



今月の表紙は、山部北星農事組合の佐藤暢夫^{のぶ お}さん、かずみさんご夫妻です。

このふらのの大地4月号が発刊の時には、一九〇〇年から続いた富良野へ新得間の鉄路での運行が終了しています。早々に踏切の竿が外され、踏切や橋、トンネルの入り口に柵が設けられていることと思います。私が富良野に住むようになった頃、本線と呼ばれるこの区間が廃線になるとは思ってもみませんでした。俗にいう鉄道ファンである私も「乗り鉄（乗って楽しむ）」「撮り鉄（写真を撮って楽しむ）」で、芦別岳が綺麗に見える朝は、出勤前に山部方面に撮りに出かけることも度々でした。

かつては札幌と釧路方面を結ぶ主要路線として特急や貨物列車も往来していましたが、石勝線が開通した昭和56年からは静かなローカル線となりました。それでも「北の国から」の放映等もあり、一定程度の乗客を運ぶ路線でした。平成9年には東鹿越から中斜里製糖工場へ石灰石を運ぶ貨物列車も廃止。乗客も徐々に少なくなり、平成28年8月末の台風被害で不通となつてからは、東鹿越へ新得間に列車は走ることなく廃線の日を迎えました。実は落合駅を出て1kmちょっと走ると石勝線の線路に繋がっています。なので、実際の台風被害の区間は10kmもなかったと思われれます。ただそこに数億円をかけて復活させても…と判断されてしまったのです。

山、畑、田んぼ、川、湖と風光明媚な風景は観光路線としての活路を見いだせるのでは、という声もあったようですが、観光だけではなく普段からそこに住む人々に使われる路線でないと維持するのは厳しかったようです。

以前からあったモノがなくなると寂しさや不便さを感じてしまうものです。何かの時、あったほうが便利なのは確かですが今やそれに代わるもの・手段がいくつかあります。鉄路の代わりに新たなルートでのバス運行が始まるとのこと。地域のデマンド交通等と有機的につながれば、今よりも便利なものになるのかもしれない。

ふらの管内の人口も4万人を切り組合員戸数も合併時のちょうど半分ほどになりました。人が減るということはそれだけ様々なインフラの維持が厳しくなります。農協は協同の力を発揮する組織ではありますが、いつまでも赤字を垂れ流すような状態を続けることもできません。これから策定に入る第8次中期経営計画においてもいくつかの統廃合と新たな施設の設置の提案がなされると思います。ご不便をかけることも少なからずあるかと思いますが、それに代わる新たな対応をお示ししこれからの時代に立ち向かっていく、そんな提案ができればと思っています。



下金山～山部間 芦別岳の麓を駆け抜ける

ふらのの大地 4 目次

- 表紙のことば 2
- 百姓竿頭
古川 辰也さん（中富良野地区） 3
- トピックス 4
- おしらせ 8
- 緑峰高校より教育活動紹介 10
- 理事会報告 11
- 健康メモ 12
- 農家ならではの工夫料理 逸品レシピ紹介 .. 14



表紙のことば



お二人は、令和4年にアグリパートナーの個別紹介で知り合いお付き合いが始まりました。かずみさんは、大阪出身で農業のことは分からなく、農作業に慣れるために昨年農作業ヘルパーとして勤務し、令和6年1月に入籍されました。

第1印象は？

暢 夫さん しっかりした人
かずみさん 優しい人

お互いへ一言

暢 夫さん これからもよろしく
かずみさん 仲良く頑張りました

将来の夢は

二人で美味しいメロンを作付けしていきたい



北エリア（中富良野地区）

ふるかわ たつや
古川 辰也さん(38歳)

更なる高みを目指して～百姓竿頭（ひゃくしょうかんとう）～

努力を積み重ねてなお、更にその先を目指す百尺竿頭になぞらえて、JAが激励した方をご紹介しますこの『百姓竿頭』も47回目となりました。

就農から現在まで、日夜研鑽を重ねられてきたその努力の足跡と、更なる将来への展望をうかがいます。

A 今後どのような農業を目指していきたいですか？
近年世界情勢が大きく変化し、生産コストが増える中で改めて、あらゆる物事を見つめ直す良いきっかけになりました。今後厳しい局

