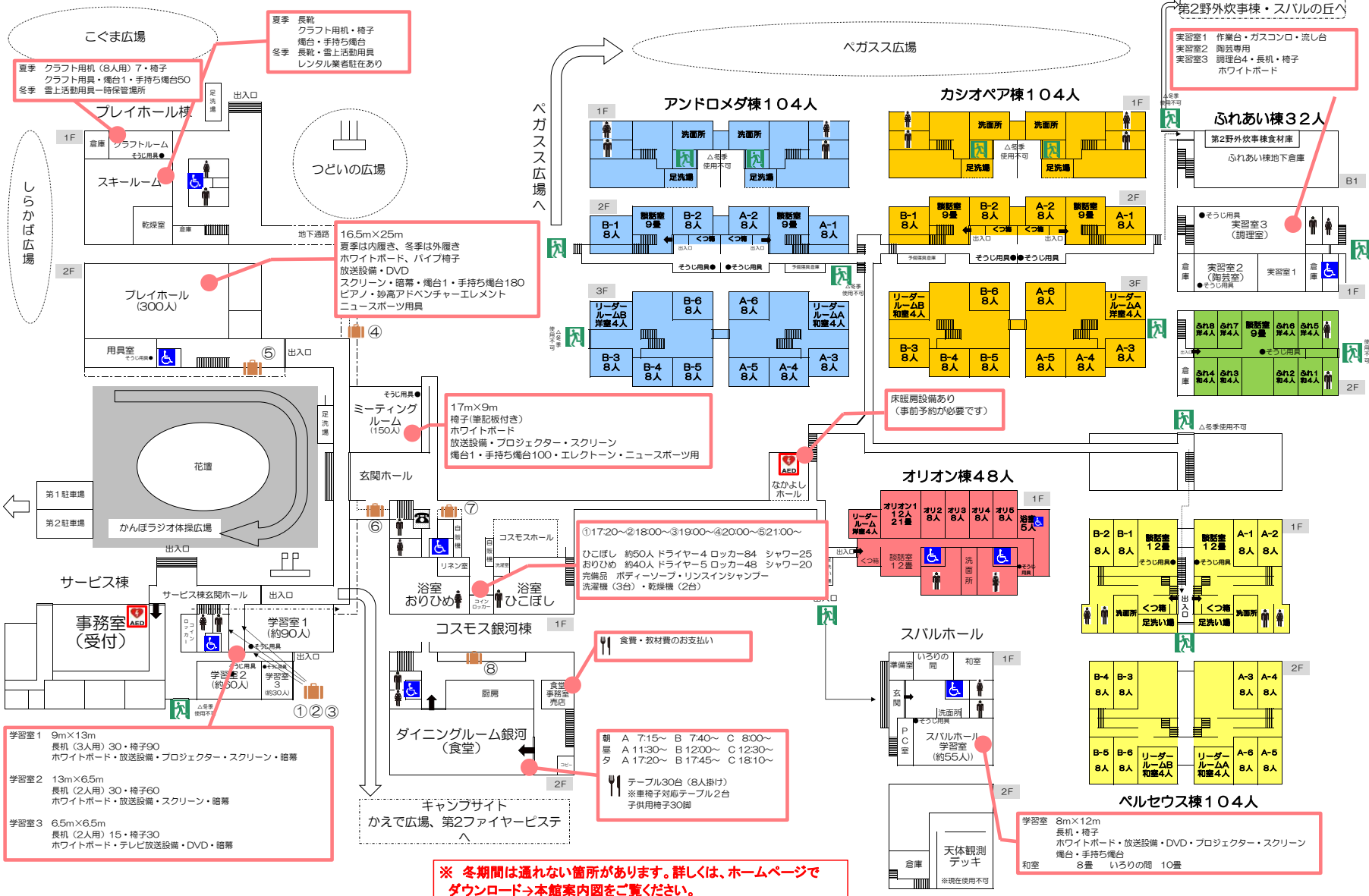


非常口 
 トイレ 
 トイレ 
 多目的用トイレ 
 AED 
 公衆電話 
 荷物置き場 
 ①サービス棟 ②学習室1前棚 ③学習室3前棚 ④地下通路A・B・C  
 ⑤プレイホールのき下 ⑥玄関ホール棚 ⑦赤じゅつたん右・左 ⑧食堂出口

