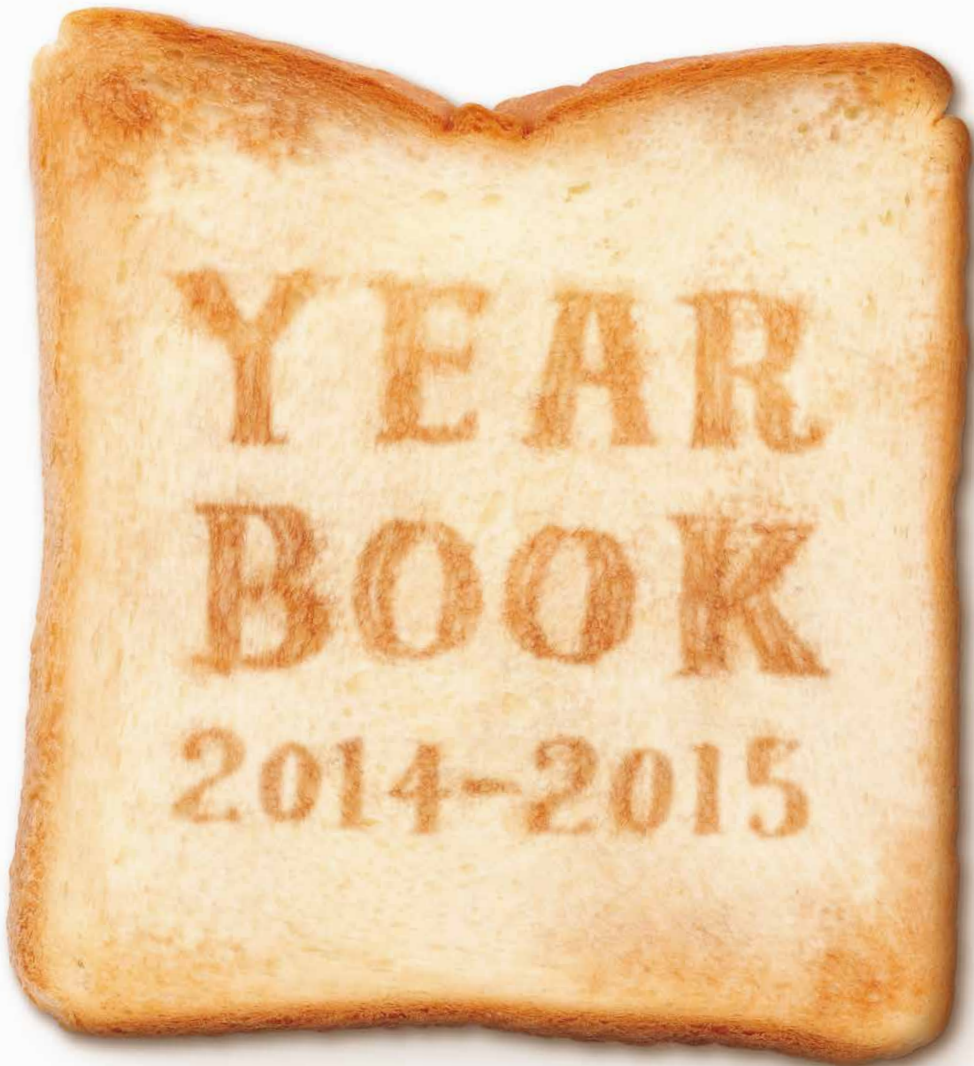




丸の内朝大学



特集 朝がつくるいい関係

CONTENTS

【特集】朝がつくるいい関係

P03 東北復興・農業トレーニングセンタープロジェクト

P06 朝大学テレビ

P08 [コラム] MY GOOD RELATIONSHIP

P10 地域プロデューサークラス能登編「うれし!たのし!島流し!」

P12 丸の内チャダンスクラス

P13 スパイスキングクラス

P14 丸の内男の美肌クラス

P15 忽那ガールズ

P16 阿波おどり探究クラス

P18 [Data] 受講生等概要／クラス一覧

丸の内朝大学とは



2009年4月開校。大手町・丸の内・有楽町エリア全体をキャンパスに、朝7時台から開講する市民大学。持続可能なまちづくりを行う当エリアから、省エネルギー化、低炭素化につながる朝型ライフスタイルへのシフトを提案し、環境配慮型行動の定着を図っている。

3カ月を1学期とし、春・夏・秋の3期開講する講座には年間でのべ約2,500人が参加。各講座の開発のコンセプトは「丸の内」で「朝に」だけしか体験できないもの。30代のビジネスパーソンを中心に、年齢、性別、職業、勤務地も様々な人が学んでいる。

課題解決型の講座が多いことが特長で、地域や都市、社会全体の課題解決に取り組む活動は講座の枠を超え、自主的なソーシャルプロジェクトとして発展し、朝の定期的な学びの場を通して醸成した都市型コミュニティが、世の中にグッドシフトを起こしている。

※「丸の内朝大学」は学校教育法上の「大学」ではなく、一般社団法人などによって運営される環境配慮型行動の定着を目的とした市民大学です。

■クリエイティブディレクション
株式会社バウム(宇田川裕喜)

■編集・取材・執筆
株式会社バウム(吉本淳・吉満瑞貴)

■イラスト
株式会社バウム(萩原董)

■写真
石井和広 P4-7
ゆかい(ただ) P12-15

■ロゴデザイン
江口伸二郎

■装丁・本文デザイン
tobufune(西垂水敦・平山みな美)

■校正
山口智之

■印刷・製本
株式会社大伸社

■発行

丸の内朝大学企画委員会

〔一般社団法人 大手町・丸の内・有楽町地区まちづくり協議会
エコツェリア協会(一般社団法人 大丸有環境共生型まちづくり推進協会)
特定非営利活動法人 大丸有エリアマネジメント協会〕

丸の内朝大学企画委員会事務局

〔エコツェリア協会(村上孝憲・稲富雅子)
株式会社umari(古田祐馬・村田麻実・岩崎雅美・ジャスティン・ポッツ・児浦美和・佐藤未希子・内藤有紀)
株式会社サンブラックス(齊藤吉朗・石川頼子・藤原真帆・山本寛明・玉田隆之助)
株式会社バウム(宇田川裕喜・吉本淳・浅見洋子・萩原董・吉満瑞貴)
有限会社オール・アズ・ワン(野田武志)〕

※本誌内容の無断転記、記載、複写はご遠慮ください。 ※本誌データは2015年2月10日現在の情報です。

未来都市へ。

今の大人たちが子どものころ、

本や映画で描かれる未来都市は車が空を飛んでいて

キラキラのビルが並んで、とにかくハイテクな風景でした。

あのころの「未来」に私たちは暮らしています。

車はまだ地上を走っていますが、技術はどんどん進み、

まちは多くの人が効率的に集い、住まい、

働くかたちに進化してきました。

丸の内朝大学から生まれているのは、新しい未来のまちの姿。

社会で活躍する人たちが、出勤前に趣味や新しい学問、

そして未来の社会を動かす活動に取り組む。

地域の課題に取り組んだり、ダンスや美容を極めたり、

はたまたインターネット放送局まで開局してしまったり。

好奇心を持った早起きな大人が集うと、

大きなエネルギーになり、講師たちの想定を

はるかに超える活動が始まります。

そのベクトルの中では、年代や肩書にとらわれない

フラットな関係が次々に生まれてきました。

講座が終わっても、仲間たちと早朝や週末を使った活動を

続ける人が増え続けています。

誰もが活躍の場と仲間を見つけられるまちへ。

これもひとつの未来都市の姿です。

朝がつくる いい関係

パドロンチー
2年間の道のり

朝1時間だけ早起きをする。たったそれだけで世界が広がるということを、朝大学に参加した人たちは感じています。始めるときは一人だったけれど、気づけば、会社とも学生時代とも違う、年齢も肩書も地域も関係ない人たちと関わり合い、想像していなかったような新しい世界を今は歩いている。東北復興、インターネット放送局、地域活性化、チャダンス。様々なテーマの朝の学びをきっかけに、仲間を見つけて活動する人たち取材しました。

一人の農家が
大手ビヤホールチェーンで
販路を獲得するまで

2013年度農業トレセン1期生の中でも、積極的に地域と関わり、関係者を増やしているのが「パドロンチーム」です。リーダーを務める株式会社遠野アサヒ農園の吉田さんは、岩手県遠野市で2012年に「パドロン」の生産を開始。スペインでビールのおつまみとして定番の野菜であるパドロンで農業ビジネスをおこし、遠野のまちを元気にしようという活動中です。

元々吉田さんのパドロンは、スペイン料理店での販路を確保できていたが、他ジャンルの取引先は少なく頭打ちを感じていました。そんな折、農業トレセンに参加し、「遠野パドロン」としてのブランディングに取り組み始めました。