Q よもやま話
A よかったこと…農業は計画通りにいかず、自分の考えでチャレンジした事が良い結果を生んだ時。
苦労したこと…苦労とは思っていません。毎日・毎年違う表情を見せる畑と気候を見ながら楽しく農作業をしています。

A トラクター（農業機械）が好きで、単純に機械を扱える農業の世界へ。
Q 農業者となったきっかけは？



- プロフィール**
- 新規就農者 新規学卒
 - 就農年(年数) 平成16年
 - 激励を受けた年 平成18年
 - 経営移譲 済 令和4年
 - 経営規模・作物
当時：12.6ha
品目：秋小麦3.0ha、甜菜3.0ha、春小麦2.0ha、小豆1.3ha、馬鈴薯1.6ha、南瓜1.3ha、メロン0.2ha、Wアスパラ0.2ha
現在：12.6ha
品目：馬鈴薯3.1ha、直播甜菜3.0ha、秋小麦3.0ha、春小麦1.0ha、南瓜1.7ha、Gアスパラ0.8ha
 - 趣味 ドライブ、模型鑑賞
 - 家族構成 父、母、妻、娘、息子



A 今、厳しい農業情勢ですが、興味のある方は是非チャレンジしてください。
Q 就農を考えている若者たちへメッセージ
JAに期待する事

A 農業者が安心して農業経営できる環境整備を図ってほしい。
Q JAに期待する事
面にも対応できるよう経営努力したい。



上富良野
中富良野
東富良野

北海道指導農業者・北海道農業士称号 贈呈式開催

2月19日、令和5年度北海道指導農業者・北海道農業士称号贈呈式が札幌市ホテルポールスター札幌で開催されました。

指導農業者・農業士制度は、地域農業の担い手として優れた能力を有し、経営改善や地域農業の振興等に積極的に参加・協力を行う意欲的な農業者を市町村長の推薦により北海道知事が認定するものとなっております。

今回、指導農業者の新認定者として富良野管内から藤崎祐一さん（上富良野町日の出）、細川雅宏さん（中富良野町西中）、小笠原博さん（富良野市東山）の3名が認定を受け、指導農業者の称号を贈呈されました。

藤崎さんは「JA運営や地域農業振興への提言を行いJA業務強化への貢献や農業フェスティバルの運営委員を務めるなど地域活性に尽力し農業者だけでなく地域住民の信頼も厚いこと」、細川さんは「いち早く水稻直播栽培に取り組み農作業の省力化、分散化の地域モデルとしての活躍や中富良野メロン部会検査委員長として、ふらのメロンの品質向上に寄与したこと」、小笠原さんは「ふらの農翔会の副会長を務め新技術の情報収集・発信や富良野市担い手育成機構と連携し、新規就農希望者を積極的に受入れて地域農業の維持・発展に貢献していること」が評価され指導農業者として認定を受けました。

これからも地域のリーダーとして意欲的な活動を期待いたします。



ふらの玉ねぎ
青年部

ふらの玉ねぎ青年部 市場・リモセン講習会について

3月8日、ふらの玉ねぎ青年部では、徳島青果株式会社・大果大阪青果株式会社北部支社の2市場をお招きし、「関西中四国ホクレン会」の進め方について情報提供と意見交換を行い、その後片倉コープアグリ株式会社よりリモートセンシングに関する最新情報について研修をいただく2本立ての講習会を開催しました。

2市場からの情報提供では、系統組織の『玉ねぎの生産流通』という役割の他に、需給調整機能や販売期間の延長といった機能を果たしている全道共計・系統施策を高く評価頂きました。また、JAふらの新玉ねぎ選別施設による品質評価では、市場担当者からの生の声を聴くことが出来ました。

