

人生の質を変える経験

We are all better than We know.

自分たちには、自分が思っているより可能性がある。

～Outward Bound 創始者・Kurt Hahn(クルト・ハーン)～

アウトワード・バウンドのアドベンチャー・ラーニング 雪の世界での冒険教育 「自分&人&地球と繋がるプログラム」

Outdoor Educator : Basic 4-day / Advanced 7-day

アウトドア・エデュケーター ～野外教育・体験学習の本質を、体験を通して学ぶ～

野外教育や体験学習を通して「人の成長を支える力」を身につけるプログラムです。単なる講義ではなく、実際に体験し、仲間とふりかえり、学びを深める【体験学習の実践】そのものを体感します。

前半のベーシック（4日間）では、冒険教育・野外教育の基礎概論、体験学習法の基本プロセス、プログラムデザインとリスクマネジメントを学び、体験教育の「設計図」を描きます。

後半のアドバンス（3日間）では、野外体験を通じたファシリテーション経験を“学び”や“成長”へとつなげる技術を中心に、より実践的な現場スキルを磨きます。自然の中で「学びを生み出す力」を自ら体験し、次世代に届けたい方におすすめです。

【日程】アドバンスまでのフル参加

2026年1月9日（金）～15日（木）

前半ベーシックのみ参加～12日（月）

【開催地】OBJ 長野校（長野県小谷村）

【対象】16歳以上の健康な方

【参加費】125,000円／78,000円（税込）

【上記参加費に含まれるもの】

プログラム参加料、装備利用費、宿泊代、全食事代、国内旅行保険料等

Outward Bound: Snow Adventure 5-day

雪の世界で自分を試す！ ～バイリンガルで開催するインターナショナル・プログラム～

【日程】2026年2月27日（金）～3月3日（火）

【開催地】OBJ 長野校（長野県小谷村）

雄大な山々を舞台に行われる厳冬の冒険の旅。

雪の中での冒険を通じて、自分自身に対するチャレンジや仲間と一緒にチャレンジする経験が、自分の新たな可能性を気づかせてくれることでしょう。※英語・日本語のバイリンガルでの開催です。

【対象】16歳以上の健康な方

* 日常会話程度の英語でのコミュニケーションが取れる方、またはそこにチャレンジしたい方。

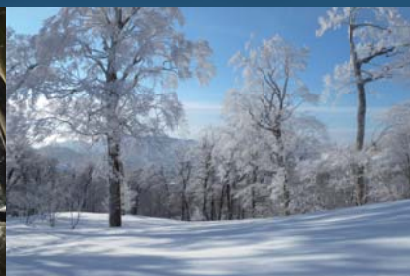
【参加費】118,000円（税込）

【上記参加費に含まれるもの】

プログラム参加料、装備利用費、宿泊代、全食事代、国内旅行保険料等

アウトワード・バウンドへのファースト・ステップ

信州の雪の中／長野校雪のプログラム 人と自然と繋がるプログラム



Junior Snow Adventure 5-day

子どもたちのための真冬の雪の冒険

～ジュニア・アドベンチャー 5 日間～

冬のジュニアコースは雪山登山への挑戦です。

ソリで自分達の荷物をひき、誰の足跡も無い雪原を歩き、白銀の世界でキャンプをしながら山の頂を目指します。

仲間と共に励ましあい、力を合わせてやりきった経験は最高の喜びと大きな自信を与えてくれます。自分たちの可能性を試す 5 日間です。

【対象】 小学 4 年生～中学 3 年生 健康な方

【参加費】 108,000 円 (税込)

* コース中の食材費、宿泊関連費、装備費、指導料、保険料を含む

【日程】 2025 年 12 月 26 日 (金) ～ 30 日 (火)

【開催地】 OBJ 長野校 (長野県小谷村)

◆プログラム概要

- ・雪遊び、そり遊び
- ・雪上基礎トレーニング
- ・スノーシュー
- ・雪上遠征
- ・スノーキャンプ
- ・ふりかえり



Outward Bound / The First Step

エスキモーの家・イグルーに挑戦

～チームで作り上げる雪の家プロジェクト～

【日程】 2026 年 2 月 17 日 (火) ～ 18 日 (水)

【開催地】 OBJ 長野校 (長野県小谷村)

【対象】 16 歳以上の健康な方

【参加費】 39,000 円 (税込)

* コース中の食材費、宿泊関連費、装備費、指導料、保険料を含む

真冬の雪原にはじめて出会う仲間が力を合わせて「雪の家 (イグルー)」をつくる 2 日間。設計、雪切り、ブロック積み、仕上げ——一つひとつの工程にチームの知恵と協力が必要です。

完成したイグルーの中で温かいスープを飲み、夜は焚き火と星空の下で語り合う。“雪の中で感じる温かさ”が、このキャンプのテーマ。



ファミリー・スノー・アドベンチャー

雪の森の中で、家族の「これから」を感じる 3 日間～

【日程】 2026 年 3 月 20 日 (土) ～ 22 日 (月・祝)

【開催地】 OBJ 長野校 (長野県小谷村)

雪の森は静かで、少し厳しくて、でもとても優しい。

家族みんなで力を合わせて雪の基地を作り、焚き火を囲み、夜空を見上げながら語り合う。子どもたちは新しいことに挑戦し、大人は忘れていた「冒険心」を思い出す。そんな 3 日間。

【対象】 家族または 2 人以上のグループ、健康な方

【参加費】 大人 58,000 円 (税込)

子供 32,000 円 (税込) 小学生以上

* 未就学児は 1 名まで無料、2 名以降は 8,000 円

* コース中の食材費、宿泊関連費、装備費、指導料、保険料を含む

公益財団法人 日本アウトワード・バウンド協会

<http://www.obs-japan.org/> info@obs-japan.org

本部 / 事務局
長野校

尼崎市立美方高原自然の家 (指定管理受託施設)

東京都荒川区西日暮里 5-38-5 日能研ビル 2 階

長野県北安曇郡小谷村大字北小谷 10650

兵庫県美方郡香美町小代区新屋 1432-35

電話 03-5834-7227

電話 025-557-2211

電話 0796-97-3600



OUTWARD
BOUND
JAPAN