15:00
- 9/28（水） 10:30〜11:30　13:30〜14:30

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。店頭でも大変人気の講座ですぜひご参加お待ちしております♪

- 会　場：まちなかキャンパス長岡　9/24・302、9/28・501
- 対　象：スマホユーザー　持ち物：筆記用具、スマホ
- 定　員：各6名　講師名：9/24・池守 弘人、9/28・長岡 夏希

申込 0120-017-253　受付 10:00〜19:00

定休日／第2火曜日

39 【将来に備える】自分（家族）が受ける「終末期医療」とは　学ぶ

在宅 看護/介護 自由診療センター新潟
ダイラス
大手通2-2-6

- 9/4（日） 13:00〜14:30
- 10/9（日） 13:00〜14:30

なかなか話せない「亡くなる」ことや「最期」にまつわる話。自分や家族が受ける「終末期医療」の事。現役看護師や参加者と話しながら、これからの事をまとめる良い機会です。

- 会　場：まちなかキャンパス長岡 503会議室
- 対　象：自分(または家族)が受ける終末期医療を考えたい方
- 持ち物：筆記用具　材料費：¥100（資料代）
- 定　員：各6名　講師名：大平 宗幸

申込QR
申込フォーム　先着
https://forms.gle/X9EExgUbUVu1MALC9

定休日／土曜日・日曜日・祝日

40 【超初級】「未来の看護師」候補生　学ぶ

在宅 看護/介護 自由診療センター新潟
ダイラス
大手通2-2-6

- 9/11（日） 13:00〜14:30
- 10/2（日） 13:00〜14:30

【雑談】何も知らなくても大丈夫！現役看護師と雑談をして、講師や受講生と一緒にこれからの事を明確に想像してみましょう！

- 会　場：まちなかキャンパス長岡 501会議室
- 対　象：中学生〜大人まで対象。看護師になることを視野に入れている方
- 定　員：各10名（親子で参加も可）
- 講師名：看護師　大平 宗幸

申込QR
申込フォーム　先着
https://forms.gle/kWdGEjwAQYDsEmnj6

定休日／土曜日・日曜日・祝日

図書館情報

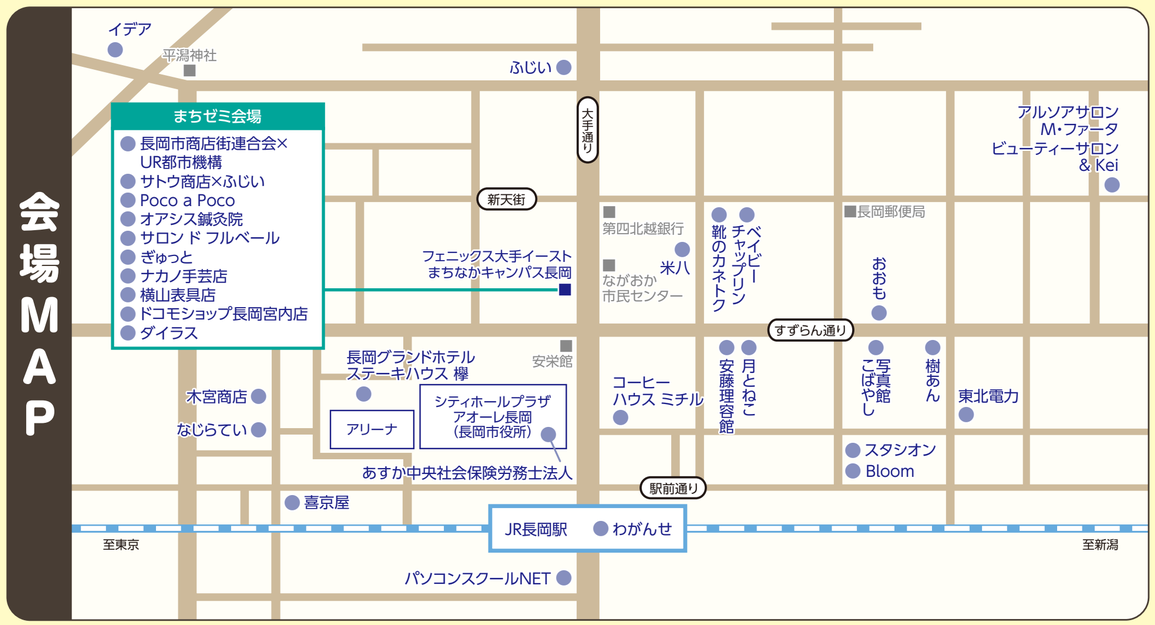
中央図書館にもまちゼミコーナーがあるよ!!

中央図書館まちゼミコーナーはこちらから

参加店募集中！

あなたのお店でもまちゼミを開催してみませんか？
詳しくは長岡まちゼミ実行委員会までお気軽にお問い合わせください。

会場MAP



まちゼミ

第17回 得する街のゼミナール

長岡まちゼミ

40講座

お店の人が教えてくれる！まちなかのお店を知るチャンス！

ホームページで申込状況をご覧いただけます
長岡まちゼミ

きれい　学ぶ　健康　作る　グルメ　親子

受講した方に特典クーポンプレゼント！

開催期間 9月1日（木）〜10月10日（月・祝）

受付開始 8月26日（金）〜

店主自らが企画し講師となって専門知識や情報、コツなどを教える無料講座です。
一部、材料費として実費を頂く講座があります。

お申し込みの手順

❶講座を選ぶ
材料費・対象・持ち物などをよく確認してください。

❷申し込む
受付開始の日時を守って各店へお願いします。メール申し込みや抽選の講座もありますのでご注意ください。

❸参加する
キャンセルの場合は必ず事前にご連絡ください。連絡がなかった場合、材料費をいただくことがあります。

長岡まちゼミは新型コロナウイルス感染予防対策を実施した上で開催します

講師、スタッフの体調管理の徹底
開講前の検温
マスクの着用（講座によっては手袋着用）
会場の換気
アルコール消毒の設置
十分な間隔の確保

〈受講者の方へお願い〉

受講前にご自身でも体調チェックをお願いいたします

- 必ずマスク着用の上お越しください。
- 来店の際、手洗いまたはアルコール消毒をお願いします。
- 入店時に検温させていただく場合がありますのでご協力をお願いします。
- 風邪症状（発熱（37.5℃以上）、せき、のどの痛み等）、息苦しさ、強いだるさ等のある方は受講できません。（申込後に症状が出た方は、早めに店舗へご連絡ください。）
- 2週間以内に感染拡大地域へ行かれた方はご遠慮ください。
- 感染拡大状況により中止の場合があります。
  既にお申込みされている場合は各店舗より中止のご連絡をいたします。

主催／長岡まちゼミ実行委員会（長岡市商店街連合会内）
共催／長岡市・長岡商工会議所　後援／長岡市教育委員会

まちゼミ全体に関するお問合せ　TEL（0258）32-7002