

学食で

／ おいしく、楽しく、健康的に。 ／

UNIV.  
CO-OP

# 食生活と ミールプラン

Eating Habits and  
Meal Plan

近畿大学生協



## 01

## 食生活をサポート

大学生の食生活は近畿大学生協におまかせください。



## 食の自立をサポート



## 自立した食生活のために必要なこと

## 1 知る

どんな食事が「栄養バランスの取れた食事」なのかが分かっていること。

## 2 考える

必要な栄養バランスを知り、自分でチェックできること。

## 3 行う

「知る」「考える」に応じて適切な食事を選んだり、調理したりできること。

／ そこで生協食堂では **さまざまな取り組み** をしています ＼

## メニュー情報の提供

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

	1日の目安摂取量
エネルギー量	男性 2600kcal / 女性 1950kcal
タンパク質	男性 85g / 女性 63g
脂質	男性 81g / 女性 61g
炭水化物	男性 384g / 女性 288g
食塩相当量	男性 7.5g 未満 / 女性 6.5g 未満
カルシウム	男性 800mg / 女性 650mg
野菜量	男性・女性 350g

アレルギー  
物質を  
マークで表示  
しています





# Fair

期間限定  
フェア  
を開催します!

1年間通して  
メニューが豊富です!



健康を  
考えた  
週替わりの  
メニュー

# Shop

こんな  
お店  
で使えます!

利用できる  
お店のご紹介



メニューを自由に組み合わせできる  
カフェテリア形式の食堂です

カフェテリア ノーベンバー

営業時間

平日  
11:00 - 15:00



自家製弁当や焼き立てパンが  
大人気のコンビニです

フードコンビニ Plum

営業時間

平日  
10:00 - 17:00



毎日、手作りのお弁当を販売しています

お弁当販売所

- ①11月ホール地下1階
- ②EキャンパスA館

営業時間

平日  
11:30 - 13:00



# SUPPORT



## 02

## ミールプランって？

大学生の食生活は近畿大学生協におまかせください。



ミールプランとは大学生協が独自に開発した  
「食の年間定期券」です！

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ショップを利用できます！

## ミールプランをおススメする理由

理由  
1

## 毎日食べる習慣が身につきます

食費を削らず生協食堂で  
バランスの良い食事が出来  
ます。予め食費が確保でき  
るので、毎日食べる習慣が  
身につきます！



← ●ごはん ●豚汁 ●唐揚香味ソース ●小松菜わさび和え

理由  
2毎日の食事の確認  
ができて安心

アプリで利用履歴を見ることが  
出来ます。ちゃんと食事と  
なっているか確認できる「安  
心のシステム」です。

## 利用履歴

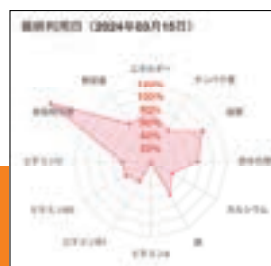
ご自身の  
利用履歴が  
確認できます

保護者  
メニュー

学生本人の  
利用履歴が  
確認できます

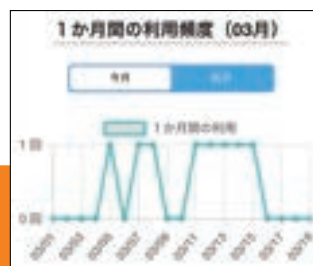


## 栄養グラフ



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。

## 利用頻度



時間帯別と1か月間の利用頻度を確認  
いただけます。

勉強と同じくらい  
「食事」は大事！



近畿大学生協おすすめ!

## ミール720円プラン

利用可能  
カレンダーは  
こちら

2026年	3月	4/6 月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	2027年	1/5 金	2月
2026年度 ミールプランご利用期間													

※日祝、その他生協店舗休業期間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。  
※ご利用履歴は「大学生協アプリ」にてご確認ください。

720円  
プランバランス良く  
しっかり  
食べたい方自宅生  
下宿生  
どちらにも!

