

立命館生協の  
学生の健幸への取り組みについて

立命館生活協同組合  
副理事長 小沢 道紀

## 立命館生活協同組合の概要

2016年2月末現在

名称	立命館生活協同組合
創立	1962年2月15日
理事長	宇野木 洋（立命館大学文学部教授）
役員	教職員理事/11名、院生理事/2名、学生理事/9名、員外理事/3名、教職員監事/4名、学生監事/4名
組合員数	50,098名（2016年2月末現在）
出資金	658,057千円（2016年2月末現在）
従業員数	348名（換算人員数/年・1800時間で1名に換算）
年間利用高	6,222,049千円（2015年度、2016年2月末現在） 【内購買部/1,999,723千円、食堂部/1,545,856千円、書籍/1,113,343千円、旅行サービス/1,559,817千円、その他/3,308千円】

### 学生総合共済給付状況（2015年度/2015年3月1日～2016年2月末）

#### 生命共済

給付件数/1,174件（病氣入院、事故入院、通院等への給付件数の合計）

給付金額/130,240千円

#### 火災共済

給付件数/14件

給付金額/890千円

出所：立命館生活協同組合ホームページより



立命館生活協同組合

## 学校法人と立命館生協との関係

学生を中心とした全構成員の**福利厚生を担う**役割

### 事業先

立命館大学（3キャンパス）、立命館アジア太平洋大学、立命館中高、立命館宇治中高、立命館守山中高

### 事業内容

食堂の運営、ショップの運営、書籍の運営、賃貸マンションの斡旋、共済の加入・給付手続の受付、旅行の販売等

MY PAGE

立命館生活協同組合  
小沢 道紀さん

ログイン中 ログアウト

前日のカード残高

クレジットカード残高  
384円

ポイント残高  
225.1 ポイント  
2017年9月5日 12:39時点

Webポイント残高  
0.0 ポイント  
ポイント受取申請

未受取クレジットカード残高  
0円

累計利用金額  
457,885円

累計獲得ポイント  
4,430.8 ポイント

購入/入金履歴

ミールカード

Webポイント情報

登録情報の確認・変更

生協電子マネー利用停止申請

購入/入金履歴

全購入履歴 食の履歴 学びの履歴 入金履歴 プリベ履歴

他の月の履歴を見る 2017年7月

※ 商品によってはエネルギーが表示されない場合があります。

ご利用	店舗名	商品名	エネルギー(kcal)
07/31(月)	合計:¥451 朝:¥0 昼:¥451 夕:¥0		785
12:46	立ユニオンD	味噌汁/そばろ親子丼M/春巻	785
07/27(木)	合計:¥428 朝:¥0 昼:¥428 夕:¥0		1,005
13:36	立リンクD	唐揚マーボーオム/15種類のヘルシーサ	1,005
07/26(水)	合計:¥540 朝:¥0 昼:¥540 夕:¥0		686
13:23	立ユニオンD	ポーカヅンジャー冷麺/フルーツヨーグルト	686
07/24(月)	合計:¥461 朝:¥0 昼:¥461 夕:¥0		844
14:46	立ユニオンD	味噌汁/けんすけ丼M/15種類のヘルシーサ	844
07/21(金)	合計:¥447 朝:¥0 昼:¥447 夕:¥0		660
13:26	立ユニオンD	ライスS/夏のさっぱり豚汁/ねぎ塩ハンバーグ	660
07/19(水)	合計:¥560 朝:¥0 昼:¥560 夕:¥0		1,175
13:58	立ユニオンD	唐揚げカレーM/枝豆チーズ味コロッケ/オクラ巣ごもり玉子	1,175
07/17(月)	合計:¥514 朝:¥0 昼:¥514 夕:¥0		592
12:52	立ユニオンD	豚骨野菜冷麺/ささみ枝豆ひじきサラダ	592
07/15(土)	合計:¥369 朝:¥0 昼:¥369 夕:¥0		875
13:07	立ユニオンD	味噌汁/ライスS/ササミチーズカツ	875
07/14(金)	合計:¥451 朝:¥0 昼:¥451 夕:¥0		678
13:34	立ユニオンD	ライスS/豚肉野菜炒り柚子胡椒風/味噌汁/鶏とオクラの柚子胡椒	678
07/12(水)	合計:¥540 朝:¥0 昼:¥540 夕:¥0		725
13:23	立ユニオンD	〇熊本ラーメン/どり辛ささみスティック	725