1 施設の概要



その他



### 3 夏季活動マップ①

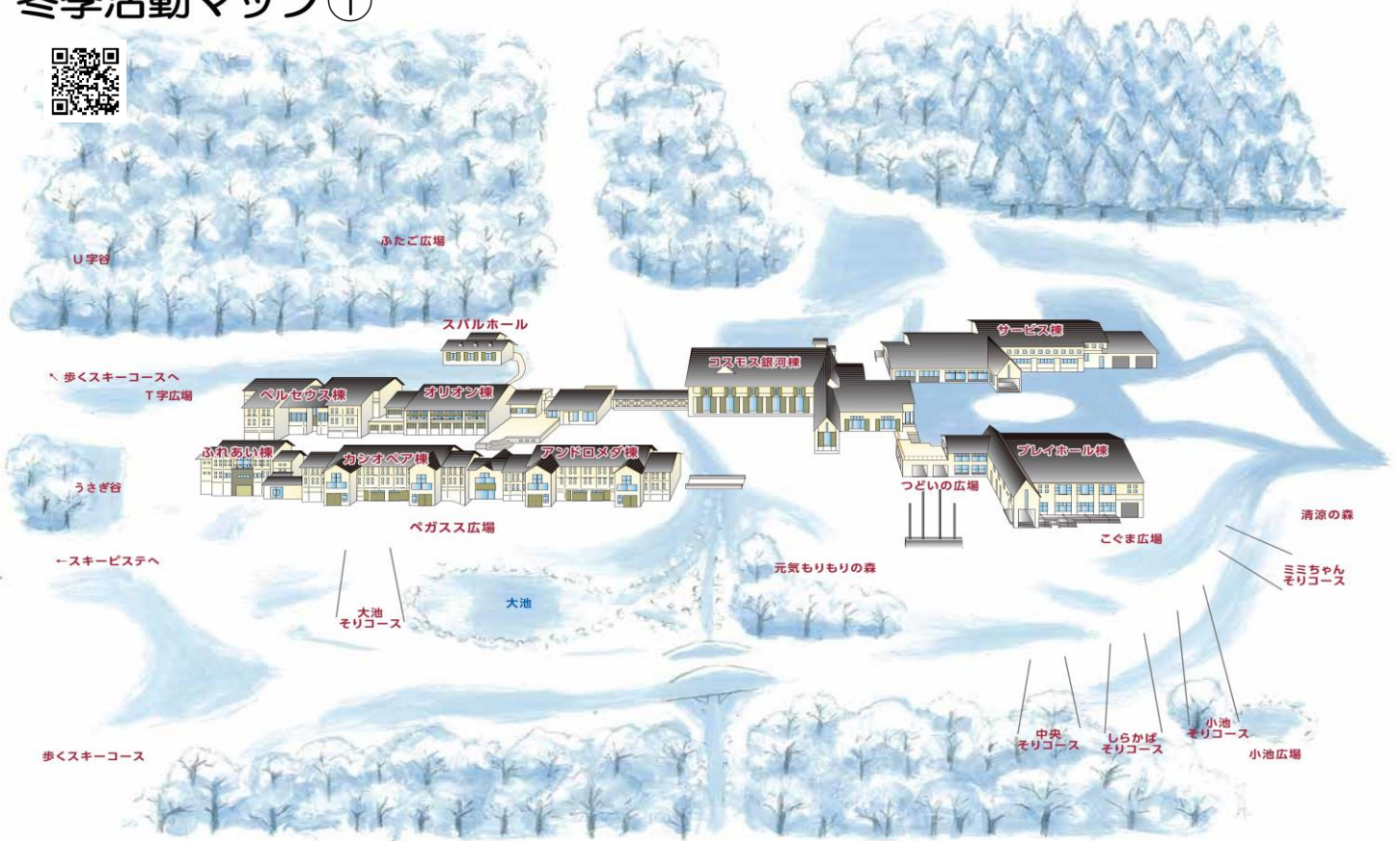
夏季活動マップと冬季活動マップはホームページでダウンロードできます。



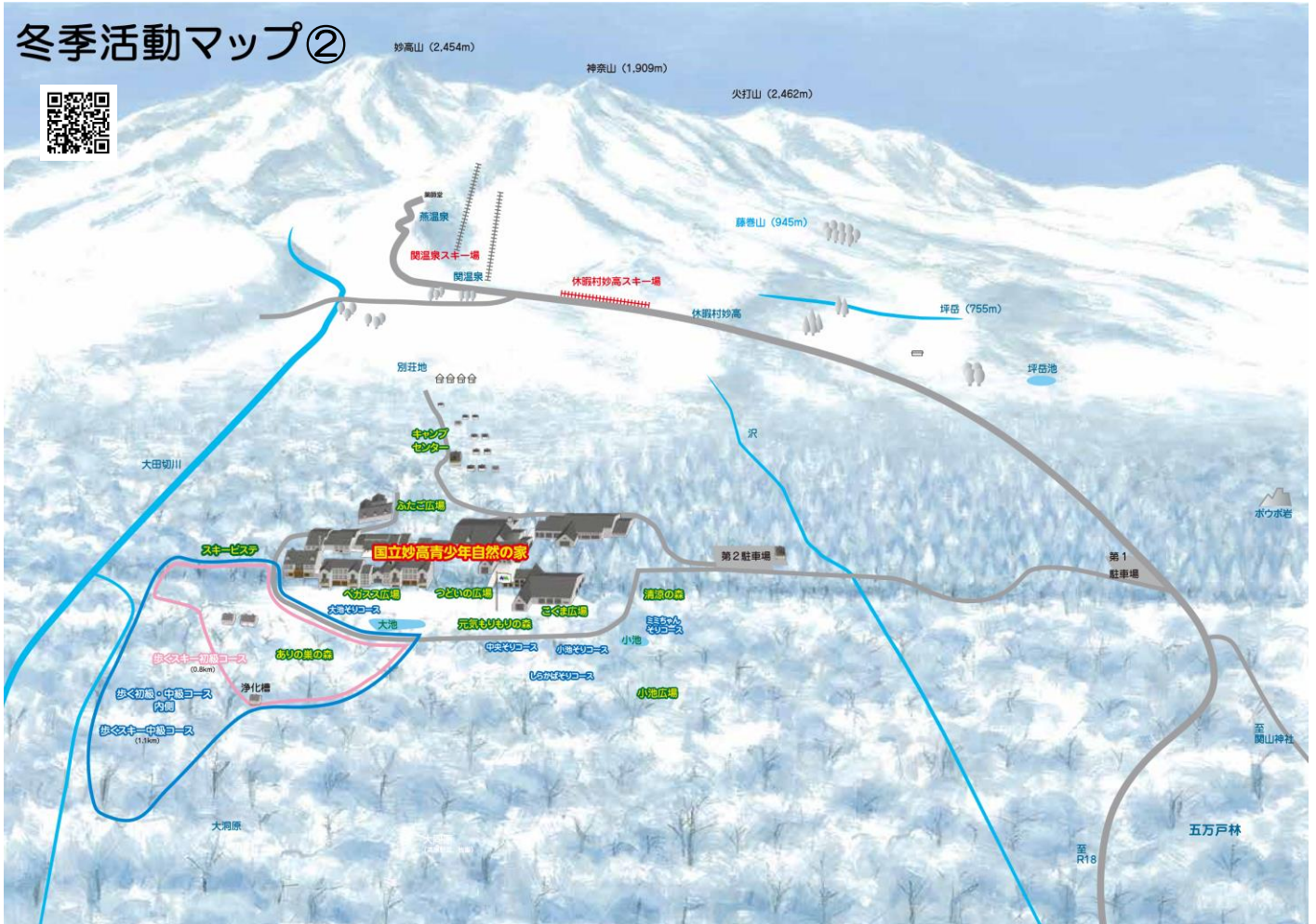
