

令和8年度 妙高かんたん宿泊プラン



国立妙高青少年自然の家に 家族で泊まろう！

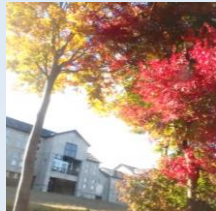


国立妙高青少年自然の家は、新潟県の妙高戸隠連山国立公園内にある青少年教育施設です。

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 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

区分	朝食	昼食	夕食	合計
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

※2026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

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	タベのつどい		
	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		MYOKOお楽しみ会
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！

年に数回、職員が
企画する合同プログラム
「お楽しみ会」を実施！

※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の申し込み方法

「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、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、事前電話での宿泊可能日の確認が必要です。）

【留意事項】

- ・食事と入浴の時間帯は、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。（施設外でのご入浴やお食事も可能です。）
- ・食事の提供方式は、盛付またはビュッフェ方式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、団体とご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」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.cloud.microsoft/r/tf7asVqARb>

- ③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。

【MYOKOお楽しみ会お申し込み方法】

- ①開催日を確認する
年に数回、土日で開催します。
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
左記「かんたんプラン」の予約フォームからお申し込みください。
- ③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。

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等の『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！



Facebook



Instagram



YouTube



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