



総代会報告

総代会が開催されました!

生協は組合員のみさんから出資していただいたお金で食堂、購買、学生総合共催などさまざまな事業を行っており、そのような経緯から生協は組合員のみさんの意見を取り入れながら日々の運営を行う必要があります。総代会はそのような場の一つであり、組合員の代表を募り生協に対する意見をお聞きするものです。そんな総代会が5/25日に衣笠キャンパスで開催されました!!多くの学生に参加していただきとても盛り上がりました。また総代会では昨年の予算や次年度の目標確認など生協を形作るうえで重要な役割を持っています。次年度はここで出た意見をしっかりと反映しより良いみんなの生協を作っていきます。



総代会では多くの話題がありますがここでは次年度に関する第2号議案について紹介します!

第2号議案は次年度事業計画・予算の決定です。簡単に言うと、前年の振り返りを活かして次年度の活動方針や予算を決定するということです。翌年にどんな取り組みを行うかをここで確認します。具体的には2030年に向けての立命館生協の役割が再確認されました。経常剰余率1%を出し続けること、書籍利用の10%ポイント還元をはじめとし組合員利用還元を進めながら組合員の生活を支え約1億円分の利用還元を計画していること、毎年1億円を超える共済給付金をこれからの大学生活に役立てることが示されました。さらに2024年の活動方針として、「組合員どうしのつながりづくりの場となる立命館生協」を目指すことが決定されました。このほかにも前年度の振り返りや意見の討議が行われており、どれもとても重要です。

総代会でもたくさんの意見が生協によせられました!

今年の場合例えば…
食堂の商品の価格を下げてほしい!
食堂販売のお弁当の見た目が見本と違う!
食堂の混雑緩和に力を入れてほしい!
留学生でも食べやすいメニューを増やしてほしい
生協とのコミュニケーションをやりやすくしてほしい
などなど具体的な意見が多くみられました。全部がすぐにかつ完全に解決されることは難しいかもしれませんが、意見をしっかりと届けることでより良い生協にしていきます。

Instagram 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所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とおバッチリです。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!



RUC

2024.7.1

RCO-OP

No.247

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

in Summer



特集

願いをつなぐ天の川

～身近な人の願いを叶えてみた～



立命館 の ディープな人

bbp Beyond Borders Plaza

国際交流と
言語学習を中心とした
グローバルコモンズ、
「bbp」にインタビュー!!

今回のディープな人は、「bbp (Beyond Borders Plaza)」です！各キャンパスにあるbbpでは、異文化交流をしたり、語学勉強をすることができます。留学生の利用が多いと思われがちな当施設ですが、言語に苦手意識があったり、人見知りで友達ができるか不安...という君も大歓迎！そんなbbpについて調査し、利用してみようというきっかけになればと思います！

bbpってなに？ bbpは、国際交流や言語学習を中心とした学生のための交流スペースです。国籍や学年に関係なく、学んだり遊んだりしながら、楽しく交流することが出来る場所だと考えています。bbpは「Beyond Borders Plaza」の頭文字をとって名付けられています。2018年に開設された国際交流や言語学習を中心としたグローバルコモンズです。セメスターの授業開講期間の平日10:40~17:50の間はいつでもオープンしており、立命館大学の学生なら制限なく誰でも利用することができます。学生同士の交流やイベントを楽しんだり、言語学習をしたり、食事をしたり、など「やろうと思えば何でもできる場所」となっています！

衣笠

2020年~2021年頃まではZoomを活用したオンラインイベントを開催していました。自宅からクリック1つで気軽に参加できるという利点を活かし、おしゃべり会や文化交流会、キャンパスや団体の枠を超えた国際交流団体の合同イベントなどを行って来ました。対面でのイベントが開催可能となった現在では、体育館でのスポーツイベントや、お出かけや料理をするイベントなども行えるようになりました。

これからのイベントはmanaba+Rやbbpのホームページ、bbpのInstagram等で開催が決定次第順次お知らせいたします。また、bbp内でもフライヤーの掲示やイベントボードでの掲示を行っていますのでそちらも合わせてご確認ください。プロジェクトチームメンバーが創意工夫を凝らして多種多様なイベントを計画しています。「こんなイベントに参加してみたい」などのリクエストがありましたらアイデアとして検討したいのでぜひ教えてください！



