

リッコレ RBC 編

立命館大学の3つのキャンパスで活動している立命館大学放送局(RBC)！ RBCは3つのキャンパス合わせて約130名の局員が所属し、番組制作だけでなく、司会、取材、カメラ、音響、編集など、『放送』に関わる幅広い活動を学生自身で取り組んでいる団体です。また、主な活動拠点は衣笠キャンパスで行っています。今回は、RBCが普段どのような活動をしているのか、そして局員たちがそれぞれの目標に向かってどのように努力しているのか、その舞台裏に迫ります！

普段どんなイベントに参加していますか？

学内・学外を問わず、学園祭や「びわこジャズ」などのイベントでMCや機材オペレーションといったステージ運営を務めています。また、「立命の家」での小学生向けの活動など、地域や大学と連携した企画運営にも幅広く参加しています。



RBCはアナウンス以外にどんなことをされますか？

立命館大学放送局にはアナウンス部、音声技術部、映像技術部、制作部の4つがあります。アナウンス部はアナウンス、朗読、MCなどを行います。音声技術部は音の調整や音の編集、音声の切り替えを行います。制作部はCueシートという進行表の作成および進行を行い、ラジオ・番組制作における一番の要を担っています。映像技術部はカメラの設営、撮影、映像切り替え、編集、ロゴの作成などを行います。部署を決めるときは、4～5月のお試し期間でいろんな部署を体験してから決めることができます。

必ずチェック

学園祭はRBCにとって一年最大の発信の場！ ステージでは司会から音響・カメラ・映像制作まで4部署が一丸となって担当し、出演者の魅力を全力で引き出します。

さらに今年は「学園祭テレビ」として、公式YouTubeでのライブ中継や番組配信にも本格的に注力！ 会場でも画面越しでも学園祭を楽しめる仕掛けが満載です！ ぜひYouTubeチャンネルもチェックしてみてください！



RBC公式YouTube

RBC局長さんからのメッセージ

RBCでは、番組制作やイベント運営など、さまざまな活動に局員それぞれが楽しみながら取り組んでいます。私たちが大切にしているのは、ただ映像や音声を作るのではなく、立命館大学で起きている出来事や、そこで活動する学生の姿を、自分たちの視点で伝えることです。今年の学園祭では「学園祭テレビ」として、YouTubeでのライブ配信や番組制作にも力を入れます。会場の盛り上がりだけでなく、出演者や学生たちの魅力まで届けられるよう、局員一同楽しみながら制作していきます。ぜひRBCの発信を通して、立命館の今を感じてください！



検定の種類 ▶制作系【講習】D講習／PD普通実践講習／映像PD実践講習【検定】PD普通検定／PD事故対処検定／PD最終普通検定 ▶アナウンス系【講習・実践講習】ニュース原稿講習／MC講習／対外協力要Cue-Sheet MC講習／リポーター講習／SA講習／映像MC講習／実況講習／実況実践講習／天気情報原稿講習／CA講習【検定】長音検定／短音検定／滑舌検定／ニュース原稿検定／MC検定／Cue-Sheet MC検定／リポーター検定／SA検定／映像MC検定／情報原稿検定／CA検定／MC事故対処検定／CA事故対処検定 ▶音声系【講習・実践講習】S講習／FM実践講習／MA実践講習／SM事故対処実践講習／デジタル卓実践講習／映像CM実践講習【検定】SM普通検定／SM復局検定／結線検定／CM普通検定／CM事故対処検定／CM最終普通検定／CM復局検定 ▶映像系【講習・実践講習】TE実践講習／結線ポイント講習／SW実践講習／CSW実践講習／セッティングプラン講習／結線講習／配信講習【検定】カメラマン検定／CSW普通検定／CSW配信検定 ▶報道 報道講習 ▶知的財産・著作権 記入講習／知的財産権基礎講習＋テスト

RUC

in Autumn **R CO-OP**
No.253 2026.10.22

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/>



読者アンケートにご協力をお願いします！

私の推し先生

ご当地自慢

立命館大学出身の芥川賞受賞作家
高瀬隼子先生にインタビュー！



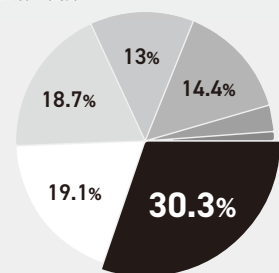
リッコレ

立命館大学所属
団体コレクション

「立命館大学放送局(RBC)」の活動に突撃！

「読書の秋」こそ本を読もう

普段どのくらい小説を読みますか？
423 件の回答



- 全く読まない
- 読まないこともない (年1冊)
- 13% 読まないこともない (年1冊)
- 14.4% 読まないこともない (年1冊)
- 18.7% 読まないこともない (年1冊)
- 19.1% 読まないこともない (年1冊)
- 30.3% 読まないこともない (年1冊)

立命館に通う皆さん、こんにちは。もうすっかり秋ですね。世間では「読書の秋」と言われていますが、皆さんは普段、どのくらい本を読んでいますか。そもそも、読書の習慣はありますか。

私たち生協学生委員会(GI)は、立命館に通う学生の読書の実態を明らかにするため、「普段どの程度読書をしているか」について調査を行いました。その結果、「まったく本を読まない」と回答した人が30.3%で、最も多い割合を占めました。本を読まない理由としては、「時間がない」「本の値段が高い」「読みたい本が見つからない」など、さまざまなものが挙げられます。しかし、私は読書には、こうしたデメリットを補って余りある魅力があると考えます。それは、「思考を整理できること」です。

人は、さまざまな経験を通して成長していきます。その一方で、ときには「うまく言葉にできないもやもや」に悩まされることもあります。そんなとき、豊かな経験や語彙力を持つ作家が、自分の中にある、うまく表現できない思いを言語化してくれている本に出会えるかもしれません。そして、その一冊との出会いが、人生を変えるきっかけになるかもしれません。

そんな一冊との出会いを求めて、皆さんも読書を始めてみませんか。



本を読む時間がないです

私も大学生になってから忙しくなり、本を読む時間が前より減ってしまいました。しかしその中でも、普段なんとなくスマホを見ている時間を読書にあてるように工夫しています！個人的には、夜寝る前にベッドの中で30分だけスマホの代わりに本を開いてみるのがおすすめです。画面を見ているより気持ちが落ち着いて、ぐっすり眠れる気がします！

また、私は帰省で長時間電車に乗るときによく本を読んでいます。本の世界に入り込んでいると、片道4時間の移動も一瞬で過ぎてしまうのでぜひ試してみてください！



本の値段が高いです

本って「ちょっと高いな」と感じることはありませんか？

そんなときに知っておきたい、立命館大学生ならではのおトクな方法をご紹介します！

本を購入する際に各キャンパスにある書店で生協電子マネーを利用すると10%還元されるの知っていましたか？ また欲しい本が生協の店舗になくても、オンライン書店「Honya Club」から取り寄せて、受取店舗を立命館生協にすることで手に入れることができるのです！ こちらはお支払いの際に生協アプリを利用すると10%還元されるので、おトクに本を購入することができます。しかし、衣笠キャンパスならブックセンターふらっと、BKCならBKCリンクショップ、OICならOICshopとキャンパスごとで場所が異なる為注意してください。

買いたくないけど本は読んでみたいという方は、大学の図書館に置いていないか確認してみるのもおすすめです。ぜひこれらの方法を活用して、おトクに本を手に入れてみてください！



読みたい本が分かりません

どの本を選べば良いか分からない時は、自分の興味に従うのが一番だと思います。

特に、「組合員の読書率に関するアンケート」では、小説を選ぶ基準として「タイトル」が一番多い結果となりました。本のタイトルには、その物語の内容や雰囲気が込められています。タイトルを見て、興味が持てる本があれば、本を読み始めるきっかけになるかもしれません。

私が今までタイトルに興味を惹かれた本としては、「最後のトリック」「そして誰もいなくなった」「君の臓腑を食いたい」の3冊があります。これらのタイトルを見た時、このタイトルが作品においてどのような意味を持つのか、どのような展開を迎えるのかが気になって、「読んでみたい」と思ったことを強く覚えています。

