

令和7年11月25日

報道機関各位

公益財団法人長岡市スポーツ協会
公益財団法人長岡市米百俵財団



たかはしあやか オリンピック金メダリスト 高橋礼華さん講演会 「夢を実現させる3つの方法」を開催！

長岡市米百俵財団が令和元年度から開校している「米百俵未来塾[※]」は、令和7年度に小中学生51人の塾生を迎えています。

今年度6回目の講座となる今回は、(公財)長岡市スポーツ協会と共同主催し、2016年にリオデジャネイロオリンピックバドミントン女子ダブルスで金メダルを獲得するなど、数多くの国際大会で優勝した高橋礼華さんをお招きして、夢を実現させるための方法について、実体験を交えたお話を聞きます。

つきましては、下記のとおり概要をお知らせしますので、ぜひ取材くださるようお願いいたします。

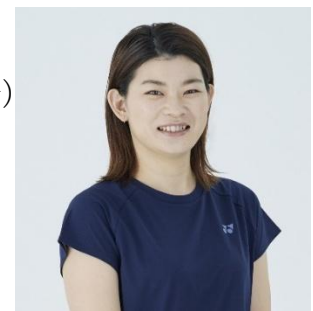
米百俵未来塾第6回講座 「夢を実現させる3つの方法」

- 1 日時 11月29日(土) 午前9時30分～正午
- 2 会場 さいわいプラザ 大会議室(長岡市幸町2-1-1 さいわいプラザ6階)
- 3 参加者 約100人(塾生51人、一般50人程度予定)
- 4 内容

講演:「夢を実現させる3つの方法」(約50分)

講座:グループワークおよびディスカッション(約60分)

講師:高橋^{あやか}礼華さん



※ 米百俵未来塾

人材育成に取り組む市内6団体と連携し、未来を担う子どもたちの新たな学びの場として令和元年度から開催。令和7年度は、塾生51人が「米百俵」の精神をはじめ郷土長岡を学ぶ講座のほか、スポーツや国際交流など多面的な連続講座を通して視野を広げ、自らの学びにより未来を切り拓く力を育んでいます。

問い合わせ:公益財団法人長岡市米百俵財団事務局 田中
(ミライエ長岡企画推進室内)

TEL:0258-86-6008

自らの学びにより未来を切り拓き、生き抜く力を育てる

米百俵未来塾 第7期生募集要項

対象者

長岡市内在住または、市内の学校へ通う
小学4年生から中学3年生まで

講座

令和7年8月～令和7年12月の全7回

定員

40名程度

受講料

無料

申込方法

米百俵未来塾特設サイト内の申込フォームでお申し込みください。

<https://kome100.or.jp/miraijuku>



米百俵未来塾
特設サイト

申込期間

令和7年5月12日(月)～6月11日(水)

受講者の
決定

6月25日(水)までにメールでお知らせします。

申込者が定員を超えた場合は抽選となります。抽選結果は、全員にお知らせします。

※6月25日(水)までに抽選結果のメールが届かない場合は、必ずお電話でお問い合わせください。

その他

●米百俵未来塾開催時に撮影した写真等は、長岡市米百俵財団及び米百俵未来塾共同主催団体において、当事業の活動報告及び広報のため、紙面またはWebページ上への掲載等に使用させていただきます。

