

越谷市男女共同参画支援センター10周年記念

「ほっと越谷」七夕フェスタ

女性に使いやすい護身術とは？
シンプルな動き
最小限の力で、最大限の効果！

暴力から身を守るための情報や
実技を交え、自分に力が
あることを実感し、
自信を持てるようになりましょう！



自分の身は自分で守る。
…でも…どうやって？？

今回はとても役立つ護身術を
身に付けられるチャンスです！

是非ご参加ください！

女性のための護身術を学ぼう

～女性に対する暴力に「ノー」と言おう～

日時	……	7月10日(日) 午前9時30分～午後12時
開場	……	越谷市男女共同参画支援センター「ほっと越谷」セミナールーム 越谷市大沢3丁目6番1号「パルテきたこし」3階（北越谷駅東口）
定員	……	20名（先着順）
参加費	……	100円
対象	……	女性（18歳以上）
持ち物	……	汗拭きタオル・飲料水
服装	……	体を楽に動かせる服装（スカート不可） 室内用運動靴 または 素足 （安全上、ソックス・ストッキングは不可）
講師	……	大沼 もと子（おおぬま もとこ） Wen-Doインストラクター
駐輪・駐車場	…	有料



* 計画停電が実施される場合は、開催中止となります。

<講師紹介>

大沼 もと子（Wen-Do インストラクター）

CAPプログラム(子どもへの暴力防止プログラム)の
スペシャリストとして地域で活動後、カナダで生まれた

Wen-Do(女性のための護身術)を2000年に初めて日本に
紹介する企画・運営に携わり、2004年にインストラクターの
資格を取得。気功整体やアロマテラピーを取り入れたリラクゼーションワークも行っている。



<お問い合わせ先>

ガールスカウト埼玉県第11団

三上 和子 (TEL:048-976-0298)

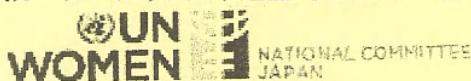
ソシエテ彩

高橋 敏江 (TEL:048-975-0267)

<企画>



社団法人ガールスカウト日本連盟埼玉県第11団



<共催> 越谷市男女共同参画支援センター「ほっと越谷」

<後援> 認定NPO法人UN Women日本国内委員会

<寄付団体> エイボン・プロダクツ株式会社

認定NPO法人UN Women日本国内委員会正会員 ソシエテ彩

* この企画は、UN Women日本国内委員会ドメスティック・バイオレンスに「ノー」と言おうキャンペーン「エイボン・女性のエンパワメント基金」第2回助成金事業に基づいています。