

86歳の現役医師が実践した 最強のメソッド!!

<第1章>

世界の長寿者はなぜお酒にこだわるのか

<第2章>

長生き飲酒と「酒の肴」の法則

<第3章>

健康寿命を伸ばす最強の飲み方

<第4章>

医学的に正しい肝臓と膵臓の守り方

<第5章>

酒の通説を科学する



86歳の酒好き医師が教える

最強の最高の
飲み方・食べ方

医学博士 志賀 貢