また、このようなタイトルから気になった本を読み、タイトルに関する伏線が回収された時はスッキリした気持ちになります。この快感を求めてタイトルから本を選ぶ人も多いのではないのでしょうか。

このように、読む本を探す際には、タイトルを眺めながら自身の直感を信じて「気になる」と思った一冊を手にとってみませんか？ きっと、その本があなたのお気に入りの一冊になってくれるでしょう。



本読むのってハードル高いんだよね

そんな方にはぜひ、知念実希人さんの『優しい死神の飼い方』をおすすめしたいです！

実は私も中学1年生の頃、「小説は難しそう…」と読むのを避けていました。

しかし、ある時本屋さんでなんとなく惹かれて読んでみたら、続きが気になって一瞬で読み終わってしまいました。特徴としては、犬の姿になった死神の「犬目線」で進む心温まるミステリーで、とにかくコミカルで読みやすいです！私が読書にハマったきっかけの本でもあり、普段本を読まない人もスラスラ読めるのでぜひ一度開いてみてください！！



生協学生委員会(GI)に聞いてみた！

あの頃読んでた本

100 かいだてのいえ

かいけつゾロリ

“人体のサバイバル”シリーズ

ミッケ！

“5分後に意外な結末”シリーズ

気になってる本

アルジャーノンに花束を

正欲

成瀬は天下を取りに行く

一次元の挿し木

夢をかなえるゾウ

立命館出身の
芥川賞作家

高瀬隼子先生に 大学時代聞いてみた！



今回は、貴重な機会をいただき、芥川賞を受賞した作家・高瀬隼子さんにインタビューさせていただきました！実は高瀬さんは立命館大学の卒業生なのです！そんな高瀬さんに、大学時代はどのような学生生活を送っていたのか、そして、そこでの学びや経験が現在の作家人生にどのようにつながっているのかなどについてお聞きしました。ここでは、高瀬さんの「立命館時代」に迫ります！

撮影／フルフォード海



たかせ じゅんこ
高瀬 隼子

1988年 愛媛県生まれ。

大学時に入っていたサークル：文芸創作同好会

2011年 立命館大学文学部哲学専攻 卒業

2019年 『犬のかたちをしているもの』で第43回すばる文学賞を受賞し、デビュー。

2022年 『おいしいごはんが食べられますように』で第167回芥川龍之介賞を受賞。

2024年 『いい子のあくび』で第74回芸術選奨文部科学大臣新人賞を受賞。

大学卒業後は、会社員として働きながらも小説を書き続け、すばる文学賞を受賞しデビュー。その後も会社員として働き続けながら執筆し、芥川賞作家になってからは、専業作家に。

Q 大学時代の思い出を教えてください

A 友達の家に行って鍋パをしたことです。タコパもしました。今もあるのかな、北野白梅町にイズミヤっていうスーパーがあると思うんですけど、友達とそこへ行って、材料を買い込んで。特殊なことはあんまりしていなくて、普通の大学生だったと思います。

Q 大学時代、アルバイトをしていましたか？

A 社会福祉施設で放課後デイサービスのアルバイトを経験しました。大学時代は金欠になってばかりだったので。単発バイトもいくつかやりました(笑)

Q なにか壁にぶち当たったときどう乗り越えましたか？

A 大学生の私にとって壁となったのはやっぱり就活でした。小説にはもちろん何度も救われてきてはいるのですが、私は小説には即効性はなくて、読んでから長い時間をかけて蓄積していくものだと考えています。就活のように壁にぶち当たった時は、友達の家に行って愚痴を言ったりはしゃいだりして気を紛らわせることが多かったですね。お酒を飲むこともありました。

Q 大学時代、どのようなサークルに入っていましたか？

A 大学生の時に、立命文芸創作同好会っていうサークルに入ってたんですけど、残念ながらもう私の次の代ぐらいで消滅してしまって、現在はないサークルです。

立命ペンクラブさんがあるじゃないですか。立ペンさんにもともといた私の2、3代上の先輩が、なんかちょっと立ペンさんと違うことしてみたいなっていうので、派生してできたっていうのを聞いたことあるんですけど、なんかなんで派生したかいまいちわからないですね。

Q サークルでは、普段どのような活動をしていましたか？

A その文芸創作同好会っていうサークルが週に1回発表会をしていて、会員は15、6人いたんですけど、それぞれ書いた作品を事前にメールで提出して読んできて、当時の図書館の中に喋ってもいい小部屋みたいな、ワークスペースみたいなのがあって、その部屋を借りて、書いた執筆者は黙ってて、書いてない人でそれを囲んで感想を言い合うっていう発表会をしていましたね。

Q 作品についてどのような感想を言い合い、発表した作品はその後どうしていたのですか？

A ここが良かったとか、ここが全然意味わかんなかったとか、結構厳しい意見も多い発表会でした。それで作品を出し合って溜まってきたら、機関紙として年に8回のペースで印刷して、ホチキス止めた機関紙を作って発行していました。



高瀬さん流小説の書き方

芥川賞も受賞している純文学作家である高瀬さんに、今回特別に高瀬さん流小説の書き方を教えていただきました！高瀬さんは日頃から手帳を持ち歩き、感じたことや考えたことなどを書き留めているそう。小説を書くときにはその手帳から話のタネになりそうなものを探して、書き進めながら物語を膨らませていくそうです。繊細で緻密な構成を持つ高瀬さんの作品が、プロット(小説を書く前の構成・筋書き)をつくらずに生まれていたということに、とても驚きです！

大学生に
読んで欲しい！

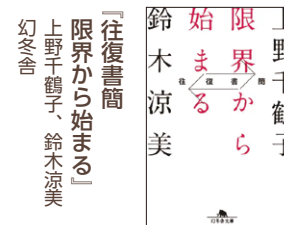
高瀬さん
おすすめ
の本



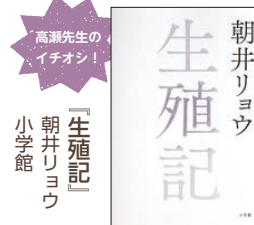
あらすじ：耳や口など、自分の体が急におかしくなっていく7つのホラー短編集！
こんな人におすすめ：普段あまり本を読まない人や、手軽にホラーを楽しみたい人！



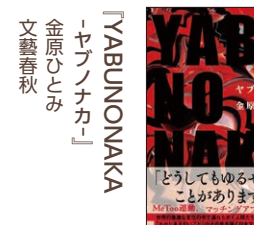
あらすじ：病気で人工肛門をつくることになった女性の、身体と心の変化を現役医師の著者がリアルに描くデビュー作。
こんな人におすすめ：自分と周りの人との“ズレ”やモヤモヤに悩んだことがある人。



あらすじ：「女として生きるって、どういうこと？」2人のフェミニストが、恋愛・結婚・仕事・性をめぐる女性の生き方を本音で語り合う！
こんな人におすすめ：小説以外を読みたい人や、ジェンダー・社会問題に興味がある人！



あらすじ：家電メーカーで働く尚成。その身体に宿る“ある存在”から見た日常とは？恋愛・仕事・生殖など、人間の「当たり前」を問い直す異色の物語。
こんな人におすすめ：高瀬さんが「大学生にぜひ読んでほしい！」とイチオシする注目作！



あらすじ：1つの恋愛トラブルをめぐる、登場人物たちの言い分がドロドロ食い違う人間ドラマ。
こんな人におすすめ：暗くてリアルな人間模様や、深い愛憎劇が好きな人。



生協学生委員会(GI)が おすすめしたい！



もし同じ状況に陥ったら、あなたはどんな行動を取りますか？
第43回すばる文学賞を受賞した高瀬さんのデビュー作！自分が原因でセックスレスに陥っている彼氏が別の女性を妊娠させてしまい…。



