



Nestlé Good food, Good life



\ネスレの/

# なぜなに コーヒーインタビュー

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。

...

[01:ポリフェノールと動脈硬化](#) (東洋大学食環境科学部 教授 近藤 和雄 先生)

[02:コーヒーと循環器疾患](#) (大阪大学大学院医学系研究科 公衆衛生学 教授 磯 博康 先生)

[03:コーヒー&昼寝で能率アップ](#) (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 先生)

[04:コーヒーと2型糖尿病](#) (九州大学名誉教授 MedStat株式会社 代表取締役 古野 純典 先生)

[05: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 先生)

[06:コーヒーと肥満](#) (一般財団法人住友病院 名誉院長・最高顧問 松澤 佑次 先生)

[07:コーヒーと肌](#) (BTRアーツ銀座クリニック 院長 神戸大学 名誉教授 市橋 正光 先生)

[08: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 先生)

[09:コーヒーとメンタルヘルス](#) (杏林大学名誉教授 古賀 良彦 先生)

[10:コーヒーと腎臓](#) (一般社団法人腎臓・代謝病治療機構 代表 中尾 俊之 先生)

[11:カフェインのはたらきとコーヒー](#) (栗原 久 先生(故人))

[12:ポリフェノールの吸収と生物有効性](#)

(モナシュ大学(オーストラリア)栄養学部教授 ガリー・ウィリアムソン 氏 | ネスレリサーチ(スイス)、シニア栄養サイエンティスト ディアン・ツィーマン 氏)

[13: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 先生)

[14:カフェインと覚醒と睡眠](#)

(筑波大学 国際統合睡眠医科学研究機構(IIIS) 教授 櫻井 武 先生 | 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 先生)

[15:コーヒーとがん](#) (大阪府藤井寺保健所 所長 田中 英夫 先生)

[16:コーヒーと胃の健康](#)

(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 先生 | 東京大学大学院医学系研究所 消化器内科学 准教授 山道 信毅 先生)

[17:コーヒーとパーキンソン病](#) (順天堂大学医学部附属順天堂医院 脳神経内科教授 服部 信孝 先生)

※敬称略所属・役職はインタビュー当時