



主菜は
ボリューム
たっぷり!

東大阪キャンパス新入生用



学食で美味しく健康的に!!

生協ミールプラン のご案内

小鉢で
栄養をプラス!

デザートも
充実!

ショップでも
使える!

カレー・丼・麺も
豊富!



加入手続き期日

生協・共済等加入と同時に手続きください。

第一次申込期日

1/31 金

第二次申込期日

3/12 水

第三次申込期日

3/30 日

第四次申込期日

4/3 木

コンビニで23時59分までにお支払い完了の期日です



大学生の食生活は 近畿大学生協 生協食堂は「食の安心」

食の自立をサポート



メニュー情報の提供

ハンバーグサルサソース

HAMBURGU SARUSA SOSU

価格 **¥286**
(140g 価格 ¥260 / 140g ¥261)

栄養成分表

エネルギー	225kcal
たんぱく質	15.3g
脂質	11.2g
炭水化物	16.2g
食塩相当量	1.7g
カルシウム	66mg
野菜量	95g

アレルギー物質をマークで表示しています。

バランスよくメニューを選ぶために
必要な栄養価を表示しています。

エネルギー量	1日の摂取目安量	男性 2650kcal	女性 2000kcal
たんぱく質	1日の摂取目安量	男性 86g	女性 65g
脂質	1日の摂取目安量	男性 82g	女性 62g
炭水化物	1日の摂取目安量	男性 391g	女性 295g
食塩相当量	1日の摂取目安量	男性 7.5g未満	女性 6.5g未満
カルシウム	1日の摂取目安量	男性 800mg	女性 650mg
野菜量	1日の摂取目安量	350g	

アレルギー物質をマークで表示しています。

期間限定のフェアを開催

メニューが豊富なので
毎日利用しても飽きません!

健康を考えた
週替わりのメニュー



におまかせください！ ・安全」をお届けします。



ミールプラン | 使えるお店はいろいろ！

※生協店舗以外では使用できません。



11月ホール地下1F

営業時間 平日11時～15時

店舗名 **カフェテリアノーベンバー**



ミールプラン利用可能商品
食堂メニューすべて



いろんな
フェアメニューが
あるよ



21号館1F

営業時間 平日10時～17時

店舗名 **フードコンビニ Plum**



ミールプラン利用可能商品

取扱商品 (おにぎり、弁当、焼き立てパン、
サンドイッチ、サラダ、惣菜)
ヨーグルト等、飲料もご利用
いただけます。

おいしいよ！
大山乳業の
コーヒー牛乳



弁当
販売所

**EキャンパスA館1階と
11月ホール地下1階フィットネス前も
ミールプラン利用可能**です。

営業時間 平日11時30分～13時



各店舗の営業時間は
アプリで確認できます

生協店舗 MAP

お願い

レジに並ぶ際に、
スマホのアプリを開いて
「ミールプラン」で
精算するバーコードを
表示させておきましょう。



11月ホール地下1階
カフェテリア
ノーベンバー

Minishop November
では生協電子マネー・
ミールプランとも
使用できません。

お弁当販売所

- ① 11月ホール地下1階
- ② EキャンパスA館1階

※生協店舗以外では「ミールプラン・生協電子マネー」は使用できませんのでご注意ください。

食堂メニューはWEBで確認！

食堂のメニューは「CoMenu(コメニュー)」で確認！
マイトレ機能を使えば、今週のメニューを自由に組み合わせ、
合計栄養価・合計価格の確認もできます。



大学での1食分は生協にお任せください!



生協ミールプラン



2025年度 ミールプラン ご利用期間

2025年 **4月7日(月)**～2026年 **2月4日(水)**

利用可能日カレンダー

授業日150日+定期試験日16日 合計166日

ご利用履歴は「大学生協アプリ」にてご確認ください。

※日祝、その他生協店舗休業期間等にはご利用できません。
※大学の長期休暇中などは営業時間が変更になりますので、
ホームページから各店舗の営業時間一覧などをご覧ください。



プラン名	利用できる日	利用できる額	お支払い額
ミール プラン 680	平日 166日	1日 680円	最大166日利用で 112,880円のところ 92,000円 近大生1-2年生の1週間当たりの 平均登校日数は4.5日です。 (※) 平均登校日数135日×680円の利用金額が 約92,000円となります。

※平均登校日数135日は、2023年度に実施した「第50回学生生活実態調査」の近大生1～2年生の1週間当たりの登校日数平均約4.5日をもとに算出した日数です。1年生では4.7日で年間での平均登校日数は授業日150日のうち141日です。

／ こんな食事ができます! ／

食堂利用

- ・ライス小 105円
- ・鶏と茄子の山賊炒め 286円
- ・小松菜と揚げ生姜風味 99円
- ・ほうれん草 77円
- ・味噌汁 44円
- ・焼きプリンタルト 88円

