Kushiro Public University of Economics
2019
New
Step
～新入生歓迎パンフレット～
制作：釧路公立大学生協学生委員会

New Step

CONTENTS

- 冊子説明 P1
- 生協理事長・専務理事挨拶 P2.3
- 釧路公立大学の1年 P4.5
- 釧路公立大生の1日 P6.7
- 施設案内 P8.9
- 入学前・入学式に必要なもの P10.11
- 講義について P12~14
- 学生ポータルについて P15.16
- 資格・就職について P17~20
- サークル紹介 P21~24
- アルバイトについて P25~27
- 共済について P28.29
- 生協について P30~35
- 大学周辺地図 P36.37
- 釧路の魅力 P38.39
- 北海道の地図 P40.41
- 新入生歓迎会「友活」の紹介 P42

本冊子について

皆さん合格おめでとうございます!そしてようこそ釧路公立大学へ!皆さんはこれから釧路公立大学の一員として、釧路という町で過ごしてもらうことになると思います。釧路は昔から港町として栄え、日本中・世界中から大勢の人々がやって来ています。そしてその多くは湿原をはじめとした自然の豊かさや霧が織りなす幻想的な風景、世界三大夕日に数えられる圧倒的な夕景に心を奪われています。ここ釧路公立大学も湿原を拓いて建てられており、毎年全国各地から新入生が集ってきます。

大学ってどんなところ？

そうだ！この冊子があれば！

しかし、入学前の皆さんには様々な不安や疑問などがあると思います。本冊子はそんな皆さんの手助けとなるために釧路公立大学生協学生委員会が制作した冊子となっています！詳しい説明に関しては30ページにありますので、読んでもらえるとうれしいです。この冊子をコンパス代わりに、本学入学までしっかり指針をとってもらえればと願っています!

釧路公立大学生協
理事長挨拶

新入生の皆さん、ご入学、心よりお喜び申し上げます。

釧路公立大学生協は皆さんの釧路での日々の生活と学びを応援しております。

私が学生だった頃、大学生協は貧乏生活や勉学を支えてくれる大きな存在でした。特に食生活の面で学生食堂は栄養バランスの悪さを補ってくれる貴重な存在でした。昼には学生食堂の日替わり定食、麺類、あるいは財布が軽い時の定番のカレーをいただく。お金に余裕のある時は小鉢を追加でとってレジに向かう。なんと言っても安さが魅力でした。

今は食材の質、味付け、栄養バランスへの配慮などがこれまで以上に改善され、皆さんに安価で、安心して食べていただけるものが提供されております。

近年は大学からの要請で春恒例の「100円朝食」が提供されています。朝食がおざなりになりがちな学生が「食事と勉学の関係」について考えるきっかけとなっています。

釧路公立大学生協の魅力は、なんと言っても職員の方々のフレンドリーな接客。私が昔通っていた大学の生協の方々は1万人以上の学生を相手にしていたので学生の顔·名前を憶えることは至難の業だったはず。7年前に本学に赴任してきて驚いたのは、スタッフが学生と名前交じりで談笑しながら販売している姿を頻繁に見かけたことでした。小規模大学ゆえのメリット、そして道産子、釧路人の人柄もあるでしょう。また「協同、協力、自立、参加」の精神を、ボランティア活動を通じて体験している学生委員会のメンバーが、他の学生団体と共に大学行事で活躍してくれているのも頼もしい限りです。

新入生の皆さんには、利用者、そして改善者の視点から釧路公立大学生協を見つめていって欲しいと願っています。国や地方レベルでは国民·住民の力が改革、改善、改良の原点です。

同様のことが大学生協に当てはまるはず。皆さんの参加と発言が、より身近に感じられる生協を作り出してくれることでしょう。

釧路公立大学生活協同組合
理事長·白川　欽哉

釧路公立大学生協
専務理事挨拶

新入生の皆さま、ご入学おめでとうございます。

釧路公立大学で10年前、教員･大学教員･学生の皆様によって生協の設立運動が行われ、そこから大学の福利厚生団体として、食堂や購買･書籍店(売店)を運営しておりますのが今日の大学生協です。

我々は「生活協同組合」組織ですので、学内の皆様から出資金をお預かりし、学内にある自分たちのお店ということで、組合員の声による商品の品揃えをはじめ、学生さんと一緒に様々な企画も実施しております。

お預かりいたしました出資金は卒業時に全額お返しをしております。

組合員へご加入いただき入学後はご利用くださいますよう皆様へご理解をお願いする次第です。

また、こちらのパンフレットを作成いたしました生協学生委員会の学生(先輩)は新入生の不安や疑問の解消だけにとどまらず、1年間を通じて健康チェックや水道管凍結予防運動、店舗企画など、様々な場面で組合員に寄り添った活動を行っております。

是非、新入生の皆様も生協の輪に加わり、キャンパスライフが実り豊かなものにしていただきたいと願っております。

釧路公立大学生活協同組合
専務理事･伊藤　孝英

公立大生の一年

4月
入学式
新入生歓迎会

5月
ゴールデンウィーク
総代会

6月
HAPPY祭

7月
前期定期試験

8月
夏休み

9月 夏休み

10月 ハロウィン企画
大学祭

11・12月 冬休み
大忘年会
ポキプリ企画

1・2月 春休み
後期定期試験

3月 卒業式

釧公大生の暮らし

趣味：料理
　作れるものが増えたり、おいしくできたりするとすごく楽しいです。

部活：柔道
　みんなでワイワイ柔道しています。また、体も鍛えられて楽しいです。

かつき
経済学科　2年
一人暮らし

主な収支（単位：円）

		一人暮らし	下宿	実家
収入	仕送り	45,000	63,000	0
	バイト	40,000	45,000	25,000
	奨学金	68,000	43,000	48,000
支出	家賃	32,000	58,000	0
	光熱費	5,500	1,000	0
	水道代	3,500	0	0
	食費	20,000	7,600	5,000

趣味：遊び
　部活などで知り合った友達と鍋をしたり、トランプをしたりして遊ぶこと。

部活：女子アイスホッケー
　　アメフト部マネージャー
　アイスホッケーもアメフトも人数が足りず、新入部員を募集しています。どちらも楽しく一生懸命やっているので、本当に充実しています。

