

唾液は魔法のカクテル

—冬の感染症予防は唾液の持つ免疫作用の強化から—

榎木 恵一先生講演会

【講師からのメッセージ】

健康な毎日を送る秘訣は、唾液力を鍛えること。近年、唾液が脳卒中・がん・肌の老化予防の他、誤嚥性肺炎などの感染症予防に深く関与していることがわかつきました。唾液には身体や心の健康を保つための欠かせない作用があります。唾液力の低下でリスクが高まる病気には、歯周病、うつ病、動脈硬化、大腸炎、視力低下等も挙げられます。唾液の「量」を増やす秘策としてマッサージや唾液の「質」を高めるための食材選びなど、日常生活で取り入れやすいことを中心にわかりやすく解説いたします。



【日 時】2026年2月5日（木）19:30～21:30

【場 所】zoom 講演会（後日アーカイブ視聴できます）

【講 師】榎木恵一先生（神奈川歯科大学大学院口腔科学講座環境病理学教授）

【参加費】3,300 円



【申込み】<https://x.gd/IObRu> →

【主 催】公益社団法人 日本厚生協会

【問合せ】seminar2@kousei-kyoukai.or.jp

《榎木恵一先生プロフィール》

略歴：1967年東京都生まれ。神奈川歯科大学歯学部卒業後、同大学大学院歯学研究科修了、歯学博士取得。神奈川歯科大学歯学部口腔病理学教室、助手、特任講師、助教授を経て2007年教授に就任。2013年同歯学研究科長。2014年同大学副学長。2021年同大学大学院附属唾液科学研究所所長。

唾液・唾液腺研究の第一人者、日本唾液ケア科学会理事長で、11月28日を「唾液の日」（イイツバの日）と制定。

著書：「唾液サラネバ健康法」（主婦と生活社）、「ずっと健康でいたいなら唾液力をきたえなさい！」（扶桑社）など多数。テレビ・ラジオをはじめメディアにも出演、雑誌の記事執筆、取材協力多数。唾液のアンチエイジング効果、美容と健康、免疫力などについてわかりやすく解説されている。