



私のことは私が守る！



女性のための護身法を学ぼう

講師プロフィール

<平成9年2月>

阪神大震災時の女性の性暴力事件をきっかけに、
女性限定の護身術指導の任意団体が設立

<平成19年11月>

2代目代表に森山奈央美氏が就任

<平成23年3月>

新水社より著書「今日から使える護身術」を出版

現在も東京都渋谷区の「東京ウィメンズプラザ」で定期的に
ワークショップを行うほか、日本各地で講習を実施されてお
り、延5,000人の方に体と心を守るすべを伝えています。

講師 森山 奈央美 さん

(NPO法人ライフライツ インパクト東京 代表)

日時

12月14日(土) 午前10時～正午

場所

東松山市総合会館3階 304会議室

対象

原則16歳以上の女性(親子での参加可)

内容

DV等に関する講座・危険回避に役立つ護身法を学ぶ

定員

15人(申込順)

服装等

動きやすい服装(簡単な実技を行います)

申込み

12月6日(金)までに、講座名・氏名・電話番号を
メール又は電話で人権市民相談課へ

託児

おおむね2歳～未就学児(先着順)
託児希望の方は、11月29日(金)までに
電話で人権市民相談課へ

人権市民相談課 ☎

問合せ：人権市民相談課 ☎0493-21-1416 FAX 0493-23-2236