共通メニュー 9月 残暑対策の食生活

唐揚げカレーM



丼・カレー

■ 栄養価

【栄養バランス】 赤1.6点 緑0.2点 黄8.1点 ●エネルギー790Kcal ●タンパク質20.5g ●脂質19.7g ●炭水化物128.4g ●カルシウム48mg ●鉄1.8mg ●ビタミンA71μg ●ビタミンB10.12mg ●ビタミンB20.14mg ●ビタミンC2mg ●食塩相当量3.7g ●野菜13g

■ 食材名と原産地

米 (北海道産) (カレー) ジャガ芋 (国産) 人参 (国産) (唐揚げ) 鶏肉 (中国)

■ アレルギイ

●卵 ●小麦 ●大豆 ●鶏肉 ●豚肉 ●



(619256)

	色分け	食品群	1点 = 80kcal	1日分量 (g)	栄養素	体内の働き
必ずとりたい 9点	赤 6点	乳製品	2点	200	たんぱく質 カルシウム ビタミンB1	体の中で 血や肉に なる
		卵	1点	50		
		魚・肉類	2点	140		
		大豆製品	1点	100		
緑 3点	野菜	1点	350	ビタミン ミネラル 食物繊維	体の調子を 整える	
	芋	1点	100			
	果物 海藻 きのこ	1点	150			
増減可能	黄 男/16 点 女/11 点	穀物	男13.5点 女9点	男650 女430	炭水化物 脂質	働く力に なる
		油脂	男2点 女1.5点	男20 女15		
		砂糖	0.5点	15		

# 2016年度100円朝食（164日）実績

(件)

	4月	5月	6月	7月	9月	10月	11月	12月	1月	件数計
衣笠	7,953	7,454	8,097	5,089	1,642	6,010	5,542	3,897	3,076	48,760
BKC	10,161	11,145	11,178	7,571	2,464	9,671	8,807	6,547	6,023	73,567
OIC	3,117	3,092	3,271	2,517	550	2,594	2,521	1,570	1,543	20,775
件数計	21,231	21,691	22,546	15,177	4,656	18,275	16,870	12,014	10,642	143,102



100円朝食でよくできるメニューの組み合わせ「鮭、春巻き、コロツケ」  
 (エネルギー635kcal、赤1.0点、緑0.4点、黄6.5点)

1日の食事

第74・78・82・90・94・98表/食事摂取状況・第75・79・83・91・95・99表/食べた場所(食べた)・第360表/諸平均値(有額)

①摂取率(食べた)

②1回の外食価格(有額平均)

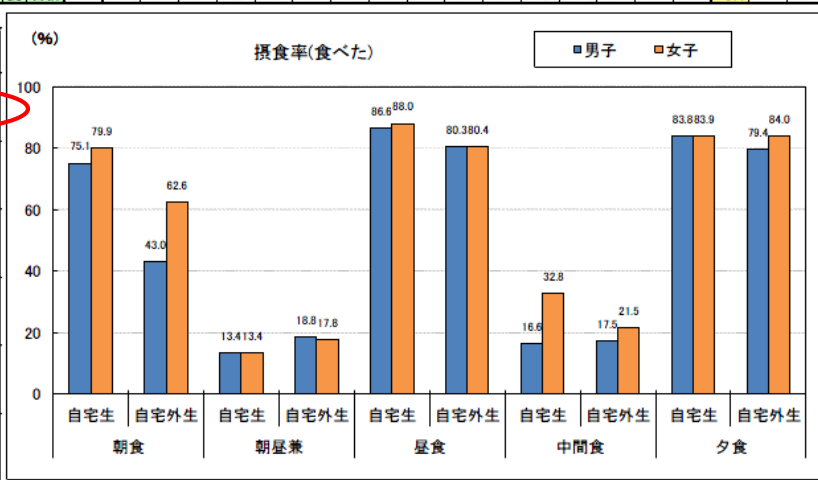
(円)