利用できる日

平日 166日

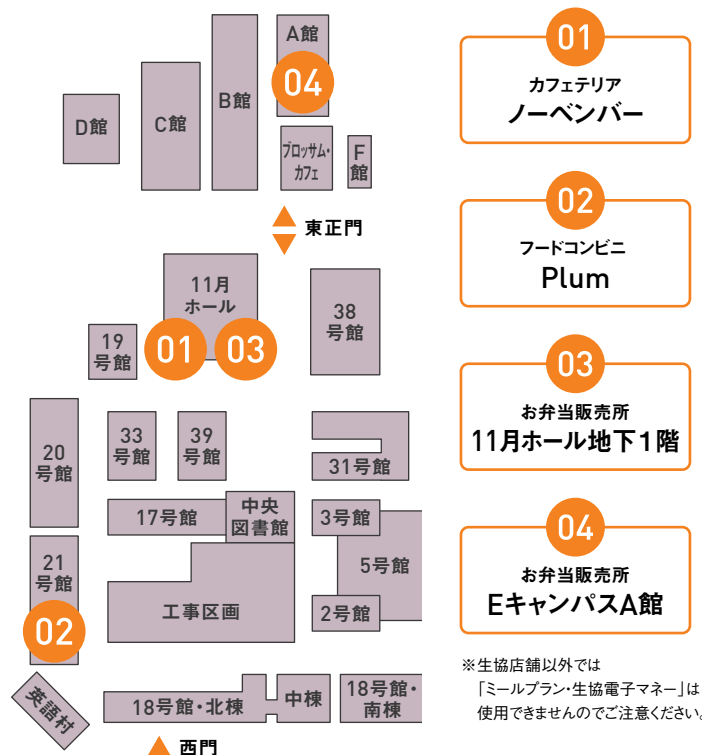
利用できる額

平日 720円

お支払い額

期間最大利用で  
119,520円のところ  
**97,200円**

## 利用可能 店舗MAP



食堂メニューはWEBで確認!

食堂のメニューは「CoMenu(コメニュ)」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。

## 〈返金制度〉

入学後の生活が分からなくても安心して購入いただけます! ミールプラン利用期間終了後ご利用金額がお支払い金額よりも  
少なかった場合、その差額から手数料を引いた金額を生協電子マネーにて返金いたします。

※手数料は購入金額から実際の利用金額を引いた差額の10%(最下限手数料額3,000円)。詳しくは、近畿大学生協同組合HPをご確認ください。



ミール細則

MEAL SYSTEM



## 03

## ミールプラン利用者の1日

先輩はどのようにミールプランを使っているのでしょうか？

720円  
プラン  
Aさんの1day

ミールプランで毎日楽しくご飯を食べています！

下校時 ミール残高があればコンビニで1品購入！

短時間なお昼休みは食堂を利用している人が多いです！

身じたく	起床・ 身じたく	朝食	1限目	2限目	昼食	3限目	4限目	下校	夕食	アルバイト	自由時間	就寝
------	-------------	----	-----	-----	----	-----	-----	----	----	-------	------	----

昼食 今日は何を食べようかな。  
友達と楽しくランチ♪

## ミール利用者の日常

ミールプランでいつもバランスの良い食事が摂れます。  
メニューも行くたびに変わっていて、毎日美味しいご飯を  
ご馳走になっています。自分は愛知県出身なのですが  
メニューに味噌カツが出てきてくれて嬉しかったです。

情報学部1年 奥村さん



＼ 720円プランは、こんな食事でもできます！ ／

※価格は2025年11月現在のものです。

食堂で

ライス小	99円
鶏と茄子の山賊炒め	297円
小松菜と揚げ生姜風味	99円
オクラ巣ごもり玉子	132円
味噌汁	44円
<b>合計</b>	<b>715円</b>

