



やなぎはらしほ
防災・安心プランナー 柳原志保

2025.1 現在

【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（神奈川県川崎拠点あり）
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年東日本大震災にて自宅が大規模半壊し、2児と共に避難所生活を2週間送る。

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月熊本豪雨を経験。

『歌う防災士しほママ』のネーミングで、体験談と備えを、歌や体操などを用いて元気に伝える講演は「エンターテイメント防災」とも呼ばれ、全国で年間100回以上、6万人以上の聴衆実績がある。

斬新な防災プログラム企画も得意で、「スポーツ×防災」「婚活×防災」「まちづくり×防災」など、多世代・多様な立場に寄り添い、誰もが防災に取り組める入口を提案している。

また、ひとり親家庭団体の会長として、フードパントリーなど地域活動も積極的に行っている。

ファンデクセル(株)と共同開発した『Qbit いつでも簡単トイレ』は2023年防災グッズ大賞を受賞！

【受賞・パネリスト・委員】

2015 国際ソロプチミストアメリカ「夢を生きる賞」受賞

2016 アサヒビール「九州情熱人」熊本No.1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

2025 東京『ジャパン女性防災リーダーサミット2025』熊本代表登壇

現在 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

【メディア出演・監修】

【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』

【TV】NHK「ごごナマ」Eテレ「ウワサの保護者会」

Eテレ「キミも防災サバイバー！」(2025.2.18放送)

熊本県民テレビ newsevery.くまもと『しほママの防災術』(放送中)

【ラジオ】TBSラジオ「SDGsジャンクション～地球を笑顔にするRadio」(2025.1)

【雑誌】「女性セブン」「女性自身」

「STORY」『被災地のアクションがミライをつくる』(2023.3)

「AERA」『地震に備える』(2024.5)

「VERY」『もしも子どもといっしょに時に地震に逢ったら』(2025.1)



web「しほの部屋」防災術・YouTube 発信中