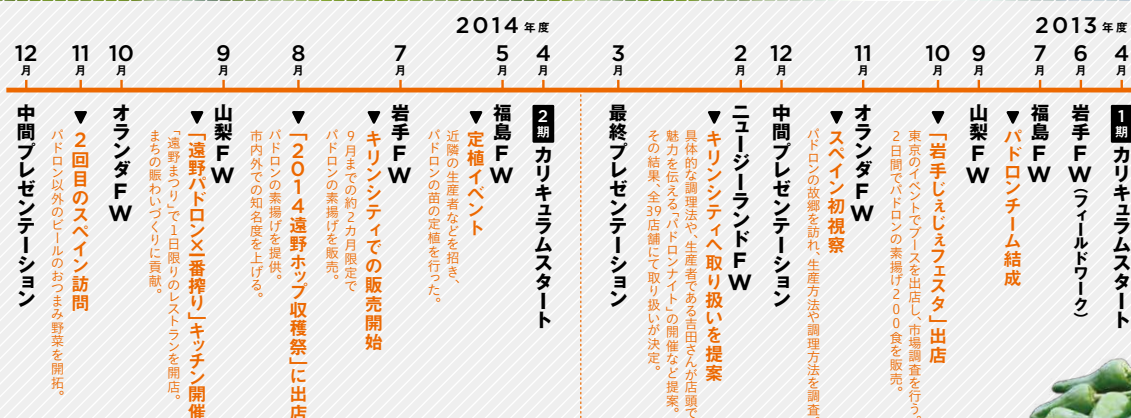
約1年の授業を通して朝大学の仲間も集まり、パドロンチームとして2014年2月に全国展開のビアレストラン「キリンシティ」へ遠野パドロンの取り扱いを提案。見事採用されます。「遠野はビールの原料であるホップの生産量日本一の地。遠野パドロンは、そんな遠野で育ったビールのおつまみ新定番の野菜、というストーリー性を売りにしました」とメンバーは振り返ります。2カ月強の販売

東京に
仲間ができたら、
遠野がひとつに
なりました

東北復興・農業トレーニング センタープロジェクト

遠野パドロンブランディングプロジェクト

2013年に始動した東北復興・農業トレーニングセンタープロジェクト(以下、農業トレセン)は、朝大学で「農業復興プロデューサーカリキュラムin東京」(以下、東京クラス)、仙台で「農業経営者リーダーズネットワークin東北」(以下、東北クラス)を開講する1年間のプロジェクト。東京のビジネスパーソンと東北の農業経営者が連携して新しい農業ビジネスを生み出し、被災地復興に取り組む。パドロンチームは、2013年度1期生6人で構成。農業トレセンは、2014年度2期生約100人が学び、2015年度も3期生を募集予定。



Midterm Presentation

1年目の成果と
2年目への期待が感じられた
中間プレゼンテーション



12月7日(日)、東京の麒麟本社にて農業トレセン2期の中間プレゼンテーションが行われました。2期生と1期生の一部が参加し、29の企画案を発表しました。

2期生からは、フェイスジョアや桃薫など新しい作物のブランディングや、スープやりんご蜜など加工品開発の企画が。見学した麒麟株式会社常務の橋本誠一氏は「1期生の成果に負けまいと、2期生が勢いをみせている。どのプロジェクトも、利益だけでなく社会的価値を求めているところが素晴らしい」と講評を述べました。

もったいないを減らす

●もったいないプロジェクト

規格外のため出荷できない「もったいない」食材のおいしさを広める。「ニッポン全国鍋グランプリ2015」に、福島県産の食材を使った鍋を出品。見事3位に入賞し、2020年のグランチャンピオン大会参加権を獲得。



岩手ワインで地域誘客

●いわてワイン街道プロジェクト

岩手のワインと食材を組み合わせ、季節にあわせた岩手の魅力を発信。かまくらの中でワインと食事をを楽しむイベントなどを開催し、国内外からの誘客を目指す。



その他のプロジェクト(一部)

- 【合同】福島・只見の魅力発掘、発信
- 【合同】フェイスジョアの普及および顧客との絆づくり
- 【合同】福島からCoolな農業を発信し農業の意識改革
- 【合同】パワースープのブランディング&マーケティング
- 【合同】福島・いわき市遠野町を道の駅中心に活性化
- 【合同】宮城・栗原市のまち・もの・人づくりを発信
- 【合同】宮城・秋保でアウトドア地域誘客
- 【合同】宮城産ササニシキのブランディング
- 【合同】宮城・秋保でシードルづくりによる地域活性化
- 【合同】岩手・八幡平のインバウンド誘致とリーダー育成
- 【合同】岩手・国道396号沿いの果樹園の連携と果物ブランド化
- 【合同】おやじの夢を叶える～もみ殻かまど編&地酒づくり編～
- 【合同】岩手・遠野馬搬継承とゲストハウス建設
- 【東京】みんなでつくって食べるコミュニティキッチン

※2014年12月の中間プレゼンテーション時点のものです。
内容等は変更になる可能性があります。

東北復興・農業 トレーニングセンター プロジェクト

復興応援 麒麟 絆プロジェクト

笑顔で結ぶ。人を、日本を。

キリングroupが継続的に復興支援に取り組む「復興応援麒麟絆プロジェクト」の一環として農業トレセンに協賛。自社ビールに遠野産ホップを50年以上前から使用し、遠野との関係は深い。

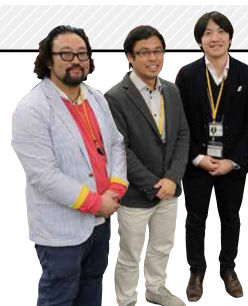


公益社団法人
日本フィナンソロピー協会

「復興応援麒麟絆プロジェクト」に共感し、農業トレセンを主催。

講師

プロジェクト・デザイナー
古田秘馬
NPO法人農業の学校 理事長、
農業生産法人・株式会社
サラボウル 代表取締役
田中進
有限会社マイティー千葉重 代表
千葉大貴



講師サポーター
継続力
強い
チーム

カリキュラムが終わった後も相談にのるなど、パドロンチームの活躍を支える。

アドバイス

連携

遠野みらい創りカレッジ



富士ゼロックス株式会社 復興推進室
遠野みらい創りカレッジ担当
西 裕司

東京クラス2期生。地域・産業の発展と人材育成のため、富士ゼロックスと遠野市が協働で開校する遠野みらい創りカレッジと、受講を通じ関係が深まったパドロンチームをつなぐ。パドロンチームの活動拠点としてキッチンスタジオなどを提供。

パドロンチーム



内田晃人

デザイナー。ロゴ制作から店舗デザインまで担当し、パドロンの魅力を視覚的に伝える。

東京



岩淵美華

食品業界で約10年働いた経験を生かし、パドロンの加工品開発やレシピ開発に取り組む。

メディア不問ハ
マルチデザイナー

まちづくりの
専門家

和良地 克茂

社会人大学院で地方都市の持続再生について研究。遠野の活性化に力を発揮している。



浅井隆平

受講生として参加する麒麟社員。東京側のリーダーとして奮闘する。

安野華英

企画や営業など幅広い業務経験を生かし、どんな仕事も効率的にこなすスーパー助手。

チームを引っ張る
若手出身麒麟社員
チームをまとめる
縁の下のか持ち



東北

株式会社
遠野アサヒ農園
代表取締役
吉田敦史

東京で大手広告代理店に13年勤めた後、脱サラして遠野で就農。日本におけるニーズを信じ、パドロンの生産を始める。

脱サラ農家
懸念する
パドロンに

連携

遠野市役所
農家支援室 室長
阿部順郎

遠野アサヒ農園に麒麟のホップ契約栽培を含め、新規就農者の受け皿になるよう依頼。後継者不足の解決を目指す。

遠野市役所

TKプロジェクト



麒麟ビールマーケティング株式会社
岩手支社 営業部 遠野市担当
戸澤恒幸

遠野(T)と麒麟(K)が連携し、地域振興を図るための取り組み「TKプロジェクト」を担当。主催する「遠野ホップ収穫祭」などでパドロンを大々的にPRするほか、取引先の料飲店への紹介などを通して、パドロンチームを支援する。

連携

Kirin-City

遠野パドロンを2014年夏のメニューに採用。好評につき、2015年の取り扱いも検討中。



契約成功

ホップの里をビールの里へ
地域の活性化を目指して
関係者を増やす

期間で総オーダー数は1万6190回に上り、同期間の枝豆のオーダー数を超える結果に。大手ビヤホールチェーンの心強いパートナーを得ることになりました。

ブランディングの成功によって、販路を拡大した遠野パドロン。農業トレセン参加前と比べて、売り上げは280%増加しました。パドロンチームが次に目指すのは、近隣農家と協力した生産面積の拡大、そして遠野地域全体の活性化です。そのため吉田さんが地域の農業を引っ張るリーダーとなり、行政と連携した新規就農者の支援も始めました。

