

女性のための 護身術講座

自分を守る力が
毎日の安心に
つながります！



知って、動いて
身につけよう！

「もしも」の前に、できることを。

講座の前半では、身近な危険から自分を守るための知識や最近の犯罪について学びます。後半は、いざという時に役立つ護身術を実践します。自分自身や大切なひとを守るための第一歩として、気軽に参加してみませんか？

日時 10月18日(日) 10:00～12:00 **定員** 20名 (応募多数の場合は抽選)
※託児・手話通訳あり(要予約)

場所 プラットおおむら 4階 大会議室 **参加費** 無料

対象 中学生以上の女性 **持ち物** フェイスタオル 飲み物

※当日は動きやすい服装でお越しください



講師

防犯ボランティアグループ PRO-ACTIVE SECURITY

代表 田中 健一さん / アシスタント ミケアさん

過去に自身が襲われたさまざまな「危機」から、「人を守れる人間になりたい」と決意。イスラエル発祥の護身術クラブ・マガや特殊部隊の護身術カパップを学び、女性や子ども、自衛官等を対象に、自分や大切な人を守るための実践的なテクニックを指導している。

【お申込み・お問合せ】

大村市男女共同参画推進センター「ハートパル」

〒856-0832 大村市本町458番地2 プラットおおむら4階

TEL : 0957-54-8715 FAX : 0957-54-8700

MAIL : danjyo-s@city.omura.nagasaki.jp

お申込みフォーム



9/25 (金)
締切

護身術講座 参加申込書

【申込先】 大村市男女共同参画推進センター「ハートパル」

TEL 54-8715 / FAX 54-8700

【申込期限】 9月25日（金） ※託児・手話通訳 同日締切

- 下記に必要事項をご記入ください。電話番号は、日中必ず連絡がつく番号をご記入ください。
■定員になり次第締切りとさせていただきます。あらかじめご了承ください。

ふりがな	
氏名	
電話番号	
メールアドレス（任意）	
手話通訳	不要 ・ 必要

※記入された個人情報、本講座の参加者名簿及び案内メールの名簿作成以外には使用しません。

■託児（1歳から未就学児まで）が必要な方はご記入ください。

お子様のお名前	愛称（ひらがな）	年齢
		歳
		歳
		歳



〈駐車場について〉

当センターの講座に参加される場合は
市営東本町第1・第2駐車場をご利用
ください。無料駐車券を発行します。

