

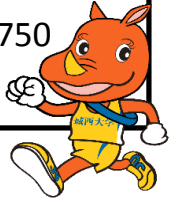
北坂戸 にぎわいサロン 通信

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:火・水・木・金 11:00~17:00



*重要

平成30年4月から開館は火・水・木・金になります。

IMABARI Color Show -人と技術が紡ぎだす今治の色-

会期:2018年4月3日(火)~5月12日(土)
会場:城西大学水田美術館 ギャラリー2
開館時間:午前10時~午後4時 ※入館は閉館の30分前まで
休館日:日曜日・月曜日・祝日
観覧料:無料
主催:愛媛県繊維染色工業組合
監修:辻智佐子(本学経営学部教授)
「今治の色」ディレクション:一般社団法人日本流行色協会(JAFCA)
会場設計・制作:株式会社NINO/NINO INC.
画:スパイラル/株式会社ワコールアートセンター



水田コレクション展
江戸の装い
2018
4.4 - 21
wed - sat

観覧時間 午前10時~午後4時
休館日 日曜日・月曜日
観覧料 一般300円、高校生以下無料
(北坂戸・池袋駅西口徒歩15分)
主催 城西大学
企画 平塚サチ子
監修 辻智佐子
Admission fee: Adult 300 yen (The admission fee of April 4 is free because of Economic Ceremony) Under 15 and high school students are free / Place: Gallery 1

城西大学水田美術館
MIZUDA MUSEUM OF ART, JOSAI UNIVERSITY
〒350-0295 埼玉県坂戸市けやき台1-1

水田コレクション展 江戸の装い

会期:4月4日(水)~21日(土)
会場:城西大学水田美術館 ギャラリー1
開館時間:午前10時~午後4時 ※入館は閉館の30分前まで
休館日:日曜日・月曜日
観覧料:一般300円、高校生以下無料
※ただし、4月4日は入学式のため観覧無料

薬学部
医療栄養学科
コラム

「疲労回復を助ける食品成分」

新年度は疲れのたまりやすい時期だと思いません。疲労回復を助ける食品成分は、ビタミンB1やアリシンなどがあります。ビタミンB1はエネルギー産生を助けます。逆にビタミンB1が不足すると、乳酸などの疲労物質が発生します。アリシンはビタミンB1と結合することで、ビタミンB1の吸収を高めます。ビタミンB1は豚肉に、アリシンは玉ねぎやんにんにくに含まれます。また、昔から日本人はビタミンB1摂取量が不足しており、現代の日本人もその可能性があります。

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1年 管理栄養士 小久保 啓

炊飯器で簡単！豚肉じゃが 詳しいレシピはサロンにて♪

