



マルチスポーツ教室

ながとスポーツコミッションは、「我がまちスポーツ」を中心とした各種スポーツの普及・推進と、スポーツを通じた国際交流やアウトドアツーリズムの促進を目的として、本年3月22日に設立した団体です。

スポーツと英語に精通した2名のながとスポーツ国際交流員がコーチとなり、年間を通じて各種スポーツ教室やイベントを開催しています。

スポーツと英語を同時に楽しめるような活動をしていますので、皆さんの参加をお待ちしています。

スポーツと国際交流を楽しもう ながとスポーツ コミッション

Nagato Sports Commission

問 観光政策課
☎ 23-1327

ながとスポーツ国際交流員
よろしく願います！



ニックネーム モナ

ソロモナ パラキ
Solomona Paraki

ニュージーランド生まれで、州代表や、スペインやベルギーでプロラグビー選手として活躍。

ひとこと◆プロラグビー選手としての経験を活かし、ラグビーやトレーニングを教えます。身体を動かすだけではなく、英語でのコミュニケーションも楽しみましょう！



ニックネーム TK

ひろせ たかし
廣瀬 崇

日本生まれでマレーシア、シンガポール育ちで大学進学を機にカナダに10年在住。

ひとこと◆長門市の活性化につながる活動をしたいです。バドミントンや他のスポーツを通して皆さんと出会えることを楽しみにしています！

各種教室を開催中 参加をお待ちしています

ながと女子ラグビー教室

プロラグビー選手の経験があるモナがコーチします。(90分)

日時 第2・4日曜 10:30～

対象 小学生～高校生の女子

会場 ヤマネスタジアム依山または女子ラグビークラブ室内トレーニング場

料金 無料

予約 ながとスポーツコミッション事務局

サーキットトレーニング※

筋力トレーニングと有酸素運動を合わせた運動不足解消にぴったりのトレーニングです。(60分)

第1・3水曜 18:30～

第2・4水曜 11:00～

第1・3日曜 9:00～

英会話教室※

TKとモナによるネイティブな英語を学べます。

年長 第1土曜 14:00～

(30分) 第3日曜 15:00～

小学校低学年

(45分) 第1日曜 15:00～

第3土曜 14:00～

大人 第1・3金曜 11:00～

(45分) 第2土曜 14:00～

※ながと女子ラグビー教室以外の会場は SWEET AS (仙崎 313-1) です。

バドミントン教室※

コーチの資格を持つTKが丁寧に教えます。初心者でも楽しくプレーできます。(60分)

年長～小学校3年生

第1・3土曜 10:15～

第2・4木曜 16:30～

小学校4～6年生

第1・3土曜 11:30～

第2・4木曜 16:30～

大人 毎週木曜 18:00～

ゲーム 毎週木曜 19:00～

マルチスポーツトレーニング※

身体の動かし方を学ぶ楽しいトレーニングです。(50分)

年少

第1金曜 16:30～

第2水曜 16:30～

第3日曜 11:00～

年中・年長

第1日曜 11:00～

第2金曜 16:30～

第4水曜 16:30～

小学校低学年

第1水曜 16:30～

第3金曜 16:30～

第4日曜 15:00～



ながと女子ラグビー教室



バドミントン教室



サーキットトレーニング



英会話教室

※料金は、ラグビー教室が無料、英会話教室の年長・小学校低学年クラスは各500円、その他の教室は各1,000円です

最新情報はこちら

Facebook▶



各教室の予約

ながと女子ラグビー教室

→ながとスポーツコミッション事務局(観光政策課内)

☎ 23-1327 nagato.sport.commission@gmail.com

その他の教室

→ SWEET AS の予約ページにて



自然を楽しむアウトドアツーリズムの推進

ながとキャンプのすゝめ



アウトドアツーリズムによる観光の推進

新型コロナウイルス感染症の影響で、密を避けての行動が呼びかけられる中、屋外の開かれた空間で自然を楽しむことができる「アウトドア」が注目を集めています。

市では、アウトドアスポーツを通じて自然を満喫する観光メニューの充実と情報発信により、地域の魅力や知名度の向上を図る「アウトドアツーリズム」を推進しています。

長門市はキャンプやクルーズ、シーカヤック、ダイビングといった海でのアクティビティが楽しめる地域として知られているほか、里山資源にも恵まれているため、低山登山やトレイルランニング、森林体験など海



▲気軽に楽しめるシーカヤック

と山両方のアクティビティを楽しむことができます。

近年では自転車やトレッキング、カヌーなど人力による移動手段により豊かで多様な自然を体験し、地域の歴史や文化、人との交流を楽しむ新しい旅のスタイルが定着してきており、長門市では「ジャパンエコトラック」登録ルートの認定に向けても、準備を進めています。