あなたにとっての食事、それは義務ですか？権利ですか？
第167回芥川賞受賞作！職場でのリアルな人間関係を鮮烈に描き出す衝撃の作品です。



自分ばかり、割に合わないなあ。一度でもそう思ったことがあるあなたへ。
日常に溢れる小さな理不尽への葛藤や苦悩を描いた表題作！全3篇を収録した小説集です。

はじめよう WEB 読書マラソン

読書マラソンとは、「大学4年間で本を100冊読もう！」を合言葉に、2002年から始まった、全国の大学生協で学生みなさんが本を読む習慣を楽しく身につけられるためにできた参加型企画です！参加者は自分が読んだ本のコメントをネット上に投稿します。それを継続的に行うと、ちょっと嬉しいプレゼントが貰えます！！（詳しくは右側で）また、他の学生のコメントを読むことで新しいジャンルの本と出逢えたり、同じ趣味を持つ参加者と交流できたりします！

★プレゼント特典★

50冊達成 オリジナル《ほんのむし》マルチメモ

100冊達成 図書カード1,000円分

ナイスコメント賞 図書カード1,000円分

感想書くコツ、教えてください！

本を読む前と読んだ後で変わったことは？

その本を読む前と読んだ後で、あなたにはどんな変化が起きましたか？本を1冊読んで、性格や考え方が変わる、自分にとって運命の1冊とも呼べるような本にはそうそう出会えないものです。しかし、変化とまではいなくても、本を読みながら家族に思いを馳せてみたり、自分の将来について少し考えてみたりと、小さな心の動きを感じることは、どんな本を読んでもあるのではないのでしょうか。自分はなぜ家族のことを思い浮かべたのだろう、なぜ自分の将来について考えたのだろう。そんな疑問を自分に投げかけながら、きっかけとなった場面やセリフを思い出していくうちに、それらは感想としてまとまりを持ち始めます。そうになったらあとは文字に起こすだけ。いきなり漠然と「感想」を書こうとするのではなく、読書によって生まれた自分の中の「違い」をたよりに書き進めると、意外とすんなり感想文を書くことができます。



どんな人におすすめ？ 「この本は面白かった！」だけではなく、「こんな人に読んでほしい！」まで書いてみましょう。「最近〇〇に悩んでいる人」「〇〇が好きな人」など、具体的に考えると、本の魅力も伝わりやすくなります。自分が読んで感じたことを元に、どんな人ならこの本を楽しめそうか考えてみるのがポイントです。読んでほしい相手を想像すると、感想も書きやすくなりますよ！

印象に残ったセリフや場面はある？ 本を読んでいるときに「すごいな」「悲しいな」など、自分の心が動いた瞬間を探してみると、印象に残ったセリフや場面が見つかりやすくなります。見つけた後は、その場面を簡単に紹介して、なぜ心に残ったのか、自分の経験や考えとどのように繋がるのかを書いてみましょう。そうすることで、あらすじだけではないような自分らしい感想が書けると思います。



自分の体験を入れてみよう！

本の中に「自分と重なる瞬間」を見つけたら、ぜひその実体験を文章に盛り込んでみてください。本の中で印象に残った場面や登場人物の言葉に対して、「そういえば自分も同じような経験をしたな」と振り返ってみるのがコツです。自分の体験と照らし合わせることで本への理解や共感がぐっと増し、結果として自分自身の読み方もより深まります。さらに、「自分だったらどうだろう」、「実は過去にこんな経験があって…」と普段の日常を引き寄せることで、感想文は一気にオリジナリティを増します。そうして引き出された実体験には、読み手の中に「そんな経験があったんだ！」「その視点は面白い」といった新鮮な驚きや共感を生み、興味深く読めるあなただけの文章に変わります。

このように自分だけの体験を少し添えると、読み手にとって深く共感できる、心に残る感想文になります。

新! 衣笠・読書の秋企画

スポーツ？芸術？…いいや読書！今年は衣笠キャンパスで「読書の秋」が実ります。リニューアルしたふらっとが、4つの読書企画であなたをお出迎え！読書に興味があるあなたも、読書に興味がないあなたも。この秋、鮮やかに色づく文芸を味わい尽くしましょう！



本気のびぶりお。

場 所 ふらっと内イベントスペース

日 程 11月下旬開催予定

あなたがこよなく愛するその一冊、本気で紹介してみませんか？ふらっとで本気のビブリオバトルを開催します！ビブリオバトルとは、発表者がオススメの本を持ち寄って、5分間全力でプレゼンし、観客の投票によって一番読みたくなった本(チャンプ本)を決める、「書評合戦」のことです。現在、発表者を絶賛募集中です！！「この本の面白さを誰かに伝えたい！」「この本をもっとたくさんの人に知ってほしい！」そんな本への熱い想いがある人、衣笠キャンパス以外の生徒さんも大歓迎です！発表する本は、小説でも漫画でも専門書でもなんでもOK！あなたの「好き」を思う存分語って、みんなに全力で布教しましょう！参加を希望する人は右記のQRコードからフォームの提出をお願いします！スペシャルゲストの参加があるとか、ないとか…。



本気のびぶりお。
応募フォーム

読んだことないけど 気になるタイトルグランプリ

場 所 衣笠キャンパス 日 程 10月19日～10月23日

読書は、本を開く前から始まっている…タイトルだけを味見してみよう！

キャンパス内にタイトルだけが書かれたポスターが張り出されます。「気になる～！」と思ったタイトルにシールを貼って投票してください。タイトルを見て、面白そうだったのなら、それはもう立派な「読書」です！！

あなたのための本棚

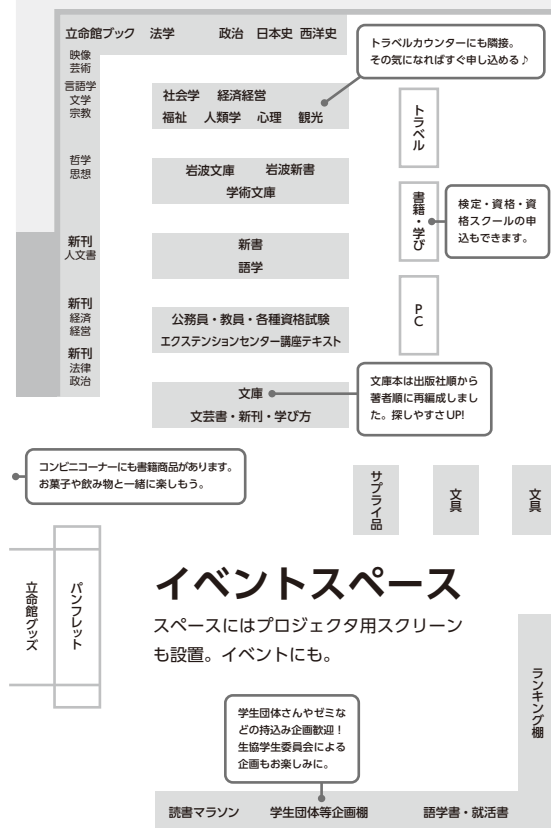
場 所 ふらっと内イベントスペース 日 程 10月27日～

読書が苦手なあなたのために、初心者向けの本だけを集めた本棚作っちゃいました！

「読書したいけど何を読んだらいいのかわからない…」「分厚い本ばかりで読み出す勇気が出ない…」「そもそも難しい話ばかり…」そんなあなたのお悩みを全て解決するのがこの企画！比較的薄く、話の筋もわかりやすい「読書初心者向けの本」だけを特集した本棚をふらっとに設置します。ぜひ立ち寄ってみてください。

ふらっと書籍売り場が 移転・リニューアル！

衣笠キャンパスの書籍売り場が存心館地下から至徳館の地下1階のショップへ統合移転・リニューアルしました！日々のお弁当や飲料のご利用ともあわせ「ふらっと」立ち寄ってみませんか？皆さんと読書に親しむスペースに育てていけるように工夫していきます！！