平日

8	9		18				24
起床	授業	昼食	授業	部活	夕食	バイト	就寝

休日

8	9		18				24
起床	遊び、部活、バイト						

ゆうり
経営学科　2年
下宿暮らし

一人暮らし

メリット
- 自由
- 収支の管理が身につく
- 友達を呼べる

デメリット
- 家事が大変
- 生活リズムが崩れやすい

下宿

メリット
- ご飯を作らなくてもいい
- 一人暮らしより安心
- 下宿内で友達ができる

デメリット
- 家賃が高い
- ご飯やお風呂の時間が決まっている
- お風呂やトイレが共同のところもある

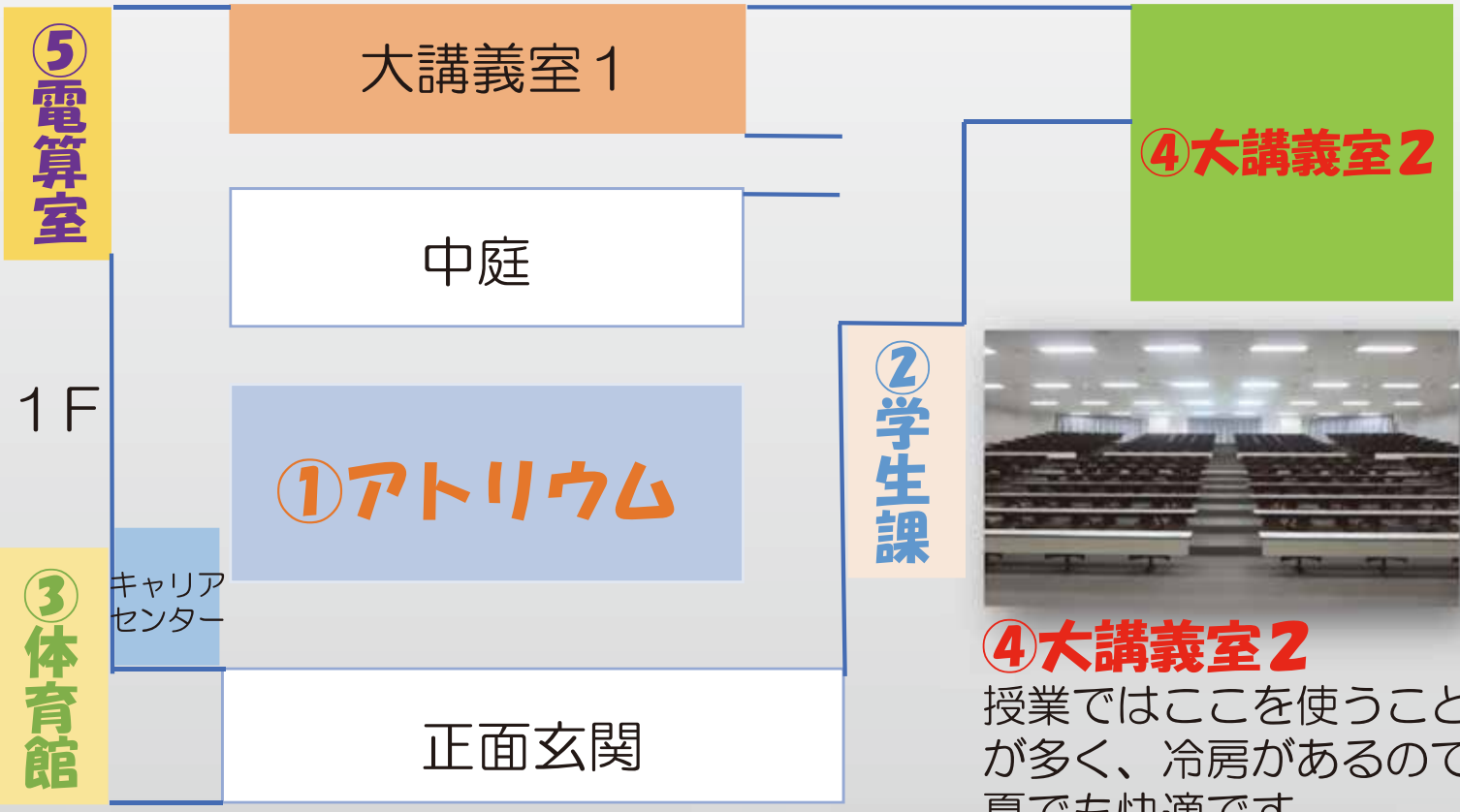
実家暮らし

メリット
- お金がかからない
- 家事をしなくていい
- 安心感がある

デメリット
- 学校まで遠い
- 友達を呼んで騒げない

ようこそ！釧路公立大学へ

釧路公立大学は、30周年を迎えよりパワーアップした施設・設備が揃い大学生活の暮らしを豊かにしてくれます。
ここではその一部をご紹介します。ぜひご覧ください！



④大講義室２

授業ではここを使うことが多く、冷房があるので夏でも快適です

①アトリウム

学生の集いの場、入学式、卒業式で使われます

②学生課

レポート提出や各種手続きができます

③体育館

空いていれば誰でも使えます

⑤電算実習室

レポートや課題で利用できます

２Ｆ

①購買

お弁当やお菓子、文房具や雑誌、教科書が置かれています

②食堂

メニューも豊富で安く食べることができます

③図書館

様々な本が置いてあります
勉強をしている人もいます

④ATM

釧路信用金庫のATMで、平日は10時～16時まで利用できます

入学する前に準備しておくと便利なもの

大学に入学する前に何を揃えれば良いか不安だと思います。
そこで公立大生が実際に必要だと思ったものをご紹介します！

01 PC・USB・プリンター

講義でのレポート作成などで必要となります。学校のパソコンを使うことも可能ですが時間や台数に制限があるので持っておくと良いです。それに合わせてUSBなどの周辺機器を持ち合わせておいても便利です。

02 印鑑

アルバイトを始める場合や、アパートの契約等での新しい生活の場で必須となります。大学における欠席届などの各申請書類にも必要となってくるので必ず準備しましょう。

03 除湿器

釧路は「霧の町」といわれており、とても湿気の多い場所です。湿気でアパートの部屋にカビが生えて壁紙がダメに・・・ということもあります。また、洗濯物を部屋干しすることも多いので持っておくとすごく便利です。使い捨ての置き型タイプの湿気鳥もあります。

04 自転車

家から学校までの移動や重い荷物を運ぶ上での心強い味方です。釧路駅やイオンに向かうためのバスなども多数ありますが、節約という意味合いにおいても心強い味方です

05 電子辞書

語学は必須科目なので、予習・授業中・復習に便利な電子辞書があると大変便利です。
語学の他にもわからない言葉があればすぐに調べられるように一台持っていると大変便利です。

06 無線LANルーター

大学生になるとパソコンを使うことが多く、また携帯の通信制限を気にすることなく毎日快適にご利用いただけます。一人暮らしをするうえでは持っておいて損はないと思います。

入学式当日の持ち物と流れについて

入学式はフォーマルな場なので男女ともにスーツがふさわしいです。入学式当日は配布物が多いので、丈夫なかばんを持ってくると大変便利です。

〈女子〉

ブラウスは白の無地や色付きのリボンやフリルの付いたものを

スーツは黒の人が多いです

パンツ・スカートどちらか好きな方出で構いません

〈男子〉

ネクタイは華やかなものが良いでしょう

女子同様、スーツは黒が多いです

靴はパンプス等が相応しいです

靴は革靴が相応しいでしょう

入学式の流れ

9時30分頃 → 集合 → 入学式の説明など → 入学式 → 新入生歓迎パーティー → 資料配布 → 解散 → 14時頃

※入学式の大まかな流れです。新入生歓迎パーティーは基礎演習のメンバーとの顔合わせも兼ねています。

講義

基礎演習　語学　必修選択科目

大学生になることへの不安要素の一つとして「講義について」が挙げられるのではないでしょうか。単位とは何か、どんな講義があるのか、何単位で卒業できるのかなど簡単ではありますが説明していきます。ぜひ参考にしてください

基礎演習

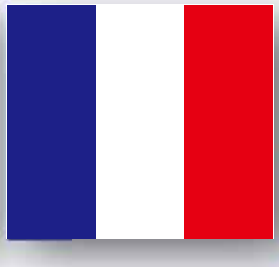
基礎演習とは一年生の前期に十数人のグループに分かれて意見を出し合ったりして大学での学びに必要な知識を身につけるものとなっています。担当する教員によって内容は異なります。

Case1　Y.S先輩

Q　基礎演習でためになったことは何ですか？

A　私はレポートや論文を書く際のコツや注意点を学んだことです。その後の他の講義でレポートを提出する際、学んだことを活かしていき詰まることなく書けたのでとてもためになりました。

語学



語学には、英語、ロシア語、フランス語、ドイツ語、中国語、韓国語の6か国語から選ぶことができます！もっと深く英語を学ぶのも良いと思いますし、他の外国語に挑戦するのもよいと思います。また、語学は卒業までに8単位以上取得しなければなりません。週２回講義があり、一年間で４単位以上取得することができます！

Y.S先輩の場合

1年時　ロシア語

Q 英語以外の語学を学ぶのは初めてだともいますが、なぜロシア語を選んだのですか？

A 以前からロシアの文化や風土を知りたいという気持ちがあり、語学を通してそれらを学びたいと思い受講しました。講義では単純にロシア語を覚えるだけではなく、ロシアの歌を聞いたり料理を食べたりと楽しくロシアについて学ぶことができました。

2年時　英語

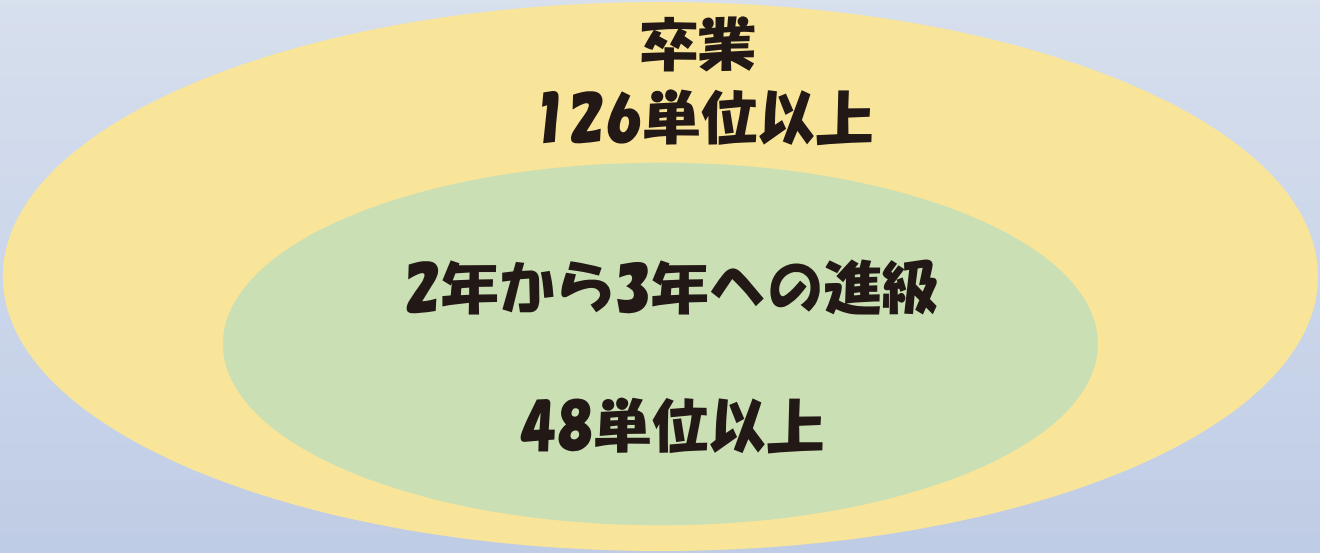
Q 高校の時の英語と比べて大学での英語は難しいですか？

A 高校までで学んだ英語をベースとして応用された内容を学ぶので、難しい時もありますがしっかり予習・復習をしていれば心配ないと思います。

必修・選択科目

大学を卒業するためには126単位以上取得しなければなりません。1科目につき2単位で1年間で48単位(24科目)まで取得することができ、その中でも必修科目というものを取得しなければ126単位取っても卒業できないシステムになっています。(一部、4単位科目もあります。)

