

いなぎICカレッジ 企画講座

珈琲と健康

～知らないと損するコーヒーの効き目～

コーヒー豆には少なくとも 1000 種類を超える成分が含まれています。毎日 1 杯飲めば効き目を発揮すると思われる成分だけでも 10 種類を超えています。それらの成分の相加・相乗効果がコーヒーの効き目になるのです。講演ではニコチン酸とポリフェノールに焦点を絞ってお話しします。

【日時】 令和 2 年 1 月 26 日 (日) 13 時～14 時 15 分

【会場】 稲城市地域振興プラザ ※参加費無料

【講師】 岡 希太郎・東京薬科大学名誉教授

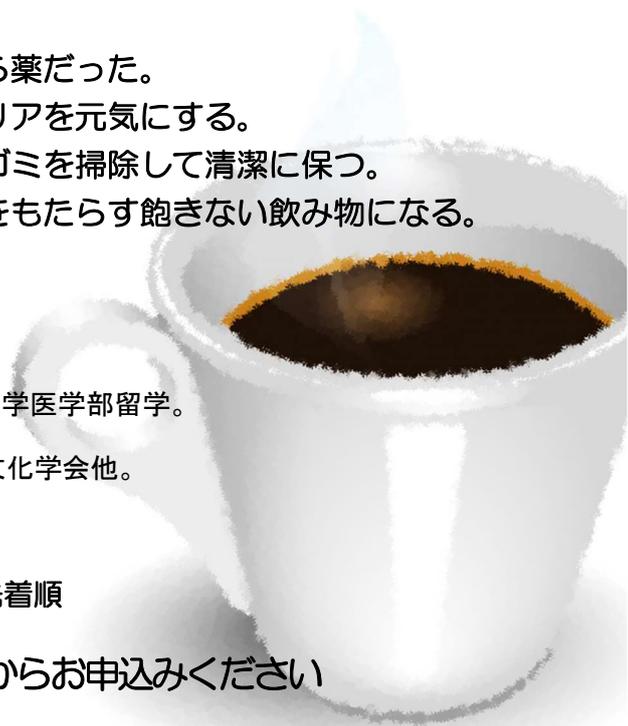


【講演内容】

- ① コーヒーは発見の瞬間から薬だった。
- ② ニコチン酸はミトコンドリアを元気にする。
- ③ ポリフェノールは細胞のゴミを掃除して清潔に保つ。
- ④ 両方合わせると美と若さをもたらす飽きない飲み物になる。

《講師プロフィール》

1941 年東京都出身。東京薬科大学名誉教授。
東京薬科大学卒業、薬学博士(東京大学)、スタンフォード大学医学部留学。
薬化学、分析化学と臨床薬理学を専攻。
加盟学会: 日本薬学会、日本臨床薬理学会、日本コーヒー文化学会他。



【定員】 80 名 ※申込受付は 1 月 10 日(金)から先着順

【申込方法】 電話、FAX、またはホームページからお申込みください

【申込み・問合せ】



いなぎICカレッジ事務局 (稲城市教育委員会 生涯学習課)

稲城市向陽台 4-6-18 城山体験学習館 (火曜日～金曜日 10 時～16 時)

TEL:042-370-2822 FAX:042-378-3233

ホームページ <http://www.inagiic.net/>