

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



城西大学 公開講座開催のお知らせ！

城西大学では、9月27日(水)～10月25日(水)の期間中、公開講座を8回実施いたします。
今年のテーマは、「地域・日本、そして世界の変化へ」です。
バラエティ豊かな講師陣が担当する講座は必見です。
詳細は、ポスター(にぎわいサロン内に8月下旬に掲示予定)又は下記問い合わせ先にご連絡ください。

(お問い合わせ先)
城西大学 学務課
TEL:049-271-7722
MAIL:gakumu@stf.josai.ac.jp
ホームページ
<http://www.josai.ac.jp>



薬学部
医療栄養学科
コラム

「食物繊維だけじゃない! さつまいもの魅力」

さつまいもを切ったとき切り口から白いミルク状のものが滲み出たことはありませんか？それは、「ヤラピン」と呼ばれる樹脂配糖体です。この成分は、便秘薬に特有の成分です。食品ではさつまいものみに含まれている特徴的な成分です。また、さつまいもはビタミンCを多く含んでいます。調理時に損失しやすい成分ですが、他の野菜よりも芋類は損失が少ないです。今月は、さつまいもをたっぷり摂れるお菓子のレシピをご紹介します！

考案者
城西大学大学院 医療栄養学専攻 食品機能学
講座 修士2年 管理栄養士 野村佳歩

「ほっくり、さつまいもケーキ」
詳しいレシピはサロンにて♪