ここではどんなものが必修科目としてあるのか一部を紹介します。また、経済学科と経営学科では必修科目である教科は異なります。



(必修科目も履修している必要があります)

経済学科	経営学科
・経済理論入門	・マネジメント入門
・経済史入門	・アカウンティング入門
・現代経済入門	・企業システム入門

必修科目は、一年生の前期から履修できます。卒業・進級するためには6単位習得することになっています。

学生ポータル

学生ポータルはこれからの大学生活で沢山利用していきます。ここでは学生ポータルの見方や使い方などを説明していきます。

学生ポータルとは？

大学からのお知らせや成績、出席状況などを見ることができるシステムです。履修申請などの操作や、履修している授業の時間割なども表示する事が出来ます。

起動とログインについて

- ブラウザを起動し以下のURLを入力します。

  http://campus.kushiro-pu.ac.jp/DcStudent/Login

- アクセスするとログイン画面が表示されるのでユーザIDとパスワードを入力します。
- ログインボタンを押して完了です。

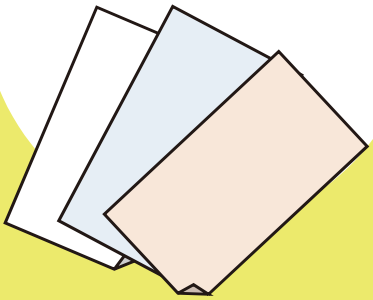
大学からのお知らせや時間割を見る

- ログインするとホーム画面が表示されます。ここでお知らせを見ることができ、下に直近の1週間の授業予定を見ることが出来ます。

休講や教室変更などの情報の確認法

- 上にあるメニューの「My休講・補講」を選択すると自分の履修している授業の変更情報を閲覧することが出来ます。

ポートフォリオについて



学生ポータル内にある「ポートフォリオ」で成績や出席状況などを閲覧することが出来ます。

- 「ポートフォリオ」から上のメニューの「成績」をクリックすることで自分の成績を見ることが出来ます。
出席情報をみたい場合は上メニューの「出席状況」から確認可能です。

資格を取得しよう！

資格取得のメリット

資格は就活に有利になるケースがあるだけでなく、仕事の幅が広がり、将来仕事で活かすことができます。そこで、大学生の間に資格を取得することをお勧めします！

大学で取得できる資格はたくさんあります。

大学で申込み・受験ができる資格試験を参考程度にご紹介！

資格	実施月
MOS試験 (Word,Excel)	9～10月
日本漢字能力検定試験 (2級、準2級)	6月
簿記検定	6,11,2月
ビジネス能力検定 (2級)	7月
FP技能検定 (3級)	5,9,1月
TOEIC　IP試験	10月
秘書技能検定試験 (2級)	11月

公立大生 よく が受験する

資格　ベスト3

MOS

正式名称は「マイクロ　オフィス　スペシャリスト」
Microsoft Office製品のアプリケーションソフト
(Word,Excel,Power point等)を総合的に使いこなせることを証明する称号です。

FP技能検定

正式名称は、「ファイナンシャル　プランナー」
相談者の夢や目標を達成するために総合的な資金計画を立て、経済的な側面から実現に導くためのサポートをします。

秘書技能検定

マナーや接遇、ファイリングや名刺の整理等、職務知識を広く問われ、アシスタント・秘書職を目指す方にとって定番の資格です。また、社会での一般常識等も身に付きます。

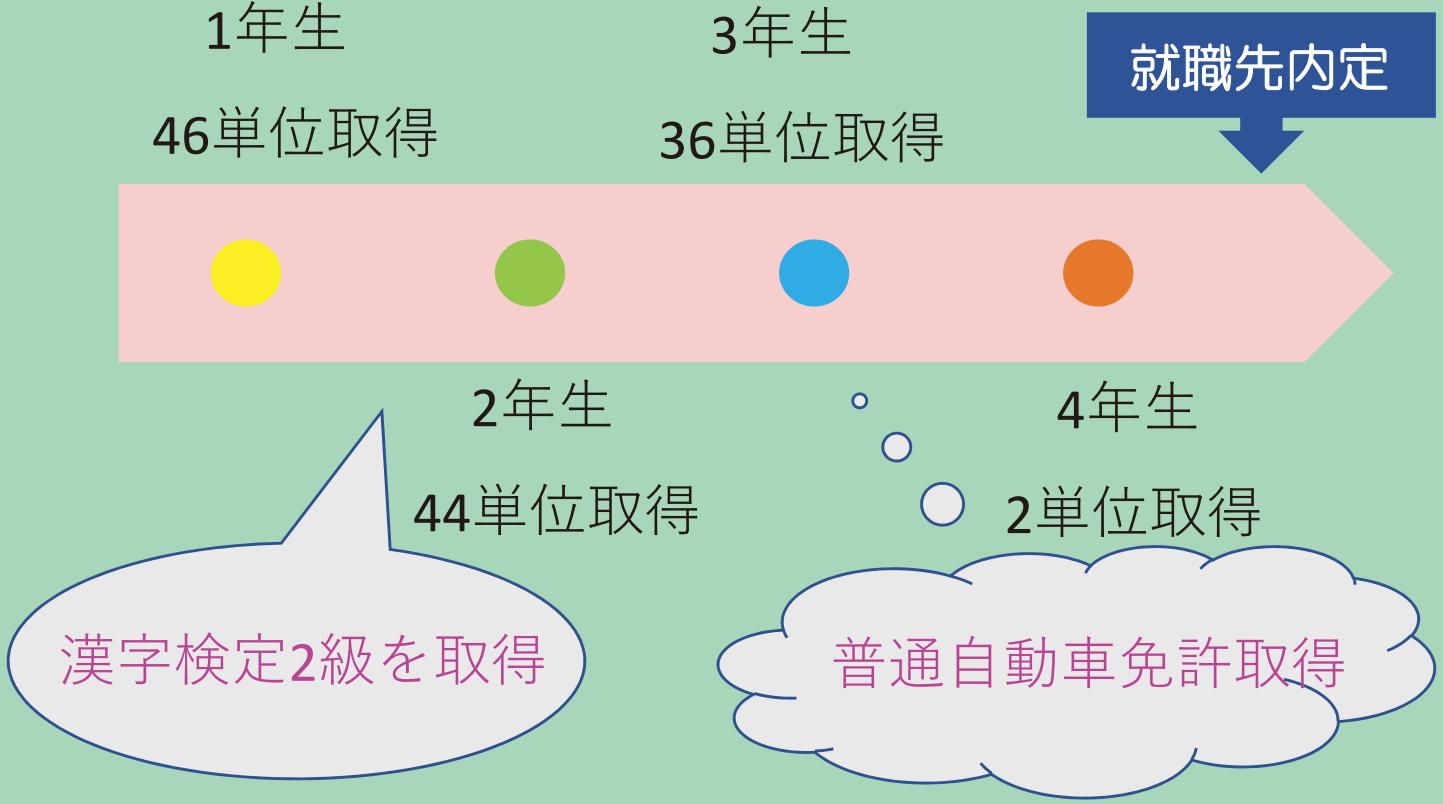
就職も考えておこう！

就職について考えることも大切

「合格したばかりで就職の話をされても」と思う方が多いと思いますが、大学生活はとても楽しくてあっという間に時が過ぎていきます！気が付けばもう就職活動をしなければならないという時期になっていきます。そこで、どのような4年間なのか先輩の例を見ていきましょう！

Case1　M.N先輩

※卒業に必要な単位は126単位以上となっています。



先輩に就職に関するアドバイスを聞いてみました

Q & A 先輩に聞いてみた

Q. 就職活動までにやっておけばよかったことって何かありますか？

A. 自分が将来どうなりたいのかをきちんと把握することが一番大切だと思います。自分の興味や将来どうなりたいかが具体的にハッキリしていると何をすべきか、どんな資格を取得すると役に立つのかが見えてくるので、今やるべきことも自然と分かってくると思います。

Q. 新入生へメッセージをお願いします。

A. ご入学おめでとうございます。皆さんがこの“釧路という異国”で様々なことを学び、楽しみ、成長できることを心から応援しています。

キャリアセンターを利用しよう！

釧路公立大学では、就職ガイダンスや公務員受験対策講座などの就職に関する講座も行っておりますので民間企業や公務員への就職対応・対策も可能です。
就職に関して何かわからないことや、知りたいことなどどんなことでも気軽に相談できるキャリアセンターという施設もあるのでぜひ積極的に利用してみよう！

サークル紹介

ここからは、釧路公立大学のサークルを紹介したいと思います。ここでは、14団体の所属人数や活動日、代表者からの紹介文をいただいたので、ぜひサークル選びの参考にしてください！

