

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\*

にぎわいサロンは2019年12月28日~2020年1月7日まで  
休館いたします。1月8日より開館となります。

## 『口絵を楽しむ』ミニ展示会を開催中 ~北坂戸にぎわいサロン~

今回展示された口絵は、およそ80年前頃の、雑誌の巻頭にオマケでついていたものです。おそらく購買意欲をかきたてることが目的で、骨董的にも美術的にもまったく評価されないものですが、こういった商業的な絵は、後に高名な画家になった方が若い時に、生活のために描いたようなものも数多くあります。レトロな喫茶店やレストランに数点飾ってあったら“すてき!”と思わせてくれるような口絵を厳選して展示しておりますので、ぜひ美しい口絵の世界を見にお越しください。



全10点の口絵展示の様子

城西大学薬学部  
医療栄養学科コラム

### 加熱で変化?! リンゴの秘密

リンゴに含まれる水溶性食物繊維の“ペクチン”は、腸内細菌のえさとなり乳酸菌などの善玉菌が生息しやすい環境に整える働きがあります。生のリンゴはペクチンを多く含みますが、加熱することで分子が小さくなり、水に溶けやすくなり利用しやすい状態になります。また、リンゴに含まれるリンゴポリフェノールを12週間摂取すると、内臓脂肪の低減効果があることも報告されています。リンゴを美味しくたっぷり摂ることが出来るリンゴのおやつ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 修士後期課程2年  
管理栄養士 野村佳歩

詳しいレシピはサロンまで♪

