



みたらし加奈 Kana Mitarashi



プロフィール

1993年、東京都生まれ。臨床心理士・公認心理師。
大学院卒業後、総合病院の精神科に勤務し、その後、国際心理支援協会に所属。現在は、カウンセリングルーム「神泉こころカウンセリング」の所長を務め、メディアにも出演し、SNSを通して精神疾患やLGBTQの認知を広める活動、講演会を行なう。

また、専門家と共に性被害や性的同意に関する情報を発信するメディア『mimosas (ミモザ)』の代表副理事も務める。
2021年11月、自分らしさを表現し、全ての女性に勇気を与え、価値ある活動を行う人を表彰する「ロレアルパリWOMEN of WORTH Award」文化人部門を受賞。

講演

「心の専門家」臨床心理士としてメンタルヘルスに関する講演のほか、LGBTQ+の当事者としてマイノリティへの理解を深め、差別や偏見をなくす一端を担う講演を企業や団体などに行っています。主な講演テーマは下記となります。

- ・「性的マイノリティと心の支援」
- ・「マイクロアグレッション(無意識の偏見)との向き合い方」
- ・「若者のメンタルケア」
- ・「ウェルビーイングと向き合う」
- ・「SOGIについて考えよう」

書籍

- 『マインドトーク-あなたと私の心の話』ハガツサ ブックス (2020.6)
『ティラー声をさがす物語』ハガツサ ブックス (2021.12)

連載

- ELLE girl (2020.06～継続中)
『毎日を生きやすくするブレイクトーク。』yoi (2021.11～継続中)
朝日新聞デジタル『Re:Ron』 (2023.6～継続中)

監修

- 日本テレビ「上田と女が吠える夜」 (#24 メンタルヘルス)

CM

- LIFULL HOME'S 『わがしChannel 大量分身ホームズくん「LGBTQフレンドリー」篇』 (2022.1～2022.6)
adidas 『ALWAYS BEEN, ALWAYS ORIGINAL オリジナルに生きてく』 イメージキャラクター就任 (2022.2～)

出演番組

- NHK Eテレ「虹クロ」
TBSテレビ「サンデーモーニング」(コメンテーター)
TOKYO MX「堀潤Live Junction」(コメンテーター)
日本テレビ「真相報道バンキシャ!」(コメンテーター)
日本テレビ「DayDay.」(コメンテーター)
文化放送「カラフルブーケ」
ニッポン放送「SDGs MAGAZINE」
J-WAVE「J-WAVE SELECTION」「START LINE」
TOKYO FM「Blue Ocean」
TBSラジオ「アシタノカレッジ」

(隔週水曜日レギュラー出演、2022年9月～2023年9月)