	全国	16年															合計	男子	女子	全国	16年															合計	男子	女子				
		00年	01年	02年	03年	04年	05年	06年	07年	08年	09年	10年	11年	12年	13年	14年					15年	00年	01年	02年	03年	04年	05年	06年	07年	08年	09年	10年	11年	12年	13年				14年	15年		
朝 自宅	80.4	74.8	73.8	79.6	70.8	70.8	76.3	80.5	81.8	80.0	79.4	77.7	82.3	77.2	80.7	82.2	83.1	<b>77.6</b>	75.1	79.9	朝 自宅	197	167	180	231	325	174	500	318	177	248	244	249	200	189	159	185	161	<b>180</b>	182	177	
食 合計	59.8	60.8	57.4	55.2	54.3	52.8	52.3	55.2	61.0	58.8	53.8	56.0	51.9	56.5	55.4	58.9	53.4	<b>51.3</b>	43.0	62.6	食 合計	196	252	256	245	219	229	290	240	209	223	226	230	240	199	143	162	<b>181</b>	183	177		
食 合計	69.1	67.1	64.0	65.6	61.9	60.8	62.7	66.6	71.6	68.8	65.2	66.2	65.5	66.7	67.9	69.1	71.1	<b>67.0</b>	60.8	73.8	食 合計	197	236	249	240	239	216	312	254	200	231	237	231	222	224	183	155	<b>182</b>	182	177		
朝 自宅	11.7	15.0	17.5	12.0	17.2	18.9	17.8	9.4	14.4	16.0	14.2	13.8	13.5	16.2	13.2	15.4	12.8	<b>13.4</b>	12.4	13.4	朝 自宅	329	367	300	397	541	392	215	239	301	310	393	429	306	273	267	285	315	<b>378</b>	388	370	
食 合計	16.4	17.6	19.7	24.0	21.0	24.8	22.9	22.1	18.8	22.1	22.3	21.6	21.7	20.9	21.2	18.5	17.6	<b>18.4</b>	18.8	17.8	食 合計	322	375	427	431	312	359	383	367	302	402	402	347	328	348	326	368	316	318	<b>341</b>	391	241
兼 合計	14.3	16.4	18.8	18.9	19.2	22.0	20.7	16.4	16.6	19.2	18.7	17.9	18.0	18.6	17.2	17.1	15.0	<b>15.4</b>	15.8	14.9	兼 合計	323	373	406	420	366	367	340	349	302	379	354	348	339	309	337	307	317	<b>355</b>	390	306	
昼 自宅	88.1	81.9	80.2	83.1	77.0	76.4	81.5	83.4	85.6	86.3	84.0	84.4	84.7	84.4	88.2	85.8	87.5	<b>87.3</b>	86.6	88.0	昼 自宅	446	438	428	399	357	470	408	414	361	376	387	408	421	406	410	446	430	<b>418</b>	430	404	
食 合計	84.5	83.0	76.6	74.0	78.6	71.0	75.7	72.0	79.5	77.3	76.5	77.0	77.3	72.0	79.7	82.2	78.5	<b>80.3</b>	80.3	80.4	食 合計	445	419	418	396	405	394	416	394	383	418	392	403	397	418	396	427	<b>449</b>	474	410		
食 合計	86.1	82.5	78.0	77.8	77.9	73.4	78.2	77.2	82.6	81.6	79.9	80.5	80.6	78.1	83.9	83.8	83.4	<b>84.5</b>	83.8	85.3	食 合計	445	426	422	397	386	426	413	403	372	399	390	405	406	413	402	435	429	<b>432</b>	451	407	
