



Profile

健康社会学者(Ph.D.) / 気象予報士

小学4年から中学1年まで米国アラバマ州で過ごす。

千葉大学教育学部を卒業後、全日本空輸に入社。

1994年 気象予報士第1号としてテレビ朝日系「ニュースステーション」等多数のメディアに出演。

2004年 東京大学大学院医学系研究科修士課程修了、2007年 博士課程修了(Ph.D.)。産業ストレスやキャリア発達、健康生成論の視点から調査研究を進め、働く人々のインタビューをフィールドワークとし、その数は1000人を超える。

長岡技術科学大学非常勤講師、東京大学医学系研究科講師、早稲田大学非常勤講師等を務める。

現在は、健康社会学者として、執筆や講演活動、テレビ、ラジオ等でも発信を続けている。

書籍

「伝えてスッキリ！魔法の言葉」きずな出版（2025.3）

「みんなの気持ち」KADOKAWA（2024.11）

「働かないニッポン」日経プレミアシリーズ（2024.1）

「40歳で何者にもなれなかったぼくらはどう生きるか」ワニブックス（2023.6）

「50歳の壁 誰にも言えない本音」MdN（2022.12）

「THE HOPE 50歳はどこへ消えた？半径3メートルの幸福論」プレジデント社（2022.3）

「コロナショックと昭和おじさん社会」日経プレミアシリーズ（2020.6）

「定年後からの孤独入門」SB新書（2020.3） 等多数

連載（現在）

『河合薫 上司と部下の力学』（日経ビジネスデジタル）

『河合薫の「社会を蝕む“ジジイの壁”」』（ITmediaビジネス）

『河合薫の健康社会学』（Yahoo!個人ニュース）

『みんなの気持ち』（月刊老施協デジタル）

番組出演歴

テレビ朝日「ニュースステーション」

テレビ朝日「邦子がタッチ！」

TBS「いちばん！」

TBS「みのもんたの朝ズバッ！」

読売テレビ「情報ライブ ミヤネ屋」

読売テレビ「ウェークアップ！ぶらす」

TOKYO MX「モーニングCROSS」

など多数

講演

「人の働き方は環境がつくる」をテーマに学術研究を重ね、「健康社会学者」として、様々なメディアで発信を続けている。1000人を超える働く人々や数多くの企業へのインタビュー経験から、会社員の働き方を見つめ直し、具体的な改善方法をお話し致します。特に、ミドル世代・中高年の働き方、生き直し、さらに女性の生き方など、自身の経験を交えての講話は好評をいただいています。

<テーマ例>

- ① 生き残る組織～一人ひとりが輝く職場～
- ② モチベーションを高める！『働き方改革』のすすめ
- ③ なぜ、伝わらない？『逆境に負けないチームの作り方』
- ④ 女性部下の実力を引き出すマネジメント術
- ⑤ 部下の能力を最大限に引出す！『攻めるチームの作り方』
- ⑥ 人生を決める！ワークライフバランスとは？