

早大生は生協をこう使っている！

一人暮らし
(アパート)



【早稲田キャンパス】

中井先輩

教育学部 1年

おすすめのメニュー

チキン
竜田丼



パン
キンサ
ラダ



私は平日に毎日学食を利用しています。早稲田キャンパスには大隈ガーデンハウスがあり、メニューが少しずつ異なるので、その日の気分に合わせて選んでいます。お気に入りのメニューはチキン竜田丼とパンキンサラダで、特にパンキンサラダはおすすめです。食堂では副菜やサラダもおいしいものが多く、自然とバランスの良い食事がとれるのが魅力です。

お昼時は混雑しますが、商品の提供が早く、ミールパスを使えばお会計もスムーズなので、昼食を食べられなかったり、次の授業に遅れたりすることはありません。ミールパスは基本的に食堂で使い切りますが、残高が余ったときには17号館のライフセンターでお菓子を買っておやつにしています。

ミールパスは特に、一人暮らしをしている学生におすすめです。毎日お弁当を作るのは大変ですし、外食だと栄養面や出費が気になることもありますが、ミールパスを活用すれば、こうした心配を軽減できます。

一人暮らし
(アパート)



【戸山キャンパス】

中村先輩

文化構想学部 1年

おすすめのメニュー

グリル
チキン



豚
汁



私は毎日38号館にある戸山カフェテリアを利用しています。外食するよりも安く、栄養バランスの良い健康的な食事が500～600円程度でとることができます。キャンパス内に食堂があることで、授業が忙しいときもゆっくり食べることができます。ミールパスを利用すると、毎回のレジで財布を取り出す必要がなく、スムーズに決済できることも魅力です。また、食堂が混んでいるときや、授業の合間にお腹がすいたときなどは31号館の戸山店でも利用することができるので、とても便利でした。

生協食堂のメニューはとても豊富で、どれもおいしいです。カツカレーやグリルチキン、豚汁などの定番メニューはもちろんのこと、季節に合わせたフェアや地域のフェアなどの特別メニューも非常に魅力的です。戸山キャンパスの食堂はケーキなどのデザートも充実しています。皆さんもぜひお気に入りのメニューを見つけに食堂に来てください。

自宅生



【西早稲田キャンパス】

櫻庭先輩

基幹理工学部 1年

おすすめのメニュー

ハン
バーグ
丼



担
々
麺



理工生なので授業が多くて忙しく、また学校の周りに食べに行くお店の種類が多くないので、週に3～4日は56号館の理工カフェテリア食堂を利用しています。どうしても昼時に余裕がなくて食堂の席が取れなかった日は、57号館パンショップでお弁当を買ったり、63号館カフェテリアパンを買ったりします。

私はミールパスの600円コースを利用して、600円だとバランスの良い食事を食べて、さらに余った分で飲み物やおやつを買うこともできるので、おすすめです。また、理工カフェテリア食堂は定食や丼、麺類などにバリエーション豊かな副菜が並んでいるので、毎日ご飯を食べるのが楽しくなります。大学生はどうしても栄養が偏ってしまうところがあるので、あったかくて美味しく、栄養が考えられて食事ができるのはとてもありがたいです。

私が好きなメニューはハンバーグ丼、担々麺、チュロスで、特に担々麺はかなり辛くておすすめです。

一人暮らし
(アパート)



【所沢キャンパス】

竹内先輩

人間科学部 1年

おすすめのメニュー

白身
フライ
タルタル



鮭
丼



私は週4日の通学のうち全て、生協食堂を利用しています。購買でもミールパスは使えますが、お昼はしっかり食べたいので生協食堂の方で主に使っています。また所沢キャンパスは周りに徒歩圏内の飲食店がほとんどないので、お昼を挟んで授業をとっている人はほぼ生協食堂を利用している印象です。

生協ミールパスは一人暮らしをする予定の方に特にオススメです。それは毎日お弁当を持参する必要がないからです。大学に通う日が多ければ多いほど、早起きをして毎日作るのはかなり負担な上、栄養バランスは偏りがちです。しかし生協ミールパスがあればそのような心配をする必要はありません。

