

今年も開催!

# 総代会

## で思いを伝えよう

開催日時：5月24日(土) 場所：衣笠キャンパス



説明を読むだけで難しく感じるとは思いますが実際はそんなことないです！ 生協の組合員として、参加する意義があると思います！ みんなも生協に物申してみませんか？ ^^ 絶対前で何か発言しなきゃいけないってことはないので、衣笠キャンパスに遊びに行く感覚で気楽に見に来てみてください～！

### 今後のスケジュール

下宿生交流会

4/3、4/4、4/7(@OIC)

4/8(@全キャンパス)

4/10、4/12(@衣笠キャンパス、BKC)

ご当地お菓子フェア(@衣笠キャンパス)

食生活相談会 4月下旬(@衣笠キャンパス)

新入生交流会 4/23、4/25(@衣笠キャンパス)

4/16、4/25、5/1(@OIC)

総代会 5/24(@衣笠キャンパス)

自転車点検会 6月上旬(@衣笠キャンパス)

1回生のそこのあなた！  
生協学生委員として  
一緒に活動しませんか？



このRUCは生協学生委員会の委員が主体となって作成しています！他にも様々な活動を行っているので、ぜひ興味のある方は新入生交流会に遊びに来てみてください！上の写真は去年開催した新入生交流会の写真です！



P2 生協学生委員会  
ってなに～?  
「立命館のディーブな人」

P4 食堂のあれこれと大山乳业  
「特集」

P8 食堂の大人気メニューを再現!!  
「Rita大ner」

P12 みんなで意見を出し合おう!  
「総代会」

P14 立命生が選ぶオススメ  
春ソング!  
「突撃インタビュー」

R CO-OP

— in Spring —

# RUC

2025.4.1  
No.250

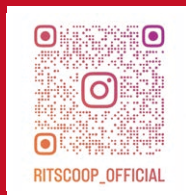
発行 / 立命館生活協同組合理事会  
編集 / 立命館生協 RUC 編集委員会  
京都市北区等持院北町 56-1  
TEL.075-465-8280  
URL <https://www.ritsco-op.jp/>



読者アンケート

## 生協インスタ告知!!

生協インスタ絶賛稼働中です！ 食堂でのフェアや100円朝食などイベント情報はもちろん、臨時の店舗営業時間など便利な情報が盛りだくさんです！ 自転車点検や食生活相談など参加したのに企画情報がわからないものもありますよね？ そんなときのためにこのアカウントをフォローしておくのとパッチリです。なかには学生が作成した一押し情報の投稿も…右側のQRコードからぜひフォローお願いします！



# 立命館 の ディープな人

## 生協学生委員会！

生協学生委員会ってなんぞや!?  
今回のディープな人では生協学生委員会を突撃インタビューしてきました！あまり知られていない生協学生委員の魅力をぎゅっと詰め込みました！

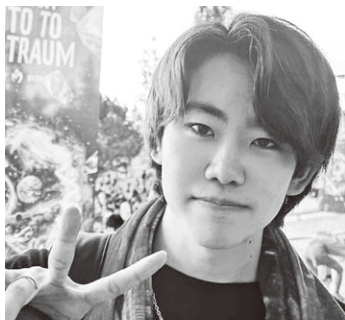
### KIC 衣笠キャンパス



産業社会学部メディア社会専攻 新3回生  
**A.Kさん**

**【新生入生に一言】** 新生活が始まり、楽しみな気持ちと緊張で複雑だと思いますが、大学生活は間違いなく一生の宝物の時間になると思います！たくさん挑戦できることも、様々な経験ができることも大学生ならではのと思うので、ぜひ一生に一度きりの最高のキャンパスライフを思う存分楽しみましょう!!

### BKC びわこ・くさつキャンパス



理工学部数理科学科 新3回生  
**R.Sさん**

**【新生入生に一言】** 楽しみな気持ちと不安な気持ちが入り混じっているかと思いますが、1度きりの大学生活なので、興味を持ったことにたくさん挑戦してみてください！一緒に最高のキャンパスライフを送りましょう!

**Q1** 生協学生委員会 (GI) とはどのような活動をしている委員会なのか教えてください！

**A** GIとは、生協学生委員会の通称で、立命館大学生協に加入しているすべての組合員がより良いキャンパスライフを送れるように多様な方面から企画を行う委員会です。自転車無料点検会や食堂での新メニューの発案、食生活相談会などの企画を常時行っています。また、新生入生説明会やウェルカムキャンパスフェスタ、下宿生交流会など、新生入生に対するの交流会開催とともに、加入促進の呼びかけを行う新学期系企画も行っています。多角的なアプローチにより、すべての組合員により良い生活を届けることを目的に活動している委員会です。

**Q1** 生協学生委員会 (GI) とはどのような活動をしている委員会なのか教えてください！

**A** 生協学生委員会 (通称GI) は、立命館大生がより楽しく安心してキャンパスライフを送ることができるようにさまざまな企画を行っている委員会です！企画というのは、新生入生と保護者の方を対象に行われる説明会やキャンパスツアー、交流会からはじまり、食生活相談会や自転車点検会、生協の機関誌であるRUCの発行など多岐にわたります。立命館大生のニーズに応える企画をするため日々活動しています！

