

ひがしめら

Higashimera



Facebook
@higasimera

Instagram
#higasimera

X (旧 Twitter)
@higasimera

LINE
#201pibvx

YouTube

HP

YouTube 登録者数
577人
前号比+16人

「ひがしめら」ってどこ?

宮崎空港から自家用車で約2時間。
コミュニティバスで西都バスセンターから
尾吐まで約1時間20分(2便)。
宮崎交通で西都バスセンターから
ゆた〜と(西米良村)まで
約1時間30分(4便)。



※東米良とは
銀鏡・上揚・八重・中尾・小椎葉・尾八重・吐合・
小中尾・湯之久保・岩井谷・柏葉・片内地域
のことです。現在は西都市と合併しています。

東米良に
遊びにきてね〜!



博報賞・文部科学大臣賞
・菊池賞受賞

ひがしめら NO.23

発行年月日 2026年2月15日
発行/企画/編集 認定NPO法人東米良創生会
住所 宮崎県西都市上揚2-2
TEL 0983-32-0450 FAX 0983-32-0410
MAIL higasimerand@yahoo.co.jp




Rural beach

デザイン作成、印刷代行
お茶の生産・販売
その他お困りごとをお手伝いします。

881-1232
宮崎県西都市銀鏡 651
080-5796-9827

DUSKIN®

ダスキンプランチャイズチェーン加盟店

ダスキンド淀有限会社

フリーダイヤル: **0120-26-4820**

地域力をデザインする

あなたの事務局 (OfficeWork) を必要な分だけサポート
どんなことに困ってますか? デジタル化? 申請書の書き方?
情報収集? 会計帳簿記入? SNS 活用? 受付業務? デザイン? 広告?
それぞれのちょっとした悩みが意外と大きな問題になってはいませんか?
まずはご相談ください (相談無料)
専任スタッフがあなたのお悩みをお伺いします。

任意団体・クラブ・個人事業主・副業
身近な地域で地域の皆さんのために
様々な事業を頑張っている方をサポート
お気軽にお声掛けください


Tameni.co

わたしのために あなたのために みんなのために

880-0001
宮崎県宮崎市橘通 5 丁目 3-22-201
TEL : 0985-86-9321 FAX : 0985-86-9322
mail : info@tamenijapan.com
H P : https://tamenijapan.com

Tameni ホームページ



東米良村おこし情報誌

ひがしめら NO.23

もくじ

※表紙「東米良の有楽椿」

- 01 濱砂修照氏を偲んで 濱砂武昭
- 02 農家民泊について
- 03 ひがしめら通信 - 東米良地域づくり協議会からの報告 -
- 05 西都銀上学園だより【11月/12月】
- 07 第24回 東米良懐古録
「幼児編」 濱砂佐代子
- 第23回 東米良名所
「由良有楽椿」 中武茂
- 08 一ツ瀬ダム見学申込開始します
びびエフエア in 一ノ瀬
- 09 西都市歴史民族資料館 冬季企画展について
県道 39 号線 復旧工事について
- 10 濱砂英一氏 菊池賞受賞
銀上学園博報賞・文部科学大臣賞受賞
- 11 14 日のもぐら打ち
滝開き年間スケジュール
いちご会紹介
- 12 東米良ふるさと直送便
- 13 東米良カレンダー【3月・4月・5月】
第21回 はまちゃんコラム (定期連載)
- 15 賛助会員一覧

瀨砂修照氏を偲んで

修照氏は昭和12年（1937）、西都市銀鏡下原の宮人家の四男として生まれ、令和8年1月15日、88歳で帰幽された。明朗闊達で正義感が強く、確固たる信念を持つ人物であり、「為せば成る…」の上杉鷹山の言葉を座右の銘としていた。人付き合いも良く、誰からも親しまれる人柄であった。

また、古来の伝統やしきたりを大切に、銀鏡神社・銀鏡神楽をはじめ、集落に残る行事の維持に尽力された。幼少より父幸雄氏に学び、神楽習いにも熱心で、定期習いでは率先して多くの演目を習得した。特に、宮崎や妻町から来る若い祝子のために、自ら妻町へ出向き、借家で太鼓を叩きながら指導したことは今も語り草である。基本の形を守ることを厳しく教え、神楽頭取も務めた。

また、神楽鑑賞者のために私費で仮眠所を建て、神社へ幟や錦織の吊り下げ旗を奉納するなど、地域文化のために力を尽くした。

こうした同氏の「人となり」は、地域の基盤となる「かぐらの里」設立の大きな牽引力となった。柚子特産地育成という困難な事業において、過去の農作物導入の失敗から不安が強い中、同氏は説明と説得に奔走し、賛同者を募る先頭に立った。その結果、事業は成功し、「人をして地域が起きる」ことを体現したのである。

さらに、柚子特産地形成の黎明期には孤軍奮闘して「ゆず生産組合」を組織し、地域企業「かぐらの里」創業への道を切り開いた。その後は、農協を退職して家業を継いだ長男修司氏とともに経営を安定軌道に乗せ、頃合いを見て経営を託した。現在、同社が新社長のもと順調に発展していることは、地域住民にとって大きな喜びである。「ゆず生産組合」の理念は、柚子栽培で農家を元気にし、地域の存続と銀鏡神楽などの伝統文化の継承を確かなものにするのであった。この思いは今も「かぐらの里」に受け継がれ、地域経済と文化を支えている。これは地域が進むべき方向を示す羅針盤であり、修照氏の慧眼に改めて敬意を覚える。

