



【プロフィール】

1972年宮城県多賀城市生まれ。熊本県和水町在住。

防災士・栄養士・コミュニティーカウンセラー、ペット防災サポート士

2011年東日本大震災で自宅が大規模半壊、避難所生活を送る。

翌年熊本へ移住し、2014年防災士の資格を取得。2016年熊本地震、2020年7月豪雨を経験する。

『歌う防災士しほママ』のネーミングで、大災害の経験と教訓をママ目線でわかりやすく伝え、復興ソング「花は咲く」を歌いながら全国で防災講演を行う。実績700カ所超、参加者4万人以上。

テレビやラジオのレギュラー番組、イベント・社会活動など多方面で柔軟な企画を展開。防災士の高校3年生の次男と「親子防災士」、ひとり親家庭団体「てとてとて玉名郡」会長としても活動中。

【スポンサー】(株)丸美屋(熊本県)、(株)ファンデクセル(非常用トイレ Qbit シリーズ共同開発)



【主な受賞・パネリスト・委員など】

2015 国際ソロプチミストアメリカ「夢を生きる賞」受賞

2016 内閣府男女共同参画アドバイザー(～2022)

アサヒビール「九州情熱人」熊本No1受賞、徳島県主催「昭和南海地震70年の集い」パネリスト、2017 朝日新聞社・ひょうご震災記念21世紀研究機構主催「21世紀文明シンポジウム」パネリスト

2018 国土交通省九州地方整備局主催「防災・減災シンポジウム」パネリスト

2019 熊本県「そなえるキャラバン」監修、福岡県防災副読本編集委員、大分県防災VR動画制作委員

2020～九州電力(株)水力開発総合事務所 地域防災貢献企画アドバイザー

2022～熊本県防災会議委員、熊本県人権研修講師、熊本県男女共同参画アドバイザー講師

【主なメディア出演】

【CM】yahoo!japan 防災アプリ(2016.3)

【映画】防災啓発ドキュメンタリー映画『いつか君の花明りには』(2018.8～全国公開中)

【TV】NHK総合「ごごナマ：助けて！きわめびと」(2018.8)「いつか来る日のために」(2019.3)

「ごごナマ：阪神淡路大震災25年2時間SP」(2020.1) Eテレ「ウワサの保護者会」(2019.3)

NHK福岡「水害から命を守る」(2021.5～6)

熊本県民テレビ「てれびタ」『しほママの目からウロコの防災術』(放送中)

【ラジオ】RKKラジオ 防災サロン『しほの部屋』(放送中)

【雑誌】「女性セブン」『大地震発生！運命の選択』(2020.6～2021.2)

「女性自身」『女性の防災セット』(2022.7)

「STORY」『被災地のアクションがミライをつくる』(2023.3)



web 「しほの部屋」防災術・YouTube 発信中