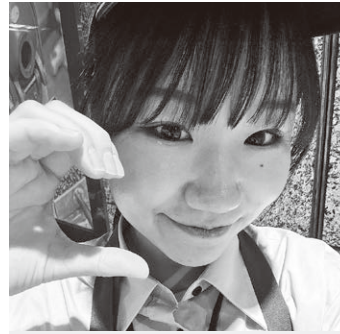
**Q2** 委員長としてどういった仕事をしているのか教えてください！

**A** 委員長として主にしている仕事は、全体統括に加えて、GI全体の雰囲気づくりやGIに対するサポートです。GIは各部局に仕事を振り、分業して、企画を運営しているため、委員長の仕事は全部局の仕事内容、企画内容の把握と、企画がスムーズに動くように支えること、そして、企画がスムーズにいかない時の対処とピンチヒッターのような役割を持っています。さらにGIの雰囲気づくり、意思決定の役割も同時に持っているため、その点に関してはプレッシャーを感じる部分も多少ありますが、GIというひとつの組織を引っ張っていくという役割は自分自身が成長するきっかけになり、そしてやりがいの多い仕事であると感じています。

**Q2** 委員長としてどういった仕事をしているのか教えてください！

**A** 委員長としての仕事は、主にGI全体のサポートです！GIでは、それぞれの企画や目的に応じて局というものに分かれているのですが、その局で企画がスムーズに進んでいなかったり、うまく連携が取れていなかったりする際にサポートします。また、副委員長や局長と話し合いながら、自キャンパスのGIの方向性を決定する役割も担います。そのため、責任が重く大変な仕事ではありますが、やりがいも多い役職です！

### OIC 大阪いばらきキャンパス



経営学部経営学科 新3回生  
**A.Oさん**

**【新生入生に一言】** 大学生活は自分の頑張りや行動次第でどこまで自分の力になれると思います！新生活で困ったことや不安なことがあれば、ぜひGIを頼ってください！まずは新生入生交流会でお待ちしております！

**Q1** 生協学生委員会 (GI) とはどのような活動をしている委員会なのか教えてください！

**A** GIは、新生入生交流会の企画、オープンキャンパスや新入学準備説明会のサポート、生協食堂に関する企画などのお仕事を頑張りながら、GIでの行事や遊びも全力で楽しむメリハリのある委員会です！

**Q2** 委員長としてどういった仕事をしているのか教えてください！

**A** 委員長として、会議など全体の統括や月2回開催する部会の運営、生協職員さんと学生委員の窓口係などを担っています。



#### 食生活相談会

自身の体脂肪率、筋肉量、アルコール体質、日頃の野菜摂取量などを知り、食生活をより良いものに改善することを目的とした企画です！この企画を通して、自分の健康状態を理解し、バランスの取れた食事を心がけることで、より充実した大学生活を送りましょう！



#### 自転車無料点検会

自転車整備士をお招きし、自転車の点検と整備を行っています！また、自転車に関する交通ルールクイズや、学生総合共済・賠償責任保険の説明、不備確認のチェックリストの配布もしております！



#### 国際キャンパスツアー

主なツアー内容としては、生協店舗の場所や利用方法を含めた案内、そして最後にみんなで食堂を実際に利用してランチをするという企画です！参加者の留学生も私たち学生委員も楽しみながらツアーしてます！



#### GI運動会

GIでは様々な企画を行っていますが、お楽しみ企画の1つとしてGI運動会を毎年夏頃に開催しています。運動会を通して、GI同士の絆が深まるので、とても思い出に残る楽しい企画です！



#### ハロウィン部会

ハロウィン部会では、GIは各々仮装して部会に参加します。メイド服やキャラクターの着ぐるみなど、毎年個性溢れる仮装がみられます(笑)お菓子を持ち寄ってゲームをしたりします！



#### 下宿生交流会

下宿をする新生入生をターゲットにしたイベントです！これから下宿をするにあたっての不安を解消すること、たくさんの人と友達となることを目的とした、毎年恒例の大人気イベントとなっております！



組合員向け企画

お楽しみ企画

# 食堂人気メニュー & フェア紹介

今回の特集では食堂の人気メニューランキングや年間フェアスケジュールなど、生協食堂のあれこれに加えて、昨年からバージョンアップし続けているテイクアウトメニューを含めた『生協での食事』にフォーカスした内容をご紹介します！このページから気になるメニューをぜひ見つけてみてください！新学期が始まり、慣れないことも多いと思いますが、バランスの良い食事を心がけて、毎日元気に頑張りましょう！※以降のランキングはOIC Cafeteriaで調査したものになります。また、使用しているイメージとは異なる場合がございます、ご了承ください。

## 年間人気メニューランキング

### おかず部門

#### 1 チキン南蛮

#### 2 ササミチーズカツタルソース

#### 3 チキン甘辛ステーキ



1位はチキン南蛮！タルタルソースとの相性が良く、ジューシーで美味しいです！チキンが2枚入っているのでボリュームも満点です！

### どんぶり部門

#### 1 ピリ辛サーモン丼

#### 2 豚塩カルビ丼

#### 3 塩だれカツ丼



1位はピリ辛サーモン丼！ピリ辛のサーモンでご飯が進みます！価格のなかなかな一人暮らしでは買うことの少ない刺身をこのメニューで手軽に味わうことができるのも大きな強みだと思います！