また、美祢市や下関市と連携し、山口県西北部の絶景や食などの豊富な自然資源を活用した交流人口の拡大やアウトドア関連イベントを盛り上げていく取組を進めています。

今回の特集では、ひとりでも家族とでも気軽に始められるアウトドアとして、長門市でのキャンプの楽しみ方について紹介します。



▲サイクリングで自然を満喫

キャンプの魅力を紹介します！



長門市地域おこし協力隊
よりみつ 寄光 里輝哉 隊長

こんにちは！長門市地域おこし協力隊アウトドアツーリズム推進事業担当の寄光です。

現在、市内のアウトドアが楽しめる場所の調査やSNSでの情報発信、毎月ほつちやテレビの「ナガモン」という番組に出演しアウトドアの楽しさを広める活動をしています。

今後は、まだアウトドアを経験したことがない人や初心者の人に向けた体験プログラムの開発も行っていく予定です。SNSをのぞいていただくと嬉しいですよ！

Instagram



Facebook



Check !

伊上海浜公園オートキャンプ場

- 期 4月～10月(予定) 🚿 海水浴場、シーカヤック有
- ¥ 有料 P 無料 (シーカヤック利用時500円)
- 設 シャワー・更衣室・トイレ、AC電源有、レンタル用品有(要問い合わせ)、車乗入可
- 事前予約要 ☎ 33-3000

寄光隊員おすすめPoint

01

車の乗り入れ&レンタル用品の活用で初心者でも気楽&気軽にキャンプ！

車が乗り入れ可能なオートサイトは、気楽&気軽にキャンプを始めたい方にぴったりです！離れた場所まで荷物を運ぶ苦勞がなく、買い出しに行ったり、天候の急変時に車に避難できたりと何かと安心です。

テントや寝袋、バーベキューコンロなどレンタル用品を借りることができるキャンプ場もあり、初めての人でも気軽にキャンプを楽しめます！

星空がきれい！大迫力の絶景！
千畳敷はデイキャンプが無料！

千畳敷高原キャンプ場

期 通年 ¥有料 (日帰りキャンプは無料)
P 無料 設 炊事棟・トイレ有
事前予約不要

海に沈む夕日を眺めながらのキャンプ！登山も楽しめます！

青海島高山オートキャンプ場

期 3月～11月 ¥有料 P 無料
設 炊事棟・シャワー・売店・トイレ有、
レンタル用品、AC電源有、車乗入可
事前予約要 ☎ 26-4430

バンガローを備え、テントがなくてもキャンプを楽しめます！

青海島船越キャンプ村

期 4月～11月 (予定) ¥有料 P 有料
設 炊事棟・シャワー・更衣室・売店・
トイレ、バンガロー、レンタル用品有
事前予約要 ☎ 26-1357

二位ノ浜キャンプ場

期 7月中旬～8月中旬 (予定) 海水浴場有
¥無料 (屋根付は有料) P 有料
設 炊事棟・シャワー兼更衣室・売店・トイレ有
事前予約不要

小田大浜キャンプ場

期 通年 海水浴場有 ¥無料 P 有料
設 炊事棟・シャワー兼 更衣室・トイレ有
事前予約不要

川尻岬キャンプ場

期 通年 ¥無料 P 有料
設 炊事棟・トイレ有

※詳細は各キャンプ場または観光政策課にお問い合わせください



SUP
(スタンドアップパドルボード)



寄光隊員
おすすめ
Point
02

長門のキャンプ場は なんといっても海が近い！

長門市のキャンプ場は海の近くにあり、景色や海を楽しむことができます。海水浴場が隣にあるキャンプ場もあります。

特に伊上海浜公園オートキャンプ場は、隣にシーカヤックが体験できる施設があり、キャンプ泊がもっと充実すること間違いなしです！海水浴や釣りも楽しむことができます！自分で釣った魚を調理して食べると最高に美味しいです！

海でもおもしろい遊び後は、キャンプ場内にあるシャワー (有料) で体を洗うことができます！

寄光隊員
おすすめ
Point
03

大自然を身近に 夕日や星空、絶景を楽しめる！

キャンプの醍醐味は自然の中で過ごすこと。長門市のキャンプ場はどこも自然が美しく、のびのびと楽しむことができます。

日中は海水浴やシーカヤック体験、登山、夕方には日本海に沈む夕日、夜は星空鑑賞といった体験ができ、24時間楽しみが途切れません！

寄光隊員
おすすめ
Point
04

扇風機や電気ストーブも使える AC電源コンセントが便利！

AC電源コンセントもあるキャンプ場もあります。寒い時、暑い時にキャンプに行きたいけど外に出るのがツライ、、、という方にも電源付のオートサイトはオススメです！家庭用の電化製品 (電気ストーブや扇風機) が使えて便利です。いつもと違った”ちょっと便利な”スタイルのキャンプも体験できますよ！



夏の期間だけオープンする幻のキャンプ場!? もあります！ゆったりできる穴場が見つかるかもしれません！



最近では、直火禁止のキャンプ場が増えていますが、伊上海浜公園オートキャンプ場には直火が許可されている場所があります！地面に直接薪を置いての焚き火はワイルド感が増し、より非日常感が味わえます！