修照氏の歩みや「かぐらの里」の存在を思うとき、「東米良創生会」「山村留学実行委員会」「銀鏡神社・銀鏡神楽」が脳裏に浮かぶ。これらが連携し活動する姿を見るたび、「1000年続く村」という標語を住民が希望をもって語れることのあるありがたさを思う。修照氏の御霊もきっと喜んでおられるであろう。

末筆ながら、御霊の安らかならんことを、また「かぐらの里」の弥栄を祈り上げる。



(瀨砂武昭 96歳)

東米良農林漁業体験民宿事業

東米良で農業サポーターしませんか？

東米良の4つの農泊紹介！ 令和8年度スタート

銀鏡地区 (受付：東米良仁の里)

- 1) 一の仁 (1棟)
- 2) 二の仁 (1棟)
- 3) SH 夢ハウス 204 (アパート1室)



尾八重地区 (受付：星の宿)

- 4) 星の宿 (1棟)



尾八重高原星空キャンプ場を目指して行くと分かりやすい！

《東米良の主な農作業スケジュール》

2月	椎茸
4月末	タケノコ
5月初旬	新茶摘み
5月末	うめ採取
6月	田植え
8月	唐辛子
9月~12月	柚子収穫
10月	稲刈り
11月	椎茸
11月~12月	柚子製品製造
3月~11月	草刈り
適宜	薪割

※活動時期にて内容が変更します。
上記以外の作業もあります。



東米良に宿泊して農業体験！
東米良の山農業は四季折々に収穫される
自然の恵みと共にあります。
農業をしながら東米良の暮らしも
一緒に体験してみませんか！

東米良ファン!!大募集

詳細は
農泊専用ページへ→→→

【お問い合わせ】
NPO 法人東米良創生会
0985-32-0450



東米良地域づくり協議会
ひがしめろ
通信

各地区の活動報告と
今後の予定をお知らせします。

【現在の人口】

(令和8年1月1日時点)

【人口】 西都市：26,687名
東米良：209名 (前号比-1名)

【内高齢者人口(65歳以上)】
西都市：10,812名
東米良：122名 (前号比-3名)
(56.56%)

【世帯数】 西都市：11,873戸
東米良：119戸 (前号比+-0戸)

西部地区 (銀鏡)

【報告】

11/30(日) 山がっこゆず狩り体験
1/18(日) 山がっこ烏帽子岳トレッキング (中止)

銀上活性化プロジェクト会議
11/5(水) 12/3(水) 1/7(水) 2/4(水)

【今後の予定】

3月 銀上地区総会
4~5月 山がっこ 川釣り
4月下旬 山がっこ たけのこ掘り
5月上旬 山がっこ 尾八重キャンプ / 竹灯籠作り

銀上活性化プロジェクト会議
3/4(水) 4/1(水) 5/6(水)



中部地区 (中尾)

【報告】

中尾地区活性化プロジェクト会議
11/21(金) 12/26(金) 1/26(金)

【今後の予定】

4/5(日) 中尾地区総会
中尾地区活性化プロジェクト会議
2/25(水) 3/19(木) 4/24(月) 5/22(金)



東部地区 (尾八重)

【報告】

尾八重地区活性化プロジェクト会議 11/8(土) 1/10(土)
尾八重高原星空キャンプ場整備活動 11/15(土) 12/20(土) 1/17(土)

11/29(日) 学べる・つながる防災キャンプ
12/21(日) ミニ門松づくり



【今後の予定】

4月 イケオジキャンプ
竹の子掘り体験
5月 吐合ホタルまつり

尾八重地区活性化プロジェクト会議
※毎月第2土曜 9~11時
2/14(土) 3/14(土) 4/14(土)
尾八重高原星空キャンプ場整備活動
2/21(土) 3/21(土) 4/18(土)

全体

【報告】

10/29(水) 西都市総合政策課合同会議
11/25(火) 第6回防災会議



【今後の予定】

2/28(土) 一ツ瀬ダム見学会 **申込受付中!**
3/20(金) ポストマンキャンプイベント
未定 東米良地域づくり協議会 総会





令和7年12月号

西都銀上学園だより

西都銀上学園 学校だより 文責 校長 横山 一憲

博報賞・文部科学大臣賞受賞!!

先日、新聞やニュース等で報道されましたが、西都銀上学園が【第56回 博報賞・文部科学大臣賞】を受賞しました。全国的な大変大きな賞です。文化祭の講評でも少し述べましたが、今回の受賞は、「銀上地区の豊かな自然や文化を取り入れた教育活動」「小規模校の良さを生かしたきめ細やかな子供たちに寄り添う教育」、それを継続させてきた「銀上地区や山村留学制度の30年の歴史」そして、何よりもそのことによって生じた【子供たちの成長・変化・再生】が評価されたものです。

表彰式でも、審査された委員や博報堂教育財団の方々から、学校と山村留学制度（里親・実行委員会）そして、地域が一体となった全国的にも素晴らしい取組と称賛されました。

受賞後、子供たちに、これまでの先輩たち（子供・教職員・地域の方々）の頑張りが評価されたものなので、これからの私達もこれを引き継いで、さらに素晴らしい西都銀上学園にしていきたいと思います。



来年度待ってま〜す!