～体育会～

1. 女子アイスホッケー部

所属人数：25名

活動日　：陸トレ
木曜13：00～15：00
土曜10：30～12：00
（夏休み期間の時間のため後期変動あり）
リンク練習
月曜・木曜 22：00～24：00

紹介文　：私たちの部活では全員が初心者からはじめ、日々頑張っています！
とっても仲のいい部活なので、
興味があれば見学など来てくださいね！

2. ハンドボール部

所属人数：30名
活動日　：木曜日 19:30～21:00
土曜日　9:00～11:00
日曜日　9:00～13:00

紹介文　：この部活は、経験者が少なく部員のほとんどが初心者で構成されています！先輩後輩も仲が良く、楽しくハンドボールしています！

3. アメリカンフットボール部

所属人数：25名
活動日　：火、水、木、土
紹介文　：アメフト部はアットホームかつ一人一人が真剣に取り組んでいる部活です。学生生活、本気になりたい人はぜひアメフト部へ！

4．長靴アイスホッケー部

所属人数：26名
活動日　：不定休ですが、現在は月1ペースでの釧路市の他チームと合同リンク練習を行っています。
紹介文　：長靴アイスホッケーとは、文字通り長靴を履いて行うアイスホッケーです。釧路のスポーツとして楽しまれています。せっかく釧路に来たのなら一度でもやってみませんか？部員全員初心者ですが、とても楽しく、頭から湯気が出るくらい熱中してプレイしています。ぜひ、みなさんの入部をお待ちしております。

5．合気道部

所属人数：８名
活動日　：火曜日・金曜日・土曜日
紹介文　：私達は週3回、学校又は道場で稽古をしています。稽古には一般の有段者の方も参加しますので、充実した練習時間を過ごすことができます！皆さんの入部お待ちしてます

6．サッカー部

所属人数：45人
活動日　：月水金15：00から　土日10：00から
紹介文　：サッカー部は現在2部昇格を目指して練習に励んでいます。また、１～4年生まで、学年関係なく仲がいいチームです。

7．弓道部

所属人数：14人
活動日　：木、日が全体練習日
紹介文　：初心者でも安心して上達することができ、また和気あいあいとしている楽しい部活です！興味のある方は是非お越しください！

8．硬式野球部

所属人数：36人
活動日　：水曜日以外
紹介文　：硬式野球部は、一部リーグ昇格を目標としています！
部員全員がアルバイトをしていて、授業の空きコマなどを有効活用して日々練習しています。面白い先輩方がたくさんいます。是非一緒に硬式野球をやりましょう！

～文化部会～

1．吹奏楽部

所属人数：16名
活動日　：毎週火・木・土
紹介文　：学生指揮者を中心にコンクールや定期演奏会に向けてわいわい楽しく練習しています！
また、アンサンブルや他大学とのコラボ演奏など自由に音楽を楽しむ事ができる部活です。吹奏楽だけでなく、様々な音楽好きが集まった部活なので、音楽が好きな人はぜひ体験・入部してみてはいかがでしょうか？

2．よさこいサークル

所属人数：50人
活動日　：火曜木曜18：00～21：00
紹介文　：「私たちはよさこいソーランサークル心～sin～釧路学生魂です。学生問わず仲がよく、日々楽しくみんなで踊り高めあっています。参加お待ちしております。

3．茶道部

所属人数：13名

活動日　：毎週水曜日・金曜日

紹介文　：茶道部ではお茶とお菓子でのんびりまったりとしたら部活です。それだけでなく、学校祭や地域のお茶会にも参加します。みなさんも新しい学舎で私たちと一緒にお茶の道を歩きませんか？

4．演劇部

所属人数：15名
活動日　：月・水・金18:00～
紹介文　：様々な役職に分かれて、一つの劇を作っています。学生SEDETは、一人一人がプロフェッショナルになれる場所です。

～学生団体～

1．KPUフェスタ実行委員会

所属人数：32名
活動日　：毎週水曜日
紹介文　：私たちK.P.U.フェスタ実行委員会は、年に3回ある大学祭を運営しています。全員で明るく楽しく活動しています！メンバー大募集中です！

2．カフェラボ

所属人数：35人
活動日　：カフェの営業時間
平日15:00～19:00(長期休暇中は除く)
紹介文　：食堂内のカフェ『Café la paix(カフェラ・ペ)』を運営する団体です。
商品開発や売上管理など、お店に関わるすべてのことを自分たちで行っています。
一緒にプライスレスな経験をしよう！

アルバイトをお考えの方へ

大学生になり、アルバイトを始めたいと思っている方が多いと思います。そこで公立大生が体験して役に立ったことや注意した方が良い点などをまとめてみました。ぜひ参考にしてください。

メリット

- 自身で収入を得ることができる
- 社会勉強になる

デメリット

- 勉強時間や自分の時間が減る
- 生活リズムが崩れる可能性がある

POINT

アルバイトは、人それぞれやる目的が異なりますが、アルバイトに熱中しすぎて大学の勉強が疎かになってしまう人も少なくありません。大学生の本職は勉強です！ぜひアルバイトを考えている方は単位を気にしつつ大学生ということを意識して働くことをお勧めします。

アルバイトのここが気になる

アルバイトと言ってもまずどうしたらいいのか、どうやって探せばいいのかなどたくさんの疑問があると思います。そこで実際にアルバイト経験のある先輩の実体験をもとに見ていきましょう。

Case1　M.F先輩

Q&A

経験したことのあるアルバイト

塾講師、接客販売

Q　アルバイトをし大変だったことは？

A　最初は慣れなかったので仕事内容を覚えるのが大変でした。

Q　アルバイトをしてよかったことは？

A　アルバイト代で友達と旅行をしたり、免許を取ったりと活動の幅がとても広がりました。

Q　アルバイトをお考えの方にアドバイスを！

A　周りがアルバイトをしているからと言って焦って始める必要はないと思います。自分の中の優先順位をハッキリさせて悔いのないアルバイト選びをしてください。

「ブラックバイト」に気を付けよう！

アルバイトには、ブラックバイトというものが存在します。近年では、アルバイトをする学生の被害が多くなっています。大学生でアルバイトを考えている方は周りの先輩や釧路公立大学の掲示板等で情報を収集してブラックバイトを未然に防ぐことが大切です！

ブラックバイトの特徴：バイト先でよく起こる問題

- 長時間労働
- シフトの強制
- 急な呼び出し
- 深夜手当がない
- 残業手当がない
- 賃金が最低賃金より安い
- 休憩がない
- 給与明細がない
- パワハラがある

ブラックバイトの対処法

アルバイトを始める前からそこの会社がブラックであると分かるわけではありません。働き始めてブラックと分かったときに困らないようにやっておいた方が良いことは証拠を残しておくということです。例えば、給与明細、メールのやり取り、シフト表などどんな事態にも対応できるようにしておきましょう。

学生総合共済とは？

Q.学生総合共済とは？

A.学生総合共済は、「もしも」の時に備える「学生どうしのたすけあいの制度」です。困ったときに共済金をおくることを目的として１９８１年に始まりました。

◎大学生活に潜むリスク

大学生活には様々なリスクが潜んでいます。ここでは給付事例の一部を紹介します。

Case 1 さまざまな病気

不完全直腸脱になり、入院9日、手術1回。
→治療費 ４０,４４０円

Case 2 釧路で盛んなスポーツ中のケガ

釧路アイスアリーナでホッケー中、
転倒して右足関節外果後果骨折。
入院13日、手術1回、通院7日
→治療費 ８５,４４８円

Case 3 通学中の交通事故によるケガ

自転車での通学中、交差点で車と衝突し、転倒。
ねんざとすり傷になり、通院2日、固定算定日数3日。
→治療費 ２２,０００円

※上記給付支払例は２０１８年度までの保障制度により支払われたものです。

※２０１９年度は保障内容が異なります。２０１９年度の学生総合共済パンフレットをご覧ください。

以上のケースは全て、釧路公立大学で起きたものです。
そして、いずれのケースでも **大学生協の学生総合共済**（以下「学生総合共済」と表記）に加入しており、以下の通り共済金をお支払いすることが出来ました。

Case1では、**140,000円**　　Case2では、**194,000円**
Case3では、**10,000円**

共済で大学生活のリスクに備えよう！

学生総合共済は誕生してからこれまで３０年以上にわたって「たすけあいの制度」として続いてきました。ここでは共済の良さを紹介します。

①２４時間３６５日、国内・海外を問わず保障

通学中やアルバイト中、留学中や就活中などいつでもどこにいても保障します。

②学生にぴったりの保障内容

病気もケガも入院１日目から２００日まで保障します。

③病気や事故にあわないための予防活動

食生活相談・栄養相談や自転車事故防止活動、「やめよう！イッキ飲み」キャンペーンなど学生生活に寄り添った活動が行われています。

④学内で共済についての相談や申請手続きができる

事故受付の相談・給付申請手続きが大学の生協窓口でできます。

※２０１９年４月から火災の保障は学生賠償責任保険(一人暮らし特約)になります。寒冷地に多い水道管の凍結による破裂などの修理費用も保障します。

詳細はこの冊子に同封されている「大学生協の学生総合共済のパンフレット」または、大学生協の学生総合共済ホームページ https://kyosai.univcoop.or.jp/ をご確認ください。