### 夏季活動マップ②



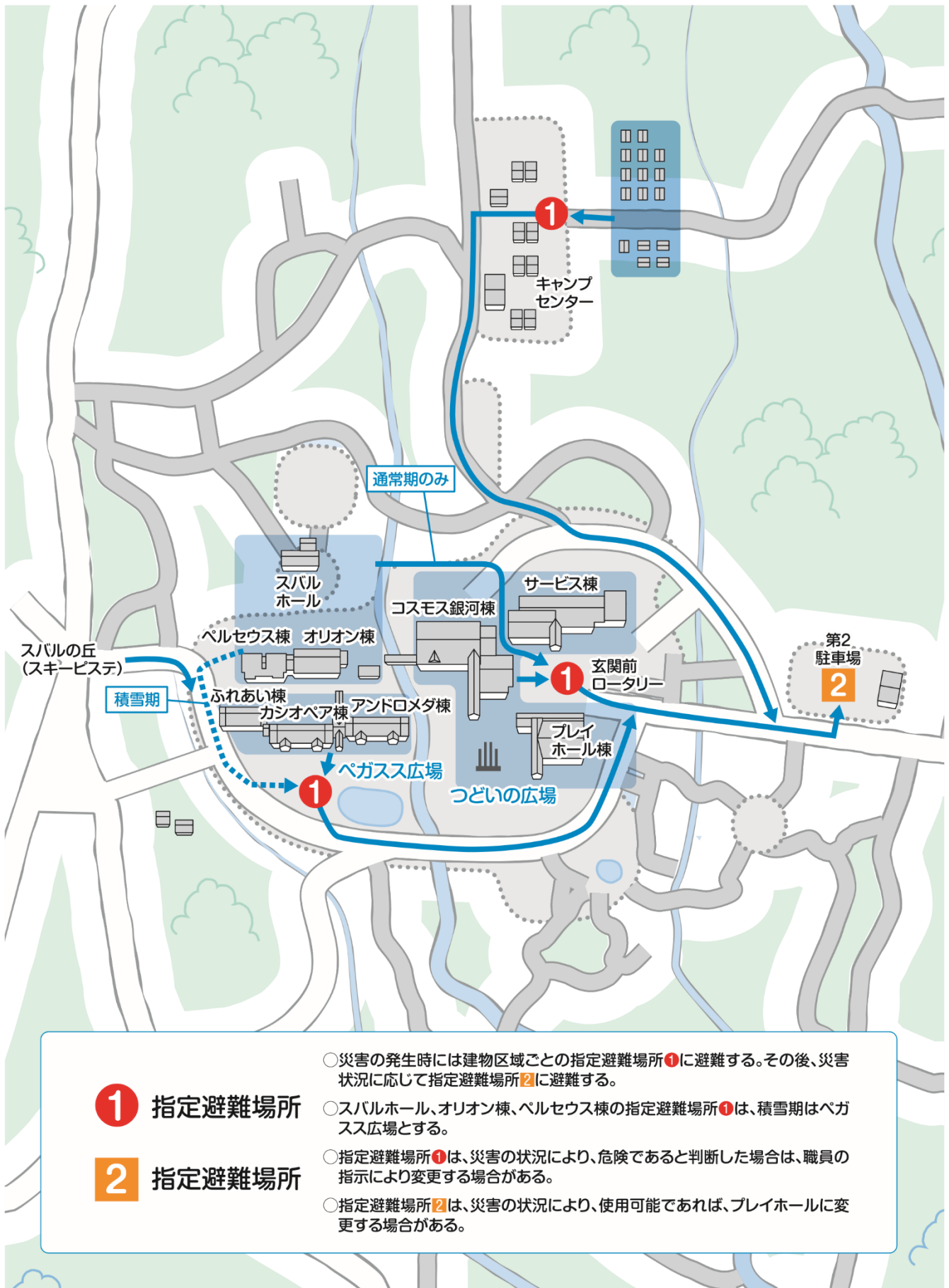
# 4 冬季活動マップ①



# 冬季活動マップ②



## 5 指定避難場所



### ① 指定避難場所

### ② 指定避難場所

- 災害の発生時には建物区域ごとの指定避難場所①に避難する。その後、災害状況に応じて指定避難場所②に避難する。
- スバルホール、オリオン棟、ベルセウス棟の指定避難場所①は、積雪期はペガサス広場とする。
- 指定避難場所①は、災害の状況により、危険であると判断した場合は、職員の指示により変更する場合がある。
- 指定避難場所②は、災害の状況により、使用可能であれば、プレイホールに変更する場合がある。