山村留学体験入学&ゆず採り体験

11月30日（日）に山村留学体験入学が行われました。今年は、17名の参加があり、充実した体験入学となりました。全体会では、子供たちだけの交流活動、小学生による学校生活の紹介、中学生による地域や里親さんの家での生活などをわかりやすく、ユーモラスに発表してくれました。参加した子供たちも楽しそうに笑顔で聞いていました。その後、各学年の教室に分かれ、それぞれ授業を一緒に受けましたが、特に緊張している感じも受けず、楽しそうに授業を受けていました。

いつもの倍の人数になったり、いつもはいない異性がいったり、と雰囲気も変わり、子供たちのみならず、先生方も楽しんでいる様子でした。

午後からは、ゆず採り体験も行われ、本校の児童・生徒・教職員と一緒に汗を流していました。帰り際には、「来年来たい!」という子もいました。かぐらの里の皆様、大変お世話になりました。ありがとうございました。

【今後の主な行事予定】

- ・ 8日 神社清掃
- ・ 14日 銀鏡神社大祭
- ・ 15日 神社大祭見学（午後）
- ・ 16日 振替休業日（12/14の分）
- ・ 18日 土木の日（出前講座）
- ・ 19日 台湾交流事業（中英：オンライン）
- ・ 21日 クリスマス会（PTA）
- ・ 23日 終業式
- ・ 24~1/5 冬季休業

【1月】

- ・ 6日 始業式、身体計測
- ・ 8~9日 実力テスト（中）
- ・ 10日 なろか餅・打ち棒作り
- ・ 14日 もぐら打ち

西都市の（株）宮本組様より、地域貢献として「オーエスワン」2ケースを頂きました。今後様々な活動での熱中症対策に活用させていただきます。ありがとうございました。



令和8年1月号

西都銀上学園だより

西都銀上学園 学校だより 文責 校長 横山 一憲

明けましておめでとうございます!本年もよろしくお願いいたします。

明けましておめでとうございます。

いよいよ2026年のスタートです!今年の干支は、丙午（ひのえ・うま）。60年に一度巡ってくる、力強く前進する馬の象徴と、火のエネルギーを持つ丙が合わさり、活動的でエネルギッシュ、新しい挑戦に適した、縁起の良い年になると考えられているそうです。西都銀上学園もエネルギッシュにわくわくするような1年になるよう、職員一丸となって頑張りたいと思います。今年もよろしくお願いいたします。



HAPPY NEW YEAR

いよいよ3学期のスタート!! それぞれの目標に向かって...

6日（火）3学期の始業式が行われ、3学期がスタートしました。いよいよ令和7年度のまとめの学期のスタートです。式では、それぞれ新学期や今年の抱負を述べてくれました。どの子もやる気に満ち溢れた表情でした。3学期は、その年のまとめの学期でもあり、新年度の0学期とも言われます。本年度の学習のまとめをしっかり行い、次の学年への素晴らしいスタートができる学期にしてほしいと思います。



ほうきを頂きました!

12月8日（月）、国富町の吉富様より竹ぼうき10本を頂きました。吉富様は、竹ぼうきを手作りされ、近隣の学校に配っていらっしゃるということです。この日、宮日新聞に先日の山村留学1日体験の記事が掲載されました。以前、山村留学に興味をもち、この銀上地区に話を聞きに来られたことがあるとのことで、その記事を見て西都銀上学園に届けようと思われ、わざわざ国富町から奥様と二人でもって来られたそうです。なんと今年90歳になられるそうです。



また、この日は、神社清掃の日。神社をきれいにするために届けられたような不思議な縁を感じました。このほうきを使って、子供たちが神社をきれいにしました。



合格祈願!

山村留学実行委員の濱砂孝義様より、中学3年生に太宰府天満宮の鉛筆を頂きました。いよいよ3年生は、受験シーズンです。体調をしっかり整え、志望校合格に向け、ラストスパートです。



【今後の主な行事予定】

- ・ 8~9日 実力テスト（中）
- ・ 10日 なろか餅・打ち棒作り
- ・ 14日 もぐら打ち
- ・ 15日 給食感謝集会
- ・ 16日 英検（中1~2）
- ・ 21~23日 修学旅行（中2：関西方面）
- ・ 25日 山村留学面接
- ・ 28~29日 私立高校入試
- ・ 30日 さいと学キャリア未来ゼミ（中1）

【2月】

- ・ 2日 か母ちゃっ子クラブ性教育①
- ・ 6日 か母ちゃっ子クラブ性教育②
- ・ 7日 博報賞受賞祝賀会
- ・ 9日 薬物乱用防止教室

第24回 東米良懐古録【幼児編】

私は昭和26年生である。戦後たった六年しかたっていないのに子供心には戦争の影など微塵も感じられなかった。今に比べ豊かさの基準を持たなかったのかも知れないが決して不幸ではなかった。