☆タヌローのご紹介

学生総合共済には、「タヌロー」というマスコットキャラクターがいます。

詳しいプロフィールは、

https://kyosai.univcoop.or.jp/tanuro.html

でご確認いただけます。

また、Twitter（@kyosai_tanuro）で情報発信も行っています。

はたらく生協（せいきょう）

つるにゃん→
釧路公立大学生協の
マスコットキャラクター。
体内の血球の数は946個。
ちなみにこの生協紹介と血球
とは何の関係もない。
本冊子のそこかしこに出てます。

Vor.1：大学生協ってな～に？

※P30～P35の大学生協の紹介ページは保護者の方と一緒にぜひ読んで欲しいです！

・大学生協

大学生活協同組合とは、「一人ひとりがより良い大学生活を送ることができる」事を目標に日々活動している組織です！略して「大学生協」「生協」と呼ばれています。この釧路公立大学にも「釧路公立大学生協」があります！
具体的には、購買や食堂の運営、共済・保険による保障制度など皆さんの学生生活の支援活動を行っております！詳しくは次ページ以降をご覧ください。

・大学生協に加入するには

本大学生協の場合、出資金20,000円（4口）を加入時にお預かりすることにより組合員となり、様々な大学生活に役立つサービスを受ける事ができます。
組合員となると、その証として組合員カードを配布します。
なお、皆さんが卒業される時に組合員脱退となり、出資金を全額返還されます！

これが組合員カードだ！！！

組合員カードは、現金をチャージすることによりICカードとして利用できます。

- 購買や食堂といった生協店舗でのお会計がスピーディーに！
  学内の自動販売機でも利用可能。
- 利用するごとにポイントがたまり、100ポイントたまると100円分がカードにオートチャージ！
（100円で1ポイントたまります）

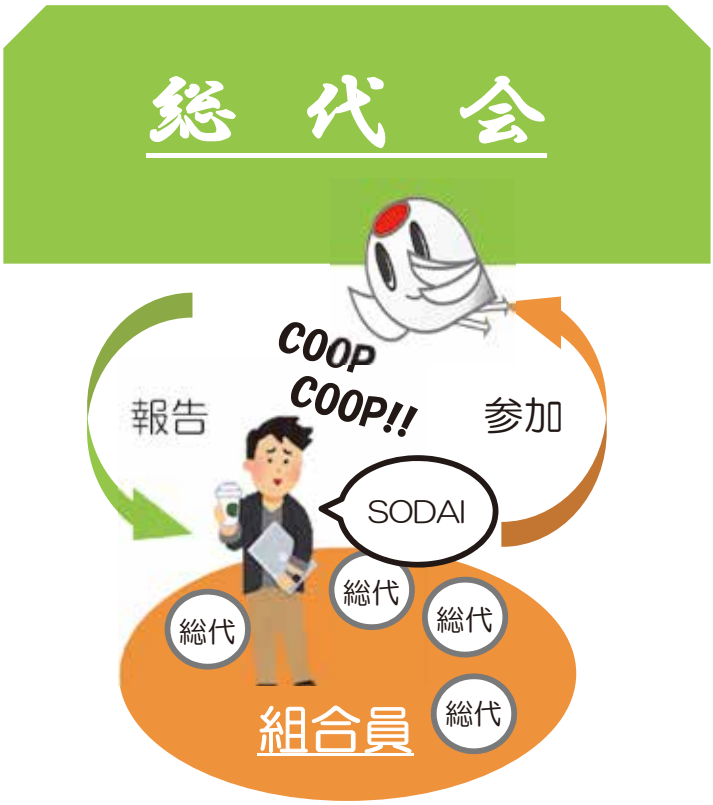
Vor.2：組合員の役割って？

・総代会

大学生協では、毎年5月に総代会と呼ばれる重要な集まりがあります。総代会とは大学生協での昨年度の経営成績を報告したり、今後の方針、予算を決めたりする場です。そして何より「組合員さんの代表となる総代が、大学生協に意見を伝える場」となっています。総代は毎年組合員から選出しています。

・総代

総代とは、「組合員と大学生協の架け橋」となる存在です。
総代会に出席して、生協に対する意見などを伝えたり、大学生協の運営に対する議決権を持っていたりと、大学生協を運営する上でとても重要な存在です。そして、総代は組合員さんであれば誰でもなることができるのです！生協職員だけだと分からない学生からの目線が、より良い購買・食堂サービスに繋がります…
更に、総代でなくても購買前に設置している組声カードで購買に置いて欲しい商品など書くと入荷されたりと、皆さんに身近な大学生協を目指して日々活動しています。



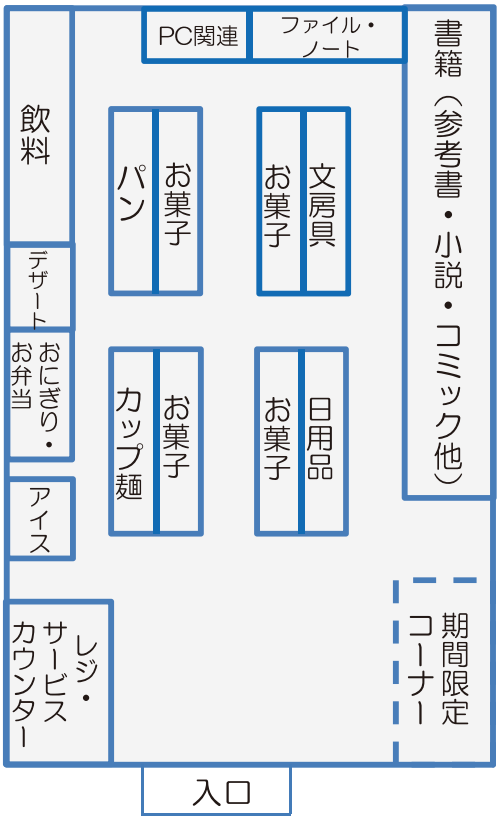
組声カード

総代さん絶賛募集中…
詳しくは新入生歓迎企画にて！

Vor.3：生協のお店、おーしえて！

釧路公立大学には生協購買と生協食堂の２店舗あり、
どちらも２Fにかまえています。
入学後に迷わず利用できるよう確認しときましょう！

• 生協購買～CO-OP store～

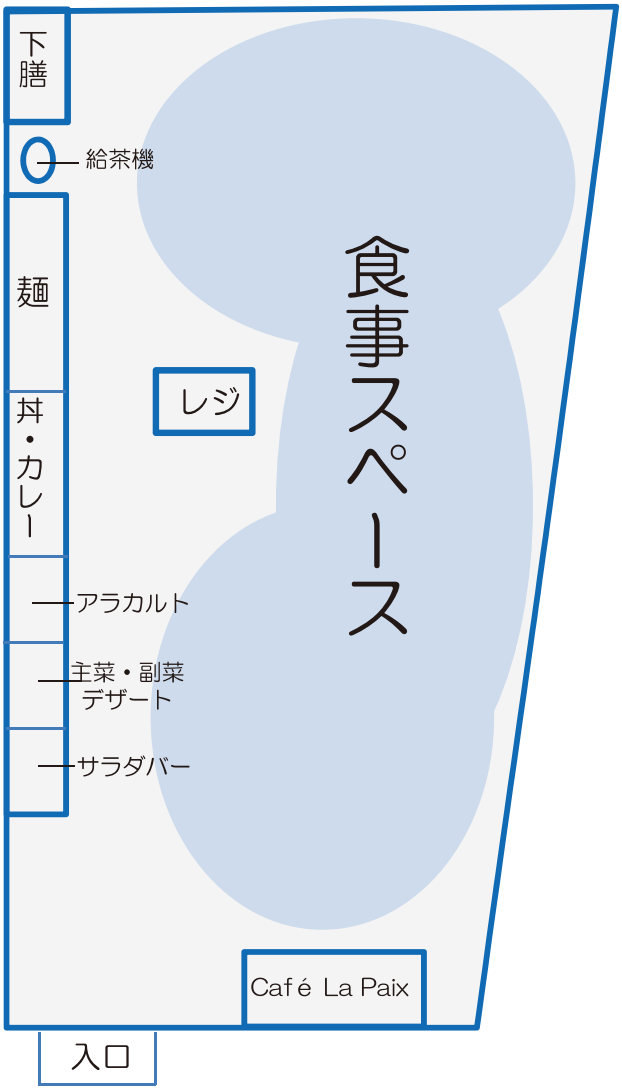


皆さんが入学後、講義に必要な教科書や使用する文房具をGETする場所がここになります！飲食物はバリエーションがあるので飽きることはありません！
レジとサービスカウンターでは商品を買うこと以外に、
新規組合員加入・組合員カードへのチャージ・定期購読サービス申し込み・共済窓口・自動車学校入学申し込みetc…
といったような様々なことができます。
また、１年の各イベントごとに様々な企画を実施しているので見かけたら積極的に参加していってください！

購買前には電子レンジがあるのでお弁当など温められます！

昨年度の購買企画。多くの人に楽しんでもらいました～

• 生協食堂～Dining room COTAN～



営業時間
11:30～13:30
※ホール開放は～18：00

栄養満点・お手頃価格・うまい！の三拍子そろったメニューを取り揃えています。食生活に不安のある、特に一人暮らしを始める予定の方にオススメです！友達と談笑しながらココでおいしく昼食を食べましょう（^^）
期間限定メニューも登場するので楽しみにしていてください！