OIC

過去のイベント

最もたくさんの人に来ていただいているのがWelcome Partyです！新学期に留学生の新入生を対象にbbpのことを知ってもらいつつ、交流の場を設けました。今年は2日程開催し、1日につき100人以上の学生に参加してもらいました。さらに言語学習会というイベントも開催し、各国の言語だけでなく、文化や流行、スラングなども留学生から教わり交流を深めました。他にも各国の伝統料理と一緒に作るイベントやパレーなどのスポーツイベントも行なっています！

今後のイベント

これからは他のキャンパスのbbpとの交流も深めていきたいと考えています。また、「防災イベント」を開催し日本で生活するうえで知っておくべき防災（地震など）の知識を普及し、サポートしたいと考えています。

BKC

開催するイベント内容は開催場所や季節は多少異なることはあれど、毎年定番のものが多いです。毎年開催して特に盛り上がるのは学祭やハロウィンのイベントです！セントラルアークの一階を貸し切り、スタッフも参加者も自由に仮装してコスプレ大会を行ったりbbpスタッフ自作のピニャータをみんなで叩いてお菓子を食べたりします。

これから行われるイベントとしては、6月にお出かけイベントを開催し、6月と7月に留学生と一緒に外国語を使ったゲームを開催する予定です！また秋学期には毎年恒例のハロウィンイベントや学祭の出店なども行います！このようなイベントに加えて普段からbbp施設内のコミュニケーションルームを活用して外国語の先生が空きコマに授業を開き、国籍を問わず多くの学生が授業を楽しんでいます。そのため、企画以外でも普段からbbp施設内で活発にコミュニケーションが取れる機会が充実しています。

衣笠



文学研究科
院1回生
Y.Tさん

国際関係学部
GS 4回生
H.Iさん

OIC



総合心理学部
3回生
C.Wさん
(リーダー)

総合心理学部
3回生
Y.Yさん

CRPS 3回生
M.Kさん
(Kim Minseok)

BKC



経済学部
3回生
S.Oさん
(BKC bbp 代表)

やりがい

Tさん：もちろんあります！自分のできることを精一杯することができ、気づいたらbbpプロジェクトチームを続けて8セメスター目になっていました。私がbbpプロジェクトチームの活動を始めたころは完全にオンラインでの活動だったため、「対面でイベントができる日を夢見て頑張ろう」と目標を立てていましたが、その夢が実現したので、今では「もっとたくさんの人にbbpの魅力を知ってほしい」という思いで活動を続けています。私とbbpで仲良くなったのがきっかけでプロジェクトチームに加入したメンバーもいて、頑張って活動してきた良かったと思っています。

Wさん：参加者の方が自発的に楽しんで国際交流をしている様子を見ると、このbbpがあった良かったなと感じますし、また楽しいイベントを考えようと思えます。

Yさん：bbpはアットホームな雰囲気であることが強みだと思っているので、初めて勇気を出してきた方がまた来たいと言ってくれていることでやりがいを感じます。

Kさん：イベントの参加者から「参加してとても良かった」、「このイベントで新しい友達ができた」という意見をもらった時がうれしいです。

多くの企画を運営していく中で、日本人学生と留学生どうし、またはお互いの第一言語が英語ではない留学生どうしがbbpのイベントを通して英語でコミュニケーションを取って仲良くなることです！またその後bbpで再会して関係が続いたりしているような光景を見ると、自分たちが企画した交流の場を通して出会いを繋ぐことができたと達成感を味わうことができます。そういった点ではとてもやりがいを感じます。私はスタッフや利用者として接するのがとても楽しいのでbbpにいただけでもとても楽しいです！他のスタッフもおしゃべりするの好きな人が多いので楽しいと感じる人は多いです！またbbpが運営しているイベントでも参加者と一緒にスポーツイベントやフードイベントに参加することもとても楽しいです。やっぱりbbpのスタッフは話すのが好きな人が多くとても仲がいいのでスタッフと一緒に過ごす時間はいつでも楽しいです！