### 小鉢部門

#### 1 オクラ巣ごもり玉子

#### 2 さっぱり揚げ出し茄子

#### 3 ほうれん草ゴマナムル



1位はオクラ巣ごもり玉子！ヘルシーで栄養満点！まぜそばメニューに入れて食べてみたり、ご飯にかけて卵かけご飯風の食べ方ができたりと、その万能さから、このメニューの人気は圧倒的！

### 麺部門

#### 1 台湾風まぜそば

#### 2 鶏天うどん・そば

#### 3 担々麺



1位は台湾風まぜそば！ピリ辛で食欲がそそります！小鉢ランキングで紹介したオクラの巣ごもりと一緒に食べると麺の喉越しが上がり、辛さもマイルドになってとても食べやすくなりますよ！おすすめです！

## フェア紹介

生協食堂では、さまざまな料理を通して多様な食文化に触れ、楽しんでもらえるよう、さまざまなフェアを実施しています。各地のご当地料理をお手軽に楽しめる九州沖縄フェア・中部東海フェア・北海道フェアや、健康に気遣いながら食事を楽しめる管理栄養士フェアなど、どのフェアにも魅力がいっぱいです！九州沖縄フェアのとり天、管理栄養士フェアの柚子胡椒香る鳥塩まぜそば、北海道フェアの鶏ザンギなど学生からの人気も高くオススメです！ぜひ頼んでみてください！日々の同じ物ばかり食べる食生活にちょっとしたアクセントを加えてみては？

- 5月中旬 九州沖縄フェア
- 6月中旬 管理栄養士フェア
- 7月 人気メニューフェア
- 10月中旬 中部東海フェア(新)
- 11月中旬 北海道フェア
- 12月 一年ありがとうフェア



※これらのフェアは予定せず時期を変更することがございます。ご了承ください。

### 弁当 + Take Out

生協では様々な弁当・テイクアウト商品を販売しています。ドンペリは鶏どり丼、和風かつ丼、海老カツ玉子丼などさまざまなメニューがありますが、箱弁当も唐揚げ弁当、回鍋肉弁当、鶏天弁当など新たなラインナップを取り揃えていく予定です！乞うご期待！特に鶏どり丼は様々な鶏肉を使ったおかずが入っており、鶏料理好きにはたまらない丼！売り切れることが多い人気メニューですので、食べてみたい方は早めに購入しましょう！また、メロンパン、チュロス、チョコクロワッサンなどの菓子パン、トンカツサンド、ハンバーグサンド、白身魚サンドといったサンドイッチも手軽に食べることができておすすめです！食堂で食べる食事以外も楽しみたい、あまり時間がない、そんな方はぜひ利用してみてください！



### 夜限定メニュー

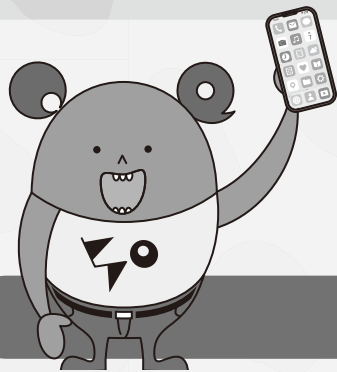
生協食堂では、昼夜で食堂を利用する学生により楽しんでいただけるよう、普段食べることがないようなものを盛り込んだ夜限定メニューの販売も行っています！4月からは塩麹黒胡椒チキン、ビッグチキン南蛮、生姜焼きなどの新メニューも夜限定で販売する予定です。内容量をよりボリュームにすることも検討中なので、楽しみにしてください！



### 食べたいメニュー募集



立命館大学生協食堂では、皆さんが食べたいメニューを募集しています！“あんなメニューを食べたい！”、“こんなメニューがあったらいいな”という皆さんの意見を聞かせてください！ひとことカードに書いたあなたの意見が即採用されるかも!!？生協は組合員一人一人に還元する運営をしています！あなたの貴重な意見、もっとたくさん聞かせてください！



# CoMenu & 大山乳業特集



## 1 コメニュ



コメニュ

### コメニュとは

コメニュとは、大学生活において欠かせない食堂に関するものなので、知っておくとても便利です。そんなコメニュで、一体どんなことができるのかというと「メニューの確認」

や「営業時間の確認」などです！今回は使い方だけでなく、便利な機能も紹介していきますので、この機会にコメニュをマスターしちゃいましょう！



### 開き方(アクセス方法)

まず初めに、コメニュの開き方(アクセス方法)についてご紹介します。

- Step1. 検索サイトで「立命館大学 生協 コメニュ」と検索
- Step2. 立命館生活共同組合の公式HPをタップ
- Step3. HP右上のMENUをタップ
- Step4. 「食堂・コンビニ」の欄をタップ
- Step5. 「食堂メニュー情報 CoMenu」をタップ