ただ、親は貧しく必死で生き、子供達も無い事を当たり前と受け入れていた。その頃、我が家は炭焼きと三ツ又作りを生業とした。乳飲み子と弁当を持ち、同じ時間に炭焼きに出る妻の荷物すら持たない戦後の男は横柄であった。妻も乳離れした子を思いやる余裕などあろうはずもなかった。そんな時代、各家で家族を養うのに手一杯だったはずである。年寄りはそのような生活の中で、保存食作りはもちろん、干し芋や干し柿など子供のおやつになるものまで作ってくれた。

隣のキミばあちゃん、おふささん、カネばあちゃん等はずも自分の孫と同じように祖母を早く亡くした私にもそのおやつを下さった。驚くのはその頃の私は、そうしてもらえないことを疑っていなかった。遠慮を知らない無垢とも違う。どの人も幼心に感じさせないくらい自然にして下さったのである。今とは考えられないくらい食べ物のなかった頃である。

日々おぼろになりゆく面影に今や御礼すら言えないが申し訳なさりと有難さに頭を垂れる。その事から私は子供達の世話をする役を積極的に引き受ける。無償の行為で私に愛しむ心を見せてくださった多くの村の先達へのささやかな恩送りのつもりである。

征矢抜出身 濱砂佐代子



写真右寄り、左に首を傾げる二つ結びの少女(著者:佐代子さん)

第23回 東米良名所【由良有楽椿】

西都市より国道219号線を上り、鳥ノ巣バス停より右に林道を北上15分余にして中尾の由良の有楽椿の所在地に着く。周囲の環境は直接道路に面して持ち主の浜砂亘氏の住宅がある。背後は傾斜した広葉樹林であり、住宅に接して古い墓がある。墓石の状況から見て相当年代の古い墓で墓石と思われるような自然石も見受けられる。その様な状況の中に由良有楽椿が現存している。

昔のままの全くの自然の状況の成長である。山林の樹木が椿を覆っており、椿の成長を妨げている。土壌は小さい丸い小石が多い土壌で良質ではなく、この状況で椿が成長するには相当の年月が経過していると思われる。椈木尾有楽椿、尾八重有楽椿、大椎葉有楽椿と同じ頃に植栽されたと思われる。東米良の貴重な有楽椿を大事に守っていこうと思う。



中尾東米良2区 区長 中武茂

一ツ瀬ダム見学会

日時 令和8年2月28日(土)
集合場所

西都市東米良一ツ瀬ダム資料館

参加条件：小学生以上

参加費：参加費1500円(税込)

イベントオリジナルジビエサンド・お茶付
イベント保険加入費込み

見学コース：おおよそ1時間30分

天候により内容が制限されることがあります

①コース 10時～11時30分 先着20名

②コース 13時～14時30分 先着20名

各コース15分前までに現地で受付を済ませてください。
内容は申込フォームにある概要をご覧ください
参加者には九州電力より一ツ瀬ダムカードプレゼント

【お申込み先・問い合わせ】

事務局 0983-32-0450 (平日9時～17時)

主催 東米良地域づくり協議会

共催 九州電力株式会社宮崎支店 NPO法人東米良創生会

参加申込はココから➡



米良のキッチンカーが来るよ



九電ダムガチャ!

九電のダムがガチャガチャになって登場!



イベント
特別企画

第1回 東米良 一ノ瀬BASE★Foodcourt

2026.4.4 (Sat)
10:00~15:00

HIGASHIMERA
GIBIER wo tanoshimu
GIBIER BBQ with めらんストア



GIBIER BURGER

只今
出店募集中



一ノ瀬BASE MAP



詳細近日公開!!
問い合わせ
0983-32-0450

東米良創生会HP



令和7年度 市歴史民俗資料館 冬季企画展の開催について

令和7年7月29日から31日にかけて、国指定重要無形民俗文化財「米良の神楽」が大阪・関西万博「Local Japan 展」にて出展されました。これを記念し、「米良の神楽」とこれらの神楽を育んだ米良地域について、また万博出展の様子を中心に紹介した企画展を開催します。

○タイトル『米良の神楽』と大阪・関西万博
～世界に発信された米良地域の祈りと信仰～

○会場 市歴史民俗資料館

○開催期間 2月17日(火)から3月22日(日)まで
※休館日 国民の祝日と月曜日
(月曜日が祝日の場合、翌火曜日も休館)

○入館料 無料

○展示内容

【展示パネル】

- ・大阪・関西万博「Local Japan 展」の出展報告
- ・宮崎県内に分布する神楽の地域性や成り立ち
- ・「米良の神楽」の概要と特徴
- ・万博で披露された「米良の神楽」と「石見神楽」
- ・西都市の神楽について など

【展示品】

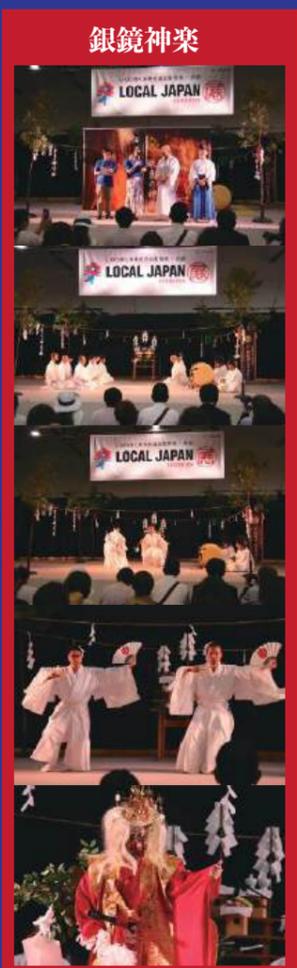
- 万博当日の展示ブース再現コーナー
- 神楽VR映像視聴コーナー など

西都市役所社会教育課文化財係より記事提供 0983-35-3009

楽しみだな～!



