

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
- ・開館日:火・水・木・金 11:00~17:00

お知らせ

北坂戸にぎわいサロン(城西大学)は
9月より通常通り営業いたします。



蚤の市開催！毎月第一日曜に開催予定！～北坂戸にぎわいサロン～

北坂戸にぎわいサロンにて、9月より蚤の市の開催が始まりました！
引き続き出店される方を募集しております。
皆様のご来場をお待ちしております！

■概要

各家庭に眠っているもので他の方にとって
利用可能であれば安価で譲渡する「蚤の市」

■開催予定

- 第1回 9月1日(日) 11:00~17:00
- 第2回 10月6日(日) 11:00~17:00
- 第3回以降 1月を除く第1日曜日に開催予定

■出店条件

坂戸市在住の個人、バザーを行う団体など

■出品物

生鮮食品以外で安価に取引可能な物

■出店費用

1ブース 300円(1ブース約2m×2m、テーブル・イス有)

■お問い合わせ先

谷 覺(タニ サトル) TEL 090-1865-9241



城西大学薬学部 医療栄養学科コラム

ナスのポリフェノール 「ナスニン」の働き

なすにはナスニンというポリフェノールが含まれているのを知っていますか？

ポリフェノールには活性酸素や過酸化脂質の生成を抑制する働きがあり、老化やガンの抑制が期待できます。ナスニンにはコレステロール値を下げる働きもあり、様々な野菜の中でも、なすの効果がトップクラスであったとの報告があります。今月は、なすをたっぷり摂れる夏野菜のレシピをご紹介します！レンジのみの調理なので暑い日にも簡単でオススメです！

【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 小田桐康紘

