

# 今泉マユ子 IMAIZUMI MAYUKO

株式会社オフィスRM代表取締役 / 管理栄養士



## プロフィール

1969年徳島市生まれ、横浜市在住。1男1女の母。管理栄養士として大手企業社員食堂、病院、保育園に長年勤務。食育、災害食に力を注ぎ、2014年に管理栄養士の会社を起業。レシピ開発に携わるほか、防災食アドバイザーとして全国で講演を行う。「レトルトの女王」「缶詰の達人」と呼ばれテレビ出演は100以上になる。ラジオ、新聞、雑誌、WEBサイトなどで活躍中。著書多数。

【第7代目  
横浜スカーフ親善大使】

【所属】 日本栄養士会 / 日本防災士会 / 日本災害食学会  
日本災害医学会 (JADM) / NPO法人岡山コーチ協会理事  
日本栄養士会災害支援チーム (JDA-DAT)



東京消防庁から感謝状5枚  
東京消防庁総監より「防火  
防災思想の普及に多大な貢  
献をされた」と感謝状拝受

【資格】 管理栄養士、防災士、食育指導士  
横浜防災ライセンス、野菜ソムリエ、調理師  
エコ・クッキングナビゲーター、水のマイス  
ター、環境アレルギーアドバイザー、温泉ソ  
ムリエ、フードライフコーディネーター、  
日本災害食学会災害食専門員 他

## 【主な出演】 (書籍)

- ・「こどものための防災教室 防災グッズがわかる本」(理論社)
- ・「こどものための防災教室 身のまもり方がわかる本」(理論社)
- ・「こどものための防災教室 災害食がわかる本」(理論社)
- ・「免疫力アップレシピ もしもごはん3 災害時も、普段も、役立つ『お湯ポチャ』調理」(清流出版)
- ・「災害時でもおいしく食べたい! 簡単「みそ汁」&「スープ」レシピ もしもごはん2」(清流出版)
- ・「「もしも」のときに役に立つ! 防災クッキング(1)(2)(3)」(フレーベル館)
- ・「レトルトの女王のアイデアレシピ ラクラクごはん」(清流出版)
- ・「作り置きより簡単便利 レトルトアレンジレシピ50」(マガジンランド)
- ・「30秒から作れて、毎日食べたくなる! すぐウマごはん」(SBクリエイティブ)
- ・「もしもに役立つ! 親子で防災力アップ」(清流出版)
- ・「災害時に役立つ かんたん時短、『即食』レシピ もしもごはん」(清流出版)
- ・「体と心がよるこぶ缶詰健康レシピ」(清流出版)
- ・「からだに美味しい缶詰レシピ」(法研)
- ・「もしもに備える食」(清流出版) 共著石川伸一 他多数

## 【主な出演】 (新聞)

読売、朝日、毎日、日経、中日、東京、朝日小学生新聞、スポーツ報知、地方紙 他多数

## 【主な出演】 (コンテスト審査員)

日本缶詰びん詰レトルト食品協会アレンジコンテスト、防災女子プレゼンツ非常食アレンジコンテスト  
東京国際消防防災展 災害食スイーツコンテスト、カゴメオムライススタジアム関東甲信越大会 他多数

裏面に続きます

〒222-0012 横浜市港北区富士塚1-21-27

☎ 045-947-2205

「優良栄養士」  
公益社団法人  
神奈川県栄養士会  
より表彰



メールアドレス: [info@office-rm.com](mailto:info@office-rm.com)