メッセージ

Iさん：bbpで国籍、言語、学年の垣根なく交流し、交友関係を深められることだと思います。bbpのイベントに参加する以外にも、ボードゲームをしたり、音楽を聴いたり、自由に過ごすのも楽しいと思います。

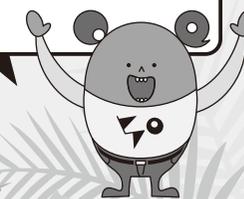
Tさん：bbpの利用の仕方は利用者それぞれで異なる場所なので、ぜひbbpに来ていただいたり、イベントに参加していただき、楽しいポイントを見つけてください！

Yさん：国際交流は一見ハードルが高いように思えるかもしれませんが、いつでもどんなひとでもウェルカムです！国際交流に興味がある方はぜひ一度来てみてください！

Wさん：私たちがハードルを下げるように頑張りますが、国際交流してみたいなというほんの小さな気持ちでもいいのでぜひ一度ラウンジに足を運んで過ごしてみたいです！

Kさん：国際交流がしたい日本人学生だけではなく、留学生にとってもいろんな経験ができるので参加してみたいです^^

bbpの場所は
衣笠：学而館南の建物
OIC：A棟1階AN事務室 & A棟4階SALL
BKC：セントラルアーク2階だよ!!



Rits大ner

Di リッツダイナー

2・3品目

春号から始動した新企画Rits大ner第2弾！ Google Formでレシピを紹介してくれた方ありがとうございます！
いつでも皆さんのレシピを待っているのでは非、あなたの自慢のレシピを教えてください！
今回は2種類のレシピを紹介します！ ハンバーグにチャーハンどちらも絶品でした♪



料理名

和風ソースが決め手！ 肉汁ジュワ～ ハンバーグ



プレゼンター
映像学部2回
E.Yさん



材料

- | | |
|----------------|---------------|
| ハンバーグ(約2個分) | 和風ハンバーグソース |
| 合い挽きミンチ… 250 g | しょうゆ… 大さじ6 |
| 玉ねぎ… 1/2玉 | みりん… 大さじ6 |
| 卵… 1個 | 料理酒… 大さじ6 |
| パン粉… 大さじ4 | んにくチューブ… 3cm |
| 牛乳… 大さじ3 | しょうがチューブ… 3cm |
| サラダ油… 適量 | ポン酢… 2回し |
| 塩… 適量 | 塩… 少々 |
| こしょう… 適量 | もやし… 1袋 |
- ※塩コショウで代用可

ポイント

- ハンバーグは両面焼き目を入れたあとに何度もひっくり返さない。
- ハンバーグのタネをこねる時は冷やしながら行う。

作り方・手順

- ①玉ねぎをみじん切りしてフライパンに油を引き、炒める。
※炒め終わったら冷やして熱を取っておく。
- ②パン粉と牛乳を混ぜ合わせたものとひき肉、卵、玉ねぎをボールに加え、塩を少々入れてから肉の粒がなくなるくらいまでこねる。
- ③空気を抜きながらハンバーグを形成し、表面に油を軽く塗る。
- ④ハンバーグを焼く(中火)
- ⑤ハンバーグの厚みの半分まで赤みが無くなったタイミングでひっくり返す。
- ⑥両面焼いたら、もやしとハンバーグソースに必要な調味料をフライパンに投入する。
- ⑦ソースがひと煮立ちしたら完成

料理名

具材ゴロゴロボリューム満点 豚キムチ チャーハン



プレゼンター
政策科学部3回
H.Kさん



材料

- | | |
|-------------|--------------|
| 白米… 200 g | キムチの素… 適量 |
| 豚バラ肉… 200 g | 鶏ガラスープの素… 適量 |
| 白菜… 1/4個 | 香味ペースト… 1回し |
| 卵… 1個 | 塩こしょう… 少々 |