ポットがあるのでカップ麺はここで作れます！

期間限定メニュー。普段食べられないメニューを食べられるチャンス！

Vor.4：生協学生委員会ってな～に？

・生協学生委員会

どうも！私たちは「釧路公立大学生協学生委員会」です！
実はこの「NEW STEP」を作ったのも私たちなんですよ(^o^)
生協学生委員会とは大学生協内にある一組織で、
学生目線から組合員の大学生活をサポートするために日々活動しています！
生協で働くパートさんや職員さんと一緒ににぎやかに頑張ってますよ～

・一緒に活動しようぜ！

私たち釧路公立大学生協学生委員会は、新メンバーを随時募集しています！
活動は基本的に平日のみで、主に企画の運営、購買・食堂の補助を行っています。
また、他大学との学生委員会との交流も行っています。
アルバイトやサークルの掛けもちももちろんOKですよ！

学生委員募集中！

私たちの日々の活動模様をTwitterにて
発信しています！気になった人、
興味を持った人は右のQRよりアクセス
して見てみてください♪

Vor.5：生協職員からのおことば！

釧公生協
伊藤専務

多くの学生が、お昼休みや授業の合間に気持ちよく店舗をご利用いただきたいため、食堂や購買では季節に応じたご当地メニュー企画や、定期的に皆さんと一緒に盛り上がるイベントを開催しております。

また、書籍は講義に必要な教科書を取り揃えております。大学に合格したら組合員加入手続きを行っていただき、ICチャージをして生協をご利用ください。ICチャージで教科書を購入いただきますと5%のポイント還元、食堂や食品類では1%ポイント還元となり、100Pで100円還元となります。

組合員になってお得しちゃいましょう！

共済受付（加入、給付申請）

「たすけあいの制度」である、学生総合共済は、万が一のケガ、病気により事故通院や入院された方への保障を行います。釧路で最も多いのは水道管凍結事故による給付です。
水道管凍結・破裂による修理費用は、2019年度より学生賠償責任保険（一人暮らし特約）の保障となります。

食堂企画は季節に応じたメニューのご提案やご当地メニューも盛りだくさん！

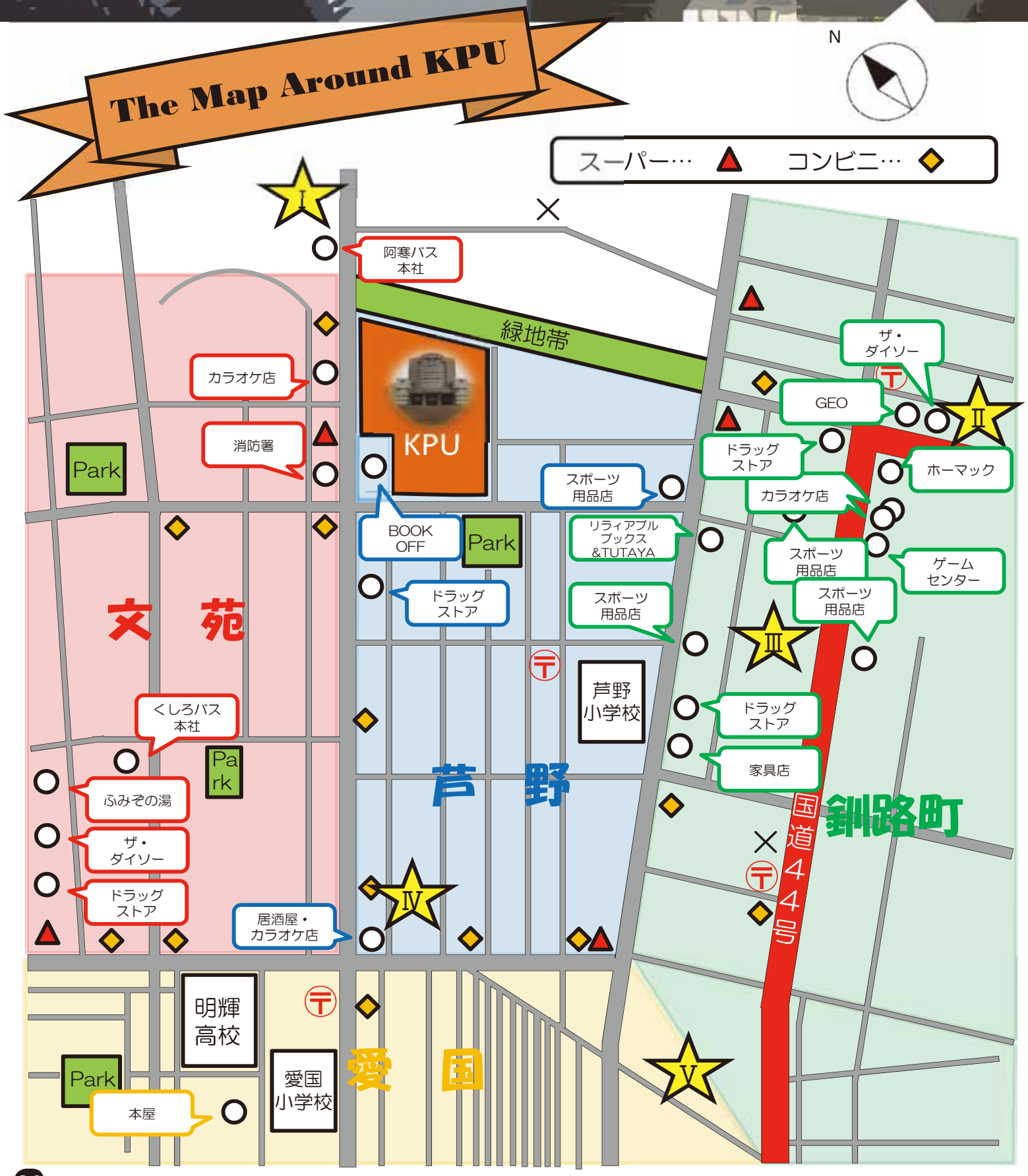
教科書販売は、前期と後期の講義が始まり出すと、一番混み合うコーナーになります！

購買フェア
学生も巻き込んで店内装飾や企画を楽しんでます！！

https://www.hokkaido.seikyou.ne.jp/kushiro-puc/

釧路公立大学生協のＨＰは左記ＵＲＬより！

このページでは、釧路公立大学（略KPU）の周辺地区として
文苑・芦野・釧路町・愛国（途中まで）の4つを載せています。
以下の地図は簡易版のため紹介しきれていない施設もあるので、
入学後自分の足で歩いて回ることをオススメします！
また、★の位置にある施設は右ページにて詳細を載せているので
ぜひお役立てください。



Ⅰ コアかがやき（コミュニティセンター）

何かと必要になる住民票や諸証明書を
ココで発行することができます！
わざわざ市役所に行かなくていいので便利♪
※住所変更はできません

Ⅱ ニトリ釧路店

大学生活の楽しみの一つが自分好みの部屋づくり♪
そんな時、家具をそろえるならココ！
また、近くにホーマックやダイソーもあるので
レイアウトに必要なものがすぐ買えます！

Ⅲ イオン釧路店

釧路に2つあるイオンの内の1つ。多くのテナントを有し、またイオンシネマ（映画館）と併設しているので釧路公立大生に人気のスポットとなっています！

Ⅳ KDS自動車学校

KDS
自動車学校

Ⅴ 愛国自動車学校

愛国
自動車学校

大学に通いながら自動車免許を取るならココ！
どちらも無料送迎バスを運行しているので大学からに限らず、自分の家からでも自由に通学することができます。

ようこそ釧路へ！

この度はご入学おめでとうございます！

新入生の皆さんは道内や道外の色々なところから釧路に来ていると思いますが、釧路のことはどのくらい知っていますか？

このページではこれから始まる大学生活がより楽しくなるような釧路の魅力を紹介していきます！

釧路は海沿いのまちであり、夕日がとても綺麗です。
特に幣舞橋(ぬさまいばし)から見た夕日は世界三大夕日の一つと言われるほど美しいです！
釧路を代表するおすすめのスポットです。

主な観光地としては、

- 釧路湿原
- 阿寒湖
- 摩周湖
- 幣舞橋
- 釧路市動物園　などがあります。

これまで紹介してきたスポットに共通するように、釧路はとても自然豊かな地域です！

釧路は景色が綺麗というだけではなく、美味しいグルメもたくさんあります！
ここでは釧路で有名なグルメの一部を紹介します！

・勝手丼

勝手丼といえば和商市場が有名です。市場内をまわって好きな海産物を買って自分好みの海鮮丼を作ることができます。いつでも新鮮なネタが食べられます。

・ザンギ

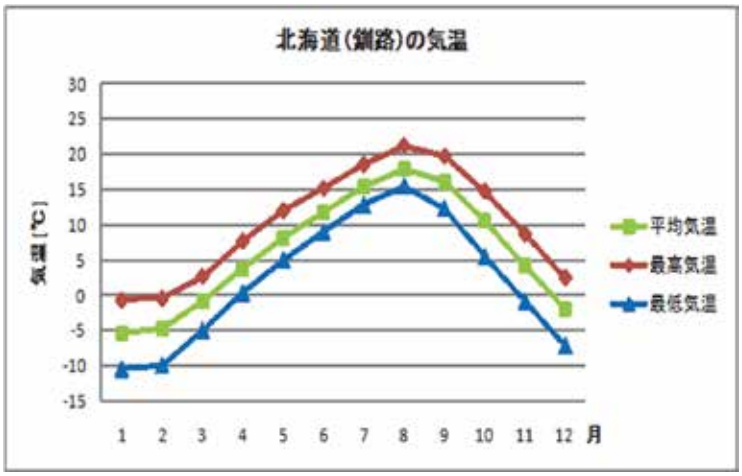
ザンギとは味付けの濃い唐揚げのことで、北海道では魚介類の唐揚げも含めてザンギと呼ばれています。特に釧路ではザンギの名店が多いです。ボリューム満点なのでガッツリいきたい時にはたまらないです！