合計 699円

- ・サーモンビビンバ丼 495円
- ・ポテトサラダ 77円
- ・味噌汁 44円
- ・ひじき煮 77円

合計 693円

コンビニ利用

- ・焼き立てパン 194円
- ・サラダ 246円
- ・スープ 169円
- ・牛乳 98円

合計 707円

- ・生協弁当 450円
- ・味噌汁 112円
- ・サラダ 108円
- ・ドレッシング 21円

合計 691円

※価格は2024年11月現在のものです。

ミールプランとは？

大学生協が
独自に開発しました！



約1年分の食費を事前に大学生協に預けていただき、
一日あたりの限度額まで何回でも食堂や生協コンビニを利用できる

生協食堂の「食の年間定期券」

＼ 毎日のバランスの良い食事は大学生協におまかせください!! /

ミールプランのここがいい！

- 1 バランスのとれた食事ができる！
- 2 食費をあらかじめ確保しておける！
- 3 食堂のメニューだけではなく、ショップでも食品、飲料が購入できる！
- 4 使い切れなくても無駄にはならない！※
- 5 アプリで楽々会計！
- 6 保護者の方も食事履歴、栄養価摂取量を確認できる！



※年間限度額までの累計利用額が購入額に満たない場合、差額は所定の手数料を差し引き、次年度に生協電子マネーに振替されます。

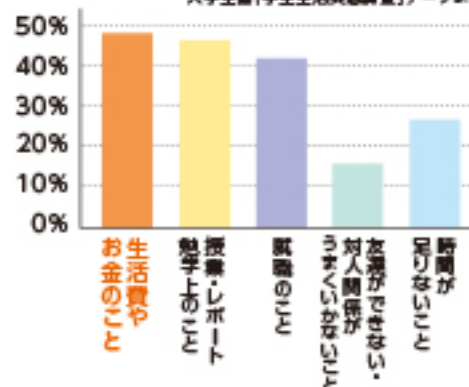
大学生の食生活

節約するために **食事をきちんと食べない、**
または **とらない学生が増えています！**

身体は食べたもので出来ています。
食べることは生命活動の基本。
大学生は「食の自立」の始まりです。
大学時代の食生活が今後の食生活に大きく影響します。

日常生活で気にかかっていること (複数回答)

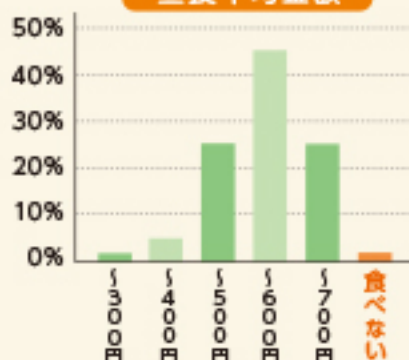
大学生協「学生生活実態調査」データより



朝食平均金額



昼食平均金額



夕食平均金額



ミール利用者の1日

先輩はどのようにミールを使っているのでしょうか？
1日の生活をのぞいてみましょう。



下宿生

利用者コメント (理工学部Aさん)

ミールプランは食堂November、コンビニPlumで使うことができます。食堂ではバランスの良い食事を自分で選んでとることができるから健康な大学生活を送ることに繋がります。コンビニは品揃えがよいのでおにぎりや焼き立てパン、サラダや牛乳などを組み合わせれば健康的な献立を作ることが出来ます。

起床・身じたく

朝食

1限目

2限目

昼食

3限目

あきこま

5限目

夕食

アルバイト

自由時間

就寝

ミールプランで毎日楽しくご飯を食べています！

昼食

混雑時でもスピード会計！今日は何を食べようかな。友達同士で楽しくランチをしましょう。



ミールプラン安心ポイント

POINT 01

毎日食べる習慣が身につきます

昼食代を1年分確保！手持ちがなくても昼食が食べられます。

節約のため一番に削りがちな「食費」。ミールプランを利用することで、大学で講義がある日は1年間一定金額の食事を摂ることができます。急な出費があった時も、ミールプランなら食費を前払いしているので、手持ちがなくても困ることはありません。



ミールプラン

POINT 02

大学生協アプリの食堂利用履歴から
食堂の利用頻度や栄養価が確認できます！



電子マネー画面裏の決済履歴から確認できます。

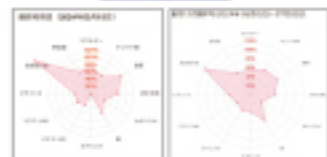


TAP



利用履歴メニュー内の「食堂利用履歴」→「自分の食堂利用履歴」から確認できます。

栄養グラフ



最終利用日と前月1か月平均の2つの栄養グラフを確認いただけます。

利用履歴



時間別利用と1か月間の利用履歴を確認いただけます。

ミールプラン

POINT 03

まとめ払いで経済的&
使い切れなかった場合は電子マネーにお返し

1年分の食費がまとめ払いでお得。

さらに年間消費額が20万円の食料利用額に購入額に満たない場合、

差額は所定の手数料(2,000円)を支払って、次の年度に生協電子マネーに返金されます。

※開始年度終了時のミールプラン利用残高(ミールプラン購入代金-ミールプラン利用金額)がプラスの場合、事前告知メールで残高(上記ミール利用残高の15%(上限2,000円))を差し引いた額を翌年5月にベースマネーにチャージ振替します。なお、最終学年の場合に限り、口座振込等による現金で振り込みします。(その場合は口座振込手数料1,100円を控除)いずれの場合も、振替及び振込額が0およびマイナスになる場合は振替及び振込できません。