中 自宅	21.7	26.8	23.0	26.1	27.3	25.8	24.8	22.4	27.6	28.0	24.3	26.1	23.2	24.6	25.6	24.9	23.3	<b>26.0</b>	16.6	32.8	中 自宅	241	356	217	283	220	286	254	264	244	214	222	242	250	285	188	233	218	<b>238</b>	263	226	
食 合計	18.9	22.2	28.7	19.8	19.3	21.4	20.1	21.3	22.7	25.4	21.9	19.4	16.7	16.7	18.9	21.4	22.5	<b>19.2</b>	17.5	21.5	食 合計	230	358	297	254	284	275	237	263	258	233	258	270	290	246	267	270	240	<b>269</b>	294	241	
食 合計	20.1	24.3	26.4	22.5	23.0	23.3	22.1	21.8	25.2	26.6	23.0	22.5	19.6	20.6	22.2	22.9	22.9	<b>22.7</b>	17.0	28.9	食 合計	235	357	280	269	251	280	245	264	251	223	242	256	269	267	222	254	229	<b>249</b>	279	231	
夕 自宅	84.6	77.2	89.7	80.3	80.4	83.7	80.4	82.1	81.2	79.3	84.4	82.2	83.5	83.5	81.6	81.8	85.8	<b>83.9</b>	83.8	83.8	夕 自宅	943	962	971	865	877	929	807	834	685	640	613	582	689	769	1,001	954	880	<b>922</b>	1,056	834	
食 合計	83.5	81.7	84.0	87.0	82.3	75.9	82.5	78.4	81.5	85.7	83.4	83.0	84.5	81.4	83.1	79.3	85.6	<b>81.3</b>	79.4	84.0	食 合計	636	616	697	677	497	602	657	692	571	616	635	596	749	670	564	695	620	<b>629</b>	655	588	
食 合計	84.0	79.6	86.3	84.1	81.4	79.3	81.6	80.1	81.3	82.7	83.9	82.6	84.1	82.4	82.3	80.4	85.7	<b>82.8</b>	81.8	84.0	食 合計	712	708	740	718	600	698	697	735	610	622	630	593	733	700	697	779	723	<b>734</b>	761	703	
深夜 自宅	20.2	37.8	23.8	21.8	26.3	19.3	31.9	26.6	29.2	27.3	23.7	22.5	21.1	23.1	24.4	26.8	18.6	<b>21.4</b>	21.7	21.1	深夜 自宅	525	570	542	363	338	617	447	542	513	654	853	789	1,166	527	587	435	545	<b>420</b>	574	248	
夜 自宅	21.6	34.0	30.3	23.4	26.7	33.4	29.4	29.1	34.7	25.7	22.6	24.8	26.4	24.9	23.4	22.4	19.4	<b>18.9</b>	22.0	14.7	夜 自宅	409	404	421	461	440	451	530	482	562	414	418	568	505	459	415	482	422	<b>439</b>	532	271	
食 合計	21.0	35.7	27.7	22.8	26.5	27.2	30.4	28.0	31.9	26.5	23.1	23.7	24.0	24.0	23.9	24.3	18.9	<b>20.4</b>	21.8	18.8	食 合計	437	442	441	443	423	478	508	497	554	459	487	613	627	472	475	469	458	<b>430</b>	549	259	

