くおいしいうちに自由に食べる。しかし班ごとにそろったら食べ始める程度の努力は望ましい。

オ、夕べの集い

指示された場所に全員集合し国旗降納、一日の反省、団体紹介、諸連絡等を行う。

また、研修生の自発的な参加により、所内の奉仕活動などもあろう。

カ、入浴・自由交歓

同時間帯に入浴と自由交歓があるが、入浴室は大・中浴室があり、研修生の入所数等により事前に指示する。

また、自由時間は他の研修団体員との交歓など研修生にとって楽しい時間である。自由読書散策、宿泊室内でのごろ寝、おしゃべりなど気持ちのおもむくままにすごすことができる。

キ、研修時間

いわゆる研修団体の「研修活動」の時間であり、研修の中心となるものである。研修内容に応じたグループが編成され、自然に親しむ活動、野外活動、テーマによる自由研究、その他の活動が展開される時間である。この研修時間の内容により、集団宿泊生活が更に楽しいものになり、成果もあがるので、きわめて大切な時間である。

⑤ 特色ある研修活動

本館内における団体独自の研修は別として、キャンプ場、運動場体育館等の利用による各種スポーツの研修や、視聴覚機器、図書利用による研修ができる。

野外においては次のような特色ある研修ができる。

ア、日帰り登山研修

相馬郡新地町からの日帰り鹿狼山（三百メートル）登山コース、相馬市山上（あるいは黒木）からの日帰り天明山（四百八十八メートル）登山コース等がある。

イ、文化財めぐり研修

相馬地方や原町・双葉地方は縄文時代ころからの文化財がたくさん発見されている。これらと景勝の地とを組み合わせ、研修団体員の年齢等を考慮に入れて多様な学習計画を立てることができる。

ウ、自然観察の研修

海岸、河岸地形、干拓、動植物の生態、臨海工業団地造成による地域の変ぼう、水産業活動、景勝地等適宜組み合わせ、サイクリングによる研修コース等の立案ができる。

エ、その他海水浴・臨海実習等をまじえた多彩な研修計画が考えられる。

⑥ 研修教材、備品類

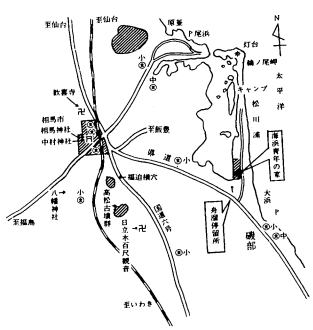
次のような教材、備品が備えてあるので研修活動に広く利用できる。（　）内数字は数量である。

○テープレコーダー　（二）
○テレビ　（一）
○携帯メガホン　（一）
○四チャンネルステレオ　（一）
○OHP　（一）
○スライド映写機　（一）
○十六㎜映写機　（一）
○拡声器　（一）
○茶道具　（一式）
○アコーディオン　（一）
○ギター　（三）

文化財めぐり資料

地域区分	区分	名称	所在地	所有者または管理団体
相馬市内	重要美術品 県指重文財 県指史跡	太刀（銘恒光） 髪飾用具コレクション 田代駒焼登り窯 中村神社本社,本殿,拝殿,石之間 紙本著色千葉妙見寺縁起 相馬家系図 中村城跡	相馬市馬場野 県立相馬女子高校 相馬市中村字田町 相馬市中村字北町 相馬市小泉字高地前 〃 相馬市中村字北町	熊川　明氏 田代清治右衛門氏 相馬中村神社 歓喜寺 〃 相馬中村神社
相馬郡内	重要文化財 史跡 県指重文財 県指史跡 史跡	刺繍阿弥陀名号掛幅 新地貝塚附手長明神社跡 地蔵菩薩立像板木 大悲山文書 相馬野馬追額 横手廃寺跡 観海堂 三貫地貝塚 小高城跡 薬師堂石仏附阿弥陀堂石仏 観音堂石仏	相馬郡鹿島町南屋形 〃　新地町小川貝塚 〃　鹿島町小島田 〃　小高町大字小高 〃　〃 〃　鹿島町横手字御所内 〃　新地町大字谷地小屋 〃　〃　駒ケ嶺 〃　小高町大字小高 〃　〃　泉沢字薬師前 〃　〃　〃　字後屋	阿弥陀寺 遠藤　貞義氏 相馬小高神社 〃 折笠　定見氏 新地町 菊地　正男氏 相馬　胤良氏 小高町 〃
原町市内	史跡 重要美術品 県指重文財 県指史跡	桜井古墳 銅鐘 木造十一面観音立像 泉廃寺跡出土瓦 泉廃寺跡	原町市上渋佐 〃　鶴谷字台畑 〃　北新田字本町 〃　泉字寺家前 〃　〃	原町市 長松寺 竜泉寺 佐藤　二郎氏 〃
県指定天然記念物		長松寺のモッコク 泉の一葉松 初発神社スダシイ樹林 海老浜のマルバシャリンバイ自生地 大悲山の大スギ	原町市太田字鶴谷字台畑 〃　泉字小粟内 〃　江井字西山 相馬郡鹿島町南海老 〃　小高町大字泉沢	長松寺 紺野　半吾氏 初発神社 中橋　亀助氏 慈徳寺
その他	万葉集に出てくる相馬郡鹿島町「真野の萱原」とか「原町市雲雀ケ原」相馬市の「日立木百尺観音」など見学するところはたくさんある。			

「福島県海浜青年の家」案内図



〔交通機関〕

福島交通磯部行（磯部経由鹿島行）

相馬バスターミナル発～舟溜下車

（所要時間約20分）徒歩５分