ユニオン 至 徳 BKC KKC 改装情報

生協店舗リニューアルについてのお知らせです！

BKCのユニオンスクエアは、2階に新しくユニオンプラスがオープンしましたが、1階に関しても改装され、秋学期から綺麗に生まれ変わりました！

また、KKCの至徳館ショップは存心館地下のブックセンターふらっとなどと統合、さらに営業時間も延長されました！

このページでは具体的な変更点を写真とともにご紹介します。この秋新しくなったユニオンスクエアおよび至徳館ショップを是非ご利用ください！

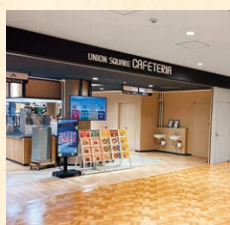


QUESTION

01

ユニオンと至徳それぞれ改装前と変わったところはなんですか？

改装後のユニオンカフェテリアにはテラス席が新登場！



これまで630席だった座席数がテラス席によって674席まで大幅アップ。

さらに、食堂から少し離れたところにも椅子や机が100席以上新設され、これまで以上に多くの人に利用していただけます！

食堂の方式は以前と変わらず、リンクと同じカフェテリア方式ですが新たにハラルメニューのコーナーが新設されます。

改装のため一時休業していたユニオンショップも営業を再開します！

以前とは異なりセルフレジがほとんどになるため、混雑の緩和が見込めるだけでなく、これまで以上に食堂とのコラボを強化し、これまで以上に弁当や焼き立てパンを展開していきます！



新しくなった至徳館ショップには、これまで存心館地下にあったブックセンターふらっとと住まいが移転・統合！

それに伴い、店内レイアウトも大きく変更されます。

さらに、組合員の皆さんから寄せられた声を受け、営業時間も延長・変更されます。

コンビニ 8:30 ～ 17:00 ➡ **8:30 ～ 18:30**

カウンター(PC・書籍・資格・講座・旅行・留学・教習所) 10:15 ～ 17:00 ➡ **10:00 ～ 17:00**

住まい **10:00 ～ 17:00**

※これまで毎週水曜日は休業でしたが、開講後は月曜日から金曜日まで営業します。

これまで購買部門を中心に利用されてきた至徳館ショップですが、今回のリニューアルにより、購買・書籍・住まい・学びの各部門が一つの店舗に集まります。大学生活に必要なものをより便利に利用できる店舗として生まれ変わります！

※ KKC・BKC・OICでの教科書販売は通常営業時間とは異なります

詳しくは
立命館生協公式
ホームページ
まで！！

QUESTION

02

「至徳館ショップふらっと」で新しく目指していることはなんですか？

至徳館を訪れる皆さんにお声がけしながら、本に触れあう取り組み・本などを媒介に交流ができるような取り組みをより強化していきます。

また、お菓子や文具、旅行といった他の商品もある中でこれまで読書との接点の薄かった方々にもきっかけが与えられるようにお店を挙げて実現していきたいです！

また、これまでの売り場では文庫本を出版社ごとに並べていましたが、新店舗では著者ごとの配架に変更します。

「この本を探していた！」というときに見つけやすいのはもちろん、同じ著者の他の作品にも触れやすくなりますので至徳館ショップふらっとに「ふらっと」遊びに来てください！



QUESTION

03

以前のユニオンスクエアは1階と2階にそれぞれ食堂があり、入り口が共通だったためひどく混雑していましたが、何か改善されましたか？

多くの人に利用していただいている反面、混雑が大きな課題だったユニオンスクエアですが、今回の改装で新しくなったユニオンには様々な混雑緩和策が導入されています！

まず、新しくなったユニオンカフェテリアでは、ユニオンスクエア2階のユニオンプラスと入口が分かれることによって動線が分離されます。これにより以前のように入口付近での混雑の緩和が見込めます。

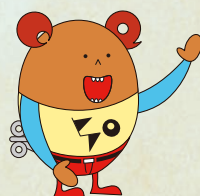
さらに、1階のカフェテリア内でも混雑緩和の策として、これまで1列だった主菜提供レーンが2列に増設。スムーズに注文や受け取りが可能になります。

ユニオン

画像認証レジの導入も検討中！

「列が増えるだけで本当に混雑緩和されるのかな……」
「混雑時以外にももっとスムーズに利用したい」

そんな声にお応えして、ユニオンカフェテリアではさらなる混雑緩和の策として画像認証のセルフレジの導入も検討中！



夜になるとレーンが少なくなり、混雑していたレジにも混雑解消が見込めます。混雑緩和にむけて新たな試みを行っていきます！！

至徳館

夕方でもお弁当が買えるように！

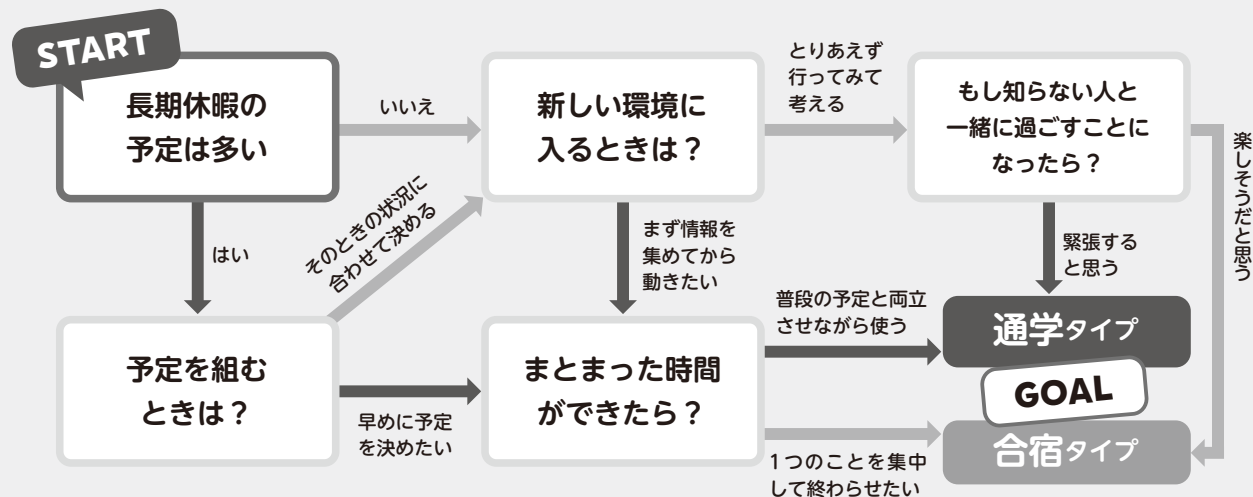
「授業が終わったらもうお腹ぺこぺこ……」
「夜まで大学にいたけれど、晩ごはんはどうしよう？」
そんな学生の皆さんにうれしいお知らせです！
これまで昼頃に販売していた内製弁当を、夕方にも数量限定で販売予定です。
下宿生の晩ごはんや、授業・サークル活動・勉強などで帰宅が遅くなる学生の食事をサポートします。

「今日の晩ごはん、どうしよう？」と思ったら、ぜひ帰る前に至徳館ショップをご利用ください！



知ってて当たり前!? 運転免許

合宿 or 通学タイプ診断



合宿と通学の違い



	合宿免許	通学免許
取得期間	最短約2週間(13日～のプランも)	約2～3か月が目安
通い方	教習所・宿泊施設に泊まり込み	自宅から教習所へ通う
大学・バイトとの両立	△ 長期休暇などにまとまった期間が必要	◎ 授業やバイトの合間に通える
費用の目安	約23～35万円前後	約28～35万円前後
おすすめの人	短期間で一気に免許を取りたい人	自分の予定に合わせて進めたい人



合宿免許

教習所の近くに泊まりながら、短期間で集中して教習を受ける方法。最短約2週間(13日～のプランも)で取得を目指すため、春休み・夏休みなど、まとまった休みを利用したい人にぴったり。料金は約23～35万円前後が目安。入校時期や部屋タイプ、プランによって変わります。



通学免許

授業やアルバイトと両立しながら、自分の予定に合わせて教習を進められるのが通学免許。取得期間は約2～3か月が目安です。長期休暇にまとまった時間を取れない人にもおすすめ。料金は教習所やプラン、時期によって変わりますが、約28～35万円前後が目安です。



体験談



生活しやすくなったよ!!