さらにパドロンチームは、遠野パドロンを使ったラスクや香味味噌などの加工品開発にも着手。遠野パドロンは6月10月しか生産できないので、加工品にして周年販売を目指しています。話すのは、開発を担当するメンバーの岩淵さん。製造は地域の工場と協力し、遠野の定番お土産の座を狙います。

「ホップの里」だった遠野を、おつまみの特産品開発やビアフェスタの開催などを通じて、複合的にビールを楽しめる「ビールの里」にしていきたい」と、メンバーの浅井さんは意気込みます。そのた

めに浅井さんは「遠野みらい創りカレッジ」や「TKプロジェクト」など、地域の他団体とパドロンチームをつなぎ、関係者を増やしています。

商品のブランド化から始まったプロジェクトが、1年半で遠野全体を巻き込む取り組みに。吉田さんは「農業トレセン受講前はパドロンでやっているか不安でしたが、朝大学のメンバーや遠野の人など大勢の仲間を支えられて、今は成功を確信しています」と誇らしげに語ります。



More about TV Shows

2014年は
計117回の生放送
番組を届けました！



▶2014年7月28日 放送

あさまる。#4

ドラマ「朝、会いに行きます。
～おはようのそのあとに～」

受講生演じる4人の主人公が、朝大学での様々な出会いをきっかけに成長を遂げる約28分のドラマ。キャストオーディション、脚本、演出、撮影全て受講生が行い、生放送当日にはパブリックビューイングも実施しました。



▶2014年8月25日 放送

あさまる。#5

「クイズ!○○大丸有!」

朝大学のキャンパスである、大手町・丸の内・有楽町(大丸有)地区にまつわるクイズ番組。早朝の大丸有からの中継、スタジオにゲストが登場しての出題など盛りだくさんの内容。3チームが白熱した戦いを繰り広げました。



▶2014年11月 放送

いまからいってきます! #87、88、90～93

「つくろう。myドライブ」

「走るオンナ倶楽部」と協力し、女性限定で受講生から朝大学らしいドライブプランを募り、選ばれた6つのドライブの様子を発案者自ら紹介した番組。癒しの夜景ドライブ女子会などユニークな内容を写真や動画で説明。

アナウンス室

宮本しのぶ

2013年からラジオパーソナリティなど作品表現をテーマにしたクラスを受講。その学びをアナウンサーに生かしている。

朝から
笑顔で
伝えます

黒田信

マスメディアとも口コミとも違う新しいメディア=朝大学テレビの可能性に興味あり。アナウンス室長として番組をまとめる。

あす
見た
スタッフ
たか
るか
父を

前田涼子
大川美里
二川恵子

明日は
楽しい
元気よ!

配信クルー

生放送も中継も
お任せあれ!

佐藤和彦

番組で放送されるVTRの編集作業を主に担当。撮影から編集まで一人で担当するマルチプレーヤー。

横田理恵子

クラス受講をきっかけにWEBでの配信技術を学び、いまでは一人で生放送を担当する頼れる存在。

放送作家

ギョーカイの
知恵を伝授

渡辺浩司

情報系番組の構成を担当する現役放送作家。全3期の「テレビクラス」講師を務め、スタッフからの信頼が厚い。

朝大学事務局

困ったら
いつでも
助けます!

野田武志

有限会社オール・アズ・ワン代表。朝大学事務局メンバーとして朝大学テレビに参加。「ソウルラベルクラス」等の企画運営も行う。

アドバイス

サポート

プロデューサー

糸田やかに
気がつく母

中島隆一

ゲスト交渉も行う全体の調整役。スタッフの要望を受け止めスムーズな制作をアシスト。

朝大学
テレビ
スタッフ

新米ディレクター

新番組の企画
考えてます

川本海

2014年春学期受講生。本業は販売。春学期の仲間とともに新番組「丸の内秘密結社」を2014年12月に放送した。

太田吉保

2014年春・夏学期受講生。本業はIT系会社の営業。現在は夏学期の仲間とともに新特番を企画中。

多彩なゲスト



福島の農家のお母さんによる料理教室
須賀川農縁's
キッチン
2014年6月4日放送 いまからいってきます! #35



スペシャルオリンピックス
日本 理事長
有森裕子
2014年6月1日放送 いまからいってきます! #1



丸の内検定の
イメージキャラクター
マルケン
2014年8月25日放送
あさまる。#5

出演

放送回数

- いまからいってきます!→107回
- あさまる。→6回

出演者 のべ140組424人

※「いまからいってきます!」「あさまる。」の司会者をのぞく。
両番組2014年4月～12月の合計。

[DATA]

誰でも出演できます!
みんなでつくるインターネット放送局

1年でゲストのべ340人
参加者をまちに広げたい

ます。『いまからいってきます!』にはスタジオにのべ340人のゲストをお呼びしました。講師ヘンタビニューしたり、終業式の様子を中継したりと、運営するテレビ局らしい視点で情報を伝えてこられたと思います」(宮本さん)

開局当初よりスタッフも増え、朝大学内での知名度は高まりました。朝大学と直接関わったことがないという人も出演し始めています。

「これからは、スタッフがスタジオから飛び出して、丸の内のまちともしっかり関係を深めることができれば。広いつながりを持ち、多様な人に出演してもらいたいですね。出演をきっかけに誰かと新しい関係をつくれた!と喜んでもらえるような、人と人をつなげる場になればと思っています」(黒田さん)

2014年4月、朝大学が運営するインターネット放送局が開局しました。「朝大学テレビ」です。「普段の仕事と全く関係ないことにチャレンジし、仲間と一緒にイチから何かをつくり上げていく作業がとても楽しい」(川本さん)とテレビスタッフが話すように、番組の企画、撮影、出演、配信など全て受講生が担当しています。プロ仕様のカメラ、ミキサーなど機材を完備した専用スタジオをキャンパス内に持ち、届けた生放送番組は開局から2014年末の9カ月間で117回を数えます。

「平日朝の10分番組『いまからいってきます!』と毎月1回の1時間特番『あさまる。』の制作を通して、だんだんとスタッフの役割が明確になりました。朝大学テレビらしさもできてきたといううか、全員のベクトルが合ってきて、今ではスタッフ全員がファミリーのような関係になっています」(黒田さん)

現在のコアスタッフは約20人。自身の普段の仕事と調整しながら、プロデューサー、ディレクター、アナウンサー、配信の役割を担い、番組内容はみながアイデアを出し合い決めていきます。

「出演者はこちらから声をかけることも、出たい!と直談判されることもあり



NAME. **和田剛**
ROLE. **元CAFE SALVADOR
丸の内店 店長**

2002年カフェ・カンパニー入社。2012年に自身のブランドCAFE SALVADORを立ち上げる。2014年10月、ビル建て替え工事のため、CAFE SALVADOR丸の内店閉店。現在は全店舗のコーヒー責任者及び人材開発を担当。

この場所にしかない「営みの風景」をつくること。それが2012年のオープン当初から想い描いていたCAFE SALVADORのゴールでした。

街中に拠点を持ち、多様なクラスを開講する朝大学と、様々な背景を持つ受講生たち。ビジネス・観光・ショッピングだけではなく、学びと表現の場でもある丸の内のまちの側面。それらをつなぎ、混ぜ合わせ、CAFEで可視化したらどうなるか。その先に目指すべき丸の内らしい「風景」がある。そんな直感と予感から、朝大学とSALVADORの関係は始まりました。

SALVADORでは、受講生が企画する早朝の音楽ライブや演劇など、多くのエンターテインメントの会場としてスペースを提供したほか、日本各地の地域食材でメニュー開発もしました。多くの受講生たちと想いや志、そして意見を交わしながら、ここでしかできない企画を、2014年10月のSALVADORクローズの瞬間までやり続けてきました。

こうして朝大学とつくり続けた、いきいきとした営み。様々な価値観を持つ人々の想いと行動が、その場所の匂いとなり、記憶となり、風景となってきたように思います。



NAME. **西原一徳**
ROLE. **武士道クラス
講師**

NTT、外資系の経営コンサルタント会社に勤め、経営やマネジメント以上に人の精神性や心の重要性を感じ、退社。1年間、日本全国の有識者を訪ね、人の生き方をテーマに問答して回り、現在は独立して活動。

私は元々受講生で、2010年に福島県・会津をテーマにした「地域プロデューサークラス」にて、人やその精神性が日本の誇るべき良さだと考え、武士道に着目。本クラスの原案を発表し、2011年夏学期に1回目の武士道クラスを開講。2014年秋学期で5回目となります。

先人の生き方や教えを学び、日々の生き方に生かすことを目的とした本クラス。自身に向き合うだけでなく、仲間と真剣に生き方を語り合える貴重な機会となっているようです。その結果、かけがえのない友ができたとの声が多く、授業終了後も受講生たちで坐禅会や登山、合宿などを企画しており、「クラス終了＝新たな始まり」というのも特長のひとつです。