次にリモセンの講習会では、今後の活用について、昨年度取り組みをした24名の試験結果を基に植物体の観察方法・玉ねぎ生育のモニタリングを始め、最新の技術を学び、「玉ねぎ青年部」としては、今後も継続的に取り組みをして検証していくこととなりました。



佐々木部長のあいさつ



2市場による講習



片倉コープアグリによる講習



フレッシュミズ部会 2月全体交流会開催

2月26日、JAふらの女性部フレッシュミズ部会は、全体交流会として「上手な話し方講座・婚活フリートーク」を開催し、14名が参加しました。

「上手な話し方講座」では、元TVリポーターで伝え方コンサルタントの渡辺麻衣子様を講師にお迎えしました。話し上手は聞き上手ということ、聞く姿勢についてのお話から始まり、言葉の選び方や、話すときの振る舞い方など、話す上で大切なこと、意識することを学びました。「すごく勉強になった」「もっと聞きたかった」などの声が聞かれました。

また「婚活フリートーク」では、アフタヌーンティーを楽しみつつ、「上手な話し方講座」で学んだことを活かしながら、グループに分かれてフリートークを行いました。子育てに関することや、普段なかなか相談できないことなど、様々な話題で盛り上がりつつありました。

フレッシュミズ部会の活動の様子は、Instagramにも投稿されますので、ぜひご覧ください。



FUREMIZU_FURANO

↑フレミズInstagramはこちら



第21回 JAふらの女性部総代会開催

2月16日、本所3階大会議室にて第21回JAふらの女性部総代会を開催しました。

JAふらの女性部松藤球代部長の挨拶により開会された後、JAふらの代表理事専務加茂博昭様よりご来賓のご祝辞を頂きました。

議案については、審議の結果、議案第1号から議案第2号まですべての議案が賛成多数により承認されました。また代議員より、託児用意のお礼や青年部との合同勉強会開催などの意見・要望が出されました。

総代会終了後は、情報発信部会「のんの」による活動紹介がこなわれました。ハウス作業が本格化するため講演会等はありませんでした。

第21回 JAふらの女性部総代会 議案別協議結果

議案第1号 令和5年度事業報告並びに収支決算について
議案第2号 令和6年度事業計画（案）ならびに収支予算（案）について

右記協議事項につきまして、全て承認されました。



JA女性組織綱領朗唱



松藤球代部長による挨拶

青年部から



JAふらの青年部 第20回代議員会議開催

2月22日、JAふらのの本所3階大会議室にてJAふらの青年部第20回代議員会議が開催されました。

JAふらの青年部塩尻一馬部長の挨拶により開会された後、JAふらの代表理事組合長植崎博行様、上川農業改良普及センター富良野支所長狩野康弘様よりご来賓のご祝辞を頂きました。議案第1号から議案第3号については、質疑応答が行われながら、全ての議案が賛成多数により承認されました。

また、佐藤裕二新部長から新役員の紹介がなされ、役員一同、青年部運営を頑張っていきたいと就任の挨拶がされました。最後に、JAふらの青年部谷本哲也参与より万歳三唱を頂き閉会致しました。

議案及び令和6年度青年部の役員は左記の通りです。今後とも青年部へのご指導ご鞭撻を賜りますようお願い申し上げます。

第20回 JAふらの青年部 代議員会議 議案別協議結果

議案第1号 令和5年度事業経過報告及び収支決算について
議案第2号 令和6年度事業計画（案）及び収支予算（案）について
議案第3号 令和6年度JAふらの青年部役員（案）の承認について

右記協議事項につきまして、全て承認されました。

役職	支部	氏名
部長	南	佐藤 裕二
副部長	上富良野	瀬川 悠太
書記長兼会計	富良野	亀渕 哲平
監事	中富良野	小林 拓矢
監事	上富良野	北野 淳也
理事	中富良野	工藤 和也
理事	富良野	高橋 裕也
理事	南	萩原 隆弘



