

# 学食で朝食を

新入生を対象に始めた中央大学多摩キャンパスCスクエアの朝食コーナー「リーフカフェ」が好評だ。生協2階の喫茶「フラット」と合わせ、1960年代の米国名画「ティファニーで朝食を」のように、中大でおしゃれな朝食を一。



## 朝食は1日の活力

午前8時半、学生が続々、Cスクエアのリーフカフェへ入っていく。最寄り駅・多摩モノレールから各教室への動線にあり、1限(開始9時20分)や2限(同10時40分)の前に朝食を取る学生が増えている。

朝食サービスは同10時半まで。「1日約40食。好評になってきています」と学生部厚生課・秋元謙一課長がほほ笑む。

メニューが豊富だ。100円トースト(厚切りシュガートースト、マヨコーンペッパートースト、ポテサラ

ペッパートースト)のほか、同価格でコップに入ったフレンチトーストも人気商品。

150円トーストもあって、こちらは体格のいい男子学生も満足させる。Cスクエア名物“多摩キャンカレー”に卵を乗せて多摩キャンカレートースト。ほかにツナコーンマヨトースト、驚きのたこ焼きトースト、モーニングうどん。ドリンクは80円だ。

「1食200円でおつりがきます」とは同課の福島崇芳副課長。2人とも試食に試食を重ねて、味には自信がある。

当初案から営業開始時刻やメニュー、価格などを改善して、学生の生活実態により近づいた。よく利用しているという男子2年生は「けっこう、おなかいっぱいになります。トーストのメニューを変えて、毎日楽しんでいます」と笑顔で話し、「広いスペースでゆったり、静かに食べて、食後に勉強もできます。学外ではこうはいきません」。なにやら優雅な雰囲気。リーフカフェ利用で、生活リズムを確立したようだ。

朝の営業はヒルトップ2階のフラットが先駆者だ。人気のパン、サ



リーフカフェ



フラット



「フラット」に並ぶパン



ンドウィッチ、ベーグルなどは味、品揃えともシティーホテルの朝食バイキングを思わせる。空腹で陳列コーナーの前に立つと迷ってしまう。ご飯党には弁当タイプの朝食・味噌汁付きがある(380円)。米はすべて国産米だ。

フラットの営業は同8時から。いい香りのパンと朝食などで、前年比1.5倍の集客。フロアのリニューアルも好結果をもたらした。スタッフは同5時出勤で対応している。

中大の「学生生活実態調査概要」は4年に1度の調査で、中大生のい

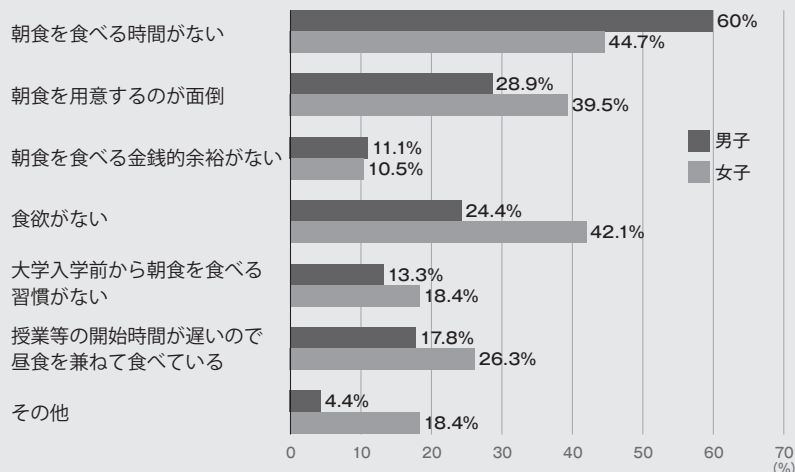
まをデータで示している。

朝食を自宅で作る割合は78.3%。前回比で4.5ポイント増えた。一方、朝食を取らない割合は14.0%で同比2.1ポイント減。朝食を食べない学生の主な理由は下記のグラフをご覧ください。

朝ごはんを食べると、体温を上昇させ、1日の活動を準備する。エネルギー源や栄養素を補給し、便秘の予防にもなるという。毎日取る朝食で「頭すっきり、体しっかり、おなかすっきり」。中大が朝から健康生活を後押しする。

### Q. なぜ朝食を食べないのか。

前回調査と比べて、男子学生は、「朝食を食べる時間がない」が60.0%（前回調査比：15.3ポイント増）、女子学生は、「食欲がない」が42.1%（前回調査比：12.5ポイント増）と回答する割合が大きく増えた。



中央大学「学生生活実態調査概要」

# 学生記者に なりませんか？



『HAKUMON Chuo』は中大生が取材・編集する大学広報誌です。現在、学部在学学生を対象に学生記者を募集しています。

- 元新聞記者のプロや先輩の学生記者に、取材方法・原稿の書き方をはじめ添削指導を受けることができます。将来どんなキャリアを目指すにも文章力が重要です！
- 取材を通して、さまざまな人に出会うことができます。出会いの数ほど思い出ができることでしょう。
- 記者活動を通してコミュニケーション能力など「社会人基礎力」を身につけることができます。



総合政策学部では学部事務室近くの掲示板に、当広報誌に掲載された総政学生の記事が貼られている

【お申し込み・お問い合わせ】  
中央大学広報室『HAKUMON Chuo』  
編集担当：久保田茂信  
Phone：042-674-2048(直通)  
E-mail：hc@tamajs.chuo-u.ac.jp