青少年自立支援事業
令和７年度ぐんまいきいきチャレンジ

「北毛フレンドリークラブ」

この事業は、様々な要因により社会と上手く関われない青少年（不登校児童生徒等）に対して、自然体験や野外活動を通して心の居場所づくりを行うものです。また、そのような子を持つ保護者の方に対して、カウンセリングや情報交換等を行い、心の安定を図るとともに保護者同士の交流を深めるものです。

【令和７年度の日程と内容】

◇ ６月１日（日）
カレー作り、花壇づくり／保護者の会総会
◇８月１日（金）
野外料理、水遊び／保護者の会
◇１０月８日（水）
ピザ作り、クラフト／保護者の会
◇１２月２０日（土）
餅つき、クラフト／保護者の会
◇ １月１７日（土）
雪遊び（またはハイキング）、クラフト／保護者の会

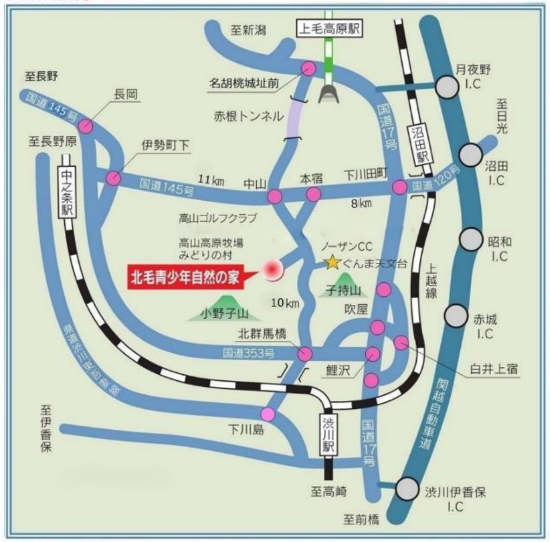
※内容は変更となる場合もあります。
※「保護者の会」では、専門のカウンセリングスタッフと相談ができます。
※参加費は一人６００円～１０００円（食費･保険代等）となる予定です。

【会場】
群馬県立北毛青少年自然の家及び周辺施設

【申込】
実施日の１週間前までに、北毛青少年自然の家へ直接申し込んでください。各回の詳しい案内チラシも作成しますので、詳細については気軽にお問い合わせください。

【協力機関】
群馬県教育委員会生涯学習課
渋川市教育支援センター「かけはし教室」
沼田市教育支援センター「きずな」
中之条町教育支援センター「虹」
吾妻郡・利根郡・沼田市・渋川市・北群馬郡・前橋市の教育委員会と公立小中学校
※各回の案内チラシの配付先でもあります。

【案内図】


至新潟
上毛高原駅
至長野
名胡桃城址前
長岡
国道145号
赤根トンネル
至長野原
伊勢町下
中之条駅
11㎞
中山
本宿
下川田町
国道145号
国道17号
沼田駅
国道120号
8㎞
月夜野 I.C
至日光
沼田 I.C
昭和 I.C
赤城 I.C
高山ゴルフクラブ
高山高原牧場
みどりの村
北毛青少年自然の家
ノーザンCC
ぐんま天文台
子持山
小野子山
10㎞
吹屋
上越線
北群馬橋
国道353号
鯉沢
白井上宿
県道渋川下新田線
関越自動車道
至伊香保
下川島
渋川駅
国道17号
至高崎
渋川伊香保 I.C
至前橋

■車利用

東京方面から

渋川伊香保I.C 国道17号バイパス 15分 信号：白井上宿左折 国道353号 6分 信号：北群馬橋右折 県道渋川下新田線 13分
中山峠 1分 北毛青少年自然の家（※インターより約18㎞）