2014年秋学期のクラスでは鹿児島県に協賛していただき、明治維新と薩摩をテーマに、鹿児島県を1泊2日で訪れました。一緒に学ぶ仲間と薩摩の武術・自願流に本気で取り組むなど、人との出会いや体験を通じ、普段と違う視点で生き方を考える機会になったようです。特に、本クラスの鹿児島版として実施した「かごしま開成所」に通う同世代の仲間との交流もあり、地域を超えた友もできたよう。今後、今回生まれたつながりが、どういう世界をつくっていくのか楽しみです。



NAME. **大場要吾**
ROLE. **2014年秋学期
クラス委員長**

商社関連会社勤務。2013年秋学期に「ZEN呼吸法クラス」「ユーモあまねOクラス」を受講。2014年春学期に「ユーモあまねOクラス」クラス委員を務める。秋学期「ZEN呼吸法クラス」クラス委員兼クラス委員長。

私は朝大学に入って、「熱い」人たちと出会い、年齢や社会的地位も関係なくフラットに付き合える、一生ものの素晴らしい仲間ができました。そんな朝大学にいつか恩返しがしたいと思っていただけに、クラス委員長を務められたことは、とても良い機会となりました。クラス委員の最も大きな役割のひとつに、終業式の企画、運営があります。クラス委員長はそのまとめ役を担います。副委員長の太田さん(みどり)や終業式第1部リーダー濱田さん(はまちゃん)、第2部リーダー香川さん(じょいまん)を中心とした多くの仲間を支えられ、無事実施することができました。

秋学期の終業式は「クラスのつながり」をコンセプトとした第1部と、「個人のつながり」をコンセプトとした第2部で構成。この第2部では2014年春・夏・秋学期、横浜BUKATSUDOでの出張講座、なごや朝大学から受講生が参加。さらに朝大学とご縁のある地域、企業の皆さまにもご参加いただき、朝大学史上初の大忘年会となりました。第1部と第2部を合わせて、「朝大学全体のつながり」を深めたい。今回の終業式では、その小さな種を蒔くことができました。今後どんな芽が出て、どんな花が咲くか今から楽しみです。



NAME. **椎名由紀**
ROLE. **ZEN呼吸法クラス
講師**

呼吸アドバイザー。高校時代から15年続いた心身の不調を江戸時代の禅の呼吸法で克服、「ZEN呼吸法」をメソッド化。著書に『呼吸美メソッド』(双葉社)など多数。

不調が当たり前になっている丸の内のビジネスパーソンに、2013年夏学期から心身を調える呼吸法を伝えています。2014年秋学期のクラスでは、3カ月で9割以上の受講生が何かしらの心身の善い変化を感じたという結果に。受講生の晴れやかな顔に、私も大変うれしく感じました。

これらの成果は、朝の清々しい空気を、朝大学のキャンパスである皇居外苑の土の上で受け取る体の喜びによるよう。朝の静謐な気の中で行う呼吸は、今、息をしている有り難さに気づける、誰もがスッパリと心洗われる時間です。加えて、京都の妙心寺寿聖院での坐禅や粥坐の体験など、高尚な禅寺の体験とともに味わうというフィールドワークの存在も大きいようです。

2014年は横浜BUKATSUDOにて出張講座も行い、クラスの輪を横浜にまで広げました。また、全5期合同企画として、40名超で鎌倉建長寺に坐禅とハイキングにも行き、同じ興味を持つ仲間と出会う素晴らしい感動に次第です。今後も多くのビジネスパーソンを抱える丸の内だからこそ健康を考え、日本中、世界中に本質的な健康を伝えていきたいです。



NAME. **Theatre
at Dawn
(平野美奈・妹尾麻代)**
ROLE. **ミュージカル観劇クラス
講師**

2010年秋学期「環境・ソーシャルプロデューサークラス」受講をきっかけに出会い、「Theatre at Dawn」結成。2014年秋学期「ミュージカル観劇クラス」の企画運営、講師を担当。

Theatre at Dawnは、2010年に「環境・ソーシャルプロデューサークラス」で出会った受講生2人で立ち上げたソーシャルプロジェクトです。企画を考えること、ミュージカルが好きな私たちが、「舞台」で楽しくまちづくりができないかと始めました。

活動内容は、丸の内のカフェの朝時間を利用して、ジャズ、エレクトーン、演劇、落語などプロのライブ公演を企画すること。これまで11回の公演を通して、会場が出会いや仕事を生む場になり、丸の内の朝に新しい賑わいをつくることができました。宝塚、東宝、劇団四季など系統が分かれるミュージカル界の中でも、うれしかった出来事のひとつです！

その後も幸運な出会いとタイミング、本気の「好き」を原動力に、様々な挑戦をしてきました。そして2014年には朝大学でクラスを企画し、講師になることができました。

がんばって早起きした者同士のフラットな仲間意識。上下関係もしがらみもなく、みんながみんなを応援する朝大学の自由な関係性こそが、私たちの挑戦を支えてくれています。

MY GOOD RELATION- SHIP



私と朝大学の いい関係

一生ものの仲間ができた。

受講生から講師になった。

朝大学に関わったことで

生まれた変化を、

受講生、講師、丸の内のカフェの

店長に聞きました。

Other Projects

能登をテーマとした
クラスの活動力は
ほかにも表れています！



奥能登酒造学校

奥能登の酒造メーカー6社と受講生が協力し、能登産の日本酒の魅力を伝える全10回の講座。2014年4月から1年間にわたり、東京で6回の座学と、能登で4回の実地活動を行いました。実地活動では、酒蔵見学や酒米の稲刈りを体験するなどし、地元の人と交流することで能登への愛着を持ってもらうプログラムを企画しました。



輪島塗おもてなしバトン

高級で手が届かないと思われがちな輪島塗に親しんでもらうため、輪島塗セットをバトンリレーのように渡し様々な場所で使ってもらうというコンセプトで活動。能登の食材を輪島塗の器で提供する東京での料理教室や、輪島塗工房を訪ねるツアーなどを定期的に開催しています。



インターナショナル地域プロデューサークラス
(2014年夏学期開講)

A.Time Travel Japan

能登へのインバウンド(外国人の訪日旅行)を増やすアイデアを考えたクラスが、モデルツアーを2015年1月に実施。伝統工芸を学んだり、田舎裏を囲む能登の暮らしに触れたりする様々なアクティビティを外国人がどう感じるかを調査し、本格実施に向けて動き始めました。

コーディネーター

活動を盛り上げる
熱血奉行



地元の民間まちづくり会社
株式会社御蔵川
森山明能
七尾市の民間のまちづくり会社に勤務し、青年部へはアドバイザーとして参加。ツアー中は「奉行役」で流人たちに刑(=体験プログラム)を言い渡す。

サポート

石川県庁

能登に首都圏の人を
呼びたい！

企画振興部
空港企画課
杉本拓哉

受講生と知り合いだったことで本クラスを知り内容に共感。行政側の調整役として奔走。



サポート

能登島観光協会青年部



公務員
谷内博史



自営業
松井慎吾



公務員
柳 優



公務員
瀬川広倫



公務員
高川慎一郎



公務員
内田幸誉



地元市議会議員
高橋正浩



公務員
福嶋葉子



漁師
梅田友二



公務員
今田孝一



漁師
角屋宏明



漁師
平山泰之



公務員
石田直人



自営業
佐々木樹也



島をまとめる
頼れる部長

民宿経営
石坂 淳
青年部部長。能登島の人々に声をかけ、仲間を増やす頼れる兄貴。世代も職業も様々なメンバーをまとめる。

七尾市役所

七尾市に位置する能登島。青年部の取り組みに対して七尾市では、活動費や備品の提供などサポートを行っている。

サポート

地域プロデューサークラス



白鳥 淳子

2011年から朝大学を受講。地域への関心が高く、石川県と講師をつなぎ、本クラスを実現させた立役者。

受講生



古田 秘馬

プロジェクト・デザイナー。観光地づくりではない地域活性化を考え、2010年より本クラスを企画、講師を務める。

講師

元の知り合い

開講
打診

連携・田舎暮らし
ツアーを共同開催



能登島チーム

「流人」になって
一糸に島流し
されませんか？

島への観光客が夏に集中するという課題を解決するべく集まった受講生7人。島流しされるときは、オレンジ色のつなぎに着替えるのがルール。

- ☒ 輪島塗チーム
- ☒ 能登の酒蔵チーム
- ☒ 炙り文化チーム
- ☒ 里山里海チーム

最終発表では、能登島チームも含め5つのアイデアが生まれた。輪島塗は「輪島塗おもてなしバトン」、酒蔵は「奥能登酒蔵学校」に発展するなど、クラス終了後も受講生と能登の活動は続いている。

ツアーに参加



ツアー参加者たち

2013年冬から季節ごとに、能登島の暮らしを体験する2泊3日の島流しツアーが実施され、東京からのべ56人が参加。稲刈りや地域の祭りに参加した。複数回参加するリピーターも多い。