西都市 HP



濱砂英一氏、2025年度菊池賞受賞

濱砂英一氏(77歳 上揚出身)は、厚生省在職中に西米良村大使に委嘱され、西米良村の観光振興や情報発信に大いに尽力されました。銀鏡神社幣殿・拝殿の改築に際しては、多くの私財を寄進され地域信仰と文化継承に寄与されました。このことは、地域の中心的存在である銀鏡神社の興隆のみならず、国指定重要無形民俗文化財の銀鏡神楽(米良の神楽)の保存継承並びに地域の存続・発展にとって多大な貢献となりました。

東西米良に対する貢献度は極めて高く、地域住民の規範であり誇りとなっています。



祝 博報賞・文部科学大臣賞受賞!!

昨年の11月15日東京にある日本工業倶楽部(ドラマ:半沢直樹でも使用された建物)で開催された第56回博報賞の授賞式に出席いたしました。この西都銀上学園が、全国から100を超える応募の中、最優秀賞の「博報賞」(12校)、その中からさらに「文部科学大臣賞」(3校)に選ばれました。学校だより12月号でお知らせしましたが、この賞は、30年以上にわたって西都銀上学園と山村留学制度、そしてこの銀上地区が取り組んできた【子供たちの成長・変化・再生】が評価されたものです。歴史ある会場とたくさんの報道を前に緊張しましたが、学校を代表して賞をいただいてきました。学校玄関に掲示しています。学校にお越しの際はご覧ください。



西都土木事務所から県道39号線(西都南郷線)復旧工事についてのお知らせ 渡瀬地区「路側崩壊路側工事」(NO.12) / 上鶴地区「仮設橋撤去工事」(NO.13)

県道 西都南郷線の復旧情報 (No.12)

県道 西都南郷線の復旧情報 (No.13)

【渡瀬地区】

災害復旧工事(路側工事)について

令和7年6月初めに被災した 渡瀬地区の 路側崩壊現場 について、西都市の 機橋本組 により復旧工事が始まりまして。

現地着手 令和7年12月15日
工事完成 令和8年5月末(予定)
(天候の影響や作業状況 等により変更となる場合があります)



(現在の状況) 工事用道路の設置

工事期間中は、これまでどおり信号機による片側交互通行(普通車のみ通行可)としますが、施工状況により一時的な交通止めとなる時も考えられますので、その場合は事前にご案内いたします。

地域の皆様には、ご不便をおかけしますが、ご理解とご協力をお願いします。

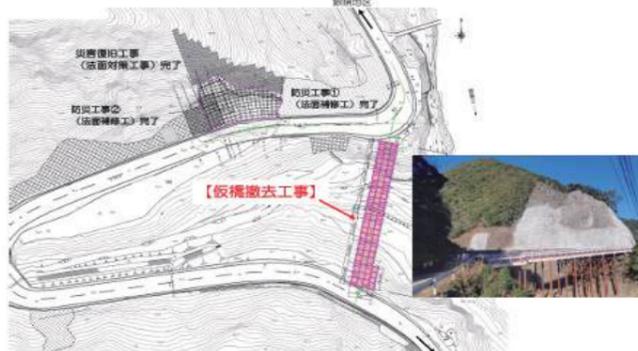
【栗八重地区】仮橋撤去工事について

栗八重地区の災害復旧工事(法面対策工事)及び防災工事(法面補修工事)が完了したことから、下記のとおり仮橋撤去工事を開始します。

現地着手 令和8年1月27日(火)8時30分～
工事完了 令和8年4月末(予定)
(天候の影響や作業状況 等により変更となる場合があります)
請負者 矢野建設株式会社(延岡市)

今後は、従来の道路を通行(信号機等による片側通行)することとなりますが、施工状況により時間規制となる場合も考えられますので、その場合は事前にお知らせいたします。

地域の皆様には、ご不便をおかけしますが、ご理解とご協力をお願いします。



09 県道39号線は銀鏡・上揚地区を国道219号線と美郷町につなげる住民の最重要道路
早急な復旧に合わせ道路改良を強く望みます!この声が行政に届きますように!!