以上の5stepを踏めば、コメニュを開くことができます！



### 利点

次に、コメニュの利点を三つご紹介します。活用できると便利な機能だらけなので、ぜひ使用してみてください！

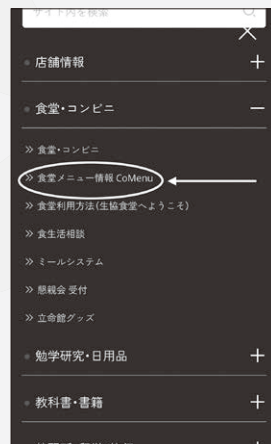
一つ目は、食堂メニューをパッとみることができることです。

立命館大学には複数の食堂があり、メニューが食堂によって異なります。コメニュでメニューを事前に確認することで、食べたいものが売られている食堂に行くことができます。二つ目は、カロリーや栄養素、値段が食堂に行かずともわかることです。

大学生、特に下宿生は食生活が乱れる傾向に

あります。コメニュで栄養素を確認することで対策にもつながります。また、食べたいメニューの「トレーに追加」ボタンを押すと、Myトレーに追加され、合計のカロリーや栄養素について知ることができます。三つ目は、人気メニューがわかるランキング機能です。

このランキングは、実際に食べた人が行った三段階の評価をもとに作成されています。誰でも評価することができるので、おすすめしたいものがあれば評価してみてください！以上の三機能を使って、食堂での食事をお楽しみください。



### 使い方

最後に、コメニュの具体的な使い方です。開き方(アクセス方法)の5step後から、存心館食堂を例に説明します。

- Step1. 利用したい施設をタップ(ここでは存心館食堂をタップした場合)
- Step2. メニューをタップ

以上の2stepを踏めば、メニューが見られるようになります。また、ランキングを見たい場合はランキングをタップすると見ることができ、Myトレーを見たい場合は「トレーに追加」ボタンを押した後に下へスクロールすると見ることができます。



## 2 大山乳業

### 大山乳業と生協の関わり

大山乳業と生協は、昔から密接な関係を築いてきました。特に、大学生が健康的な生活を送るために、メニューや商品に大山乳業の製品を取り入れる工夫を行っています。これにより、学生たちは栄養価の高い食品を手軽に摂取できるようになり、健康維持に役立っています。また、大学生向けの特別なメニューを提供することで、食生活の改善を図る取り組みも行われています。こうした活動は、学生の健康をサポートするだけでなく、地域の農業や乳業の振興にも寄与しています。



### 大山乳業の歴史



大山乳業は、昭和21年7月21日に設立されました。以来、同社は生産、処理、販売の一貫体制を整え、生乳の品質向上に努めてきました。また、循環型酪農の実践にも力を入れており、持続可能な農業の推進を目指しています。これにより、地域社会や環境に配慮した取り組みを行い、より良い製品を提供することを目指しています。

### 大山乳業を取材してみた感想



産業社会学部 3 回生 H.Kさん

大山乳業を取材してみると、同社の想いや理念について深く知ることができました！大山乳業は、牛を育てるところから販売に至るまで、すべてのプロセスにこだわりを持って取り組んでいることが印象的でした。そのため、設立以来多くの人々に愛され続けているということが、取材を通じて強く伝わってきました！特に、彼らの生乳に対する情熱や、循環型酪農の実践に対する真摯な姿勢から地域社会や消費者との信頼関係を築く要因となっていると感じました！大山乳業の製品を通じて、彼らの思いを感じることができるのは、とても素晴らしいことだと思います。



# Di Rits大ner

リッツダイナー

2025年度、最初のRits大nerは、生協の人気メニュー再現してみた！です。  
生協メニュー確認サイトCoMenu（コメニュ）にて、最高評価の「大好き！」が410件（編集当時の超人気定番メニューオクラ巣ごもり玉子と、期間限定メニューで大人気のチゲ豆腐を作ってみました！  
自宅でも再現したいという声が多く上がっているこれらのメニューを、ぜひ自炊への初めての挑戦や、久しぶりの自炊として試してみてください！！



## 材料 (1人前)

オクラ…………… 3本      麺つゆ……………20cc  
たまご…………… 1個

## ポイント

- 卵をレンジする時は、箸などで黄身に穴を開けないと爆発するよ。気をつけよう！
- 材料がとてもシンプルでオリジナリティを足しても良い！  
(麺つゆの代わりに醤油を注いで、ご飯にかけて「卵かけごはん」  
梅肉をそえて、冷奴にかけて「さっぱり冷奴」)

## 料理名

### 生協1番人気メニュー

# オクラ巣ごもり玉子



プレゼンター  
文学部2回生  
H.Kさん



## 作り方・手順

- ①鍋でお湯を沸かし、オクラを軽く茹でる。
- ②流水で冷やし、オクラをカットする。
- ③たまごを耐熱コップに割り入れ、被る程度に水を注ぐ。
- ④ラップをしてレンジで40秒加熱する。  
(理想は温泉卵)
- ⑤水を捨てる。
- ⑥小鉢に、カットしたオクラと温泉卵を盛り付ける。
- ⑦麺つゆを注ぐ。

## 感想

いつも生協食堂で食べているあの味をたった3つの材料で美味しく作ることができます！  
料理が苦手な筆者でも簡単に作ることができたので、普段料理をしていなかったり料理が得意ではない人にもオススメです！

