

妙高かんたん宿泊プラン MYOKOお楽しみ会

8月のテーマ

夏の「源流探検」で自然を満喫しよう！

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。

「妙高かんたん宿泊プラン」は、29歳以下の青少年がいるご家族向けに、週末の1泊2日で気軽に自然の家での自然体験と宿泊を体験していただく企画です。

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）、施設使用料>

・大人	4,050円
・大学生・専門学校生	2,750円
・中学生～高校生	2,150円
・小学生	1,950円
・幼児(年少以上)	1,340円
・3歳未満	無料

<参考：食堂料金>

区分	朝食	昼食	夕食	合計
幼児（3歳以上）	450円	530円	590円	1,570円
小学生	570円	670円	780円	2,020円
中学生以上	650円	770円	900円	2,320円



【お申込みフォーム】

開催日：8月30日（土）～31日（日）

【申込期限】8月20日（水）17時まで



<https://forms.office.com/r/7M5zVsBkmS>

令和7年

8月30日（土）～31日（日）1泊2日

1 目	13:30-16:15	到着・受付・入室
	14:00-16:30	選択制プログラム ※入所時間によっては活動なしでも可
	16:45-17:00	タベのつどい（団体紹介、ミニゲーム・仲間づくりゲーム）
	17:20-19:00	夕食 ※ 夜間もクラフトや星座観察、焚火体験など、 選択制プログラムを選んでもOK！
	17:20-21:00	入浴 ※
2 目	7:00- 7:15	朝のつどい（国旗・所旗の掲揚、ラジオ体操）
	7:15- 8:30	朝食 ※
	8:30- 9:00	宿泊棟清掃・部屋点検・退室
	9:15-10:45	合同プログラム「源流探検」
	11:00	退所手続き・出発 ※食堂で昼食（11:30～）を食べてから退所もできます。

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。



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