ホームページ: <http://www.office-rm.com>

オフィスブログ <https://ameblo.jp/gogoshokuiku>



### 【主な出演】（テレビ）

NHK	「おはよう日本」「あさイチ」「ひるまえほっと」「ニュースシブ5時」「首都圏ネットワーク」「明日を守るナビ」「明日へ1min.災害食レシピ」「サンドウィッチマンの思い出レシピ」
Eテレ	「まいにちスクスク」「あしたも晴れ！人生レシピ」「すイエんサー」
日本テレビ	「ヒルナンデス！」「ZIP！」「NEWS ZERO」「news every.」「ワケあり！レッドゾーン」
TBSテレビ	「王様のブランチ」「マツコの知らない世界」「Nスタ」「ひるおび！」「日曜日の初耳学」「ゴゴスマ！」
フジテレビ	「Live News it」「梅沢富美夫のズバッと聞きます！」「プライムニュースイブニング」「土曜ナニする!？」
テレビ朝日	「マツコ有吉かりそめ天国」「家事ヤロウ！」「おべんとレター」「グッド！モーニング」
テレビ東京	「たけしのニッポンのミカタ」L 4 y o u「ヒットの裏側を探れ！発想ハンター」
amebaTV	「買えるabema」
BSフジ	「水前寺清子情報館」「時空博物館」
BSジャパン	「テレビ日経おとなのOFF」
毎日放送	「メッセンジャーの〇〇は大丈夫なのか」
関西テレビ	「ワンダーイマ知り！」
ABC朝日放送	「おはよう朝日です」「おはよう朝日土曜日です」「キャスト」
tvk	「旬菜ナビ」
FBS福岡放送	「めんたいこワイド」
テレビ札幌STV	「どさんこワイド179」 他多数

### 【主な出演】（ラジオ）

NHKラジオ第一	「すっぴん！」「ごごラジ！」
TOKYO FM	「高橋みなみのこれから、何する？」「LOVE CONNECTION」
Bayfm	「ミラクル」
Kiss FM KOBE	「4 SEASONS」「LOOPS」「SUNDAY LINK'S DIARY」
FM FUJI	「Yes!Morning」「GOOD DAY」
J-WAVE	「グッドネイバー」「UR LIFESTYLE COLLEGE」「VOLVO CROSSING LOUNGE」「JAM The WORLD」
JFN	「ハッピーモーニング」
ニッポン放送	「徳光和夫とくもり！」「草野満代夕暮れWONDER4」「垣花正あなたとハッピー」
文化放送	「防災アワー」
FM AICHI、渋谷のラジオ、NHK福島ラジオ第一、さくらFM	他多数

### 【主な出演】（WEB、サイト）

伊藤園カテキン緑茶/アマノ食堂/「大和証券「SODATTE」/マルコメ「発酵美食」/参田家のおうち手帳	
東京ガス「ウチコト」「日々もし」「myTOKYOGAS」/東京ウォーカープラス/日刊スポーツアスレシ	
SUUMOジャーナル/こくみん共済「安心のたね」/美スト/はごろもフーズ×クックパッド「備えレシピ」	
日本缶詰びん詰レトルト食品協会/ヨミウリ・オンライン/日経DUA/みんなのランキング	他多数

### 【主な出演】（雑誌）

オレンジページ、クロワッサン、LEE、大人のおしゃれ手帖、レタスクラブ、Mart、家の光、栄養と料理、	
パンプキン、日経WOMAN、週刊女性、週刊朝日、AERA、おとなの週末、東京ウォーカー、週刊新潮、	
CHANTO、ゼクシィ、サンデー毎日、ガッテン！、ハルメク、女性セブン、ビッグコミックスピリッツ、	
グッズプレス、素敵なお奥さん、monoマガジン、タウンページ	他多数

毎週水曜日14時40分頃～ニッポン放送「ナイツ ザ・ラジオショー」内  
はごろもフーズプレゼンツ「備えレシピ・ショー」レギュラー出演

（株）オフィスRMの登録商標

「即食レシピ®」登録第 5894152 号  
「防災ランチ®」登録第 5905761 号  
「お湯ポチャレシピ®」登録第 6122534 号  
「バリアフリーレシピ®」登録第 6202574 号  
「お湯ポチャクッキング®」登録第 6305480 号

## 今泉マユ子

株式会社オフィスRM代表取締役  
管理栄養士