## 料理名

### カラダの中から温まる

# チゲ豆腐

## プレゼンター

産業社会学部2回生 H.Kさん



## 材料 (1人前)

豆腐(絹)…………… 80g      刻みネギ…………… 2g  
豚肉…………… 30g      キムチチゲスープ…………… 18g  
生卵…………… 0.5個      焼肉のタレ…………… 9g  
白菜…………… 70g      ごま油…………… 1g  
玉ねぎ…………… 30g      水…………… 150cc

## ポイント

- それぞれの具材を入れるタイミングに注意する。
- アクをきちんと取り除く。

## 感想

想像以上に美味しくできました！自炊のレパートリーも増えるし、レシピを公開してくれているのってありがたいですね！ですが、調理の手間や材料費などを考えると、食堂で安価で食べることができるって幸せだなと実感しました。

## 食堂職員コメント

### オクラ巣ごもり玉子

野菜とたんぱく質が1皿でとれる優れたものです。オクラは、水溶性の食物繊維、その他、ビタミンABCが含まれる、おすすめのお野菜です。あと1品に迷ったら絶対コレ！

### チゲ豆腐

豆腐にお肉、卵にお野菜と、いろんな種類の食材が1皿で食べられる、バランス抜群の1品です。辛み成分で代謝促進!! 体温上昇! 疲れている時に元気をくれる1品です。メにご飯を入れても美味しいです。



## 作り方・手順

- ①豆腐を食べやすい大きさに切る。
- ②卵を溶いておく。
- ③白菜をざく切りする。(3~5cm)
- ④玉ねぎを薄く切る。
- ⑤鍋に水と調味料を入れ沸かす。
- ⑥豚肉を入れ、アクを取る。
- ⑦豚肉に火が通ったら、野菜、豆腐を入れる。
- ⑧再度沸いてきたら溶き卵でとじる。
- ⑨仕上げにごま油を加える。
- ⑩器に盛り付けて、最後に刻みネギをトッピングする。

## 自慢のレシピ教えてください!

### 企画参加の手順

- 1 下部のQRコードからGoogle Formsにアクセスする。
  - 2 Google Formsに全て回答する。
- レシピはいくつでも大歓迎です！どしどし送ってください！期間の制限は設けないので、いつでも回答いただけます！

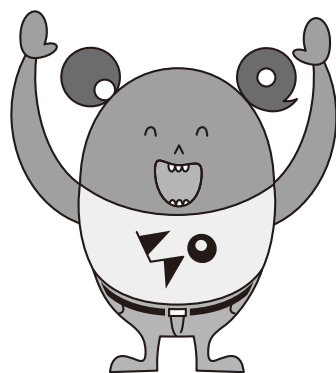
### Google Formsはコチラ



# \\ 知っておこう! //

## 生協ショップで

### できること



## 1 立命館パソコンの修理

生協ショップでパソコン修理ができることを知っていますか？

立パソなら4年保証がついているのでキャンパスの生協ショップにパソコンを持っていくことで自己負担額が最大5000円で修理することができます！

保証範囲は自然故障・破損・水漏れ・火災落雷・盗難とメーカー適用外のものまで幅広くあり、修理にパソコンを出している間はその場で貸出機を借りることができるので直後の授業も安心して参加することができますよ。

また、初期設定や学内ネットワーク設定などのサポートも無料で受け付けているので困ったことがあれば生協ショップに駆け込もう！



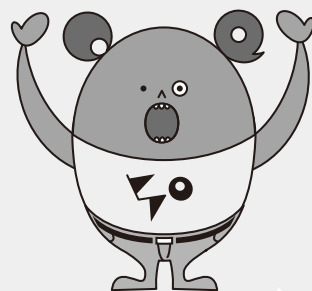
例えば...

パソコンに水をこぼして動かなくなりました！  
**診断**：水漏れによる起動不可  
**修理対応**：メインボード、アッパーカバー、ロアカバー、LEDタッチパネル要交換  
**修理料金**：146,960円  
 ↓↓↓  
**なんと…自己負担額5000円に!!**

## 2 生協マネーが進化

生協マネーのチャージ方法が増えてもっと使いやすくなりました！

これまで生協マネーをオンラインでチャージするには、コンビニクレジットカードのみでしたが直接銀行口座から引き落としすることが可能になりました！これまでクレジットカードの番号を毎回入力していた人も「銀行口座払い」から口座を登録することで手間をかけず素早くチャージをすることができます。これまで通り電子マネー利用履歴でチャージ・決済金額が確認できるので家計簿をつけるのにも安心です。



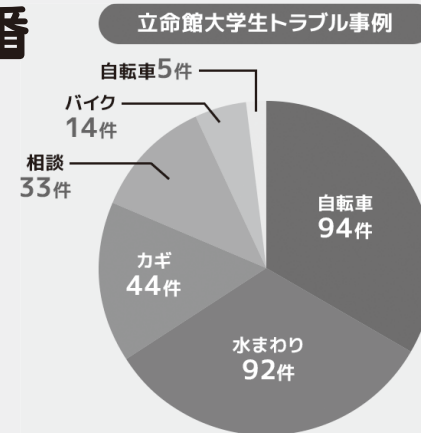
「銀行口座払い」実際に時間を測ってやってみると…チャージにかかった時間はなんとわずか15秒!! クレジットカード払いと比べると約1/3の時間でチャージすることが出来たよ!



