Nestlé Good food, Good life

# コーヒーと健康インタビュー記事

日本人にとって最大のポリフェノール摂取源として知られているコーヒー。
ネスレでは、「3 Coffee a Day ～ 1日3杯のコーヒー習慣がいい人生をつくります」をキーメッセージに、1日3杯のコーヒー飲用習慣を提案しています。
このページでは、ネスレの企業活動として、コーヒーと健康をテーマとした専門家の方へのインタビュー記事をご紹介します。

◆インタビュアー：福島 洋一[農学博士]　※現 大東文化大学 健康科学部健康学科 教授
◆制作：ネスレ日本株式会社コーポレートコミュニケーション室 ウエルネスコミュニケーションユニット
◆お問合せ：https://nestle.jp/inquiry/form/userpolicy.php

• • •


01：ポリフェノールと動脈硬化（お茶の水女大学大学院 教授　近藤和雄）
02：コーヒーと糖尿病（九州大学大学院 医学研究院 予防医学分野 教授　古野純典）
03：コーヒーとがん（愛知県がんセンター研究所疫学・予防部部長　田中英夫）
04：コーヒーと肥満（一般財団法人 住友病院 院長　松澤佑次）
05：コーヒーとメンタルヘルス（杏林大学医学部付属病院 精神神経科 教授　古賀良彦）
06：コーヒーと胃の健康
（東京大学大学院 医学系研究科 消化器内科学 助教　山道信毅｜亀田総合病院附属幕張クリニック 医療情報管理室 室長　島本武嗣）
07：コーヒーと水分補給（奈良女子大学 生活環境科学系 生活健康学領域 教授　鷹股亮）
08：コーヒーと循環器疾患（大阪大学大学院 医学系研究科 社会環境医学講座 教授　磯博康）
09：コーヒーと脳血管障害（聖路加国際病院 脳神経外科 部長　篠田正樹）
10：カフェインと脳の働き（東京福祉大学 短期大学部 教授　栗原久）
11：コーヒーと仮眠(昼寝)（広島大学 大学院総合科学研究科 行動科学講座 教授　林光緒）
12：コーヒーと覚醒と睡眠
（筑波大学国際統合睡眠医科学研究機構(IIIS) 教授　櫻井武｜筑波大学国際統合睡眠医科学研究機構(IIIS) 准教授　ミハエル・ラザルス）
13：ポリフェノールと健康 ～コーヒー、緑茶と抹茶の可能性～（東洋大学 食環境科学部健康栄養学科 教授　近藤和雄）
14：コーヒーと肝臓（品川イーストワンメディカルクリニック理事長　日本ポリフェノール学会理事長　板倉弘重）
15：コーヒーとパーキンソン病（順天堂大学医学部付属順天堂医院 脳神経内科 教授　服部信孝）
16：コーヒーと腎臓（腎臓・代謝病治療機構 代表　東京家政学院大学 客員教授　中尾俊之）
17：ポリフェノールのバイオアベイラビリティ(吸収)と生物有効性
（モナシュ大学 栄養学部 教授　ガリー・ウィリアムソン｜ネスレリサーチ シニア栄養サイエンティスト ディアン・ツィマーマン）
18：カフェインとスポーツパフォーマンス（武蔵大学基礎教育センター 准教授　森健一）


※敬称略所属・役職はインタビュー当時