もぐら打ちが行われました

銀上地区にて、1月10日(土)に「もぐら打ち棒・なろか餅づくり」を、1月14日(水)に地元小中学生による「もぐら打ち」が行われました。

地域の家々を回り、庭先の地面をもぐら打ち棒で力強く叩きながら、「十四日のもぐら打ち！畑の隅までもぐら打ち！」と歌う子どもたちの声が響き渡りました。



銀鏡水車滝行

2月11日に滝開きを無事に終わりました。いよいよ令和8年の滝行が始まります。

【年間スケジュール】

★定例滝行

3月—11月 毎月第3日曜日・第4土曜日

3月15日(日)・28日(土)

4月19日(日)・25日(土)

5月17日(日)・23日(土)

6月21日(日)・27日(土)

7月19日(日)・25日(土)

8月16日(日)・22日(土)

9月20日(日)・26日(土)

10月18日(日)・10月24日(土)

11月15日(日)・11月28日(土)

★上記日程以外の滝行申込み受付を始めました。

詳しくはHPをご覧ください

【お申込み・お問合せ先窓口】
NPO 法人東米良創生会
電話 0983-32-0450



銀鏡水車滝行HP

Higashimera

Furusatobin

東米良ふるさと便

東米良発

あなた行

めらんストア？
公式LINEからも
購入可能！

全国発送承ります！
各店舗にてお問合せください。

東米良無人商店【めらんストア】

八重地区一ノ瀬県道39号線入口



めらんストア
公式LINE

※無人販売所

★公式LINE登録必須

★キャッシュレス決済のみ

【販売品】

・めらんジビエ直売 ・かぐらの里商品 ・東米良のお米 ・季節の作物 ・生活用品
・キャンプ用品(薪・スウェーデントーチほか) ・インスタント食品 ・ドリンク各種など

【星降るストア】

尾八重高原星空キャンプ場内



※有人販売所(スタッフ対応)

★キャッシュレス決済/現金対応



いちご会紹介

現在、女の子2名、男の子4名にて東米良オンデマンドカーに乗り、幼稚園に通っています。大人1名が付き添いとして乗り、一緒に歌ったり、絵本を読んだり、おしゃべりしたりしながら、楽しく安全に登園しています。

4月からは年長さんが1名、銀上学園へ入学予定です！



山の駅銀鏡にて
募金を行っています。
2025年2月～2026年1月
までに4,613円のご寄付を
いただきました。
ありがとうございます。

ボランティアとして、幼稚園送迎の際に付き添いとして、添乗してくださる方を募集しています。お問合せは東米良創生会まで。

【山の駅 銀鏡】

県道39号線銀鏡地区内

※有人販売所(スタッフ対応)

◆土日祝はランチあり

★キャッシュレス決済/現金対応

(PayPay/d払い/aupay)



山の駅銀鏡
公式LINE

【販売品】 かぐらの里ゆず商品・他地場産品は地元価格にて販売中

・かぐらの里ゆず商品 ・たけのこ ・蜂蜜 ・山茶 ・土産品 ・お米 ・めらんジビエ肉 ・野菜
・冷凍肉 ・冷凍魚 ・冷凍/冷蔵食品 ・インスタント食品 ・アイス ・飲料 ・文房具他

【ランチメニュー】

・シシうどん ・シシカレー ・山菜かしわうどん ・ゆずスカッシュ ・コーヒー ・チーズケーキ他



東米良カレンダー

掲載希望・お問合せは
東米良創生会事務局まで

3月

日 (Sunday)	月 (Monday)	火 (Tuesday)	水 (Wednesday)	木 (Thursday)	金 (Friday)	土 (Saturday)
1	2	3 ひなまつり 銀上会東米良運動教室	4 銀上活性化 プロジェクト会議	5	6	7 山村留学修了式
8 銀京山神社祭	9	10	11	12	13	14 ホワイトデー 尾八重活性化 プロジェクト会議
15 水車滝滝行 	16 銀上学園卒業式	17	18	19	20 春分の日 銀鏡春祭神事 尾八重祖霊社御霊祭 ポストマンキャンプ	21 尾八重高原星空 キャンプ場整備活動
22	23	24 移動美容室 ※1週間前締切	25	26 東米良地区みんなの デイサービス	27	28 水車滝滝行 
29	30	31	1	2	3	4
5	6	【3月未定】 ▶銀上地区総会 ▶高柱神社火の神祭・八重春祭				

5月

日 (Sunday)	月 (Monday)	火 (Tuesday)	水 (Wednesday)	木 (Thursday)	金 (Friday)	土 (Saturday)
25	26	27	29	30	1	2
3 憲法記念日	4 みどりの日	5 こどもの日	6 振替休日	7	8	9 尾八重活性化 プロジェクト会議
10 母の日	11	12 銀上会東米良運動教室	13 銀上活性化 プロジェクト会議	14	15 情報誌発行日	16 尾八重高原星空 キャンプ場整備活動
17 水車滝滝行 	18	19	20	21	22	23 水車滝滝行 
24	25	26 移動美容室 ※1週間前締切	27	28 東米良地区みんなの デイサービス	29	30
31	1	2	【5月未定】 ▶山がっこ尾八重キャンプ / 竹灯笼作り ▶高齢者龍房教室 ▶吐合ホタルまつり			

