

北坂戸 にぎわいサロン 通信

城西大学

発行所・編集:城西大学総務課
〒350-0295 埼玉県坂戸市けやき台1-1
<http://www.josai.ac.jp/>

お問い合わせ

- ・城西大学総務課
または北坂戸にぎわいサロン
- ・電話:(大学)049-271-7712 (サロン)049-283-4750
- ・開放日:月・水・木・金・土 10:00~18:00

貸し切り・休館日のお知らせ

今月の北坂戸にぎわいサロンは、11月13日(金)14時~16時、11月21日(土)終日を貸し切りとさせていただきます。

なお、貸し切りとなる時間帯以外は通常開放致しますので、ぜひご利用下さい。

バザーご報告!!

9月27日(日)にて行われましたバザーのご報告です。

来場者は「51名」、売上げは「13,800円」となりました。

このたびの売上げは、坂戸市内のボランティア活動をされている「あいの会」「よりあいええげえし」「カナリア」「デイジー坂戸」の4団体へ寄付いたしました。

なお、残っているバザーの品物につきましては、今後活用できるように調整中です。皆様のご協力、誠にありがとうございました。

薬学部コラム

長ネギで風邪予防! ご飯がすすむ、長ネギと豚肉の炒め物♪

今回は、かぜを予防し元気になる食材「長ねぎ」をご紹介します。埼玉県は長ねぎの生産量が全国2位で、深谷ねぎは全国的にも有名です!

ねぎには肉や魚の臭みを消して食べやすくする効果があります。ねぎの香味成分の1つ「アリシン」は、抗菌作用や食欲増進効果があり、豚肉や玄米に多く含まれるビタミンB1と一緒に食べることで免疫力が上がります。長ねぎを豚肉と一緒にごま油で炒め、塩コショウ、醤油で味を整えれば簡単に美味しく食べることができ、オススメです!

手洗い、うがいはもちろん、長ネギで風邪予防をしましょう♪

考案者

医療栄養学専攻(大学院)2年
(管理栄養士)清水美好 さん