各回のツアーの様子はフォトブックで1冊にまとめている。



江戸時代の都会人と島人の関係を
ポジティブに蘇らせたツアー

クラス開講をきっかけに
観光協会青年部が誕生

容は同じでも、島流しというコンセプトがあるだけでどんなアイデアが広がって、流人の服や刑など、島流しにかけた旅のプランを企画するのがもっと楽しくなりました(能登島チーム・坂牧さん)

石川県庁の杉本さんは、「もともと能登島は島内の結びつきが強い地域。何かきっかけがあれば、地域活性化に向けて若い人が力を合わせるだろうと考えていました。朝大学の受講生はまさにそのきっかけになってくれましたね。江戸時代のように、都市の感覚を地域に持ち込み刺激を与えてくれました」と話します。

一丸となった島人は、2014年5月に観光協会青年部を結成しました。部のみんなが島のことを真剣に語り合う仲間になってきたことが一番うれしい」と話す森山さん。今後も受講生と連携し、都市と能登島の新しい関係をつくっていきます。

石川県能登半島の真ん中に浮かぶ「能登島」。東京都練馬区ほどの面積に3000人弱が暮らしています。江戸時代、政治犯の流刑地だった歴史を持ち、当時は外から来る流人が都市文化を島にもたらし、島人が流人の世話をしたといわれます。その関係を現代に復活させ、能登への誘客と、島の豊かな暮らしを次世代につなげようと始まったツアーが「うれし！ たのし！ 島流し！」です。

「都会の人を『島流し』にし、田舎暮らしを支える様々な『刑』に従事してもらう首都圏からの能登島ツアーを企画しています。刑は豊かな自然と食材にあふれる能登島暮らしを体験できるように、例えば、田植えなら『とことん泥まみれの刑』、冬の夜の宴会なら『あらゆる海の幸を食べつくす刑』など体験内容に合わせて考えています。島人が受入れ体制を整え、刑を見守る『看守』としてツアーにも参加しているんです(森山さん)

これまで5回のツアーで、のべ56人が島流しに。しかし2013年夏にクラスで最終発表されたのは「3001人目の島民になれる旅」という企画でした。「発表の後に、能登の方々から『ポジティブな島流し』という逆提案を受けたんです。島民の生活を体験するという旅の内

※毎日羽田ー能登間の合計4便を離発着させている能登空港では、2003年の開港時より搭乗率保証制度を導入している。搭乗率保証制度は、目標搭乗率を設定し、下回った場合は石川県が航空会社に保証金を、逆に上回った場合は航空会社が石川県に販売促進協力金を支払う制度のこと。



群馬の力になるスパイス

食べておいしい

だけではなく

2

クラスが協力し、第4回きりゅう映画祭出品作品を東京で上映した「桐生フィルムキャリアバン」で提供された軽食は受講生プロデュース。

1

東京で群馬の情報を発信するイベントを企画。県のマスコット「ぐんまちゃん」は知名度も高く、イベントに欠かせないアイテム。

メタ・バラツツ(講師)/オレガノチーム(佐々木裕子、下村高広、栗林美佳、前田涼子、本山悦子、今井和幸)

スパイスキングクラス

2014年夏学期に初開講。スパイスを地域活性化のツールとしてどう使うかを考えた。授業では100種類以上あるといわれるスパイスについて学んだほか、フィールドワークとして群馬県の富岡・桐生を訪問。5チームに分かれ、スパイスを活用できる地域資源を見つけプロデュース案を練り、最終回に発表した。絹織物で有名な場所にちなんだスパイス染め織物の開発などユニークな案が出され、一部は実現に向け進んでいる。

2014年11月に丸の内で開催された「桐生フィルムキャリアバン」にて販売された「桐生スパイスミックス」。配合など講師と受講生が協力して開発したものです。「授業で訪れた群馬県富岡・桐生は養蚕で栄えた地。蚕の餌となる桑の葉が豊富ですが、使い方は『桑の葉茶』がほとんどで、地元では新しい活用方法を探していました。そこで、海外でマルベリーリーフと呼ばれ食用にも使われる桑の葉を含んだスパイスミックスをつくり、受講生とともに群馬産食材と合わせたメニューも開発しました(講師・バラツツ)」。このメニューは会場で振る舞われ、スパイスミックスは製造した30瓶が完売。キャリアバンを中心となって運営し、東京で群馬の魅力を発信するイベントを企画していたオレガノチームにとっても、幸先の良いスタートになりました。

CHEER DANCE

誰かを元気づけるとき、
自分も元気になるっている

1

朝大学のトライアスロンクラスも参加する「館山わかしおトライアスロン大会」にオフィシャルサポーターとして協力。パフォーマンスを披露。

2

「スペシャルオリンピックス」(*)の活動に賛同し、大会やイベントでダンスを披露したり、ボランティア活動を行っている。

3

各学期、衣装やポンポンは変わる。ポンポンは、様々な人たちとの関係性を築く大切なコミュニケーションツール。

北岡おり/野村清香/宮本麻衣子/佐藤和彦

丸の内チアダンスクラス

2011年夏学期に初開講。2014年秋学期で通算7期目を迎え、のべ受講生数は200人を超える。20代のダンス経験者の女性から、50代のダンス初経験の男性まで幅広い層がチアダンスに親しみ、「応援」を通して、人々を、まちを、世界を明るく元気にしている。クラス以外でも、ソーシャルプロジェクト「Morning★Diamonds」を結成し、スポーツイベント等でダンスを披露。男女混合の社会人チアダンスチームとして積極的に活動中。

チアリーディングのアクロバティックな動きではなく、ダンス部分を独立させたスポーツ「チアダンス」を取り上げる本クラス。社会人がチアに親しめる場として、男女約40人が「応援」に励みます。夏には、一般社団法人日本チアダンス協会が主催する千葉県舞浜でのイベントに出場。大人の魅力あふれるパフォーマンスを披露しました。「実は、終了後に打ち上げをしたホテルのレストランに野外ステージがあり、お店から『ぜひここでも踊って!』とトリクエストを受けて踊ったんです。少し酔っ払っていたけど(笑)、周りのお客さんもノリノリで、アンコール2回ももらっちゃいました! 楽しかった!」(宮本さん)ポンポンを持っていると声を掛けられることが多いという受講生たち。その明るさが様々な縁をつないでいます。

※知的障害のある人たちに様々なスポーツトレーニングとその成果の発表の場である競技会を、年間を通じ提供している国際的なスポーツ組織。



1

みかんやレモンといった柑橘類の栽培が盛んな忽那。島では収穫を、東京での島PRイベントでは法被を着て売り子のお手伝い。

2

松山市の有人島9島を含む30以上の島から成る忽那諸島の中でも、特に忽和島を訪れている4人。地元の人と船釣りにも出かける。

3

忽那の様子を収めた写真展「島に行く理由」を東京・京橋で2014年11月に開催。忽那や松山市役所の人も見学に訪れた。

岡野麻里／玉川真奈美／横田理恵子／竹中あゆみ



忽那ガールズ

知っているようで知らない日本の地域を座学で学んだ後、旅に出る「大人の修学旅行」クラス「ニッポン再発見クラス」。第4弾となった2013年夏学期「愛媛県忽那諸島編」の受講生4人が忽那ガールズを結成した。地元のひとと交流しながら、都会では味わえない風景、食、暮らしを体験した1泊2日の授業を通して、すっかり忽那諸島の虜に。現在はWEBでの情報発信など、東京から忽那を応援するサポーターとして活動している。

「人が温かい。おいしいものがある。美しい景色に出会える。おかえりと言ってくれる人たちがいる。これが、私たちが島に行く理由」。そう話すのは、メンバーの玉川さん。2014年だけで8回忽那を訪れています。実家に帰るよりも頻繁というには、メンバーみなが慕う「お父さん」の存在が大きいよう。

「クラスの講師だった松山離島振興協会会長で忽和島に住む田中政利さんにお世話になっています。宿泊もお父さんち。島ですつと一緒なのに、東京に帰ってくるとすぐに『次はいつ来るんや』って電話がかかってくるんですよ（笑）」（玉川さん）

島の魅力を伝えようと、2014年12月には忽那みかんやレモンを仕入れ、東京で販売しました。「一度行けば魅力がわかるはず。忽那を知りたいきっかけをついていきたいですね」（竹中さん）