## 3 安心保証の学生110番

自宅生でも申込可能！  
 トラブル発生でも無料で対応！

突然ですが帰宅したら、カギがないことに気づいたなんてことありませんか？ 水道管が詰まったなんてことも起こるかもしれません。一人暮らし時の家のトラブル、深夜帯での急な困りごと等今すぐ助けてほしいけど頼れる人がいないなんてことがあったら大変ですよね。そこで学生生活110番に加入すると水回り・鍵・ガラス・自動車・バイク・自転車のトラブルを24時間365日全国各地でも無料で出勤対応してもらえることができます！なんと学生本人はもちろん、二親等以内の家族にもサポートがつくので両親・兄弟・祖父母の方にも安心して生活してもらうことができます。また生活相談電話サポートもついているので、紛失・盗難や就労など様々な悩みを相談することもできちゃうんです。トラブルが付き物の学生生活、いざという時助けを求められることができる保証を手に入れることが肝心です！加入手続きは各キャンパスの組合員センターでできます。なお、生協の学生組合員であることが必要です。



### 学生生活110番を使った立命生の感想

ある時外出時に家の鍵をなくしてしまったことに気がきましたが、遅い時間だった為管理会社も閉まっていたので困ってました。そこで学生生活110番のことを思い出して電話したらすぐに駆け付けてくれて扉を開けてくれたので助かりました。無料で対応してくれたのも嬉しいポイントでした。



情報理工学部  
3回生



## 4 生協で色々お得に!?

お得が色々！旅行から就活まで～

生協から申し込みをすればお得に就活や資格、旅行など多くのイベントに参加することができます！

### ◆資格

立命館生協は各資格学校の申し込みも受け付けていて、組合員割引やキャンペーンなどからお得に申し込みできます！また、27の資格・講座が年額1万円で動画見放題になるWEB講座サービスも展開しています。

### ◆教習所

各キャンパスにて相談会を開催しています。相談会は申し込み特典が配布されることもあるので要チェックです！また生協で申し込みをすればキャッシュバックや生協マネーが支給されることもあり、かなりお得に免許を取ることができます。

### ◆就活

就活に欠かせないインターンシップ・就活スーツに大学生協割引が適用されます！ネクタイ、ストッキング、カバンも割引価格になり大手スーツ販売店及び系列店で使えるので要確認ですよ！

### ◆旅行

国内・海外でお得に学生旅行を楽しめちゃいます！早割や24時間日本語サポートがついてくるものもあるのでスペシャルな学旅を楽しんでいきましょう。また、映画館や遊園地などで使える生協割引クーポンもあるのでお得に思い出づくりをしていきましょう！



# 総代会ってなあに？

## 総代会とは……

大学生協に関する意見や要望を直接伝えられる場所です！つまり、総代会は生協の意思決定の最高議決機関です。組合員（大学生協に加入している人）の意見を取り入れるために、総代さん（組合員の代表）が発言したり、意見を出したりして下さいます！

## 具体的に何をするの？

### ① 議案の承認

生協の運営や活動についての報告や提案を聞き、承認します。承認がなければ、生協は活動できません！

### ② 討議

総代さんが生協へ意見や要望を伝えます。

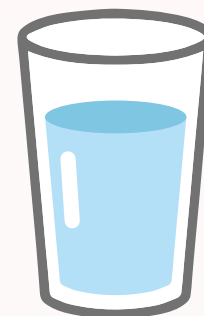


## 何のために行うの？

組合員の意見を取り入れ、よりよい生協にしていくために総代会は開催されます。大学生協は、食堂や購買、学生総合共済といった事業を行っており、多くの組合員からの出資金によって運営されています。そのため、大学生協を利用する組合員にとってより良いものにする、という形で還元しています。



## 実現例



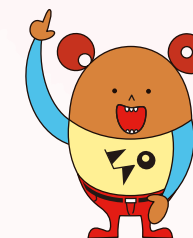
## 食堂の ウォーターサーバー

2023年まではウォーターサーバーが食堂になく、毎回ペットボトルの水を買わないといけませんでした。しかし、利便性と環境の観点から、総代会で意見を貰い設置されました！



## 他にも……

- 混雑の緩和
- 食堂メニューの多言語対応などの案があがりました！



# 今年の総代会の日程 5/24 土 @衣笠キャンパス

## 最後に

名前や説明を聞いて、正直難しいなと感じた方もいると思います。しかし、生協に直接意見を言える機会は年に一回、この総代会しかありません！絶対に意見を言わないといけないということはありません。生協の現状とこれからの展望に少しでも興味をお持ちの方は、ぜひ、気軽に参加してみてください！

今年の総代会は5/24(土)、衣笠キャンパスにて開催します！興味を持った方、参加してみたいと思った方はこちらのGoogle Formsへの回答をお願いします！一分間ほどで完了する簡単なフォームです！（皆さんの個人情報は総代会運営にのみ使用させていただきます。ご了承ください。）



Scan me!

立命生に突撃インタビュー!!

教えて!  
おすすめ春ソング



明るい気分になれる春曲



経済学部  
2回生  
O.Rさん

春の歌

メンデルスゾーン

美しいながらも軽やかで爽やかな旋律が春らしさ満点で気分が晴れる感じが最高です!