JAから

総務部

フォーレスト店2階に 「レストラン キタキツネ」オープン



ホクレンショップフォーレスト店2階に「レストラン キタキツネ」が3月8日にオープンしました。昨年8月に「レストラン 四季の恵」が惜しまれながら閉店して半年ほど経ちましたが、ふらの地域在住の方が気軽に食べに來れるお店づくりを、ということで大変リーズナブルな価格で定食、麺類、カレー、丼物、パスタ、飲み物類を楽しんでいただけます。

外装看板等がまだ準備できていないオープン初日にもかかわらず、お昼には多くのお客様が訪れてこのスペースでのランチを嬉しそうに堪能していました。

内装等は四季の恵時代と大きく変わっておりませんが、今後キツネスペースを設けるなど家族連れの方にも利用しやすい環境を整えていくそうです。

長く愛されるお店となるよう、皆様も是非ご利用ください！



営業時間

11：30～20：30

休前日

11：30～16：00

休業日（当面）

- ・毎週木曜日
- ・第3水曜日

お問合せ先

☎0167-22-5528

アロック富良野カーセンター 春の自動車大商談会 開催



自動車大商談会の様子



燃料自動車課では2月17日・18日の2日間、アロック富良野カーセンターにて春の自動車大商談会を開催しました。地元販売店各社にもご協力いただき、おすすめの新车・中古車あわせて約62台をご用意しました。好天にも恵まれ、2日間の開催で計52組のお客様にご来場いただきました。たくさんのご来場・ご利用誠にありがとうございました。

アロック富良野カーセンターでは引き続き自動車商談会第3弾を4月13日・14日に企画しています。また、中古車情報も毎月更新していますので、JAふらののホームページより詳細をご覧ください。スタッフ一同皆様のご来場を心よりお待ちしております。

ハウスアスパラ出荷スタート!!



2月25日、ふらのの野菜のトップバッター「グリーンアスパラガス」の出荷が始まりました。

今年は昨年に比べ積雪が少なく、2月の天気にも恵まれたこともあり、昨年より約1週間早い出荷スタートとなりました。2月に出荷している産地は他に

く、早い時期からのハウス掛けや排雪作業などの苦労があつてこの時期からの出荷が実現できています。

ハウス栽培のアスパラは、3月20日頃から徐々に出荷量が増え始め、3月下旬から4月下旬が出荷最盛期となります。5月上旬頃から露地栽培のアスパラに切り替わり、6月いっぱいまで出荷が続く予定です。

今の時期しか味わうことができない季節ものですので、是非旬の味覚をご堪能ください。



令和6年度

新入職員



氏 名		配 属	出身校・前任	出身地	抱 負
ふじわら 藤原 ゆうた 侑大		販売部 青果施設業務課 施設業務係	釧路公立大学	旭川市	趣味は音楽を聞くことと体を動かすことです。配属部署はもちろんですが、どの場面でも挨拶や礼儀、そして笑顔忘れずにしたいと思います。これからよろしくお願いいたします。
たけやま 竹山 まさちか 真史		加工食品部 シレラ工場 シレラ工場係	札幌大学	岩見沢市	仕事をしていくうえで少し不安がありますが、まずは与えられた仕事をこなせるよう日々努力し、信頼される職員を目指していきたいです。また、組合員さんとのコミュニケーションも大切にしていきたいと思っています。よろしくお願いいたします。
か が 加賀 もえか 萌香		金融共済部 北エリア共済課 共済推進係 (中富良野担当)	京都産業大学	旭川市	農業に関しては明るくありませんが、学ぶことが好きなので、一日でも早く仕事を覚えて、組合員の皆様や先輩職員の方々に信頼していただけるような職員になりたいです。持ち前の笑顔で、気持ちの良いサービスを提供できるよう頑張ります。
おおばやし 大林 るな 留菜		金融共済部 本店 金融課 金融係	弘前大学	芦別市	小さいころからピアノ、大学からはクラシックギターに挑戦しています。音楽に元気をもらいながら、仕事も一生懸命に取り組んでいきます!最初は慣れずにご迷惑をおかけしますが、どうぞよろしくお願いいたします。
ふなつ 船津 なごみ 和未		購買部 燃料自動車課 燃料自動車係	東京農業大学	群馬県	JAふらのの皆さまと一緒に働けること、富良野での生活大変楽しみにしております。趣味は食べることで、富良野で美味しいものをたくさん食べたいです。至らない点があるかもしれませんが、精一杯頑張りますのでご指導のほどよろしくお願いいたします。
やまざき 山崎 ゆうと 湧登		購買部 燃料自動車課 山部給油所 営業係	富良野 緑峰高校	上富良野町	「やる時はやる、休む時はしっかり休む」をモットーにメリハリをつけて頑張っていきたいと思っています。これから沢山のことを学び、吸収していきたいです。よろしくお願いいたします。