BEAUTY FOR MEN

女性の気持ちわかつちやったかも

2

誰に教わることもなく毎日なんとなくしていた髭剃り。スタイリストから肌を傷めない正しい髭剃りを学んだ受講生は、自己流からの脱却を図った。

1

フェイスシートや美顔器を使ったことがないという受講生がほとんど。洗顔料の泡立てなど初体験満載の授業中は、童心にかえったよう。

3

スーツの着こなしもマナーのひとつ。今さら聞けない、サイズと補正、コーディネート、手入れに関する正しい知識を手に入れた。

鈴木貴彦／村上正晃／沖端／香川敬博／渡辺智彦／杉本伊知郎



丸の内男の美肌クラス

2011年から女性限定で開講してきた「美肌クラス」の男性版を2014年夏学期に初開講。清潔感ある健康で美しい肌をつくるためのケアを中心に、正しい髭剃り方法、爪の手入れ、スーツのスタイリングまで、男性の身だしなみについて幅広く教えた。クラスには30代を中心に20代～60代が参加。全3回の短期講座ながら、受講生22名の盛り上がりで朝大学内でも話題に。メディアにも多く取り上げられた。

授業中のクラスを訪れると、ヘアターバンにフェイスシートをつけ、美顔器を手は無言で鏡に向かう男性たち。肌をケアして若々しくなりたくても、気恥ずかしくて聞ける場所がなかったのだ、こうやって男性だけで気軽に楽しく学べる場所があるのはうれしい」と話すのは40代の香川さん。つるつるになった自分の肌に驚きつつ、満足気な表情です。

「きれいなお兄さんは、好きですか？」を合言葉に、クラスでの丁寧なケアを通して肌の変化を体感した受講生たち。普段女性がしている手入れの大変さを知りました。化粧のりが一日のテンションを決める！という言葉にも納得。肌がつるつるだとその日を気分よく過ごせる気がします」（村上さん）

美への意欲は男女共通。男性が女性を理解するきっかけにもなったようです。

Awa Odori



A



D



B



C

A. 2014年7月に行われた「東京丸の内盆踊り2014」に出演。丸の内仲通りを威勢よく練り歩き、観客も巻き込んでまちを盛り上げた。B. 簡単なように見えて難しい基本の踊り。授業後には筋肉痛になる受講生多数。C. 朝大学終業式では、他のクラスの受講生も全員加わり、笛や太鼓の鳴り物と「ヤットサー」の掛け声に合わせて踊り狂った。D. 揃いの法被が凛々しかった三鷹阿波踊り。

Enjoy
the
dance

TEACHER



講師
横手友一さん
高円寺阿波おどり連協会所属
東京新のんき連

クラス終了後に
受講生が11人入連し
仲間が増えました!

開講前は、限られた授業回数でどのレベルまで指導を行えばよいのか悩みました。しかし始めてみると、受講生はとて真面目で真摯に踊りに向き合ってくれ、最終的にかなり細かい部分まで教えることができました。指導を通して連の踊りを再確認することもできましたし、何より受講生の姿を見ながら、自分が最初に阿波おどりに触れたときの喜びを思い起こすことができました。特にクラスでのデビューとなった「三鷹阿波踊り」後のみんなの笑顔は、踊る喜びを強く感じ、記憶に残っています。クラス終了後には、阿波おどりを深く知りたい、もっと踊りたいという受講生が連に多数加入してくれました。また一緒に踊ることができてうれしいです。

STUDENT



受講生
関口哲史さん

縁もゆかりもなかった
高円寺や徳島が
ホームタウンに

朝大学初受講だったので、最初は周りの人たちのテンションの高さに圧倒されました。授業はもちろん懇親会や自主練にも全力投球。早いときは朝6時から朝練が企画され、多くの人が参加していましたね。学生時代の部活以上の熱さにびっくりしながらも、仕事と関係なく打ち解けられる純粋な「友達」ができ、自分もすっかりクラスにのめり込んでいきました。今は、講師の方々が所属する「東京新のんき連」に入り、練習に励んでいます。受講をきっかけに阿波おどりに出会い、今では、電車で降りたこともなかった高円寺がホームタウンになりました。場所さえ曖昧だった阿波おどりの本場・徳島も、毎年訪れる場所になりそうです。

STUDENT



受講生
佐野敦子さん

賞を受賞した
「三鷹阿波踊り」の
興奮が忘れられない

2013年夏学期「阿波おどり入門クラス」で阿波おどりに出会いやみつきに! 2014年も暑い夏を過ごしたいと、2年連続で受講しました。クラスで一番印象に残っているのは、「三鷹阿波踊り」への参加。30分ノンストップで踊りきり、みんなでやり遂げた達成感、一体感がありました。心地よい疲れを感じて帰宅途中、大会の「朝日新聞さわやか賞」を受賞していることがわかり、大慌てで会場に戻ったことも忘れられない思い出です。クラス終了後も、クラスメイトの結婚パーティーで踊りを披露するなど踊り続けています。カメラを向けられると今でもつい阿波おどりのポーズをとってしまうほどハマっています(笑)。

丸の内で、三鷹で、徳島で!!!

“踊る阿呆”に熱狂中

!!!

阿波おどり探究クラス

2013年夏学期に開講した「阿波おどり入門クラス」の盛り上がりを受け、2014年も祭りの時期の夏学期に開講。全8回の授業では、踊りの基礎となる足の運び、手の動きを学び、笛や太鼓の鳴り物のリズムに合わせて踊る練習を繰り返し、第6回では「第47回三鷹阿波踊り」へ出演。「丸の内朝大学連」として成果を発表した。授業とは別に、「東京丸の内盆踊り2014」に出演するなど、活動の場が広がっている。

徳島県を発祥とする「阿波おどり」。400年を超える歴史がある日本の民族舞踊のひとつです。踊り子だけではなく見学者の身も心も弾ませる明るい踊りは、徳島から全国に広がっています。クラスを企画した講師の株式会社umari児浦美和さんは「阿波おどりの魅力は、みんなが楽しく盛り上げられること。私自身徳島出身で、小さいころから踊りにパワーをもらっていたので、朝から踊れば、受講生もテンション高く一日を元気に過ごせると思いましたし、踊りで東京のまちも明るくしたいと考え企画しました」と話します。実際受講生は、祭りのようなにぎやかな授業を終えて出社。朝からフルパワーで仕事に臨めたといひます。

夏には丸の内や三鷹の祭りへの出演を果たし、まちを盛り上げた受講生たち。今後も活動は続いていきます。



モノすごい発明クラス

廃棄物の未来をデザインする
■中台達之、minna(角田真祐子・長谷川哲士)、いなずみくみこ

廃棄物を身近に捉え、どう生かすかをクリエイティブに考えるクラス。産業廃棄物工場を訪れ、実際のリサイクル現場を見学した。2014年9月開催の第4回産廃サミットでは、受講生企画で出展も。



焚き火マエストロクラス

岩手で体感し考えるBBQから発電まで
■水谷伸吉、松田昇、石渡康嗣

ソーシャルクリエイティブクラス

2020年の東京をつくる
■宇田川裕喜、伊藤滋

丸の内朝大学テレビクラス

「おもしろい」をシェアする番組制作!
■福岡フトン、藤谷弥生、榎崎彦、渡辺浩司、天野慎也

温泉とお魚クラスー青森編ー

いざ! 温泉とおいしいお魚に出会う旅へ
■石井宏子、浜内通、大手仁志

ニッポン移住クラス

そうだ! 田舎でも暮らそう
■山田拓、堀口正裕、山下喜一郎、葉谷浩介

鼓童プロデュース! 和太鼓クラス

目指せ!アース・セレブレーション
■斎藤栄一

世界的に活躍する太鼓芸能集団「鼓動」が直接指導。太鼓を叩くための体づくりから始まり、課題曲の練習、佐渡島での合宿を経て、国際芸術祭「アース・セレブレーション」で発表。観客の喝采を浴びた。



念いが伝わる書道クラス

あなたにしか書けない言葉がある
■マエダカマリ

ラジオパーソナリティクラス

プロに学ぶトーク術実践編>
■節丸雅孝

丸の内Hulaクラス

感謝のキモチを踊りに込めて
■牛島敬太

踊り方を教えるだけでなく、ハワイの神話やフラの歴史、チャント(詠唱)も解説。一部の授業は皇居外苑の野外で光や風を感じながら行い、自然を敬うフラの本質、奥深いフラの世界を伝えた。



丸の内チアダンスクラス

チアスピリットでまちを元気に
■森夕希子

ユーモあまねNEOクラス

楽しませるアイデアのつくり方
■吉田照幸

Producing Japan

Discovering and Sharing a Culture with the World
■Everett Kennedy Brown, Nancy Singleton Hachisu, Taku Yamada, Justin Potts