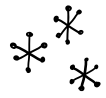
コンビニで

ベーコンポテトパイ	200円
はちみつバターパン	110円
コーンポタージュ	203円
ミックスサラダ	216円
<b>合計</b>	<b>729円</b>

※不足分は生協電子マネーから決済可能



1 DAY SCHE



ミールプランを利用している

先輩と保護者の

声 VOICE

先輩  
の声

親から食事代をもらうと、食事に使わずに趣味に使ってしまうから、ミールがあると毎日食事で使うようになった。

(下宿生)

食堂以外にもコンビニの焼き立てパンやサラダ、デザートにも使えるから1日のミール利用金額が使い切れる。

(自宅生)

生協の手作り内製弁当にも使えるから嬉しい。友達と一緒に食べています。

(自宅生)

ミールプラン利用者の「リアルな声」を紹介します。

保護者  
の声

ミールプランのおかげでお弁当を作る作らないを考えなくてよいから朝の忙しい時間に助かっています。

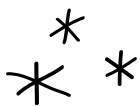
(保護者)

食費の心配をせずにバランスの良い栄養のある食事が食べれるから来年度も継続して利用したいです。

(保護者)

自炊では難しい魚料理や季節ごとにいろいろなご当地メニューなどがあって満足しているみたいです。

(下宿生の保護者)



きちんとした食事で  
勉強もバッチリ!

DULE



## よくある質問

Q 大学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。大学生協が提案するその他の保障やサービスと同じく「組合員特典のひとつ」とお考えください。

Q 自宅生でミールプランを利用している人はいますか？

A 大学生は多くの人が真面目に授業に出席する傾向があり、毎日食堂を利用している自宅生の方も多数いらっしゃいます。自宅生の方にもミールプランはとてもおすすめです！

Q 1日の利用回数に上限はありますか？

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できます。ミールプランの利用上限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 大学生は1食720円も食べるのですか？

A 1食720円という価格設定は、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) あまりお腹が空いてなくて食堂だけで使いきれない日は、生協購買でお茶やデザートを購入しても良いと思います。

## 申し込み・利用方法について

申込代金 (一括前払い) 720円 プラン 97,200円

### 申し込み

ミールプランの申し込みには、**生協への加入が必要です。**  
パソコン・スマートフォンで生協加入と同時に申し込みください。

※申込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。

パソコン



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。

近畿大生協 新入生

スマートフォン



二次元コードから  
アクセスしてください。



<https://kanyuweb.univcoop.or.jp/6611/>

25年・年内  
入学確定の方

2026 1/31 まで

指定校  
推薦合格の方

2026 2/17 まで

一般前期  
合格の方

2026 3/11 まで

一般後期  
手続きがまだの方

2026 3/26 まで

⑥生協電子マネーをセットでお申込みいただくと、  
1日の上限金額をオーバーした分を自動的に電子マネーで決済できます。

WEB申込み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。

### 利用方法

食堂レジで『**大学生協アプリ(公式)**』を  
かざして精算できます。

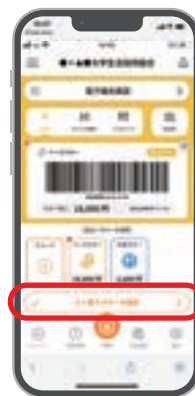
支払いマネーでミールプラン選択

利用開始日前までに「大学生協アプリ(公式)」の  
インストール・登録とPokepay認証までをお済ませください。

生協・共済加入手続きを完了させた後、  
サンキューメールからアプリ登録をお願いします。

※PokePay認証までお済みの方は、2026年4月ミール利用開始日から使用できます。

※ミールプランの利用可能金額は利用開始日以降に表示されるようになります。  
アプリ登録時には0円で表示される場合もありますが、ご了承ください。



よく使うマネー設定で  
ミールをタップすると  
便利です！

お問い合わせ先

〒577-0818 大阪府東大阪市小若江3丁目4番1号 21号館1階オフィスRoot(ルート)

近畿大学生生活協同組合 TEL:0120-61-0422

受付時間 平日10:00~17:00