

**北坂戸  
にぎわいサロン  
通信**

---

**城西大学**

発行所・編集:城西大学地域連携センター  
〒350-0295 埼玉県坂戸市けやき台1-1  
<https://www.josai.ac.jp/>

**お問い合わせ**

- ・城西大学地域連携センター または北坂戸にぎわいサロン
- ・電話:(大学)049-271-7713 (サロン)049-283-4750
- ・開館日:火・水・木・金 11:00~17:00



**\*お知らせ\***  
10月31日(火)~11月3日(金・祝)は、休館となります。

## 10月28日は、音楽を楽しみませんか？(TJUP教育支援文化講座)

坂戸市、城西大学、東京電機大学などが加盟する、産官学連携プラットフォーム「埼玉東上地域大学教育プラットフォーム(TJUP・ティージェイアップ)」主催の教育支援文化講座

**「音楽を楽しもう2023  
～弦楽器が奏でる調べ♪ヴァイオリンとギターの魅力を知ろう～」**をサロンのすぐとなり「坂戸市文化施設 オルモ」で開催します！  
プロヴァイオリニストの伊藤万桜さん、坂戸高等学校ギター部の皆さんが奏でる調べをお楽しみください！  
**高校生以下無料です。席に限りがありますのでお早めにお申し込みを！**

日時:2023年10月28日(土) 14:00~16:00(開場13:30~)  
場所:坂戸市文化施設 オルモ ホール  
受講料:高校生以下・TJUP会員校在学学生無料(一般500円・会場受付にて現金のみ)  
お申込:右の二次元バーコードよりお申し込みください。  
(申込期限 10月20日(金))

お問合せ先:  
TJUP教育連携委員会 明海大学歯学部庶務課  
メール kmasuda1130@dent.meikai.ac.jp  
電話 049-279-2705



音楽を楽しもう2023  
お申込はこちらから



当日は、にぎわいサロン城西大学にて「サロン見学会」を開催します。グループの活動場所を探している方、普段なんとなく通りかかって気になっている方、ぜひこの機会にお気軽にお立ち寄りください。

## 薬学部医療栄養学科コラム(レシピはサロンまで！)



### 抹茶でGO!!



茶は古くから良薬として語られており、現代の研究によってその健康効果が実証されるようになりました。**抹茶**は、抽出液ではなく粉末にした茶葉をそのまま身体に取り入れるため、水に溶けださない成分も摂取できることが魅力です。**抹茶**に含まれる注目の成分は、**テアニン**と**カフェイン**です。**テアニン**は抗ストレス効果・集中力アップが期待でき、**カフェイン**は興奮作用による覚醒が期待できます。

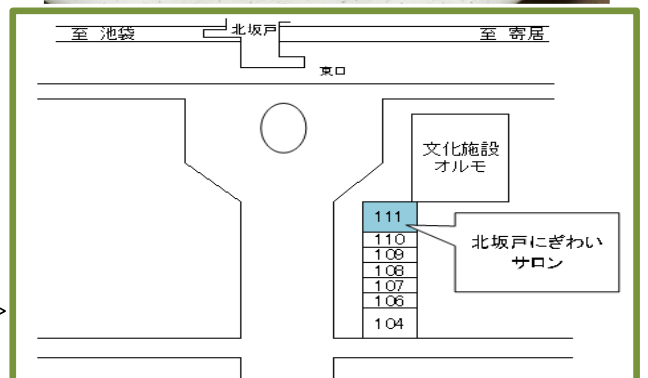
10月に入り底冷えする気候となってきました。急な気温の変化から朝目覚めが悪いと感じる方も多いと思います。そこで今回紹介したいのは「**抹茶かん**」です。眠たい朝や休憩中にいかかでしょうか。



**【考案者】** 城西大学 薬学部  
医療栄養学科(管理栄養士養成課程)  
食品機能学研究室 4年 森 由稀帆



抹茶かん



詳しいレシピはサロンで配布しています♪