

妙高かんたん宿泊プラン MYOKOお楽しみ会

1月のテーマ

新年に、家族みんなで雪遊びを堪能しよう！

1月

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（複数日宿泊も大歓迎！！）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

＜参考：スキーレンタル料金＞

各セット内容	半日	1日	2日	3日以上
歩くスキー（板・靴・ストック）	610円	970円	1,090円	1,210円
アルペンスキー（板・靴・ストック）	—	1,090円	1,700円	2,060円
ウェアセット（スキー等雪上活動用）	—	1,090円	1,700円	2,060円
小物セット（ニット帽、手袋、ゴーグル）	—	490円	670円	850円
スキー用ヘルメット	—	490円	670円	850円

【お申込みフォーム】

開催日：1月5日（月）～8日（木）（複数日宿泊也可）



【申込期限】12月25日（木）の12時まで

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

令和8年

1月5日（月）～8日（木）の中でご希望の1泊2日（複数日宿泊也可）

1
日
目

13:30-16:15

到着・受付・入室

14:00-16:30

MYOKOお楽しみ会（合同プログラム）※入所時間によっては活動なしでも可
「『そり遊び』や『雪灯ろう・かまくらづくり』」などご家族単位で雪遊び
＜14:15～15:15：自然の家職員が活動支援に入ります！！＞

17:20-22:00

※夕食（17:20～19:00）、※入浴（17:20～22:00）

2
日
目

7:15- 8:30

朝食 ※

8:30- 9:00

宿泊棟清掃・部屋点検・退室

9:00-10:45

MYOKOお楽しみ会（合同プログラム）※入所時間によっては活動なしでも可
「『そり遊び』や『雪灯ろう・かまくらづくり』」などご家族単位で雪遊び
＜9:15～10:15：自然の家職員が活動支援に入ります！！＞

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。

・近隣のスキー場利用也大歓迎！！
・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！

※食事・入浴の時間は事前にも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