第21回 はまちゃんコラム 「喜寿になりて徒然なるままに」

濱砂重仁 著

実を言うと市民の森病院を開業する前の1年間は田野町立病院の副院長として仕事をした。長崎大学第1外科の先輩の谷口武臣院長が「開業するなら町立病院で経験を積んで開業しろ」と言われ、第1外科では先輩の言う事は絶対服従なので、勤務させてもらった。私が勤務して谷口院長が努力しても努力しても絶対越えられないと言われていた収入をはるかに超えることができた。一人の医師よりも二人の医師、二人の医師よりも三人の医師の方が、収入が増えるのは当たり前と皆さまは思うかもしれないが、私が赴任して夜間、休日の救急医療を始めたのが、唯一の収入増に寄与したと考えている。

越えられない収入をはるかに超えたことを記念して、田野町役場の職員60名くらいと懇親会を催してもらったことがある。私は上座に座らせられ、万年の焼酎を盃に、すべての職員の盃をもらって、すべて飲み干した記憶は懐かしい思い出である。

従って丸目元町長とは昭和57年からの知り合いである。現在も「わにつか荘」を始めとする社会福祉法人善仁会の理事として活躍してもらっている。

4月

日 (Sunday)	月 (Monday)	火 (Tuesday)	水 (Wednesday)	木 (Thursday)	金 (Friday)	土 (Saturday)
29	30	31	1 エイプリルフール 銀上活性化 プロジェクト会議	2	3	4
5 山村留学歓迎式	6	7 銀上会東米良運動教室 銀上学園始業式	8	9 銀上学園入学式	10	11 尾八重活性化 プロジェクト会議
12	13	14	15	16	17	18 尾八重高原星空 キャンプ場整備活動
19 水車滝滝行 	20	21	22	23 東米良地区みんなの デイサービス	24	25 水車滝滝行 
26	27	28	29 昭和の日	30	1	2
3	4	【4月未定】 ▶中尾地区総会 ▶八重公民館草刈 ▶イケオジキャンプ ▶山がっこ川釣り・竹の子掘り ▶東米良地域づくり協議会総会				

賛助会員一覧

※順不同・敬称略

会員数
368名
※前年比 +2名
2026/1/20時点

正会員

- 濱砂 重仁
- 黒木 定蔵
- 長友 雅章
- 中武 勉
- 濱砂 修司
- 石川 浩
- 中武 茂
- 石川 理恵
- 中武 清
- 濱砂 隆文
- 奥口 一人
- 濱砂 幸司
- 濱砂 衛
- 小川 直之
- 濱砂 武久
- 濱砂 英一
- 濱砂 博信
- 佐藤 廣正
- 黒木 竜二
- 坂本 光志
- 内村 有希
- 濱砂 尚孝
- 山地 将生
- 藤内 久子
- 尾八重地区活性化推進委員会
- 中尾自治公民館
- 銀鏡神楽保存会
- いちご会
- 銀上自治公民館
- 東米良地区体育振興会
- 吐合ホタル守る会