氏 名		配 属	出身校・前任	出身地	抱 負
おかひら 岡平 直也		販売部 北エリア青果課 青果係	富良野 緑峰高校	富良野市	高卒の新人として初めて社会に出るので分からないことだらけですが、自分らしく元気に明るく仕事に取り組んでいこうと思っています。沢山ご迷惑をお掛けしてしまうかもしれませんがよろしくお願いいたします。
たに 谷 丈一郎		購買部 燃料自動車課 新富給油所 営業係	富良野 緑峰高校	上富良野町	趣味は音楽鑑賞です。最初は環境に慣れたり仕事を覚えたりと何でも大変だと思っているので、まずは確実に仕事や業務内容を覚えて早く仕事に適応していきたいです。未熟者ですが精一杯頑張ろうと思いますのでよろしくお願いいたします。
のりつき 法月 克暉		営農部 畜産課 畜産係	中途採用	札幌市	前職では小売店に勤務しておりました。未経験なことも多々あるかと思いますが、人一倍努力をし、一人前の職員として信頼して頂けるよう努力していく所存です。ご指導、ご鞭撻のほどよろしくお願いいたします。
ときた 時田 悠平		購買部 南エリア生産資材課 資材センター ひがしやま店 生産資材係	中途採用	札幌市	入組にあたり、富良野の素晴らしさを全国へ届けられるような職員になれるよう、日々精進して参りたいと思っております。また、これまでの職業経験を活かし、当組合へ貢献したいと強く考えております。
たかはし 高橋 歩実		金融共済部 春日金融出張所係	中途採用	富良野市	実家が農業を営んでいるため、昔から両親の話題に上がっていた職場で働くことは何か縁があったと思っております。私は第2新卒での入組になりますので前職で得た知識や経験を活かして、組合員さんのお役に立って信頼を得られる職員を目指して頑張ります。
ちば 千葉 昌平		購買部 燃料自動車課 富良野カーセンター 自動車整備係	中途採用	上富良野町	農畜産物を生産されている組合員の皆さまの縁の下で自動車の方面でサポートさせていただきたいと思います。上富良野町が生まれ育った街です。横の繋がりを大切にして参りたいと思います。自動車にかかるご相談をお待ちしております。
まつもと 松本 繕樹		加工食品部 加工食品業務課 加工業務係	正職員登用	富良野市	2015年から加工食品業務課の人参濃縮工場に勤務させていただき、この度は正職員登用されることとなりました。これからも一生懸命尽力し、上司先輩、皆様の指導を受けて頑張っていきたいと思いますのでよろしくお願いいたします。



第23回修了証書授与式・就農激励会

3月1日に農協本所の会議室にて、修了証書授与式が行われました。昨年度まではコロナ禍で入場者を限定した式でしたが、今年度は5年振りに制限のない式を挙行することができました。修了生は2名と少ないですが、多くのご来賓と在校生に見守られて、少し緊張感のある、素敵な時間を共有することができました。



修了証書を授与される彭さん



学生として最後の行事です



答辞を読む大島さん

授与式の後、続けて就農激励会を行いました。専攻科での研修のうち、埼玉研修と先進地視察研修の報告を修了生が行いました。懇談の時間も予定していたのですが、報告に熱が入り卒業論文発表会のような雰囲気となりました。

専攻科を修了して

彭 順 (中富良野町)