③生協利用率(食べた人を100として)

(%)

	全国	16年															合計	男子	女子	
		00年	01年	02年	03年	04年	05年	06年	07年	08年	09年	10年	11年	12年	13年	14年				15年
朝 自宅	1.0								0.4	0.9	0.8	2.1	0.4	1.2	1.4	2.2	2.2	<b>5.7</b>	5.7	0.9
食 合計	8.2								3.8	3.1	5.0	6.1	4.2	7.1	7.4	17.5	18.5	<b>21.2</b>	31.4	11.8
食 合計	4.3								1.8	1.9	2.6	3.8	2.1	3.6	3.8	9.6	8.3	<b>8.7</b>	13.6	4.1
朝 自宅	11.1	10.7	9.1	29.2	19.2	22.8	10.7	6.4	26.4	18.8	17.6	11.6	15.6	24.7	22.0	24.0	22.7	<b>10.4</b>	10.4	9.7
食 合計	31.1	14.8	32.5	17.5	39.0	27.8	35.8	32.6	33.0	39.4	32.3	34.7	25.3	34.9	37.3	34.1	42.0	<b>33.7</b>	43.1	20.8
兼 合計	23.1	12.8	23.9	20.6	31.3	25.7	26.1	25.6	29.5	31.3	27.3	26.3	22.2	30.6	31.4	29.8	32.7	<b>21.4</b>	27.8	14.8
昼 自宅	46.1	54.8	56.4	53.4	57.8	51.2	55.5	50.6	50.6	56.8	53.5	50.4	44.4	46.6	54.1	53.0	48.5	<b>56.1</b>	65.0	47.8
食 合計	61.8	66.1	62.5	59.9	64.9	58.3	62.4	58.9	62.5	64.6	58.6	60.9	60.7	56.5	69.1	67.9	64.2	<b>66.7</b>	71.5	60.3
食 合計	54.6	61.1	60.0	56.9	61.6	54.9	59.2	54.8	56.2	60.5	56.2	55.8	53.0	51.2	61.3	61.2	55.2	<b>60.1</b>	67.8	52.1
中 自宅	39.6	35.1	24.3	32.6	50.9	28.3	34.3	33.5	47.8	54.6	44.9	40.2	42.2	47.2	50.4	44.6	48.5	<b>43.2</b>	43.4	42.7
食 合計	48.1	47.3	50.2	41.9	55.4	36.9	43.8	46.5	45.8	50.4	45.7	55.2	46.1	40.7	56.6	57.5	53.3	<b>45.8</b>	51.4	40.0
食 合計	44.3	41.2	40.9	37.3	53.0	32.6	39.4	40.4	46.8	52.6	45.2	47.1	44.4	44.2	53.2	51.1	50.7	<b>44.1</b>	47.1	42.0
夕 自宅	2.8	5.1	2.7	2.6	5.3	5.1	6.0	3.2	6.9	5.4	5.1	5.7	5.5	4.6	5.5	4.9	6.8	<b>3.7</b>	3.0	4.4
食 合計	15.1	20.0	13.3	9.5	10.0	15.0	11.3	9.6	12.8	12.1	12.2	14.8	12.7	11.8	12.9	13.4	16.8	<b>13.4</b>	14.1	12.4
食 合計	9.5	13.4	8.8	6.8	7.9	10.3	9.1	6.6	9.8	9.2	9.1	10.5	9.5	8.1	8.9	9.6	11.3	<b>7.5</b>	7.8	7.3
深夜 自宅	0.5								2.1				0.9		1.3	1.2	1.1			
夜 自宅	0.9								2.9	2.3	4.9	2.4	2.4	3.4	3.1	7.2	2.6	<b>4.1</b>		
食 合計	0.5								2.5	1.1	2.6	1.7		1.7	2.5	2.1	3.2	<b>1.0</b>	1.8	





地元産

第7回

# 旬菜マルシエ @BKC

採れたて新鮮 滋味あふれる旬の地場野菜 今が食べごろ どうぞ召し上がれ

7/3(月)、5(水)、7(金)、10(月)

12(水)、14(金)、18(火)、21(金)

11:00~13:00@ユニオンスクエア 1F ショップ前

7/10(月)は  
7/9(日)の  
収穫体験企画で  
採れた野菜を  
販売予定!



写真はイメージです

その時季いちばんおいしい旬の野菜をご用意します。食べごろの地場野菜をご用意するため、売り切れ次第終了とさせていただきます。おいしい野菜を育てる環境を守るため、マイバッグのご持参にご協力ください。



前回販売時の様子

皆さまお待ちかね、  
第7回の野菜販売会を開催します。  
今回はどんな旬の野菜が並ぶか  
お楽しみに!

主催：立命館生活協同組合

協力：JA おうみ富士・JA 草津市

# 近江牛フェア

地元のホンモンを  
キャンパスで!

