

# 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



## 冬季休館について

前月号でもお知らせしました通り、北坂戸にぎわいサロンは12月27日(火)~1月10日(火)まで、冬季休館とさせていただきます。

## 公開講座「世界の中の日本、日本の中の世界」

第8回地域相互協力図書館合同主催公開講座として「世界の中の日本、日本の中の世界 ー身近なグローカリズムを考えるー」を開催します。ご興味のある方は是非お申し込みください。詳細は下記の通りです。

- 【演題】 「世界の中の日本、日本の中の世界 ー身近なグローカリズムを考えるー」
- 【講師】 城西大学経済学部 客員教授 勝浦 信幸 先生
- 【日時】 2017年1月20日(金)13:30~15:00
- 【会場】 城西大学水田記念図書館9階
- 【定員】 先着80名(どなたでも参加可能です)
- 【受講料】 無料
- 【申込先】 城西大学水田記念図書館 (Tel: 049-271-7736) または直接、図書館カウンターへ
- 【申込締切】 1月17日(火)

### 薬学部コラム

#### 意外な働き！？ おせちの黒豆！

お正月はおせち料理で黒豆を食べる機会がありますが、黒豆の意外な働きをご存知ですか？黒豆には、体内で糖質をエネルギーに変える際の潤滑油として働くビタミンB1が豊富に含まれます。これが不足すると、糖質がエネルギーへ変換されず、疲労物質が蓄積して疲れやすくなったりします。お餅や白米などの主食にはビタミンB1が少ないので、他の食品から補う必要があります。

お正月は黒豆からビタミンB1を摂って1年を健康的にスタートしましょう！

#### 考案者

医療栄養学専攻(大学院)食品機能学講座 2年  
(管理栄養士)大山恵里奈



「黒豆大福」  
詳しいレシピはサロンにて♪