利用金額が購入金額に満たない場合、差額を次の年度に生協電子マネーに返金！



ミールプラン利用案内



「利用案内」はホームページ下にリンクがあります

★ノーベンパー食堂は11:45~12:45、コンビニPlumは12:00~12:40が混雑します。この時間帯から5分ずらずだけでもかなり違うので、前後にずらせるときはずらしましょう！

ミール利用者の声



2024年「ミールプラン利用者・保護者アンケート」結果※

ミールプラン購入理由



ミールプラン満足度



※2024年8月実施(回答45名)

近大生の 失パイの声

1回生
いつも美味しいご飯ありがとうございます僕は弁当だと唐揚げの丼が好きで食堂だとブロッコリーの副菜が好きです

1回生
テスト期間中にも使えるようにしてほしいです。
要望実現
25年プランからテスト期間もご利用いただけます!

1回生
ごはんの量を減らして浮いた分を小鉢を追加して、バランスをとっています。

近大生の 保護者の声

ミール利用状況について

使うことで、食生活の維持と自炊の負担軽減になったようだ。

夕飯の為に購入出来るし便利

ミール利用でプラスに感じること

バランスを考えて食べることができる
野菜がとれる

一食は必ずしっかりと栄養面の食事が確保される

食費の確保ができていないから、お金がなくて食べられないことがない。

すれ違いが多くゆっくり、今日何食べた…の会話が出来なくても履歴を見れば、食生活が見える。

ノーベンバー食堂の満足度

子供が気に入って利用している

メニューが豊富で美味しそう。楽しみにしているメニューも多い。

ミールプランの満足度

栄養面を考えてくださりありがとうございます

本人からの報告がなくても、何を購入しているか、購入時間など、親が安心できる

ミールプランを継続しますか?

本人が気に入っていて継続を希望しているから、継続します。



よくある質問

Q

生協の組合員でなければ
利用できないの？

A

ミールプランは、「大学生協の組合員である事」が利用条件です。使い次第で、大変お得になります。「大学生協の組合員特典のひとつ」とお考えください。

Q

プラン金額は一度に利用しなければ
いけないのでしょうか？

A

1日利用上限額まで、何回でもミールプランを利用する事が出来ます。ミールプラン利用額を超えた場合でも生協電子マネーや現金でお支払いできますのでご安心ください。

Q

自宅生ですので、
ミールプランは必要ないですね？

A

大学生は多くの人が真面目に授業に出席する傾向にあり、自宅生の方も多く利用されています。自宅生の方もミールプランをおすすめしています！

Q

1食で680円も
食べられないのですが…

A

1食680円という価格設定は、一見高いように思えますが、一汁三菜を意識するとちょうど使い切れるくらいの価格です。(在校生の声より)

Q

その日使えなかった分は
繰越できますか？

A

毎朝、利用限度額まで食事専用マネーがチャージされる仕組みです。利用限度額を超えてチャージされることはありません。繰り越せない仕組みだからこそ、「もったいない」「せっかくだからもう1品(配菜、味噌汁)」に繋がり、自然と健康的な食事になります。

Q

使い切れなかった分を友人に
使わせてあげてもいいですか？

A

ミールプランは本人限定です。他人に貸したり、他人の分を購入したり(おごり)は禁止されています。レジで禁止行為が判明した際は、大学・保護者へ連絡の上、利用停止措置をとらせていただきます。

ミールプラン申込方法

ミールプランのお申し込みには、**生協への加入が必要です**。パソコン・スマホで生協加入と同時に申し込みください。

パソコン
から



近畿大生協
新入生応援サイトから
生協・共済申込フォームへ
アクセスしてください。

スマートフォン
から



二次元コードを読み込み
アクセスしてください。

近畿大生協 新入生

- WEB申込フォームに必要事項を入力
加入プラン選択画面の⑦ミールプランを選択してください。
- ⑥生協電子マネーをセットでお申し込みください。

1日の上限金額を超過した場合に自動的に生協電子マネーで決済されて便利です。

※生協加入期日を過ぎてしまった場合は、近畿大学生協までご連絡ください。(利用開始日をお伝えいたします)

※生協加入手続きがすでにお済みの場合は「追加申込」からお申し込みください。

ミールプランの利用方法

ミールプランを利用するためには近畿大学生協に加入後、**大学生協アプリの登録が必要です**。

- ①ご利用のスマホに大学生協アプリをインストールして下さい。
- ②よく使うマネー設定より「ミール」をよく使うマネーに設定してください。
- ③レジにてバーコードをかざすだけで利用できます。



アプリについての
詳細はこちら

