

Chapter 11

自炊

11.1. はじめに

自炊をするモチベーションには、自炊をしてカッコつけたいとか、家計が火の車で必要に追われているとか、さまざまな理由があると思います。どちらにせよ、初めて自炊をするときに一番前に構えているハードルは「**買い出し**」でしょう。ここでは、買い出しに失敗しないよう、筑波大学周辺のスーパーマーケットについて色々調べたので報告します。

11.2. 春日・吾妻 (駅前) 地区のスーパーマーケット

11.2.1. ロピア

1. 場所

TX つくば駅 A5 出口を出て徒歩 2 分 トナリエつくば CREO 1 階

2. 概要

首都圏・近畿圏・中京圏に展開するスーパー。第二エリアを本拠地とする生物学類からは行きづらいのですが、**つくば駅からのアクセスが抜群に良く**、何かのついでに寄ってみることを強くお勧めします。

3. 品揃え

ロピア特有の品揃えとして、「特大パック」「大入」という商品形態があります。これは、野菜や肉魚、果ては惣菜さえも**大きなパックに多く詰めることで単価を下げる**という手法です。例えば、にんじんは小 10 本で 1 パック、肉は通例 1 パック 300g 以上と、他の店ではまず見られないような多さで売っています。このため、自炊初心者は持て余してしまうことがあるかもしれません。特大パックはとても安いのですが、**買う時は献立を慎重に考えてから買うこと**をお勧めします。また、非生鮮品の品数が非常に多く、輸入品も多分地域で一番充実しています。一方で、落とし穴なのが食料品以外は全く売っていないということ。ラップもゴミ袋も、割り箸も売っていません。欲しい方は 3 階のダイソーかホームデコで買しましょう。

4. 価格

とにかく安い。絶句するほど安いです。さらに、非生鮮品も超絶安く、値札には「商談時に提示した価格よりこれだけ値下げして販売しています!」と、企業努力をまざまざと見せつけられます。

5. 決済方法

企業努力のため、煩雑で手数料も取られるクレジットカードなどは使用できず、**現金のみ**。財布に現金がある程度入っていることを確認してから出かけましょう。

11.2.2. わくわく広場

1. 場所

TX つくば駅 A5 出口を出て徒歩 2 分 トナリエつくば CREO 1 階