



タニカワ久美子

たにかわくみこ

株式会社けんこう総研代表取締役／ストレス科学コミュニケーター

<https://kenkou-souken.co.jp/>



 プロフィール 経歴	所属・役職 ・東京大学大学院情報学環 学際情報学府研究生 ・株式会社けんこう総研代表取締役・エモーション ストレスマネジャー統括委員
	保有資格・免許 スポーツ科学健康スポーツマネジメント修士・管理栄養士・エモーションストレス®シニアマネジャー
	専門分野 ・健康運動ストレッチによるメンタルヘルス対策 ・職業、業務別ストレスと疲労の改善
	経歴 ・2021年10月 東京大学大学院情報学環に研究生として合格入学。早稲田大学大学院スポーツ科学健康スポーツマネジメント修士 ・大学卒業後日立製作所10年間管理栄養士勤務 ・2008年横浜市主催ビジネスプランコンテスト「楽しくラクして最大効果の上がる減量指導法」ファイナリスト選出 ・2015年けんこう総研代表取締役社長就任 ・著者『職場のメンタルヘルスケアと実践～ストレス対処のための運動・栄養・休養～』（講談社）
	講演実績 千葉県行政栄養士協議会／公益財団法人日本消防協会／公益財団法人日本体育施設協会／公益財団法人横浜企業支援財団／電源開発株式会社／石油製品販売健康保険組合／エムオーエー健康保険組合／全日通労働組合／秋田商工会議所／神奈川県大和市役所／千葉県市原市役所／東京都東村山市役所／三晃証券株式会社／日本生命保険相互会社／小田急不動産（株）／他多数



これまで個人・法人を合わせ3000以上の健康支援によりお陰さまで各方面からご依頼が絶えません。
私が関わった行政・企業様からは、
「依頼して、本当に良かった」
「参加して、働くことが楽になった」
「受講して、もっと幸せに生活することができるようになった」
など身に余るほどの信頼と感謝頂戴しております。
コロナ自粛規制以前から実施しているオンラインセミナーやカウンセリングも好評で、リモートワークでの健康管理や健康支援ならお任せ下さい。
ご縁をいただいた皆さまの幸せな健康生活に精一杯お応えさせていただきます。

サイト管理者からのおすすめポイント

職場におけるメンタルヘルスケア（セルフケア・ラインケア）を始め、肥満解消や生活習慣病予防など、健康づくりにおける幅広いテーマに対応していただけます。
また、講演内容も、具体的な食事のとり方や運動の実践、ストレス軽減法など、ニーズに合わせてお話しいただけます。