車で家族や友達の送り迎えをすることがあります。また、買い物で購入した重たいものを車に乗せて移動できるようになったため、だいぶ楽になりました! また、神戸にある掬星台へ深夜ドライブしたり、箕面大滝や勝尾寺、りんくうといった車でしか行けない(車で気軽に行きやすい)場所に行ったりできるので便利です。

(経営学部 1回生)



オンライン授業地獄...

私が通っている教習所では、オンラインで学科を受けないといけませんでした。学科は50分の動画を25本分視聴するというもので、視聴中は内カメで受講の様子を確認されました。そのため、学科を受ける時間を見つけるのが結構大変でした!

(総合心理学部 1回生)



観光するのが楽しい!!

免許を取ってから、兵庫の海辺や滋賀へ観光しました。観光で1番行っているのは、展望台です! 六甲山や生駒山を車で登り、そこの展望台から綺麗な夜景を眺めるのが楽しいです! 私はMTで免許を取ったため、ATより6時間ほど時間が多く必要でした。

(経営学部 1回生)

※ATとは、ブレーキとアクセルの2つを操作して運転するタイプのこと。操作が簡単で、初心者さんにおすすめ。MTは2つに加え、ギアの3つを操作して運転するタイプのこと。両手足を使って車の走り具合を調整するため、運転技術を向上したい人やスポーツカーを運転したい人におすすめ。



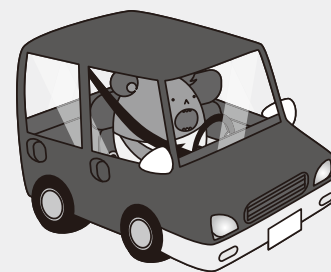
バイクの免許を持っていたからこそ...

私は高校生のときに中型バイクの免許を取りました。そのため、学科と筆記試験が免除になり、免許を取るのがすごく楽でした! 私は通学で1か月半かけて免許を取りました! 教習所によっては、バイク→自動車の順に免許を取ると料金が割引される場合があるため、バイクに乗りたい人はバイクから始めるのもおすすめです!

(総合心理学部 1回生)



大学生協のサービス \ 5つのメリット!! /



1 | 「大学生協割引料金」でお得な料金!!

大学生協の料金では、合宿でも通いでも一般でお申込みするより、1,000円～30,000円程度お安くになっている教習プランもあります。

2 | 大学生協との提携教習所だから安心!!

大学生協の提携校は、40年間の経験と実績で厳選された教習所であり、全てが公安委員会の指定教習所で安心して免許を取得できます。

4 | 大学からも通える無料スクールバス!!

多くの教習所が、大学キャンパスにスクールバスを運行しています。授業の合間・終了後に、キャンパスから教習所へ教習所から最寄り駅へ、ということも可能です。

※詳しくは各教習所のページをご覧ください。

3 | 分割払いもOK!!

最高36回の便利な分割払いが可能です。

※詳しくは大学生協カウンターにご相談ください。

5 | 選べる教習プラン!!

大学生協では、組合員の皆様の運転免許取得を応援するため、フルタイムコース/安心パック/スピードコース/オーダーメイドコース/夜間コース/担当指名コース/土日コースなどといった様々なプランをご用意しています。



立命館大学体育会ラグビー部 RITSUMEIKAN UNIVERSITY RUGBY FOOTBALL CLUB



主将のY.D選手に 聞いてみた

立命館大学体育会ラグビー部

主将 Y.D選手

経済学部4回生

好きな学食のメニューはかけうどん

Q1. 普段の学校生活はどんな感じですか。また、アルバイトはしていますか。

文武両道って言いたいところなんですけど、やっぱりラグビーメインになっちゃってるかなと。バイトは自分はUberやってて(笑)。自分の好きな時間でできるようなバイトにしたいってUberやってます。

Q2. ラグビーを始めたきっかけはなんですか。

中学1年の仮入部のときににカスポーツやろうと思ったんですけど、特に何も決めていなくて、たまたまラグビー部に仮入部行ったときに、もうめっちゃ誘われて、じゃあやろうかなと始めたっ

という感じです。

大学でも元々ラグビーは続けようと思っていて、立命館を選んだ理由は、関西の中でも他に強いチームがある中で「強いチームを倒して選手権に出る」っていう目標で、高校もそれで選んだ部分があって。高校のときは達成できなかったの、大学では達成したいっていう気持ちから立命館を選びました。

Q3. 今年の立命館大学体育会ラグビー部はどんなチームですか。

今年の強みは何でも楽しめるようなチームっていうところが強みなかなと思っていて。しんどい状況でも楽しめる、どんな状況でも100%で戦うことができ

るってところがチームの強みだなと思います。

Q4. 今年のチームのスローガン「やったる～勝つべくして勝つ～」を決められた経緯を教えてください。

そうですね、「勝つべくして勝つ」っていうところで、グラウンド内だけじゃなくて、しっかりグラウンド外含めて勝つべくして勝てるチームになりたいというのが結構4回生の中であって。それに加えて、やっぱりどんな状況でも「やったる」っていう態度・姿勢を見せようっていうようなところで、「やったる～勝つべくして勝つ～」っていうのがスローガンになりました。



1日の生活リズムについて 教えてください。



- 7:00頃 起床
- 7:00～8:30頃 朝のウェイトトレーニング
- 8:30頃～ 朝食
- 午前～午後 授業 (授業がある日)
- 16:00頃～ 部室でケア・コンディショニング調整
- 18:00頃～ ラグビー部の練習
- 21:00～22:00頃 帰宅
- 帰宅後 入浴・就寝



主務のT.Kさん にお話を伺いました

立命館大学体育会ラグビー部

主務 T.Kさん

スポーツ健康科学部4回生

好きな学食のメニューはおくらの巣ごもり

Q1. 主務のお仕事はなんですか。

主務は、監督・コーチと選手の間に立ち、チーム全体を調整する役割です。合宿や練習のスケジュール調整など、選手がプレーに集中できる環境を整えています。コーチの要望と選手の意見を聞き、双方が納得できる形を探すことも大切な仕事です。

Q2. ブログで「看板を磨き上げる」という言葉を拝見しました。そこにたどり着いた経緯を教えてください。

そうですね。自分は高校の名前が、もう完全にいわゆるもう本当『看板』がすごい大きくて。例えば、レギュラー関係なく高校名を伝えと、すごい褒めてもらったりとか、所属していることが本当にすごいっていうのをずっと評価されていて。もちろんその評価されることも嬉しかったんですけど、実際その看板を磨きあげたか、という自分自身そうではないと思っていて。そこにどこか自分の中で後悔とか、悔しいみたいな気持ちがあったので。その中で自分自身が、立命館って

いう、もちろん強いし、看板も大きいので、それを今度自分自身が磨きあげる存在になりたいなっていうのが一番大きかったという感じです。

Q3. 高校までは選手として活動していて、大学からはマネジメンのほうに移られたということ。経緯など伺ってもよろしいですか。

自分は元々スポーツマネジメンに興味があったっていうのもあるんですけど、一番は高校で強豪校に所属してて。レギュラーっていうよりは、ベンチにずっといるタイプで。高校1、2年生は全国大会優勝とかができて、3年生のときは3位という結果だったんですけど。まあ嬉しくも、なんか自分の勝利に貢献できているかって言われると、自分的には100%そうとは言えなかった部分があったので。また自分がそういうチームの勝利に関わる立場になりたいなっていうところで、一度選手をやめて、マネジメンっていう立場から勝利に貢献した方が自分は最大限に力を発揮できるんじゃないかなと思って、主務になりました。