ポイント

もし余っても握って焼きおにぎりにすると香ばしさが増して美味しい。



作り方・手順

- ①白菜を切り、豚バラ肉を炒める。
- ②肉に焼き目がついてきたら白菜をフライパンに投入。
- ③白菜にある程度、火が通ったらキムチの素を入れる。
- ④全体にキムチの素が絡んだら豚キムチをフライパンの端に避ける。
- ⑤空いたフライパンの中心に溶き卵を流し入れてほぐす。(弱火～中火)
- ⑥卵が固まったら白米をフライパンに投入する。(中火)
- ⑦鶏ガラの素と香味ペースト、塩コショウを投入して全体を混ぜ合わせる。
- ⑧しっかりと混ぜたら完成。

自慢のレシピ教えてください！

企画参加の手順 簡単2ステップ

- 1 下部のQRコードからGoogle Formにアクセスする。
 - 2 Google Formに全て回答する。
- レシピはいくつでも大歓迎です！ どんどん送ってください！
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 Formはコチラ



注意事項

本企画に関係の無い回答、見た人が不快になるような回答等の迷惑行為はご遠慮ください。
※掲載の都合上、回答の一部文章の言い回しを変更することがございますがレシピに影響はありませんのでご了承ください。
※回答をしていただけた方全てのレシピを公開することは企画の都合上でできませんのでご了承ください。
派生企画も検討中！ これからの動向はRUCをチェック！



願いをつなぐ 天の川

～身近な人の願いを叶えてみた～

企画説明

夏といえば7月7日は七夕！
そして七夕といえばお願い
事！ ということで七夕にちな
んでRUCメンバーのお願い
事を聞いてみました！ 大学生
になると短冊にお願い事を書
く機会も減ってしまいました
よね。そこで3キャンパスの
RUCメンバーのお願い事を同
じキャンパスのRUCメンバー
と一緒に叶えちゃいました！
お願い事をした本人も一緒に
叶えたメンバーもみんなが楽
しめる企画になりました◎ み
なさんもぜひ七夕にちなんで
身近な人のお願い事を一緒に
叶えてこの夏を楽しみましょ
う～！

衣笠

食べ歩きってなんと
なくみんなに気を
使っちゃったり、他
のところでいいかな
と思って後から少し
後悔したり、いつも
食べ足りないなと
思っていました。願
いです！ 食べたい
もの全部食べる、本
気の食べ歩きをさせ
てください！

S.Sさん



BKC

ちょうど春休みに免
許を取得して、いざ
運転と思って実家に
帰ったけど保険がど
うのこうで運転さ
せてくれない！ 学生
の間でも車を購入す
ることはないなと悲し
んでいました。レンタ
カー借りるとしてもお
金かかるし…せっかく
免許取ったのにこの
ままペーパードライ
バーになるのは嫌だ！
この願い叶えてくれ
ませんか？ R.Nさん



OIC

動物が大好きなので
ずっと動物と触れ合
える機会が欲しいと
思っています。でも
動物園はいつも通り
だしなんか違うか
な～と思っていまし
た。なんとかこの気
持を解消したいで
す!! 最近学校、恋
愛、バイトなど日常
生活で疲れることが
多くて傷心なので
できれば綺麗な場所
で癒されたいです笑

H.Kさん



夏にやりたいことと
いえばやっぱり手持
ち花火じゃないで
しょうか！ 毎年花
火したいね～って話
はしても、花火が禁
止されている場所が
多くてなかなかでき
なくて…OICの近く
の“イバラボ広場”
という場所はなんと
花火OKらしいので、
今年ことは夏の風物
詩を味わいたいな～
と思っています！

N.Yさん



衣笠

#身近な人の 願い叶えてみた

衣笠キャンパスの願いごとは、「本気の食べ歩きをしたい！」です。この願いを叶えるべく京都の食べ歩き代表スポットである錦市場で本気の食べ歩きをしてきました！

本気の
食べ歩きをしたい！



① [RUFF] のパン！ここは錦市場から100mほど離れたところにあります。テイクアウトでパンが買えます！どのパン見た目がおしゃれで見ただけでおいしいということが伝わってきます！どのパンも絶品です。



