

元気いっぱい 友達いっぱい 感動いっぱい



# 国立妙高青少年自然の家に 家族で泊まろう！

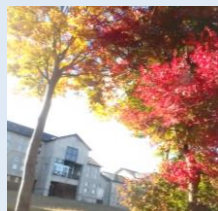


国立妙高青少年自然の家は、新潟県の妙高戸隠連山国立公園内にある青少年教育施設です。

春から秋には森林浴が楽しめるハイキング、野外炊事や星座観察、冬には豪雪地帯の特色を生かした雪だるま作り、かまくら作りなど四季折々の様々な自然体験をお楽しみいただけます。



妙高の大自然の中、ご家族でゆっくりと過ごしてみませんか？



## 【宿泊費用】（1泊2食（夕食・朝食）、本館宿泊の場合。施設使用料を含む）

- 大人 3,840円
- 大学生・専門学校生 2,540円
- 中学生・高校生 1,940円
- 小学生 1,910円
- 幼児(年少以上) 1,300円
- 3歳未満 無料

区分	朝食	昼食	夕食	合計
3歳以上	430円	510円	570円	1,510円
小学生	550円	650円	760円	1,960円
中学生以上	560円	670円	780円	2,010円

※2024年4月時点の金額です。

## 【スケジュール(例)】

### 妙高かんたん宿泊プラン

### 妙高かんたん宿泊パック

1 日 目	14:00	到着・受付・入室		
	14:30-16:30	選択制プログラム①		
	16:45-17:00	たべのつどい		
	17:20-19:00	夕食 ※		
	17:20-21:00	入浴 ※		
	19:00-21:00	選択制プログラム②	合同プログラム	
2 日 目	7:00-7:15	朝のつどい		
	7:15-8:30	朝食 ※		
	8:30-9:00	宿泊棟清掃・部屋点検・退室		
	9:00-11:00	選択制プログラム③	選択制プログラム②	
	11:00	退所手続き・出発		

1泊2日～3泊4日まで  
宿泊希望日を選べる  
多くの選択肢の中から  
プログラムを選べる  
自由度の高さが魅力！

1泊2日で開催日限定  
だけど、他の家族との  
合同のプログラムでは  
職員のサポートも  
受けられるので安心！

※食事・入浴の時間は事前にメールでお伝えします。

宿泊方法等の詳しい情報は、裏面をご覧ください

# 妙高かんたん宿泊プラン・パックの申し込み方法

「かんたんプラン・かんたんパック」は、**29歳以下の青少年がいるご家族向け**に、宿泊予約の手続きをシンプルにし、**気軽に自然の家での自然体験と宿泊を楽しんでいただく企画**です。インターネットの予約フォームからの必要事項の入力により、**書類手続きなしでご利用のお申し込みが可能**です。（ただし、かんたんプランはお電話での宿泊可能日の確認が必要です。）

## 【留意事項】

- ・食事・入浴の時間帯は、他団体の利用状況を考慮して自然の家で調整し、事前のメール及び当日受付時にお伝えします。（施設外でご入浴・お食事いただくことも可能です。）
- ・食事の提供方式は、盛付またはバイキングのいずれかになります。
- ・**滞在中は、自然の家の「活動プログラム」を必ず「1つ以上」行なってください。**
- ・宿泊室は個室をご案内しますが、宿泊棟内では他のご家族、団体と一緒になる場合があります。あらかじめご了承ください。
- ・滞在中は利用者の方ご自身の責任で、貴重品の管理を行なってください。（返却式コインロッカーが施設内2か所にありますので、ご利用ください。）

## 【かんたんプランお申し込み方法】

- ① **電話をする**（TEL 0255-82-4321）  
ご利用希望日にご宿泊が可能かどうかお問合せください。お電話の際は「かんたんプランで」とお伝えください。  
（予約は利用日6ヶ月前～2週間前まで）
- ② **予約フォームから申込み**  
宿泊可能な場合、二次元コードの予約フォームからお申込みください。



<https://forms.office.com/r/Q8wkH0fDX3>

- ③ **食物アレルギーの情報を登録された場合**  
確認のため後日食堂からご連絡します。
- ④ **利用当日**  
自家用車または公共交通機関でお越しください。

## 【かんたんパックお申し込み方法】

- ① **開催日を確認する**  
月1回程度、土日に開催します。  
HP「イベント情報」でご確認ください。  
（予約は利用日1ヶ月前～2週間前まで）
- ② **予約フォームから申込み**  
二次元コードの予約フォームからお申込みください。



[https://myoko.niye.go.jp/event/pdf/simple\\_pack.pdf](https://myoko.niye.go.jp/event/pdf/simple_pack.pdf)

- ③ **食物アレルギーの情報を登録された場合**  
確認のため後日食堂からご連絡します。
- ④ **利用当日**  
自家用車または公共交通機関でお越しください。



Facebook



Instagram



チャンネル登録してね!!



YouTube

国立妙高青少年自然の家では公式YouTubeチャンネル『ミミチャンネル』で施設の利用方法を、Facebook『妙高 風だより』で最新の妙高の様子をお届けしております。  
ぜひ、こちらもチェックしてください!

施設の利用に関する詳細はホームページをご覧ください!



<https://myoko.niye.go.jp>



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  
Mail myk-u@niye.go.jp