薬学部  
3回生  
T.Mさん

Blue Print

Stray Kids

春っぽく爽やかさが印象的な楽曲で、明るい未来を信じて進む姿勢が歌詞に込められており、ポジティブなメッセージ性も魅力的です!



食マネジメント学部  
2回生  
T.Kさん

chessboard

Official髭男dism

歌詞から、過去を忘れずに大切にしながら前を向かって感じが伝わって、卒業とか別れ後の新しい環境での春がんばる!って思えます!



薬学部  
2回生  
C.Oさん

サクラ咲ケ

嵐

前向きなメッセージが詰まった応援ソング。力強いメロディーと嵐のエネルギッシュな歌声が最高。

別れの季節に聴きたい春曲



理工学部  
2回生  
A.Kさん

花びら

マルシィ

切ない別れや過去の思い出をテーマにした感動的な楽曲で、メロディーは優しくも力強く、感情を引き立てるアレンジが深く響きます。



情報理工学部  
3回生  
N.Wさん

栞

クロープハイブ

お別れの曲で大切な友達と離れちゃう人には刺さると思う。励ましというが楽しかった思い出を振り返る感じが良い。



食マネジメント学部  
2回生  
I.Sさん

桜が咲く前に

きのご帝国

別れの季節の春に今までを振り返りながらこれから新しい春を歩き出す曲です。



食マネジメント学部  
1回生  
N.Kさん

桜が降る夜は

あいみょん

桜が舞い散る夜を背景に、恋の儂さや温かさが歌詞に込められています。サビの高音がポイントです!

優しい気持ちになれる春曲



情報理工学部  
3回生  
I.Cさん

チェリー

スピッツ

褪せない名曲! 気が付いたら口ずさめます。春の温かさを感じるのは絶対この曲だと思います!



理工学部  
3回生  
N.Rさん

ガーデン

藤井風

歌詞が良いのはもちろんのこと単調の曲かなくて思わせての2番で転調がとてもいいだんだん上がっていく感がよきよき。



理工学部  
3回生  
S.Rさん

ケセラセラ

Mrs. GREEN APPLE

新しい環境で不安なときでも背中を押してくれる一曲です!!



理工学部  
1回生  
K.Tさん

Prayer X

King Gnu

アニメのEDでもあり、独特な世界観と感情豊かな表現が聴く人に強い印象を与える一曲です。カッコいいです。

どれも、春の雰囲気を楽しむのにぴったりの曲ばかりでしたね! 今の気分に合いそうなものはありますか? まだ聞いたことない曲を聞いてみるのもいいかもしれませんね。新しい季節は素敵な音楽と一緒に過ごしていきましょう!





# 活 動 報 告



## ブロック大会



ブロック大会とは関西北陸ブロック大会の略で各大学のブースを回り、他大学の印象的な取り組みを自大学生協で活かすために行われる大会です。今回の場所は神戸国際展示場で、4時間かけて行いました！ OICでは24名が参加し、全体では296名という大規模で執り行われました！



関西地区の国立・私立大学や富山の大学など、全国各地の大学から多くの生協学生委員会が集まり、各大学の特色ある活動内容や、様子をまとめたポスターや冊子を提示しながら各大学が取り組んでいる活動の説明を行いました！ 大会で印象深い企画の数々をメモし、当日参加できなかった学生委員にも情報を共有することで新たな企画を構想するためのロールモデルとすることができました。



## 自転車点検会



OICでは2月12日に自転車点検会を開催しました！ 自転車点検会では、プロの整備士をお呼びして無料で点検していただいています。忙しくて点検に行けない人でも大学への投稿がてらに点検してもらい、安心安全な学生生活を送れるようにという願いを込めて企画を実施しました！ 今回は50名を超える皆様に参加していただきました！ 自転車点検は、自転車の性能や安全性を維持するために重要です。今年も6月に実施するのでぜひお越しください！ 各キャンパスで自転車点検会の日程が異なる場合がございます。詳しい日程は生協学生委員会の公式Instagramをご確認ください！（フォローは裏表紙からよりしくお願いします！）



参加者数50人超え!! 多くの参加者に満足していただきました！



## 総代会クリスマス企画



総代会をみなさんは知っていますか？ 総代会とは生協への意見、要望などを直接伝えることができる場です！ 今回はクリスマス企画と題し、みなさんの意見や要望が生協店舗に反映される一つの例としてドンペリを用いたクリスマスケーキの人気投票と、その結果に伴うケーキの値下げが実際されました！



この企画を通して生協組合員一人一人の意見が生協店舗の運営に大きく反映されていることを実感してもらえたと思います！ また、ドンペリの空き容器を投票券とする工夫によってドンペリの認知度を上げるとともに、回収率が低迷している現状を打破する足掛かりにすることもできました！ 本企画にご参加いただいた皆様、本当にありがとうございました！ 今後ともドンペリ回収へのご協力と総代会企画への参加をよりしくお願いします！



## 新入学準備説明会



2月22日に今年最初の新入学準備説明会を行いました！ 今年は全6回の説明会実施を予定しています。説明会では、新入生とその保護者に向けて、入学する前の不安を解消するための説明だけでなく、学生委員の実体験を交えながら校内を回るキャンパスツアー、食堂体験をしてもらうことで大学生活への具体的