② [こんなもんじゃ] 豆乳ドーナツ。早速甘いもの行っちゃいました。目の前で揚げられた、ホカホカふわふわのドーナツと程よい甘さのクリームはベストマッチ！



③ [錦平野] ここは目の前でだし巻き卵を焼いてくれて出来立てが食べられます！出来立て熱々でジュワッとしただしが出てきて優しい味でとてもおいしいです！味変でしょうゆをかけるのも！



④ [丸常蒲鉾店] ジャガバター天とぎょうざ天。相乗効果で予測できないおいしさ！夢の2個同時食べです。

⑤ [鳥清] チキン南蛮棒。なんといつもこのサイズ！たっぷりのタルタルソースを最後の一滴まで絡めとって完食！



⑥ [杉養蜂園 京都錦市場店] はちみつドリンクの巨峰味。はちみつの甘さをしっかりと感じられるドリンクながら、すっきりしていて飲みやすい。まさにこの瞬間の喉が欲していたものでした！



⑦ [ストロベリーパパ] ここではいちご大福を食べました！こしあんとなつばあんどちらか好きな方を選ぶことができます！

大きくてジューシーなイチゴがとてもおいしかったです！イチゴが大きいので一口では無理です笑落とさないようにお気をつけて！



⑧ [錦一葉&まめもとのたい焼き] ここでは賞味期限1分といわれているあんバターたい焼きを食べました！一口食べた瞬間バターがあふれ出します！早く食べないとバターが溶けてしまうので要注意です！



⑩ [雲ノ茶 錦市場店] 最後はこちら、いちごの大福と葡萄煎茶ソーダでフィニッシュ。これまた食べるのが惜しい大福。葡萄煎茶ソーダは、爽快感ありつつも、後には落ち着いた味。ゆったりした談話のお供にピッタリのドリンク。



⑨ [山庄] タコ玉子。タコの頭の中はウズラの卵。目の前で炙ってもらえます。食べるのが惜しい可愛さですが香ばしい匂いには逆らえませんでした。



お腹いっぱい大満足です！少しでも気になったら遠慮なく食べましたが、毎回誰かが一緒に食べてくれたのが嬉しかったです。「あっ」と思いつつ通り過ぎちゃう、あの悲しい瞬間がなくて純度100%の幸せな時間でした！！

BKC

#身近な人の 願い叶えてみた

ついに免許が取れた！と思ってもなかなか運転する機会がない…！ペーパードライバー脱却を目指して滋賀の名所を巡りながらみんなでドライブしてきました！



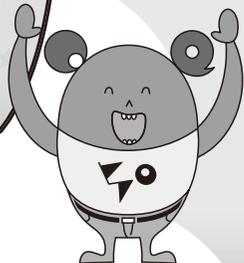
風が気持ち
いいiiii~

最初は事故らないか不安だったけど運転していくうちに慣れて楽しかった！

駐車をしたり、駐車券をとるために寄せたり技術が必要な場面も乗り切れました！



脱ペーパー



道の駅~

乗アイス
だよん



めんたいパーク限定の「明太子コーンスナック」ゲット！



一日中運転したことで運転の感覚を取り戻すことができました！これからもペーパーにならないために度々ドライブにいきます~



プリントクッキー
ピワイチ去年の春号で
行ったような……

OIC

#身近な人の 願い叶えてみた

私たちOICは車に乗って六甲牧場に行きました！兵庫の山を突き進むと牧場が見えてきます。快晴の中でたくさんの羊や馬達と触れ合ってきました！入場料は、600円!! 驚きの安さです！特に印象に残ったことをこれから紹介します!!



みんなぞ花火をして夏気分を味わいたい!!

動物たちと触れ合って癒されたい!!



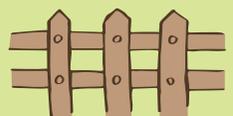
まず入場すると大量の羊達が見えてきました。最初は触るのが怖かったですが、いざ触ってみるととてもふわふわしていて触り心地が最高でした!! RUC局員の一人がたくさんの羊に囲まれているのもとても印象的でした。普段は動物に触ることがない局員達もみんな夢中になっていました!