## 6 外来診療案内

医院名	診療時間・休診日・診療科目		電話・住所	所要時間	備考	
妙高診療所	診療	内科 小児科	8:30~11:30 15:30~17:30	0255-82-2045 妙高市大字律生524-1	約9分 (約4km)	※保険証コピー可  ※期間によって受付時間が変わる場合がありますので事務室にお問い合わせください。
	休診	水曜PM・土曜PM 日・祝祭日				
新潟県立妙高病院	診療	内科	9:00~12:00 13:30~17:00	0255-86-2003 妙高市大字田口147-1	約20分 (約10km)	※保険証原本のみ  ※夜間診療あり
		小児科	9:00~12:00			
		整形外科	9:30~12:00 (月・火・木・金) 10:00~12:00 (水)			
	休診	土・日・祝祭日				
けいなん総合病院	診療	内科	8:30~11:00	0255-72-3161 妙高市大字田町2-4-7	約35分 (約16km)	※保険証原本のみ  〈整形外科〉 曜日(月~金)によって受付時間が異なりますので事務室にお問い合わせください。  ※夜間診療あり
		外科	8:30~11:30 (月のみ11:00)			
		小児科	9:00~11:30 14:00~16:00 (月・木) 14:30~16:30 (火・金)			
	休診	土・日・祝祭日				
新潟県立中央病院	受付	総合病院	8:30~11:00	025-522-7711 上越市新南町205	約45分 (約30km)	※保険証コピー可  ※夜間診療あり
	休診	土・日・祝祭日				
さくらい整形外科 医院	診療	整形外科	9:00~12:00  15:00~18:00	0255-73-8899 妙高市栗原2-3-5	約40分 (約18km)	※保険証コピー可
	休診	木・土PM 日・祝祭日				
信濃町立信越病院	受付	診療	8:15~11:30 (午後 要予約)	026-255-3100 長野県上水内郡信濃町 大字柏原380	約30分 (約18km)	※保険証コピー可
	休診	土・日・祝祭日				
上越休日・夜間 診療所	診療	内科 小児科	平日 19:30~21:30	025-522-3777 新潟県上越市新光町 1-8-11	約45分 (約32km)	※保険証原本のみ
			土曜日 16:30~17:30 19:00~20:30			
			日曜日 9:00~11:30 13:00~15:30 16:00~17:30 19:00~20:30			
		外科 日曜日 9:00~11:30 13:00~15:30				

