

自分の心と身体は自分で守ろう！

女性のための護身術

日常生活の中に潜む危険についての
正しい知識と対処法を学び
大切な自分を守るための自尊感情を高めます
嫌なことに「NO!」と言える自分であるために
一歩踏み出しませんか

令和6年

11月9日(土)
13:00～16:00(受付12:30～)

アバンセ 2階 音楽スタジオ

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
護身インストラクター

【活動内容】

阪神淡路大震災時に、女性への性暴力事件が
起こったことをきっかけに女性と子どもの安全
・安心を守る護身プログラムを提供する活動を
1997年2月から始める。

「女性のための護身法ワークショップ」を開催
するほか、行政や学校、企業、女性支援施設など
で身体と心を守るすべを伝えている。

内容

- 自尊感情向上のための講話
- 護身術の実技

対 象

県内在住の16歳以上の女性

定 員

20名(要事前申込・先着順)

服 装

- ・室内用運動靴の持参
- ・スカート不可

一時保育

原則6カ月～就学前の幼児・先着若干名・無料
(※10月31日(木)までに要別途申込)

申込方法

ホームページの申込フォーム、
Eメール、FAX、窓口でお申し込みください



申込フォーム
二次元コード

参加無料

主 催 お申込み お問合せ

佐賀県DV総合対策センター

〒840-0815 佐賀市天神三丁目2-11 (アバンセ内)

TEL 0952-28-1492 FAX 0952-25-5591 Eメール dv@avance.or.jp

https://www.avance.or.jp/dvsougou/_2798/_3030.html



佐賀県 DV 総合対策センター 宛

FAX 0952-25-5591 Eメール dv@avance.or.jp

「女性のための護身術」講習申込書（令和 6 年 11 月 9 日開催）		
必須	ふりがな	
必須	氏 名	
必須	電話番号 (日中連絡がとれる番号)	
	E メールアドレス	
必須	お住まいの市町	() 市 ・ 町
必須	年 齢 確 認	☐ 16 歳以上の方はチェックしてください (令和 6 年 11 月 9 日時点)

一時保育申込（※令和 6 年 10 月 31 日(木) までに要申込）		
子の名前 (ひらがなで記名)		
子の年齢 (令和 6 年 11 月 9 日時点)	歳 カ月	歳 カ月

※定員になり次第、締め切りとさせていただきます。

※お申込みの際に収集した個人情報は、本講習運営以外の目的で使用することはありません。

※気象状況や感染症の状況等により、開催を中止する場合があります。