ないかなと思って、主務になりました。

Q4. 体育会ラグビー部の魅力を教えてください。

やっぱりラグビー部に入る、体育会に入ることにより、自分を多分犠牲する時間が多くなるのは間違いなくて。プライベートの部分でも絶対犠牲にしなきゃいけない部分があるので、ただその犠牲にした分、自分自身はその同期の繋がりであったりとか、私達が目標に掲げている選手権(※大学選手権)とかを成し遂げたときの達成感っていうものはやっぱり測りきれないというか、体育会にならないと、入らないと感じられない部分で、それが一番の魅力かなと思ってます。自分自身は『犠牲』って言い方は良くないですけど、4年間っていう少ない時間の中で、もちろんプライベート遊びのもいいけど、より濃い4年間を、それが思い出になった方がより今後の人生においても、なんか豊かになるのかなとか。それが後々同期でまた飲みに行ったり語り合っているのがすごく良いなと思います。

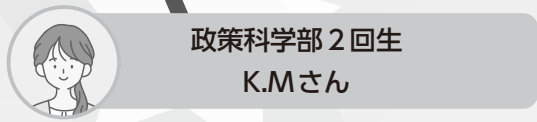
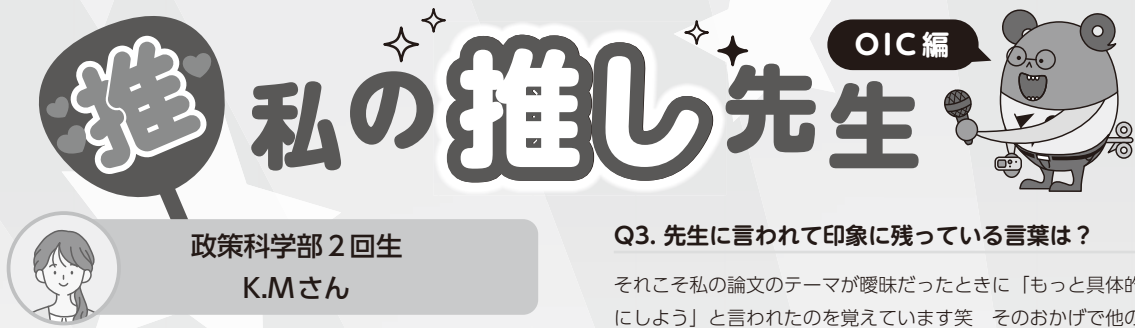
インタビュー時には大会直前だった、開幕戦の意気込みについてお二方に伺ってきました。

Y.D選手: そうですね、この開幕戦っていうところにずっとフォーカス当てて練習も取り組んできたので、しっかりまず勝ち切るっていうところ。今まで秋シーズンで京都産業大学に勝ったことがないので、しっかり勝ち切れるようなチームを作ってきたと思うので。今も勝ち切れるような力はあると思うので、しっかりそれを発揮して勝ち切りたいと思います。

T.Kさん: 去年は秋、春は優勝できたんですけど、秋は7位っていう結果で、いわゆる入替戦っていう、本当に不甲斐ないっていうか、応援してくださる人には申し訳ない結果を残してしまっただけ。今年の春もうまくはいかなかったんですけど、もう本当にこの今週の試合のために自分自身も、すごい選手たちも本当に目標にしてやってきたところでもあ

るので。いわゆるスローガン、今年『やってやる』って掲げたんですけど、自分自分的にはもう立命館でやってきたことを信じて、『やってやる』というのも体現できて、で最終的にシーズンが終わる頃には「選手権出場」っていう目標が達成できたらいいなと思ってます。





政策科学部 2 回生
K.M さん

Q1. 推すきっかけは？

政策科学部 1 回生の秋学期に履修した小集団授業の担任が田村先生でした。その授業では、2 回生で履修する小集団授業のクラスを決めるための論文を書く機会がありました。当時、私は論文のテーマをなかなか決められず悩んでいましたが、田村先生が私の相談に真摯に耳を傾け、親身になって一緒に考えてくださったことがきっかけです！

Q2. 先生の魅力って？

「生徒のアイデアを完成形へと導いてくださること」だと思います。単に答えや完成形を教えてくださいではなく、生徒自身の考えを尊重しながら、抽象的なアイデアをより具体的な形へと発展させるためのアドバイスをしてくださったことが印象に残っています。



Q1. 生徒からどう思われていると思いますか？

どう思われているのでしょうか。回答に困りました。でも学生が「トモダチコレクション」というゲームで作った私のキャラクターが「ドライ系、パッサリ型」となっていたので、少なからず冷たく見えているのでしょうか。統計学のようにやや抽象的な分野の講義をしているときにはそう見えていても、演習・ゼミ形式のときにはもう少しフランクな距離の近い教員だと思ってもらえていると嬉しいです。

Q2. 学生時代はどんな学生でしたか？

気になった本や分野があったら仲間を募って自主勉強会を立ち上げたり、詩を作って投稿したり、他のゼミにもぐったり、学術系インカレ団体の代表を務めたこともありました。正直なところ、すべての授業に真面目に取り組む学生ではありませんでしたが、仲間を探して自分たちで何かはじめること自体を楽しむ、文化系の学生だったと思います。打たなければ響かないけれど、打てば大きく響いてくれる—そんな「大学」という場所そのものが大好きでした。



政策科学部
たむら まさお
田村 正興先生
専門分野
ミクロ経済学、健康・医療経済学

Q3. 先生に言われて印象に残っている言葉は？

それこそ私の論文のテーマが曖昧だったときに「もっと具体的にしよう」と言われたのを覚えています笑 そのおかげで他の授業で研究テーマを考える際に、「もっと具体的に研究してみよう！」と考える癖がつきました。

Q4. 先生に聞きたいことは？

先生が現在でも大切にされている考え方や、これまでの経験の中で特に印象に残っている言葉、誰かからの発言があれば聞きたいです。また学生時代にやっておいたほうが良いことも知りたいです！

Q5. 第一印象と今の印象は？

最初の授業で、授業内での発言が成績評価に影響すると仰っていたのでちょっと怖い先生なのかなと思っていました…笑 今は優しくてユーモアのある先生だなという印象です！生徒の考えに対してツッコミを入れたり、割とノリノリで写真を撮って下さったことがあるからです笑

Q3. 授業づくりで大切にしている価値観は？

授業では、私ひとりが喋るのではなく、学生と対話・議論しながら進行することを大切にしています。上から降ってきたものを覚えるだけでは身に付かない、自分自身で試行錯誤しながら考えたことこそが知として身につく、と信じているので、授業中でも私からの問いかけや教室での議論で、考えることを休まないで欲しいと思っています。

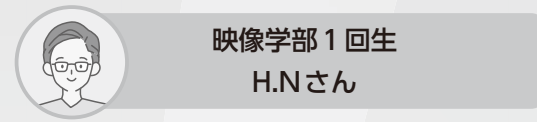
Q4. 初めて教壇に立った日の思い出や気持ちは？

まずは「疲れた」という感想でした。90分以上喋り続けるというのは、実は他の職業でもなかなか無いことだと思います。それ以上に不安だったのは、学生が話についてきているのか分からないこと。以来、私自身も聞き手のときは反応を返すようにはしていますが、皆さんもし良かったら、喋り手を理解できたときには頷き、理解できなかったら首を捻ってもらえると、喋り手（少なくとも私）は喜びます！

Q5. 1 回生に伝えたいことは？

そろそろ大学生活にも慣れてきた頃だと思います。でも慣れてくると逆に、大学生活で特段目立った活動もできずに、情性で過ごして卒業してしまうかも、という感覚を持つ人もいるのではないのでしょうか。1 回生の後半は、何か企てたり、新しいものを作ったりするのにピッタリの時期だと思います。自分から動いて波風を立ててみることをオススメします。

学生生活の中で、つい「この先生の授業、好きだな」と思ってしまう“推しの先生”はいますか？今回は、OICにある学部学生にインタビューを行い、彼らを選んだ“推しの先生”を紹介します。授業の魅力、先生の人柄、学生から寄せられたリアルな声に加え、先生ご本人へのインタビュー内容もまとめました。



映像学部 1 回生
H.N さん

Q1. 推すきっかけは？

オープンキャンパスの模擬講義イベントで、斎藤先生に初めてお目にかかりました。内容が面白かったことに加え、映像学部卒業生ということもあってか、直感的に「この先生、なんかいいな」と思ったのがきっかけです！