新潟方面から

月夜野I.C 国道17号 3分 名胡桃城跡左折 県道渋川下新田線 20分 中山峠 1分
北毛青少年自然の家（※インターより約16㎞）

長野方面から

鳥居峠 国道144号 98分 信号：長岡左折 3分 信号：伊勢町下左折
信号：中山右折 5分 中山峠 1分 北毛青少年自然の家

■交通機関利用

渋川駅・沼田駅又は上毛高原駅（新幹線）下車、タクシーにて北毛青少年自然の家まで

●渋川駅より　約7,000円　●沼田駅　約6,000円　●上毛高原駅　約7,000円

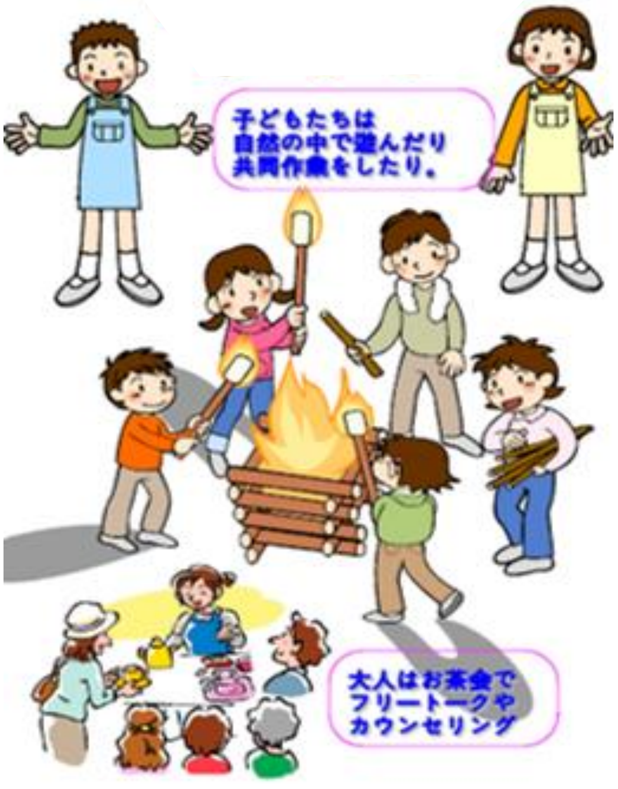
上：所旗
右：北毛青少年自然の家

北毛イメージキャラクター
ホクちゃん＆モウちゃん

web ページは
こちらから→

群馬県立北毛青少年自然の家
〒377-0702　群馬県吾妻郡高山村中山6853-18
TEL.0279-63-2004　FAX.0279-63-2873

北毛
フレンドリー
クラブ


子どもたちは
自然の中で遊んだり
共同作業をしたり。
大人はお茶会で
フリートークや
カウンセリング

学校へ行くのが苦手な人、
北毛へ
遊びに来ませんか？

子どもたちの活動

～心の安定・自立の支援～

ここには、いろいろな子がいます。話をするのが苦手な子、座っているのが苦手な子…。

でも、そのことを非難する人はいません。北毛フレンドリークラブは、みんなが安心して活動できる場です。

◆室内ゲーム◆

アイスブレイク、軽スポーツ、カードゲーム

普段は一人で過ごすことが多い子どもも、みんなと一緒になってゲームをしながら、だんだんと仲良くなります。

◆食事づくり◆

棒巻きパン、ダッチオーブンピザ、お餅など

食事は、自分の手でつくります。家でお手伝いをやっている子も多くなかなか手際もよくいつもおいしくいただいています。

◆野外活動・自然体験活動◆

水遊び、雪遊び、花壇づくりなど

自然の家の周りをゆっくり散策しながらリフレッシュします。自然の中での活動は、心がとても落ち着きます。

保護者の活動

～悩みの相談・不安の解消～

なかなか人には言えないような悩みを抱え、一人で苦しんでいる方。ここは、自分の思いを素直に話せる場です。話を聞いてくれる人、自分もそうと共感してくれる人、こんな風に乗り越えてきたと助言をしてくれる人…。

一緒になって苦しみを乗り越えてくれる仲間がここにはいます。

◆フリートーク◆

カウンセリング（集団、個別） ＋ 情報交換

相談員の先生を中心に、それぞれの人の悩みや相談を聞きます。同じ悩みや苦しみをもっている親同士、お茶を飲みながらリラックスして何でも話せる場となっています。

◆保護者の会◆

勉強会 ＋ 懇親会

フレンドリークラブのＯＢの保護者にも参加していただき、当時のことや現在の様子など、様々な話を聞くことができます。

◆野外活動◆

花壇作り、ハイキング、クラフト制作など

家事のことはひとまず忘れて自然の中でゆっくりリフレッシュします。自然を活かしたクラフトづくりは好評です。

興味のある保護者の方、学校の先生、関係機関の方々もぜひお越しください！

子どもたちの声

～ここに来て友達できた！～

- 今日は新しいお友達とたくさんの体験ができたので楽しかったです。北毛では普段できないことや触れることのできない自然にも触れることができていいなと思いました。
- 自己紹介は少しはずかしかったけど、みんなと楽しくできてよかったです。自分で作ったおもちはとてもおいしかったです。
- 今日、ここに来るまでは結構心配だったり不安があったりしたけれど、スタッフの皆さん、大学生の人たちのおかげで楽しく活動できました。私は普段あまり積極的なタイプではないのですが、貴重な体験ができてよかったです。

保護者の声

～ここに来て元気になれました！～

- 同じ境遇のお母さんと悩みを共有できてすごく気持ちが楽になりました。普段は同じ境遇の人とお話をすることがあまりないので嬉しいです。フレンドリークラブだと子どもも大人もみんな優しい心の持ち主なので気疲れせずにいられます。
- ここに来てみなさんと話していると、心が元気になります。人それぞれみんな悩みを抱えながら生きていて、これまでの自分の経験を話すことも誰かの役に立っているのではないかと感じます。
- もっと多くの人に北毛フレンドリークラブに参加してもらえたらいいと思います。お子さんのことで悩んでいる人はもっとたくさんいると思うので…。
- カウンセラーの先生とお話をして、自分の頭の中でゴチャゴチャまとまっていなかったことが整理されたような気がします。

お気軽に
お越しください！