

# 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.iosai.ac.jp/>

### お問い合わせ

- ・城西大学地域連携センター事務室 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1日~4日は休館いたします。

## 大学生企画イベント「漢方研究会アロマキャンドル製作体験」を開催しました!

2024年9月18日(水)城西大学の学生が企画した「漢方研究会アロマキャンドル製作体験」を開催しました。

定員の20名の方々にお申込みいただき、ご参加のみなさまは思い思いのかざりを入れ世界にひとつだけのキャンドルを製作されていました。

漢方研究会がこういったイベントを運営するのはこれが初めてで、緊張していましたがご参加のみなさまの温かさに、助けられたようです。

北坂戸にぎわいサロン城西大学では、学生の学業を優先しつつ大学生企画イベントを継続して実施したいと考えております。ご参加いただけますと嬉しいです!



## 薬学部医療栄養学科コラム(レシピはサロンまで!)



### 鯉の旬による違い



皆さんは、時期によって鯉の味が全然違うことをご存じでしょうか?

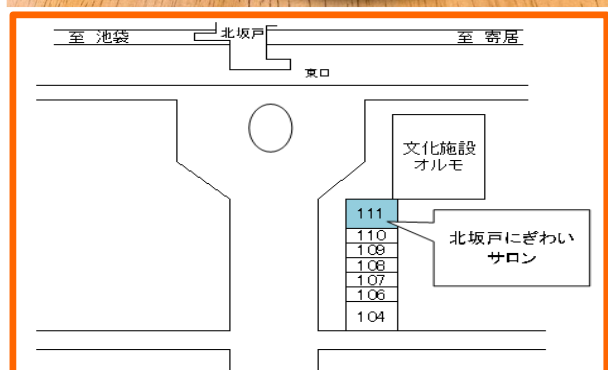
鯉は収穫される時期により呼び名が変わり、春から初夏にかけて日本海を北上してきた鯉のことを「初鯉」、秋ごろに日本海を南下してきた鯉のことを「戻り鯉」といいます。

初鯉は脂の乗りが少ないため、歯ごたえがありあっさりとした味わいであるのに対して、戻り鯉は脂肪を多く蓄えており、初鯉の10倍ほど脂が乗っているため、とても濃厚な味わいになるといった味の違いがあります。

また、鯉は高たんぱく質であり、脂質には魚に特有の不飽和脂肪酸であるEPAやDHAが多く含まれているのも特徴的です。EPAやDHAのはたらきとしては、血栓をできにくくしたりコレステロールや血圧の上昇を抑制するはたらきがあります。

旬による鯉の味の違いを是非堪能してみてくださいはいかがでしょうか。

【考案者】 城西大学大学院  
医療栄養学専攻 分子栄養学講座  
修士1年 管理栄養士 江川和哉



詳しいレシピはサロンで配布しています♪