他にも六甲牧場には、見晴らしのいい景色や写真スポットなどがありました。たくさんの自然に囲まれた六甲山からの景色はとてとても雄大で素晴らしいかったです！デートスポットとしてもおすすめです!



最後に私たちは、牧場のアイスクリームを食べました！ミルクが効いてて口の中で一瞬で溶けるのでとてもおいしく、また食べたいと思いました!! 皆さんも六甲山牧場ぜひ行ってみてください!



続いて「みんなで花火をして夏気分を味わいたい!」という願いを叶えるべく、OICのメンバーで花火をしに行きました!なんと午後9時まで手持ち花火使用可能な「イバラボ広場」という場所がOICから歩いて15分程のところにあるので、ぜひルールを守って利用してみてください!



手持ち花火で定番の線香花火を使って4人で対戦! ぱちぱちした小さい花火がとてもかわいかったです!最後に花火が地面に落ちるか落ちないかのドキドキの瞬間が甘酸っぱいですよね♡今回使用した花火は近隣のドラッグストアで購入しました。写真映えのために煙の少ない花火が販売されていたので、綺麗な写真を撮るべくこちらを購入しましたが、期待通り綺麗に花火をおさめることができました◎



花火を楽しむメンバーを激写! いろんな種類の花火をみんなで楽しむことができとても嬉しかったようです!最高の夏の思い出ができました!みなさんも安全に気を付けて、水の準備も忘れずにイバラボ広場で花火を楽しんでみてください!~!

六甲牧場にはたくさんの羊達だけでなくヤギや牛、馬などもいました。特に驚いたのは、競馬などで活躍したサラブレッドがいたことです。とても大きくて迫力が凄かったです!触ってみると羊たちのふわふわとは異なり、ゴツゴツとした触り具合でかなり大きかったのでRUC局員達は、恐る恐る触っていました。



突撃 インタビュー!

もしも もしも もしも 話

今年もまたつよい暑さの季節がやってきました。この猛暑を乗り切るためにつめたい食べ物やエアコンは必須。服を薄手の物に変えたりや冷感グッズを用いる人も多いのではないのでしょうか。そこで、今回のお題は「夏のひんやりエピソード」ということで、生活の中で思わず「ヒヤッとした」話のインタビューを行いました。読者のみなさんも共感できるエピソードが見つかるかもしれません。

冷や汗 体験

にの 2回生 理工学部

バイト帰りフラフラ自転車こいでたら見えなくて人にぶつかりかけた

大胸筋時代 3回生 情報理工学部

深夜に高速道路を運転していたら居眠りしてしまいトンネル内で車をトンネルにぶつけそうになったこと

気がつくど...

ぷにぷ

3回生 産業社会学部

上着のポケットに入れていた AirPods がなくなっていたこと

H.C 2回生 経済学部

家の鍵閉めずに寝てしまったこと

にしだ 3回生 文学部

冷凍庫が2週間開けっ放しだった...

マー君 2回生 文学部

実家に帰った後、京都に戻ってきたら、下宿先の鍵を実家に忘れてきたことに気づきました。しかし、幸いにも、学生110番の鍵開けサービスのお陰で無料で開錠してくれたので、助かりました! その時、ものすごくひやっとしました!

まさかの

線対称 2回生 情報理工学部

勉強していた時に参考書の裏からすごく苦手な虫が飛び出してきて頭の血が一気に下がったこと

デニムニキ 3回生 政策科学部

友達と夜アイスクリームを買いに行ってそのまま家のカードキーと一緒に冷やしてカードキーを無くしかけたこと

エイト 2回生 映像学部

寝ていると夜中の4時にマンションの火災報知器が作動して爆音に起こされ、避難したこと。不幸中の幸いで誤作動でしたがめっちゃくちゃ焦りました笑

活 動 報 告

下宿生交流会

生協学生委員会(GI)では毎年4月に1人暮らしの新生を対象にした下宿生交流会を開催しています！今年は衣笠122人 OIC45人 BKC69人の参加でした。



下宿生交流会では、1人暮らしの新生の不安をGIとゲームや動画、キャンパスツアーなどの企画を通して楽しく不安を解消しちゃうという取り組みです！衣笠、BKC、OICの3キャンパス全てで行われており毎年たくさんの新生が参加してくれています！