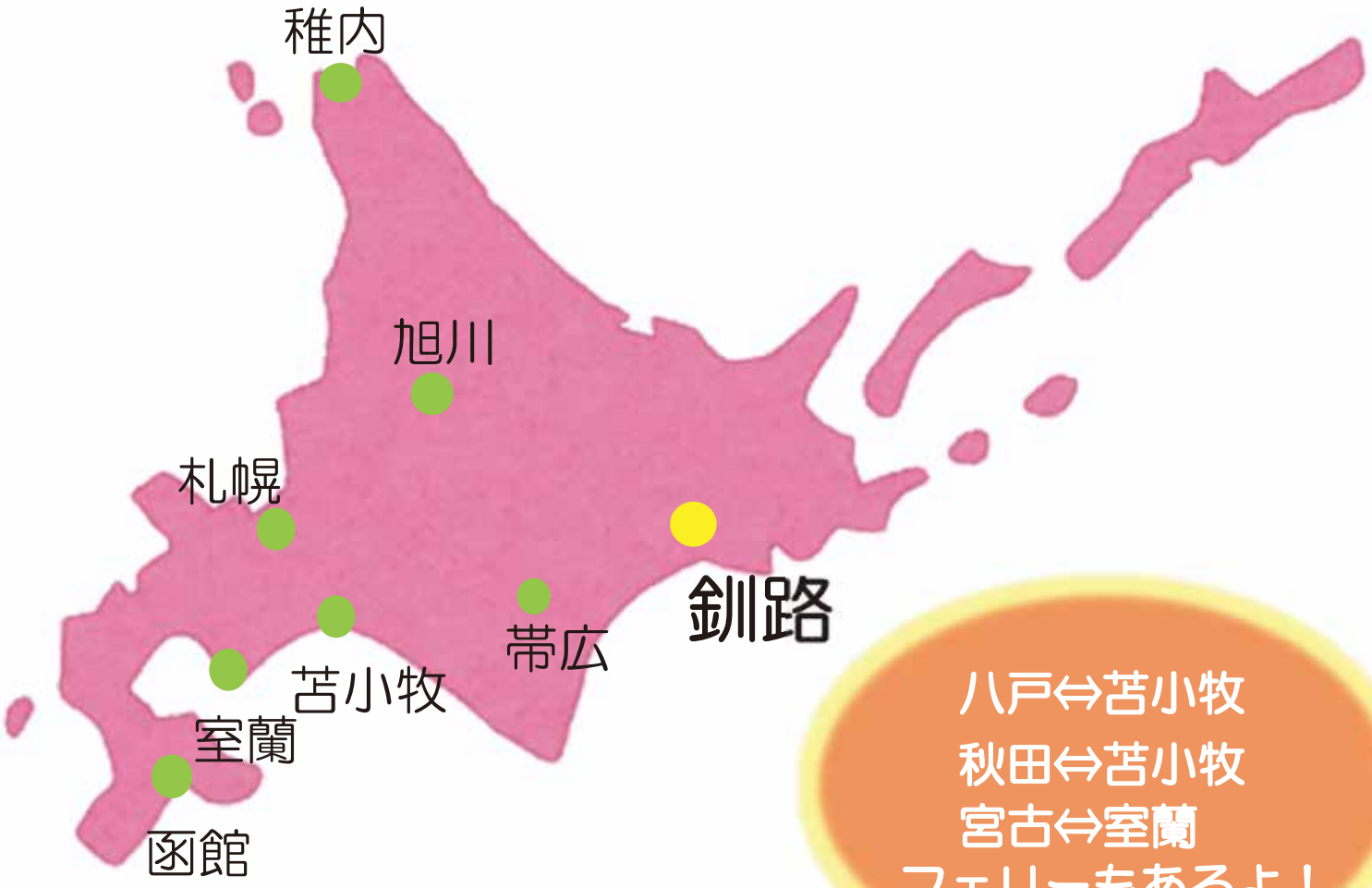
・スパカツ

熱々の鉄板皿にスパゲティを盛って、その上にトンカツを乗せてミートソースをたっぷりかけた釧路のご当地グルメです。学生にもちょうど良いボリューム感です。

おまけ：釧路ってどんな気候？

景色が綺麗で食べ物が美味しい釧路ですが、夏は涼しく冬は寒いといった気候です。夏は霧が発生する日が多いですが冬は雪が比較的少なめで晴れの日が多いです。冬には－１０℃を下回る日もあり、水道管が凍結することがあるので長期間家を空ける場合は水抜きをしましょう！





八戸⇔苫小牧
秋田⇔苫小牧
宮古⇔室蘭
フェリーもあるよ！

釧路までの所要所間

函館から　特急を使用→約７時間

苫小牧から　特急を使用→約4時間

室蘭から　特急を使用→約4時間40分

札幌から　特急を使用→約4時間

稚内から　特急を使用→約１１時間

旭川から　特急を使用→約5時間30分

帯広から　特急を使用→約１時間30分

新千歳空港

釧路

関西国際空港

羽田空港

那覇空港

飛行機での移動

羽田空港⇔釧路空港　約１時間35分

関西国際空港⇔釧路空港　約２時間

那覇空港⇔新千歳空港⇔釧路空港

約４時間４５分

友達作りが不安な方へ

私たち生協学生委員会では、毎年4月の上旬に新入生歓迎企画を行っています。新入生の皆さんは、一人暮らしや大学生といったように正直不安がいっぱいだと思います。
そこで、生協学生委員はその不安の一つとして「友達作り」のサポートをし、少しでも不安を解消してほしいという思いで新入生歓迎企画を実施しています。気軽な気持ちで応募してくれたらと思います！
ちなみに前回は、クイズ、伝言ゲーム、借り物競争などのレク・食堂体験を行いました。今回は何をするのかはお楽しみです。

前回の様子です

～申し込み方法～

kpu.seikyo@gmail.com

①左のメールアドレス宛に以下の項目内容を記入してください。
②記入内容
１：名前(ふりがな付き)
２；性別
３；出身地
４：メールアドレス(PC,携帯可)

締め切りは、4月1日17時まで厳守でお願いします！遅れた場合は、受け付けない可能性があるのでご了承ください。なお、こちらから返信が来て初めて受付完了となります。
※迷惑メール設定をしている方は解除してください！
生協学生委員では、Twitterも行っています。購買のお得な情報、企画の最新情報などを配信中です！ぜひ、フォローお願いします

KIRIN
北海道キリンビバレッジ

Coca-Cola
北海道コカ・コーラボトリング株式会社　釧路事業所

講義でも!
サークルでも!

brother
at your side

大学生活で活躍する
プリンターなら、ブラザー。

A4普通紙 カラー 約10枚/分　A4普通紙 モノクロ 約12枚/分

カラーコピー　カラープリンター　カラースキャナー　無線LAN対応

フロントオペレーション

インクも用紙も手前からラクラク交換。

DCP-J972N

PRIVIO

自動両面プリント機能を活用すれば、用紙の使用量が半分に。

自動両面プリント

ADF（自動原稿送り装置）

複数枚のコピーやスキャンがラクラク! 原稿を20枚まで読み取り可能。

スマホからのプリント・スキャンがかんたん!

Brother iPrint&Scan

スマホプリント

詳しくはインターネットのキーワード検索で　プリビオ　検索

ろうきん

**北海道ろうきんは、
北海道にお住まいの方なら原則どなたでも
ご利用いただける金融機関です。**

【目的】ろうきんは、働く仲間がつくった金融機関です。
【運営】ろうきんは、営利を目的としない金融機関です。
【運用】ろうきんは、生活者本位に考える金融機関です。

仕送りをはじめる方におすすめです。

ろうきんなら1つの口座で

キャッシュカードを2枚持てます。

〈仕送り口座は賢く・便利に!〉

例えば、週1回ATMで手数料を払うと、108円×4週×12ヶ月＝1年間で5,184円

ろうきんなら、お子さまが引出す際の手数料が実質 無料 です。
さらに親御さまがもう1枚のキャッシュカードで毎月の仕送りを入金する際の手数料も 無料 です。

仕送り口座は、ろうきんで。

〈ろうきん〉なら払った手数料が戻ってきます!

フルキャッシュバックサービス

夜間や休日、コンビニATMでも、〈ろうきん〉のカードは
お引出し手数料が、実質0円。ゆうちょ銀行や他行ATMのご利用でかかった
お引出し手数料は即時ご利用口座へ
キャッシュバックいたします。

※お振込には、別途所定の振込手数料がかかり、キャッシュバックの対象になりません。

〈ろうきん〉のキャッシュカードは

ほとんどのATMでご利用いただけます!