賛助会員

- | | | | |
|----------------|--------|--------|--------|
| 横瀬 輔 (家族) 6名 | 野崎 厚子 | 濱砂 高広 | 作本 由香利 |
| 濱砂 紳一郎 (家族) 6名 | 河野 善夫 | 大木 龍也 | 黒木 正道 |
| 増田 彩 (家族) 5名 | 出水 千鶴子 | 滝澤 百合子 | 松本 英裕 |
| 倉永 将平 (家族) 5名 | 那須 悌仁 | 濱砂 虎三 | 海野 俊彦 |
| 那須 文代子 (家族) 5名 | 北林 成憲 | 濱砂 将宏 | 濱砂 益子 |
| 妹尾 香代子 (家族) 5名 | 本多 未佳 | 中井 文代 | 永田 敬子 |
| 横瀬 鉄一郎 (家族) 2名 | 五十嵐 謙二 | 濱砂 俊彦 | 古木 洋平 |
| 富永 武幸 (家族) 2名 | 松田 俊彦 | 高治 公博 | 土肥 隆夫 |
| 濱砂 孝義 (家族) 2名 | 上米 久通 | 甲斐 安利 | 佐藤 武八郎 |
| 宇都宮 義親 (家族) 2名 | 浜砂 一幸 | 平口 達郎 | 平岡 国子 |
| 中武 久充 (家族) 2名 | 河野 フミヨ | 甲斐 實 | 吉田 ミエ |
| 長船 克彦 (家族) 2名 | 三浦 清孝 | 長野 菊江 | 井上 孝浩 |
| 濱砂 朝広 (家族) 2名 | 富永 治幸 | 横瀬 常治 | 綾 順博 |
| 甲斐 公成 (家族) 2名 | 小田 修一 | 濱砂 好文 | 山田 シヅヨ |
| 西森 鋭生 (家族) 2名 | 中武 一代 | 金丸 千里 | 赤阪 友昭 |
| 濱砂 幸宏 (家族) 2名 | 梅本 タケ子 | 那須 由美江 | 濱砂 秀二 |
| 伊東 敏和 (家族) 4名 | 中武 純也 | 松浦 達之 | 岩切 秀隆 |
| 濱砂 謙一郎 (家族) 4名 | 黒木 光國 | 櫻川 京一 | 倉永 美敏 |
| 濱砂 壽代 (家族) 3名 | 増田 浩一 | 谷川 房子 | 濱砂 由香 |
| 久田 安代 (家族) 2名 | 那須 義輝 | 浜砂 千広 | 上西 悦子 |
| 濱砂 一男 (家族) 2名 | 濱砂 かよ子 | 高橋 幸司 | 佐藤 雅哉 |
| 河野 章 (家族) 2名 | 松岡 淳 | 岩切 博美 | 毛利 泰広 |
| 和田 和代 (家族) 2名 | 大塚 徹 | 池田 廉太郎 | 原 あい子 |
| 甲斐 優明 (家族) 2名 | 浜砂 恒夫 | 井上 智子 | |
| 濱砂 重弘 (家族) 2名 | 平岡 東 | 佐土原 美鈴 | |
| 濱砂 貞博 (家族) 2名 | 永山 由美好 | 後藤 薫 | |
| 濱砂 裏 (家族) 2名 | 浜砂 チカエ | 中武 雅孝 | |
| 妹尾 翔平 (家族) 2名 | 濱砂 テルエ | 濱砂 敬三 | |
| 濱砂 正一 (家族) 2名 | 濱砂 マツエ | 平木 功一 | |
| 濱砂 義忠 (家族) 2名 | 濱砂 明大 | 長友 雅彦 | |
| 濱砂 明大 (家族) 4名 | 友草 孝一 | 中武 ウメヨ | |
| 奥松 武 (家族) 3名 | 浜砂 孝敏 | 伊藤 博和 | |
| 西畑 智子 (家族) 2名 | 岩原 雅子 | 坂本 章子 | |
| 金丸 望 (家族) 2名 | 濱砂 クミ | 前田 良一 | |
| 小田 竜 (家族) 6名 | 濱砂 カヨ | 外林 裕市 | |
| 大塚 直純 (家族) 2名 | 濱砂 さつ子 | 川口 望 | |
| 岩見 晶臣 (家族) 2名 | 杉尾 克徳 | 黒木 千賀子 | |
| 曾我部 早苗 (家族) 4名 | 濱砂 ゆき子 | 井上 啓史郎 | |
| 小田 優輔 (家族) 5名 | 秋山 京子 | 宮田 穂積 | |
| 濱砂 盛光 (家族) 2名 | 中武 喜弘 | 塩月 光夫 | |
| 藤田 智恵子 (家族) 3名 | 濱砂 佐代子 | 原田 解 | |
| 櫛間 恵利子 (家族) 2名 | 濱砂 年男 | 中武 イサエ | |
| 甲斐 靖久 (家族) 2名 | 藤本 直 | 田中 清一 | |
| 黒木 孝一 (家族) 2名 | 馬場 美香 | 木村 祥次 | |
| 中武 昭三 (家族) 2名 | 田中 征邦 | 南 寛之 | |
| 波多野 弘悦 (家族) 3名 | 宮崎 ちえみ | 濱砂 重忠 | |
| 比留間 聡 (家族) 3名 | 森 英司 | 原口 勝吉 | |
| 河野 哲治 (家族) 2名 | 井上 啓一 | 大森 仁史 | |
| 須賀 正子 (家族) 2名 | 上米 和良 | 米田 仁福 | |
| 久保田 毅男 (家族) 2名 | | | |
| 松原 亜由美 (家族) 3名 | | | |

他5名

他21名

広告主募集

ひがしめら情報誌に広告掲載を希望する
広告主を募集しています！

情報発信・PRの場として
ぜひご活用ください。

【サイズ】 A6 (105mm×148mm)

【価格】 10000円

お問合せ先：東米良創生会
0983-32-0450



企業賛助会員紹介

- 中武建設(株)
- ヤンマーアグリジャパン(株)西都支店
- (有) 奥口商店
- (有) エルメス企画
- (株) 臨床宮崎
- (株) 自然館
- (有) テクニカル・キナイ
- (株) 喜内
- (有) トクナガ冷機器販売
- (有) ソニア
- (有) 豊建設
- (株) オーシャンエクスプレス
- 居酒屋杉乃井
- (株) 横田製材所

- 石川林業
- (株) かぐらの里
- (株) 光希
- 株式会社森工務店
- 医療法人社団百喜会 上野医院
- (株) Tameni
- 一般社団法人 西都市西児湯医師会
- 弁護士法人あやめ法律事務所
- 旭産業有限会社
- 有限会社悠愛
- 株式会社大森淡水
- 廣松鯉家(株)
- (株) 樹
- 他2社



東米良創生会賛助会員募集

当法人は「1000年続く村 東米良創生プロジェクト 循環型山村づくり」を掲げ、東米良を元気にする様々な活動を実施中です。東米良在住者はもちろんですが、遠く離れていても東米良を応援したいという方、企業・団体の皆様のお力添えをどうかよろしくお願いたします。賛助会員の皆さまへ当法人発行の情報誌をお送りいたします。

【個人賛助会員】 1口 3000円/年～

【家族賛助会員】 1口 5000円/年～

【団体企業賛助会員】 1口 10000円/年～

※賛助会員申込後、未納の方はお支払いをお願いいたします。

年度内に既納の確認ができない場合、会員名簿から除外されますので、ご了承下さい。