キャンパス各々で交流会の内容は異なります。独自企画として今年の衣笠は料理のレシピを手元のカードから当てる「材料当てゲーム」、BKCは毎年恒例の「キャンパスツアー」、OICでは「共済すごろく」があり、たくさんの新生に楽しんでもらえました！

京野菜豚汁企画

生店地産地消プロジェクト



生店の目標の一つとして生協組合員の生活の質を上げるのが活動の意義であり、今回は一人暮らしではつつい不足してしまう野菜を摂取することを目標に地元京都府南丹市の胡麻地域の野菜を使った豚汁を食堂で提供し地産地消を考えたプロジェクトを行いました。我々学生委員会では実際京都府南丹市の胡麻地域を実際に取材しに行き現地の農家の方からお話を伺い、どのような野菜を豚汁に入れるか決め農家さんと共に豚汁を作りました。これから食堂で発売予定なので皆さんぜひ食べてください。



食生活相談会

食生活相談会とは？

食生活相談会とは、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ることで食生活をより良いものに改善し、健康的な生活を送るためにサポートするための企画です。ここでは、管理栄養士の方との相談も実施しており、自分の生活リズムと健康的な食事をどのように両立させればいいのか、具体的にどのような食材を摂取すれば良いのかといったことも相談できます。



参加者の声

管理栄養士の方のお話はとても有意義なもので、自分の生活などに合わせた個別のアドバイスをしていただけるともたメになりました。これから言われたことに気をつけて食事の内容を考えてみようと思います。

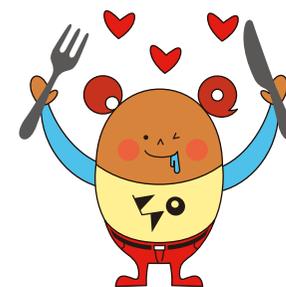


企画者の声

ベジチェックとアルコールパッチテストが特に大人気でした！思っていたよりも普段から野菜を摂取できていた、という人も居れば、実はアルコールに弱い体質だったと分かった人も居て、自身の身体について理解する良い機会になったのではないかと思います。

OIC テンカツ

OICで私たち生協学生委員会(GI)と生協の組合員のみなさんとでテイクアウトメニューの試食会を開催し、4/15(月)～5/10(金)の期間にできあがった4つの新テイクアウトメニューを販売しました！みなさん食べていただけましたか？◎ テイクアウトメニューを食べてくださり、アンケートを回答して下さった多くのみなさんに満足していただけたようで私たちも嬉しい気持ちです。また、アンケートでは今後食べたいテイクアウトメニューとしてヘルシーで野菜多めのお弁当やヤンニョムチキン丼など魅力的なメニューのご意見もいただきました。食堂が混んでいて何食べよう…お昼ご飯食べられるかな？と迷ったときはMeal shop、食堂内のテイクアウトコーナー、分林記念館でテイクアウトメニューを販売しているのでぜひ足を運んでみてくださいね！



OIC 限定

\食べてみて!\

お弁当新メニュー

生協学生委員会と組合員で考案しました!!

<p>4/15 (月)～</p>  <p>オムライス ¥460</p>	<p>4/22 (月)～</p>  <p>ビビンバ ¥420</p>
<p>4/29 (月)～</p>  <p>ドライカレー ¥500</p>	<p>5/7 (火)～</p>  <p>中華弁当 ¥500</p>

※全て税込価格

(販売店舗) **OIC Meal Shop・OIC Cafeteria・みにみる**

CO・OP 学生総合共済

～夏に関する給付事例～

定期試験が終わったら夏休みですね。今回は、夏特有の事例や夏休み期間中の事例を紹介します。旅行先やレジャー施設での思いがけないケガに注意して過ごしましょう。また、ジメジメした季節です。熱中症や食中毒などにも気をつけたいですね。

事例①

食中毒による腸炎

(理工学部2回生)