○受診される際は、必ず自然の家事務室にご連絡ください。

○病院には、必ず引率者が付き添ってください。

○自然の家から病院までの交通手段は、団体緊急車両またはタクシーとなります。タクシーの手配は、自然の家事務室で承ります。料金は団体負担です。

## 7 気象等に関する情報

気象等に関する情報

○ 妙高市ライブカメラ

- ・ 妙高市のライブカメラが 10 分おきに更新されます。

<https://www.city.myoko.niigata.jp/live-camera/>

○ 妙高市の天気

<https://weather.yahoo.co.jp/weather/15/5430/15217.html>



### ～妙高青少年自然の家公式 YouTube チャンネル～

妙高ミミチャンネルでは利用や活動プログラム等の動画を配信しています。

チャンネル  
登録もしてね！



YouTube はこちらから



みんな  
見てね！



# 国立妙高青少年自然の家への「交通アクセス」

【自然の家まで】 妙高原 I.C. から …… 9km

中郷 I.C. から …… 8.5km

えちごトキめき鉄道

関山駅から …… 4km



## お車でお越しの場合

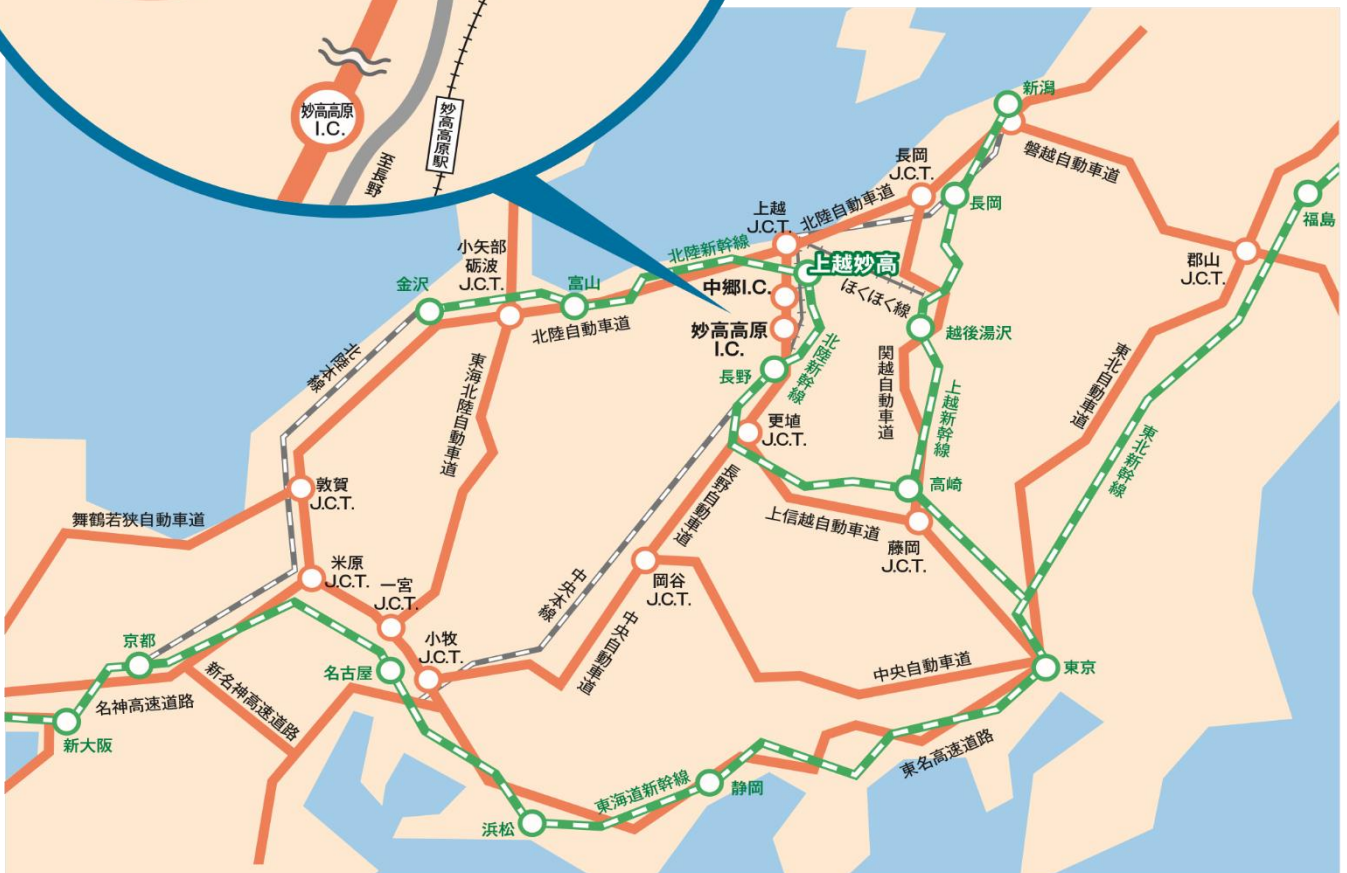
- 東京から 関越道(練馬I.C.)～ 上信越道(妙高原I.C.)～R18 …… 約3時間
- 名古屋から 名神道(小牧I.C.)～中央道～長野道～ 上信越道(妙高原I.C.)～R18 …… 約4時間
- 大阪から 名神道(吹田I.C.)～中央道～長野道～ 上信越道(妙高原I.C.)～R18 …… 約5.5時間
- 新潟から 北越道(新潟西I.C.)～ 上信越道(中郷I.C.)～R18 …… 約2時間

## 電車でお越しの場合

- 東京から 北陸新幹線 長野駅 乗り換え …… 約2.5時間  
北陸新幹線 上越妙高駅 乗り換え …… 約2.5時間
- 名古屋から 中央本線 長野駅 乗り換え …… 約4時間
- 大阪から 北陸新幹線 上越妙高駅 乗り換え …… 約5時間  
(金沢経由)
- 金沢から 北陸新幹線 上越妙高駅 乗り換え …… 約1.5時間
- 新潟から 上越妙高駅 乗り換え …… 約2.5時間  
(直江津経由)

## 関山駅から自然の家まで

バスで …… 約17分 タクシーで …… 約10分



独立行政法人 国立青少年教育振興機構

## 国立妙高青少年自然の家

〒949-2235 新潟県妙高市大字関山 6323-2  
TEL 0255-82-4321 FAX 0255-82-4325  
<https://myoko.niye.go.jp/>



Facebook



Instagram



ホームページ