専攻科を修了して、二年間の学びは私にとって非常に貴重なものでした。最初は外国人としての不安がありましたが、学校の先生方と学生方は心温かく包容力があり、私の成長を支えてくれました。

先生方が定期的に農場を訪れ、実地での経験を提供してくれたおかげで、農業技術や知識を深めるとともに、異なる文化や背景を持つ人々との交流を通じて視野を広げることができました。これらの経験から、自分の農場を持ち、自ら経営することを目指したいと思うようになりました。

大島 康裕 (富良野市)

この二年間を振り返ると、農業の基礎知識はもちろん、道内外での様々な研修を通して多くの学びがありました。特に、埼玉の農家さんに二週間住み込みで働かせてもらった埼玉研修や、初めての風土や作物に触れることができた先進地研修では、農業に対する知見を深めることができました。また、幅広い年代や経歴の異なる学生や農業関係者との交流を通して、とても刺激的な学校生活を送ることができました。全国に五校しかない、働きながら通うことのできる農業特別専攻科が、近くにあること自体が本当に幸運

で恵まれた環境だったと改めて実感します。

ご支援いただき温かく見守ってくださった農協や富良野市の関係者の皆様、忙しい中通学を支えてくれた家族とパートナーさん、先生方並びに在校生の皆様は心よりお礼申し上げます。この農業特別専攻科で学んだ農業の基礎知識や、ここで出会った人々との繋がりを活かし、今後も学ぶ姿勢を忘れず、より良い農業経営を目指していきます。

北海道青年農業者会議

1月31日から2月1日まで札幌で行われた北海道青年農業者会議のアグリメッセージ部門に、専攻科1年生の間雄大さんが上川管内の代表として参加し、最優秀賞となりました。本間さんは3月5～6日の全国大会に参加します。



北海道代表として東京に行きます

【富良野税務署からのお知らせ】

令和5年分の確定申告の振替納付日は、次表のとおりです。

税金の種類	振替日
所得税及び復興特別所得税	令和6年4月23日(火)
個人事業者の消費税及び地方消費税	令和6年4月30日(火)

※振替日の前日までに預貯金残高の確認をお願いします。

退職辞令

発令日	所 属 部 署 名	氏 名	退職事由
令和6年2月29日	加工食品部 シレラ工場係長	福嶋友樹	依願退職
令和6年3月31日	販売部 青果第1課 青果第1係長	名原真吾	依願退職
令和6年3月31日	営農部 畜産課 畜産係長	寺井 傑	依願退職
令和6年3月31日	営農部 生産振興室技師長 兼 野菜苗センター統括〈上富良野担当〉(課長職)	やまうちまさひろ	依願退職
令和6年3月31日	購買部 燃料自動車課 上富良野給油所 営業係	ほそや 谷 亮 太	依願退職
令和6年3月31日	金融共済部 山部支店 金融課 金融係	とくなが なおみ	依願退職

第1回

理事会報告

令和6年2月26日、本所役員会議室で第1回理事会が開催され、次の事項について報告、協議、承認されました。

■ 報告事項 ■

1. 事業及び一般概況について
2. 子会社の決算報告について
3. 会計監査人の再任について
4. 令和6年度 監事監査事業計画について
5. 令和5年度 コンプライアンスプログラムの取組報告について
6. 令和5年度 コンプライアンス事故報告について
7. 組合員加入・脱退・資格変更・持分譲渡について
8. 令和5年度 労働保険事務組合の徴収・納付状況報告について
9. 令和5年度 資産自己査定結果および引当金について
10. 余裕金運用状況と信用事業業況報告について
11. 理事に対する利益相反取引の事後報告について(包括事前承認分)
12. 青果物販売状況報告について
13. 畜産取扱状況報告について