ろうきんの店舗・ATM以外にも、
下記の提携金融機関やコンビニでもご利用いただけます。
いつでもどこでも使えるから旅先でも、安心です。

提携金融機関・コンビニATM

- セブン銀行（24時間利用OK）
- ローソン銀行 LAWSON BANK（24時間利用OK）
- FamilyMart / Seicomart（24時間利用OK）［運営会社］イーネット
- ゆうちょ銀行
- イオン銀行
- 全国キャッシュサービス（コンビニATMを含みます）

※ご利用可能時間はATMコーナーにより異なります。また、提携金融機関の都合により変更となる場合や、システムメンテナンスによりご利用いただけない場合があります。※ATMが設置されていない地域や店舗もございます。※ATMの設置場所および利用可能時間などにつきましては、各銀行および運営会社のホームページをご覧ください。※ろうきん以外のATMをご利用の場合、お引出し手数料がかかる場合がございますが、フルキャッシュバックサービスの対象となります。

お問い合わせはお気軽に〈ろうきん〉店舗、またはフリーダイヤルへ

北海道ろうきんコールセンター

0120-5-109-26（ゴー トーク トゥローキン）

ご利用時間／AM9:00～PM5:00 土・日・祝日、年末年始は休業します。

使える情報満載！〈北海道ろうきん〉ホームページもご覧ください

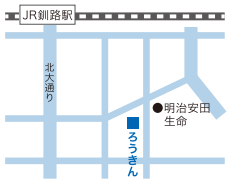
http://www.rokin-hokkaido.or.jp 北海道ろうきん 検索

釧路支店

釧路市末広町9丁目2-5
日本生命ビル内

■ATM営業時間
平　日／8:45～19:00
土・日祝日／9:00～17:00

TEL.0154・23・0511



NHK
あなたの声と受信料で
公共放送

釧路公立大生の皆さん、合格おめでとうございます!

©NHK・TYO

2018年12月22日でどーもくんは
20周年を迎えます。
これからも"どーも"よろしくおねがいします。

ひとり暮らしをNHKアプリがサポートします!

ニュース・防災
災害時の被害状況、
交通機関への影響などの最新情報のほか、
日常生活に関わるニュース、話題もいち早く。

語学講座
単語学習から発音練習まで
「いつでもどこでも」語学学習を楽しもう!

らじる★らじる
アプリをダウンロードしておけば、
スマホやタブレットでNHKラジオが聴けます。
緊急時、外出先でも情報が得られて安心・便利。

※サービスの利用に料金はかかりませんが、通信費はお客様の負担となります。

TV等、受信機の設置があれば、受信契約が必要になります。

同封のハガキで
お手続きください

2019年2月スタート

受信料の全額免除の対象が拡大されます!

親元などから離れて暮らしており、下記の要件に該当される学生のみなさまについて、2019年2月より
放送受信料の全額免除の対象となります。全額免除の要件に該当される場合は、免除申請が必要となります。
申請方法につきましては、2018年12月頃にNHKホームページ（http://www.nhk.or.jp）などを通じて公表する予定です。

免除の要件とは?

①経済的理由の選考基準がある奨学金を受給している
②経済的理由の選考基準がある授業料免除の適用を受けている
③親元などが市町村民税非課税である
④親元などが公的扶助を受給している

受信料に関するお問い合わせは、
NHKふれあいセンターにお願いいたします

市内通話料でOK
ナビダイヤル®

0570-077077
（午前9時～午後8時／土・日・祝日も受付）

2019年度版

学生総合共済のマスコット「タヌロー」です。

病気やケガ、火災・盗難・水もれなどに備える

大学生協の保障制度で大学生活の24時間・365日を応援します！

学生総合共済は全国210大学生協・約72.2万人の学生組合員がたすけあう、安心の保障制度です。

学生総合共済(生命共済)

- ケガによる通院は、1日目から90日まで保障
- 入院は病気でもケガでも1日目から200日まで保障
- 重度後遺障がいを負って復学した場合の学業復帰支援臨時費用も保障
- 扶養者が亡くなられた場合の学業継続支援特約を充実

就学費用保障保険(総合生活保険)

引受保険会社(幹事):東京海上日動火災保険株式会社

- 扶養者が病気やケガで死亡、またはケガで重度後遺障がいを負ったのちに発生し、負担された学資費用を保障

学資費用の保障とは

- 大学に納付する授業料、実験・実習費など
- 大学からの指示に基づく教科書・教材などの購入費用　等

2018年7月作成　18-TC00664

学生賠償責任保険

引受保険会社(幹事):三井住友海上火災保険株式会社

- 正課中及び日常生活中における賠償事故に備えた保障
- 国内の賠償事故に対しては安心の示談交渉サービス付き
  ※名誉き損・プライバシー侵害事故等を除く

＋

一人暮らし特約　※「一人暮らし特約」のみの加入はできません

- 貸主に対する借家人賠償責任保障(示談交渉サービス付き)や、自分の家財に対する保障
- ケガや病気のために3日以上入院し、親族がかけつける時の費用等も保障(父母駆けつけ費用保障)

▼詳しい保障内容等はパンフレット「大学生協の学生総合共済」、または当会ホームページをご覧ください。

https://kyosai.univcoop.or.jp/　大学生協　共済　検索

お問い合わせは　所属の各大学生協の窓口　または　大学生協 共済・保険サポートダイヤル 0120-335-770

univ. CO-OP
全国大学生協共済生活協同組合連合会
〒166-0003　東京都杉並区高円寺南1丁目12番4号

定額・安心！　合格するまで何度受けても無料

普通車MT	300,000円 税別　（324,000円 税込）
普通車AT	282,000円 税別　（304,560円 税込）
準中型	379,630円 税別　（410,000円 税込）

学科試験に関わるものについては上記費用に含まれていません

通学
ツーリングに

自動二輪免許　大型二輪・普通二輪・小型二輪

協賛店でバイクを買って特典をもらおう!
特典内容　グローブ・バイクカバー・30,000円の値引きのうち、いずれか1点

愛国自動車学校ならではの特長

- 全国で34校 最大級の教習所グループ
- 釧根管内で唯一 二種免許が取得できます
- WEBで学科対策 インターネット学習システム

● 公立大生協で入校説明会実施中

運転は楽しく、安全に
愛国自動車学校

お問い合わせはお電話またはWEBで
☎ 0154-36-1281

愛自

新たに公立大生になった皆さん!! 楽しく運転免許を取るなら

KDS a GO! GO!

新MT教習車
カローラフィールダー
が仲間入り!!

魅力1 あなただけの教習スケジュール表！

KDSの予約システムで、
お客様一人ひとりに合わせた
「教習スケジュール表」
を入校後にお渡しします！

魅力2 指導員はみんな優しくて楽しい！

KDSの指導員のモットーは、技能も学科も
わかりやすく！ 親しみやすく！ 親切に！

魅力3 VIP待遇の無料送迎バス！

市内の方の多くは！
ご自宅徒歩3分圏内に
バス停があります!!

※釧路市外の方は事前にお問い合わせ下さい。

2ステップで簡単・便利に使えます♪

1. 自分のスケジュール表を確認し
教習時間に合わせてバスを予約！
2. バスが近づくとメールで到着をお知らせ！
ご自宅から3分以内のバス停ならメールが届いてから家を出てもOK!

しかも！自由自在に送迎可能です！

魅力4 カッコよくて安全性にもこだわった教習車に乗れる！

新!
MT教習車
カローラ
フィールダー
導入!!

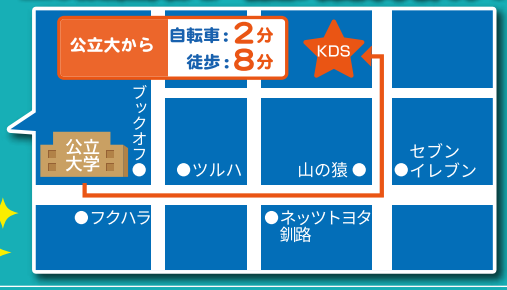
AT教習車は
大人気のプリウス!

KDSならハーレー・ホンダ・BMW
好きなマシンで教習が受けられます!

魅力5 校舎がキレイで施設も充実！公立大から通いやすい！

校舎はピカピカ！自販機も充実！
もちろん Wi-Fi も完備！

KDSは公立大から一番近い自動車学校です！



魅力6 運転免許相談窓口！

私達免許取得アドバイザーがお答えします！

入校から卒業まで
教習の事から
お支払いの事まで
お気軽にご相談下さい！

フリーダイヤル 0120-37-1318

受付は大学生協へ！お得な生協価格でお申し込みができます！

KDS a GO! GO!
運転が楽しくなる!!

普通自動車・自動二輪車・大型自動車・準中型自動車・中型自動車・大型特殊自動車・けん引自動車

KDS釧路自動車学校

【住　所】釧路市芦野5丁目12番1号
【電　話】0154-37-1115
【メール】school@kds946.com

KDSの目印は
真っ赤な
ロンドンバス♪

www.kds946.com　@kds946.com　Facebook