Q2. 先生の魅力って？

まず見た目がかわいいです！大学内外を問わず見かけると嬉しくなりますし、自動販売機でミックスジュースやドデカミンを買っている姿も、いい意味で先生らしくなくて親しみを感じます。

Q3. 先生に言われて印象に残っている言葉は？

研究室にお邪魔した際、「先輩や 1 回生でもお茶しに来る人がある」と話してくれたのが印象的でした。それまで大学教員や研究室には近寄り難いイメージを持っていたが、一気に身近に感じられました。



Q1. 生徒からどう思われていると思いますか？

自分は『呪術廻戦』の五条悟のように、普段はふざけていて威厳もあまりない自由な先生に見えていると思います(笑)。彼が最前線で戦いながら次の世代を育てる姿勢に共感しています。新しい表現は先人への敬意と「自分ならどうするか」を考える姿勢から生まれると考えており、学生は教える相手というより共に創る仲間です。ふざけていても学生の可能性には本気で向き合っています。もちろん五条ほど最強でもイケメンでもありませんが(笑)。

Q2. 学生時代はどんな学生でしたか？

一言でいうと「ちいかわ(地域の変わり者)」でした。自分の好奇心には正直でいたくて、大学 1 回生の時、『おおかみこどもの雨と雪』に衝撃を受け、「この映画を作っている現場を見たい!」と東京の制作会社にアポなしで突撃したことがあります。社長には会えませんでした。副社長さんが現場を丁寧に案内してくれました。「気になったら、とりあえず行ってみる」。そんな学生だったので、周りからは少し変わり者に見えていたかもしれません。

Q3. 授業づくりで大切にしている価値観は？

授業では「鳩はなぜ同じ向きを向くのか」「ボン・デ・リングの丸はいくつあるのか」など、身近な疑問を通して“考える面白さ”を伝えています。答えを知ることより、調べて試し、気づきを得る過程こそ学問の魅力だと感じています。ゼミではアイデア段階から完成まで共に悩むことで学生への思い入れが深まります。卒業後に活躍する姿を見ることが楽しみで、いつか教わる側になればと願っています。

Q4. 先生に聞きたいことは？

1、授業をしていて面白いと感じる瞬間 2、座右の銘 3、自分自身の一番好きなところ この3つを、いつか先生に直接聞いてみたいです！

Q5. 第一印象と今の印象は？

入学後、クラスが分かれ斎藤先生が担任になりました。あらためて接してみても第一印象は、見た目がどこかのび太っぽかったです(見た目のことで申し訳ないです)。話す様子を見てみると、高校までの先生とは違い、大人として丁寧に接してくれている感じがしました。しかも腰が低いから、距離が近く感じられて親しみやすい人だと思いました。その印象は今も変わりません。周りからマイナスな評判を聞いたことは一度もありません。ただそれは、単に学生に甘いということではないと思います。誤りや改善点はきちんと指摘したうえで、的確なヒントをくれます。実際フィードバックをもらったときには、順を追ってわかりやすく説明してくれ、良い点もしっかり評価してくれるので、学生としてとても嬉しかったです。

Q4. 初めて教壇に立った日の思い出や気持ちは？

初めて授業をしたとき、大学の授業そのものが「コミュニケーションのデザイン」だと感じました。作品の魅力を伝えるには、説明するだけでなく、順番を変えたり映像を使ったり問いを投げたりと、伝える方法を工夫する必要があります。学生の反応を見ながら次の授業を考える過程がとても面白く、今も授業という場で「どうすれば伝わるか」を実験しているような感覚があります。

Q5. 1 回生に伝えたいことは？

ぜひ、生協では「豚塩カルビ丼」以外も食べてください。みんなが知っていて面白さが保証されている、いわば「豚塩カルビ丼」的な存在は、映画にも小説にも音楽にもあります。それを楽しむのも大切ですが、大学にいる間はぜひ「そうじゃないもの」も食べてみてほしい。普段は観ない映画を観る、知らない音楽を聴く、興味のなかった授業を取ってみる。そういう寄与道が、数年後に意外と自分の大切なものになっていたります。

映像学部
さいとう ひろ き
斎藤 大幹先生
専門分野
コミュニケーションデザイン、
メディア表現、ジャーナリズム



北海道のご当地自慢！



経営学部 S.Kさん

穴場スポット

富良野のラベンダー



僕がおすすめする北海道の穴場スポットは富良野のラベンダー畑です！夏になると一面が紫色に染まり、まるで絵本の中にいるような景色を楽しむことができます！

富良野のラベンダー畑ってどんな場所？

富良野市は北海道のほぼ中央に位置し、ラベンダーの名所として知られています！見頃の時期には辺り一面にラベンダーの香りが広がり、多くの観光客が訪れます。北海道らしい広大な自然を満喫できるスポットです！

地元を離れて恋しくなったもの

海 鮮



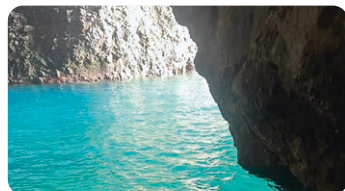
僕が北海道を離れて恋しくなったものは海鮮です！新鮮なウニやイクラ、ホタテなどを気軽に食べられる環境は、北海道ならではの魅力だと思います！

北海道の海鮮の魅力！

北海道は3つの海に囲まれているため、1年を通してさまざまな海の幸を楽しむことができます！特に海鮮丼は観光客からも人気で、新鮮だからこそ味わえるおいしさが魅力です。一度食べるとまた食べたくなります！

行きたい場所

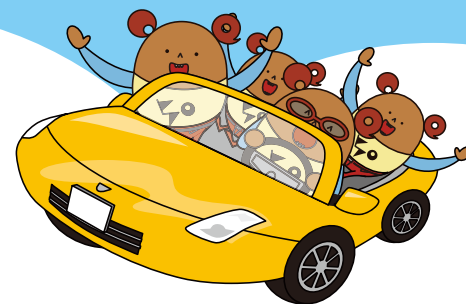
青の洞窟



僕が北海道で行ってみたい場所は小樽の青の洞窟です！写真で見た青く輝く景色がとても幻想的で、いつか実際に見てみたいと思っています！

青の洞窟ってどんな場所？

青の洞窟は小樽海岸にある人気スポットです！太陽の光が海面に反射することで洞窟内が青く輝き、神秘的な景色を楽しむことができます。クルーズツアーも人気で、小樽観光の注目スポットの1つです！



情報理工学部 S.Dさん

穴場スポット

稚 内



僕が思う北海道の穴場スポットは稚内です。北海道の一番北にあって僕の出身地でもあります！晴れていたらロシアのサハリンが見えます！

稚内ってどんなまち？

稚内は日本最北端に位置し、わずか43km離れたところにロシア連邦・サハリン州を臨む国境の街です。また、一年を通して強い風が吹く地域特性を利用して、市内には多くの風車が稼働しています。※参考文献 <https://www.city.wakkanai.hokkaido.jp/kuashijuujuuhou/wakkanainosiyokai.html>

地元を離れて恋しくなったもの

カ ニ



カニですね。親の仕事の関係でカニを夜食することが多かったからです。

意外と知らないカニのおいしい食べ方

- ①カニの体重の3～4倍の4%の塩水を強熱で沸騰させ、甲羅を下にして足を曲げ入れる（この濃度は海水に近く旨みを逃がしにくい）
- ②ズワイガニ（700g～1kg）の場合、15～20分茹でる。殻が鮮やかな赤に変わり、脚の付け根に透明な汁がにじまない、甲羅の泡立ちが落ち着いたら完成
- ③お好みのたれをつけて、またはそのまま食べる ※参考文献 <https://kani-tu.com/kanitanhan/kani-tabekata-recommended/>

行きたい場所

網走監獄



僕が北海道で行きたい場所は網走監獄です。ゴールデンカムイというマンガを見ていたくなりました！



ゴールデンカムイとの関係

網走監獄の正門は単行本一巻（一話）から出てきます。単行本18～20巻では網走監獄襲撃編が描かれており、2026年3月には実写映画化もされています。気になる人はぜひチェックしてみてください。

