

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

5月1日~5月8日は休館します。(5月2日はふれあい市開催!)

作品展&即売会を開催しました!

毎年恒例になりました、北坂戸にぎわいサロン作品展&即売会を開催しました!

城西大学のサロンでは、手芸、ちぎり絵、布絵、パッチワークなどの力作の展示のほか、さまざまな手づくり作品の即売会が行われました。

3月にワークショップを行ってくれた書道サークルの書も特別展示いたしました。

ご来場くださったみなさまありがとうございました!

大学生が「にぎわいサロンの活用方法」の提案を考える授業が始まりました!

城西大学では、全学部の2年生全員が受講する必修科目「協創力体験演習Ⅱ」があり、さまざまな部署が抱える課題を提示して、大学生が解決のための提案を行っています。

その課題の一つとして、「**学生と地域が自然に交流できる北坂戸にぎわいサロンの活用方法**」というお題を大学生に出しました。

今後、城西生がサロンを訪れたりすることもあるかと思えます。どうぞよろしく願いいたします。この授業の進捗は、今後このサロン通信でも報告させていただく予定です!

薬学部医療栄養学科レシピ紹介 (調理のコツやポイントが記載された詳細なレシピはサロンで入手できます)

旬の食材でおいしくたんぱく質を!

鯖(サワラ)のホイル焼き

材料 (2人分)

鯖(サワラ)	2切れ(240g)
菜の花	80g
たまねぎ	80g
ミニトマト	2個(40g)
バター	15g
食塩	1g
黒こしょう	適量

作り方

①	菜の花を1~2cm程度に切る たまねぎを薄く切る ミニトマトを半分に切る
②	アルミホイルの上にとまねぎ、菜の花、鯖、トマト、調味料の順に入れる
③	アルミホイルでしっかりと蓋をした状態で、魚焼きグリルで30分程度火を入れる

1人当たりの栄養量

栄養素	エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	脂質 (g)	炭水化物 (g)	食塩相当量 (g)
合計値	280	26.5	17.9	7.2	0.7