□ 協議事項 □

1. 令和6年度 役員と組合の取引基準について
2. 理事に対する利益相反取引の包括事前承認について
3. 組合員懇談会の日程について
4. 出資金の減額について
5. 令和6年度 貸出金利率の最高限度額及び信用供与額について
6. 融資案件について
7. 役員に対する融資案件について
8. 財務管理規程の一部改訂について
9. 令和6年度 余裕金運用計画と運用方針について
10. 令和6年度 玉ねぎ・にんじん・馬鈴しょ予約金について
11. 令和6年度 新規就農者激励状授与予定者について
12. 新規就農資格者の認定について
13. 固定資産の取得について
14. 令和5年度 決算処理方針について



人間ドックの勧め

J A北海道厚生連 旭川厚生病院

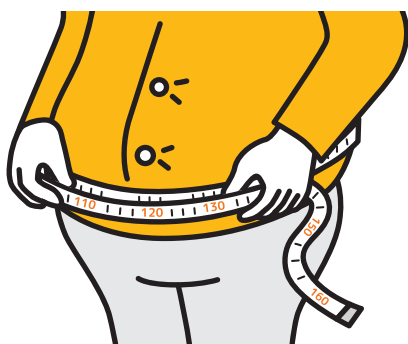
健康推進課 酒井 知 廣

人間ドックは
受けたほうが良い？

人間ドックは、身体計測、血圧測定、レントゲン検査、超音波検査、心電図検査、血液検査、生活習慣の医療面接などを行い、「自覚症状のない病気」や「病気になる可能性がある異常」を見つけ、早期発見や予防を目指すための総合的な健診です。

人間ドックでよく発見される疾患が高血圧や糖尿病、脂質異常症などに代表される生活習慣病です。生活習慣病は、しばしば痛みや苦しさがなく、症状として現れにくいいため、指摘されるまで気付かないことが少なくありません。

自覚症状がないうちに血管や臓器にダメージが蓄積している状態といえます。自覚症状のない例として、肝臓は神経がないため、肝硬変や慢性肝炎になっても痛みや症状を感じずそのまま働き続けます。しかし、ダメージが蓄積された結果、症状がでて気づいた時



には重症化しているといったケースがしばしばあります。それらを防ぐためには、腹部超音波検査とアルコールの摂取歴、血液検査等で肝臓の状態をチェックする事が必要になってきます。

生活習慣病は、食事や運動、肥満、喫煙、飲酒などの文字通り「生活習慣」によって引き起こされるものです。そのため、人間ドックで生活習慣病の早期発見やその兆候をつかみ、保健師から早期に生活改善のアドバイスを受け、生活習慣を見直すことは非常に重要です。

結果的に生活習慣病が直接的な原因となっているがんや脳卒中、心筋梗塞といった重大な病気のり

スクを低減し、受診者さんの健康寿命を延ばすことが期待できます。



がん検診としての側面

人間ドックには、生活習慣病を未然に防ぐことの他に、がんを早

期に発見できる事もメリットのうちの一つです。生活習慣病と同じく、未然に防ぐ、早期に発見する事が重要ですので、検査を受けることでがんリスクの早期発見につながるというメリットがあります。また、定期的に人間ドックを受診していれば、たとえがんが発見されたとしても、早い段階で治療へと移行することができ、転移するような大きながんへと進行してしまつ前に対処することも可能です。

胸部X-線検査、肺機能検査、喫煙歴を調べる事で、肺がんや肺気腫、慢性閉塞性肺疾患を調べます。胃バリウム検査は、胃がんと胃がんにつながる胃炎の精査。便潜血検査は、大腸ポリープや大腸がんは出血しやすいので、出血があった場合は精密検査へと移行します。

その他、婦人科がん検診や前立腺がん血液検査のオプションもありますので、がんの発見に効果的です。

また、当センターでは胃内視鏡

検査（胃カメラ）の実施を推奨しております。この検査では、胃だけでなく食道も観察できることから、早期胃がんや、食道がんの発見に大いに役立ち、特に経鼻の場合は、内視鏡スコープの直径がとても細く、鼻の穴から食道に入っていくため、口からの内視鏡と比べ咽頭反射が少なく、検査時の苦痛が少ない事が特長です。

