



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よい人生をつくれます」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
- ◆ お問い合わせ：<https://nestle.jp/inquiry/form/userpolicy.php>

...

[01:ポリフェノールと動脈硬化](#) (お茶の水女子大学大学院 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 (IIS) 教授 櫻井武 | 筑波大学国際統合睡眠医科学研究機構 (IIS) 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