

## 自炊の第一歩！

県民生協との連携によって実現されたものであり、コロナ禍の大学生の食生活を支援している。

### 活動概要

日時：10月5日(月)～  
主な対象：下宿生全般（特に1回生）  
活動内容：500円で2～3人分の食材のセットを販売しており、手軽に自炊ができるため、下宿生の自炊を応援している。



### POINT.1

#### 自炊キットで自炊に挑戦！

①フライパンで簡単調理♪  
カット野菜とお肉を炒めるだけ！  
洗い物やゴミも少なく、とってもエコ！

#### セット内容



カット野菜 カット鶏肉 醤油たれ 出来上がり♪

#### ②1セット500円！

1セット2～3人前入りだから、夜ご飯と朝ご飯にすれば、1食166円～250円！  
とっても経済的♪



### 自炊を手軽に始めることができる

コロナの影響により自宅で食事をするが増えた一人暮らしの学生向けに、自炊を手軽にできるような内容になっている。カット野菜・カット精肉・たれがセット内容であり、フライパンで炒めるだけなため自炊を大きな手間なくすることができる。野菜も入っていることから、自身の健康に目を向けてもらうことが期待できる。また、今後自炊の幅を広げる第一歩になると考えられる。

ミールパスでも利用可能なため、大学内の食堂だけではなく、自炊も含め大学生活全体の食生活を支援している。

社会情勢から学生の生活環境を鑑み、健康な学生生活を応援している素敵な取り組みである。

### POINT.2

#### 県民生協との協力

この自炊キットは福井大学生協と福井県民生協の連携により実現されたものです。もともと県民生協で販売されていたものを若者向けにできないかという想いが発端です。

協同組合間の連携を活発にして多くの組合員に幅広いアプローチしていきましょう。



[店舗]  
×  
[健康と安全]



福井大学生協  
自炊キット



北陸エリア



2030年SDG  
目標を達成しよう  
「食生活改善推進部」より



3 すべての人に  
健康と福祉を



17 パートナーシップで  
目標を達成しよう



ご質問や[K's NEWS]で紹介したい活動があれば、ご連絡ください！  
ブロック学生事務局 [高橋 岳]  
Takahashi.Gaku@univ.coop