また、マスコミ等の取材や撮影が入ることがありますのでご協力をお願いします。

●送迎等で駐車場を利用する場合、駐車料金は自己負担となりますのでご了承ください。

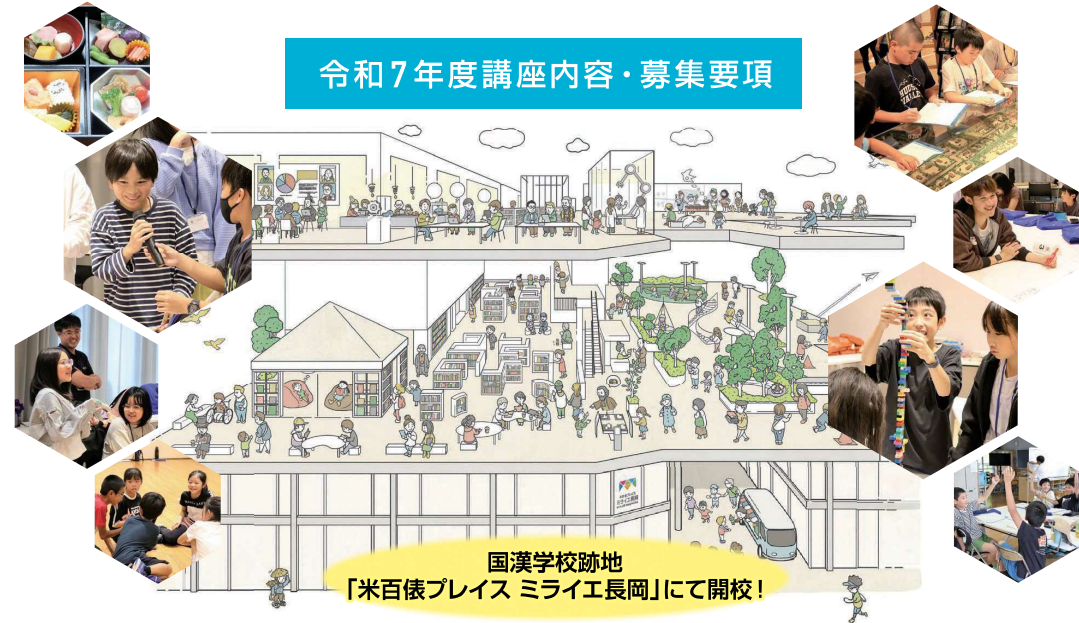


次の100年へ、現代版国漢学校



米百俵未来塾

令和7年度講座内容・募集要項



国漢学校跡地
「米百俵プレイス ミライエ長岡」にて開校!

未来の自分を探そう!

次の100年へ、現代版国漢学校



米百俵未来塾

問い合わせ先

公益財団法人 長岡市米百俵財団事務局 (長岡市地方創生推進部 ミライエ長岡企画推進室内)

〒940-0062 新潟県長岡市大手通2丁目3番地10 米百俵プレイス ミライエ長岡3階
TEL 0258-86-6008 FAX 0258-86-6073 E-mail kome100@city.nagaoka.lg.jp

主催



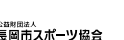
共同
主催



共同
主催



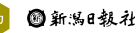
共同
主催



後援



協力



共同
主催



米百俵 未来塾 とは？

長岡市米百俵財団では、人材育成に賛同した企業などの支援を受け「米百俵未来塾」を開校しました。米百俵未来塾では、人材育成に取り組む市内の団体と連携し、「米百俵」の精神をはじめ、スポーツ、国際交流などについて学ぶ全7回の連続講座を開催します。7回の連続講座を受講することで、学年や学校の垣根を越えた交流を育みながら、さまざまな分野に触れ、感じ、そして発見することにより、視野を広げ、自分の考えをほかの人に伝える力を身に付けることができます。

講座内容

開校式

令和7年 8月5日(火) 9:30～ **会場** 米百俵プレイス ミライエ長岡



第1回

米百俵

学ぼう！「米百俵」の精神

～長岡の先人から学ぶ未来を切り拓くカ～

米百俵をはじめとした長岡の歴史や、広い視野で先を見越して生き抜いてきた長岡の先人たちの考えを学びましょう。阪之上小学校では、児童のガイドで、米百俵や長岡の歴史についての貴重な資料を見学します。昼食は季節の長岡産野菜を使ったスペシャル弁当です！
※ 昼食は、運営事務局でご用意します。



令和7年 8月5日(火)
開校式後 16:00まで

会場 ミライエ長岡
見学 阪之上小学校 伝統館
主催 長岡市米百俵財団
まちなかキャンパス長岡

第2回

芸術

文学座・俳優さんと楽しくトレーニング！ 伸ばそう“伝える力・感じる力”

日本を代表する劇団「文学座」所属俳優によるワークショップです。シアターゲームを通じて、“伝えること”“感じること”を楽しく学び、コミュニケーションをとることへの自信を育みます。

(注) 受講人数によって、午前と午後の2回に分けて実施する場合があります。どちらの日程で受講していただくかは、受講決定後に事務局からお知らせします。



令和7年 8月20日(水)