入院6日 給付金額60,000円

本人コメント

共済があって良かったです。

事例②

山へキャンプに行って、夕食を準備している時に地面から出た木が左足の裏に刺さってケガ

(経済学部4回生) 通院5日 給付金額10,000円

本人コメント

事故は身近なところで起こります。日常の何気ない事にも気を配らなければいけないと思いました。



夏は気温や湿度が高いため食中毒の主な原因である細菌やウイルスの繁殖が非常に活発で危険です。食中毒を招く細菌が増殖しても、食べ物の見た目や味は変化しないため、冷凍や加熱等で雑菌予防を心がけましょう！



夏はアウトドアスポーツをするのにぴったりの季節です！アウトドアスポーツはたくさんの楽しい要素がありますが、その分危険な要素も多く存在します。油断していると思わぬ事故でケガをすることもあるので気をつけましょう。

こころの早期対応保障について 知っていますか？

こころの早期対応保障は、こころの病で精神疾患の診療を受けたとき、1共済期間(1年間)につき1回、10,000円を給付する保障です。

給付事例

双極性障害(文学部)

給付金額10,000円

本人コメント

下宿しながらの大学生活を送るときに精神面で不安感が大きく通院することになりました。この保障を利用して本当に助かっています。そのおかげもあり、精神が安定して色々なことにチャレンジ出来るようになってきています。

【学生総合共済加入者の皆様】 学生生活無料健康相談テレホン

その悩み、一人で抱えこまないで慣れない大学生活や一人暮らしで、こころやからだの不調を訴える学生さんも少なくありません。学生生活無料健康相談テレホンは、学生総合共済に加入された学生さんと保護者さんがご利用いただけるサポートダイヤルです。

- 24時間365日無料
- 専門の相談員がお答えします
- プレイバシー厳守

※電話番号は共済証書に同封の「共済・保険HAND BOOK」をご覧ください。各キャンパスの組合員センターでお尋ねください。

共済加入・給付申請のご相談・ 申し込みはこちらまで

- 衣笠 衣笠センター(志学館地下)
- BKC BKCセンター(リンクショップ)
- OIC OICセンター(OIC shop内)

APU CO-OP 報告

遂に開催!! APUで共済健康フェスタ!

こんにちは! APU Student Coop (通称ASC)です!

ASCでは、5月16日~17日の2日間に「春の身体測定! 共済健康フェスタ」を開催しました。



「自分の健康と向き合い、怪我や病気の予防に繋げる。万が一の可能性があることを共有し、共済加入のメリットについて伝える。」という想いが込められています。この健康フェスタは、ビンゴ形式でカフェテリア・パシフィックカフェ・コープショップの3ヶ所を回りながら参加者が受けた健康チェックを体験することがで

きます。アルコールパッチテストやベジチェックなど計9つの健康に関する体験をすることができ、ビンゴが完成したら素敵な健康景品をプレゼントしました! イベント当日はタヌローも遊びに来てくれて、参加者の皆さんと交流ができました。このイベントを通じて、充実したAPU生活を送って貰えたらと思います!



理事会報告

第11回理事会をもちまして2023年度の全ての理事会を終えました。また5月25日に開催された総代会で2024年度の立命館生協の経営方針が確立されました。そして総代会後に理事監事ともに新体制による第一回理事監事会が行われ、生協にとって新しいスタートを切りました。今後ともみなさんのよりよい生活に貢献できるように尽力いたしますのでよろしくお願いいたします。

◇第10回理事会

2024年4月16日(火)

出席理事 20名

出席監事 6名

【主な報告内容】

<第10回>

- ・学生委員会組織活動について
- ・学業継続支援について
- ・組合員生活・決算関係・新学期活動・大学関係・連帯関係などの事業等について

【主な審議・議決事項】

<第10回>

- ・総代会関係

◇第11回理事会

出席理事 16名

出席監事 7名

<第11回>

- ・学生委員会組織活動について
- ・組織活動関係報告
- ・事業関係報告

<第11回>

- ・総代会議案書決定
- ・総代会運営計画



No.247

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) 2024年7月