丸の内遊び人クラス

遊びの極意を仕事に生かす
■児玉健、小屋貴美、為田裕行、赤坂大樹、窪田保、桐原繁

トウキョウ森暮らしクラス

ピクニッククラス上級編
■岩崎雅美、竹本吉輝、甲斐徹郎、noyama、中溪宏一

オーガニックハンドリフレクラス

手のぬくもりで想いを伝える
■鳥塚ルミ子、有吉由紀

心理メソッドクラス

恋愛で心理を学ぶ
■森川陽太郎、後藤史、清水利生

クラシック音楽再発見クラス

10回記念のラ・フォル・ジュルネを探検
■飯尾洋一、飯田有抄、片桐卓也、高坂はる香

働く哲学クラス

働くことを、「オモシロク」!
■小林正弥

「編集力」めざましクラス

アタマとココロの朝稽古
■イシス編集学校 師範

【女性限定】美しい肌のつくり方クラス

10年後も輝く自分をプロデュース
■廣森知恵子

マネーコミュニケーションクラス

お金を通して自分の未来をデザインする
■内藤忍

農村の魅力探求クラス

今、農村が熱い!街から村へ出かけよう
■脇坂真吏

No Meat No Life 肉ソムリエクラス

本当のお肉の楽しみ方に出逢えます
■勝又剛、星野康

歌舞伎探求クラス

歌舞伎を楽しく学ぶ60分
■金田栄一

日本の生活美クラス

日本の美意識を暮らしに取り入れる
■黒田泰三、山口信博、林家ぼたん、鷺見庸代、大高翔、高宮暉峰、泉二弘明

カラダコミュニケーションクラス

機能的な運動でアンチエイジング
■川田誠

トライアスロンクラス

トライアスリートへの道
■白戸太郎、岩田聡、梅田祐輝

丸の内流クオリティボディクラス

美しい体型&正しい代謝 最新メソッド
■柳屋孝司、福岡みゆき

YOGA for ビジネスパーソンクラス

自分のリズムを取り戻す奇跡の時間
■アズサ

アートヴォイスメソッドクラス

人は声で動く!
■楠瀬誠志郎、石山仁

ZEN呼吸法クラス

心も身体も不調知らず!江戸時代の秘法
■椎名由紀

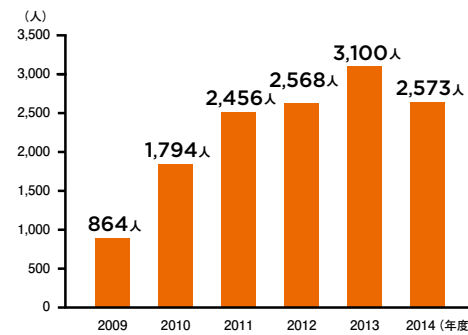
復興プロデューサーカリキュラムin東京

■古田秘馬、田中進、千葉大貴、大久保和孝

2014年度 数字でみる朝大学

総受講生数

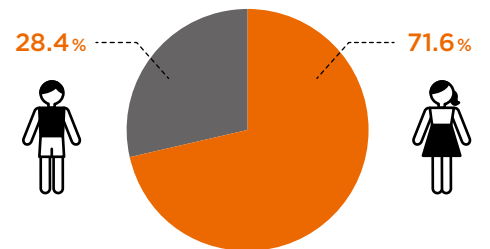
のべ 13,355人



2014年度は春1,069人、夏725人、秋735人と通年開講の復興クラス44人が受講。これまでの受講生数はのべ1万人を超えています。

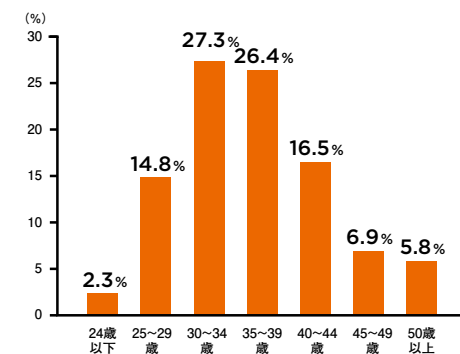
男女比

約 3:7 男 女



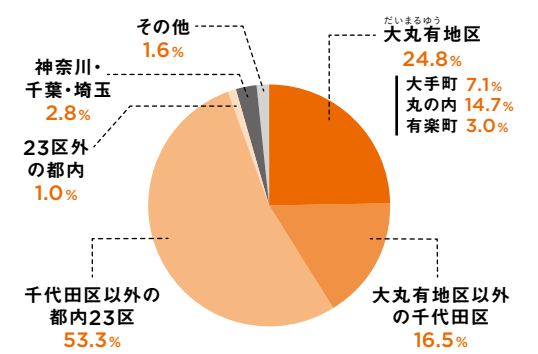
受講生の約7割が女性ですが、男性限定で開講した「丸の内男の美肌クラス」もありました。クラスの内容によって男女比は様々です。

年代



受講生の半数以上が30代。若手社員から、会社で要職に就く人まで、幅広い年代の人たちが一緒に学んでいます。

勤務地



朝大学のキャンパスである大丸有地区勤務は約25%。多くの受講生は、授業終了後に電車に乗って勤務先に向かいます。

年間講師数

のべ 225人

丸の内の未来を変える学問をつくる気持ちで取り組んでもらえる方に講師をお願いしています。外国人講師もいます。

年間クラス数

のべ 83 クラス

全10学部で、春33クラス(通年開講含む)、夏23クラス、秋27クラスを開講しました。



小屋と秘密基地クラス

つまりは楽しい時間のつくり方
■長岡勉、佐藤純一、石島吉一、さわだいっせい、
ウエスギセイタ、唐品知浩

焚き火マエストロクラス

岩手で体感し考えるBBQから発電まで
■水谷伸吉、松田昇、石渡康嗣

日本の森林についての理解を深めながら、バイオマス発電、燃料としての木質ペレット・薪といった現代版の焚き火について考え、人が集う場としての焚き火をプロデュース。最終回でグループ発表を行った。



ソーシャルクリエイティブクラス

2020年の東京をつくる
■宇田川裕喜

球技発明クラス

新しいルールをデザインする
■伊藤耕平、トラフ建築設計事務所、江口宏志、
熊谷彰博

ウェルフェアプロデューサークラス

障がいのある人たちの仕事と社会を繋ぐ
■羽塚順子

障がいを持つ人たちが働く施設や工房を訪ね、お菓子づくりやイベント販売等とともに体験。その後施設をプロデュースする企画を考え、福祉がかかえる課題を解決するアイデアを発表した。



奄美シマ唄クラス

唄で感じる文化のグラデーション
■川畑さおり、内山五織、新元一文、前田博美、
西あけみ、松元英雄、中村瑞希

シマ唄を切り口に、有人8島で構成される奄美群島の文化を学ぶクラス。毎回、講師が唄い、合わせて受講生が踊るにぎやかであたたかな雰囲気。フィールドワークでは、沖永良部島・ヨロン島を訪れた。



ラジオパーソナリティクラス

プロに学ぶトーク術＜実践編＞
■節丸雅寿

念いが伝わる書道クラス

あなたにしか書けない文字がある
■マエダカマリ

上手に字を書くことにこだわらず、コミュニケーションツールとしての「書」に親しむ講座内容。銀座のまちの看板から華文字を探して店主や書き手の念を感じる授業など、書を通して伝え方を学んだ。



丸の内チアダンスクラス

チアスピリットでまちを元気に
■森タ希子

ハンド美ふれクラス

大切な人のためのリフレクソロジー
■鳥塚ルミ子、有吉由妃

ミュージカル観劇クラス

街のワンダーランド「劇場」へようこそ
■塩田明弘、梶浦智嗣、長谷川友紀、山野上寛、
平野美奈・煉尾麻代

丸の内遊び人クラス

遊びの極意を仕事に生かす
■児玉健、小屋貴義、為田裕行、赤坂大樹、窪田保、
桐原繁

心理メソッドクラス

恋愛で心理を学ぶ
■清水利生

生きる哲学クラス

丸の内の人生におけるジレンマを考える
■小林正弥

「編集力」めざましクラス

アタマとココロの朝稽古
■イシム編集学校 師範

様々な情報を読み解き、組み合わせ、必要な情報にする「編集力」がテーマのクラス。宿題や授業でのグループワークを通してプログラミング課題に取り組み、仕事も人間関係も変える力を身につけていく。



【女性限定】美しい肌のつくり方クラス

10年後も輝く自分をプロデュース
■廣森知恵子、河本麻衣、川端千栄子

マネーコミュニケーションクラス

2015年のお金のトレンドを教えます
■内藤忍、川又愛子、酒井亜希子、松本修

歌舞伎探求クラス

歌舞伎を楽しむ学ぶ60分
■金田栄一

日本の生活美クラス

日本の美意識を暮らしに取り入れる
■大高翔、鳥居満智栄、黒田泰三、高宮輝峰、
武田宗典、林家ぼたん、小山祥明、大工原智子

武士道クラス2014 鹿児島一秋の陣一

明治維新に学び、生き方を問い、記す
■福田賢治、東川隆太郎、宗像精、絳宮菜那、東隆一、西原一徳

カラダ改善クラス

正しい理論で凛としたカラダへ
■川田誠

トライアスロンクラス

トライアスリートへの道
■白戸太朗、岩田聡、梅田祐輝

秋仕様ダイエットメソッドクラス

食べても太りにくいカラダを作る
■柴田直樹、福岡みゆき

YOGA for ビジネスパーソンクラス

自分のリズムを取り戻す奇跡の時間
■アズサ

アートヴォイスメソッドクラス

人は声でつながる
■楠瀬誠志郎、石山仁

タニタ式ボディファンデーションクラス

はかって自分の健康をデザインする！
■西澤美幸、龍口知子、木津康博、萩野菜々子、
清水金忠、山谷千秋、山川碧子、嶋貫郷子

丸の内タニタ食堂で開講。計測、睡眠、食事、オーラルドックなど、毎回健康に関する幅広い知識を学び、からだの内部からきれいに。タニタ食堂のレシピを使った料理教室は、男女協力して和気あいあいと進んだ。