① 9:30～12:20 (注)
② 13:30～16:20

会場 長岡リリックホール
主催 長岡市芸術文化振興財団

第3回

国際

世界にはいくつ言語があるの？ 世界の言葉を学ぶ意味を考えよう！

世界にはたくさんの言語、民族、文化がありますが、あいさつと自己紹介は、人とコミュニケーションをとるうえでとても大切です。海外のお友だちとの会話が弾むようになるちょっとした工夫を学び、実際に留学生と交流します。

(注) 受講人数によって、午前と午後の2回に分けて実施する場合があります。どちらの日程で受講していただくかは、受講決定後に事務局からお知らせします。



令和7年 9月20日(土)

① 9:30～12:00 (注)
② 13:30～16:00

会場 ミライエ長岡
主催 長岡市国際交流協会

第4回

チーム力

チームでミッションをクリアしよう！ 最高のチームになる秘訣！

学校に通っている間も大人になってからも、みんなを力合わせて物事に取り組むことはとても大切なことです。話し合いをしながら、いろいろなミッションにみんなで挑戦し、チームで取り組むためのコツと、協同の力について楽しく学びましょう。

※ 昼食は、各自ご持参ください。



令和7年 9月27日(土)
10:00～16:00

会場 ミライエ長岡
主催 長岡市米百俵財団
協力 上越教育大学

第5回

考える力

デザイン思考ワークショップ

「デザイン思考」は、相手の立場になって考え、アイデアを出し、試作、検証を繰り返しながら、相手が必要としているモノやコトを発見する思考法です。制作などのワークショップを通して、考え方のコツを学びましょう。

※ 昼食は、各自ご持参ください。



令和7年 10月18日(土)
10:00～16:00

会場 ミライエ長岡
主催 ながおか・若者・しごと機構
協力 長岡造形大学

第6回

スポーツ

オリンピック金メダリスト 高橋礼華さんから学ぶ 「夢を実現させる3つの方法」

リオデジャネイロオリンピック(2016年)バドミントン女子ダブルスで金メダルを獲得するなど、数多くの国際大会で優勝した高橋礼華(たかはし りあ)さんから、「夢を実現させる3つの方法」

- ① ものまねは“上達の近道”
- ② “質の高い練習”を心がける
- ③ “あたりまえレベル”の水準を高く

についてのお話を聞きます。高橋礼華さんと直接お話しするディスカッションもあります。



令和7年 11月29日(土)
9:30～12:00

会場 さいわいプラザ
主催 長岡市スポーツ協会

一般公開予定

第7回

米百俵

未来の自分を探そう！～米百俵未来塾を振り返って～

これまでの米百俵未来塾の講座を振り返って、ともに受講した仲間との交流やさまざまな分野の体験から、心に残ったことや感じたこと、発見したことを話合います。それらを将来のためにどのように活かしていきたいかをまとめて、「未来の自分」や「なりたい自分」を考えてみましょう。



令和7年 12月13日(土)
13:00～16:10

会場 ミライエ長岡
主催 長岡市米百俵財団
まちなかキャンパス長岡

修了式

令和7年 12月13日(土) 講座終了後～17:00 **会場** 米百俵プレイス ミライエ長岡

講座内容の一部変更する場合がありますので、あらかじめご了承ください。

よくある質問

Q 部活や学校行事、習い事で参加できない回がありますが、申し込んでもよいですか？

A もちろん申し込みできます。参加できない回がある場合は、事前にご連絡ください。



Q わたしは人前で話したり発表することが苦手ですが、講座を無事に受けられますか？

A 問題なく受けていただけます。毎年、人前で話すことが苦手な人が多く受講していますが、グループワークをとって、平気になる人も多いです。1班(5～6人)に対して1人の教職員の先生が付きまので、一緒に講座を進めていきましょう。

Q わたしの学校からは申し込みする人はいないようです。知らない人ばかりですが、講座を楽しめますか？

A 楽しんでいただけます。毎年、ひとりで参加する人が大勢います。みんなはじめて出会う人同士ですが、ワークショップの作業やゲームを一緒にすることで、自然に交流が深まります。