そのほか、ドックでは肺のCT検査、婦人科がん、前立腺がんなど様々ながんに対する検査を実施できるため、がんの早期発見にはとても良い機会となります。



旭川厚生病院の 人間ドックの特長

旭川厚生病院健診センターは病院併設の健診施設として、人間ドック受診後の連携が整っているのが特長です。健診結果は院内全てで共有する事ができ、精密検査が必要な場合には保健師と面談し、専門的な診療科への受診予約をする事ができます。

また、旭川厚生病院は「がん診療拠点病院」（道内21箇所）及び、「がんゲノム医療連携病院」（道内9箇所）の指定を受けており、精密検査の結果でがんの疑いがある場合は、遺伝子検査を通じて、より精度の高い治療を選択できます。

そのほか、がん検診を含む各種オプション検査やPET検査、生活習慣病に伴う脳梗塞、心筋梗塞の判定など、健診項目をご用意しておりますので、この機会に是非人間ドックのご利用を検討いただければと思います。





農家ならではの工夫料理 逸品レシピ紹介



平成29年集大成として発行されたレシピ集より
抜粋、連載させていただきます。

JA南富良野支所女性部の事業「漬物・特産物料理コンクール」で表彰されたレシピをご紹介します！

第43回(平成26年)
柴田 真由美さん(幾寅)

材 料

じゃがいも……中1個
人参……1/2本
かぼちゃ……70g
薄力粉……110g×3
砂糖……大3×3
重曹……小1/3×3
水……30cc×3
塩……少々
油……適量
グラニュー糖……適量

作り方



1. じゃがいも、人参、かぼちゃは茹でてつぶす。
2. 1のじゃがいもに、薄力粉、砂糖、重曹、塩(ひとつまみ)をふるって入れる。
3. 水を加減しながら入れ、耳たぶよりかためにこねて、ひとまとめにする。
4. 人参、かぼちゃも同様にする。
5. ラップに油をぬり、まとめた生地をおき、その上にもラップをのせ、長方形にのばす。
人参、かぼちゃの生地も同様にする。
6. 3種類の生地を重ねて、のり巻きのように丸めていく。ラップにくるみ1時間くらい冷蔵庫で休ませる。
7. 生地を切り、170℃くらいの油で揚げ、グラニュー糖をまぶす。

野菜のうずまきかりんとう



ふらのの魅力やJA事業 お得な情報など随時更新!

!! check !!



<YouTube>



<Instagram>



<LINE>



女性部



フレッシュミズ部会
<Facebook>



フレッシュミズ部会
<Instagram>



情報発信部会
「のんの」
<Facebook>

編集後記

春を迎え、新たな始まりを感じる季節がやってまいりました。農協内部では3月に人事異動が行われ、各部署新しい体制としてスタートしました。新たなメンバー、初めての仕事で、いろいろな場所で活気が溢れてくるのを感じております。また、4月に入組されます新人職員には農協に新たな風を吹かせてくれることを期待しております。

組合員皆様におかれましても、春作業が始まり本格的な農作業のスタートを切っている頃だと思われまします。春の暖かな日差しに気が緩んでしまうこともあります。農作業事故に十分気をつけ、安全第一をお願い致します。(稲)

ふらの農業協同組合

本所	富良野市朝日町3番1号	TEL. 0167-23-3532	FAX. 0167-22-3232
上富良野事務所	空知郡上富良野町栄町2丁目2番45号	TEL. 0167-45-3131	FAX. 0167-45-4519
中富良野事務所	空知郡中富良野町南町4番31号	TEL. 0167-44-2211	FAX. 0167-44-3143
富良野事務所	富良野市朝日町3番1号	TEL. 0167-23-1819	FAX. 0167-23-6119
山部事務所	富良野市山部東町8番3号	TEL. 0167-42-2211	FAX. 0167-42-2488
南富良野事務所	空知郡南富良野町字幾寅979	TEL. 0167-52-2005	FAX. 0167-52-3113



JA ふらの

●皆様からの記事へのご意見・ご要望・情報がいましたら電話・FAX などでお気軽にご連絡ください●