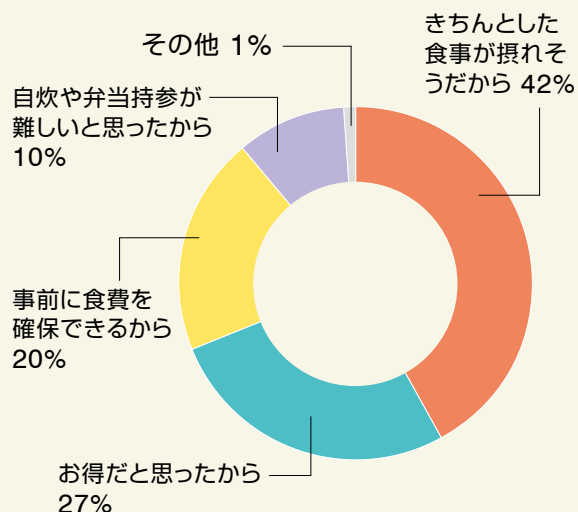
私が生協食堂で好きなメニューは「白身フライタルタル+ライス(中)+豚汁+小松菜の胡麻和え」です。また丼ものでは鮭丼、ソースヒレカツ丼、豚塩焼肉丼が好きです。生協食堂では、組み合わせで定食のようにすることが可能な上、丼もの、麺ものも販売しておりメニューのバラエティが豊かです。

保護者の方に聞いてみました！

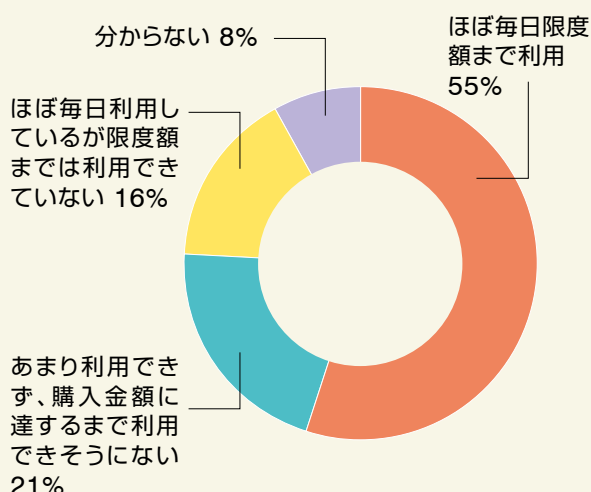
利用されている保護者の方に聞いてみました！

2024年に生協ミールパスをご利用されている保護者の方アンケート結果より
(2024年8月実施、回答者124名)

購入(申込)された理由を教えてください。



生協ミールパスのご利用状況について教えてください。



生協ミールパスの満足度を教えてください

◎満足度は「満足」「やや満足」が

70%以上

◎次年度の継続状況は、「継続予定」「検討中」が

90%以上

- 頻繁に利用するととてもお得にバランス良い食事ができるから(文・自宅生)
- 親が最初から食事の支援を準備万端にできるから(教育・自宅生)
- 一人暮らしをさせる保護者として、良い制度と思う。(文化構想・一人暮らし)
- 前払いすることで1回は生協で食べなくてはという縛りが生じるので親としては安心(創造理工・一人暮らし)
- お得で前払いなので昼食代を気にしなくてすむ(人間科学・自宅生)

生協食堂や生協ミールパスを利用することで、食生活においてプラスと感じるところがあれば教えてください

- お財布の中身を心配することなく、おなかいっぱい食べられることは良い仕組みだと思う。前払いがお得なのは非常に嬉しい(基幹理工・自宅生)
- 混雑やタイミングに応じて使いわけ出来る所が良いと思う。(教育・自宅生)
- ミールパスを使わないともったいないと思っているようで、その結果バランスの良い食事が取れているとおもいます(創造理工・自宅生)
- 自炊では、なかなか作ったりしない料理も食べられますし、一人では使わない食品も摂れます。栄養的にも補え、価格も安く、本当に助かります(教育・一人暮らし)
- 一日一食はちゃんとしたものが食べられるから安心(創造理工・一人暮らし)
- 食費を削ることなく、しっかりと食事を摂るので安心です(スポーツ科学部・一人暮らし)