

**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:水・木・金・土・日 11:00~17:00



## 「奈良澤由美教授が日本学士院賞を受賞しました

城西大学現代政策学部の奈良澤由美教授が、2017年度の日本学士院賞を受賞しました。

授賞式は6月12日(月)、東京・上野の日本学士院で、天皇皇后両陛下のご臨席を仰ぎ挙行されました。

また、奈良澤教授からも両陛下に研究内容を説明申し上げ、それに対するご質問も賜わりました。

## 第3回 城西短期大学 女性学講座 生きる～環境～

【テーマ】水俣病への視座 石牟礼道子環境破壊との闘い

【講師】城西国際大学大学院 客員教授 岩淵宏子

【会場】坂戸キャンパス 13-303教室

【時間】13:30~15:30

【定員】80名 ※事前申し込みは必要ありません。

【受講料】無料

【コーディネーター】大橋 稔

薬学部コラム

### 「DHAとよく噛んで脳を活性化」

エゴマはシソ科の植物で、初夏から夏にかけて葉が茂ります。そして、その種子には $\alpha$ -リノレン酸が豊富に含まれています。この $\alpha$ -リノレン酸は体内でDHAに変換されます。DHAはサバなどの青魚に多く含まれ、脳を活性化する多価不飽和脂肪酸です。エゴマの種子はよく噛むことで中に含まれる油が出てきます。また、よく噛むことは脳細胞の再生・修復を促進します。

考案者

医療栄養学専攻 食品機能学講座  
修士1年 管理栄養士 小久保 啓



「エゴマとさば缶の炊き込みご飯  
詳しいレシピはサロンにて♪

至 池袋 北坂戸 東口 至 寄居