ZEN呼吸法クラス

心も身体も不調知らず！江戸時代の秘法
■椎名由紀



ポर्टランド朝大学クラス

世界が注目する隣人都市へ週末留学！
■宇田川裕喜、吹田良平、ジェフリー・ハマリー、
ケイト・ワシントン、デビッド・サビニア、
ボブ・ヘイスティングス、山崎満広

ソーシャルクリエイティブクラス

2020年の東京をつくる
■宇田川裕喜

2020年に向けて変わろうとする東京のまちをテーマに、課題を見つけ、解決策を考えるクラス。押上、日暮里、丸の内など7つのエリアに分かれ、グループワークを通してアイデアの出し方、実現法を学んだ。



丸の内朝大学テレビクラス

「おもしろい」をシェアする番組作り！
■福原フシ、藤谷弥生、柳曉彦、渡辺浩司、
天野慎也

温泉と牛クラスー熊本編ー

いざ！世界農業遺産の地、阿蘇へ
■石井宏子、大手仁志、望月崇史、大津愛梨

テーマ地域を変え2009年から毎年開講。今回は、世界農業遺産に登録された熊本県「阿蘇」の山と大草原がもたらす恵みを堪能。温泉巡りの基礎知識から、旅の楽しさを伝える写真の撮り方までレクチャー。



インターナショナル地域プロデューサークラス

地域をインバウンドの視点でデザイン
■吉田秘馬、ジャスティン・ボッツ

にっぽんのしぐさ入門クラス

日舞に学ぶグローバルな視点 基礎編
■村尚也、西崎櫻枝

日本舞踊家を講師に、おじぎや着、正座、着物の歩き方といった普段のしぐさを通して日本文化を知り、「日本のエレガント」を身につけるクラス。最終回のフィールドワークでは能舞台を訪れ、日舞も体験した。



【女性限定】魅せるカラダクラス

モデルのように生きる！
■永井レイ

阿波おどり探究クラス

人とまちをつなぐ祭り
■富澤武幸、横手友一、澤田郁美、児浦美和、
長谷川晋理

ハンド美ふれクラス

大切な人のためのリフレクソロジー
■鳥塚ルミ子、有吉由妃

丸の内天体観測クラス

最後に星空を見上げたのはいつですか？
■大川拓也、阪本成一

朝で見えないからこそ、夜の観測が楽しみだったという受講生の声多数。宇宙のプロJAXA職員から、星の知識、望遠鏡の仕組みや使い方を学び、国立天文台野辺山も見学。ALMA望遠鏡等の話を聞いた。



「編集力」めざましクラス

アタマとココロの朝稽古
■イシム編集学校 師範

心理メソッドクラス

恋愛で心理を学ぶ
■森川陽太郎、清水利生

【男性限定】丸の内男の美肌クラス

モチ肌養成塾
■廣森知恵子、高木淑悟、本間康平、今井良

マネーコミュニケーションクラス

お金の、使い方、つながり方編
■内藤忍、巴拉ダイス山元、千葉智之、沢田富美子、
猪尾愛隆

資産運用に関する著書を多数持つ内藤忍氏を講師に、お金の付き合い方を学ぶ。具体的な投資方法だけではなく、お金が未来を変える実例として、岩手・宮城の被災地応援ファンドの支援先を視察。



スパイスキングクラス

スパイスで自分と地域を強くする！
■メタ・バラツ、塩崎泰雄、大塚友広

武士道クラス2014 会津一夏の陣一

自身のため人生の指針「家訓」をつくる
■別府みさ子、アレキサンダー・ベネット、福田賢治、
宗像精、西原一徳

日本の生活美クラス

日本の美意識を暮らしに取り入れる
■小沢直平、佐原和人、内田悟、小山祥明、
大工原智子、近藤真理子、泉二弘明、
塚崎彦、塚田有一

ソウルトラベルクラス

ジャパニーズ・ソウル・コードを探せ！
■木戸寛孝

カラダ改善クラス

正しい理論で凛としたカラダへ
■川田誠

トップアスリートを指導してきたR-body project専属トレーナーが講師。姿勢と動作のクセを知り、問題解決型トレーニングで肩こりや腰痛改善、ランニングやゴルフなどのスポーツパフォーマンスの向上を目指す。



トライアスロンクラス

トライアスリートへの道
■白戸太朗、岩田聡、梅田祐輝

夏仕様ダイエットメソッドクラス

リバウンドしない体づくり
■柴田直樹、福岡みゆき

アートヴォイスメソッドクラス

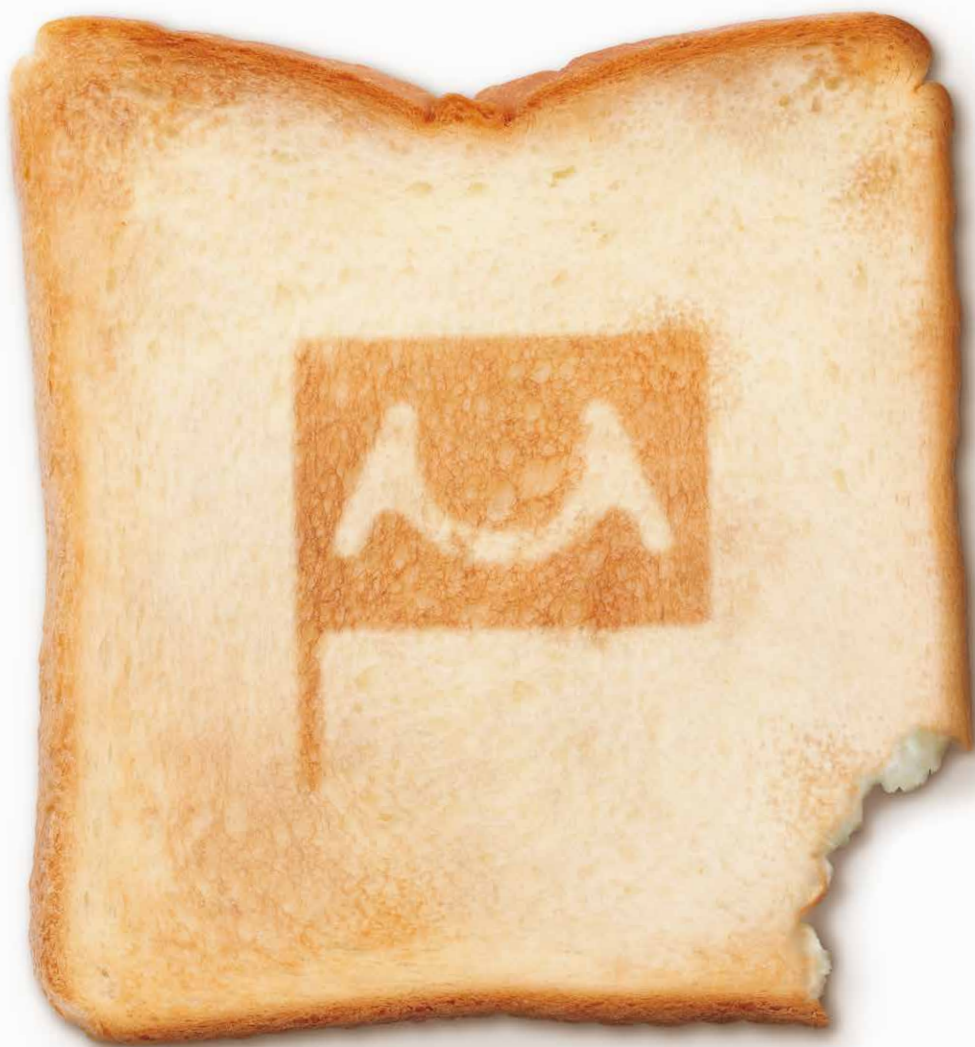
人は声で動く！
■楠瀬誠志郎、石山仁

開校当初から「声」による表現を扱うクラス。授業では声が響きやすい体をつくるヴォイスストレッチを行い、安心感、信頼感、説得力を持った「本当の自分の声」、人に伝わる声を身につけていく。



ZEN呼吸法クラス

心も身体も不調知らず！江戸時代の秘法
■椎名由紀



www.asadaigaku.jp

丸の内朝大学企画委員会事務局
〒100-0005 東京都千代田区丸の内1-5-1
新丸の内ビルディング1008区 エコツェリア協会内
info@asadaigaku.jp