おすすめのスイーツ

ロイズの生チョコレート



僕のおすすめのスイーツはロイズの生チョコレートです！口に入れた瞬間にとろける食感が魅力で、北海道を代表するスイーツの1つです！

ロイズの生チョコレートとは？

ロイズは北海道を代表するチョコレートメーカーです！生チョコレートは北海道産の生クリームを使用しており、なめらかな口どけと上品な甘さが特徴です。北海道に行ったらぜひ食べてほしいスイーツです！

おすすめのお土産

白い恋人／じゃがポックル



僕のおすすめのお土産は「白い恋人」と「じゃがポックル」です！北海道に行ったら一度は目にする定番商品ですね！

北海道土産の定番！

白い恋人はサクサクのラング・ド・シャにホワイトチョコレートを挟んだ北海道を代表するお菓子です！じゃがポックルは北海道産じゃがいもを使用した人気商品で、素材の味をしっかりと楽しむことができます。どちらも喜ばれること間違いなしです！

地元民あるある

なまらめんこい

北海道の方言といえば「なまらめんこい」です！初めて聞いた人は意味が分からないかもしれませんが、とても北海道らしい言葉なんです！

方言あるある！

「なまら」は「とても」、「めんこい」は「かわいい」という意味です！つまり「なまらめんこい」は「とてもかわいい」という意味になります。方言には地域ならではの文化や温かさが感じられて面白いですね！



おすすめのお土産

じゃがポックル



じゃがポックルですね。逆にこれが北海道にしかないことに驚きました。

じゃがポックルってどんなお菓子？

じゃがポックルの原材料となるじゃがいもは、100%北海道産でありその中でも製法に適した大きさや品質のものを厳選しています。旨み成分を残すために皮付きのまま、丸ごとカットしているのが特徴です。じゃがポックルにはオホーツクの塩味、ホタテ塩味、北海道サトウキビ味、北海道バター味の計4つのフレーバーがあります。北海道に行く機会がある人はぜひご賞味ください。

地元民あるある

このごみ捨ててー

「このごみ捨ててー」を「このごみ捨てー」と言うことです！



方言あるある！

地元から離れて、出かけた先の人と会話していると話がかみ合わなくなることがよくありますよね。そんなとき地元の方言を調べてみると面白いかもしれません。



早めのインフルエンザ予防をしよう!

インフルエンザは、例年12月頃から流行が本格化し、1月～3月頃にピークを迎えることが多い感染症です。ただし、年によって流行の時期や規模は異なり、11月頃から感染が広がることもあります。そのため、「まだ流行していないから大丈夫」と油断せず、流行前から予防を意識することが大切です。

特に大学生は、授業やサークル、アルバイト、就職活動などで人と接する機会が多く、感染するリスクも高くなります。流行前から早めに予防を意識しましょう!



インフルエンザ予防のためにできることは?

①感染経路を断とう(接触感染・飛沫感染)

手洗い・手指消毒を習慣に

外出後や食事の前には、石鹸と流水で指先や手首まで丁寧に洗いましょう。手洗いができない場合はアルコール消毒も効果的です。

せきエチケット・マスク着用

咳やくしゃみが出ているときは、不織布製マスクを着用しましょう。またマスク着用によって無意識に鼻や口のまわりを触

ることが少なくなり、接触感染のリスクも減らせます。

②十分な睡眠とバランスの良い食事で免疫力を高めよう

インフルエンザ予防にかかわらず、健康的な毎日を送るために大切です。できるところから取り組んでみましょう。

③ワクチン接種で感染・重症化を予防しよう

2026年のインフルエンザワクチンはA型2株とB型1株を合わせた3価ワクチンとなっており、発病の可能性を減らすことや感染した際の重症化を防ぐことが期待されます。

大学でインフルエンザワクチンを受けよう!

立命館大学では、キャンパス内でインフルエンザワクチンを接種できます。接種料金は、父母教育後援会の補助により**2,000円**とめちゃお得!

予約は**11月2日(月) 12:30からWEB**

で開始します。健康管理システム「Growbase」から、希望する日時・会場を選んで簡単に予約できます。この機会にぜひ、インフルエンザワクチンの接種を検討してみてください。



予約はこちら

立命館保健センター

●衣笠

衣笠志学館1階
TEL 075-465-8232

●OIC

OIC H棟1階
TEL 072-665-2110

●BKC

BKCウエストウイング1階
TEL 077-561-2635



立命館保健センターのホームページはこちら➡



給付申請・契約内容確認

BKCセンター [リンクスクエア]

OICセンター [C棟1階]

衣笠センター [志学館地下]

でお手続きできます。

※立命館生協HPにて営業時間をご確認ください。

Webで 共済マイページ

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。



電話で コープ共済センター

☎0120-16-9431

[月～土] 9:00 ~ 18:00

※祝日も受付
12/31～1/3 休業



学生生活では、体調や生活習慣について悩むこともあるかもしれません。そんなときに気軽に相談できる機会として、生協学生委員会では健康に関する相談会を実施します。日頃の体調管理や生活リズム、ケガや病気についての不安など、どんなことでも大丈夫です。専門の方に相談できる貴重な機会ですので、ぜひお気軽にご参加ください。皆さんが安心して大学生活を送れるようサポートします!

GI 活動報告 オープンキャンパス 日時: 8/1(土) 8/2(日)

オープンキャンパスでは、大学生生活相談ブースの運営や飲料配布、赤本販売を行いました!

大学生生活相談ブースでは、受験勉強や大学生活について、実際の学生生活をもとに相談対応を行いました。学生だからこそ伝えられるリアルな大学生活を知っていただく機会となりました!

飲料配布では、昨年度から配布場所を変更したことで、より多くの来場者に飲料を配布することができました。また、飲料配布を通して立命館生協公式LINEの登録を呼びかけ、登録促進にも尽力しました!

赤本販売では、受験生の志望学部と同じ学

部の先輩から詳しい話を聞き、赤本購入の参考にされている場面が多く見られました。学生の実体験のお話が、赤本の購入促進にもつながったと感じています。

学生委員で考案したウェルカムランチを販売した食堂は大盛況で、私たちは誘導やメニューの案内を行い、来場者がスムーズに昼食をとれるようサポートしました。食堂での何気ない会話を通して、大学生活について知っていただく機会にもなりました!

今回の活動を通して、受験生や保護者の方に大学生活のリアルを伝えることができました!



APU CO-OP 報告

5月23日の総代会にて

APUからは教員1名 職員1名 学生14名が京都の総代会に参加しました。

今年は4月から総代さんを集める交流会を毎週行い、「生協への要望や改善点、一緒にやりたいこと」を話し合ってきました。APUの生活や要望を関西の総代さんにも知ってほしい、という思いからコロナ禍があけてからは過去最大の参加者となりました。

総勢4組がAPU代表として発言し、APUの実情を知っていただきました。

総代会終了後は2名の参加者が学生委員活動にも参加してくれるようになり、「寮内コンビニの品ぞろえ改善」「寮内洗濯機の清掃」「組合員考案メニューの企画」など、要望にあがった意見をみんなで一緒にかなえられるように活動しています。10月からは新学期活動が始まり、自分たちが経験したことを次の新入生に伝えるための活動に取り組んでいきます!

理 事 会 報 告

第1回理事会

【主な報告内容】

【主な審議・議決事項】

2026年5月23日(土)
出席理事 20名
出席監事 6名

・職務代行について
・役員報酬について

第2回理事会

2026年6月23日(火)
出席理事 22名
出席監事 8名

・組織活動報告(新学期)
・経営状況と今後の事業計画
・理事監事研修会

・存心館移転及び至徳館購買リニューアル
投資承認の件

第3回理事会

2026年7月28日(火)
出席理事 18名
出席監事 4名

・組織活動報告
・経営状況と今後の事業計画

あーる ゆー しー
RUC

No.253

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 飯塚 光一 / 編集人 佐藤 由紀 / 印刷 株式会社きかんしコム

(非売品) 2026年10月