2016  
10.24月~28金

日替わり限定メニュー

真正正銘! 近江牛100%使用!

24日 牛丼 450円 限定 各200食	25火 すきやき 1000円 限定 30食 ライス付	26水 焼肉弁当 500円 限定 100食	27木 牛すじ うどん 400円 限定 ユニオン200食 リンク200食	28金 ステーキ 1500円 限定 30食 ライス付 150g
-------------------------------	--	--------------------------------	---	---

※すきやき、ステーキは生協組合員限定です。ご注文時に組合員カードをご呈示ください。



手軽に近江牛を味わおう!

## 物産展

@ユニオンショップ

主催 R 立命館生活協同組合

共催 公益財団法人滋賀県生活衛生営業指導センター  
滋賀県食肉生活衛生同業組合・滋賀県食肉事業協同組合



# 生協学生委員会主催による健康チェック



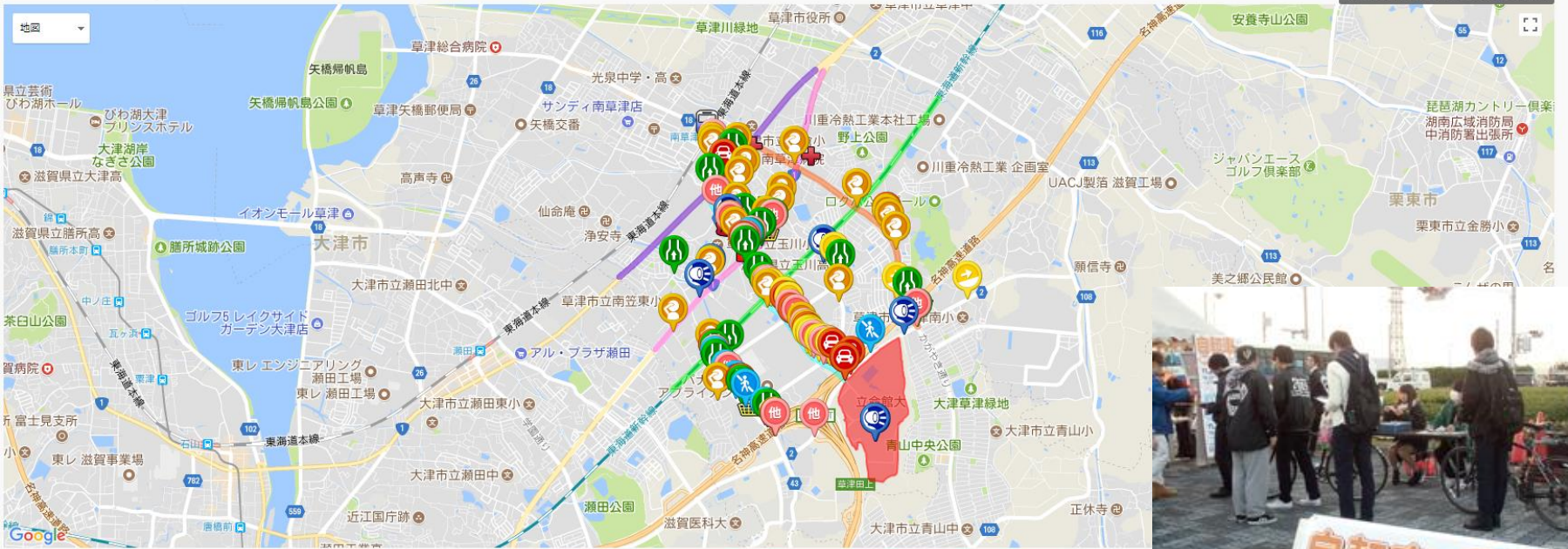


全て  坂  道幅が狭い  交通量が多い  見通しが悪い  その他  歩道がない  暗い

坂  道幅が狭い  交通量が多い  見通しが悪い  その他  歩道がない  暗い

地図表示を更新する

現在の表示結果で全画面表示



🌿 こんにちは！私たちは生協学生委員会です 🌿



ご清聴ありがとうございました！