

ふりがな	なか むら の り こ	
氏 名	中村 のり子	
生年月日	1974年 5月 12日生 (満45歳)	
肩書き：世代間ギャップを笑顔に変えるカウンセラー		



○プロフィール

大阪府生まれ、兵庫県在住。成人式の翌々日に阪神淡路大震災を経験。大学院生時代に不登校児の支援に携わったことが契機となり、心理の専門家を志す。

2002年、臨床心理士資格取得と同時に。公立学校のスクールカウンセラーとして活動を開始。東日本大震災、熊本地震発災後は現地に赴き、心のケア活動に従事。2010年から笑いの体操「笑いヨガ」を始め、インストラクターとしても活動。

子どもからシニアまで広くかかわる中で、世代間ギャップに由来する悩みが多いことに気づく。カウンセラーの視点からそれぞれの世代を「通訳」する役割を担いたいと考えている。



○実績

受賞歴 第8回全国・講師オーディション最優秀グランプリ

雑誌掲載 マキノ出版「笑いヨガで超健康になる！」
日経おとなのOFF 2019年2月号

「1日5分の『笑いヨガ』心も体も超元気に

「学校における心の危機ワークブック」金子書房（コラムを執筆）

講演実績 兵庫県教育委員会公立学校共済組合兵庫支部
コープ共済連 コープこうべ

兵庫県下の小学校、中学校、高等学校等多数（2017年度71件、2018年度65件）



○その他

『職場のコミュニケーション ～”受け止め力”の作り方～』

- 埋まらない世代間ギャップ
- 21世紀生まれの子どもはここが違う！
- 若者を納得させるには「根拠」と「共感」が不可欠

『悪口・陰口は怖くない！ 言葉を変えればいじめは防げる』

『子どもに好かれる大人の言葉づかい』

『笑って健康！笑いヨガでこころもからだも健やかに』