なビジョンを持ってもらうサポートをすることができました！ 各学部の現役大学生から大学生活やこれから準備しておくべきことなどさまざまな話を聞けてとてもためになった、来てよかったという声を多数いただきました！ これからも新入生と大学の架け橋になれるよう生協学生委員会一同、パワフルに活動していきます！



# ケガや病気をしたら 生協の共済カウンターへ!!



## 共済金給付実績・給付事例

共済事由	件数	金額
病気入院	44	2,970,000 円
病気手術	31	1,550,000 円
事故入院	13	2,380,000 円
事故手術	15	750,000 円
事故通院	81	2,630,000 円
こころの早期対応保障	14	140,000 円
小計 [本人]	198	10,420,000 円
親扶養者死亡	2	1,000,000 円
<b>合計</b>	<b>200</b>	<b>11,420,000 円</b>

## 2025年2月

給付事例
<b>【病気】 文学部 2回生</b> 急性胃腸炎のため、入院治療した。 入院 8日 共済金 80,000 円
<b>【スポーツ事故】 経営学部 2回生</b> ホッケーの試合中、相手のスティックが膝に当たった。 通院 2日 共済金 4,000 円
<b>【日常生活上の事故】 経済学部 2回生</b> 長時間の入浴後、立ち眩みが生じ、椅子につまずき転倒、首に痛み。 通院 1日 共済金 2,000 円

給付を受けた  
学生さんより

スポーツをやっていると、ケガはつきものです。  
CO・OP 学生総合共済に加入していて助かりました。  
お金の心配をせずにすみしました。

## 給付申請・契約内容確認

Webで	キャンパスで	電話で
<b>共済マイページ</b> 待ち時間なし！いつでもどこでも 24時間 Webからお手続きOK！ 利用登録後、ログインください。 * 契約状況・時期・ご請求内容などにより お取り扱いできない場合がございます。	<b>生協の共済カウンター</b> キャンパス内でお手続きできます。 ・衣笠センター [志学館地下] ・BKCセンター [リンクショップ内] ・OICセンター [OIC Shop内] * 立命館生協 HP にて最新の営業時間をご確認ください。	<b>コープ共済センター</b> ☎ 0120-16-9431 【月～土】 9:00～18:00 * 祝日も受付 12/31～1/3 休業

共済担当者より  
新学期慌ただしいと思いますが、  
ケガには気を付けてください



営業時間



立命館生活協同組合



## APU CO-OP 報告

### ピロシキで社会貢献しよう！

こんにちは！ APU Student Coop (ASC) です！  
今回は、ASCの繋がり・交流部署が12月に取り組んだ「ピロシキ企画」について紹介します。  
ピロシキとは、ウクライナの家料理の一つで、キャベツやジャガイモ、鶏肉など様々な具材が入った、外はサクッと中はふんわりとしたパンです。  
レストラン「リトルウクライナ」では、この美味しいピロシキを販売しており、ウクライナからの避難民の雇用支援や、ウクライナの子どもたちへの教育支援を行っています。その活動に共感したAPU-COOPは、店舗でのピロシキ販売を決定しました。しかし、他の焼き立てパンと比べて価



格が高めであるため、売れ行きが伸び悩むという課題がありました。  
そこで、ASCの繋がり・交流部署は以下の3つの取り組みを行いました。

#### 1. リトルウクライナへのインタビュー

お店の設立背景や魅力について取材し、より多くの人に知ってもらうための情報を集めました。

#### 2. ポスターの作成

ピロシキの美味しさや、購入が社会貢献につながることを伝えるポスターを制作し、APU生に向けてPRしました。



#### 3. 宣伝動画の制作・公開

インタビュー映像やピロシキの魅力伝える1分動画を作成し、YouTubeで公開。また、APU-COOPの店舗内テレビでも放映しました。

現在APUCOOPでは、4月の開講に向けて、ピロシキのミール販売やもう一つの郷土料理「ボルシチ」の販売も計画しています。

これからも活動を通じて、ピロシキの魅力を多くの人に伝え、より多くの支援につなげられるよう頑張ります！

## 理 事 会 報 告

第5回理事会	【主な報告内容】	【主な審議・議決事項】
2024年10月22日(火) 出席理事 20名 出席監事 7名	・学業継続支援について ・事業等に関する報告について	・新入生対応準備状況
第6回理事会	・学業継続支援について ・事業等に関する報告について	・食堂価格改定について
2024年11月26日(火) 出席理事 20名 出席監事 5名	第7回理事会	・学業継続支援について ・事業等に関する報告について
2024年12月24日(火) 出席理事 20名 出席監事 4名	・学生委員会組織について ・学業継続支援について ・事業等に関する報告について	・食堂メニュー再度価格改定



No.250

編集/立命館生協RUC編集委員会  
発行/立命館生活協同組合理事会

〒603-8577 京都市北区等持院北町56-1 TEL075-465-8280/465-8192  
発行人 風折 昌樹 / 編集人 佐藤 由紀 / 印刷 株式会社きかんしコム

(非売品) 2025年4月