

あなたを守るのは
あなた自身！

好評につき
第10回

乙女たちの

元乙女たち
大歓迎！

参加費
無料

護身術

「レクチャーと実技で
護身術の基本を学びましょう」

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

日時 9月27日（日）

13:30～15:30

場所 女性総合センター1F 健康サロン

女と思って
なめんなよー！

対象 中学生以上の女性

定員 20名 申込順

保育 5名程度

（1歳～学齢前・要申込
9月17日（木）締切）

持物 動きやすい服装、上履き

申込 電子申請（2次元コードから）



受付開始 8月25日（月）9時から

お問合せ 男女平等推進課
電話：042-528-6801



〈講師プロフィール〉

森山 奈央美さん

- 2006年 「インパクトBasicクラス」を受講後、活動に関わる
- 2007年 インパクト東京代表に就任
- 2009年 ゴールドマンサックス教育社会起業家・NPO支援プログラムに参加
- 2011年 著書「今日から使える護身術」出版
- 2011年 全国女性シェルターネット主催「女性に対する暴力の支援者養成プロジェクト」に参加
- 2014年 一般社団法人WERC主催「DV被害者のための同行支援エキスパート養成講座」を受講
- 2016年 中央大学ハラスメント防止啓発支援室の嘱託専門相談員に就任

〈団体紹介〉

Body and Soul 立川市女性総合センター男女平等団体

- ・Body and Soulは、思春期の子どもたち、保護者の方々に、思春期の子どもたちの「体」と「こころ」について、正確な、そして必要とされる情報を届けることを目的として活動しています。
- ・Body and Soulは、子どもたちと共に、正しい知識を学んだり、資料をもとに考えたりすることにより、『自分の体は自分のものであり、大切にしていこう』というメッセージを発信していきたいと思っています。
- ・Body and Soulは正しい情報を知る機会を提供します。食事のマナーを教えるように、体とこころのマナーについて、子どもと話し合える、そんな親子のあり方が当たり前になる社会を目指しています。

〈会場のご案内〉

立川市曙町2-36-2
電話：042-528-6801

立川駅北口より徒歩約7分

